علاج صادم للاكتئاب.. تجربة الموت الافتراضي تجذب الآلاف حول العالم

اختار العديد من الأشخاص حول العالم إلى علاج يبدو "جنونياً" للتخلص من الاكتئاب في محاولة للتخلص من ضغوط الحياة وأعباء العمل وغيرها من المنغصات "في نظرهم"، حيث يختارون "الموت لبضع دقائق" لتجديد التشبث بالحياة بعد تجربة "افتراضية" لمفارقتها.

ووفقاً لموقع "روسيا اليوم عربية"، فإن:"الإجهاد وضغوط الحياة العصرية الشديدة في بعض الأمم، وصل إلى درجة محاولة معالجة الاكتئاب الشديد بطريقة "متطرفة وصادمة" بواسطة الدفن وتذوق طعم الموت لاستعادة الشهية للحياة".

والخبراء يتحدثون عن زيادة كبيرة في أعداد الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية في جميع أنحاء العالم وخاصة في الدول الصناعية الكبرى صاحبة التقاليد القاسية في مجال العمل.

والإحصاءات الرسمية تشير إلى أن:"أكثر من 264 مليون شخص يعاني من الاكتئاب والشعور المستمر بعدم الرضا، في حين يعتقد المختصون أن الأرقام الحقيقية أكثر بكثير".

والوصفات المعتادة والكلاسيكية للتعامل مع مشكلة الاكتئاب هي زيارة طبيب نفسي وتعاطي أدوية خاصة مهدئة، واتباع نظام غذائي صحي مع أقساط من الراحة المنتظمة.

وتلقي العلاج النفسي المتخصص يساعد على التخفيف من الاكتئاب والضيق النفسي واستعادة الشعور بمذاق الحياة مجدداً.

وبالتوازي ظهر توجه آخر، يرى أن الأشخاص الذين تصل بهم حدة الكآبة درجة قريبة من الانفصال عن الحياة، يمكن أن يساعدهم "الاقتراب من الموت" في إلقاء نظرة جديدة على حياتهم ومصادر قلقهم واكتئابهم وربما الإحساس بالتجديد.

وأعداد متزايدة في دول مختلفة من العالم يحاولون استعادة شهية الحرية من خلال المرور بتجربة الجنازة.

وفي كوريا الجنوبية، انتشر بشكل واسع هذا الأسلوب "الصادم"، حيث يعاني معظم السكان في سن العمل من الإجهاد الشديد والتعب، ما أدى إلى ازدياد كبير في حالات الانتحار، أوصل البلد إلى المرتبة العشرة على مستوى العالم.

واللافت أن عدداً من الشركات الكورية الجنوبية بدأت منذ أواخر العام 2000 في اقتراح العلاج "الجنائزي" لمنتسبيها. وممارسة العلاج الجنائزي تتم بصورتين فردية وجماعية.

و تبدأ "التجربة الجنائزية" بالتقاط صور للمشاركين في هذا النوع من "العلاج"، والاستماع بعدها إلى إحاطة قصيرة عن الانتحار. بعد ذلك، يقودهم رجل في زي ملاك الموت عبر ممر مظلم إلى قاعة الجنازة.

وهناك يرتدون ملابس الجنازة التقليدية في كوريا الجنوبية، ويكتبون رسال وداع وما يشبه الوصايا ويقرؤونها بصوت عال.

وبعد الانتهاء من هذه الطقوس، يستلقي المشاركون في التوابيت ويغلق "ملاك الموت" أغطيتها ثم يطفئ الأضواء.

ويستمر "تذوق الموت" نحو 10 دقائق. تختلف ردود فعل المشاركين. فالبعض يصاب بحالة فزع شديد ويرفض

الدخول إلى التابوت والاستلقاء فيه، والبعض الآخر يمر بالتجربة حتى النهاية، ويستلقي في تابوته ويسترخي داخله.

ويقال إن أغلبية من جرّب علاج "الجنازة الوهمية" يصرحون بأن التجربة جعلتهم أكثر نشاطاً وحيوية وأقل اكتئاباً.

ويمر بتجربة القبر في كل عام عدة آلاف من الأشخاص في كوريا الجنوبية. المدهش أن التجربة يمر بها ليس فقط أولئك الذين يعانون من التوتر والاكتئاب حد التفكير في الانتحار، بل وموظفو الشركات الكبرى الذي ترسلهم مؤسساتهم خصيصاً إلى هذه "التوابيت" من أجل "الرقع من معنويات الشركة".

وتجارب قبور مشابهة توجد في هولندا وفي الصين. هذا النوع من علاج الاكتئاب المزمن في الصين يمارس في مقبرة "باباوشان" في بكين عن طريق محاكاة تجربة الموت في الواقع الافتراضي.

والطبيبة النفسية ناتاليا شيمشوك ترى أن:"علاج الاكتئاب بـ"الدفن" لا فائدة منه"، مضيفة في شرح موقفها قائلة:"نعم، سيشعر بالفرح عندما يخرج. والآن هل يتوجب أن نوصي هذا الشخص في كل مرة بمثل هذه الرحلة؟ سيخرج الرجل من القبر الوهمي وسوف يشعر بالسعادة. ولكن كم من الوقت سيستمر ذلك؟ غداً سوف يذهب إلى العمل، وسوف يخبرونه مثلاً أنه سيطرد من العمل. ماذا سيفعل؟ يهرب ويمضي لدفن نفسه مرة أخرى؟".

والروائي والمفكر الروسي العالمي، ليو تولستوي، كان أشار إلى علاج أسهل بكثير وكتب قائلاً يجب أن يكون الشخص سعيداً. إذا لم يكن سعيداً، فهو المسؤول. وهو ملزم بالاعتناء بنفسه حتى يزيل هذا الإزعاج أو سوء الفهم.