

ظُلْمَةٌ الْمَلَنُخُولِيَا (السوداويَّة) أَوْ السُّودَاءُ

كيف يمكننا مساعدة المسيحيين الذين يبدوون غير قادرين على الهروب من سجن الظلمة إلى نور الفرح؟ نعم، أَدْعُوهم مسيحيين، ومن ثَمَّ افترض أن مثل هذه الأمور تحدث لمؤمنين حقيقيين. قد تحدث بسبب الخطيَّة، أو بسبب هجمة شيطانيَّة، أو بسبب ظروف مؤلِّمة، أو لأسباب وراثيَّة أو أسباب جسديَّة أخرى. إنَّ ما يجعل الكتب القديمة التي أُشْرَت إليها في المقدمة مُدهِشة للغاية هو طريقة تعاملها مع كل هذه الأسباب ومع تركيباتها المتعددة، فضلاً عن كَيْفِيَّة معالجتها لكل حالة بما يناسبها. يبدو أنَّ القساوسة البيوريتانيين

القدامى لم ييأسوا أبداً من أي شخص يَمُر بالظلمة
المُحِبَّة.

قبل زمن طويل من ظهور الطب النفسي وفرع
الفسيولوجيا المعاصر المختص بدراسة الظواهر
الكهربية للمخ أدرك القساوسة البيوريتانيون المُشَبَّعون
بالكتاب المُقدَّس تعقيد الأسباب الكامنة وراء ظُلمة
المَلْنُخُولِيَا (السوداوية أو السوداء). في الواقع، نجد
أن أول إجابة يُوردها باكستر على السؤال ”ما هي
أسباب وما هو علاج ظُلمة المَلْنُخُولِيَا (السوداوية
أو السوداء)؟“ هي أنه ”مع الكثير جدًّا من الأشخاص
يرجع جزءٌ كبير من سببها إلى اضطراب وضعف
واعتلال الجسم، وهو الأمر الذي بسببه تعجز النفس
إلى حدٍ بعيدٍ عن الوصول إلى أي شعورٍ بالراحة.
ولكن كُلمًا نشأت هذه الظلمة من دواعٍ طبيعِيَّة كهذه
(اضطراب وضعف واعتلال الجسم)، كانت أقل

ظُلْمَة الْمَلْنُخُولِيَا (السوداويَّة أو السوداء) ٢٩

خطيَّة وأقل خطرًا على النفس، ولكنها ليست أبدًا أقل
إزعاجًا.^١

خَصَّص باكستر قسمًا كاملًا من عظته حول أسباب
وعلاج الْمَلْنُخُولِيَا (السوداويَّة أو السوداء) للحديث عن
”الدواء والغذاء“، فيقول بلُغْتَه القديمة الجذَّابة والتي
لا تخلو من الدقة الملحوظة مع ذلك: ”إنَّ هذا المرض
الذي يُطَلَق عليه ”الْمَلْنُخُولِيَا (السوداويَّة أو السوداء)“
موجودٌ من الناحية التكوينيَّة في روح الإنسان التي
يجعلها اضطرابها غير مؤهَّلة لأداء وظيفتها في خدمة
الخيال، والفهم، والذاكرة، والعواطف؛ لذا فباضطرابها
تَمَرِّض قدرة الإنسان على التفكير، وتصبح عاجزةً
عن القيام بعملها بالشكل الصحيح، كالعين الملتهبة
أو القدم الملتوية أو المخلوعة“.^٢

¹ Richard Baxter, “The Cure of Melancholy and Overmuch Sorrow by Faith and Physic,” in *Puritan Sermons* 1659-1689-, vol. 3, ed. Samuel Annesley (Wheaton, Ill.: Richard Owen Roberts Publishers, 1981 [available to read at <http://www.puritansermons.com/baxter/baxter25.htm>]), 258.

^٢ المرجع السابق، صفحة ٢٨٦.

الجانب الجسماني للظلمة الروحية

لن أخوض في مناقشة العلاج الجسماني للمُنخُولِيَا (السوداويَّة أو السوداء)، والشكل الحاد منها، أي الاكتئاب؛ فهذا شأن طبيب، وأنا لست كذلك، لكن ما يجب أن نكون واضحين بشأنه هو أن حالة أجسادنا تُحدِثُ فرقًا في قدرة أذهاننا على التفكير بوضوح وقدرة نفوسنا على رؤية جمال الحق المانح الأمل. بدأ مارتن لويد جونز، الواعظ العظيم في كنيسة Westminster Chapel (كنيسة وستمنستر) بلندن في منتصف القرن العشرين، كتابه *“Spiritual Depression”* بالتلويح برأية التنبيه على أننا لا نغفل الجانب الجسماني، ومن الجدير بالذكر أن لويد جونز كان طبيبًا قبل أن يدعوه الله لخدمة الوعظ.

هل يرى أحدهم أنه طالما أنك
مسيحي، فلا يَهْمُ ما هي حالة
جسدك؟ حسنًا، إذا كنت تعتقد ذلك،

فستُصاب بخيبة أمل قريبًا. تلعب الظروف الجسدية دورها في كل هذا... هناك أمراض جسدية معينة تساعد عادةً على الاكتئاب... خُذْ على سبيل المثال ذلك الواعظ العظيم الذي وَعَظَ في لندن لما يقرب من أربعين عامًا في القرن الماضي، تشارلز هاين سبرجن، أحد الوُعَاظ العظماء بحق على مَرِّ العصور. كان ذلك الرجل العظيم عُرضة للاكتئاب الروحي، والتفسير الرئيسي لذلك في حالته كان بلا شك حقيقة أنه كان يعاني من مرض النَّفْسِ الذي قَتَلَهُ في النهاية. كان عليه في الكثير من الأحيان مواجهة مشكلة الاكتئاب الروحي هذه في ثوبها الأشد حِدَّةً، فالميل إلى الاكتئاب الحاد هورفيق دائم

لمرض النَّقْرِسِ الذي ورثه سبرجن عن أجداده. هذا بجانب أنني أجد الكثيرين مِمَّن يأتون للتحدث معي بشأن هذه الأمور (المتعلقة بالاكتئاب الروحي) والذي يبدو واضحًا تمامًا لي أنَّ سبب المشكلة الرئيسي في حالتهم هو سبب جسماني، وبشكل عام يمكنك أن تضع داخل هذه المجموعة التعب والإجهاد والمرض (أي شكل من أشكال المرض). لا يمكنك أن تفصل الروحي عن الجسدي لأننا جسد وعقل وروح. عندما يكون أعظم وأفضل المسيحيين ضعفاء جسديًا يكونون أكثر عُرضة لهجمات الاكتئاب الروحي أكثر من أي وقتٍ آخر، وهناك أمثلة قويَّة على ذلك في الكتاب المقدَّس.³

³ Lloyd-Jones, *Spiritual Depression*, 1819-.

لاحظ جايَس ديفيز، وهو طبيب نفسي في بريطانيا كان يعرف لويد جونز جيدًا:

قبل عام ١٩٥٤، وعندما اكتملت سلسلة
الوعظات التي قدّمها لويد جونز
حول الاكتئاب لم يَكُنْ هناك مضاد
اكتئاب فعّال موجود في السوق بعد
على الرغم من إحراز بعض التقدّم
نحو ذلك في عام ١٩٥٤. لاحقًا،
وفي عامي ١٩٥٥-١٩٥٦ عندما
تَوَقَّرت أشكال جديدة من الدواء
مجّانًا كنتُ أعلم مدى اهتمام الدكتور
لويد جونز بمعرفة أنواع مضادات
الاكتئاب الأكثر فاعليّة؛ لأنه سألني
عنهم كثيرًا عندما كنتُ في بداية
مسيرتي الطبيّة، وتحدّث إلى أطباء
آخرين أيضًا بشكل مماثل؛ فقد أراد

أن يعرف ما يكفي ليتمكن من تقديم
النصح لأولئك الذين يطلبون رأيه؛⁴

مكان الدواء في القتال من أجل الفرح

لا أريد أن أعطي الانطباع بأنه من المفترض أن يكون الدواء هو الحل الأول أو الرئيسي للظلمة الروحيّة؛ فالطب في حد ذاته ليس حلاً أبداً للظلمة الروحيّة بطبيعة الحال؛ فبعدها يقوم الطب بعمله تظل جميع القضايا الأساسيّة في الحياة بحاجة إلى أن تكون في علاقة سليمة مع المسيح. ليست مضادات الاكتئاب هي المُخلّص النهائي، بل المسيح. في الواقع، إنّ الاستعمال شبه الأوتوماتيكي للحبوب في حالات سوء سلوك الأطفال وأحزان الكبار سيتسبب على الأرجح في إلحاق الأذى بنا كمجتمع.

⁴ Davies, *Genius, Grief and Grace*, 354.

ظُلْمَةُ الْمَلَنُخُولِيَا (السوداوية أو السوداء) ٣٥

كَتَبَ ديفيد بوليسون^٥، مُحرّر "The Journal of Biblical Counseling" (مجلة المشورة الكتابية)، والمُشير في *Educational Foundation* (مؤسسة المشورة والتعليم المسيحي)، والمُحاضر في *Westminster Seminary* (كلية لاهوت وستمنستر) عن تغيير هائل حدث في العلوم العقلية في منتصف التسعينيات:

ليس لديّ شك أنّ العالم قد تغيّر في منتصف التسعينيات. لقد أصبح العمل يجري الآن في جسمك، وأصبح الأمر مُتعلّقًا بجيناتك التي ورثتها من أمك وأبيك لا بما فعلوه بك. تدور الإثارة الآن حول وظائف المخ لا حول اختلال وظائف الأسرة. آخر ما توصل إليه العلم في هذا المجال

^٥ قامت خدمة "ذهن جديد" بطباعة العديد من الكتب والكتيبات للكاتب.

يتمثل في البحث الطبي المنتمي للعلوم الصلبة (وهي العلوم التي تقوم على قياس ورصد الحقائق أو الأحداث المادية من خلال استخدام المنهج العلمي والتجارب لاختبار النظريات، ولا تتأثر بالمشاعر أو الآراء الشخصية، مثل العلوم الطبيعية أو الفيزيائية كالكيمياء والأحياء والفيزياء والرياضيات - المترجم) وفي الطب النفسي لا في السيكولوجيات بالغة الرقة والنعومة التي تعطيك فلسفة للحياة وتشجعك على الشعور بألمك... يزداد الاهتمام فجأة بعلم الأحياء (البيولوجي). يبرز الطب النفسي إلى الساحة كحربٍ خاطفةٍ تجتاح كل ما يقف في طريقها... الطب على أهبة الاستعداد للمطالبة

بشخصيَّة الإنسان ... إخضاع الحياة
البشريَّة لعمل علم النفس البيولوجي
له تأثيرٌ هائلٌ على كُلِّ من الثقافة
والكنيسة.^٦

ينتهي بوليسون إلى أنَّ هذا الانشغال بالطب النفسي
البيولوجي سوف يتلاشى، وبينما هو في طريقه
إلى ذلك:

سيعالج الطب النفسي البيولوجي القليل
من الأشياء، والتي ينبغي أن نحمد الله،
إله النعمة العامة، من أجلها، ولكن
على المدى الطويل، ستلحق الآثار
الجانبية غير المرغوب فيها وغير
المتوقعة خيبة أملٍ عظيمة. لن ترقى
المكاسب أبدًا إلى مستوى الوعود،
وحياة ما لا يُحصَى من البشر، والذين

⁶ David Powlison, "Biological Psychiatry," in *Journal of Biblical Counseling* 17 (Spring 1999): 34-.

تخضع الآن مشاكلهم التي يتعرضون لها في حياتهم العادية للعلاج بالأدوية، لن تتغير نوعياً ويُعاد توجيهها. فقط التوبة الواعية والإيمان الحي والطاعة الملموسة هي ما تقلب العالم رأساً على عَقَب.^٧

يُؤيِّد بوليسون ما جاء في كتاب إد ويلش *"Blame It on the Brain?"*^٨ حيث نجد ويلش مُستَعِدًّا أن يستخدم الدواء في حالات الاكتئاب المُضعِف (يحدث الاكتئاب المُضعِف عندما تكون أعراض الاكتئاب حادة لدرجة أنك لا تستطيع العمل بشكل طبيعي في مجال واحد أو أكثر من مجالات حياتك؛ فعلى سبيل المثال، يمكن أن يجعل هذا الاكتئاب الحاد مواصلة النظافة الشخصية الأساسية، أو الأعمال المنزلية، أو العمل، أو العلاقات العادية

^٧ المَرَجع السابق، صفحة ٦.

^٨ متاح لدينا بعنوان "لماذا تلقى باللوم على المخ؟"

ظُلْمَةُ الْمَلَنُخُولِيَا (السوداوية أو السوداء) ٣٩

مع الأصدقاء والأسرة مسألة مستحيلة - المترجم)
المستمر، فيقول ويلش:

إذا كان الشخص لا يتناول دواء ولكنه يفكر في ذلك، فإنني عادةً ما أقترح عليه (أو عليها) أن يؤجّل هذا القرار لفترة من الوقت، وخلال ذلك الوقت أفكر جيدًا في الأسباب المحتملة، ونطلب معًا من الله أن يُعلّمنا عن أنفسنا وعنه حتى ننمو في الإيمان وسط الصعوبات. أمّا إذا استمر الاكتئاب، فقد أخبر الشخص أنّ الدواء هو خيار مطروح للتعامل مع بعض الأعراض الجسدية.^٩

^٩ Edward T. Welch, *Blame It on the Brain? Distinguishing Chemical Imbalances, Brain Disorders, and Disobedience* (Phillipsburg, N.J., P&R, 1998), 126.

قد يبدو هذا للكثيرين مبالغة في الحذر والتخوف، ولكن الأدلة العلميّة واسعة الانتشار تكبح بالفعل الحماس المبدئي الذي صاحب ظهور مضادات الاكتئاب بشأن الفاعليّة الفريدة لها. وصفت إحدى المقالات الموجزة في صحيفة الواشنطن بوست *“The Washington Post”* في مايو ٢٠٠٢ الوضع على نحوٍ صارخٍ كما يلي:

بعد آلاف الدراسات، ومئات الملايين من الوصفات الطبيّة (الروشيّات)، وعشرات المليارات من الدولارات المُنفقة على المبيعات، هناك أمران يقينيّان بشأن الحبوب التي تعالج الاكتئاب: مضادات الاكتئاب مثل *“Prozac”* و *“Paxil”* و *“Zoloft”* تعمل، وكذلك أيضًا حبوب السكر (وتُسمّى

أيضًا "Placebos" أو الأدوية الوهميَّة، وهي عبارة عن مادة خاملة دوائياً وغير ضارة تُعطى للمرضى الذين لا يحتاجون إلى دواء ولكنهم يعتقدون أنهم بحاجة إليه، أو تستخدم في الاختبارات التي يتناول فيها بعض الأشخاص دواءً حقيقيًا بينما يتناول البعض الآخر دواءً وهميًا بحيث يمكن للأطباء مقارنة النتائج لمعرفة ما إذا كان الدواء الحقيقي يعمل بشكل صحيح - المترجم)؛ فقد وجدت دراسة جديدة أنه في غالبية التجارب التي أجرتها شركات الأدوية في العقود الأخيرة كان أداء حبوب السكر (أو الأدوية الوهميَّة) مُماثلًا

أو حتى أفضل من أداء مضادات الاكتئاب.^{١٠}

ليس القصد من حَذْر ويلش وتشكيك الواشنطن بوست أن الاكتئاب أو الظلمة الروحية لا علاقة لها بحالتنا الجسدية، فإنَّهما على علاقة وثيقة ببعضهما البعض؛ ولكنَّ القصد هو أنَّ العلاقة بين النفس والمخ أبعد من إدراك الإنسان، ويجب التعامل معها بأكثر قدر من الحرص وبانتباه عميق للواقع الأخلاقي والواقع الروحي للشخصية البشرية اللذين قد يكون لهما تأثير كبير على المخ مثلما له عليهما.

بعبارة أخرى، إذا كان شخصٌ ما يقرأ هذا الكتاب يتناول بالفعل دواءً للاكتئاب أو يفكر في هذا الأمر، فأنا لا أدينك من أجل ذلك، ولا الكتاب المقدس

¹⁰ Shankar Vedantam, "Against Depression, a Sugar Pill Is Hard to Beat," in *Washington Post* (May 7, 2002): A01.

منقول من:

www.washingtonpost.com/wp-dyn-articles/A429302002May6.html

(لم يُعد هذا الرابط يعمل)

ظُلْمَةُ الْمَلَنُخُولِيَا (السوداوية أو السوداء) ٤٣

أيضًا يدينك؛ فقد يكون ذلك هو أفضل شيء تفعله في حالتك أو قد لا يكون كذلك. إنني أستودعك لحكمة طبيب حياتهِ مركزها الله ومُشَبَّع بالكتاب المُقَدَّس، وإذا كان هناك عدم كمال شَابَ اختيارك لاستخدام الدواء، فإنَّ برَّ المسيح المحسوب لنا سوف يبتلعه ابتلاغًا بينما تستريح أنت في المسيح.