

قراءة تحليلية في كتاب "حروب الدماغ"

المعركة العلمية على وجود العقل - أدلة ستغير طريقة حياتنا

د "ماريو بيوريجارد"



Dhad1D70066

"Analytical Reading of the Book *Brain Wars*:

The Scientific Battle over the Existence of the Mind

— Evidence That Will Change How We Live" by

Mario Beauregard

د. إيمان كريم جبار الحريزي - العراق

emanalharizi@gmail.com

بطاقة الكتاب

كتاب (حروب الدماغ) هو كتابٌ مُترجم، ترجمه إلى اللغة العربية الأستاذ ضرغام الكيَّار، وتولت طباعته شعبة الأبحاث والدراسات/ قسم الشؤون الدينية/ الترجمات في العتبة الحسينية المقدسة في عام 2023م، صمّم الكتاب وأخرجه الأستاذ محمّد صاحب المعمار.

ملخص الكتاب

استهلّت مقدّمة الشعبة بقول الإمام علي (عليه السّلام):

دواؤك فيك وما تُبصر... ودأؤك منك وما تشعر

وتَحَسَّبُ أنَّكَ جرمٌ صغيرٌ... وفيكَ انطوى العالمُ الأكبرُ



لا يخفى على ذي لُبٍ أنّ الترجمة هي منجمٌ من مناجم الاستزادة المعرفيّة والعلميّة وتبادل التجارب والثقافات بين الأمم والحضارات والشعوب، ومن هنا، كان لسلسلة الترجمات في شعبة البحوث والدراسات في العتبة الحسينية المقدسة عناية خاصّة باختيار الأنسب والأبرز والأكثر ملاءمة للتوجهات والاهتمامات، فتقرّر هذه الترجمات المنتقاة ما في العمل من فوائد وتعلّق على ما لا يُناسب منها مع الأخذ بالحُسبان أنّ العتبة الحسينيّة لم تتبنَ كلّ مكتوب أو منقولٍ بالضرورة.

وهذا الكتاب المترجم يتضمن أربعة فصول مسبقة بمقدّمة ومتبوعة بخاتمة.

الفصل الأول: قوة الإيمان في العلاج.

الفصل الثاني: التحكم في الدماغ.

الفصل الثالث: تدريب العقل، وتطوير الدماغ.

الفصل الرابع: قراءة في الشبكة النّفسية الجسديّة.

ويضمُّ أيضاً: ارجاعات بيلوجر افية تصوّر:

-نظرية هوية العقل-الدماغ.

-العقل (فلسفة).

مؤلف الكتاب (ماريوبويوجارد) هو طبيب أعصاب، انطلق من جدلية المجرّد والمادّي، ورصد في كتابه هذا تجارب علميّة وحالات تمّت في فترات زمنيّة مختلفة لأشخاصٍ كان للعقلِ حضورٌ محسوسٌ في تكوينهم المادّي ومؤثر فيه؛ ما جعل أرباب الفكر المادي المنحصر بالمحسوسات أمام مأزق حقيقي، حيث يقفُ العلماء مكتوفي الأيدي أمام ظواهر مثل: ظاهرة العلاج الوهمي (البلاسيبو) عبر إعطاء أدوية للمرضى تكون محايدة أولاً يوجد سبب واضح لفعاليتها، ولكنهم يتحسنون من خلالها، ونتيجة لذلك، فإنّه يُعرف في أوساط الطب والعلاج النفسي بـ "الدواء المُزيّف"، وظاهرة نظيره المُعاكس (النوسيبو) وهي ظاهرة تحدث بسبب التوقعات السلبية للمريض؛ كأن يتوقع أثراً سلبية لدواء معيّن، فيُعاني من الأعراض التي توقعها، حتى لو كان الدواء مادة



خاملة، وتقنية الارتجاع العصبي، التي يستطيع المرضى من خلالها تعلّم كيفية تنظيم وظائف الدماغ وتحسينها، والتخفيف من أعراض الاضطرابات العصبية والنفسية المختلفة، فضلاً عن ظواهر أخرى كالموت الوشيك، والتنويم المغناطيسي، والتأمل العميق، وغيرها.

ما يميّز هذا الكتاب أنه استقصى في مقدّمته الرؤى المطروحة كلّها حول ثنائية "العقل والدماغ" عند الفلاسفة والعلماء: هيراقليطس، أفلاطون، ديموقريطس، أبقرات، جالينوس، ديكارت، داروين، نيتشه، وليم جيمس، بينفلد، جون إكليس، روجر سبيري، تشالمرز، مارفن مينسكي، فردريك مايرز.

وحاول، عبر بيان تلك الأطروحات، توضيح هدفه الأسى، وهو الوصول إلى فهم علمي مناسب للعقل البشري، مع مراعاة جميع الأدلة التجريبية المتعلقة بهذه المسألة، والتي وضعها في الفصول الأربعة.

أسئلة مطروحة في الكتاب

- كيف يعمل الدماغ؟
- هل هو حاسوب لحبي؟
- هل نحن مجرد حيوانات متطورة؟
- من أين ينشأ إحساسنا بالذات؟ هل هناك فرق بين أدمغتنا وعقولنا؟
- ماذا يحدث بعد موت الجسد؟ هل وعينا يتحلّل إلى العدم؟
- هل يمكن للعقل أن يوجد من دون جسد؟.

مبدئيًا، وعلى مدى قرون قليلة ماضية في الغرب، عمل معظم العلماء ضمن إطار مادي صارم يتمسك بافتراض أساسي واحد، هو أنّ المادّة تمثل كل ما هو موجود، وأصبحت وجهة النظر المادية هي المهيمنة في تفسير العالم وتحديد ما هو حقيقي أو غير حقيقي.



أمّا علماء الأعصاب فيدرسون عمل الدماغ على وفق رؤية مفادها أنّ النبضات الكهربائية في الدماغ هي المسؤولة عن جميع أنماط تفكيرنا وخبراتنا العقلية.

يقول فرانسيس كريك، وهو المكتشف المشارك للبنية الجزيئية للحمض النووي: "أنت بأفراحك وأحزانك، وذكرياتك وطموحاتك وإحساسك بأنك تمتلك هويةً، وشخصيةً وإرادةً حرةً، كلّ هذا ليس سوى سلوك تجمّعات ضخمة من الخلايا العصبية والجزيئات المرتبطة".

أمّا ما شهدته القرون القليلة الماضية من ثورة على صعيد العلم التجريبي والتكنولوجي، كان لها الأثر الإيجابي الهائل في تطوير الحياة بشكّلٍ عام، وهو ما دفع العلماء إلى تجيير الرؤية العلمية لصالح النظرة المادية وحدود مقررات التجربة.

فيرى أصحاب الفلسفة المادية أن كل الموجودات هي مادية ولا شيء غير ذلك، وأن التجارب الروحية مثل: الإحساس بأن الروح ترتقي خارج الجسد وعودتها مرة أخرى، أو حدّة الإدراك لأشياء لا يمكننا معرفتها، هي مجرد هلوسات أو نوع من الخلل المؤقت في الدماغ.

يرى المؤلف ماريو بيوريجاردا أنّ التفكير المادي لا يتناسب مع ما نشعر به ونعيشه كل يوم، فضلاً عن كثيرٍ من الأحداث التي تتجاوز المؤلف. وأنّ العقل الذي نتخيّل أنّه من نتاج الدماغ بقي لُغزاً مستعصياً علينا، فهو ليس له كتلة ولا حجم ولا شكل، ولا يمكن قياسه في المكان والزمان، ومع ذلك فهو حقيقي، حاله حال الخلايا العصبية والنواقل والوصلات المشبكية، ولا يقلّ قوة عنها.

هذا الكتاب يُلقي الضوء على أبحاث ودراسات تشير إلى أنّنا نستطيع أن نخلق حياتنا وصحتنا وعوالمنا بأذهاننا، إذ تُظهر أبحاثه القوة الحقيقية وغير المستغلة للعقل من خلال العديد من تلك الدراسات.

إنّ إيماننا بفاعلية العلاج الوهمي أو (البلاسيبو) يمكن أن يحفّز قدرتنا على الشفاء الذاتي حتى في الأمراض الخطيرة، وأنّ العواطف يمكن أن تؤثر في جينات



معينة في الإنسان، سواء كانت مفعلة أو متوقفة، وكمثال على التأثير، تغيير استجابة أجسامنا للتوتر.

وُمكننا تحسين أدائنا المعرفي من خلال تعلّم التحكم في النشاط الكهربائي لأدمغتنا باستخدام الارتجاع العصبي، كما يُمكننا تدريب عقولنا عبر الممارسات التأملية لتعزيز نشاط مناطق الدماغ المسؤولة عن السلامة العاطفية والرحمة والانتباه، ويمكن أن يُغيّر التدريب العقلي بنية أدمغتنا.

كيف نغيّر نمط تفكيرنا في الحياة ؟

خلاصة تحليلية للفصل الأول: (قوة الإيمان في العلاج).

توصل المؤلف، بعد تجارب متعددة مذكورة في طيّات الكتاب، إلى أنّنا إمّا أن نمسك الحياة بقوة في أيدينا، أو نستسلم للموت بسهولة. لقد أظهر العلم مرارًا وتكرارًا أنّ ما نؤمن به يمكن أن يؤثر بشكل كبير على تجربتنا مع الألم، ونتيجة الجراحة، وحتى نتيجة المرض. ويمكن أن تؤدي توقعاتنا إلى قيام أجسامنا بعمل تنظيم تجاربنا الجسدية والعاطفية، وهو عمل يحصره العالم الغربي المادي في كيمياء الأدوية. ولكن التجارب المذكورة في هذا الكتاب أثبتت أنّه يمكن لعقولنا وتوقعاتنا وأفكارنا أن تتدخل حتى في فعالية تلك الأدوية، أو في قدرة العلماء على الحكم على ما إذا كانت هذه الأدوية تؤدي الغرض حقًا.

وقد شبّه بعض الباحثين أسباب تأثير العلاج الوهمي بمجموعة الإشارات العصبية التي تنقل المعلومات إلى الدماغ، وتتضمن أمثلة هذه الإشارات طقوس العلاج، والمعطف الأبيض للمعالج، وديكور مكتب العلاج، والكلمات التي ينقلها المعالج. لم يكن المشاركون في الدراسات المقدّمة في هذا الفصل يتسببون عن قصدٍ في استجابات العلاج الوهمي والضرر الوهمي. لكن من المُغري الاعتقاد بأنّنا يمكننا تغيير نشاط دماغنا عن عمدٍ لتحسين وظائفنا المعرفية وسلامتنا النفسية.



خلاصة تحليليّة للفصل الثاني: (التحكم في الدماغ).

تناول الفصل الارتجاع العصبي، وهو تقنية تستخدم في تحسين القدرات الذهنيّة والمعرفيّة، واستجاباتهم الجسديّة (مثل إيقاع القلب أو التوتر العضلي)، وتعلّم كيفية تغيير جوانب وظائفهم البدنيّة وتحسين صحتهم وأدائهم، حيث يتم توصيل مجسات إلكترونية لقياس موجات المخ ... فالهدف من الارتجاع العصبي هو تعلّم التحكم في النشاط الكهربائي للدماغ، الموصوف بمصطلح (الموجات) التي تُقاس بعدد الدورات في الثانية أو (هرتز)، وأثبت فعاليته في معالجة نوبات الصرع وعدم الانتباه وفرط النشاط وتعاطي المخدرات. وبالنسبة إلى الأصحاء، فإنّ هذه التقنية النفسية والعصبية تعطي لمحة عن القوة الرائعة لعقولنا، ويمكن أن يعزّز الارتجاع وظائفنا المعرفيّة، ويُقلّل من اضطرابات المزاج والقلق، ويؤدي إلى زيادة السلامة العاطفيّة.

خلاصة تحليليّة للفصل الثالث: تدريب العقل، وتطوير الدماغ.

يتحدث هذا الفصل عن أثر المرونة العصبية وكيفية تدريب العقل والتخلّص من الخوف، فغالبًا ما يكون الخوف غير منطقي لدرجة يؤدي إلى نوباتٍ من الهلع مثل: الخوف من العنكبوت المسمى بـ " رهاب العناكب ". ومن الممكن أن تكون المشاعر مدمّرة للغاية، وهو ما يشكّل أحد الأسباب الرئيسة لمعاناة الإنسان، ولكن يمكننا تغيير أو تعديل استجاباتنا العاطفيّة بحسب الرغبة.

أجرى المؤلف ومجموعة من زملائه دراسة للرنين المغناطيسي الوظيفي، وقاموا بقياس نشاط الدماغ لعشرين امرأة شابة تتمتع بصحة نفسيّة، تحاول التحكم في المشاعر الحزينة التي تثيرها مقتطفات من الأفلام، والتي أظهرت وفاة شخص عزيز؛ وقد أفادت هؤلاء النسوة أنّهن قادرات على تقليل مشاعر الحزن في الحالة التجريبية، ووجدنا نحن أنّ الحدّ من مشاعر الحزن كان مصحوبًا أيضًا بقلّة النشاط في مناطق الدماغ الضالعة في الحزن.



تشير نتائج هذه الدراسات إلى أنّ الأشخاص العاديين ليسوا "آلات إحساس" تستجيب ببساطة للمنبهات، بل إنهم قادرون جدًّا على التحكم في ردود أفعالهم واستجابات أدمغتهم للأحداث العاطفية.

خلاصة تحليلية للفصل الرابع: (مفهوم الشبكة النفسية الجسدية).

يتطلب هذا المفهوم أن يُشكّل العقل والجسد وحدة غير قابلة للتجزئة، وقد ساعد هذا المفهوم الشامل بشكل كبير في تقليل معارضة بعض الأطباء والعلماء لفكرة أنّ العوامل النفسية يمكن أن تؤدي دورًا مهمًا في الصحة. ومن وجهة نظر الباحثين في علم المناعة العصبية النفسية المعاصرين، فإنّه يمكن ببساطة اختزال المكوّن النفسي للشبكة النفسية الجسدية في الدماغ. فقد كتب (أوكلي راي) أستاذ علم النفس والطب النفسي في جامعة فاندربيلت أنّ "أفكارنا ومشاعرنا ومعتقداتنا وآمالنا، ليست أكثر من نشاط كيميائي وكهربائي في الخلايا العصبية في دماغنا".

وافترض كانديس بيرت أنّ المعلومات هي العنصر المفقود الذي يسمح لنا بتجاوز الانقسام الديكارتي بين العقل والجسد، وفي الواقع، تتم معالجة الموضوعات من قبل كلّ من العقل والجسد، وهي لا تعتمد على الزمان والمكان، كالمادة والطاقة، ولا بدّ من وجود ذات عليا لا يدركها عقلنا العادي عادةً، ضالعة في تحويل الأحداث العقلية إلى تغيرات جسدية مُحددة.

نتائج عامة:

- ❖ يقرّ النموذج المطروح في هذا الكتاب بجميع الأدلة التجريبية المتعلقة بالعقل والوعي، وليس فقط تلك التي تبدو للوهلة الأولى متوافقة مع النظريات المادية.
 - ❖ إنّ هناك ترابطًا بين العقل والعالم المادي، وكلاهما ينشأ من المصدر نفسه.
- وهذا الترابط الأساسي يجعل العقل قادرًا على التأثير في مختلف الظواهر والأحداث التي تنتهي إلى العالم المادي، ولكن المعلومات بدورها قد تعمل



- كجسرٍ بين هذه الجوانب التكميلية للواقع. إذ يذهب بعض الفيزيائيين إلى أبعد من ذلك ليقترحوا أنه يمكن رؤية الواقع بأكمله كشكلٍ للمعلومات.
- ❖ توضّح الأدلة العلمية في هذا الكتاب شيئين: أنّ المادّية العلميّة خاطئة تمامًا، وأنّنا نحن البشر لسنا آلات كيميائيّة حيويّة عاجزة. وتخبّرنّا هذه الأدلة أيضًا أنّ الوقت قد حانَ لتوسيع مفهومنا عن العالم الطبيعي لإعادة دمج العقل والوعي.
- ❖ يقوي هذا النموذج من التفكير القيم الإيجابيّة مثل: التعاطف، والاحترام، والسّلام، عبر التأكيد على العلاقة العميقة بيننا وبين الطبيعة بشكلٍ عامٍ، وأنّه يعزز أيضًا الوعي البيئي والحفاظ على المحيط الحيوي لدينا. فعندما يتمّ التعرّف إلى العقل والوعي كواحدٍ، فنحن نشعر بالارتباط مرة أخرى بأنفسنا، ومع بعضنا بعضًا، وبكوكبنا، والكون. لقد بدأ تحوّل كبير في الوعي، مصحوبًا بتحوّل عميق في عالمنا.