

## أنا وأنت على الطريق هل للتوتر أسباب هرمونية؟

### هل للتوتر أسباب هرمونية وراثية؟

هذا سؤال طُرح مؤخرا في إحدى الصحف العربية، إليك سيدتي ما جاء تحت هذا السؤال من تقرير هام. يقول التقرير: أظهرت دراسة أمريكية أجريت على الفئران أن وجود اختلافات بين الأفراد من جهة قدرتهم على تحمل التوتر ومواجهته، قد ترتبط بوظائف الدماغ وتركيبته عند كل منهم. ويقول الباحثون إن الفئران تتشابه مع البشر فيما يتعلق باستجابتها للتوتر. فبعضها يتأقلم بشكل جيد مع الضغوط، في حين يعاني آخرون من الاكتئاب جراء ذلك.

وأجرى فريق ضم باحثين من جامعة ساوث ويسترن South Western يعاونهم مختصون من جامعتي هارفرد وكورنيل في أميركا دراسة تتضمن إجراء توالد بين مجموعة من الفئران لتعطي الأخيرة أفرادا تطابقت فيما بينها تركيبة المادة الوراثية التي يمتلكونها ومن ثم تم تعريضهم للتوتر بجعلهم يختلطون مع عدد من الفئران الكبيرة. وبحسب الدراسة فقد كان هناك فروق بين الفئران من جهة تعاملها مع الضغوط التي تعرضت لها - وهو وجود الفئران الكبيرة الحجم - وذلك على الرغم من التطابق الحاصل في المادة الوراثية التي تحملها ، حيث تأثر بعضهم بتلك الضغوط، فانعكس ذلك على قدرتهم على التواصل اجتماعيا مع بقية أفراد المجموعة، في حين أبدت الفئران الأخرى مرونة في التعامل مع هذا الأمر.

وتشير نتائج الدراسة التي أجريت على الفئران إلى أن قدرة الفأر على التأقلم مع الضغوط التي قد يتعرض لها ارتبطت بالكيفية التي تتواصل من خلالها الخلايا الدماغية فيما بينها. لذا يعتقد الباحثون يا سيدتي بأن فهم الآلية التي يتم بواسطتها هذا التواصل قد يساعد على تطوير طرق جديدة تسهم في تحسين قدرة الإنسان على تحمل التوتر ومواجهته بمرونة أكبر. وطبقا للنتائج فقد تبين لدى فحص منطقتين من الدماغ عند تلك القوارض بأنَّ الفئران المتأثرة أظهرت زيادة في سرعة انتقال السيالات العصبية بين العصبونات لينتج عن ذلك عنها زيادة في إفراز هرمون "بي دي إف" والذي تم الكشف سابقا عن ارتباطه بضعف قدرة الفرد على التأقلم.

كما قام الباحثون بتعطيل المورثات المسؤولة عن هرمون "بي دي إف" عند الفئران التي عانت من التوتر والاكتئاب، ليظهر أنها أصبحت تملك مرونة أكبر تجاه الضغوط التي تعرضت لها. وينوه الباحثون بأهمية نتائج الدراسة فهي تساعد على تطوير مركبات

تحسن من قدرة الفرد على التأقلم مع التوتر المزمن، والذي يحتمل أن يؤدي إلى إصابته بالاكتئاب، ليتسبب ذلك بتأثر صحته النفسية بشكل سلبي.

إن، يبقى جسم الإنسان يا سيدتي محط بحوث واكتشافات واختبارات عسى أن يدرك الباحثون كنه هذا الإنسان وتركيبه وكيمياءه وكل ما يجري في دماغه. أليس كذلك؟ ويقوم الباحثون بمزيد من التجارب عساهم يسبرون غور هذا الإنسان المعقد الذي لم يعرفوا بعد منه إلا النذر اليسير. قال لي مرة الطبيب: مَنْ أعلمك أننا قد استطعنا أن نعرف كل شيء عن جسم الإنسان؟ نحن مازلنا نجهل الكثير عنه... حقا، لقد خلق الله الخالق العظيم هذا الإنسان على صورته هو ومثاله هو كشبهه. هذا ما يعلمنا إياه الكتاب المقدس الذي هو كلمة الله الحية يا سيدتي. والإنسان الذي وصف ب تاج الخليقة يعكس صورة الله غير المنظور بطبيعته الكاملة والمنزهة عن الخطية. لأن الله يا سيدتي روح وليس له صورة أو شبه. ولهذا كانت العلاقة قائمة بين الله الخالق والإنسان المخلوق على صورته في القداسة والطهارة. كما أن الإنسان مميز عن سائر المخلوقات الأخرى، لماذا؟ لأن الله منحه عقلا وإرادة حرة ووعيا وإدراكا وجعله خلاقا مبدعا.. وعليه فكان الإنسان تاج الخليقة وقمتها. لكن ما الذي حدث بعد ذلك حتى تغير وضع البشر أجمعين؟ لقد اختار الإنسان طريق العصيان وأكل من ثمرة معرفة الخير والشر وهكذا وقع في الخطية. وعندها انقطعت الشركة بينه وبين الله خالقه وطُرد من جنة عدن، ولعنت الأرض أيضا بسببه. وصارت حياة الإنسان يا سيدتي حياة صعبة فيها الجهد والتعب والكد، وفيها أيضا من التوتر والضغوط الكثير. وكانت هذه هي نتيجة خطية الإنسان وعصيانه. حتى إن الطبيعة من حول الإنسان صارت تنبت له شوكا وحسكا وعليه أن يعمل ويكد لكي يأكل منها.

ترى هل من حل للتوترات التي نعيش تحت تأثيرها يا سيدتي؟ ومهما حاول الباحثون اكتشاف مركبات كيميائية تخفف من هرمونات التوتر لدينا فإنها ستبقى محدودة ومؤقتة. إن الحل هو بالرجوع يا سيدتي إلى خالقي وخالقك أنت. إلى الله الكلي القداسة والقدرة والقوة الذي وحده يستطيع أن يمنح الإنسان الهدوء والسكينة بينما هو معذب في خضم تجارب الحياة وصعوباتها. ألم يختبر هذا الاختبار الكثير من رجال الله في القديم؟ فالملك والنبى داود كتب في أحد مزاميره يقول: إليك يا رب أصرخ. يا صخرتي لا تتصامم من جهتي لئلا تسكت عني فأشبهه الهابطين في الجب. استمع صوت تضرعي إذ أستغيث بك وأرفع يدي إلى محراب قدسك..... ثم عاد وقال في آخر المزمور: مبارك الرب لأنه سمع صوت تضرعي. الرب عزى وترسى عليه اتكل قلبي فانتصرت. وبيتهج قلبي وبأغنيتي أحمده. (مزمور ٢٨)

تري، هل تشعرين سيدتي بالضغوط عليك من كل جانب فتصابين بالتوتر؟ لماذا لا تحذي حذو النبي في القديم وتلجئي إلى الله القدير وتصرخي إليه من كل القلب وهو لا بدَّ يسمع صوت تضرعك. ويمنحك بهجة في قلبك وفرحا وسلاما في داخلك؟ لا يمنحك فقط سلاما وفرحا واتكالا عليه لكنه يمنحك أيضا غفرانا أكيدا لخطاياك وتعود العلاقة من جديد بينك وبين خالقك. هذا أيضا ما اختبره داود فقال: انتظارا انتظرت الرب فمال إلي وسمع صراخي ، وأصعدني من جب الهلاك من طين الحمأة وأقام على صخرة رجلي. هل تعلمين يا سيدتي أن الله يقبلك بواسطة الفادي يسوع المسيح الذي بنفسه حمل عقاب خطاياك على الصليب؟ تعالي إليه فتحصلي على الراحة الحقيقية.

\*\*\*\*\*