رسائل الجسد تصل إلينا

جسدك، كل ألم فيه له مَغزَى نفسي. فمثلاً، لو آلمتك رقبتك، عَنَى ذلك عدم مُرونتك. فحين تسأل نفسك: "لا أدري لماذا يؤلمني هذا الأمر؟". ابحث عن السبب النفسي عندك، واعرف ماذا يؤلمك نفسياً. ونذكر هنا بعض تفاصيل رسائل الجسد إلينا. • فقدان التوازن: البعض يُصابون بالدّوَار فجأة حين يقفون. هذه الحالة، إذا لم يثبت طبياً أنها حالة نقص في المعادن والفيتامينات في الجسم، فقد تعني أن هذا الإنسان إما أنه سريع الوقوع في الحب، أو أنه شخص مهزوز بسرعة، يتم إحراجه وإتعابه. • التبوّل في الفراش: نعلَم أنه قد تكون هناك بعض الأسباب الطبية لحالة التبول في الفراش. لكننا أيضاً، نُدرك أنّ حالة التبول في الفراش، هي حالة نفسية بنسبة 80 في المئة. ولعلّ أكثر سبب نفسي لها هو وجود تحرّش جنسي مبكّر بالطفل، أو أنّ لديه قلقاً شديداً من العقاب. • مشاكل المثانة: آلام المثانة والتهاباتها غير المقنعة، قد تعني وجود بكتيريا أو عيب خِلقي، لكنها قد تعكس وجود تجارب فيها ألم. وهذا الإنسان غير قادر على النسيان. • نزيف الأنف: نزيف الإنسان يعكس حالة غضب شديدة عند الشخص، لأن الدم هو انعكاس للغضب، والنزف هو رغبة في جعل الآخَر ينزف بقوة. أما حالة نزيف اللثة فهي تعكس عدم وجود متعة في الحياة، ذلك لأن الفم أداة المتعة في الطعام والكلام والحديث، والنزيف يعطل كل هذه المتع. • كثرة الجروح: كلنا ونحن نستخدم أيدينا، نتعرّض للجروح، من سكين أو أي أداة. لكن يُلاحَظ أنّ هناك مَن هُم عرضة للجروح أكثر من غيرهم. ونجد، وعلى سبيل المثال، هذه الحالة عند ربّات البيوت، هذا

الأمر المتكرر يعكس عدم إحساس بالأمن العاطفي عند هذا الإنسان. • ارتفاع ضغط الدم: نسمع كثيراً عبارة مثل "أنا لا آكل ملحاً وأعصابي هادئة، فلماذا ضغطي مرتفع؟". إذ انتفت الأسباب الطبية، فإن ارتفاع ضغط الدم يعود إلى وجود مشاكل نفسية وعاطفية قديمة لم تُحَل. • رائحة الجسد الكريهة: هناك في الجسم رائحتان. رائحة الجسد نفسه، ورائحة الشيفرة العطرية، وهي الـ"فرمونات"، والتي تُحرّك الإنسان نحو رغبته الجنسية في الآخَر. إنّ الرائحة والشيفرة العطرية وظيفتهما الجذب. لكن يحصل أن البعض تكون رائحته منفرة جداً، وطاردة للآخر. والذين تنتج أجسامهم رائحه كريهة، غالباً تكون هذه الرائحة عائدة إلى أنهم خائفون من الجنس ومن الارتباط العاطفي بآخر، وجسدهم يحقق لهم ذلك بوجود هذه الرائحة التي تُبعد الآخَر. • آلام العظام: تعكس خوفاً عامّاً من الحب والجنس. • آلام الثدي: آلام الثدي عند المرأة أو الرجل، قد تعكس رغبة شديدة في الأمومة، والحاجة الماسة إلى الغذاء العاطفي. • غثيان السيارة: الإصابة بحالة غثيان من السيارة حين تتحرك أمر شائع، مثلها مثل كثير من وسائل المواصلات، كالطائرة والسفينة. لكن حالة غثيان السيارة بالذات، تعكس إحساساً بالتورّط في علاقة ما، سواء أكانت علاقة عاطفية أم علاقة إنسانية. والشخص المصاب بالحالة، يجد نفسه غير قادر على الهروب منها.