

## علاج النفس بطاقة الجسم



تنشط حالياً مؤسسة العلاج النفسي باستخدام حقل الطاقة الفكري في ترويج هذا النوع من العلاج النفسي السريع جداً<sup>١</sup> والفعال من خلال عقد دورات تدريب لهذا النوع من العلاج في جميع الولايات المتحدة الأمريكية بمعدل يومين لكل دورة تدريبية لمن يرغب في تعلم هذا العلاج الحديث والغريب الذي وصفه المعالج النفسي الأمريكي العالمي المشهور غاري إميري وتفتيشي بحثي خلال من وجدته الذي الثورية العلاجية الأساليب من واحد<sup>٢</sup> هـ بـ أن Gary Emery اللذين لا نهاية لهما<sup>٣</sup>. والمرشحون لتعلم العلاج هم الاختصاصيون الإكلينيكيون النفسيون، والممارسون في الطب النفسي، والعاملون الاختصاصيون في الإرشاد النفسي الاجتماعي، وعموماً جميع من يعمل في حقل الصحة النفسية. يخص اليوم الأول<sup>٤</sup> لشرح الأساس النظري لهذا النوع من العلاج، واليوم الثاني للتدريب العلاجي التطبيقي. يداوي هذا العلاج الاضطرابات التالية الرئيسية: 1- الرضوض النفسية بشتى أنواعها وأشكالها. 2- الاكتئاب والقلق والنزوعات الإدمانية نحو المخدرات والمواد المؤثرة على العقل. 3- يزيل أو يخفف الانفعالات السلبية مثل الغضب والغيرة المرضية. 4- اضطراب فرط الحركة وعجز الانتباه المشاهد عند الأولاد. 5- المخاوف المرضية ومشاعر الإثم. إن<sup>٥</sup> مبتدع هذا العلاج هو الاختصاصي النفسي الإكلينيكي روجر كالاهاان وطوره منذ 16 سنة. - الافتراض النظري:

يقوم هذا العلاج على الافتراض أن "العواطف والانفعالات هي مجرد تعبيرات لطاقة في الوعي الإنساني. وأن" الشكل الأكثر فعالية لعلاج الاضطرابات النفسية التي هي عملياً اختلال في هذه الطاقة هو تصحيح هذه الطاقة وعكسها أي ما يسمى "العكوسيات النفسية". فالأفكار والعواطف يجب أن تكون على مستوى متوازن من الكم في الطاقة Quantum. فطاقة الجسم والخارجة العصبية Meridians التي تحدد مسالك الطاقة الخفية اكتشفت منذ 5000 سنة من قبل الصينيين. ومنذ فقط 16 سنة اكتشف العلامة السيكولوجي كالان تعالج أن يمكن النفسية المشكلات "أن وجد حيث Therpay Localization الموضع علاج أسماء ما Callan بنجاح من خلال استغلال جهاز الطاقة نفسه. وعلى عكس الوخز بالإبر التقليدي الذي يخفف جهاز الطاقة البدنية في مناطق معينة من الخارطة للعقد العصبية للطاقة Meridians من أجل إحداث تغييرات على المستوى الجزئي، هناك مستويان من الكم في الطاقة "الجزئيات والذرات" يتعامل معهما هذا العلاج.

يفترض هذا العلاج أن حقل التفكير هو حقل سيكولوجي يتميز عن المادة الجوهرية والحقول المغناطيسية والثقافة أو الجاذبية الفيزيائية الكمية والحقول ليست شكلاً من المادة بل المادة هي طاقة مرتبطة بالحقل. وحقول الفكر كغيرها من الحقول، تحمل معلومات وفيها ذاكرة ويمكن أن تشوش وتضطرب نتيجة الاضطراب النفسي. وهذا الاضطراب أو اضطراب الطاقة ضمن حقل التفكير يمكن اعتباره السبب الجوهري في جميع العواطف السلبية. والاضطراب هنا هو هدف علاج طاقة حقل التفكير الرامي إلى إعادة توازن الطاقة في ساحة التفكير. وبما أن" العلاج الذي نحن بصدد يزيل فوراً" الشعيرات المعرفية، والعصبية، والكيميائية للعاطفة السلبية من خلال تصحيح الطاقة النفسية وعكسها، فإنّها بذلك يزيل السبب الأساسي للعاطفة المفطرة بحيث تصبح الأجهزة المعرفية، والكيمائية والهرمونية تعمل وفق نمط متوازن وسوي. فالعلة الأساسية، حسب رأي كالان، في التبدل والتغيير تكمن دوماً على مستوى الطاقة. وتصحيح الاضطراب النفسي هو في تصحيح هذه الطاقة المختلفة أو ما أسماه بعكوسيات نفسية العصبية العقد بعض على بإصبعه المريض نقر على العلاج يقوم Psychological Reversals المعينة للخارطة العصبية Meridians في الجسم والتي تعد متأذية وفق إيقاع وترتيب معين "سنشرحه لاحقاً" وفي الوقت نفسه يستحضر من ذاكرته الموقف الراض أو المحدث للاضطراب ويثبته في وعيه "بمحتواه العاطفي والفكري والأحاسيس البدنية". ويكرر عملية نقر هذه العقد والمقرونة بتثبيت التفكير في الحادثة المزعجة إلى أن يعيد التوازن الطاقي النفسي إلى سيره السوي وبذلك يزول الاضطراب النفسي أو يضعف إلى حد كبير أو لا يستفيد أبداً فالنتيجة غير مضمونة مائة بالمائة فهناك حالات تفشل فيها المعالجة بهذا النوع من العلاج تماماً مثل العلاج النفسي للاضطراب عن طريق تحريك العينين. العلاج سريع جداً، والنتائج فورية

وآنية وتعد أحياناً بالدقائق. - التطبيق:

طبق هذا العلاج مئات المرضى الذين يعانون من أنواع مختلفة من الرضوض النفسية، كضحايا حوادث الطرق، والجرائم، والاعتصاب الجنسي، وكوارث الحروب والحوادث الطبيعية، والعنف الجسدي، وفقدان الأجزاء، والمخاوف الاجتماعية الراسخة، أي كل اضطراب نفسي سببه المرض.

نسرد هنا خطوات العلاج باختصار والذي يمكن أن يطبقه الفرد بنفسه بعد تعلمه: 1- اطلب من المريض أن يتخيل المرض النفسي أو الاضطراب النوعي الذي يعاني منه أو الذكرى المؤلمة الشديدة ويثبتها في وعيه بحيوية قوية. بعدها عليه أن يحدد درجة الانزعاج أو الكرب على مقياس 10 حيث يعتبر الرقم صفر انعدام الكرب والدرجة 10 ذروة الانزعاج. 2- في الوقت الذي يتخيل بقوة الخبرة المؤلمة أو الراسخة أو الاضطراب النفسي يعمد إلى النقر بإصبعه خمس مرات "كل عقدة عصبية" العقد العصبية الموجودة في المناطق التالية: أ- على جانب الحاجب فوق جسر الأنف. ب- أسفل حجاج العين. ج- بجانب تحت الإبط على بعد 10 سنتيمتر. د- تحت عظم الترقوة الذي يلي عظم القص بين الناحر والريشة الأولى من القفص الصدري. 3- بعد تنفيذ عملية النقر على العقد العصبية التي ذكرناها نطلب من المتعالج أن يعود فيقدر درجة الكرب والاضطراب على المقياس 10 فإذا ما انخفضت الدرجة دون السبعة يتابع تنفيذ الخطوة الرابعة التالية. 4- ينقر بسلامية إصبعه النقطة المسماة Gamut وهي الواقعة بين الإصبع الرابع والخامس من مشط اليد "حسب الشكل المبين". وفي الوقت نفسه يغمض عينيه ومن ثم يفتحهما وينظر إلى الأعلى "والرأس ثابت" ومن ثم ينقلهما إلى الأسفل نحو اليمين وبعدها إلى الأسفل ونحو اليسار ويعمل تدوير العينين بحركة دائرية باتجاه عقرب الساعة ويعكسهما في التدوير عكس اتجاه عقرب الساعة ويهمهم بصوت غير مسموع خلال ذلك، كل هذا وهو ينقر بإصبعه على النقطة العصبية في مشط اليد وأيضاً متابعة النقر على جميع النقاط العصبية التي وضحناها في البند الثاني وبالعدد الذي ذكرناه. 5- بعد ذلك نطلب من المتعالج إعادة تقييم درجة الكرب على المقياس المذكور، وعادة تنخفض الدرجة انخفاضاً مهماً حيث يتابع إعادة تنفيذ جميع الخطوات التي ذكرناها حتى الوصول إلى درجة انخفاض مقدارها صفر على المقياس أو العدد واحد. 6- عندما تصبح الدرجة صفراً وواحداً يستمر النقر على منطقة ثابت والرأس الأسفل إلى وينظر ويفتحهما عينيه يغمض نفسه الوقت وفي اليد مشط في Gamut باتجاه الأرض وببطء ينظر إلى الأعلى "أي تحريك العينين" خمس أو ست مرات. - إطفاء الكرب: الآن نفترض أن المتعالج لم يجد أي انخفاض على المقياس المذكور بعدما نفذ البند الثاني،

يعتمد إلى ضرب راحة يده بحافة اليد الأخرى "يتصرف وكأنّه يقطع شيئاً" وبصوت عال مسموع يكرر الجملة التالية ثلاث مرات: "أنا أقبل نفسي بشدة حتى لو كنت منزعجاً" من الذكرى المائلة في ذهني الآن" ومن ثمّ ينفذ البند الثاني مرة ثانية. في بعض الأحيان تبرز ذكريات جديدة مقترنة بالذكرى التي يفكر بها حاضراً. هنا عليه أوّلاً استمرار تركيز انتباهه على الذكرى الراضة الأصلية ويتعامل معها بالأسلوب الذي ذكرناه حتى انخفاض درجة الكرب، ومن ثمّ يعود ويتعامل مع الذكرى الأخرى التي برزت بالأسلوب نفسه وبالخطوات ذاتها. في كثير من الأحوال تنجح هذه الطريقة في إطفاء الكرب المصاحب للذكرى التي يتم التعامل معها بالسهولة وبالمدة الزمنية القصيرة، ولكن ليس بالضرورة أن يتم إزالة الكرب كاملاً، وأحياناً تفشل هذه الطريقة في بعض الحالات. إنّ هذا الأسلوب هو معدل لطريقة علاج الرضى النفسي بتحريك العينين الذي سبق ونشر في عدد فبراير من هذا العام في هذه المجلة. والاستطبابات بهذه الطريقة واسعة تقريباً، إذ تعالج بها كما ذكرناه اضطرابات الهلع والمخاوف بأنواعها، والإدمان على المخدرات والاكتئاب، ومشاعر الذنب، والمرض النفسي الناجم عن التعرض للعنف والكوارث الطبيعية، ورضوض الحروب النفسية، واضطراب الشدة النفسية التي تعقب المرض PTSD، والقلق، والغضب المزمن والخوف من ركوب الطائرة، ورفض الذات ومشاعر الدونية. د وفي إحصائيات الدكتور جورج كالهان وطاقمه العلاجي أن نسبة نجاح هذا الأسلوب يقارب 90% من الحالات، ويلخص فوائده في أنّّه: طبيعي، من دون دواء، سهل التطبيق، فعال بنسبة تتجاوز 90%، نتائج فورية، قصير المدة.