

التوازن النفسى للفرد والمجتمع

ما أروع ما ورد فى القرآن الكريم عن الاتزان وهو يقول

أَلَا تَطْعَمُونَ فِي الْمِيزَانِ ﴿٨﴾ وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ
وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ ﴿٩﴾

سورة الرحمن آية « ٨ ، ٩ »

وما أجمل أن نزن كلمة الميزان وزنا عاما شاملا فى حياتنا دون إفراط وتفریط وذلك هو تمام القسط والعدل تحقيقا لقوله تعالى **﴿١٨٢﴾** **وَزِنُوا بِالْقِسْطِ أَسْ-مُسْتَقِيمٍ** الشعراء الآية « ١٨٢ » .

إن هذه المقدمة تدفعنا إلى أن ننظر إلى التركيب الجسمى لمصدر الاتزان الجسمى والنفسى للفرد .

وقد حبا الحق عز وجل الإنسان بمركز عصبى هائل ١٠٠ بليون خلية يزن كل أمور حياة الإنسان ويتكون من فصين يسكنان فراغ الرأس ويحيوان مراكز للنظر والسمع والنوق والشم وإحساسات الجلد المختلفة الحرارة والبرودة والمكان وكذا جهازان خلف الأذنين داخل العظام يتكون كل منهما من ثلاث أنابيب ، اثنتان منهما أفقيتان والثالثة رأسية وهذه الأنابيب تحوى ألفا من خلايا عصبية شعرية معلقة وتنتهى من أسفل بثقل يعمل على اتزانها مع الجاذبية الأرضية .

وتنقل هذه الخلايا العصبية الشعرية أحاسيس الاتزان والاتجاه وترسل إشارات إلى الجهاز العصبى المركزى تساعد الإنسان على الاحتفاظ بتوازنه الجسمى .

وإذا اختل هذا الاتزان الجسمى تداعى له الاتزان النفسى بالقلق والخوف والهلع . وهذا ما يتم إبان حوادث المرور أو إبان الهزات الأرضية أو السقوط من أعلى . هذا حول الاتزان الجسمى ودور الأجهزة العصبية فى المحافظة عليه .