

(ص ١٨٠) . والغلط أوله غضب وآخره غم ، والغضب هو غليان دم القلب فتتحرك الحرارة الغريزية وتخرج طلبا للانتقام من المؤذي ، وهو يسحب الدم ويخففه ويقويه . . النخ وما أشبه هذا التعليل بما يقوله الطب الحديث إن الانفعال يسبب إفراز الأدرينالين في الدم لتوليد طاقة تحترق عند مواجهة الموقف هجوما أو هربا ، ولكن الحضارة الحديثة تطالب الانسان بضبط أعصابه فلا يتحرك هجوما ولا هربا ، وبالتالي لا يحرق الطاقة التي أعدها الجسم لذلك ، فيترسب الأدرينالين على جدران الشرايين على هيئة كولسترول يسبب تصلبها وبالتالي أمراض الشيخوخة المبكرة .

ومن العوارض النفسانية الحزن على فائت . فينبغي للانسان ألا يكثر من الأسف فإن الدنيا بأسرها فانية ، وليدرك أنه لو أصيب بمصيبة أعظم منها لكان أعظم حزنا ، مثل أن يقع الحزن على فائت من المال فيقولون لو وقع هذا في الولد لكان أعظم مصيبة . . ونحو ذلك مما يهون عليه الحزن فيهون . وأذكر في هذا المجال أن أحد أقربائي توفي فجأة في ليلة كان يستعد فيها لسفر طويل ، فأريت الناس يهونون على أرملته وقع الحادث بقولهم إنه من رحمة الله أن زوجها مات بين أهله ولم يمت وهو على سفر في غربة . قال بعض الأدباء :

لا تلق دهرك إلا غير مكترث ما دام يصحب فيه روحك البدن
فما يدوم سرور ما سررت به ولا يبرد عليك الفسائت الحزن

ويضيف المارديني إلى العوارض النفسية في كتابه «الرسالة» الفرع والسهو والحسد . فهذه كلها تغير الأبدان ، وتخرجها عن الحالة الطبيعية وخاصة لمن كان مزاجه حارا فإن هذه تحدث منها حميات دقيقة وأمراض رديئة . فعل الانسان أن يهين نفسه بالسرور والانبساط ، فهذا من شأنه أن يقوي الحرارة الغريزية وينشرها في الجسم .

والفكر من العوارض النفسية ، والمقصود بالفكر الطموح المفرط ، يفكر الانسان في الأشياء الغامضة البعيدة ، ونيل المرادات المتناهية ، فإن لم يقدر على بلوغها تجدد له الغم والهم . فينبغي للانسان أن يصرف نفسه عن الفكر فيما لا يقدر عليه .