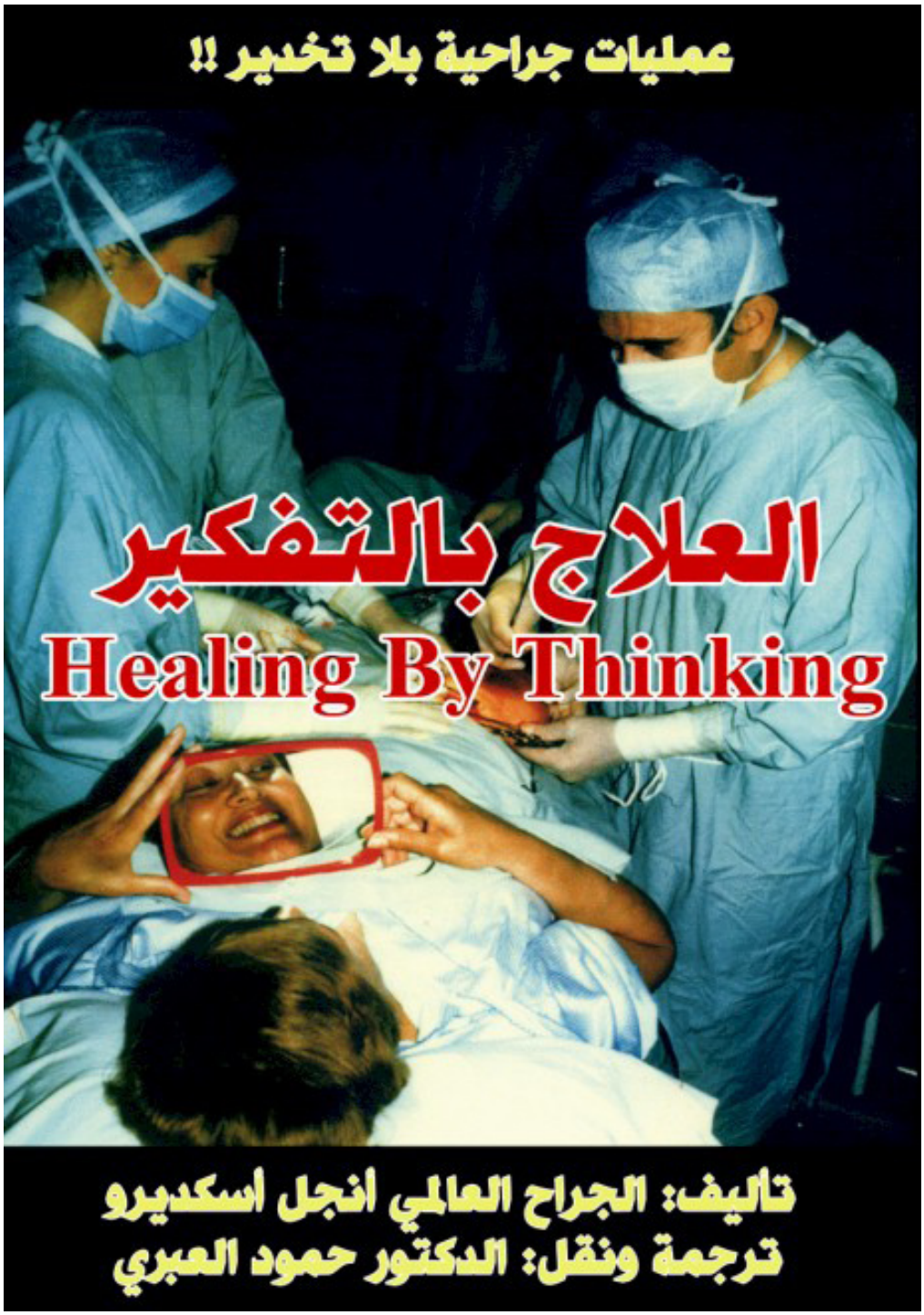


النسخة المجانية

www.HealingByThinking.com

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف والدكتور: حمود العبري

www.Dralabri.com

قائمة محتويات الكتاب:

- مقدمة المترجم (الدكتور حمود العبري)..... ٤
- صور من بعض أعمال المؤلف ٦
- مقدمة المؤلف (الدكتور أنجل إسكديرو) ١٢

الجزء الأول

١ - إلى القارئ ١٦
٢- النتائج وأهميتها ١٧
٣- الماضي ، والحاضر والمستقبل ١٩
٤- مولد العلاج بالتفكير ٢٢
٥- أختان تلدان في نفس اليوم ٣٦
٦- تماما كما تمت برمجته ٣٧
٧- ناقد تلفزيوني ٣٩
٨- أطفال في غرفة عملياتي ٤١
٩- أول أشرطتي الصوتية ٤٣
١٠-آفاق جديدة ٤٥
١١- البروفيسور بيللوك زيمرمان ٤٨
١٢- في غيبوبة ٥٠
١٣- دورة العلاج بالتفكير لأطباء الأسنان ٥٢
١٤- درس بعد الموت ٥٤
١٥- القوة الخلاقة للتفكير ٥٦
١٦- شجرة التين في حديقتي ٥٩

الجزء الثاني

١- خطوات للعلاج بالتفكير في مهنتي
٢- المفهوم والأسس البيولوجية للعلاج بالتفكير
٣- سمو فعل التفكير
٤- الاستجابة البيولوجية الإيجابية
٥- الاستجابة البيولوجية السلبية
٦- الحب يجعلنا ننبض باستجابة بيولوجية إيجابية

٧- معنى عملية التفكير
٨- التخدير النفسي الإرادي
٩- التخدير النفسي للحامل والجنين والتخدير النفسي في الجراحة
١٠- منذ اكتشاف الميكروسكوب
١١- عن التفكير
١٢- المعالجة الوقائية لتصلب الشرايين
١٣- العلاج بالتفكير والتخصصات
١٤- عن الألم
١٥- تجربة فريدة
١٦- التسكين النفسي للألم
١٧- آلية التسكين النفسي للألم
١٨- خصائص التسكين النفسي للألم

الجزء الثالث

١- علم دراسة تأثير التفكير على الحياة و الأمومة
٢- دراسة تأثير التفكير على الإنسان والحياة
٣- الجسم ، والروح ، والطاقة ، والآثام ، والحب
٤- الولادة الثالثة في حياة الانسان

- قائمة المصطلحات العلمية

مقدمة المترجم

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول لله وعلى آله وصحبه أجمعين

أرحب بكم إخواني وأخواتي الكرام في هذه الرحلة العميقة لفهم الذات و معرفة أسرار قدرات البشر التي سخرها لنا الله سبحانة وتعالى .

قبل سنوات كنت أدرس مرحلة الدكتوراه في تخصص التنويم الأكلينيكي وكنت مهتماً بكل ما يتعلق بتطبيقات إزالة الألم من خلال التنويم الإيحائي و بالصدفة شاهدت مقابلة للدكتور أنجل إسكديرو في قناة الدسكفري الأمريكية و هو يقوم بإجراء عملية جراحية كاملة بدون أي مخدر كيميائي , وقد أذهلني هذا المشهد ! خاصة وأن هذا ما كنت أبحث عنه منذ مدة طويلة , فتواصلت مع الجراح الأسباني الشهير أنجل إسكديرو , و قمت بزيارته في منزله في مدينة فلنسيا بأسبانيا , وبعد زيارتين لأسبانيا و حضور دوراته المتخصصة وجدت في هذا العلم فوائد رائعة ومعلومات عظيمة ليس فقط في المجال الطبي وحسب بل في جميع مجالات الحياة المختلفة .

فالدكتور أنجل إسكديرو استطاع أن يبرهن للعالم من خلال تخصصه قوة أثر التفكير على حياة الإنسان , فلو قلنا لكم مراراً وتكرارًا أن التفكير الإيجابي له أثر عظيم على حياتكم فالبعض لن يكون مهتماً بما نقول , ولكن عندما نذكر لكم أنه بالإمكان القيام بعمليات جراحية بدون أن نستخدم حتى مليجرام واحد من المخدر الكيميائي فإن الجميع سوف ينصت لنا بكل اهتمام .

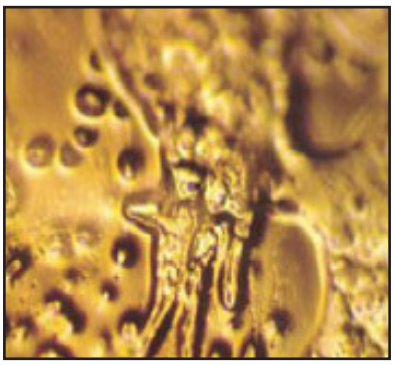
فالجراح العالمي أسكديرو طبيب مبدعُ خلاَّق طوَّع تخصصه الجراحي لتعريف الناس بأثر التفكير علينا وأهمية العيش في حالة ذهنية إيجابيه , ومن أهم مبادئ تلك الإيجابية التي ينبغي أن نعيشها مبدأ الحب , فالحب عبارة عن ذبذبات إيجابية تمد النفس والجسد بأفضل المشاعر الإيجابية والتي لها دور فاعل في الشفاء من الأمراض بإذن لله تعالى أو لبناء مناعة قوية للجسد تتصدى لسائر الأمراض..

خلال دراستي لهذا العلم أُعجبت ليس فقط بالمدرسة العلمية الجديدة التي أسسها الدكتور أنجل إسكديرو بل لفت نظري شخصيته الرائعة والمحبة والتي تشع بالإيجابية لكل من حوله فهو يعطي باهتمام و يريد من الجميع أن يعلموا أن لديهم قدرات كامنة , فقط كل ما عليهم هو استخدام القوة المطلقة لأفكارهم وسوف تؤثر بشكل إيجابي على حياتهم بإذن الله تعالى .

و من هنا أتت فكرة نقل هذا العلم المفيد إلى العالم العربي , و تم العمل بالتعاون مع الدكتور أنجل إسكديرو مؤسس هذه المدرسة الرائعة «مدرسة العلاج بالتفكير» فقمت بترجمة هذا الكتاب حتى يستفيد منه جميع المختصين في المجال العلاجي و الطبي و أيضاً كل من هو بحاجة إلى العيش في حياة صحية سعيدة من خلال توظيف قدراته الذاتية التي منحها له الله سبحانه .

وقبل أن أترككم مع الكتاب أود أن أذكر لكم أنه خلال زيارتي الأخيرة عرض عليَّ الدكتور إسكديرو بعض الصور لبلورات الماء والتي تم تصويرها في جهاز يقوم بالتقاط صور بلورات الماء بعد أن تم تجميدها في درجة حرارة خمسين

تحت الصفر, وهي جزء من بعض الأعمال المشتركة التي قام بها مع العالم الياباني يموتو Masaru Emoto خلال السنوات الماضية , وهذه الجزيئات من الماء تم التحدث إليها بكلام مختلف قبل تجميدها , فمثلاً تم التحدث في كوب من الماء بلفظ حسن مثل «أحبك» و في المقابل تم التحدث في كوب آخر بلفظ سيئ مثل «سوف أقتلك» وبعد أن تم تجميد الماء لوحظ ظهور بلورات جميلة في الماء الذي ذكر فيه كلمة أحبك , وفي المقابل ظهرت بلورات بشعة في الماء الذي ذكر فيه كلمة «سوف أقتلك» وهذا يدل على أن الماء مستقبل وناقل للمعلومات.



صورة بلورة الماء «سوف أقتلك»

صورة بلورة الماء «أحبك»

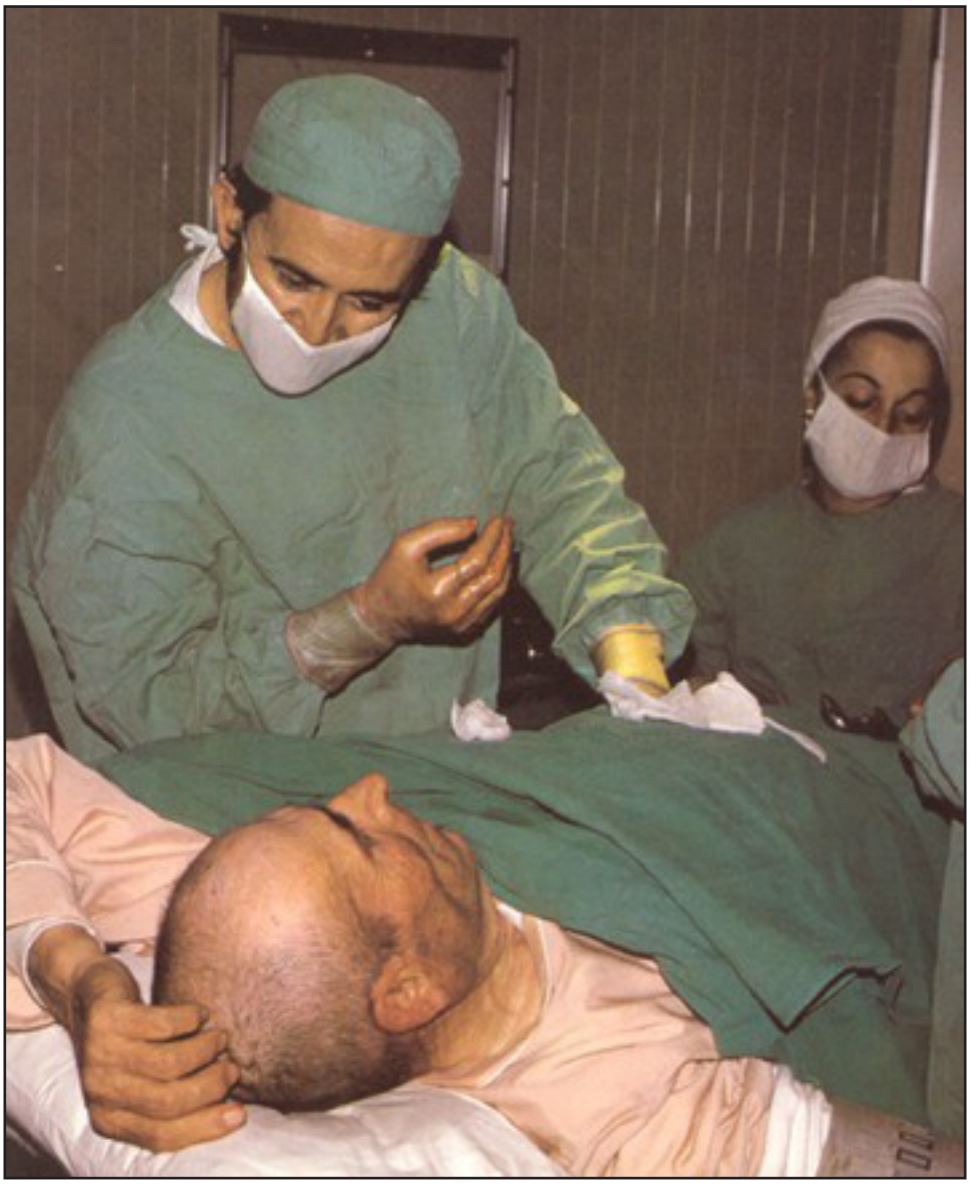
و حينها عرضت على الدكتور إسكديرو أن يقوم بتلاوة سورة الفاتحة من القرآن الكريم في كوب ماء ثم يقوم بتجميده لنشاهد شكل بلورات الماء , وجاءت النتيجة كما توقعت بلورات جميلة جداً توضح الأثر الإيجابي للقرآن الكريم على الماء .

وهذه الصورة هي صورة بلورة الماء بعد قراءة سورة الفاتحة عليها.
أدعكم تتأملون فيها لتشاهدوا بديع ما أنزله الله في قرآنه من إيجابيات لها تأثيرها العظيم في الماء .

صورة بلورة ماء بعد تلاوة صورة الفاتحة عليها بصوت الدكتور أنجل إسكديرو

مع أطيب الأمنيات، ، ،

د. حمود العبري
www.Dralabri.com



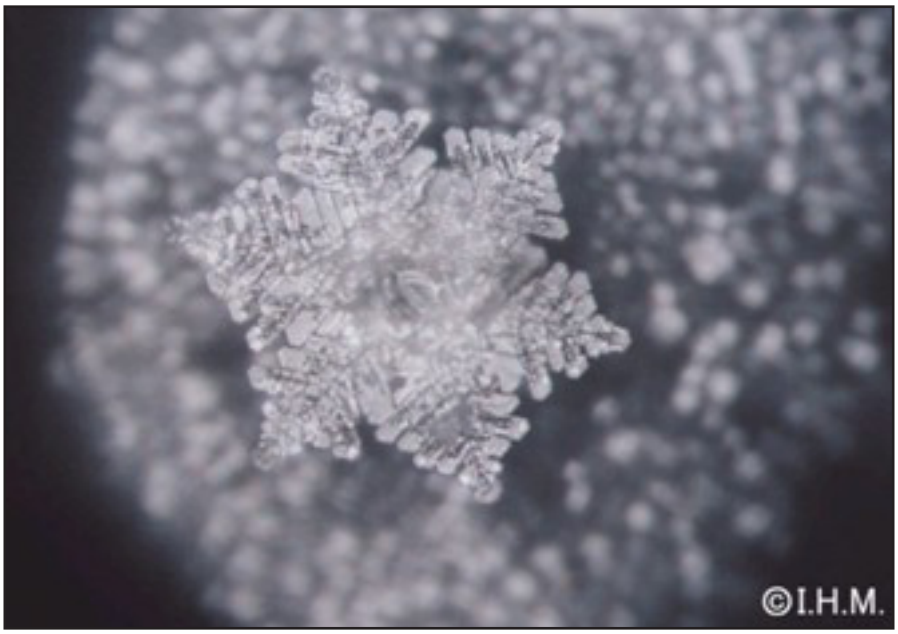
عملية جراحية باطنية
قطع سمبثاوي قطنيLumbar sympathectomy
باستخدام التخدير النفسي فقط Psychoanalgesia
«يد الجراح أسكوديرو داخل أحشاء المريض»

« قاعة عملياتي الجراحية»
تم حفر هذا الرخام من قبل الدكتور أسكوديرو و هذه من هواياته الشخصية

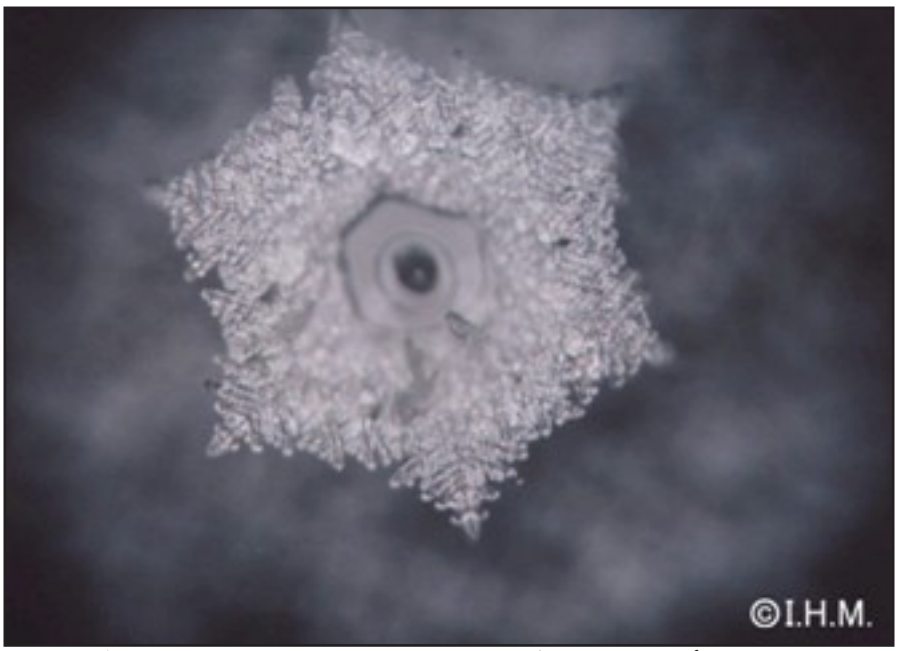
الولادة باستخدام تسكين الألم النفسي للأم والجنين (التخدير الذهني)
لاحظوا ابتسامة الأم

دان ، الكلب الذي خضع لعملية جراحية أجراها الدكتور إسكوديرو بغير مخدر كيماوي

بلورات المياه الخاصة بالدكتور إيموتو مع صوت الدكتور إسكوديرو :



بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي عليها : تعلم كيف تسترخي

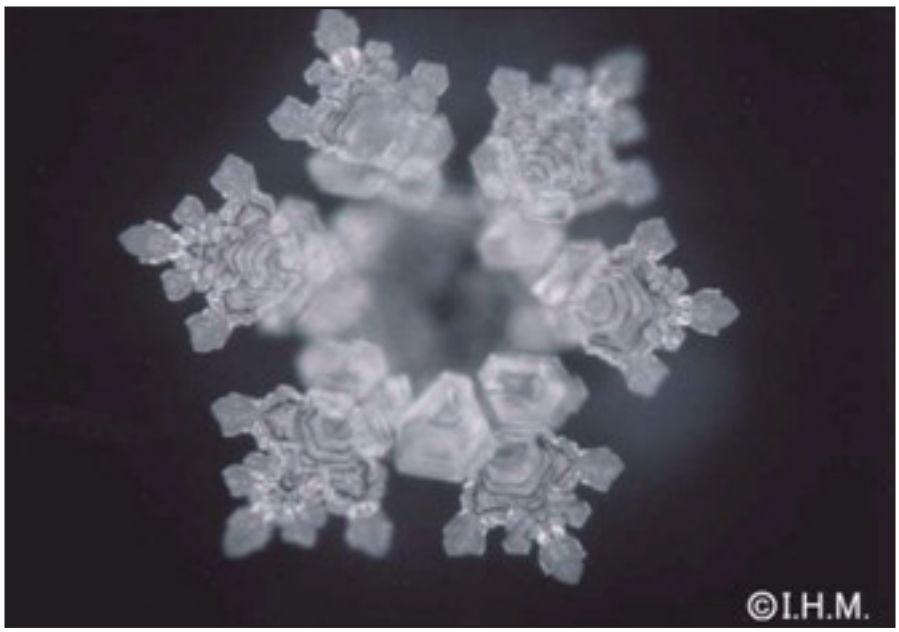


بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي عليها : تحكمي في ولادتك

بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي عليها : العلاج بالتفكير

بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي عليها : العلاج بالتفكير
للطلاب باللغة اليابانية

بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي عليها :
العلاج بالتفكير للطلاب ، باللغة اليابانية ، بصوت الدكتور أسكوديرو



بلورة ماء بعد أن تم تشغيل الإصدار الصوتي : المعزوفة الموسيقية لأنجل إسكديرو

المقدمة
PROLOGUE

أعاد العلاج بالتفكير Noesitherapy" أو "Healing by Thinking إلى المرضى الدور الأهم في عملية العلاج , إننا نعلّم مرضانا الكيفية التي يؤدي بها الدماغ وظائفه و أثر التفكير في حياة البشر , كما نمنحهم الاستقلالية بحيث يصبح كل منهم طبيب نفسه ، فننصحهم ونساعدهم ، فهم الذين يقع على عاتقهم تشغيل الآليات الطبيعية للتداوي وتغيير أسلوب حياتهم , إن ما أسعى للقيام به في هذا الكتاب هو ترك علامة بارزة ومشجعة مستقاة من تجاربي وذلك باستخدام القدرات الرائعة الكامنة في بني الإنسان والتي منحها الله والتي يتم عموما تجاهلها واستغلالها بشكل قاصر .

والآن ، أود فقط إعادة ذكر الفقرتين الأولى والأخيرة اللتين كتبتهما لمقدمة كتابي الأول الذي عنوانه : «الإرادة تقهر الألم» (١٩٧٣) :

« لقد وضع الله (سبحانه) قدرات رائعة في الطبيعة الإنسانية تظل كامنة في انتظار شحذها».

« أعرف أنك عندما تواصل القراءة ، فسوف تفكر في الأثر الذي يمكن أن يكون لهذه التعاليم في حالة تعميمها لأقصى مدى ممكن ، سواء في مجال الطب أم خارجه ، وفي أي نشاط إنساني , كما أنني مدرك تماما للشك الذي يراود المتكهنين حول صعوبات القيام بالتدخلات الجراحية بغير استخدام ملليجرام واحد من المخدر , ولكن حتى بالنسبة لأولئك الأشخاص ، يتعين عليّ القول بوجود مجال واسع من الإمكانيات التي تتراوح بين التدخلات الجراحية باستخدام المخدر النفسي psychological anesthesia ، وعدم استخدام مخدر على الإطلاق ، وأن هذه الإمكانيات في متناول الجميع , إن كل إنسان حر في رسم الأهداف الخاصة به ولكن ما أرجوه هو ألا تستبعدوا إمكانياتكم من منطلق الإعتقاد بأنكم لا تملكونها , فإنكم إن فعلتم ، فسوف تبرمجون عقولكم بطريقة سلبية , إن عليكم التفكير بأنكم قادرين أيضا على القيام بما تمكن الآخرون من القيام به وأن عليكم السير على الدرب الذي رسمتموه لأنفسكم بثقة « .

لقد قلت في الفقرة الأخيرة من مقدمة الطبعة الثانية (وها أنا أكرره هنا بنفس القناعة):

«إن النقطة التي وصلتْ إليها اليوم تجاربي الخاصة أصبحت واضحة وشفافة , فقد أصبحت الأشياء ذات بساطة أكثر فأكثر و تزداد سعادة مرضاي لأنهم يتعلمون كيفية استخدام طاقاتهم الروحية العظيمة من خلال تفكيرهم « .

إن تدريس المعارف الأساسية عن الإنسان والتي اكتسبتها من خلال تجاربي الواسعة في المراحل الابتدائية من الدراسة سوف يحدث تغيرات إيجابية للغاية من شأنها إثراء مجتمعنا .

والعلاج بالتفكير هو رابع كتاب لي يتم نشره , أما الكتب الثلاثة السابقة فقد تم وضعها ونشرها في غضون شهرين وكانت أشبه بسرد صحفي لإنجازات حياتي المهنية , لقد وضعت هذه الكتب من منطلق حرصي الشديد على تسجيل وجود العلاج بالتفكير Healing by Thinking وعلى ترك إثبات يجسد هذه التجارب .

لقد خضعت النسخة الأسبانية من هذا الكتاب للتأمل والدراسة طوال ٢٢ عاما ، منذ عام ١٩٧٦ إلى أن تم نشرها في أسبانيا في عام ١٩٩٨ وتمثلت أكبر مهمة خلال تلك السنوات في تقليص حجم النص ولكن مع المحافظة على جوهر

تجربتي المهنية : كافة التدخلات الجراحية بواسطة تسكين الألم النفسي الإرادي ، وتطبيق تسكين الألم النفسي للأم والجنين على الأمومة ، والتطبيقات في كافة التخصصات الطبية وفي أي نشاط إنساني ، وكيف أنها أتاحت لنا تحقيق نتائج أفضل , لقد تمكنتُ من إثبات إمكانية تطوير النظام المناعي في مرضاي لدرجة الوصول إلى نقطة انعدام الإلتهابات بعد الجراحة ، بغير حاجة إلى استخدام المضادات الحيوية في آلاف العمليات الجراحية التي أجريتها على مدى ثلاثين عاما , كل هذه التجارب تثبت صدق ما أقوله .

كما أثبتُ بأن العيش في استجابة بيولوجية إيجابية (Positive Biological Response (PBR يحسن من نوعية الحياة , ويمنع من تطور أي مرض , وأن العيش بفم رطب (كما سوف يتضح عند قراءة هذه الصفحات) هو العلامة الرئيسية على أن الاستجابة البيولوجية الإيجابية حاضرة وهو أمر يمكن أن يحسن أي وضع إنساني لو استخدم بحكمة .

يتعلم مرضاي العيش في سعادة ويستشعرون الحاجة إلى مشاركة كل من حولهم في المنافع التي وجدوها في حياتهم وهي القوة الخلاّقة لأفكارهم , كلمة الحب وحدها هي التي تعبر عن هذا الإحساس بضرورة مشاركة الآخرين في المنافع التي حققوها وهذا هو الدواء أو العلاج الوحيد لكافة المشاكل في حضارتنا ، تلك الحضارة التي يحكمها الخوف باعتباره الحافز الرئيسي لكافة الأفعال الإنسانية .

وأثبتُ أيضا بأن مرضاي تمكنوا في أول زيارة لهم من حل مشاكلهم وبعد سنوات طويلة من المعاناة ومن التكاليف الاقتصادية الباهظة ومشاكل لا تعد ولا تحصى نجمت عن الأعراض الجانبية للأدوية التي وصفت لهم من التغلب على أمراض لا يعرف الطب التقليدي عنها سوى النزر اليسير ، مثل ألم ألياف العضلات ، و نجاحهم في حل مشاكلهم , وهذا مما يشعرني بسعادة غامرة .

لقد توصلتُ إلى التأكيد بأن أسباب المرض بالنسبة لكافة أنواع العدوى والأمراض الخطيرة ، بما فيها السرطان ، تنبع من قضايا إنسانية لم يتم حلها أو قبولها (صراع داخلي) , وهو ما يؤدي إلى وضع من يعاني منها في موضع الاستجابة البيولوجية السلبية (Negative Biological Response (NBR وإلى خفض قدرتهم الداخلية على التحكم ، تلك الآلية الرائعة و الموجودة داخل كل إنسان والتي يتمثل الغرض منها في التأكد من أن كافة الوظائف البيولوجية تؤدي عملها على الوجه الصحيح وبدء تشغيل الآليات الطبيعية لاستعادة الإتزان وهي آليات العلاج الطبيعية .
وأثبت أيضا أنه من أجل استعادة وظائف التحكم الداخلي ، هناك دواء واحد فقط وهو استعادة الإثارة والرغبة في الحياة والاستمتاع بها وهو عمل لا يستطيع أي دواء أو أقراص القيام بها .

إذا سألني أي شخص أين تقع القدرة الداخلية على التحكم ، فلا يوجد لديّ اليوم أدنى شك في أنها تكمن في الروح الإنسانية وهي همسة من الخالق , وإذا كان كل ما يبقى بعد انفصال الروح عن الجسد هو جثة ، فمن الواضح أن الطاقة الحيوية للحياة تقع داخل الروح , يمكننا إذن استخدام هذه الطاقة سواء للأفضل أم للأسوأ أثناء حياتنا ومن خلال أفكارنا , إن التفكير هو الأداة التي منحها لنا الخالق لجذب الخير أو الشر إلى حياتنا ، باستخدام الطاقة الروحية ، والتي تنبع منها القوة الخلاّقة للتفكير .

إن ما نجذبه إلى حياتنا وإلى محيطنا متوقف على كيفية استخدامنا لهذه الطاقة الخلاّقة للروح , ينبغي لنا إذن أن نكون واعين بكيفية استخدام هذه القوة الخلاّقة للتفكير بإرادتنا الحرة .

أريد أن أترك تأكيدا لهذه الهبة غير العادية التي منحها لي الباحث الياباني الدكتور ماسارو إيموتو بعد مقابلتنا الأولى في سبتمبر ٢٠٠٥ وهي بعض البللورات الرائعة التي جرى تصويرها بعد تعريض مياه مقطرة إلى تسجيلاتي الصوتية وموسيقاي .

إن ما نعرفه عن المياه ، وهي أم الحياة وهذا هو السبب في أن الدكتور إيموتو يعد مدهشا بكل ما في الكلمة من معنى : لقد أثبت بأن الماء يتجمع وينقل المعلومات من كل شيئ يحيط به كالأفكار ، والكلمات ، والعواطف ، والصوت ،

الخ .. إضافة إلى إثباته أن العلاج بالتفكير أو Noesitherapy حقيقة واقعة وإذا كان ثلاثة أرباع وزننا عبارة عن مياه وأن كافة العمليات البيولوجية التي تبقينا على قيد الحياة تحدث في محيط من المياه ، فمن الواضح إذن أنه كلما كانت هذه المياه أفضل علماً وتنظيماً في أجسامنا ، كلما كانت حالتنا الصحية أفضل .

لقد تمكنت طوال حياتي المهنية الطويلة من إثبات ثلاث حقائق يمكن أن تغير التطور الخاطئ لنوعنا إذا تم تدريسها في المدارس الابتدائية .

أولاً : أنه من الأفضل أن نعيش بفم رطب من أن نعيش بفم جاف وهذه هي أهم علامة على العيش في استجابة بيولوجية إيجابية (Positive Biological Response (PBR , أما عن السبب فإنني حريص على أن تواصلوا القراءة لتعرفوه .

ثانياً : أن الطاقة التي تحافظ على الحياة في الكائن البشري تكمن في الروح وهي همسة من الخالق (سبحانه وتعالى) .

ثالثاً : أن القوة الخلاّقة للتفكير تكمن في قدرتنا على استخدام طاقة الروح في حياتنا لأنها الأداة المعدة سلفاً لهذه الغاية , وينبغي علينا أن ندرك بأن هذه الطاقة تخلق الشر والخير معا ، تبعا للكيفية التي نستخدمها بها , إن لدينا الإرادة الحرة للاختيار والعيش بإحدى الكيفيتين .

هذه الحقائق الثلاث تفسر العديد من التصرفات الإيجابية التي شهدتها والتي راقبتها طوال حياتي المهنية من خلال مرضاي .

أنجل إسكوديرو
المؤلف

الجزء الأول

-١-

إلى القارئ
TO THE READER

عزيزي القارئ : أود أن أطلعك على بعض الأشياء عن تجربتي المهنية على أمل مساعدتها لك على فهم بعض القدرات الكامنة فيك بشكل أفضل , أود أن أخبرك على وجه الخصوص بما يعنيه تفكيرك في حياتك : إن أفكارك عبارة عن برامج أصلية يصنعها حاسوب مخك وسوف يستخدم كل ما في متناوله لمحاولة تطبيقها في حياتك .

لقد أجريت منذ العام ١٩٧٢ أكثر من ألف تدخل جراحي بغير تخدير كيميائي (وعندما تواصل القراءة) سوف تكتشف كيف أعلم مرضاي كيفية برمجة كل الفوائد التي هم في حاجة اليها بالتفكير في ذلك وحده وبهذه الكيفية ، يمكنهم بسهولة تخدير ذلك الجزء من أجسادهم الذي هم في حاجة إلى تخديره أو جسدهم بأكمله إذا كان ذلك ضرورياً , إن ما تعلمته ، وطورته وقمت بتدريسه على مدى السنين ، وما أريد أن أقدمه لكم ، هو كيف يمكن لتغييرك للطريقة التي تفكر بها مساعدتك ليس فقط في غرفة العمليات وانما أيضا في جميع مجالات حياتك و باستخدام هذه الطريقة يصبح الحمل و الولادة تجربة مختلفة وأكثر إيجابية وتتحسّن نتائج كافة التخصصات الطبية ، ويتعلم الناس كيفية تجنب الضغط النفسي ونأثيره على الصحة ومن ثم كيفيبة العيش بحياة أسعد وبطريقة سهلة .

لا توجد حيلة للقيام بذلك ولهذا السبب ، لا تبحث في هذه الصفحات عن أية « معادلة سحرية» لأنها غير موجودة , وعلى أي حال سوف نجد بأن «اللمسة السحرية» الوحيدة هنا هي تلك التي يستدعيها الحب والثقة وكلاهما يمكننا ايقاظهما فيمن يحتاجون إلينا , وبغير هذه اللمسة السحرية تفقد الكلمات معناها وقوتها ولا تجري الأمور كما كانت في السابق , ويسري ذلك أيضا على العلاج بالتفكير : فالحب محفز ضروري في العلاقة بين المريض وبين المعالج بالتفكير , إن ظهور المرض في العادة عبارة عن غياب للحب في حياة الأشخاص وهو ما يترجم إلى عدم انسجام نفسي – بدني , وما المرض النفسي أو الجسدي سوى طلب للحب.

إذا كان الطب الوقائي هو أفضل طب ، فليس هناك إذن معالجة وقائية أفضل من العيش بالحب , ليس هذا كلام افتراضي أو شيئ يسري فقط على من يملكون هذا الاعتقاد , وسوف تكتشف فيما بعد أن هناك تفسيراً علمياً واضحاً لذلك .

أود أن أشجع على وجه الخصوص قراءنا من غير الأطباء على مواصلة القراءة وعدم القلق على الإطلاق إذا كانوا لا يفهمون معنى بعض المصطلحات الطبية المستخدمة في هذه الصفحات . فبإمكانهم الرجوع إلى «قائمة المصطلحات العلمية» في آخر الكتاب والاستمرار في القراءة لأن القراءة هي التي سوف تثري معرفتهم بأنفسهم وسوف توسع آفاق إمكانياتهم وآمالهم في الحياة , عندئذ سوف يكونون قد وصلوا أيضاً إلى فهم بعض المصطلحات المستخدمة عادة في مهنتنا والتي كانت غامضة عليهم فيما مضى .

-٢-

النتائج وأهميتها
RESULTS AND THEIR IMPORTANCE

النتائج هي أهم الأشياء في الطب , قد أكون كتاب متحرك للمعلومات الطبية ولكن إذا لم تتحسن صحة مرضاي ، فمعنى ذلك أنني والعلم لا نقدم شيئا يذكر لهم , ولذلك إذا وجد المرضى طريقهم إلى معالجة أنفسهم بأنفسهم بفضل الله ثم ما علمتهم ، بذلك أكون قد قمت بواجبي تجاههم .

أولاً وقبل كل شيئ ينبغي عليّ أن أعلم مرضاي الرغبة في أن يكونوا أصحاء , إن عليهم التفكير في السعادة التي يحتاجونها وسوف يكتشفون نتيجة لذلك قدرات داخل أنفسهم لم تكن معلومة لديهم .

عندما نحقق نتائج إيجابية ، نحتاج إلى التفكير في أن الجانب الإيجابي للنتيجة أكثر أهمية من المعرفة بالآليات التي جعلتها ممكنة , والتي قد تكون في هذا الوقت بعيدة عن متناول فهمنا , ولذلك فإن الشيئ الأساسي بحق هو تعلم كيفية ذكر وتكرار النتيجة الإيجابية التي نحتاجها وذلك عندما نحتاج إلى حدوثها , ليس معنى ذلك بطبيعة الحال التخلي عن البحث عن الفهم الكامل للكيفية التي حدثت بها وإنما أننا نحتاج فقط إلى فهم أهمية تحقيق النتيجة المرغوبة أولاً .

إن الرجل الجائع في حاجة إلى أن يأكل وذلك على الرغم من عدم إدراكه لعمليات الهضم والأيض التي سوف تسكت جوعه , إن الإنسانية جائعة إلى الحلول لمشاكلها .

لقد مرت مئات الحالات من المرضى على غرفة العمليات الخاصة بي منذ ٤ يوليو ١٩٧٢ عندما أجريت عملية لأول مرة ل اريكا لاكنر التي كانت تعاني من أوردة دوالية وبواسير متجلطة varicose Veins وذلك باستخدام طريقتي الخاصة للحصول على تخدير نفسي , لقد سمح لي كل هؤلاء المرضى بالقيام بعملي الجراحي تحت التسكين النفسي الإرادي (Volitive Psychoanalgesia (VPA.

كان هؤلاء المرضى في وعيهم ومتنبهين تماما لما يحدث وهم على طاولة العمليات ويشعرون بالسكينة والسعادة , وكانوا أثناء قيامي بإجراء العمليات الجراحية لهم يستمعون إلى موسيقى ، أو يتحدثون عن الأشياء التي يريدون التحدث عنها أو ينظرون إلى أنفسهم في المرآة لمشاهدة تحكمهم التام في أنفسهم ومظاهر الصحة البادية عليهم , وكان المرضى متمتعين بحرية تامة وغير مقيدين في أثناء قيامنا بعملنا , وبعد انتهاء العملية الجراحية كانوا يغادرون غرفة العمليات سيراً على الأقدام ويعودون إلى ممارسة حياتهم الطبيعية , ولكن بفارق واحد بالطبع هو تغير قدرتهم على التحكم في حياتهم عن طريق التفكير وهذا سوف يلازمهم إلى الأبد .

إن المرآة التي ذكرتها لتوي ليست مجرد شيئ لا قيمة له بالنسبة لمرضاي , كلا ، فقد كانت تعكس لهم صورة لأنفسهم أثناء هذه الظروف الخاصة للغاية – في أثناء قيامي بإجراء عمليات جراحية لهم بغير مخدر كيماوي , هذه المرآة تمنحهم بلمحة واحدة معلومات كاملة عن حالتهم وقدراتهم الذاتية وعن السعادة والغبطة اللتين كانوا يشعرون بهما أثناء هذه التجربة المثرية , في هذه الحالة تبدو المرآة كأفضل أداة تقييم ذاتي و تغذية راجعة يمكن أن تتواجد وهي أداة تشجعهم على الثقة بالنفس وعلى السكينة .

تخيل شخصا مثل الخباز أو اللحام أو المدرس في الجامعة أو ربة المنزل بعد الخضوع لتدخل جراحي معقد لمعالجة الأوردة الدوالية بغير حاجة إلى تخدير كيماوي حيث بإمكانهم مغادرة غرفة العمليات سيرا على الأقدام للعودة إلى حياتهم الطبيعية , لقد فكروا بالإضافة إلى ذلك في أنه كان من مصلحتهم استخدام القوة الخلاّقة لتفكيرهم للتغلب على اعتمادهم السابق على المعالجات الكيميائية . إنهم ليسوا في حاجة إلى مضادات حيوية على الإطلاق ولم تصادفني ولو حالة واحدة من الإلتهابات بعد العمليات منذ العام ١٩٧٢ , معنى ذلك أن الطريقة التي نستخدمها تحسن النظام المناعي , بالإضافة إلى كافة

الأشياء الأخرى التي ذكرناها .

هذه النتائج مذهلة وتأتي على العكس تماماً مما يحدث في المستشفيات في جميع أنحاء العالم حيث نسبة الالتهابات بعد العمليات الجراحية مرتفعة إلى حد كبير.

لقد أعلنت هذه النتائج رسميا للمرة الأولى في المؤتمر الدولي الرابع للألم (سياتل ، واشنطن ، الولايات المتحدة الأمريكية ، ١٩٨٤) وفي الفرع الأوروبي للجمعية الدولية لمبحث الأوردة (لندن ، سبتمبر ١٩٨٥) وغيرها . هذه النتائج كانت تتكرر بشكل يومي وينبغي أخذها في الاعتبار , وينبغي علينا التوقف والتفكير في معنى ذلك ، ليس فقط بالنسبة لنا ولكن بالنسبة للطب ككل .

بعد عدة تجارب مشجعة ، قررت نقل تجربتي في الجراحة إلى مجال الأمومة , وفي أثناء قيامي بذلك اكتشفت أن ما أصبحت أشير إليه بتسكين الألم للأم والجنين هو ذاته يعني تقدماً ثورياً في وسائل تعليم الأمهات نظراً لبساطة وفعالية نقل هذه التعاليم إليهن , وتحتاج الأم إلى جلسة تدريب واحدة فقط أثناء أيٍ من شهور الحمل لكي تلد بلا ألم .

تكتسب المرأة درجة هائلة من الاستقلالية والثقة بالنفس ، إضافة إلى فوائد واضحة للطفل الذي يأتي إلى الدنيا بهذه الكيفية , ويعد آلاف الأطفال الذين ولدوا باستخدام النظام الخاص بي في أسبانيا وفي دول أخرى دليلاً حيا على هذه المميزات , فهم جيل جديد من الأشخاص أصبحوا يتمتعون بإمكانيات أكبر في الحياة لأنهم لم يمروا بصدمة الولادة في محيط من المعاناة وفقدان الحماية التي يكفلها رحم الأم .

هذه التجارب ، التي ازدادت من خلال عملي مع مرضاي في كافة التخصصات الطبية ، تسمح لي بأن أؤكد بأن حدود ما هو ممكن في الطب ، وفي الحياة الانسانية ذاتها ، قد اتسعت كثيرا .

سوف أسعى ضمن قدراتي للتوصل إلى تفسيرات لهذه الحقائق حتى أجعلها جزءا من العالم , وسوف نسعى إلى تحقيق فهم أفضل للأشخاص الذين يعيشون بشوق لا نهائي إلى السعادة , ولكنهم يبحثون مع الأسف في الاتجاه المعاكس تماماً .

-٣-

الماضي ، والحاضر والمستقبل
PAST, PRESENT AND FUTURE

يعتقد الانسان أنه في طريقه إلى التقدم لأنه يتعلم نزراً يسيراً جديداً في كل يوم عن المادة التي تحيط به وعن جسده , ولكن إذا جاء اليوم الذي يتمكن فيه الإنسان من اكتشاف كل ما يمكن اكتشافه عن الكيمياء الحيوية ، فإنه سوف يظل مع ذلك بعيدا كل البعد عن معرفة حقيقته هو , وهذا ما سوف يحدث , إلا إذا قام الإنسان بطبيعة الحال بالبحث ليس فقط عن معرفة المادة , وإنما أيضا وفي أثناء ذلك عن معرفة روحه وكيفية استخدام مصادر الطاقة الهائلة التي تكمن داخله .

ومما يؤسف له أن كل التقدم في العلوم والتقنيات الحديثة لم يفد في تطويرالانسان بشكل أفضل , وبالإضافة إلى ذلك إذا استمر الإنسان على جهله وتعلقه بالمادة ونسيانه المستمر لمسائل الروح ، فإنه سوف يواجه خطراً جسيماً يتمثل في تدميره لنفسه بواسطة موضوع رغباته وانشغاله ألا وهو المعرفة بالمادة وامتلاكها .

إن الإنسان يدمر نفسه من عدة نواح من خلال تقدمه الافتراضي ومصادر الحياة التي يعتمد عليها .فقد اكتشف البارود والديناميت ولم يجد وسيلة أفضل لاستخدامها سوى في الحروب , كما اكتشف الانشطار النووي ثم ظهرت القنبلتان الذرية والهيدروجينية , فهل سوف يتمكن الإنسان من التوصل إلى التطبيقات السليمة والسلمية للظاهرة المعاكسة , ومن الاستخدام الإيجابي للإمكانيات الرائعة الإندماج النووي ؟ إن الإنسانية مجنونة وحكامها مستمرون في الضغط على محرّك الجنون في كل يوم , دعونا نأمل أن بني الإنسان سوف يتنبهون لهذا الخطأ قبل فوات الأوان .

لقد بدأ الانسان لتوه في الوعي بالبيئة المحيطة به , ومع ذلك نجد بأن التلوث بصدد تغيير التوازن البيئي لكوكب الأرض , ولكن الخطر يكمن ليس فقط في التلوث المادي الذي يؤثر على الجو , ولكن في التلوث النفسي الناتج عن كل هذا الكم من الفكر السلبي وهو السبب الرئيسي للشر الذي نعاني منه – ذلك الشر الآخذ في التعاظم ، لا شعوريا ، أو عن جهل أو حتى بسوء نية ، وفي الانتشار من خلال وسائل الإعلام حتى يصل إلى عقول كل بني البشر .

اليوم يموت العديد من البشر نتيجة للألم النفسي القاتل الناتج عن كل ذلك الذي يعرف ب « التقدم « وتأثيره المتمثل في الضغط النفسي ، والتشوش العصبي ، وتصلب الشرايين ، والأزمات القلبية والسرطان .

إن الشباب الذين تستنفذهم كل هذه المادية والحاجة إلى اقتناء المزيد على الدوام يصبحون يائسين ويملون من الحياة , كما أنهم يجدون أنفسهم منساقين إلى البحث عن ملاذ في الأدوية المخدرة ، بحثاً عن أحاسيس جديدة تساعدهم على الهروب من الواقع الذي يعيشون فيه , ما يحدث هو أن أسراً بكاملها تدمر والثقة في المبادئ الأخلاقية تصبح عرضة للتشكيك (المبادئ التي وفرت بحكم منشئها قيماً صحية للحياة) كما تتعاظم التعاسة وكذلك الحاجة الملحَّة إلى استعادة أو اكتشاف قواعد جديدة لإعادة تنظيم حياتنا .

مستقبل الإنسان في أيامنا هذه محكوم بالخوف ، ذلك الخوف الذي بذر في لا- وعي الإنسان في لحظة مهمة من حياته ، ألا وهي لحظة الميلاد ، عندما يخرج المولود إلى الحياة في ألم لأنه فقد الحماية التي كانت أمه تكفلها له داخل رحمها , إن الولادة يمكن أن تكون تجربة مخيفة للغاية بالنسبة للمولود وهو خوف يترك بذرته داخل الإنسان الذي سوف يظل حينئذ محكوماً به على الدوام .

هذا الخوف اللا- نهائي يصاحب الإنسان طوال حياته , فكل تغيير داخله يوحي له بالألم الذي عانى منه عند الولادة , وبما أن الحياة عبارة عن سلسلة غير منقطعة من التغيرات ، يعيش الإنسان محكوماً بالهلع إلى أن يتم تعليمه الخوف من الله ذاته (سبحانه) في حين أن الله ليس سوى الحب ذاته.

لقد ظهرت الجيوش (وهي التعبير الجماعي عن الخوف الفردي) أصبح الناس يريدون الحفاظ على السلام من خلال إرهاب الآخرين في حين أن الحب وحده هو الذي يمكنه تحقيق السلام .

إن من الضروري تحريره من قيود الخوف ومن الجهل بقدراته ، وعلى وجه الخصوص الجهل بحقيقة أن كل واحد من أفكاره عبارة عن برنامج فعلي في حاسوب مخه وأن حياته تبنى فكرة بفكرة .

يبني الإنسان مستقبله في كل يوم باستخدام موارده الخاصة بشكل أو بآخر ، ولكن الكيفية التي يستخدم بها هذه الموارد هي التي تحدد نوعية مستقبله , لقد تعلم الإنسان أن يضع الشر كمقياس لكل شيئ وتجاهل الضريبة الباهظة التي عليه أن يدفعها مقابل ذلك طوال حياته .

من المؤكد أن هناك آفاقاً جديدة للأمل في حياة الإنسان ولكن من الضروري تحريره من صدمة الولادة ومن المخاوف اللاشعورية من التغيير في حياته , وبالإضافة إلى ذلك من الأهمية بمكان بالنسبة له اكتشاف معنى القوة الخلاّقة لتفكيره لإثراء وجوده .

إن المخ يوجه فسيولوجيتنا وحياتنا ولكن من الذي يعلمنا برمجة وإدارة كمبيوتر المخ الخاص بنا ؟ هذا هو ما أريد منكم الوصول إلى فهمه من خلال قراءة هذه الصفحات : كيف يمكنكم برمجة مخكم بحيث تصبح حياتكم إيجابية وتستحق أن تعيشها بالقدر الذي تحتاجونه ، من خلال تعلم الشعور بالسعادة , وإذا كان مستقبلكم هو الانعكاس المنطقي لماضيكم وحاضركم ، فيمكننا باستخدام هذه الطريقة العثور على موارد مثيرة للدهشة ومشجعة لصنع مستقبل سعيد ومفعم بالأمل .

في حياتي المهنية كطبيب وجراح ، شاهدت مرضى تغلبوا على الألم في أقصى الظروف تنوعاً واختلافاً , لقد تعلموا كيفية تغيير الشر إلى خير.

لقد شاهدت مرضاي يحققون تسكين الألم النفسي الذي جعل اجراء عمليات جراحية لهم بغير مخدر كيماوي ممكنا لمئات من المرات .

كما أجريت مئات عديدة من التدخلات الجراحية تحت تسكين الألم النفسي الإرادي .

شاهدت مرضاي يشفون أنفسهم بأنفسهم من أمراض مختلفة أو يغيرون تطور هذه الأمراض بشكل كبير، حتى في الحالات التي كانت تعد مستعصية على الشفاء وذلك عندما استخدموا أفكارهم كدواء , لقد علمناهم برمجة إرادتهم للحياة بشكل أفضل وحاجتهم إلى الخير في عمل المخ .

كما شاهدت نساء يلدن وابتسامة رائعة مرتسمة على شفاههن بفضل تسكين الألم للأم والجنين الذي يمكن تحقيقه خلال أي شهر من الحمل بعد جلسة تدريب واحدة فقط .

شاهدت أطفال يولدون وشيئا إيجابيا لا يمكن وصفه مرتسم على ملامحهم لأنهم شاركوا أمهاتهم تجربة تسكين الألم النفسي , ما حدث أن بذرة الخوف من التغير في الوضع (من أمان رحم الأم إلى العالم الخارجي) لم تبذر في أرواحهم ومن ثم أصبح تطورهم الحركي النفسي أسرع وأكثر إيجابية منه في الأطفال الذين ولدوا بغير هذه الحماية .

وشاهدت أيضا أشخاصا وجدوا حلولاً لمشاكلهم باستخدام الطاقة الخلاّقة لأفكارهم بالشكل الصحيح فأصبحوا أكثر إنتاجية في وظائفهم ودراستهم وفي أنشطة أخرى , كما نجحوا في تحسين علاقاتهم الاجتماعية وتعلموا كيف يعيشون حياةً أسعد , وبالإضافة إلى ذلك ، نجد بأنهم في الوقت نفسه بدأوا يفكرون في الآخرين وأصبحوا راغبين في

اقتسام الخير الذي عمّ عليهم معهم وهذا يا أصدقائي هو الحب .

هذه هي الحقائق التي وجدها مرضاي أثناء خوضهم لتجربتهم ولذلك ، اذا سألتموني عما علمتهم فسوف أقول لكم أنني علمتهم كيفية استخدام الطاقة الخلاّقة لأفكارهم بشكل صحيح وأكثر إيجابية.

تعرف عملية التفكير باللغة اليونانية بكلمة Noesis ولذلك أطلقت على نظام العمل الذي أطبقه Noesitherapy أو العلاج بالتفكير Healing By Thinking . أما Noesiology فهو العلم الذي يدرس نتائج و أثر التفكير على حياتنا.

يتصور هذا العلم مستقبلاً مفعماً بالأمل للإنسان ويكفي لبني البشر أن يكونوا واعين بالقدرة الرائعة للتفكير والتي تسمح لنا بإيقاف الآليات البيولوجية المنتجة للألم للوصول إلى تسكينه نفسياً , سوف نتوصل بذلك إلى الطريق لبدء الآليات الطبيعية للشفاء ، وتغيير المرض إلى صحة وسوف تتعلم النساء كيفية الاستمتاع بأمومة وولادة سعيدة , إن أولئك الذين يفهمون معنى الأفكار الخاصة بهم يصبحون أقرب إلى السعادة وإلى كل شيئ نافع يحتاجونه ، وكذلك إلى إشراك الآخرين في ذلك .

-٤-

مولد العلاج بالتفكير
THE BIRTH OF NOESITHERAPY

أود أن أبدأ هنا بإخباركم ببضعة أشياء عن حياتي وتجربتي وهي مأخوذة عن كتابي الأول « الإرادة تقهر الألم » ١٩٧٣ ، على أمل أن يساعدكم ذلك على فهمي بشكل أفضل .

التاريخ السابق باختصار

كان بدني يقشعر في كل مرة كنت أشاهد فيها إعطاء إبرة ومع ذلك فقد قررت دراسة الطب في كلية طب فالنسيا (أسبانيا) .

أنهيت دراستي الثانوية في المدرسة اليسوعية في سانتو دومنجو ، في مدينة أوريهويلا ، والتي كانت تبعد أربعة كيلومترات عن مسقط رأسي وهي بلدة ريدوفان في إقليم آليكانتي على سفح الجبل الصخري الأسود , هناك أنفقت طفولتي بين جبلين ، ذلك المكان هو بلدتي الأم والآخر في أوريهويلا على سهول يسمدها نهر سيجورا في بعض الأحيان وفي أحيان أخرى تغمرها المياه أو تصبح جافة للغاية .

أثناء الأسبوع الأول من دراستي في كلية الطب ، آليت على نفسي أن أتغلب على ذلك الشعور غير المريح الذي تحدثه في الحقن , كنت قد قبلت كطالب منحة في عيادة سان اجناسيو دي لويولا تحت إشراف الطبيب الجرّاح د. مانويل سيجورا Dr. Manuel Segura.

أخبرت إحدى الراهبات في العيادة برغبتي في إعطاء أكبر كم ممكن من الحقن وسرعان ما بدأت أشعر بالثقة والمحقنة في يدي لقد تغلبت على صعوبة بسيطة , بعد ذلك ببضعة أشهر أجريت أول عملية تخدير عام لمريض كان يعاني من قرحة مثقوبة في المعدة ، في وقت كان فيه جهاز أومبرادن الشهير لا يزال مستخدماً , أجري هذا التدخل الجراحي في منتصف الليل وأتذكر أنني لم أسمع الساعة المنبهة في الصباح الباكر حيث واصلت النوم بعد ذلك لعدة ساعات أخرى , ولا أدري ما إذا كان ذلك بسبب الرضا عن أول تخدير كيماوي أعطيته للمريض أم الأثير الذي استنشقته , حدث هذا (إذا لم تكن ذاكرتي قد خانتني) في يوم الثلاثاء ١٣ ديسمبر ١٩٥٠ .

وهناك تجربة أخرى أثرت عليّ كثيرا في ذلك العام وهي مشاهدتي لوفاة أم شابة في قاعة العمليات أثناء إجراء عملية ولادة قيصرية لها , لقد أخفقت كل الجهود التي بذلتها طبيبة التوليد وبقية أعضاء فريقها لانقاذ حياتها فولد رضيعها يتيماً , احتجت إلى بعض الوقت للتغلب على الانطباع الذي خلفته في هذه التجربة ولم يهدأ شعوري حتى بعد معرفتي بأن قلب المريضة كان عليلاً , لقد مارست هذه التجربة تأثيراً لا يستهان به على حياتي المهنية .

وعلى الرغم من رغبتي الدائمة في أن أصبح جراحاً ، كان التخدير بالنسبة لي حجر عثرة أكثر من أي شيئ آخر, ورغم ذلك فقد ترك التخدير علامة على مستقبلي المهني , في أثناء المحاضرات النهائية لدراستي للطب ، عندما كنا ندرس العمليات الجراحية ، كنت أعمل في قسم التخدير Anesthesiology Department .

وبعد ذلك بسنوات ، قابلت إحدى زميلاتي الطالبات التي كنت قد أعطيتها جراما واحدا من « إيفيبان «evipan في ذلك المستشفى القديم حيث درس كلانا تمهيدا لاجراء عملية بسيطة في قدمها بعد العملية ظلت نائمة طوال اليوم بسبب ال «إيفيبان « لدرجة أننا اضطررنا لاستدعاء سيارة إسعاف لنقلها إلى المنزل في تلك الليلة ، مما أحدث صدمة لأسرتها التي لم تكن تعلم شيئا عن العملية .

لقد مارستْ ساعات النوم الطويلة تأثيرها على عقل زميلتي لدرجة أنها قاومت الجرعات الهائلة من التخدير قبل أن يتمكنوا أخيرا من تنويمها لإجراء تدخل جراحي آخر في لشبونة بعد ذلك بفترة .

استمرت بعد ذلك تجربتي الطبية حيث أنفقت بعض الوقت في شربورج في فرنسا ، وهو ما أثر عليّ أيضا , إن ذكرياتي عن تلك الأيام ممتعة للغاية , قضيت الأسابيع الأولى لي هناك في العمل الشاق في معسكر للطلبة في تورلافيل بالقرب من شربورج , كنا نصنع كتلا من الخرسانة لإعادة بناء نورماندي فبعض البيوت في نورماندي مصنوعة من كتل صنعتها بيديّ اللتين أصبحتا غليظتين بفعل الاحتكاك مع الجاروف , وكنا نعيش في أكواخ خشبية استخدمها جيش الحلفاء بعد نزوله إلى الشاطئ بعد انتهائي من هذا العمل ، ذهبت إلى مستشفى باستير في شربورج واحتاجت يدايّ إلى بضعة أيام للتكيف مع العمل الجراحي ولاستعادة خفة الحركة والحساسية , لقد اختزنت ذكريات ممتعة حقا عن ذلك المستشفى الآخر أيضا والذي عملت فيه لصيفين متواليين .

وبعد انتهائي من دراسة الطب ، طلب مني مدير مصحة لا ماجدالينا للاستشفاء من السل والكائنة في كاستلون (Anti-tuberculosis Sanatorium La Magdalena, in Castellón) أن أكون مسئولاً عن قسم التخدير في ذلك المركز , كان الوقت الذي قضيته هناك ممتعا بحق , بفضل الجو اللطيف الذي خلقه جميع العاملين هناك .

وبعد ذلك بسنوات ، في عام ١٩٦١ ، عندما كنت طبيباً في الجيش ، مررت بتجربة جراحية في غاية الأهمية أثناء عملي في مستشفى عسكري في مليلا في شمال إفريقيا .

لم تكن قد أتيحت لي الفرصة ، كطالب طب أو منذ حصولي على البكالوريوس ، لمشاهدة عملية مفاغرة الوريدين البابي والأجوف porto-caval anastomosis. ومع ذلك ، أتيحت ليّ ميزة معرفة أن هذا النوع من التدخل الجراحي ممكن , كان المريض يعاني من فرط التوتر البابي portal hypertension وكانت بطنه تشبه بطن امرأة حامل بسبب الاستسقاء .

تذكرت فترات بعد الظهر التي قضيتها في غرفة التشريح والتي كانت تستخدم كقاعة عمليات تجريبية , كنت أتدرب هناك على اجراء عمليات جراحية على الكلاب ولم تكن لدينا أدوات وعائية . ومع ذلك ، تمكنا من تطوير هذه التقنية من خلال تكييف أدوات تستخدم في عدة تخصصات جراحية لقد تعلم كل عضو في الفريق ، خطوة بخطوة ، ما ينبغي عليه القيام به , والجدير بالذكر أنني لا زلت أحتفظ بألبوم يتضمن صور ذلك التدخل الجراحي .

وبعد ذلك بفترة في عام ١٩٦٢ تعلمت أول تقنية للاسترخاء , كنت مدركا للحقائق المهمة المرتبطة بالتقنيات السيكولوجية التي تطبق في الطب وأيضاً في التدخلات الجراحية بغير تخدير كيماوي , كنت أعمل وفي أثناء ذلك كنت أدوّن تجاربي .

حاولت إجراء عملية ختان circumcision لمرض باستخدام التخديرالسيكولوجي ولكنني احتجت إلى استخدام جرعات صغيرة من مخدر موضعي لإنهاء العملية ومع ذلك وفي أثناء الفترة التي أعقبت الجراحة ، لم يعاني المرض من أي شعور بعدم الارتياح حيث كنا قد قمنا ببرمجة ذلك أثناء عملية الاسترخاء ، وفي ذلك اليوم تابع المرض عمله في قسم الجراحة دون الحاجة إلى استراحة .

اليوم ، وبفضل التجربة التي اكتسبتها على مر السنوات الطويلة ، أعرف الآن بأنني لم أكن بحاجة على الإطلاق إلى تلك الجرعة البسيطة من المخدر الموضعي ولكنني كنت قد قررت في ذلك الوقت مساعدته بالشكل البسيط الذي كان معروفا لديّ في ذلك الحين.

كما أتذكر مريضا آخر ، وهو مهندس وصل مصابا بكسر في احدى قدميه ., كان يعاني آلاما مبرّحة نظراً لطريقة النقل العنيفة والغير ملائمة التي تعرض لها وهو في طريقه إلى المستشفى , قمت بتوجيه المريض إلى القيام بتمرين استرخاء

قصير أثناء قيام الممرضة «آنا» بتحضير حقنة المورفين كان ألمه قد آخذ في التضاؤل تدريجياً .

تنقلت كثيراً خلال هذه السنوات الأولى كما اختزنت ذكريات جميلة للغاية عن الفترة القصيرة التي قضيتها في جزر شافاريناز Chafarinas Islands , من نوافذ غرفة نومنا كان باستطاعتنا رؤية الأضواء الكاشفة المسلطة على منطقة الساحل الكائنة بين الجزائر والمغرب , وكان دويّ المدافع يصل إلى أسماعنا عالياً وواضحاً , تلك كانت الأيام التي كان الفرنسيون يحاربون فيها فرنسيين آخرين وجزائريين , للمحافظة على وحدة الجزائر أو لفصلها عن فرنسا .

وفي يوم جميل ، تلقينا نداءاً للمساعدة عن طريق الراديو , في كابو دي آجواس Cabo de Aguas وهي قرية صغيرة تقع على الساحل المغربي، كانت امرأة أسبانية بقيت هناك بعد حصول المغرب على استقلالها , جاءت سفينة لتأخذني الى أقرب ساحل وكانت المرأة في غيبوبة hypoglycemic coma بسبب نفص السكر في دمها .

ومع أول حقنة في الوريد من المصل السكري الفائق التوتر intravenous injection of hypertonic glucose serum ، أفاقت المرأة واستعادت وعيها , وبعد ذلك ببضعة أيام تلقيت نداءاً عاجلا آخر ولكنه كان في هذه المرة من رجل مسلم جليل ومتقدم في السن كان يعيش في الداخل , كان الرجل قد تعرض للدغة عنكبوت سام وكان مريضاً للغاية .

أنهيتُ المشكلة باستخدام الأدرينالين وكلوريد الكالسيوم , وفيما بعد أخذنا نتحدث بهدوء وقال لي الرجل المسن الجليل بامتنان : أنه يحترم المدرسين والأطباء أكثـر من أي شخص آخر , أما المدرسين فلأنهم « صوت الله « الذي يعلمنا , والأطباء لأنهم « يد الله « التي تشفينا .

كان هناك أيضا رعب من انتشار الجدري smallpox بين سكان الجزر ولكنني حافظت على هدوئي حيث أدركت بأن ما كان يعاني منه حارس الفنار كان فقط الجدري المائيchickenpox (varicella) كان عنيفا بلا شك ولكن كان من المستحيل الخلط بينه وبين الجدري .

كنت خائفاً من مواجهة وباء , لأننا في هذه الحالة سنضطر لحجر كل من في الجزيرة : « لو كانت هناك ذرة من شك في ذهني بأننا نواجه حالة جدري ، لما سمحت حتى للطيور بمغادرة الجزر» .

وبعد العمل لبضع سنوات في مليلا Melilla قررت العودة إلى فالنسيا حيث واصلت ممارسة تقنيات الاسترخاء , وطلب مني هناك العمل في مستشفى سان جوان دي ديوس في قسم مبحث الأوعية Angiology Department وبدأت العمل هناك بالفعل .

وفي يوم جميل في أثناء حضوري لدورة في الجراحة الوعائية تحت إشراف الدكتور جابديفيلا Dr. Capdevila في مستشفى آستورياس العام , وحينها أخبرني أحد زملائي عن السفرولوجي Sofrology وذكر بأنني أسير على نفس درب ممارسيه وأن عليّ الاتصال بهم .

مرت سنوات عديدة وحضرت أخيرا دورة أساسية عن ذلك في فالنسيا . كنت أريد بصدق معرفة معلومات عن ممارسي السفرولوجي وكنت مسرورا لأن ذلك اللقاء أتاح لي الفرصة للتعرف على عملهم وعلى المصطلحات التي يستخدمونها .

من المفيد دائما أن يفهم كل منا الآخر وأتاح لي ذلك الاتصال معرفة أنهم يشيرون إلى الطريقة التي كنت أحضّر بها مرضاي قبل تدخلاتهم الجراحية بالقبول المتقدم "progressive sofro-acceptance" للأشياء التي سوف يمرون بها فيما بعد باستخدام السفرولوجي .

لقد وجدت نفسي راغباً في القدرة على استخدام التخدير النفسي psychoanesthesia في تدخلاتي الجراحية , وقبل ذلك الحين كنت قد وصلت بالفعل إلى نقطة دخول مرضاي إلى قاعة العمليات الخاصة بي في هدوء تام وعدم استخدام

تسكين الألم الكيماوي chemical sedation كنت ببساطة أقدم لهم كل المعلومات الخاصة بكافة الأشياء التي يمكن أن تؤثر عليهم والتي ينبغي لهم معرفتها .

و قبل التخدير الكامل chemical sleeping ، و في وقت الخضوع للتخدير ، كنت دائما قريبا من مرضاي ، مشجعا لهم ، وبغير معرفة أثر كلماتي شعورياً ، كنت أبرمج نومهم وإفاقتهم كيماوياً.

كانت فترة ما بعد الجراحة جيدة بشكل يثير دهشة هؤلاء المرضى , كنت أستخدم تدريجياً مسكنات أقل للألم مع مرضاي وفي كل مرة ، كانوا يشعرون بالتحسن , وفي اليوم الثاني للتدخل الجراحي كانوا يسيرون لمسافة طويلة لدرجة الشعور بالتعب في نهاية اليوم , وكنت توخيا للسلامة أخبر مرضاي في اليوم السابق بأن هذا الشعور ناشئ عن قيامهم بالمشي , ثم في يوم من الأيام خطر لي بأن هناك احتمالاً لأن يكون سبب شعورهم بالتعب راجعاً تحديداً إلى ذكري لهم هذا الأمر في اليوم السابق , ومن ثم فكرت أنه ينبغي لي إخبارهم « بأنهم كلما قاموا بتمارين رياضية أكثر ، كلما كان إحساسهم بالسعادة والراحة أفضل « وهو ما حدث فعلا .

كان إثبات عدم ظهور الشعور بالتعب مفاجأة سارة , لقد قطعت خطوة جديدة نحو تحسين فترة ما بعد الجراحة وكان ذلك يحدث في العادة مع المرضى الذين يخضعون لعمليات جراحية لعلاج الأوردة الدوالية varicose veins.

إن الأشياء التي ذكرتها مأخوذة حرفياً (تقريباً) عن كتابي الأول الذي تحدثت فيه بالدرجة الأولى عن حياتي المهنية خلال بعض الأشهر الواقعة بين يوليو ١٩٧٢ ونوفمبر ١٩٧٣ والتي كانت مفتاحاً لحياتي المهنية اللاحقة , كان ذلك كتأريخ صحفي للأحداث أصبح أساساً للمدرسة التي أسستها فيما بعد , لقد سارعت بتدوين هذا نظراً للحاجة الملحَّة إلى وضع سجل حيّ لهذه التجارب .

في كتابي الأول ، كتبت عن عدد من الظروف و التحديات التي واجهتها نتيجة لعدم الفهم من جانب بعض زملائي .

لقد تمكنت من تخطي كافة اللجان في جمعيتي الطبية المحلية Medical Association ، بما فيها لجنة آداب مهنة الطب Deontological Commission وترك ابتعادي عن كل واحدة منها داخلي شعوراً بأنني أصبحت أقوى , إن من حاولوا وقف عملي لم يفلحوا في الحقيقة سوى في زيادة ثقتي بنفسي وكلما ازدادت العراقيل التي كانوا يضعونها في طريقي ، كلما وجدت في داخلي طاقة للتغلب عليها .

وقد حدث بعد ذلك أنني وجدت شيئا جيداً يمكن أن يجلب خيراً كثيراً للعديد من الأشخاص منذ ذلك الحين فصاعداً ، ونمَت في داخلي الحاجة إلى زيادة تجاربي وإطلاع الجميع عليها , ذلك هو السبب الذي من أجله قررت تجنب كل أشكال الجدل وواصلت السير في طريقي .

يمكنني القول بكل الرضا بأنه لا أحد من هذه اللجان شككت في حقيقة تجاربي , وإنما تمثلت المشكلة في اتهامهم لي بالسعي إلى الدعاية عن عملي لأن أصداءه الكبيرة بدأت تتردد في وسائل الإعلام في حين أن ما يحتاج اليه العالم حقا هو نشر هذه النوعية من التجارب والمعارف .

أثناء تلك الدورة الأساسية في السفرولوجي في فالنسيا ، طلبت منهم أن يخبروني بوضوح عما أحتاج القيام به للحصول على تسكين نفسي psychoanesthesia لأقدام مرضاي ولكنهم لم يتمكنوا من إعطائي إجابة , من الواضح إذن أنهم لم يكونوا يعرفون كيفية القيام بذلك وأنه لم تكن لديهم خبرة به .

وبعد البحث والتمرين في المنزل ، وجدت طريقة للحصول على التسكين النفسي للألم وقمت ببرمجته ضمن تمرين استرخاء قصير , ما قمت به هو القول بأن منطقة معينة من الجسد مخدرة وأنها سوف تستمر على هذه الحالة خلال فترة محددة من الوقت بعد الخروج من حالة الاسترخاء .

لقد أثبتُ بأن هذا الوقت المبرمج للتخدير النفسي يمكن إنجازه مع امرأة كان عليّ اجراء عملية جراحية لها بعد ذلك ببضعة أيام , عند هذه النقطة قررت استبدال المخدر الكيماوي بمخدر نفسي .

كانت اريكا لاكنر Erika Lakner أول مريضة تقبل هذا العرض : لقد قبلت إجراء عملية الأوردة الدوالية varicose veins تحت التسكين النفسي للألم , أما ما لم أكن أعرفه في ذلك الوقت فهو ظهور صعوبات معينة يتعين عليّ التغلب عليها وأنها كانت ناتجة عن مضاعفات غير متوقعة بدأت قبل دخولها العيادة ببضع ساعات , ولكن ربما كان من الأفضل أن أقوم بنقل هذه القصة حرفياً عن كتابي « الإرادة تقهر الألم « :

« كانت ثلاث جلسات استرخاء لمدة عشر دقائق تقريباً , في كل جلسة كنت أعمل لها تدريباً كافياً للحصول على التخدير الخاص (وكان هذا في كل يوم من الأيام الثلاثة) ، كانت مدة التسكين النفسي للألم تخضع للبرمجة وكانت تتحقق في كل المرات « .

أخذ زوج اريكا جوزيه لويس ينظر وهو غير مصدق كيف أخذت اريكا ترشق الإبرة تلو الأخرى في قدميها لتثبت أنها بالفعل مخدرة , تم ذلك بعد أن انتهت من تمرين استرخاء حصلت خلاله على التخدير الذي تحتاجه .

وفي ٤ يوليو ١٩٧٢ ، في الصباح الباكر ظهر على المريضة أحد المضاعفات وهو التجلط الباسوري hemorrhoidal thrombosis. لم تتمكن من النوم بسبب الألم ، أو من الراحة ، ودخلت إلى المستشفى بغير أن تخبرني بالبواسير التي تعاني منها أو بالمعاناة الشديدة التي مرت بها خلال هذه الساعات , وفي قاعة العمليات الخاصة بي ، كان كل شيئ جاهزاً لبدء وتصوير التدخل الجراحي , اعتقد المساعدون بأن تأخري كان غريباً وغير عادي , لأنهم لم يكونوا مدركين أنني كنت منشغلا بعلاج اريكا في الغرفة رقم ٢٢٥ نظرا للمضاعفات التي أصيبت بها .

كانت اريكا مستعدة نفسيا للعملية الجراحية في أوردتها الدوالية ولكن ليس لتلك المضاعفات الغير متوقعة , فهل كنت أنا مستعداً ؟ كنت أعرف أن تمدد عضلة الشرج العاصرة سوف يحتاج إلى تخدير عميق , بعبارة أخرى كان خطر الوفاة قائماً - لاحتمال توقف القلب .

شعرت بقشعريرة تسري في بدني ، وهي قشعريرة معروفة جيدا لدى الجراحين في مواقف خاصة من المسئولية , لم أكن مستعدا نفسياً أنا الآخر ولكن في لحظة خاطفة من الإيمان أعدتني لذلك في أعماق نفسي , إذا كانت المريضة قد تمكنت من الحصول على التسكين النفسي للألم الذي في قدمها ، فلم لا تحصل عليه لمنطقة العجان والشرج من جسدها في وقت كانت في أمس الحاجة اليه ؟

كانت اريكا تريد لهذا الوضع أن ينتهي , دار حوار لـدقائق مع الزوجين اللذين كان القلق يعصف بهما ، دقائق سوف أتذكرها طوال حياتي .

بدأتُ إجراء العملية في القدم المصابة بالأوردة الدوالية وكانت المريضة في وعيها , كانت تتكلم وفي بعض الأحيان كانت تنظر إلى جروحها , لم يكن طبيب التخدير الذي يعمل معي الدكتور لازارو والمساعدين الآخرين يعرفون أي شيئ عن العملية حتى اللحظة التي بدأنا فيها , كنت أريد تجنب أي قلق أو حيرة في قاعة العمليات لأن هذا الشعور ليس جيدا لمريضتي .

قطع مشرطي الجلد ولم يحدث شيئ .. لم تنطلق صرخة الألم التي كان المساعدون يخشونها على ما يبدو .

وبعد أن تبددت الشكوك التي ثارت في البداية ، قام كل عضو في فريقي بعمله في قاعة العمليات . كان هناك شخص يقوم بالتصوير وكانت زوجتي تشغل انتباه المريضة , باختصار كانت تؤمّن الصحبة الآمنة للمريضة .

وبعد الانتهاء من التدخل للأوردة الدوالية ، رفعت المريضة قدمها بنفسها بغير مساعدة وبغير مجهود في حين كنت أقوم بوضع الضمادات عليها , كان ماركوس المرض يبدو مذهولاً , كان واعياً بالكم الذي يمكن أن تزنه قدم المريضة لأنه كان معتاداً على حمل أقدام المرضى المخدرين .

ثم جاءت لحظة الحقيقة , كنت أعلم بأن عليّ اجراء جراحة البواسير للمريضة hemorrhoids وبينما أنا على وشك البدء ، رأيت في نظراتها الخوف تحدثت إليها عن أبنائها وبناتها وكيف أنهم سوف يفخرون بأمهم بعد أن يعلموا أنها تمكنت من تخدير نفسها بنفسها بشكل نفسي .

طلبت مني أن أواصل الحديث , جلستُ بالقرب منها ووجهتها لإجراء تمرين الاسترخاء : « أنا أرخي قدمي اليمنى , سوف أدعها تسترخي تماما تصبح مسترخية و مرتاحة تماما و بشكل كامل .. « بعدها قمت ببرمجة التخدير لمنطقة العجان والأوردة الدوالية للمريضة وأثبت باستخدام بعض الملاقيط أنها لم تكن تتألم .

قالت لي احدى مساعداتي : « دكتور إسكوديرو ، لن تتمكن من إجراء العملية ، إنها مؤلمة للغاية « . ترددتْ بينما هي تناولني الأداة التي كنت في حاجة إليها , وضعتُ بعض الملاقيط على العقدة المتجلطة للأوردة الدوالية ، وجذبتها وقمت بواسطة المقص بقطع الجلد المحيط بقاعدتها , لم تتحرك المريضة على الإطلاق أو تلتوي قسمات وجهها ألماً .

واصلت العمل وكان نافارو Navarro يصور اللقطات التي طلبت منه تصويرها ، وكان يبدو وكأنه ظل حولنا , اضطررت إلى تمديد عضلة الشرج العاصرة وكانت تلك هي أخطر لحظة , شعرت مرة أخرى للمرة الثانية بتلك القشعريرة الخفيفة الخاطفة في صدري , كنت أعرف بأن القشعريرة ناتجة عن التوتر العصبي في شراييني التاجية في تلك اللحظة , ومنذ ذلك الحين كلما ساورني هاجس داخلي إزاء يوم عصيب أو موقف ينطوي على توتر ، كنت أرخي أعصابي ولو لفترة قصيرة وأقول لشراييني التاجية بأن تعمل بالشكل الصحيح لتحمل الدم إلى كل ركن من قلبي , وذلك في أي موقف .

واصلنا العملية , تحدثت مع طبيب التخدير الذي كان يعمل إلى جانبي واتفقنا على استخدام جرعة صغيرة من المسكن barbituric. كانت الجرعة صغيرة لدرجة أنه لا يوجد طبيب تخدير يمكن أن يسمح لأي جراح بتمديد عضلة الشرج العاصرة باستخدام هذه الجرعة فقط .

مر بعض الوقت منذ بداية العملية لم تكن المريضة تشكو على الإطلاق , كانت المنطقة حساسة للغاية ومع ذلك لم تكن تنقبض نتيجة للمعالجات التي كنا نقوم بها , ما هو السبب المحتمل لعدم الحصول على نفس التسكين النفسي للألم في تلك العضلة , ذلك السبب الذي نجح في إحداث تلك القشعريرة داخلي ؟

في واقع الأمر ، كانت تلك الجرعة من المسكن البالغة ١٠٠ ملليجرام من تايوباربيتال Tiobarbital مجرد عشر الجرعة المستخدمة في احداث التبنج في مريض بالغ ذي وزن عادي ولكننا استخدمناها لتهدئة أنفسنا وليس لأن المريضة كانت في حاجة اليها , في الحقيقة كانت المريضة تثبت لنا بأنها ليست في حاجة إلى أي شيئ على الإطلاق فهي لم تتحرك ولو حركة خفيفة – كانت اللحظة الحرجة قد انقضت .

لقد شكرت الله في مناسبات عديدة في الماضي في قاعة العمليات , وفي تلك اللحظة شكرت الله من أعماق قلبي : « شكراً لك يا رب لهذه القدرات الرائعة التي منحتها للطبيعة الإنسانية وللسماح لنا باستخدامها « .

كانت السعادة والترقب يفوحان في المكان وتم تصوير المريضة وهي تغادر قاعة العمليات على قدميها وأنا وزوجتي في صحبتها , طلبتْ طعاماً وسمحنا لها بتناول شطيرة , كانت تمشي ولم ترقد في الفراش على الإطلاق وبعد ذلك بثماني ساعات ، تغوطت للمرة الأولى وبدون ألم وبعد يومين آخرين ، تمكنت من العودة إلى منزلها .

شكرا لكي يا اريكا لاكنر وشكرا لك يا جوزيه لويس على ثقتك , كان ذلك يوما مهما بحق في حياتنا.

والآن ، وعودة إلى ما كنا نتحدث عنه في السابق : لقائي مع السفرولوجي , تلك الدورة الأساسية في السفرولوجي والتي ذكرتها آنفا وقعت في يونيو ١٩٧٢ , في سبتمبر من نفس العام أعلن عن دورات يشار إليها ب « المستوى المتقدم « وكان قد تقرر عقدها تحت اشراف الدكتور كاثيدو Dr. Caycedo مؤسس تلك المدرسة , كانوا متلهفين لرؤية الفلم الخاص بالتدخل الجراحي للمريضة اريكا بعد مجرد السماع عن تجربتي مع هذه المريضة الأولى ، دعيت للمشاركة في دورة قصيرة تقرر عقدها بعد ذلك بفترة قصيرة على أن أحصل بعدها على اعتماد كأستاذ في تلك المدرسة .

ذهبت إلى تلك الدورة ومعي فلم العملية الجراحية الأولى التي أجريتها تحت تسكين الألم النفسي وأيضا اصطلاح جديد تم تسجيله فوراً وإدراجه في قاموس السفرولوجي (الطبعة الثانية) : التخدير الجراحي ما بعد السفرولوجي للدكتور إسكوديرو Dr. Escudero's Postsofronic Surgical Anesthesia.

ومع ذلك ، لم تكن اتصالاتي الأولى بمؤسس تلك المدرسة مرضية بالنسبة لي , كان هناك عدد من الافتراضات الأساسية التي تفرق بيني وبين تلك المدرسة ومؤسسها ومن ثم قررت المحافظة على استقلاليتي فرفضت اعتمادي كأستاذ وأخطرت الدكتور كاثيدو بقراري , كنت قد قررت مواصلة طريقي وحدي لأنني كنت مدركاً لأهمية ما كنت أصادفه .

عدت إلى فالنسيا على أمل اطلاع زملائي في الجمعية الطبية على تجربتي , عرضت الفلم على رئيسنا الذي طلب عقد اجتماع لمنح الأطباء الآخرين الفرصة لمشاهدة الفلم والاطلاع على عملي حدث ذلك في أكتوبر ١٩٧٢ وبحلول ذلك الوقت كنت قد أجريت عملية أوردة دوالية أخرى بغير استخدام ولو ملليجرام واحد من المسكنات الكيماوية ، وهي تجربة تمكنت من إطلاع زملائي عليها .

واصلت استكشاف وسائل مختلفة لتحقيق التسكين النفسي للألم وأدركت بأن الأمر أبسط بكثير مما كنت أعتقد حيث أن العقل البشري مجهز بشكل أفضل بكثير مما كنت أظن , بدأت في تبسيط عملية تحضير مرضاي فأصبحت تمارين الاسترخاء المستخدمة لبرمجة تسكين الألم النفسي أقصر فأقصر وقل عدد جلسات التدريب , ثم اكتشفت بأن جلسة واحدة قصيرة تكفي .

في ذلك الوقت ، اندهشت للسرعة التي أصبح بها مرضاي يتقبلون الخضوع لعمليات جراحية بغير مخدر كيماوي , كان التطور سريعا لدرجة أنه خلال فترة قصيرة ، استبدل مصطلح التخدير النفسي بعد مرحلة السفرولوجي Postsofronic Psychoanesthesia (PPA) باصطلاح التسكين النفسي الإرادي للألم والذي يقوم على برمجة المرضي لتسكين الألم نفسيا Volitive Psychoanalgesia (VPA) بأنفسهم وبغير حاجة إلى أية تمارين استرخاء مسبقة .

مع التسكين النفسي للألم إراديا (VPA) لا يحتاج المريض إلى تمارين الاسترخاء : فقط يفكر المريض مباشرة بأن مكان معين من جسده أو الجسد بأكمله مخدر ، بحيث يشعر بأكبر قدر ممكن من الارتياح وهو نائم على طاولة العمليات , وفي الوقت نفسه يمكننا أيضا برمجة أي شيئ آخر نشعر بأنه قد يكون مفيدا وهذا كاف للمريض ليتمكن من تحمل جراحة قد تمتد لساعات طويلة في بعض الأحيان .

كان من المنطقي أن تصل التجارب التي أجريتها إلى مسامع وسائل الإعلام : كانت هذه التجارب بمثابة مادة إخبارية , لقد خصصت الصحافة بما في ذلك الصحافة الطبية والإذاعة والتلفزيون مساحة كبيرة لنشرها وهو ما أحدث ردود أفعال « منطقية « من جانب بعض زملائي .

كان هناك صحفي يسمى سانتياجو لوميللو Santiago Lomillo يكتب في جريدة « نويفو ديارو « في مدريد كان يريد أن يعيش التجربة بنفسه في قاعة العمليات الخاصة بي حتى يتمكن من الكتابة عنها من المصدر مباشرة .

كان ذلك تحديا حقيقيا بالنسبة لي باعتباري الجراح ، لأنه يعني إجراء عملية جراحية لصحفي تشاهدها أسبانيا

والعالم بأسره : صحفي على طاولة العمليات الخاصة بي ، والتلفزيون الأسباني كشاهد عيان , أجريت عملية ل سانتياجو لوميلو لعلاج فتق سرّي وقد نشرت التقارير التي كتبها في جميع أنحاء العالم , أود أن أخبركم بإحدى المحادثات التي دارت بيننا عندما كنت أعلمه برمجة تسكين الألم النفسي بنفسه :

الصحفي سانتياجو : أنجل ، لقد اكتشفت سرك

أجبت : « أنا سعيد للغاية لسماع ذلك – ما هو ؟»

قال لي : « لقد تمكنت من أن تجعل مني صديقا لك «.

« أعرف يا سانتياجو ، لقد عاملتك بإنسانية وبحب ، هذا كل ما في الأمر» .

الصحفي سانتياجو : هذا صحيح يا أنجل .

وفي أثناء إجرائي العملية الجراحية له ، التقط بعض الصور لي من زاويته على طاولة العمليات ، إحداها نشرتُها في كتابي الأول , لقد كتب لوميلو في أحد تقاريره : « أكثر شيئ مذهل بالنسبة لي كان أنني كنت دائما أتعاون طوال العملية مع الجراح كان يطلب مني (تبعاً لما يحتاجه) إرخاء معدتي أو قبضها « .

« يا له من رجل» ! قلت ذلك في نفسي وأنا أشاهد ثقته التامة في كل حركة من حركاته , لم أشعر بأي ألم على الإطلاق حتى عندما وصلوا إلى مرحلة إخاطة البريتون ، وهو الطبقة التي تعلو الأمعاء مباشرة , ما ينبغي عليّ ذكره مع ذلك وآمل أن القراء المرهفي الحس سوف يصفحون عني هو أنني كنت أشعر برغبة عارمة في التبول « .

لقد شقوا معدتي وأصلحوا الفتق ثم ضموا لحمي مرة أخرى وخاطوه ، تاركين لي ندبة كبيرة لطيفة ... لا يوجد مزيد يذكر يمكنني إضافته «

« أود أن أنهي حديثي بالقول أنه عندما قام الطبيب بإخاطة الغرز الأخيرة ، وقفت على قدميّ بغير مساعدة أي شخص .. ذلك بعد أن كنت قد قضيت ساعة تقريبا وأمعائي معرضة للهواء « . في صباح اليوم التالي ، لعبت أنا وسانتياجو مباراة ودية في الاسكواش , كنت قد أجريت له العملية قبل ذلك بثماني أو تسع ساعات .

بعد إجراء العملية ل سانتياجو لوميلو ، كان هناك تدخل جراحي آخر شهير نظراً لإذاعته في جميع دور العرض السينمائي في كافة أنحاء أسبانيا وفي دول أخرى عديدة حول العالم , لقد صورت جريدة السينما المعروفة ب Noticiaro NODO والتي كانت تظهر في ذلك الوقت في أسبانيا في بداية كل عرض سينمائي ، القطع السمبثاوي القطني lumbar sympathectomy الذي أجريته ل أنطونيو ميلان Antonio Milán.

ذكرت في كتابي الأول أيضا : « أنطونيو ميلان كان يعاني من تصلب في الشرايين وانتفاخ في حويصلات الرئة « أخبرني طبيب القلب أن حالة قلبه سيئة حيث لا يستطيع المشي لأكثر من أربعين مترا بغير الشعور بثقل كبير للغاية في قدميه , وعندما كان يمشي لمسافة ستين متراً كان باطن ساقيه ينقبض .

لم يكن التخدير الكيماوي فكرة جيدة لهذا المريض وكان علينا تجنبه إذا أمكن ذلك , أخبرته بأنه إذا كانت هذه رغبته ، يمكنني إجراء جراحة له باستخدام التخدير النفسي , كان يتساءل عما إذا كان ذلك ممكناً حيث كان « رجلا أميا « كما كان يقول , كان غير مدرك لمدى أهمية الحكمة في قدرته على إدراك جهله وكان تواضعه وبساطته في حد ذاتهما كافيين له ليتمكن من الحصول على ما يريد .

أدركت في أول جلسة تدريب أن بطنه أصبح مخدراً تماماً , لم يكن حتى حساساً للمس ولم يكن يستشعر الدفء على جلده .

في اليوم الذي حددناه للعملية ، وصل إلى مكتبي في الساعة الثامنة صباحا وأثناء تمرين استرخاء قصير قام بتخدير بطنه , ثم أدخل إلى عيادة لاجرادا فاميليا La Sagrada Familia وفي الساعة ٩:٣٠ صباحا ، بدأت العملية ، والمريض في كامل وعيه وبغير أي تأخير.

لقد منحني الشق الجراحي الذي أجريته بقطع واحد إحساسا برضا واطمئنان لا يوصف , كنت أعلم أنه لا يشعر بأي شيئ وهو على كل حال رجل جاف وغير معبر ، تماما كالكروم التي يزرعها في ال ريبولار , كان التخدير الذي حصل له هو الأفضل من بين ما حصل عليه مرضاي حتى ذلك الحين .

كنت أقوم بوقف النزف hemostasia بواسطة مبضع كهربائي electric scalpel والواقع أن كل نقطة من وقف النزف هي عبارة عن حرق لم يكن يشعر به ، بل إن أنسجة العضلة لم تنقبض وهو أمر كنا معتادين على رؤيته في المرضى الخاضعين للتخدير الكيماوي .

دخلنا من خلال سطح العضلات الثلاثة ووصلنا إلى البريتون peritoneum كانت وتيرة عملي عادية وكنت أتعامل مع الأنسجة بشكل عادي تماما , أخذت أشق طريقي إلى عظام الظهر , ولدى تعاملي مع البريتون انخفض ضغطه الشرياني من ١٤٠ إلى ١٠٠ سم وعندما أخبرني طبيب التخدير بذلك ، أخضعته لتمرين استرخاء واحد ارتفع بعده ضغطه الشرياني من جديد إلى ١٤٠ في أقل من دقيقة وبقي على هذه الحال طوال مدة التدخل الجراحي .

إن فصل البريتون عملية مملة وصعبة , استمرت كاميرا مجلة نودو السينمائية في التصوير , وصلت إلى عظام الظهر بغير استخدام أي مخدر كيماوي على الإطلاق ولم يكن لدى المريض أي إحساس، ولا حتى باللمس أو الاحتكاك .

كنت أستخدم آلات مفرّقة كبيرة Large separators تبقي بطنه مفتوحاً , كان أنطونيو يتعاون بشكل فعال من خلال البقاء في حالة استرخاء طوال العملية , ومن حين لآخر كان يطلب مني أن أسمح له بالتحرك والراحة للحظة , إن طاولات العمليات في غاية الصلابة وغير مصنوعة للأشخاص الذين يبقون في وعيهم , كان ذلك درساً آخر تعلمته ومنذ ذلك الحين فصاعداً حصل كل مرضاي على حاشية ليّنة من الإسفنج توضع أسفلهم للتقليل من صلابة طاولة العمليات .

كان قد مضى علينا في قاعة العمليات أكثر من ساعة ونصف الساعة وكان أنطونيو متعباً , لم يعد يعرف أي وضع يمكنه وضع قدميه أو يديه فيه , لم يكن يشعر ببطنه الذي كان مفتوحاً ، ولكن بقية جسده كان في وضع غير مريح (تسكين الألم النفسي كان مبرمجا فقط لبطنه) أخبرته بأننا سوف نجعله ينام لفترة قصيرة حتى يحصل على قسط من الراحة لم يكن راغباً في ذلك ولكنني أصررت على أن ذلك أفضل وأن هذا هو السبب الذي يتواجد طبيب التخدير من أجله.

نام أنطونيو لفترة عشر دقائق تقريبا وأفاق بينما كنت بصدد الانتهاء من إخاطة غرز الجرح , كان قد أعطي ٠,٥ جرام من تيوباربيتال tiobarbital مع الأتروبينatropine والسوكينيلكولين succinilcoline زائد أكسجين ، ولا غازات مخدرة .

حرّك نفسه من طاولة العمليات إلى فراشه وكان يريد مغادرة قاعة العمليات سيراً على قدميه ولكنني لم أسمح له بذلك

وبعد ذلك بثلاث ساعات خرج بهدوء من العيادة , وقبل خروجه من قاعة العمليات أخبرنا بأنه بدأ يشعر بالدفء في قدمه منذ اللحظة التي قطعنا فيها بضعة سنتيمترات من السلسلة القطنية السمبثاوية , لم يقض أنطونيو أية فترة نقاهة في فراشه ولم تصادفه أية مشاكل على الاطلاق , كما لم يصرف له أي دواء في الفترة التي أعقبت الجراحة .

بعد الجراحة ، كان أنطونيو مندهشا بامتنان لأنه أصبح قادرا على قراءة الأحرف ذات الحجم العادي في الجرائد , بينما قضى سنوات عديدة تبدو له الرؤية ضبابية حتى للعناوين المتوسطة الحجم , كانت هذه نتيجة إيجابية ومفيدة سوف نتعرض لها بالشرح كاستجابة بيولوجية إيجابية متسقة (positive harmonic biological response (PHBR و مصاحبة لكل تفكير إيجابي , كما أنها تحدث هيمنة للعصب الحائر vagal predominance of the muscarinic type ، والتي تعمل بين أشياء أخرى ، من خلال تمكين آليات التكيف في العين , ولكنكم سوف تفهمون ذلك بشكل أفضل عندما تقرأون عنه في الفصل الخاص بالاستجابة البيولوجية الإيجابية المتسقة PHBR .

قمت بفك الغرز في اليوم السادس كانت الندبة ممتازة وكان البطن لا يزال مخدراً ، تماما كما تمت برمجته , كانت حالة المريض العامة جيدة وكان متفائلاً , كانت ساقه دافئة وكان يسير بشكل أفضل ومستمرا في القراءة بغير نظارات , وبعد ذلك بفترة أخبرني أنه في حين كان راكباً دراجة انثقب الإطار واضطر إلى المشي لمسافة تسعة كيلومترات تقريباً ولكنه فعل ذلك بلا أي شعور بعدم الراحة.

ما أخبرتكم به للتو يمكن لأي شخص حضر عملية أنطونيو ميلان أن يشاهده .

أستميحكم عذراً أعزائي القراء ولكني لن أخبركم بشيئ آخر قمت به أيضا مع هذا المريض , قد أخبركم به في وقت ما في المستقبل في كتاب آخر , هذا الأمر كان بالنسبة لي أهم الأشياء على الإطلاق .

أود منكم أن تعتبروا كل هذه الأشياء طبيعية تماماً وليس سيناريوهات لحالة وحيدة (مقتطفات من كتاب « الإرادة تقهر الألم «) .

أجريت العملية لأنطونيو ميلان في مارس ١٩٧٣ وسمحت بمرور فترة كافية قبل التحدث عنها والآن ، قررت أخيرا أن أخبركم بما اخترت اخفاءه عندما وضعت كتاب « الإرادة تقهر الألم « .

كانت كلتا قدميّ ميلان تعانيان من نفس المشكلة وهو العرج المتقطع نتيجة لتصلب الشرايين intermittent claudication from obliterate arteriosclerosis والذي أثر على الشرايين في قدميه الإثنتين , كانت القدم اليسرى هي الأكثر تأثرا وكانت تحتاج إلى إجراء عملية فيها , في أسرع وقت ممكن , ولذلك اخترت إجراء عملية في هذه القدم أولاً , ولكن قبل أن أبدأ في إجراء العملية ، خطر لي أن بإمكاني سيكولوجياً الحصول على نفس التأثير الذي يحدثه القطع الجراحي للسلسلة السمبثاوية القطنية , وحتى يمكن القيام بذلك ، اخترت القدم الأقل تأثرا بحيث إذا لم ينجح ذلك يمكنني في نهاية الأمر إجراء عملية فيها كما كنت أعتزم القيام به بالنسبة للقدم الأخرى .

وجهته عبر تمرين استرخاء قصير وقمت في الوقت ذاته ببرمجة ما كنت أريد له أن يحدث بكلمات بسيطة ومفهومة لدى مريضي , فقلت :

وقف تأثير المضيّق للأوعية للسلسلة السمبثاوية القطنية اليمنى على شرايين القدم والساق في نفس الجانب وتمديدها للسماح بتحسن تدفق الدم نحو القدم

to stop the action, the vasoconstrictor effect, of the right lumbar sympathetic chain on the arteries of the foot and leg of the same side .

أتدرون ما حدث ؟ لم أحتج إلى إجراء عملية جراحية أو إلى قطع السلسلة السمبثاوية القطنية في الجانب الأيمن , ففي اليوم الذي أجريت فيه العملية على الجانب الأيسر ، كانت كلتا القدمين دافئتين بنفس الدرجة أو ربما كانت القدم التي لم تخضع للعملية أدفأ قليلا , قبل ذلك بيوم واحد كانت كلتا القدمين باردتين تماما .

لقد اختفت البرودة في كلتا القدمين , في القدم اليسرى بفضل الجراحة وفي القدم اليمنى بدون جراحة وذلك بفضل الله ثم كفاءة البرمجة السيكولوجية التي وجهت للعمل داخل المخ .

في المؤتمر العالمي الثاني للألم Second World Congress on Pain (مونتريال ، كندا ، أغسطس ١٩٧٨، والذي نظمته الجمعية الدولية لدراسة الألم International Association For The Study Of Pain) ، عرضت فلم القطع السمبثاوي القطني الذي أجريته ل أنطونيو ميلان . وفي نفس جلسة بعد الظهر في قاعة جولييت في فندق الملكة اليزابيث ، قدم الأطباء التالية أسماؤهم أوراقا :

ام سي سميث (من مستشفى الأمراض العصبية الوطني في لندن) ، د. دني براون (كلية هارفارد للطب ، بوسطن ، الولايات المتحدة الأمريكية) ، جيه بوايف (مستشفى الجامعة ، آبسالا ، السويد) ، كيه جي بركلي والذي رأس تلك الجلسة (جامعة ولاية فلوريدا ، الولايات المتحدة الأمريكية) ، بي دبليو ناثان (لندن) ، دي آر كنشالو الابن (جامعة تكساس ، الولايات المتحدة الأمريكية) ، اتش بي برنكوس (جامعة هايدلبرج ، جمهورية ألمانيا الاتحادية) ودبليو كيه دونج (جامعة كاليفورنيا) .

ومع ذلك ، وفي الكتاب الذي نشر نتيجة لذلك المؤتمر ، سوف لن تجدوا أية اشارة إلى العرض الذي قدمته حيث كانت ورقتي قد قبلت في المؤتمر بشكل استثنائي بعد أن تم جدولة المؤتمر من قبل رئيس اللجنة العلمية لذلك المؤتمر عن الألم ، الدكتور ليبسكند Dr. Liebeskind عالم النفس من جامعة كاليفورنيا , وأود هنا أن أعبر عن امتناني لذلك إلى هذا العالم النفسي الشهير الذي توفي مؤخراً .

وللمؤتمر العالمي الرابع عن الألم والذي نظمته الجمعية الدولية لدراسة الألم Fourth World Congress on Pain organized by the IASP في سياتل بالولايات المتحدة الأمريكية في أغسطس – سبتمبر من عام ١٩٨٤ ، أعددت ورقة بعنوان « تسكين الألم النفسي الإرادي في جراحة الأوردة الدوالية وفي الولادة « Volitive Psychoanalgesia (VPA) in the Surgery of Varicose Veins and in Maternity . كان العمل الذي بنيت عليه الورقة مأخوذا عن عينة من أول مائة مريض أجريت لهم عمليات الأوردة الدوالية بغير مخدر كيماوي بما مجموعه ١٨٢ قدم في ١٠٩ جلسة عمليات .

كما شرحت النتائج الإيجابية المتحققة من خلال تسكين الألم النفسي للأم والجنين maternofetal psychoanalgesia (MFP) وعرضت عملية الولادة لطالبة في السنة السادسة في كلية الطب أخبرتني بأنها تغلبت على مخاوفها من الولادة , ذكرت الطالبة أنها شهدت عمليات ولادة مرعبة أثناء تمرنها في كلية الطب , كما قالت لي بأن كتب الولادة عتيقة وكان رد فعلي أن النساء قادرات على القيام بأشياء أكثر من تلك التي تقول الكتب أن بإمكانهن القيام بها .

ثم سرعان ما ازدادت تجربتي مع مرضى من أكثر التخصصات الطبية اختلافاً , جاء العديد من المرضى الذين فقدوا الأمل في الشفاء إلى عيادتي وكنا نتمكن على الدوام من التوصل إلى طريقة لتغيير وتحسين الحالة الصحية التي يعانون منها .

في عام ١٩٧٣ ، كانت احدى أخوات زوجتي حاملاً وبدأت في نقل تجربتي الجراحية مع تسكين الألم نفسياً في مجال الجراحة إلى حالات الأمومة (الحمل والولادة) ولكن وكما سوف يرد ذكره لاحقاً ، يكفي أن أذكر الآن بأن النتائج كانت إيجابية على نحو يثير الدهشة وأنني وصلت إلى نقطة ما اخترت أن أسميه تسكين الألم النفسي للأم والجنين maternofetal psychoanalgesia (MFP). بعد جلسة تدريب واحدة فقط تتم أثناء أي شهر من شهور الحمل ، تتعلم النساء برمجة تسكين الألم النفسي لأجسادهن بالكامل وأجساد أجنتهن , هذا التسكين النفسي للألم سوف يستمر من تلك اللحظة وحتى الولادة .

كنت أتابع تطور هؤلاء الأطفال وتمكنت من ملاحظة أن نموهم النفسي الحركي أسرع وأكثر إيجابية من أطفال

ولدوا بغير هذه الحماية وتحت تأثير المعالجات الكيماوية .

ولكن التسكين النفسي للألم كان مصحوبا عادة بسلسلة من الآثار الإيجابية للمرضى والتي لم أستطع تجاهلها مثل : حالة مناعة أفضل ولا عدوى بعد الجراحة على الإطلاق ، وبغير استخدام المضادات الحيوية ، اندمال أفضل للجروح ، وقف أفضل للنزف ، حالة صحية عامة أفضل ... الخ , لقد وصلت إلى إدراك أن كل هذه الأشياء كانت تتم ضمن ما بدأت أشير اليه بالاستجابة البيولوجية الشاملة المتسقة Harmonic Global Biological Response (HGBR) وسوف نتناول بعض خصائصها في الفصل المخصص لها .

استشعرت الحاجة إلى إطلاع المهنيين المهتمين على تجربتي وبدأت في تدريس دورات , عقدت الدورة الأولى في الإدارة الاقليمية للصحة في فالنسيا « جيفاتورا بروفنسيال دي سانيداد» في عام ١٩٧٥ وبعد ذلك و بعد إجراء الاستشارات اللازمة ، قررت تسجيل مصطلح Noesitherapy « العلاج بالتفكير Healing by Thinking « لمدرستي .

بالمناسبة ، عقدت أول دورة تحت هذا الاسم في الجمعية الطبية في باركيسيميتو في فنزويلا حيث دعيت من قبل أساتذة في أمراض النساء من جامعة « سنترو أوكسيدنتال» .

كما عقدت الدورتان التاليتان في الجمعية الطبية في فالنسيا في أسبانيا في نوفمبر ١٩٧٧ ، واحدة للأطباء والأخرى للقابلات ، في مبنى الجمعية الطبية الذي كان قد افتتح حديثاً في ذلك الحين .

ثم سرعان ما ظهرت الحاجة إلى إطلاع جمهور العموم أيضاً على تجربتي , حضرت أسر بكاملها هذه الدورات وبلغتني أنباء مشجعة بحق عن النتائج الجيدة التي حققتها , كما طلب مني طلبة طب ملتحقون بدورات أكلينيكية تنظيم دورات لهم , وفي عام ١٩٧٩ وحده حضر أكثر من خمسمائة طالب طب دوراتي في فالنسيا وعلى سبيل المتابعة كانوا يحضرون إلى قاعة العمليات الخاصة بي في مجموعات صغيرة .

كان أتباعي آخذون في الانتشار في جميع أنحاء العالم , خلال تلك السنين أخبرتني قابلة أنه في فترة قصيرة لا تتجاوز بضعة أشهر ، قامت بأكثر من عشرين عملية قطع للمشيمة في مستشفي في رواندا بإفريقيا باستخدام طريقتي , كما ذكرت واحدة أخرى من أتباعي وهي قابلة من مدريد بأنها أجرت عدة آلاف من عمليات الولادة في مستشفى كبير في مدريد باستخدام طريقتي وأنها حققت نتائج إيجابية للغاية , وفي فنزويلا كان أطباء التوليد يحققون نفس نوعية النتائج .

في أغسطس ١٩٨١ ، استقبلتني أنا وأسرتي في جنيف منظمة الصحة العالمية World Health Organization وكان مديرها الدكتور ماهلر Dr. Mahler و الذي كان في طريقه إلى كوبا . ومن ثم استقبلني الدكتور سانكاران .Dr Sankaran أريته عدداً من أفلام التدخل الجراحي و الولادة وتبادلنا حديثا طويلاً عن تجربتي .

كنت قد بدأت تدريجياً في تبسيط النظام وفي الوقت نفسه ، كانت كفاءته تزداد لدرجة أننا تمكنا من القول بأننا لم نكن نستخدم أية طريقة فنية بذاتها وإنما كنا نستخدم معرفة كيف يمكن برمجة العقل البشري من خلال وظائف التفكير .

تمكنا من اثبات مدلول كل فكرة في العقل البشري وكيف أن الحب love ، وهو الرغبة الصادقة من جانب المتخصص في الرعاية الصحية في أن يجد مريضه أو مريضتها الطريق إلى الشفاء ، وأن يحسن كل الأشياء ويجعل أشياء مدهشة ممكنة في كل يوم makes surprising things possible every day إن قدرتي على الشعور بالانبهار إزاء هذه الحالات لم تتغير حتى اليوم .

يمكن أن نقول بأن الجنس البشري خلال العصور ، قد سلك الطريق المعاكس لذلك الذي كان ينبغي عليه أن يسلكه , إن معظم الشرور التي تعاني منها الإنسانية يمكن تجنبها ولكن على الإنسان أن يتعلم كيف يفكر إيجابيا ,عليه أن يتعلم

القوة الخلاّقة لتفكيره والتحدث بشكل أكثر إيجابية وبلغة ملائمة أكثر لاحتياجاته إذا أراد حقا أن يحيا حياته بالجودة التي يستطيعها ,على الإنسان أن يستبعد من مفرداته عدداً هائلاً من الكلمات ذات المدلول السلبي ، إنها كلمات تجعله مقيداً إلى الشر .

نحن في حاجة إلى تعلم الحديث عن الخير ، الخير الذي نملكه وذلك الذي نحتاج إليه ، حتى نتمكن من جذب هذا الخير إلى حياتنا , بهذه الطريقة وحدها يمكن للإنسان تغيير مسار تطوره وتوجيهه إلى الإتجاه الذي هو في حاجة إليه .

إن العقل البشري مثل عجلة القيادة في السيارة فقد صنع لتنفيذ أوامر السائق حتى لو كانت أوامر السائق خطأ أو قد تؤدي به إلى الهلاك , إذا تم توجيه عجلة القيادة على طريق مستقيم إلى اليمين أو إلى اليسار بشكل مفاجئ ، فإنها تنفذ هذا الأمر فوراً ، حتى لو كان معنى ذلك الخروج عن الطريق والاصطدام , إن السيارة لا تعرف ما إذا كان الأمر الذي تتلقاه جيدا أم سيئاً بالنسبة للسائق وإنما فقط تنفذه , يحدث هذا إلى حد كبير مع العقل البشري , فهو يمثل عجلة قيادة حياتنا , ومن ثم فإنه يتلقى كل فكرة كبرنامج أو كأمر ينبغي تنفيذه بغير الأخذ في الاعتبار أن النتيجة يمكن أن تكون جيدة أو سيئة للشخص الذي يتولى القيادة .

إن الجهل بهذه الحقيقة هو السبب في كافة الشرور التي يعاني منها الإنسان تقريباً , فالبشر لا يدركون بأنهم من خلال تفكيرهم السلبي يبرمجون الشر الذي لا يريدونه في حياتهم .

إذا رغب الإنسان في معالجة كافة الشرور التي يعاني منها ، فعليه إذن تعلم استخدام تفكيره بذكاء أكثر وهو ما يتطلب تغييرا حضارياً ينبغي غرسه منذ الولادة ومنذ مرحلة التعليم الابتدائي : إنه احترام القوة الخلاّقة للتفكير , من الضروري بالنسبة لنا تغيير الهاجس الذي في داخلنا ازاء استخدام الشر كمقياس لكافة الأشياء نحو الخير المعاكس له والذي نحن في حاجة إليه , من الضروري أن نصف الشر بعبارة « الحاجة التي لدينا إلى الخير المعاكس» , على سبيل المثال بدلاً من القول بأنني أتألم ، يمكنني أن أقول : أنا في حاجة إلى الشعور بالراحة أو أن أقول : أحتاج إلى تخدير هذا الجزء من جسدي , علينا تجنب الحديث عن الشر ، حتى على سبيل القول بأنه شيئ لا نريده أو أنه قد اختفى .

كان العام ١٩٨٥ هو الفاتحة لواحد من أهم الأحداث لنشر تجربتي عالمياً , في لندن عرضت ورقة كتبتها عن ٥٤٥ عملية أوردة دوالية أجريتها تحت التسكين النفسي للألم لمؤتمر الفرع الأوروبي للجمعية الدولية لمبحث الأوردة International Association of Phlebology هناك قابلت السيد/ ستيفن روز Mr. Stephen Rose منتج ومخرج سلسلة « حياتك بين يديك Your life in their hands « لدى قناة ال بي بي سي BBC البريطانية .

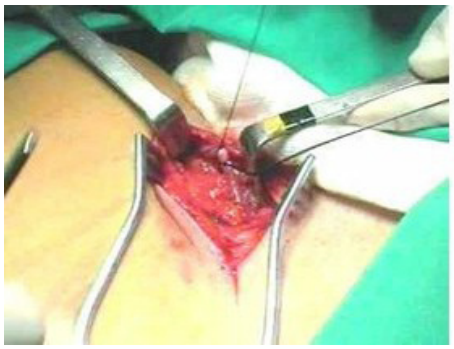
كان السيد/ روز مهتماً بإنتاج فلم وثائقي عن تجربتي المهنية وقد تم تصويره في ربيع ١٩٨٩ , عرض هذا الفلم الوثائقي بعض جوانب عملي وفلسفتي وتجربتي الجراحية , قام السيد/ روز بتصوير عملية في ركبة فحجاء genu varum (bow-leg) وكانت المريضة أختي , في اليوم التالي قاموا بتصوير عملية للأوردة الدوالية , و أيضاً وثقوا بالفيديو إفادات بعض الذين استفادوا من طريقتي العلاجية , وكان فريق بي بي سي قد أحضر معه أربعة أطباء كمستشارين و شاهدين على العمليات.

أذيع هذا الفلم الوثائقي في مايو ١٩٩١ وجذب انتباه قنوات تلفزيونية أخرى قامت بدورها بإنتاج برامج أخرى حول هذا الموضوع ، مثل تلك التي أذاعتها « يونيفجن UNIVISION « الأمريكية ، وآر تي ال ٤ الهولندية Dutch RTL٤ وقناة دسكفري الأمريكية USA DISCOVERY CHANNEL وقناة بي بي سي ١ مستريز MYSTERIES BBC١ ، الخ ...

وفي ربيع العام ١٩٩٥ ، بدأتُ استخدم المكالمات الجماعية المرئية video-conferencing لنشر العلاج بالتفكير , كان لديّ مسرحان مع أشخاص يحضرون المؤتمرين اللذين عقد أحدهما في مدريد والآخر في فالنسيا منذ ذلك الحين ، أصبحت استخدم هذه الطريقة (الفيدو كنفرنس) لنشر تعاليم تأثير التفكير في الحياة والعلاج بالتفكير Noesiology في العالم .

تغطية قناة دسكفري الأمريكية لعملية جراحية
لمشاهدة التغطية بالكامل زيارة موقعنا
www.HealingByThinking.com

تغطية قناة ال بي بي سي البريطانية لعملية جراحية أخرى



-٥-

أختان تلدان في نفس اليوم
TWO SISTERS GAVE BIRTH ON THE SAME DAY

كان الوقت منتصف ليلة ٢٣ أغسطس ١٩٧٥ , كان ضوء القمر رائعاً في السماء الصافية وكانت درجة الحرارة مريحة بحق , وفي سكون ليلة جميلة في روكافور كنت أفكر في الأحداث التي مرت بي في ذلك اليوم .

كانت مريضتي ماريبل قد ولدت طفلة جميلة في الصباح وقبل ذلك بفترة قصيرة ولدت أختها هي الأخرى , وعلى الرغم من أن نفس الفريق الطبي ساعد كلتا الأختين ، فإن ولادة كل منهما كانت مختلفة تماما , كانت ماريبل قد ولدت بواسطة تسكين الألم نفسياً للأم والجنين maternofetal psychoanalgesia . أما أختها أستخدمت الطب التقليدي conventional medicines. كانت أخت ماريبل تبدو في حالة سيئة للغاية لدى نقلها خارج غرفة الولادة على سريرها , كان وجهها شديد الشحوب وكانت لا تزال نصف نائمة بسبب الدواء الذي أعطي لها .

من الناحية الأخرى ، ولدى الانتهاء من إخاطة قص العجان episiotomy تحت التسكين النفسي للألم psychoanalgesia نهضت ماريبل بغير مساعدة من على طاولة الولادة وبعد أن انتهت من إلباس رضيعها ، خرجت من غرفة الولادة سائرة على قدميها ورضيعها بين يديها . كانت تبدو سعيدة ومبتسمة ، وكانت بشرتها نضرة ومشرقة واتجهت إلى أقرب غرفة ولادة لتبعث بالسرور في نفس أم أخرى كانت أيضا تلد في ذلك الوقت بوجودها .

وبينما هي تسير نحو المصعد ، لاحظتْ الدهشة على وجوه الممرضات والقابلات وقبل أن تتجه إلى غرفتها ذهبت لزيارة أختها , قمت بتصوير الاجتماع واستمتعت بالتنقل بالكاميرا من وجه لآخر . كانت الأخت التي ولدت أولا تحت التخدير الكيماوي لا تزال في الفراش والشحوب والوهن باديان عليها , أما الأخت التي استخدمت تسكين الألم النفسي فقد جاءت سائرة على قدميها ، حاملة رضيعها بين ذراعيها ، وكانت تبدو سعيدة وملأى بالحيوية بفضل التسكين النفسي للألم .

كان إعدادها قد تألف من جلسة تدريب واحدة فقط قبل الولادة بشهر ونصف , وبفضل التسكين النفسي للألم ، اختفت المشاكل التي كانت في جسدها وقدميها ، بما في ذلك الإحساس بالتوتر الناتج عن بعض السحجات والكدمات على ذراعيها وقدميها نتيجة لسقوطها .

وأثناء الأسابيع الأخيرة من ولادتها ، كانت تتمتع بإحساس عظيم بالسعادة , كانت تشعر بأن جسدها قد أصبح أخف وزنا وكانت تعيش حياتها بشكل طبيعي تماماً , كنا قد برمجنا التسكين النفسي للألم لطفلتها أيضا .

هذه الذكريات التي راودتني في هدوء تلك الليلة الممتع جعلتني أفكر في الجهد الذي كنت أبذله لنشر تجربتي الخاصة بالأمومة (الحمل والولادة) ومدى أهميتها.

-٦-

تماما كما تمت برمجته
JUST AS IT HAD BEEN PROGRAMMED

من خلال عدسة ضبط الصورة في كاميرتي ، كان باستطاعتي رؤية العجان , كانت قدما المرأة مغطيتان بملاءات معقمة وكان شعر المولود الأسود قد بدأ يظهر في نهاية انقباضة من انقباضات الرحم , بضع ثوان أخرى وسوف يخرج رأس الطفل , كنت أصور عملية الولادة ولكن شريط الفلم في كمرتي قد أنتهى .

- قلت لها : « فينا ، انتظري للحظة ، أحتاج إلى تغيير الشريط في كاميرتي»
- أجابت فينا : « حسنا « .

توقفت الانقباضات وأتيح لي الوقت لتغيير الشريط كانت الأم الشابة تنظر إليّ وهي تبتسم عندما أتاحت لي انقباضة جديدة رؤية كيفية خروج رأس المولود الصغير ثم جسده , تلقفته يدا طبيب التوليد الذي كان مرتديا قفازا ووضعه على بطن أمه التي كانت واعية تماما لكونها الشخصية الرئيسية ولم تكن قد تلقت أي تخدير أو تسكين للألم كانت تبتسم وتتحكم في الوضع في كل لحظة , كانت سعيدة وهي تشعر بجسد الرضيع الوردي المزلق فوقها لقد كان ذكرا , قبل ذلك بأربعين يوماً كنت قد أعددتها للحصول على التسكين النفسي للألم وفي الوقت نفسه برمجنا التاريخ الذي سوف تلد فيه تم التحضير أثناء دورة في العلاج بالتفكير مع أكثر من مائة قابلة من جميع أنحاء أسبانيا في الجمعية الطبية في فالنسيا Valencia Medical Association في نوفمبر ١٩٧٧ .

كان العجان قد تعرض لقطع صغير عندما خرجت الرأس وبعد ذلك ببضع دقائق خرجت المشيمة أيضا , كانت المرأة تشعر بالسعادة في كل لحظة بفضل التسكين النفسي للألم الذي حصلت عليه بسهولة والتحكم الإرادي والواعي من جانبها في آليات الولادة .

تمت خياطة قطع العجان ومرت الإبرة مرة تلو الأخرى من خلال ذلك الجزء الحساس للغاية من جسدها وبغير أن تحتاج ولو لمليجرام واحد من التخدير , كانت سعادتها كاملة وكان التسكين النفسي للألم والذي وصلت إليه بفضل القوة الخلاّقة لتفكيرها كافياً لتحقيق ذلك كله , كانت مسترخية تماماً وتتحدث مع الأشخاص المتواجدين في غرفة الولادة , كان وجهها جافاً وخالياً من أي نقطة عرق وكان فمها ولسانها رطبين وهي علامة على الهدوء وكانت الابتسامة لا تفارق وجهها لدرجة أن إحدى المرضات قررت تسمية تلك الولادة « الولادة المبتسمة « .

انتهت عملية الخياطة وتم غسل المنطقة التي كان قد تم دهنها بالمطهر لدى دخولها إلى غرفة الولادة بالشكل الملائم , وقفت مريضتنا وسارت على قدميها بعد تمشيط شعرها الأحمر حاملة مولودها الذكر الذي كانت القابلة قد وضعته بين ذراعيها , كان لون المولود لدى ولادته ورديا وكان يتنفس بشكل طبيعي بغير بكاء ، وكان يزن ٣,٦ كيلوجرام , ابتسمتْ مرة أخرى وهي تغادر غرفة الولادة بسعادة .

وبينما هي تمر بغرفة ولادة أخرى ، سمعت صرخات ألم تطلقها أم أخرى كانت تتألم أثناء الولادة ذهبت فينا إلى غرفتها وتناولت غداءها ، كما لو كان ذلك شيئاً طبيعياً للغاية ، ودَعتنا إلى الانضمام إليها , كانت أسرتها مسرورة ولكنها لم تكن مندهشة حيث كانت هذه هي المرة الثانية التي تلد فيها فينا تحت التسكين النفسي للألم للأم والجنين .

أثناء دورة في العلاج بالتفكير ، كانت فينا قد اختارت الولادة في ٢٠ ديسمبر , وفي ولادتها السابقة كانت قد اختارت تاريخ ٨ مايو (كانت لديها أسبابها وفي كلتا الحالتين ، كانت الأسباب وجيهة) وفي كلتا المناسبتين ، تحققت البرمجة الخاصة بها .

كانت قد ولدت في عيادة « كلينيكا دي لا سالود Clinica de la Salud « في فالنسيا حيث تذكر الجميع نجاحها

لفترة طويلة بعد ذلك , وكنت قد قمت بتصوير كلتا الولادتين حتى أتمكن من عرضهما على المتخصصين الذين يحضرون دوراتي , هذه الوثائق تعد في غاية الأهمية للقابلات وأطباء التوليد للدلالة على القوة الخلاقة للفكر البشري , كانت النساء قادرات على التحكم في آليات الولادة وإدارتها والحصول على تسكين الألم النفسي طوال مدة الحمل والولادة وما بعدها , وهذا التسكين النفسي للألم تتشارك فيه الأم مع المولود حيث يَسمح له بتجنب صدمة الولادة , كما تتعلم الأمهات برمجة كافة الأشياء التي يردنها لمواليدهن أثناء الحمل , هذه طريقة لبدء تعليم الأطفال وهم لا يزالون داخل أرحام أمهاتهم .

يرجع المصدر الرئيسي للألم أثناء الولادة إلى التعليم غير الملائم الذي تتلقاه النساء ، بما في ذلك التعليم الذي يحصلن عليه من بعض المتخصصين في الرعاية الصحية أنفسهم .

-٧-

ناقد تلفزيوني
TV CRITIC

كان سانتياجو بونس Santiago Pons' قد أبدى رأيه في عملي تلقائياً ، بغير اتصال شخصي معي كان ناقداً تلفزيونياً ولم تكن بيننا أية علاقة شخصية , في الواقع لم يكن سانتياجو يفكر بالفعل أننا يمكن أن نلتقي في يوم من الأيام , ولكن ذلك كله تغير عندما داهمته نوبة مغص كلوي nephritic colic نتيجة لحصاة في حالبه وكان يتطلع بيأس إلى التخلص من ألمه , ولكن ألمه لم يتوقف حتى مع الدواء الذي وصفه له أخصائي المسالك البولية , كان يعاني ألما مبرّحا منذ عدة أيام ثم تذكرني .

عندما لجأ اليّ لمساعدته شرحت له باختصار مدى بساطة استطاعته حل مشكلته بنفسه ، بقوة تفكيره و في ذلك اللحظة وكما لو أنه سحر وبسرعة الفكرة الإيجابية التي أحسن استخدامها اختفى المغص وغادر عيادتي كما لو كان الكابوس الـذي طارده طوال الأيام الماضية لم يكن له وجود .

حثته هذه التجربة على كتابة المقال التالي في جريدته : « أشياء تلفزيونية . التفكير الخلاّق والتخدير : من منطلق بديهة محضة ، وبغير أي علم شخصي ، غامرت منذ بضعة أسابيع بطلب برنامج تلفزيوني يعرض بانتظام للدكتور إسكوديرو , إنها مبادرة لا أنصح أي ناقد تلفزيوني بالإقدام عليها . كنت قد رأيته فقط في مقابلتين على الشاشة الصغيرة وأعتقد أنني توسمت فيه (نعم ، أنا متأكد من ذلك) نوعا من الجاذبية الهرتزية وهي نادرة للغاية بين المهنيين التلفزيونيين ، شيئا كنت قد شاهدته فقط في فيلكس رودريجز دي لافوينتا ، وسيزار بيريز دي توديلا وأستاذ يدعى فريشيلا الذي كان يدرّس الانجليزية كما لو كان ملهما من السماء وذلك قبل توقف البث من برادو دل ري (شبكة التلفزيون الأسبانية) .

«إن الأسلوب الذي كان يتحكم به في الكاميرات بمجرد لمحة – ناقلا إلى المشاهدين إيماناً عظيماً بكلماته وموقفاً لا يتغير مبنياً على البحث عن السلام والخير – أيقظ داخلي الرغبة في التواصل بشكل يومي ، من خلال التلفزيون ، مع هذا الطبيب المريح الذي ربما كان قادراً ، ربما بالإيحاء ، من يدري ؟ على نقل شيئ من السعادة الروحية وهو شيئ ضروري للغاية في نهاية كل يوم .

لقد ساعدت الصدفة ، في شكل مغص كلوي ، على تسارع وتيرة الأحداث ويمكنني الآن أن أحدثكم عن هذا العلاج بواسطة التفكير وعن الدكتور إسكوديرو وأنا مدرك تماما للنتائج .

« بغير أن أعرف كيف ، وجدت نفسي في عيادة الدكتور إسكوديرو الباعثة على الراحة أتعلم استحضار السعادة الحاضرة في كل مكان وفي حياة كل شخص كوسيلة لتحييد ألم مبرّح ، ألم يعرفه فقط من كابد مشكلة ولادة حصاة من خلال الحالب « .

« دعوني أقرر هنا بأن هدفي ليس الترويج للصفات المهدئة والمطمئنة للطبيب الذي سمعتم بكل تأكيد الكثير عن تدخلاته الجراحية بغير مخدر كيميائي , أنا ذاتي الذي لا أتأثر عادة بالأمور غير العادية قمت بتخدير ذراعي سيكولوجياً وغرست إبرة فيها بغير شعور بالألم أو حدوث نزيف , أقول ذلك لأخبركم عن حقيقة فلسفية أساسية يمكن أن تقربنا أكثر من السعادة , وعند هذه النقطة ومع إدراكي التام بما أقوله ، أود أن أرى ذلك مذاعاً على شاشة التلفزيون ، عوضاً عما يتم نقله يومياً من كوارث ، وعنف ، وقلق عاصف « .

« وحتى ألخص الأمر في كلمات قليلة ، أود القول بأننا نتعامل هنا مع القوة الخلاّقة للتفكير (لكل منا الفكر الخاص به) حيث توجد مجموعة رائعة من الصفات التي تنتظر فقط استخدامها , شيئ مثل الاتصال بالطاقة الإيجابية التي يمكن أن تقودنا للعثور على السعادة التي يحتاجها كل منا « .

« أعتقد أنه من الضرورة بمكان إذاعة توصيات الدكتور إسكوديرو على التلفزيون ، بجرعات بسيطة وبنفس الطريقة التي سمعتها بها , إنه يشبه في بعض الأحيان ميكانيكا السيارات , ولكنه يصر على الدوام بأن الله عندما خلق الخير وضع في أيدينا وسائل الحصول عليه : إنه يقع بالضبط داخل القوة الخلاّقة لتفكيرنا « .

« ليس من قبيل الصدفة المحضة أن يموت هذا العدد الكبير من الرجال المشغولين للغاية بسبب إصابتهم بأزمات قلبية , فهم يصنعون الشر الذي أصابهم بأنفسهم من خلال أفكارهم المتشحة بالقلق والتوتر , لهذا أصر على موافقتهم على هذا البرنامج , فمن خلال تجربتي يمكنني القول بأنه قد يفيد في تجنب السماح للإنسان بالاستمرار في تدمير ذاته بنفس الطاقة التي تمثل سعادته المحتملة , يعني ببساطة تعليمنا كيف نري الخير الذي يحتاجه كل منا وامتلاك الثقة في أننا حصلنا عليه ، بمجرد التفكير فيه , إنني أؤكد لكم بأنه من الممكن تماما غرس إبـرة طويلة في الذراع بغير ألم ، وبغير دم كما لو كان ذلك أكثر شيئ طبيعي في العالم « .

-٨-

أطفال في غرفة عملياتي
CHILDREN IN MY OPERATING ROOM

كانت الصغيرة شهر زاد Scherezadeالبالغة من العمر ستة أعوام تقف على استحياء في الركن ، مختبئة خلف والدتها التي كنت سوف أجري لها عملية ومن ثم كنا نتحدث نحن الإثنين , كانت الفتاة الصغيرة منطوية وغير اجتماعية وكانت ترفض الإجابة على أي من أسئلتي , كنت أريد مساعدتها ومن ثم أخذت إحدى يديها الصغيرتين وجذبتها نحوي , سألتها إن كانت تريد تعلم لعبة جديدة لا يعرفها أي ممن في مدرستها .

- قلت لها : « سأجعل أحد ذراعيك الصغيرين ينام « كانت تعرف أن ذراعها سوف يستيقظ عندما تريد هي ذلك , كان من اليسير فعلاً رؤية الفرق في الحساسية بين ذراعيها وهو أمر تمكنت من تحقيقه بفكرة واحدة فقط .

تمنت أن يستيقظ ذراعها وتحققت أمنيتها فوراً , كان الأمر أشبه بلعبة تتحكم هي فيها من خلال أفكارها وكان جسدها طيّعا لها , ابتسمتْ ونظرتْ اليّ وخرجت عن صمتها , كانت تخضع لعلاج طبيب نفسي ولم يكن هناك أي تقدم في حالتها , وعندما علّمتُ أمها الشيئ نفسه ، سارت الأمور بسهولة أكبر ... لقد تمكنت ابنتها من الحصول على التسكين النفسي للألم ، فكيف يمكن أن يكون عسيراً بالنسبة لها ؟

وأثناء زيارة الأم الثانية ، سارت شهر زاد نحوي مباشرة وعانقتني بحرارة – لقد أصبحنا الآن أصدقاء وأصبحت هي فتاة صغيرة مختلفة , سألتها إذا كانت تريد المشاهدة في أثناء قيامي بإجراء العملية لوالدتها وأجابتني بالإيجاب . جعلتها ترتدي بالطو نوم بيضاء صغيرة وكأنه الرداء الجراحي واستخدمنا منديلا لتغطية شعرها .

كانت إلى يمين والدتها عندما بدأت العملية وكنا نقوم بالتصوير , كان والدها يراقبنا من وراء نافذة زجاجية وكان يصور جزءاً من العملية بالكاميرا الخاصة به , كان التسكين النفسي للألم psychoanalgesia الذي حصلنا عليه لوالدتها ممتازاً ولا يساورني أدنى شك في أن وجود الابنة إلى جوارها قد ساعدها .

والآن أود أن أطلعكم على مقتطفات من كتابي الثالث « أحاديث مع الملك « :

- « أتذكر يا سيدي تدخلا جراحياً أجريته على قدميّ سيدة , استغرق مني هذا الأمر حوالي الساعتين في قاعة العمليات , أجريت العملية في وجود ابنتها الصغيرة التي كانت في ذلك الحين في الثالثة من عمرها تقريباً , يعد الفلم الذي احتفظت به لتلك العملية رائعاً كوثيقة حية كانت الفتاة الصغيرة التي انتابها الخوف من رؤية الدماء قد جاءت إلى عيادتي مع والدتها في اليوم السابق « .

- « سألتها إن كانت تريد مساعدتي في غرفة العمليات لعلاج والدتها , وفي هذه اللحظة بالذات تغير معنى الدم والأدوات الجراحية في ذهن الفتاة الصغيرة ، متحولاً إلى دلالة على وسيلة سوف تمنح أمها كل الشعور بالراحة التي تريدها وكانت تريد التعاون معي حتى تحصل أمها على هذه السعادة « .

- كانت الأم متنبهة وهادئة وكان ذراعها مسترخياً وحراً ، تماما كما يحدث مع كافة مرضاي في غرفة العمليات , كانت الفتاة ترتدي بالطو أبيض مرتجلا ومنديلا على رأسها , أخذت تتابع بانتباه يداي وهما تتعاملان مع الجروح وكانت في الوقت نفسه تهز جسدها الصغير مع إيقاع الموسيقى التي كنا دائما نبثها هنا في غرفة العمليات .

- لقد سافرت صورة من ذلك التدخل الجراحي إلى جميع أنحاء العالم .

- « مستقبل أفضل لأطفالنا « – ذلك كان العنوان الذي فكرت فيه لهذا الخبر النابض بالحياة «

- يا له من درس رائع ذلك الذي أعطته تلك الفتاة الصغيرة ذات الأعوام الثلاثة للبالغين الذين كانوا ينضحون بأحكاماً أصدروها سلفاً وأفكاراً سلبيةً , وكانوا مـن ثم يجذبون الشر إلى حياتنا ! بالنسبة لتلك الفتاة الصغيرة ، سوف يكون الطبيب وقاعة العمليات رموزا للصحة طوال حياتها ، وللسعادة التي شاهدتها منعكسة على وجه والدتها في أثناء اجـرائي العملية لها ، وإمكانية الحصول على كل ما ترغبه في حياتها بسهولة .

- لقد توجهوا من غرفة العمليات إلى الشارع مباشرة ، ثم إلى المنزل مبتسمين ، بفضل الارتياح الذي حققته تلك الجراحة لقدميها ، بغير حاجة إلى دواء أو راحة في الفراش من أي تعب كان .

- كانت قد عانت طوال حياتها كثيرا من تلك الأوردة الدوالية الضخمة voluminous varicose veins . يا له من درس رائع ذلك الذي علمته الأم لابنتها .

- قاعة العمليات ؟ يا له من مكان مريح تتذكره !

- الأطباء ؟ إنهم أصدقاؤها !

- المشرط وبقية الأدوات الجراحية ؟ إنها السبيل للحصول على الخير !

- الحياة ؟ شيئ مختلف ورائع ، شيئ أكثر إيجابية مما تخيلته من قبل على الإطلاق !

أول أشرطتي الصوتية
MY FIRST AUDIO TAPE

أنفقت الجزء الأكبر من صيف ١٩٧٥ أعمل على تحضير وتسجيل شريط صوتي , يمكّن عدداً كبيراً من الأشخاص من الاستفادة من تجربتي , قمت بتسجيل تمرين استرخاء « تعلم كيف تسترخي Learn to be relaxed » حاولت فيه إدخال أفكار إيجابية تكون بداية لمعالجة وقائية حقيقية ، أو طب وقائي لأمراض عديدة , في الجزء الثاني من هذا الشريط « اعرف القوة الخلاّقة لأفكارك Know the creative power of your thoughts » ، شرحت جوهر وأسس تعاليمي .

هناك أشخاص يعتقدون بأن فعالية هذا الشريط تتضاءل إذا غلبهم النوم أثناء الاستماع إليه , نتيجة لعدم سماع بقية الشريط وهم في وعيهم , وفي الحقيقة هم على خطأ في هذا الاعتقاد , فعندما يتوقف الوعي نتيجة للنوم ، تذهب الكلمات المسجلة مباشرة إلى اللا وعي (العقل الباطن unconscious) بغير أي تدخل من الوعي , عند هذا المستوى من اللا وعي ، تنطلق أهم موارد بشرية من داخنا وسوف تنتابك دهشة ممتعة إزاء النتائج الإيجابية التي سوف تتحقق في حياتنا .

يمكنني إخباركم ببعض الأشياء الرائعة حقا التي تمكن أشخاص من تحقيقها أثناء الاستماع إلى هذا الشريط , إنني عادة أطلب من مرضاي الذين عليهم الانتظار لبعض الوقت قبل أن أستقبلهم في عيادتي استخدام هذه الشرائط في كل يوم , عندما يأتون إلى عيادتي أصبح من المألوف أن يخبروني بأنهم تعلموا حل بعض مشاكلهم أو أنهم توقفوا عن تناول أدوية معينة , بعضهم يتصلون بي هاتفياً ليخبروني بأنهم لم يعودوا في حاجة للحضور لرؤيتي ، وأنهم حلوا مشاكلهم وأنهم يودون لو تمكن أشخاص آخرون من استخدام الساعة التي كنت قد خصصتها لهم لمقابلتي .

في إحدى المناسبات ، لم يكن لديّ الوقت الذي يمكنني من رؤية رضيع عمره تسعة أشهر تقريبا كان يعاني من أزمات ربو يومية ويعالج بأدوية خطرة , نصحت والديه على الهاتف بالاستماع إلى شرائطي ليلا وابنهما في وسطهما والتفكير في أنه سوف يتحسن , وبعد ذلك ببضعة أيام اتصل بي الأب وهو متأثر ليخبرني بأن ابنه قد شفي وأنه لم يعد في حاجة إلى تناول الأدوية الموصوفة له .

أود أن أخبركم بأمر حدث في قسم الولادة في فالنسيا باستخدام أول شريط لي , كانت المريضة التي أجريت لها عملية جراحية في مستشفى سان جوان دي ديوس قبل ذلك ببضع سنوات قد جاءت للتدرب على تسكين الألم للأم والجنين , بعد إجراء البرمجة المناسبة نصحتها بالاستماع إلى شرائط الاسترخاء الخاصة بي في كل يوم , في ذلك الحين لم أكن قد نشرت شريطيَّ المعنونين : « وجِّهي ولادتك بنفسك Direct your own childbirth » و « العلاج بالتفكير – Noesitherapy » .

نظراً لأن تقلصات الولادة كانت قد بدأت بالفعل ، اتصلت بي هاتفيا وذكّرتها بالأشياء التي عليها أن تفكر فيها في كل لحظة . دخلتْ إلى عيادة الولادة وهي في أحسن حال وكان توسع الرحم قد وصل إلى مرحلة متقدمة للغاية , بالقرب منها وفي غرف أخرى لتوسيع الرحم ، كانت هناك سيدتان أخريتان تنتظران الولادة : كانت انقباضات الرحم قد توقفت عند الأولى وأصبحت ولادتها في حالة شلل تام . وأما الثانية ، فكانت تنتظر الولادة بعملية قيصرية .

كانت مريضتي تستمع إلى شريطي وكان صوتي قد أحدث تأثيراً مهدئاً على جارتيها , بعد ذلك ببضع دقائق كان الجميع في غرفة الجارتين في عجلة من أمره و كانت مريضتي قد وضعت طفلها بطبيعية وسعادة تامتين طبقاً لما أخبرني به طبيب التوليد والقابلة .

ولكن ذلك لم يكن كل شيئ فالمرأة التي كانت تنتظر العملية القيصرية ولدت بشكل طبيعي تماماً , أما الأخرى التي كانت انقباضات رحمها قد توقفت ، فقد ولدت بسرعة لدرجة أن طفلها خرج إلى النور في غرفة توسيع الرحم .

أدهشت هذه الولادات كافة المتخصصين في الرعاية الصحية الذين كانوا حاضرين فقد كان ما حدث شيئ غير طبيعي , يمكنني أن أضع كتابا كاملا أخبركم فيه بحكايات عن شرائطي , في عام ١٩٨٩ سمعت عن تجربتين توضيحيتين باستخدام أول شرائطي في وحدات العناية المركزة أخبرني البروفيسور بيللوك زيمرمان Professor Belloch Zimmermann عن أولى هذه التجارب كان أحد أصدقاء أسرته قد أصيب بنزيف دماغي حاد وكان في غيبوبة في مستشفى جامعة فالنسيا وكان البروفيسور بيللوك قد أوصى الأطباء المسئولين عن وحدة الرعاية المركزة التي كان يرقد فيها باستخدام أول شرائطي مع المريض , لاحظ الممرضون والأطباء بأن الثوابت الحيوية لذلك المريض الخاضع للمتابعة كانت ترتفع بشكل واضح لدى إدارة الشريط الخاص بي وتنخفض عندما يتم إيقافه .

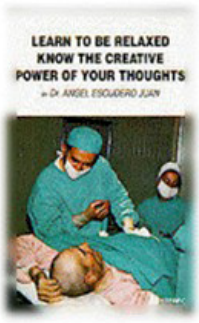
أما الحالة الثانية فكانت في وحدة عناية مركزة أخرى في مستشفى جاتيفا في إقليم فالنسيا كانت والدة إحدى مريضاتي ترقد في غيبوبة نتيجة لالتهاب دماغي فنصحت ابنتها باستخدام شريطي طلبت منها أولاً أن تشرح للأطباء تجربة البروفيسور بيللوك حتى يسمحوا لها بإدارة الشريط , وما حدث بعد ذلك أنهم استخدموا شريطي على نحو في غاية الذكاء وأن جميع المرضى المنومين في ذلك القسم كانوا قادرين على سماعه عبر النظام الصوتي الموجود هناك , لقد تلقى جميع مرضاهم رسالة كلماتي وسرعان ما أفاقت المرأة التي كانت تعاني من التهاب الدماغ وبدأت تتنفس بشكل طبيعي , بل إنها طلبت طعاماً .

انتابت الدهشة عائلة سيدة أخرى طاعنة في السن كانت وفاتها متوقعة عندما جلست السيدة في فراشها وسألت بغضب عن زوجة ابنها التي لم تحضر لزيارتها في ذلك اليوم .

كان هناك رجل أصيب بإصابات متعددة نتيجة لسقوطه من أعلى نخلة وكانت حالته سيئة للغاية لدرجة أن الأطباء كانوا ينتظرون تحسن حالته العامة حتى يتمكنوا من اجراء جراحة له , تحسن وضعه سريعا وتمكن الجراحون من علاجه بالشكل المناسب , يمكنني أيضا إخباركم بحكاية تلك الفتاة الصغيرة الصماء البكماء التي استرخت وأصبحت هادئة بشكل مذهل عندما وضعت يدها على جهاز تشغيل الشرائط الصوتية ، متلمسة الذبذبات التي كانت تصدر عن كلماتي , أتذكر أيضا بعض الخطابات الواردة من أشخاص عدلوا عن الانتحار بعد سماعهم لشرائطي .. في مناسبة أخرى ، نقل لي صيدلي من فالنسيا رسالة من أستاذ في الصيدلة كان قد توفي بمرض السرطان في الولايات المتحدة الأمريكية , كان الأستاذ قد طلب من صديقه نقل شكره إلى الدكتور إسكوديرو حيث أن شريطه ساعده على مواجهة الموت بشكل أفضل .

تبدو ليالي الصيف الرائعة التي قضيتها في تسجيل هذه الشرائط قصيرة للغاية بالنسبة لي . كانت الساعات تمضي مسرعة بينما أنا في الاستوديو الخاص بي أبحث عن أفضل السبل لتسجيل رسالتي الموجهة إلى آلاف وآلاف من الأشخاص الذين سوف يجدون حلولاً لمشاكلهم بفضل الله ثم هذا الشريط .

قائمة بمجموعة إصدارات الدكتور إسكديرو الصوتية



-١٠-

آفاق جديدة
NEW HORIZONS

بعد أن فحصنا أشعة إكس ، ذهلنا لملاحظة عدم وجود رأس عظمة الفخذ (وهو مدوّر مثل كرة البلياردو حتى تتمكن الساق من التحرك) في كلتا ساقيه ! نحن نتحدث عن رجل في الستين من عمره تقريبا أثبت التصوير بواسطة أشعة إكس أن وركيه قد تشوها تماماً . كان قد فقد رأس عظمتيّ الفخذين نتيجة لعملية تآكل وتلف حدثت ببطء , كان عنقا عظمة الفخذ في المكان المخصص لرأس العظمة وكانا متهايئين فوق سطح غير منتظم كما لو كانت وظيفتهما تتمثل في تجنب أية حركة لذلك المفصل , في واقع الأمر لم يكن هذا المريض قادرا على الحركة على الإطلاق .

هذه الصورة تمثل نقيض حركة المفصل وهو ما جعل تحريكه مستحيلا على ذلك الرجل , كانت المفاصل قد أصبحت معوّقة تماماً , عندما كان المريض يقف لم يكن قادراً على المباعدة بين كعبيه لمسافة تزيد على ثلاثة أو أربعة سنتيمترات , كان مضطراً لاستخدام عكازين للمشي وكان يعاني من ألم مبرّح في وركيه ورفغيه وركبتيه ولكن إعاقته الوظيفية كانت أكبر من ذلك كان يعاني من نخر ظاهر في مفاصل الوركين والفخذين نتيجة للعلاج لفترة طويلة بال corticoids كان ذلك مثالاً لحالة ضمور شديد في المفاصل أو الانتكاس التام للمفاصل .

علمته كيف يخدر ساقيه وجسده , طلبت منه الوقوف وأصبح حينئذ قادراً على المشي بغير مساعدة العكازين , ابتسم عندما أصدرت مفاصله التي ظلت في حالة تيبس لسنوات عديدة ذلك الصوت المميز لاحتكاك العظم بالعظم : « توك ، توك ، توك « – ابتسم بسبب الشعور بالسعادة الذي كان يغمره وهو يمشي بغير عكازين وبسبب الصوت الغريب « توك ، توك ، توك « الصادر عن وركيه . لقد سجلت هذا الصوت على شريط ، إلى جانب ضحكاته وتعليقاته .

هل يمكنكم تخمين ما حدث بعد ذلك إذا أخبرتكم أنه بعد ستة أشهر ، وأثناء الموعد الثاني أخبرني المريض بأن حالته قد تحسنت وأنه يشعر أن قدميه قد أصبحتا أخف وزنا كما أنه أصبح قادراً على المشي لثلاثين أو أربعين خطوة بغير عكازين ولكنه يفضل استخدامهما كإجراء احترازي , كان قادرا على المباعدة بين كعبيه لمسافة تصل إلى أربعين سنتيمترا واختفى صوت « توك ، توك ، توك» عندما كان يمشي , كنت أعرف بأن وركيه قد تآكلا ولكنهما كانا الآن يعملان بشكل أفضل وبشعور أقل من عدم الارتياح وبغير صدور الصوت المعتاد لدى احتكاك العظام ببعضها البعض . بدأ سطح العظام الغير منتظم يتهيأ تمهيداً لأداء وظيفته وتكونت مفاصل جديدة كانت مختلفة بطبيعة الحال ولكنها أفضل من لا مفاصل على الإطلاق .

جاءت مريضة أخرى إلى عيادتي لتشكو من ألم مبرّح في كافة مفاصلها ، سواء كانت واقفة أم مستريحة في فراشها , كان الأطباء المعالجون لها قد رأوا أن من الضروري وصف مسكنات قوية لمساعدتها على تحمل الألم المضني , كانت هذه المرأة تعد مصابة بإعاقة تمنعها من القيام بأي عمل

كان من الواضح أن جميع الأدوية التي تناولتها طوال ما يقرب من ثلاثين عاما ، بما في ذلك الأدوية المضادة للالتهاب ، والمسكنات ، وال corticoids الخ .. لم تتمكن من وقف تفاقم مرضها وأنها كانت توفر لها فحسب أدنى قدر من التخفيف من آلامها , في الوقت نفسه كانت هذه الأدوية قد أحدثت كافة أنواع الأعراض الجانبية والمشاكل , كان جسدها متورما نتيجة للكورتيزون وكانت تعاني من إسهال يستمر لستة أشهر في بعض الأحيان , كان مرضها يسوء وكانت مشاكلها المتمثلة في الألم والإعاقة تتعاظم بلا هوادة .

عندما جاءت إلى عيادتي تمكنتْ بفضل الله ثم تعاليمي والتسكين النفسي للألم من إحداث تغيير جذري في الأحاسيس التي كانت تسبب لها كل ذلك الألم المضني , مضى شهر كامل ولم تشعر بأي ألم وهو أمر مذهل في بعض الأحيان بالنسبة لمن كان في وضعها , وبعد مرور شهر بدأ الألم يعاودها فطلبت مساعدتي وهي مساعدة قدمتها لها على الهاتف تحررت مرة أخرى من الألم وتحسن مزاجها بشكل كبير للغاية , كانت أربعة أشهر تقريباً قد مضت بين الموعدين الأول والثاني .

أخبرتني بأن جسدها أصبح أخف حركة وأن ركبتيها أفضل بنسبة مائة في المائة وهو أمر كان بالإمكان رؤيته في تعبيرات وجهها , كانت حتى في بعض الأحيان تنسى كما قالت أن لديها ركبتين ثبت بأن تمارين الاسترخاء التي كانت تؤديها أثناء الاستماع إلى أحد شرائطي كانت عوناً كبيراً لها . فقد وجدت نفسها في حالة عقلية أفضل بكثير وأصبحت تنام بشكل أفضل وتمشي وهي تحس بأنها أخف وزناً , كل هذه التغيرات كانت مذهلة للأشخاص الذين يعرفونها , إنها لم تعد في حاجة إلى مسكنات للألم ! لقد تغيرت حياتها بأكملها إيجابياً بفضل الاستخدام الذكي لأفكارها وهو دواء استبدلت به كل الأدوية التي كانت تتناولها في السابق , كل ذلك تحقق بعد موعدين فقط ومكالمة هاتفية واحدة على مدى فترة تقترب من أربعة أشهر , يمكنني إخباركم بحالات كثيرة مثل هذه , ولكن في هذه الحالة سوف يصبح هذا الكتاب لا- نهائيا ومع ذلك لا أستطيع مقاومة إخباركم بحالة أخرى أخيرة .

في صباح أحد الأيام في يونيو ١٩٧٦ ، تلقيت مكالمة هاتفية من جراح من كاتالونيا Catalonian وعندما جاء إلى عيادتي دعوته للذهاب معي لزيارة مريض كان يعاني من التهاب في مفصل الورك عندما شاهد زميلي أشعة إكس الخاصة بالمريض ، أخبرني بأنه في حالته يعد الاستبدال الكامل لمفصل الورك هو الحل الوحيد الممكن تطبيقه , كان المريض يعاني من آلام شديدة على مدى السنوات الخمس الماضية وكان يعرج في مشيته خلال الأشهر الثلاثة السابقة , كل ذلك جعل العمل غاية في الصعوبة بالنسبة له .

في وجود زميلي ، قام بتخدير وركه نفسيا وأصبح يمشي بسهولة لم يعرفها منذ بداية إصابته بالمرض , كانت بساطة هذه الطريقة وفعالية النتائج مذهلة لزميلي وزوجته التي كانت في صحبته بعد مشاهدة كل ذلك ، تمكن الطبيب الذي كان قد جاء اليّ بسبب ألم البواسير من الحصول على تسكين الألم النفسي اللازم له بفكرة واحدة و استطاع الجلوس في سيارته بغير الشعور بالألم المبرّح بسبب حرارة مقعد السيارة المعرّض لشمس الصيف الحارقة.

كما أتذكر مريضا آخر من أشبيلية Seville تم تشخيصه على أنه لا يصلح لأي نوع من العمل نتيجة لانسداد شرايينه التاجية , كان يعاني من ذبحة صدرية حادة وتمت دراسة حالته بدقة بل تم إجراء تخطيط للشرايين التاجية له ولم يكن هناك من يعتقد في إمكانية عودته إلى مهنته كعامل بناء بالآجر بعد جلسة التدريب الأولى ، شعر بتحسن كبير لدرجة أنه لم يعد إلى عمله فحسب بل تمكن أيضاً من بناء بيت بنفسه , وبغير مساعدة تقريباً قام بإنزال مواد البناء (التي يستخدمها في بنائه) من الشاحنات , لقد دهشت زوجته لرؤيته قادراً على القيام بذلك .

إن قدرتي على الإحساس بالدهشة ما زالت كما هي ومع كل يوم يمر ، يدهشني مرضاي بنتائج جديدة وإيجابية , إنني أشاهد تغييرات مدهشة في بعض أمراض القلب الخطيرة للغاية بفضل الله ثم تعاليم العلاج بالتفكير Noesitherapy.

العلاج بالتفكير لا يحول دائماً دون أن يأخذ الموت مجراه , فبعض المرضي المصابون بأورام لا يزالون يموتون ولكن بطريقة مختلفة وهي الإحساس المتزايد بالاعتزاز بالنفس ووجود احتمالات مختلفة للشعور بالسعادة , عندما يصل المريض إلى مرحلة فهم أن مرضه بدأ عندما توقف عن المقاومة لحل المشاكل في حياته ، ويقرر بأنه يرغب حقا في الاستمرار في الحياة والسيطرة على ما يجري في حياته ، يتغير تطور مرضه تماماً ويمكن لزحف السرطان أن يتوقف , إن السرطان مرتبط من عدة أوجه بماضي الشخص وقبوله أو عدم قبوله له .

من واقع تجربتي ، من الإيجابي دائماً إخبار المريض أو المريضة عن حقيقة مرضهما , عادة ما أعثر على السبب الإنساني لبداية جين السرطان عندما أعد التاريخ السريري للمريض , ما يحدث في العادة هو أن مشكلة شخصية ، أو عائلية ، أو مهنية تتغلب على مقاومة المريض وعلى إرادته في الاستمرار في المقاومة أو الحياة , أما مصدر السرطان فهو خطأ حدث داخل الحمض النووي DNA لخلية نتيجة لأسباب عضوية أو كيماوية أو بيولوجية مختلفة , هذا الوضع يمكن أن يتكرر مرات عديدة في حياة كل شخص , عندما يحدث ذلك تكون هناك آليات تحكم داخلية تعيد الوضع إلى حالته الطبيعية وتصحح هذه الأخطاء تلقائياً ولكن عندما تموت الإرادة في الحياة ، وعندما يتخلى الإنسان عن كل أمل ، يحدث كبت للمناعة الجينية وتستمر الأخطاء ويستمر تكاثر الخلايا بغير أي تحكم وهذا ما يعرف بالسرطان .

وعندما يستعيد المريض رغبته في الحياة والمقاومة من أجلها ، يمكن حينئذ لهذه الآليات إعادة تأسيس نفسها وتصحيح الأخطاء في الحمض النووي DNA وتتوقف هذه الخلايا عن التكاثرغير المحكوم , قد يستمر المرض الذي يعد بمثابة الشكل الذي يعبر به المرض عن نفسه ولكن « المصنع « يوقف نشاطه الغير عادي ويُشفى السرطان .

إن الفرق واضح بين العيش في استجابة بيولوجية إيجابية أو سلبية (positive or negative biological response) مع كل الآثار المترتبة على ذلك بالنسبة للحالة المناعية العامة , يمكننا استخلاص أن أفضل وقاية من السرطان وعلاج له هو المحافظة على الاستمتاع بالحياة أو استرجاعها وهو أمر سوف يطلق عمل آليات التصحيح الذاتي من أجل المحافظة على وظيفة التحكم الداخلي أو إعادة تشغيلها , إن ذلك سوف يصحح الأخطاء الموجودة داخل الحمض النووي والتي كانت السبب الأصلي للسرطان , عندما أسأل مرضاي المصابين بالسرطان إذا كانوا يرغبون في الحياة ، تكون إجابتهم عادة واحدة : « نعم .. ولكن ليس بهذا الوضع» وهي عادة ما تكون إشارة إلى الظروف الإنسانية التي كانت السبب وراء توقفهم عن الرغبة في الحياة .

حكاية أخرى : جاء صبي في التاسعة من عمره تقريبا إلى عيادتي لأنه لم يكن قادرا عل أكل أو شرب البروتين البقري (جميع منتجات الحليب) كان ذلك شيئا لم يتمكن من تقبله على الإطلاق ولكنه تعلم كيفية برمجة مخه واختفت مشكلته بعد أول موعد , هل تمكن هذا الصبي من تغيير حالة تبدو وراثية ؟ كل ما أعرفه هو أن هذه التغيرات حدثت وأنني سعيد لذلك .

يتألف العلاج بالتفكير من القدرة على العيش في استجابة بيولوجية ثابتة – ذلك هو الهدف النهائي وكلما كانت البداية مبكرة ، كلما كان ذلك أفضل ، بصرف النظر عن مدى إصراري على أهمية الولادة تحت حماية تسكين الألم للأم والجنين لأن هذا الأمر سوف يبقى غير كاف بالنسبة لي , إن الرضع الذين ولدوا بطريقة العلاج بالتفكير وهو النظام الذي أتبعه مهيأون بشكل إيجابي لدرجة التمتع بالحماية من مشاكل عديدة , إن ذلك يفرز أجيالاً جديدة تحظى بإمكانيات فكرية أعلى وحرية أكبر في اللحظات التي يتعين عليهم فيها اتخاذ قرار عن حياتهم مع صدمات عنيفة أقل .

تصور إبتسامتك المشرقة أثناء عمل عملية جراحية بدون مخدر !

-١١-

البروفيسور بيللوك زيمرمان
PROFESSOR BELLOCH ZIMMERMANN

كان البروفسور فيسنت بيللوك زيمرمان يراقب باهتمام حدقتي عيني زوجته « ميت » بينما كنت أثقب ذراعها بإبرة طويلة وذلك لعلمه بأن حدقتي عيني زوجته سوف تتسعان في حال شعورها بأي ألم , قال عندما انتهيت : « لم تتحرك حدقتاها على الإطلاق » , كانت برمجة تسكين الألم الخاص بها قد أجريت باستخدام فكرة واحدة فقط , ما هو تفسير عدم حدوث اتساع الحدقتين كردة فعل للألم ؟

كانت « ميت » قد تحكمت في الحساسية للألم في ذراعها وثقبت ذراعها بنفسها عدة مرات بالإبرة كما أنني تمكنت من غرس إبرة أخرى في ساقها بغير أن تشعر بأي ألم , كانت الساق المخدّرة أخف وزنا من الساق الأخرى – هكذا أخبرتني بينما هي تمشي ، يغمرها إحساس بالسعادة لم يسبق لها أن استشعرته حتى هذه اللحظة , حدث ذلك أثناء الموعد الثاني الذي حددته لزوجة البروفسور , كان أستاذاً للعلاج الطبيعي والطب الإشعاعي في كلية الطب في فالنسيا وكان هناك أيضاً فيسنت ابن الأستاذ الذي درست على يديه علم الأدوية .

سألني مرة إذا كانت هناك أية علاقة بين عملي وبين الباراسيكولوجي Parapsychology « علم ما وراء الطبيعة » فأجبته بأنه ليست هناك علاقة بين الإثنين على الإطلاق , يقول علماء الباراسيكولوجي أنه يتعلق بظواهر غير قابلة للتكرار إراديا في جميع الحالات بمجرد الرغبة في ذلك أما بالنسبة لمرضاي فالأمر على النقيض من ذلك تماماً حيث أن كل ما يحصلون عليه يمكن أن يحدث في كل يوم ، في اللحظة التي يريدونها وفي الوقت الذي يحتاجون فيه إليه , أخبرت زميلي بأن عملي مرتبط بشكل أكبر بالتخصص الطبي الذي يمارسه تحديداً , كان يستخدم طاقات جسمانية مختلفة كوسيلة للتشخيص والعلاج في الطب ولكن ما علاقة عمله بعملي بالضبط ؟ حسناً ، كل شيئ في الطبيعة مرتبط بكل شيئ آخر والطاقة الروحية للإنسان وهي الروح ، جزء من الطاقات الموجودة في الكون والتفكير هو الأداة التي يتم بها استخدام الطاقات الأكثر دقة وكفاءة والموجودة في الإنسان كما أنه يؤثر على توازن الطاقات الحيوية التي تتوقف عليها حالتنا الصحية .

إن تأثير التفكير على قشرة الدماغ وعلى النظام العصبي المركزي يحدث تغيرات كيماوية حيوية قادرة على تغيير الناقلية الكهربائية في مسارات الاتصال في الدماغ ويمكن أن توقف الشعور بالألم . والتفكير قادر على تشغيل أو تحريك آليات الغدد الصماء التي يعتمد عليها أداء أعضاء الجسد بأكمله لوظائفها بالشكل الصحيح وإحداث التوازن النفسي للإنسان , ويمكن زيادة الدفاعات الطبيعية ضد العدوى والأمراض وكذلك الأمر بالنسبة لعمل الخلايا ، والأنسجة والأعضاء ، والتناغم بين الأعضاء وبين الجسد بأكمله , إن التفكير يؤثر على أكثر الآليات الحيوية الكيماوية تعقيدا ، مثل تنظيم وقف النزف في حالة التئام الأنسجة أو التحريك والتحكم في الآليات التي تتحكم بدورها في الحمل مثلا ، أو في أشياء أخرى كثيرة مثل تصحيح الخطأ الحادث في خلايا الحمض النووي والذي أدى إلى ظهور السرطان ، وهو ما يسمح للمناعة الوراثية بأداء وظيفتها بالشكل الصحيح من جديد .

في أثناء كتابتي لهذه القصة ، تذكرت مريضا شابا كان يعاني من التهاب حاد في الزائدة الدودية acute appendicitis وكانت الاستكشافات السريرية والتحليلية قد أكدت هذا التشخيص , كان عدد الكريات البيضاء leukocytes ضعف المستوى العادي وكانت الكريات البيضاء المصبوغة بالأصباغ المتعادلة neutrophils مرتفعة جداً , وبغير جراحة أو دواء وفقط بفضل الله ثم البرمجة الصحيحة على الهاتف ، عاد كل شيئ إلى طبيعته خلال أقل من أربع وعشرين ساعة ، سواء من حيث الاستكشاف السريري أم من حيث نتائج المختبر , أعادت الطبيبة التحليل عدة مرات لأنها لم تصدق ببساطة إمكانية صنع فرق بهذا الحجم خلال مثل تلك الفترة الزمنية القصيرة , كانت تعتقد أنه ربما كان هناك خطأ ولكنها تأكدت ووجدت بأن عملها صحيح , كان المرض قد تغير بنفس الكيفية التي تغير بها التحليل وعاد المريض إلى حالة طبيعية تماماً , نعم يا صديقي العلاج بالتفكير يستخدم طاقات « أخرى » قادرة على التحكم في كل شيئ في حياة الانسان وتوجيهها .

وبعد ذلك بفترة ، شاهدت البروفسور زيمرمان في محاضرة ألقاها البروفسور سيفيرو أوشوا في الأكاديمية الملكية للطب في فالنسيا The Royal Academy of Medicine in Valencia . أمتعنا الفائز بجائزة نوبل بمحاضرته عن الأحياء الوراثية والأحياء الجزئية , عندما حياني البروفسور بيللوك زيمرمان ، قال : « هذا مختلف تماماً عما تقوم به أنت يا أنجل» ! أدهشته إجابتي : « لا تكن متأكدا بهذه الدرجة ، إننا أقرب مما تتخيل بكثير , صحيح أننا نبدأ من نقاط مختلفة ومتناقضة في أبحاثنا ولكننا نلتقي في منتصف الطريق , عندما يبدأ طرح الأسئلة الغير قابلة للإجابة في الكيمياء الحيوية ، تنطلق الروح ....»

عشنا تجربة ممتعة معا في قاعة العمليات الخاصة به بينما كنت أجري عملية لزوجته لمعالجة القصور الوريدي venous insufficiency ولم تكن هناك أوردة دوالية varicose veins ظاهرة في قدميها , تمكنت « ميت « من الحصول على التسكين النفسي للألم الضروري للتدخل الجراحي التي خضعت له وبعد العملية مباشرة ، ذهبا إلى الشاطئ للتنزه , تمكن البروفسور بيللوك زيمرمان من دراسة جدوى العلاج بالتفكير في عمله في مستشفى الجامعة في فالنسيا وذلك لدى استخدام إبر الراديوم مع المرضى المصابين بالسرطان , كان الإحساس بالارتياح الذي حصل عليه المرضى بادياً بوضوح وبين أشياء أخرى ، كانت ظواهر الالتهاب أقل .

كان صديقي البروفسور بيللوك زيمرمان واحداً من الأطباء الأربعة الذين وقع اختيار ال بي بي سي عليهم كمستشارين حول إخراج الفيلم الوثائقي الذي أنتجته المحطة عن عملي والذي أذيع في مايو ١٩٩١ كان البروفسور زيمرمان الطبيب الوحيد بين الأطباء الأربعة الذي لديه معرفة سابقة ووثيقة بعملي قبل إنتاج الفيلم الوثائقي المذكور وسوف أتذكره على الدوام بإعزاز كبير للثقة التي وضعها في عملي , توفي البروفيسور زيمرمان بعد هذه التجارب ببضع سنوات .

-١٢-

في غيبوبة
IN A COMA

نظر اليّ الطبيب المكلف في وحدة الرعاية المركزة ، وطلاب الطب وبعض الممرضات باندهاش وأنا أتحدث مع طالب طب شاب دخل في غيبوبة عميقة , كان الطالب قد غاب عن الوعي بعد إصابته بصدمة دماغية في حادثة سيارة « مرحبا أنا أنجل , يمكنك أن تهدأ ، فوالداك بخير ويريدان أن تتحسن قريبا , الكل هنا يقدم لك أحسن ما لديه من علاج , سوف تستعيد وعيك وسوف تبرأ كل إصاباتك سريعا , سوف تعود إلى بيتك خلال فترة قصيرة وسوف يغمر جسدك إحساس ممتع للغاية بالسعادة , أنت الآن مسترخ تماماً وتريد العودة إلى البيت , كل الأمور الآن آخذة في العودة إلى طبيعتها ... « .

كنت أخبره بهذه الأشياء وبأشياء أخرى مماثلة ، جالسا بالقرب منه على رأس سريره في وحدة الرعاية المركزة , فحصت مرة أخرى انعكاس حدقتي عينيه ووجدت مفاجأة سارة تنتظرني حيث كانت حدقتاه قد أصبحتا متماثلتين في الحجم . عندما وصلت إلى الوحدة ، كانت الحدقتان غير متساويتين أو كان حجمها مختلفا , وعندما تركت الشاب كان في صحبتي العديد من الأشخاص الذين استمعوا إلى حديثي له والذي كان من طرف واحد .

- ولكنه لا يستطيع سماعك !
- لماذا كنت تخبره بهذه الأشياء إذا كان لا يفهمك ؟
- طالما أنه لا يزال على قيد الحياة ، فإن كل ما يحدث يصله على مستوى اللاوعي unconscious level .
- ما الذي يتوقف عليه شفاء المريض ؟ وما هي الطاقات التي يحتاجها للعيش بينما هو غائب عن الوعي ؟

في أثناء غياب المريض عن الوعي ، يعتمد كل شيئ (بعد الله) على كافة الطاقات الكامنة داخل الإنسان ، والتي تستمر في العمل بفضل التحكم اللا شعوري لجسده فيه , وعلى هذا المستوى من التعمق داخل الإنسان ، إذا لم تكن لديه أسباب للاستمرار في الحياة واستعادة الوعي والصحة ، يصبح الشخص معرضا لخطر الموت أكثر من شخص آخر لديه أسباب إيجابية للاستمرار في الحياة حتى لو كان كلاهما يعاني من نفس الآفة , فإذا تمكنت من خلال كلماتي ، من تحفيزه إيجابياً ، سوف تعمل كل هذه الطاقات اللاشعورية التي تنم عن وجود خيط يبقيه على قيد الحياة على تنشيط كل ما هو ضروري لكي تستمر الحياة ولكي يسترجع المريض عافيته .

هدّأت من روع والديه بعد رؤيتي له , كان والده طبيبا ولكن يبدو أنه عجز عن فعل أي شيئ لتحسين حالة ولده وأخبرت والدته بأن عليها عدم إهدار طاقاتها في البكاء وفي الاستسلام للتوتر النفسي أخبرتها بأن عليها أن تساعد ولدها .

- ولكن كيف يمكنني مساعدته يا أنجل ؟
- يمكنك القيام بما هو أكثر بكثير مما تخيلين , اذهبي إلى المنزل وعيشي حياتك بشكل طبيعي ولكن ضعي هذه الأفكار في ذهنك وكرريها كما لو كانت صلاة طوال اليوم , لا تستسلمي للشعور بالتعب من التفكير ومن تكرار هذه الأفكار مرة تلو المرة : سوف تتحسن حالة ولدك وسوف يستعيد وعيه . كما سوف تشفى جروحه سريعا .
- ولكن كيف يمكنني مساعدته بحق ؟

هذا الإحساس الخاص الذي تستشعره الأمهات تجاه أولادهن جعل قبولها لنصيحتي أمراً يسيراً للغاية , كانت قد سمعت عن عملي وكانت تعلم أنني لا أتكلم هباء قلت لها : « ليس هناك أدنى شك في ذلك – سوف ترين بأن كل شيئ سوف يكون على ما يرام , على الرغم من كونه فاقدا للوعي أريد منك تشغيل شريط الاسترخاء الخاص بي ضعيه له قريباً جداً من أذنه كما لو كنتي تريدين منه سماعه , وكرري ذلك عدة مرات في اليوم « بعد زيارتي ببضع ساعات ، استعاد الشاب وعيه وتحسنت حالته العامة سريعاً وفي اليوم الثالث التالي لحادثة السيارة أي في اليوم التالي لزيارتي ، رأى الأطباء بأن الجروح التي في رأسه شفيت ومن ثم قاموا بفك الغرز.

أود أن أنتهز هذه الفرصة لكي ألفت انتباه جميع المسئولين عن هذا النوع من وحدات الرعاية الصحية في جميع أنحاء العالم إلى عدم السماح لأي شخص بالتحدث بكلام سلبي أو عن خطورة حالتهم و احتمالية موتهم أو فيه شيئ من الاستخفاف وذلك في حالة وجود مرضى فاقدين للوعي ففي بعض الأحيان ، يتحدث المسئولون في الرعاية عن هؤلاء المرضى كما لو كانوا في غرفة تشريح ، متشدقين بعدم حساسيتهم للموقف , هناك احتمال أن هذه الأشياء لا تؤثر فيهم ولكن كلماتهم ، ومواقفهم ، وحتى أفكارهم تصل إلى عقول هؤلاء المرضى الذين يحاربون الموت بما في ذلك عقلهم الباطن , إن اللا شعور عند هؤلاء المرضى يكون أكثر نشاطا من أي وقت آخر ومن ثم فإنهم يتأثرون بسهولة أكبر , كما أن عودة آلياتهم الحيوية إلى العمل متوقفة على ذلك والتعليقات السلبية التي يتلفظ بها البعض في وجودهم بلا اهتمام ومن منطلق جهل محض يمكن أن تكون عوامل حاسمة في ترجيح كفة الحياة في اتجاه معين أو في الاتجاه المعاكس , أخبرت من صاحبني في زيارتي إلى الشاب الذي كان يرقد في غيبوبة بهذه الأشياء وبأشياء أخرى مماثلة .

ولكن هناك المزيد مما أود إخبار المكلفين بالرعاية الصحية في هذه الوحدات: لا بد من وجود تجهيزات تسمح باستخدام سماعات رأسية صغيرة لإيصال رسائل إيجابية إلى المرضى بحيث تتلقى أرواحهم أفكاراً إيجابية ومطمئنة لتحسين آليات الصحة الطبيعية , وينبغي للخبراء المتخصصين في الرعاية الصحية والذين على دراية كافية بالعلاج بالتفكير أو أقارب المريض بتسجيل أشرطة تبعث رسائل إيجابية على أن يكون ذلك تحت إشراف الخبراء المذكورين .

أتذكر طفلا في حوالي الرابعة من عمره أصيب على ما يبدو بتلف في المخ نتيجة لحادثة سيارة ثم بفضل الله ثم اتباع نصائحي ، تلقى الطفل رسائل وقصص إيجابية سجلها جده الألماني وكلمات عبر له فيها والداه عن حبهما وإعزازهما له , وعلى الرغم من التوقعات المتشائمة للأطباء المعالجين ، فقد شفي الطفل تماما وتمكن أيضا من تكرار الأشياء التي حدثت حوله أثناء غيبوبته العميقة بمنتهى الدقة في حين كان الجميع يعتقد بأنه غائباً تماماً عن الوعي كما استعاد معرفته باللغات التي يتحدثها والداه وهي الأسبانية ، والألمانية ، ولهجة فالنسيا .

أود أن أخبركم يا أصدقائي بأن هذه الممارسة فعالة لدرجة أن الإحصاءات التي تقارن بين المرضى الذين عولجوا بها وأولئك الذين لم يتلقوا هذا النوع من المساعدة مختلفة تماماً , إن كل وحدة للرعاية الصحية في العالم ينبغي أن يعمل فيها طبيب معالج بالتفكير وينبغي للشرائط المسجلة أن تكون إيجابية بحيث تساعد ليس فقط على استعادة العافية وانما أيضا على مساعدة المرضى الذين لم يتمكنوا من التغلب على هذا الوضع على مفارقة الحياة بشكل أفضل , وغني عن القول أن على كافة أعضاء الجهاز الطبي العاملين في هذه الوحدات التدرب على تعلم العلاج بالتفكير بغية تحسين نتائج عملهم .

ويمكن أيضا تطبيق هذا الأسلوب العلاجي في غرف توسيع الرحم في أجنحة الولادة وفي غرف الولادة ذاتها , اليوم تستخدم أجهزة باهظة الثمن لمتابعة حالة الأمهات والمواليد أثناء الولادة ولكن من الضروري إضفاء لمسة إنسانية على كل هذه الأشياء وإضافة دفء كلمة حب , لعلمنا بتأثيرها الإيجابي , سوف يكون ذلك بكل تأكيد تغييراً للأفضل لجو هذه المراكز وسوف يوفر كل الفوائد الممكنة للأمهات وللمواليد سواء بسواء .

إحدى محاضرات الدكتور أسكديرو

أود أن أخبركم بأمر عن الدورة التي درّستها لأطباء الأسنان في يونيو ١٩٧٨ في الجمعية الطبية في فالنسيا Valencia Medical Association ، بناء على طلب الأكاديمية الاقليمية لدراسات أمراض الفم Academy of Stomatological Studies. قضينا صباح اليوم المقرر لبدء الدورة في قاعة العمليات الخاصة بي حيث أجريت عمليات على أربع أرجل بها أوردة دوالية في حضور زميل من بنما هو الدكتور سابونج Dr. Sabonge الذي كان قد جاء لزيارتي مع زوجته وهي ممرضة تخدير , كنت قد قابلتهما في بنما في العام السابق بمناسبة كلمة ألقيتها أمام العاملين في مستشفى سان توماس Santo Tomás Hospital في تلك المدينة وجاء كلاهما لحضور الدورة .

دعوت طبيب أسنان ومريضة له كان قد أجرى لها عملية باتباع تعاليمي لحضور إحدى جلسات تلك الدورة في حضور زملاء لي من الولايات المتحدة الأمريكية , كنت أريد منهم أن يخبرونا عن تجربتهم بعد العملية و تحدثوا لنا عن تجربتهم وكانت متشابهة ولكن من وجهة نظر مختلفة.

كانت المريضة تعاني من حساسية لكافة أنواع المخدر الكيميائي الموضعي وكانت قد اتصلت بي من عيادة طبيب الأسنان لطلب مساعدتي وأخبرتني أن إحدى أسنانها في حاجة إلى خلع وهي سنة علوية ذات شرفتين , قمنا خلال فترة وجيزة بإجراء برمجة تسكين الألم النفسي لها على الهاتف ثم أنهينا المكالمة وانتظرت مكالمة هاتفية أخرى منها لتخبرني بالنتائج , بعد ذلك بفترة اتصلت بي المريضة وأخبرتني بأن الأمور سارت على خير حال ولكن طبيب الأسنان الذي شعر بالتوتر نتيجة للتجربة الجديدة التي سوف يمر بها وربما كان متعجلا لقلقه إزاء زوال تأثير التسكين النفسي للألم وبسبب ذلك كسر جذر من جذور السن التي كان يقتلعها كان في حاجة إلى وقت أكبر لإنهاء عمله .

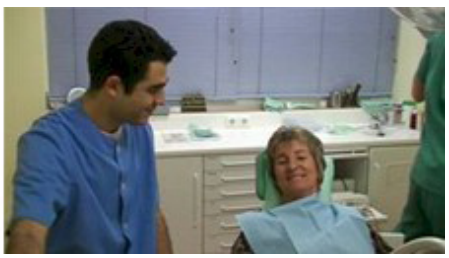
عندما بدأت المريضة تدرك ما يجري ، أشارت له بأن يدعها تتكلم , طلبت منه أن يكون هادئاً وألا يتعجل وأخبرته بأن التسكين النفسي للألم سوف يستمر إلى أن ينتهي من كل شيئ كان يقوم بـه حينئذ تمكن طبيب الأسنان من إنهاء عمله على أكمل وجه , تلك كانت القصة التي أخبر الطبيب والمريضة أطباء الأسنان الحاضرين للدورة بها .

أخبرتهم بأن أهم شيئ حدث لم يكن اقتلاع السن بغير تخدير كيماوي ولكن ما يلي : قبل بدء تلك الجلسة من الدورة بالذات ، طلبت من اثنين من أطباء الأسنان الحاضرين للدورة فحص فمها . عندما تمكنا من ملاحظة الحالة الرائعة للندبة ، ذكرا بأن اقتلاع السن لا بد وأن يكون قد تم طبقا لحساباتهما منذ ما يتراوح بين عشرة أيام وخمسة عشر يوما .. ولكني أخبرتهما بأن السن اقتلعت في اليوم السابق مباشرة وشهد كل من الطبيب والمريضة على ذلك .

بعد قراءة هذا الجزء ، سوف تجدون من الطبيعي تماما تمكن مريضة كنت قد أجريت لها عملية في كلتي ساقيها لعلاج الأوردة الدوالية قرب نهاية عام ١٩٨٢ من الذهاب إلى طبيب الأسنان ليقتلع خمساً من أسنانها بغير مخدر كيماوي وهو ما أصابه بدهشة شديدة لقد حصلت هذه المريضة على التسكين النفسي للألم اللازم لها من خـلال الاحتفاظ بفمها رطباً والتفكير مرة واحدة فقط في أنه مخدّر .

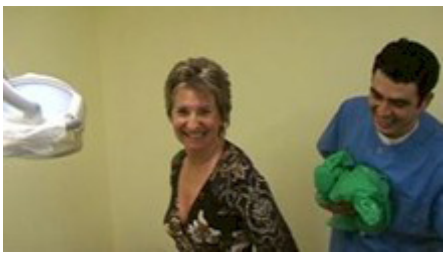
في جلسة أخرى من تلك الدورة ، عرضت فلماً عن أمراض لب الأسنان endodoncy ، وسحب عصب سن أحد الأطباء بواسطة زميله الذي كان حاضراً للدورة , أما الشيئ الغير عادي في ذلك فهو أننا كنا قد برمجنا التسكين النفسي للألم لذلك الطبيب قبل ذلك بيومين ، أثناء عشاء مع زملائي وبغير تكرار ولا كلمة واحدة من قبل بدء سحب العصب , في السنوات القلائل الماضية ، بدأ عدد من أطباء الأسنان بعد حضور دوراتي في استخدام تعاليمي وحققوا نجاحا كبيرا في عملهم ، ليس فقط في عملهم العادي وانما أيضا في مجال زرع الأسنان تحت التسكين النفسي الإرادي للألم وهو تخصص جديد تماما في تاريخ طب الأسنان .

قبل العملية



أثناء العملية

بعد العملية



-١٤-

درس بعد الموت
POSTHUMOUS LESSON

عندما بدأت دراستي للطب في كلية الطب في فالنسيا في عام ١٩٥٠ ، كان الدكتور مونتسينوس Dr. Montesinos أستاذاً مساعداً للتشريح مع البروفسور ألكالا سانتاليلا Professor Alcalá Santaella. كنت ومجموعة من الطلبة نلوّن لوحات توضيحية تشريحية باستخدام حبر هندي مخفف (هذه أولى ذكرياتي عن الدكتور مونتسينوس) . بعد ذلك بعدة سنوات تصل إلى ربع قرن ، تلقيت مكالمة هاتفية من أستاذي القديم هنأني على عملي وأخبرني أنه مهتم بتعلم الطريقة التي أتبعها إذا كنت راغباً في تعليمها له .

استقبلته في مكتبي عدة مرات وتعلم كيفية الوصول إلى التسكين النفسي للألم , كانت إحدى أسنانه في حاجة إلى خلع ولذلك قمنا ببرمجة التسكين النفسي للألم بحيث يبدأ تأثيره في يوم اقتلاع السن , دهش طبيب الأسنان للنتيجة وبدأ في استخدام التسكين النفسي للألم لتهيئة النساء الحوامل اللواتي كن تحت رعايته في "Jefatura Provincial de Sanidad" كان الطبيب الوحيد الذي حضر أول دورة لي تم تنظيمها للقابلات في ذلك المركز في عام ١٩٧٥ قد تعلم في باريس طريقة لاميز Lamaze المستوردة من روسيا لتهيئة النساء الحوامل ولكنه لم يتلق المساعدة اللازمة لتطوير ذلك العمل في مجال التخصصات التي تدرّس في فالنسيا .

في صيف عام ١٩٧٥ طلب مني إجراء عملية الأوردة الدوالية له (البواسير) hemorrhoids. كان يخضع لعلاج مضاد للتجلط ولذلك أرجأنا التدخل الجراحي لبضعة أيام , أخبرته بأن يتناول عشاءه كالمعتاد في اليوم السابق للعملية بل وأن يتناول أيضا إفطاره قبل مغادرة بيته في طريقه إلى العيادة وهو أمر مختلف تماماً عما يقوم به زملائي عادة لتهيئة هذا النوع من المرضى للتدخل الجراحي .

أما سبب قيامي بذلك فهو أنه كلما كانت عاداته الغذائية طبيعية ، كلما كان تغوطه بعد العملية طبيعيا ويسيراً , ينبغي أن يكون الاعتبار الأول للمسائل العضوية حيث كان يعتقد على الدوام بضرورة إرجاء أول تغوط لأطول فترة ممكنة وهذا هو السبب في اخضاع المرضى عادة للحقن الشرجية لتنظيف أمعائهم وجعلهم يتناولون مستحضرات أفيونية لوقف التحوّي المعوي وهكذا , في حقيقة الأمر كانت هـذه الإجراءات تحدث أثراً عكسياً بدلا من مساعدة المرضى على خوض هذه التجربة فمن المعروف تماما أن فترة ما بعد الجراحة تكون مؤلمة .

في اعتقادي أنه كلما كان الوقت الفاصل بين العملية وبين أول تغوط قصيراً ، كلما ازدادت الحماية التي يكفلها التسكين النفسي للألم للمريض , فجسم المريض يتكيف بسهولة أكبر مع التغوط اليومي والآليات التي تحارب العدوى سوف تبدأ عملها بفعل الاستجابة البيولوجية الشاملة المتناغمة الناتجة عن الأفكار الإيجابية التي برمجت التسكين النفسي للألم , كل شيئ سوف يكون أفضل ، بما في ذلك التئام جراح العملية .

بعد أن تناول الإفطار ، قاد سيارته إلى العيادة بصحبة زوجته , إن موافقتي على طلب صديقي وضعتني في موقف مسئولية كبيرة ولا بد أنكم أدركتم ذلك بالفعل , كنت أعلم بأن توسيع عاصرة الشرج في حاجة إلى تخدير عميق وتام , حانت اللحظة الحاسمة وبدأت العملية أمسكت بعقد دوالية كبيرة بالملقاط واحدة بعد الأخرى وربطتها عند القاعدة بعد قطع الجلد والمخاط الموجودين في نسيجها المغروس وأخذ المبضع الكهربائي يقسّم العقد خارج الربطات .

كان مريضي هادئا وكان قادراً على التحكم التام في حساسيته للألم , جاءت لحظة ضرورة توسيع العضلة العاصرة في الشرج وهي لحظة تنطوي على قدر كبير من التوتر والخطر , ضممت ابهاميّ المقفزين واستخدمت سطحهما الخلفي لتوسيع العضلة العاصرة وفي أثناء قيامي بذلك ، نظرت إلى عينيّ صديقي كان كل شيئ على ما يرام ولذلك كررت نفس المناورة مرة ثانية إلى أن أصبحت راضياً عن النتيجة .

وضعت فتيلة مشبعة بالفازلين داخل الشرج ومن ثم انتهت مهمتي , كان هناك في بطن صديقي كيس غشائي صغير تكون فوق ندبة عملية جراحية سابقة , طلب مني أن أستأصله وبعد ذلك بلحظة ، أريته الكيس الذي كنت ممسكاً به في يدي , نزل بسعادة من فوق طاولة العمليات وارتدى بنطال البيجامة ثم غادر قاعة العمليات سائراً على قدميه , بعد ذلك بادلنا بعضنا البعض التهاني .

كانت ثوابته البيولوجية طبيعية تماما طوال العملية وكان الدكتور لازارو يتنقل بين مراقبتها وبين تصوير العملية , لدى مغادرتنا لقاعة العمليات قابلَنا أحد أصدقائه .

- كيف حالك يا مانولو ؟
- أنا بخير , لقد أجريت عملية الأوردة الدوالية لتوّي .
- هذا جيد , أنا سعيد من أجلك , لابد وأنك تشعر براحة كبيرة .

لا شك أن صديقه ، وهو طبيب تخدير ، لن يخطر في باله أو يتوقع أنه غادر لتوه قاعة العمليات ، ولا سيما أن قسمات وجهه كانت تشي بالإحساس بالنصر , كانت كلية الطب أمام العيادة مباشرة وأخبرني الدكتور مونتسينوس أنه سوف يذهب إلى هناك ليثبت أن ... قاطعته وأخبرته أن كل شيئ قد ثبت بالفعل وأن عليه الذهاب لتناول الغداء مع زوجته في سكينة .

قاد سيارته إلى مطعم يقع بالقرب من العيادة وبعد أن تناول طعام الغداء ، احتفظ بالفاتورة كتذكار لذلك الغداء الذي كان بمثابة احتفال بالجراحة التي أجريت له , في منتصف فترة ما بعد الظهر كان قد غادر العيادة وعاد إلى منزله , في نفس الليلة تغوط الدكتور مونتسينوس للمرة الأولى بشكل طبيعي وبكل ارتياح ، تماما كما أردنا للوضع أن يكون , وفي اليوم التالي الذي صادف يوم أحد ، حضر إلى الدكتور مونتسينوس لزيارتنا مع زوجته وكان يقود سيارته بنفسه كما هي الحال دوما قضينا وقتاً ممتعاً مع بعضنا البعض بعد الظهر, وفي صباح اليوم التالي ذهب إلى عمله في موعده تماما كما لو أن شيئا لم يحدث , لم يكن هناك شيئ غير عادي في فترة ما بعد العملية الجراحية يمكنه الحديث عنه ، باستثناء أنها كانت طبيعية .

في كلية الطب ، ولا سيما في قسم أمراض النساء والولادة حيث عمل كمتعاون لسنوات طويلة ، ترك الدكتور مونتسينوس حقيقة راسخة عن صديقه إسكوديرو .. فالتجربة التي مر بها لا يمكن إنكارها .
بعد ذلك بعامين في يوم ٢٠ مايو ١٩٧٧ توفي الدكتور مونتسينوس فجأة , قبل ذلك بأيام كان قد طلب مني إلقاء محاضرة أمام ممرضاته المتدربات في كلية الطب في فالنسيا وكان يريد لهن مشاهدة الفلم الخاص بالجراحة التي خضع لها .

ألقيت المحاضرة بعد أيام معدودة من وفاته , قدمني ولده الذي كان أيضا أستاذا في كلية الطب المذكورة إلى تلامذة والده وتلقى الطلبة بتأثر هذا الدرس الأخير من أستاذهم الذي استمر معلماً وموجهاً لهم ، حتى بعد وفاته . فتحية لذكرى هذا الطبيب ، والمعلم ، والصديق .

-١٥-

القوة الخلاقة للتفكير
THE CREATIVE POWER OF THOUGHT

باقي هنا بضع فقرات قرب نهاية الجزء الأول من هذا الكتاب أجدها مهمة لدرجة أني أود التحدث عنها قليلاً الآن , ولذلك سوف أستشهد هنا بالفقرات الاستهلالية للفصل المعنون « الجسد ، والروح ، والطاقة ، والخطايا و الحب « :

أما العبارة التالية فهي منسوبة إلى « فرشو Virchow « وهو واحد من كبار علماء وظائف الأعضاء والأمراض في القرن التاسع عشر : لقد قمت بتشريح أجساداً عديدة لبشر وحيوانات . شرّحت أمخاخهم ، وقلوبهم ، وأكبادهم ولم أجد الروح في أي مكان ، حتى ولا بقاياها أو ما ينم عن وجودها « .

لم يتمكن فرشو من العثور على الروح ولكنه أدرك أن شيئا جوهريا قد اختفى من هذه الكائنات التي كانت حية حتى وقت قريب ، شيئا يجعل هذه الكائنات تتوقف عن العمل بل ويجعل بنية الخلايا والأنسجة والجسد نفسه تتلاشى سريعا ، ما لم يتم الحفاظ عليها بطريقة إصطناعية وهو ما يسمح بالحفاظ على المظهر التشريحي , وأيضا وإلى حد ما على الوظائف البيولوجية ولكن ليس على الشعور ذاته الذي لم تتمكن أية تقنية من سبر غوره .

هذه الطاقة التي تمكنت من المحافظة على تركيبة الخلايا والأنسجة ، وعلى شكل الجسم ، ووظيفته ، والحياة والشعور ذاته ، تكمن في الروح التي عندما فاضت تركت وراءها جثة كانت فيما مضى كائناً حياً .

على النقيض من عبارات فرشو ، ذكرت ما يلي في أول كتاب لي « الإرادة تقهر الألم « : في كل تدخل جراحي بواسطة التسكين النفسي للألم ، أجد الروح الانسانية أمام مشرطي « .

عندما أقول بأنني أجد الروح الانسانية أمام مشرطي ، فإنني أشير بذلك إلى تجلياتها , وإذا كان الكائن البشري قادراً من خلال القوة الخلاقة للتفكير الإنساني على تعديل أو كبت الوظيفة المعتادة للمخ والتحكم في الحساسية للألم ، وأيضا على تحقيق الانسجام الفسيولوجي الخاص به ، فذلك راجع لوجود قوة عليا تتحكم في المادة وتأمرها بالعمل , تؤثر هذه القوة على المخ فتخبره بالكيفية التي ينبغي أن يتصرف أو يتوقف عن التصرف بها , ويعمل البشر كوحدة واحدة بسبب الطاقة المنبعثة من الروح وما الانسجام بين الأعضاء ، والأجهزة ، والأنسجة ، ومجموعات الخلايا ، والجزيئات ، والذرات إلا نتيجة لتلك الدفعة الحيوية .

لقد ذكرت هذه العبارات هنا حتى يتسنى لكم فهمي عندما أشرح فكرتي عن القوة الخلاقة للتفكير فكل نتيجة حققها مرضاي في رأيي مدهشة ، وعندما يفهمون تعاليمي ويستخدمون أفكارهم بذكاء ، سوف يصبحون قادرين على برمجة تسكين الألم النفسي اللازم لهم للتدخلات الجراحية ، والولادة ، ومقاومة الألم ، وتشغيل الآليات الطبيعية للشفاء ، وتعلم تجنب الضغط ومحاولة العثور على حلول أكثر ذكاء لمشاكلهم اليومية , ما هو اذن مصدر هذه الطاقة الرائعة القادرة على تغيير حياتهم بمثل هذا الشكل الإيجابي ؟ إنني مدرك لكون « فرشو» قد عجز عن الوصول إلى الروح في عمليات التشريح التي قام بها لأن الروح قد فاضت وتركت وراءها جثة كانت فيما مضى كائناً حياً . إنه من الضروري الإجماع على حقيقة أن الطاقة الحيوية تكمن في الروح وأرى بأن هذه الطاقة الحيوية عبارة عن نفحة إلهية قادرة على المحافظة على تركيب الخلايا والأنسجة ، وشكل الجسم ، ووظيفته ، والحياة والشعور (الذي يعمل في المخلوقات البشرية باستخدام المخ كوسيط له عبر أفكار تكون بمثابة أدواته المؤثرة) بهذه الكيفية يصبح التفكير ناقلاً للطاقة الحيوية حتى يتمكن من أداء وظائفه .

والآن إذا اعتبرنا أن ما يسمى ب « المعجزات « يتم بواسطة بشر يستخدمون الهبات التي حبانا الله بها ، أستطيع أن أعتبر أن الروح هي متلقي هذه الطاقة الإلهية Divine Energy التي تكمن فيها القوة الخلاقة والتي تستخدم للبشر من أجل المساهمة في عملية الخلق , يمكننا الآن فهم معنى القوة الخلاقة للفكر الإنساني والتي تعد أداة لاستخدام طاقة الروح

, ولكن بما أن الله حبانا بالحرية – حرية التفكير – وهي الحرية الحقيقية الوحيدة تقريبا الموجودة في حضارتنا ، فإن الاستخدام الصحيح أو الغير صحيح لحريتنا سوف يقرر ما سوف تكون عليه النتائج , من المؤكد أن الحرية تسمح لنا باستخدام « الفاكهة المحرّمة» – وهي الأفكار السلبية – أو الفاكهة الحلال – وهي الأفكار الإيجابية – كما نرغب , كما أن الطاقة الخلاّقة لأفكارنا هي السبب الرئيسي لأمراضنا وكذلك لعافيتنا , يا له من سر عظيم منحنا الخالق إياه ، وهو حرية التفكير !

عزيزي القارئ ، دعني أروي لك بعض الأمثلة التي عاشها مرضاي واتضحت فيها قوة التفكير التي منحها لنا الخالق جليّة , ينبغي أن أخبرك بأنني عندما أذكر أسماء مرضاي ، فإنني أحصل على إذنهم بالقيام بذلك , سوف تقرأون باستفاضة في فصل آخر عن ميجل كامبس Miguel Camps ، وهو مريض كفيف يعاني من اعتلال الشبكية نتيجة لمرض السكر , لم يتمكن أطباء عيون شهيرون في المملكة المتحدة وأسبانيا من التوصل إلى حلول لمشكلته ولذلك فسوف يصبح كفيفاً تماماً خلال فترة قصيرة من الزمن , لقد تعرض لنزيف العين لأكثر من عشرين مرة وتحول السائل الزجاجي داخل عينه وهو سائل شفاف ، إلى سائل معتم كان قادراً فقط على تمييز الأشخاص كأشباح وعلى رؤية الأضواء والظلال , كان كفيفا ولكن زملائي يشهدون بأنه عندما غادر القاعة التي أجريت له العملية فيها بعد الموعد الأول ، كان قد استعاد بصره ... هل هي معجزة ؟ يمكنكم اعتبارها كذلك ولكنها شيئ تمكن من القيام به بنفسه وكل ما فعلته هو أنني أوحيت اليه بالطريقة التي ينبغي أن يفكر بها .

أنطونيو باستور Antonio Pastor ، هو مريض آخر شاب وصل إلى غرفة العمليات وذراعه اليسرى مشلولة ومصابة بالضمور , كان قد تعرض لحادث قبل ذلك بعشر سنوات في أثناء قيادته لدراجته النارية وتمزقت الضفيرة العضدية التي تحوي كافة أعصاب الذراع , ولكن الذراع المشلولة لم تكن أكبر مشكلة بالنسبة له , كان قد جاء إلى غرفة العمليات بحثاً عن حل للألم الغير محتمل الذي كان يعاني منه والذي لم يكن يتوقف للحظة واحدة , كان يعيش حالة من اليأس والاكتئاب ، فقد أجريت له كافة أنواع العلاجات الطبية والجراحية ولكن حياته تحولت إلى جحيم لا يطاق .

أرشدته بنفس الكيفية التي تحدثت عنها في الفصل السابق ، وبعدها غادر قاعة العمليات الخاصة بي ، يغمره شعور بالعافية لم يتحقق له على الإطلاق طوال السنوات العشر السابقة , وبعد ذلك بشهرين وخلال الموعد الثاني جاء والسعادة تتقافز على قسمات وجهه , لم ينجح المورفين وبقية مسكنات الألم في الحد من ألمه ولكن القوة الخلاقة لتفكيره كانت كافية لتغيير حياته كليّة , الآن أصبح هذا الشاب قادرا فعلاً على العيش في انسجام حقيقي صنعه لنفسه .

جيه ال J L ، شاب آخر رياضي جاء إلى غرفة العمليات وهو يشكو من ألم اعتلالي عصبي neuropathic pain ناتج عن تضرر العصب في باطن قدمه اليمنى , كان الألم قد بدأ منذ عدة سنوات بعد تدخل جراحي لتصحيح ارتفاع قوس القدم وكان الأطباء قد قطعوا العصب القصبي الخلفي أثناء الجراحة ونتيجة لذلك كان المشي يزيد من حدة الألم , كان الشاب عاجزا عن النوم و يعيش حالة من الاكتئاب فاقداً لأي أمل ، ولا سيما أنه لم يعد قادراً على ممارسة الرياضة التي كانت أحب هواياته إلى نفسه , كانت الحساسية المفرطة لجلده غير محتملة لدرجة استحالة مجرد لمس جلد القدم المصابة .

كان قد عولج في عدد كبير من المستشفيات الأسبانية الشهيرة وخضع لتدخلات جراحية كثيرة تم أثناءها تطبيق كافة العلاجات الحديثة للألم ولكنها لم تسفر سوى عن ازدياد حالته وألمه سوءاً , كتب مدير واحدة من أفضل العيادات الأسبانية المتخصصة في علاج الألم في ملفات المريض التعليق التالي : « لقد استنفذت خدماتنا كافة التقنيات والعلاجات المتاحة لنا لهذا النوع من الألم ولكن المريض مستمر بإصرار في تلقي علاج الحث النخاعي القطني وإبر المورفين بواسطة قسطرة العنق فوق الجافية . يمكننا القول بدون شك بأن هذه الحالة هي واحدة من أكثر الحالات التي عالجناها في الوحدة عناداً واستمرارية ، مع صعوبة إيجاد حل يرضي المريض , بالإضافة إلى ذلك أثر الألم بشكل خطير على التطور النفسي والاجتماعي للمريض « .

والآن يا عزيزي القارئ ، كم من الوقت تظن أن المريض احتاجه لبدء المشي بارتياح والسعادة تطل من قسمات وجهه عندما لامس جلد قدمه سطح الأرض مرة تلو الأخرى بسهولة وهو أمر كان مستحيلا لفترة طويلة من الزمن ؟ بضع دقائق

فقط ! كان ذلك الوقت اللازم لكي نثبت له بأن كنز الكمبيوتر البيولوجي الموجود في مخه ملك له , لا توجد كلمات يمكن أن تصف تعبير الدهشة والسعادة المرتسمين على وجه ذلك الشاب ، فقد وجد أخيرا طريقه إلى استعادة حياته الطبيعية التي كان قد فقدها منذ عدة سنوات نتيجة لخطأ جراحي بسيط !

بطبيعة الحال ، لم تتمكن حتى الجمعية الدولية لدراسة الألم IASP (International Association for the Study of Pain) التي أنتمي لعضويتها أنا والعديد من الأطباء الذين عالجوا هذا المريض من تفسير هذه النتيجة المذهلة .. هل هي ما يعرف بالمعجزة ؟ كلا يا عزيزي القارئ ، إنها نتيجة أخرى طبيعية ، ومن المؤكد أنها غير عادية ولكن ممكنة ، تحققت بفضل الله ثم استخدام القوة الخلاّقة للتفكير , وهذه هي القوة التي يمنحها الخالق لنا ويضعها تحت تصرف جميع البشر ولكنهم حرموا منها بسبب جهلهم بهذه القوة التي يملكونها , يمكن أن أستمر في سرد حالات أخرى عديدة ولكن سوف أكتفي الآن بذكر حالتين أخريتين أحب أن أشرككم في معرفتها.

جاء رجل مسن إلى عيادتي ليشكو من ألم العصب الثلاثي التوائم trigeminal neuralgia وهو ألم في عصب الوجه , كان الألم مستمرا وقويا لدرجة أنه جاء وهو ضاغط بمنديل على خده الأيسر , لم يكن حتى قادراً على الحديث ولم أتمكن من تدوين تاريخه المرضي , قلت له : « حسنا ، أولاً وقبل كل شيئ ، سوف تحصل على تسكين الألم الذي تحتاجه بنفسك و بعدها ، سوف نتمكن من تجاذب أطراف الحديث حتى أتعرف على طبيعة المشكلة « بعد ذلك بدقيقتين ، تمكن من الحديث ومن قرص وجهه بغير مشكلة على الإطلاق رغم أنه قبل قليل لم يكن أي شخص قادراً على إعطائه قبلة على خده , في نهاية الموعد طلبت منه الاتصال بي إذا تكررت الأزمة وفشل في التحكم في الألم بنفسه .

ولكم الآن أن تتخيلوا حالة أخرى : المريض بي آر , B R ، البالغ من العمر ثلاثين عاما تقريبا ، موسيقي يعاني من مخاوف مرضية ولا يستطيع القيام بأشياء كثيرة عادية في حياته مثل سحب ذراع المرحاض ، أو حلق ذقنه وما إلى ذلك , كانت لحيته طويلة أيضا نتيجة لبعض المخاوف التي كانت تساوره , لقد فهم هذا المريض تعاليمي في بضع دقائق وفي اليوم التالي ، اتصل بي هاتفيا وهو في حالة من النشوة بسبب التغير الكبير الذي طرأ على سلوكه , أخبرني بأنه حلق جزءاً كبيراً من ذقنه الطويلة ، تاركا ذقنا قصيرة وأنيقة ، وأخذ ينظف كل ركن في المنزل ، يغمره شعور جديد بالسعادة بعد أن تخلص من مخاوفه السابقة , لقد اكتشف المريض أن القصور في استخدام القوة الخلاّقة لتفكيره هو الذي سبب له المخاوف المرضية وأن هذه القوة تحولت إلى أداة لتغيير حياته بمثل هذا الشكل الإيجابي , يقول بي آر أنه بذل جهداً كبيراً في تنظيف بيته ثم في تحسين شكله , وبعد الموعد الأول كان مظهره قد تغير تماماً , قام بزيارة صديق كاد أن يبكي عندما رأى التغير الإيجابي الحادث لصديقه , كما زار أخته - وهي مصففة للشعر - في مكان عملها , عندما شاهدت أخيها ارتسمت الابتسامة على محياها لقد كان مشهداً رائعاً بحق , أما زملاؤها الذين أصابتهم الدهشة لكل هذا التغيير الإيجابي في جميع مناحي حياته ، فقد التفوا حوله وقبّلوه مهنئين .

هل تكفي هذه الأمثلة أم تريدون المزيد ؟

أحدى محاضرات الدكتور إسكديرو من خلال الفيدو كنفرنس

-١٦-

شجرة التين في حديقتي
THE FIG TREE IN MY GARDEN

كنت وزوجتي نتمشى في حديقتنا في مساء أحد الأيام في فصل الصيف , كنا قادمين من اتجاه شجرة التين الواقعة في إحدى زوايا الحديقة وكانت الشجرة صغيرة لدرجة أن الوصول إلى أي من أغصانها الغضة من الأرض كان يسيرا للغاية , لم نكن قد شاهدنا ثمرة ناضجة واحدة رغم أن ما يتراوح بين ثماني وعشر ثمار ينضج في كل يوم ... ذلك لأنني كنت قد جمعت حصاد ذلك اليوم بالفعل في الصباح , كان ذلك شيئا أستمتع بالقيام به في كل يوم وكنت واثقاً من عدم نضج أية ثمار أخرى حتى اليوم التالي .

كانت مجموعة من الأطفال تجري في الشارع , اقتربوا منا , وبما أنهم شاهدونا قادمين من اتجاه شجرة التين ، فقد طلبوا منا بعض الثمار , أخبرتهم بأنه لا توجد ثمرة واحدة ناضجة ولكنهم أصرّوا وثارت داخلي الرغبة في إرضائهم , اقتربنا من شجرة التين كان الأمر غريبا بحق لأنني كنت هناك لتوي نظرت إلى كل واحد من الأغصان وإلى كل واحدة من الثمار ودهشت لرؤية ست ثمار تين سوداء وتشققات بيضاء بادية في قشرتها دلالة على نضجها ! قالت لي إحدى الفتيات «أريد أكبر ثمرة لنفسي» .

- « اصطفوا حسب السن وليأت أكبركم إلى هنا ، بالقرب من السياج « .

كانت الفتاة التي طلبت أكبر ثمرة أكبر الأطفال سنا .

وزعت ثمار التين وكان العدد كافيا ليحصل كل طفل على ثمرة واحدة فقط ولم تتبق أية ثمار أخرى لي أو لزوجتي .

وزعت الثمار حسب الحجم عكسيا وكانت أكبر ثمرة من نصيب أصغر الأطفال في المجموعة .

- « إنها لذيذة «! هكذا قالت طفلة من الأطفال وهي تلعق أصابعها . ثمار التين التي كان من المفترض أن تنضج في اليوم التالي كانت لذيذة بالنسبة لهم . راقبتهم وهم ينصرفون للعودة إلى لهوهم ولاحظت بأن واحدة من البنات الأكبر سنا كانت تعاني من تصلب في الركبة وأنها كانت عاجزة عن اللحاق برفيقاتها .

- سألتها : ما خطب ساقك ؟

عندما اقتربت ، لاحظت حمرة المركيروكروم على ركبتها وكان الوقت قبيل المغرب .

- لقد تعثرت ولا يمكنني ثنيها . إنها تؤلمني .
- هل تودين تحريكها بغير ألم ؟
- هل هذا ممكن ؟
- بالطبع ، إذا كنتي تودين ذلك .
- ما الذي ينبغي عليّ عمله ؟
- الأمر في غاية البساطة . رددي ورائي ، بصوت مرتفع : « ركبتي مخدرة ، وسوف تبقى كذلك للحظة شفائها وهو ما سوف يتم سريعا» !

انصرفت الفتاة وهي تركض ولحقت ببقية الأطفال .

- قال أحدهم : « إنها تستطيع الركض « !

اقتربوا من السياج ذي القضبان البيضاء مرة أخرى وصاح أحدهم عندما شاهد لوحة اسمي على الجدار :

- « نعم ، إنه الدكتور إسكوديرو» ! كان قد تذكر مشاهدتي على التلفاز .
- أين تعلمت هذه الأشياء ؟
- إنني أتعلم من مرضاي .
- من مرضاك ؟
- نعم , أنا أتعلم منهم , عندما أراقبهم يمكنني مشاهدة النتائج , انظر إلى صديقتك .
- نحن نأتي عادة إلى النادي الريفي مع آبائنا وأمهاتنا , سوف نحضر لزيارتك في عطلة نهاية الأسبوع .
- مع السلامة .
- إلى اللقاء .

وهكذا انصرفوا جميعاً ركضاً ، وعلى رأسهم الفتاة ذات الركبة التي تحمل آثار المركيروكروم , في الأسبوع التالي جاء نفس هؤلاء الأطفال ودقوا جرس الباب وسألوا عني , خرجت إلى الشرفة لتحيتهم ولكنهم بقوا في أماكنهم , عندما عدت إلى الداخل لم أكن أدري ما الذي كانوا يفعلونه فوق الرصيف , وفي المساء عندما خرجت لأتمشى ، قرأت رسالة الحب التي كتبها الأطفال على الأرض بواسطة قطعة من الجبس كُتبت على الجانب الآخر من الشارع ، شاهدت عبارة « طريق الحب THE ROAD OF LOVE « مكتوبة بأحرف بارزة , كما كانت هناك عبارة أخرى تشهد على حساسية الأطفال الغير عادية والرائعة : « سوف نعود لرؤيتك في عطلات نهاية الأسبوع « .

الحقيقة هي أن ما أكله الأطفال بغير علم منهم هي ثمار التين التي لم يكن من المفترض أن تنضج إلا في اليوم التالي , لم يكن ذلك حلماً وإنما فقط شيئا عايشته أنا وزوجتي عن كثب ذات أمسية من أمسيات نهاية الأسبوع في نهاية الصيف .

هذه نهاية الجزء الأول من الكتاب

سوف يتوفر الكتاب كاملاً بجميع الأجزاء قريباً بإذن لله تعالى

(نسخة مطبوعة)

لحجز نسختك الآن

www.HealingByThinking.com

الجراح العالمي أنجل إسكديرو مع الدكتور حمود العبري