

Heyecanların Fizyolojisi (Reşat ÖNDER)

Ruhsal olanla fizyolojik olan arasında pek yakın ilişkiler de vardır ki hemen herkesçe bilinir, örneğin elindeki bir bıçak kesiği yarasının (fizyoloji) acı verdiğini (ruhbilim) çocuklar bile bilir. Örgenlikte meydana gelen yeğin (şiddetli) bir çok baygınlığı, eş deyişle bilinçsel yaşamın kesilmesi sonucunu doğurur. İnsan bir kurşunla ölebildiği gibi bir heyecan şokuyla da ölebilir... Heyecan durumunla gözle görülebilen tepkilerden başka salgı bezleri, kaslar vb. gibi bütün iç örgenlerin bozulduğu bilinmektedir. Dışarıdan alınan zehirler gibi içten gelen zehirlerde insanın bütün ruhsal yaşamını altüst eder, ansal karışıkların (zihni teşevvuşatın) çoğunlukla nedeni **andojen toksinleridir**.¹

Şiddetli bir heyecan fizyolojik ve zihinsel değişikliklerin eşlik ettiği herkes tarafından bilinmektedir. Utangaçlar ve çok çabuk öfkelenenler bu alanda bilgi sahibidirler. Heyecan ilkin ne oluşturur?

1. **Anormal bir sinirsel akım gücünü**. Doğal yollar taşmıştır. Akım raydan çıkar ereğini aşar ve her zamanki yolların dışına yayılır. Beyin dahil tüm organizma altüst olmuştur. **Beyin** (beyin kabuğu) karışmıştır, kişi ne yaptığını bilmez durumdadır.

2. **Korku yada kızgınlık gibi güçlü bir heyecan** adrenalin boşalmasına neden olur. **Adrenalin**, böbreküstü bezleri tarafından boşaltılan bir maddedir. Bu bezler, böbreklerin ön ucuna yerleşmiş olup iç salgı bezleriyle ilgili unsurların oluşturduğu bir bütünde yer alırlar. Her biri aşığı yukarı 6 gram ağırlığındadır.²

Heyecanların yarattığı fizyolojik değişiklik otonom sinir sisteminde kendini gösterir.

1.Otonom Sinir Sistemi

Heyecanlarla ilgili temel fizyolojik değişmelerin temelinde otonom sinir sistemi yatar. Otonom sinir sistemi, sempatik (sympathetic) ve parasempatik (parasympathetic) olmak üzere iki temel daldan oluşur. Sempatik sistem, organizma acil hallerde başa çıkmaya çalışırken onu durumla mücadele etmeye hazırlar.³

a-Sempatik Sistem

Sempatik sistemin etkisi altında organizmada olan değişikliklerin bir kısmı şunlarıdır:

¹ HANÇERLİOĞLU, Ruhbilim, a.g.e., "Fizyoloji" mad.

² DACO, Pierre; Çağdaş Psikolojini Olağanüstü Başarıları, (terc:O.A.Gürün), İnkılap ve Aka Kitabevleri, İstanbul-1983, s.285.

³ CÜCELOĞLU, a.g.e., s. 265.

- 1.Kan basıncı ve kalp artışı artar
- 2.Nefes alış-veriş sayısı artar
- 3.Gözbebeği büyür
- 4.Terleme artar, ama tükürük salgılaması azalır.
- 5.Kandaki şeker miktarı artar ve böylece daha fazla enerji verir.
- 6.Kandaki pıhtılaşma faktörü artar, böylece yaralanma olursa kan daha çabuk pıhtılaşır.
- 7.Kan sindirim organlarından beyine ve çizgili kaslara yöneltilir.
- 8.Deri üzerindeki kıllar diken diken olur.⁴

Kavga ederken saldırma veya korkuyla kaçış anında sempatik sistem yukarıdaki değişiklikler yoluyla organizmayı bulunduğu duruma hazırlar ve enerji dolu “zengin” kanı bütün hücrelere gönderir.⁵

a.i)Kanın Beyine Hücumu

Dimağa olan kan hücumu kılcal damarlarda cereyan ederek kan ile aynı zamanda ahenkli olmalıdır. Kan dimağa hücum ettiği halde kılcal damarlarda kan cereyanı layıkı ile olmazsa o zamanda kan boğması hali meydana gelir. Bu da dimağa kanın birikmesi demektir ki bu asabi bozuklukların baş göstermesine başlangıç olur.⁶

a.ii)Şiddetli Heyecanların Kalbe Etkisi

Şiddetli bir heyecan kalbin hareketini artırabildiği gibi, tersine durdurabilir de. Halk dilinde buna (inme) derler. İnmeden maksat kalbin durmasıdır. Fakat, bundan (felç) anlaşılmalıdır. Çünkü, bu heyecan önemli sinirlerle etkisini kalpte gösteriyor ve kalbin hareketini durduruyor. Kalp durunca dimağa da kan gönderemeyeceğinden, dimağ fiilleri de duruyor.⁷

a.iii)Heyecanların Organlara Etkisi

Heyecanlanmalar özellikle, gözyaşı bezleri üzerine, tenasül organı üzerine, cilt bezleri üzerine, kadınların memeleri üzerine ve böbrekleri üzerine etkide bulunur ve bu gibi etkilere de bu organlar fazla ifrazatta bulunmakla cevap verirler. Şiddetli bir heyecan saçlar üzerinde de etki yapar ve saçları bir anda ağartır. Bu özellikle idam mahkumlarında görülür.⁸

b-Parasempatik Sistem

Bu tehlikeli durum ortadan kalktıktan sonra parasempatik sistem yatıştırıcı etkisini kullanmaya başlar ve fizyolojik düzenini normale dönüştürür.⁹

⁴ CÜCELOĞLU, a.e.,s. 265.

⁵ CÜCELOĞLU, a.e.,s. 265.

⁶ SUNAR, Cavit; “Beynimizin Ruhsal Mucizeleri”, A.Ü.İ.F.D., Ankara-1978, c.XXIII, s.166.

⁷ SUNAR, AÜİFD, a.e., c. XXIII,s.184-185.

⁸ SUNAR, AÜİFD, a.g.e, c. XXIII,s.185.

⁹ CÜCELOĞLU, a.g.e., s. 266.