

أنا وأنت على الطريق

الوحدة تضر بصحة الإنسان

الوحدة تضر بصحة الإنسان مثل التدخين أو السمنة المفرطة. هذا ما قاله أحد التقارير مؤخرا عن هذا الموضوع. فهل سمعت بتأثير الوحدة على صحتك يا سيدتي؟ هل تعانيين منها أنت شخصياً؟ تعالي معي نستمع إلى ما جاء فيه: ليس الاكتشاف جديداً، فقد خلصت إليه دراسة أمريكية نشرت مسبقاً ، قامت بتحليل ١٤٨ دراسة سابقة حول مخاطر الموت المبكر، وشملت بيانات أكثر من ٣٠٠ ألف شخص تم رصد حالتهم على مدار سبع سنوات ونصف السنة. وأكدت الدراسة حينها أن الأشخاص الذين يعيشون في محيط جيد من الأصدقاء والمعارف تزيد احتمالات عيشهم فترة أطول عن العمر المفترض بنسبة ٥٠% بالمقارنة مع الأشخاص الذين يعيشون في محيط اجتماعي ضيق.

لكن ما هو التفسير العلمي لهذه المقولة؟ يبدو أن الإجابة تعود إلى الجينات وذلك وفقاً لدراسة أجراها مؤخراً ستيفن كول وآخرون في جامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس. فقد وجد كول أن الشعور المزمن بالوحدة قد يؤدي إلى تغير في نشاط بعض الجينات. وتضمنت عينة الدراسة التي بنى عليها الباحث الأمريكي خلاصاته، أشخاصا يشعرون بالوحدة وآخرين محاطين بشكل جيد على السواء. ثم قام لاحقاً بتحليل نشاط جيناتهم بقياس إنتاج هذه الأخيرة لمادة الحمض الريبي النووي . وكانت النتيجة أن جينات الأشخاص الذين يشعرون بدرجات عالية من الوحدة سجلت نشاطاً زائداً مرتبطاً بحدوث الالتهابات ، إلى جانب تراجع في نشاط الجينات المرتبطة بإنتاج الأجسام المضادة ومقاومة الجراثيم.

ويتابع التقرير ليقول بأن ستيفن كول يتوقع أن تكشف هذه النتيجة ليس فقط عن السبب الذي يجعل الشخص الوحيد يصاب المرض لا بل كيف تظهر في المراحل المتقدمة من حالات الشعور بالوحدة، الأعراض الجسدية الغريبة عليه. وفي الخلاصة تفسر النتائج كيف كان الإنسان القديم أقل عرضة للإصابة بالأمراض، بعد أن كان الشعور بالوحدة المزمنة أمراً نادراً جداً، حيث كان الأفراد المعزولون مهددين بخطر التعرض للافتراض أكثر من غيرهم. في حين أنه وللمفارقة، شاعت حالات الوحدة المزمنة مع ازدياد النمو السكاني وتحولت إلى أمر عادي، لن يسمح الوقت مستقبلاً بتدارك عواقبه. إلى هنا ينتهي التقرير.

إن الوحدة تؤثر على الإنسان أيّاً كان. لقد أخبرتني صديقتي يوماً بأن كبار السن والعجزة في البلد الذي تقطن فيه كانوا يتصلون دائماً بالتليفون بمركز الإسعاف. وعندما كان الطاقم يهرع إلى السكن الذي انطلق منه الاتصال، ليسعفوا مريضاً في حالة الخطر، يجدون أن المتصل عجوز أو عجوزة، متقدم في السن، ليس لديه مشكلة صحية بل مشكلته هي الوحدة. لذلك راحوا يفرضون

مبلغاً من المال على كل عجوز أو إنسان يقوم بإجراء الاتصال بمركز الإسعاف الفوري للطوارئ إذا ثبت أن المشكلة ليست صحية. والآن تسرّب هذا الوضع يا سيدتي أو هذه المعاناة إلى بلادنا العربية أيضاً، ولم تعد محصورة في بلاد الغرب والسبب لأن العائلات تخلّت عن عادة العيش معا وفي بيت واحد. نعم، لا بد أنّ الإنسان الذي يعيش وحيدا من دون أنيس أو رفيق يتأثر نفسيا وعاطفيا وحتى جسديا. فالوحدة موحشة ومرهبة ومرعبة في بعض الأحيان. فهل تعيشين أنت سيدتي في وحدة؟ أو هل تشعرين بالوحدة حتى وأنت مع العائلة؟

إذا عدنا معا إلى الكتاب المقدس سيدتي، الكتاب الذي كتبه أناس الله مسوقين بروح الله القدوس نقرأ ما يلي عن مشاعر البعض حين اجتازوا هم أيضا في الوحدة وكان على رأسهم بالطبع آدم حين كان في الجنة. فقد شعر بالوحدة لذلك قال الله الخالق: "ليس جيدا أن يكون آدم وحده فأصنع له معينا نظيره." (تك ٢: ١٨) ويخبرنا الكاتب أيضا بأنه حتى وبعد أن جبل الرب الإله من الأرض كل حيوانات البرية وأحضرها إلى آدم: "أما لنفسه فلم يجد معينا نظيره." لذلك خلق الله المرأة وأحضرها إلى آدم. عندها تغيّر موقف آدم إذ لم يعد وحيدا بل صارت له رفيقة وأنيسة ومعينة نظيره. ولم يكونا وحدهما في الجنة بالطبع لأن الله الخالق نفسه كان يتكلم إليهما دائما وله شركة مع الإنسان.

لكن حين سقطا كلاهما في خطية العصيان طردهما الله من الجنة وفصلهما عن الشركة معه. وبالتالي لم يعودا ينعمان بصلّة معه تعالى. وهنا شعر آدم وحواء بالوحدة المرّة، وحدة من نوع آخر، بسبب الانفصال عن خالقهما الحنون والمحب. هذا نوع آخر من الوحدة يعاني منه الإنسان يا سيدتي حين لا تكون له شركة مع الله القدوس الخالق. وهذا النوع من الوحدة هو أصعب بكثير من وحدة الانفراد لأن الروح في داخلنا تتنّ لعلاقة روحية مع خالقها وصانعها. لكن لا عليك إن شعرت بذلك سيدتي لأن الله دبر خطة لكي يستعيد شركته مع الإنسان إذ أرسل الفادي يسوع المسيح لكي يفندي هذا الإنسان ويمنحه البر والقداسة والغفران. وعندما يثق أيّ منا فيه وبأنه مات على الصليب عوضاً عنه لينقذه من عقاب الخطية والعصيان، ويأتي تائباً إلى الله، عندها تعود الصلة بينه وبين خالقه وكذا الاطمئنان الداخلي إذ تفرح الروح بالعودة إلى الشركة مع خالقها. فهل تؤمنين بمحبة الله لك .
