

حراء

السنة الخامسة عشرة / (مايو - يونيو) ٢٠٢٠

مجلة علمية ثقافية أدبية
www.hiragate.com

دورية تصدر كل شهرين

78

Hira Magazine | Knowledge - Cultural - Literary | May - June 2020

لا تملّ

لا تبتئس إن طوّق القلب الغروب
لا تكتئب مما نزل
كم من غروب حلّ فينا، ثمّ في غده ارتحل
ولرب فجر بعد ليل طال
أقبل باسمًا بالبشر والحب استهل
تمضي الحياة بنا "بقدره ربنا"
فمن التفاؤل لا تملّ.

أثر العقيدة في بناء الشخصية
السوية / د. رشيد عمور

٤٢

كورونا.. حلفاء وأعداء
د. صهباء بندق

٣٨

أعماق الذات الإنسانية (١)
فتح الله كولن

٢

فيروس كورونا وروحانية رمضان

وأثره في الوقاية من الأمراض " يجيب على هذا السؤال بطريقة غير مباشرة. وبما أن شهر رمضان شهر الرحمة والتسامح والتعایش، فقد وضعت هذه المعاني صبغتها على هذا العدد من خلال مقالات غاية في الروعة، بدءاً من مقال العلامة الدكتور "علي جمعة" "الأفق الإنساني في الرحمة الإسلامية"، ومروراً بمقال "إرساء قواعد التعایش في ظل وثيقة المدينة" للدكتور "محيي الدين عفيفي"، وانتقالاً إلى مقال "عبد السلام كمال" "التسامح دستور حياة في الإسلام"، وانتهاءً بمقال "موضوعية الوسطية في صناعة السلام" للدكتورة "جميلة مرابط". أما الدكتور "إيهاب عبد السلام" فيعالج قضية في غاية الدقة في مقاله "شعر الأطفال بين جدلية الأدب والتربية"، بينما "ماث آلاي" يسلط الضوء على عالم الطفل المعرفي وكيف يمكن تشكيله بصورة صحيحة في مقال "الطفل وعالمه المعرفي". أما الدكتور "بركات محمد مراد" فيكتب عن "عمر الخيام بين الشعر والرياضيات"، فيما يتناول الدكتور "رشيد عمور"، "أثر العقيدة في بناء الشخصية السوية"، أما الدكتور "محمد السقا عيد" فيتحدثنا بمقال عن "عمى الألوان هل يصيب الرجال أم النساء؟" ونسبة الإصابة به بين النساء والرجال.

أما "صابر عبد الفتاح المشرفي" فيسبر أغوار كتاب "الغرباء" للأستاذ كولن ليستخرج درراً نادرة من المعاني الفريدة في مقاله "استدعاء الموروث في أدبيات كولن". كما ننبهكم في باب الأدب إلى رائعة شاعرنا الكبير الدكتور "حسن الأمrani" "للسوق أجنحة"، إلى جانب مقطوعات "ألوان وظلال" التي تنبض روحاً وتحقق حكمة. وأخيراً نسأل المولى تعالى أن يكشف عن الأسرة الإنسانية هذه الغمة التي أفضت مضجعها وهزت كيانها، ابقوا بأمان. ■

يأتيكم هذا العدد من مجلة حراء في ظروف استثنائية تمر بها البشرية عامة في ظل فيروس كورونا الذي غزا بلدان العالم، واضطر الناس إلى الاختباء في منازلهم فراراً من فتكه. الأسرة الإنسانية تعيش حالة عجيبة من العزلة لم تجربها من قبل، فقد انقلبت الحياة رأساً على عقب، بالتأكيد لم يكن هذا المشهد الغريب في حسابان أي أحد. لكنها قد تكون أيضاً فرصة ذهبية لإعادة النظر في كثير من القضايا التي تخص الإنسان. ولعل أولوية الأولويات التي ينبغي أن يعاد النظر فيها هو الإنسان ذاته، ولعل فترة المكوث في المنازل تهيب المناسخ للتفكير بحقيقة الإنسان، واكتشاف مكنوناته وطاقاته الخفية. إلى ذلك يشير مقال الأستاذ فتح الله كولن "أعماق الذات الإنسانية" في افتتاحية هذا العدد، داعياً إلى اكتشاف "فطرة الإنسان الفريدة التي أودع فيها من المواهب والقدرات ما يؤهلها أن تكون كل شيء". وبما أن فيروس كورونا هو موضوع الساعة في كل أنحاء العالم، فقد سلطت الدكتورة "صهبا بندق" الضوء عليه بالتفصيل مع دليل واف لكيفية مواجهته في مقالها "كورونا.. حلفاء وأعداء". وفي السياق ذاته يعالج الدكتور "محمد باباعمي" هذا الوباء انطلاقاً من مفهوم "المصيبة" وكيفية مواجهة هذه المصيبة بالمنطق الإيماني. أما الدكتور "ناصر أحمد سنه" فيتحدث عن المناعة بما أنها إحدى الكلمات المفتاحية إبان جائحة كورونا في مقاله "علاج أمراض المناعة ومشكلة الأحماض الدهنية". وفي سياق متصل لا بد من الإشارة إلى مقال "النوم المنظم وضبط إيقاع الجسم" للدكتور "عمر سرانور".

لقد أهّل علينا رمضان بوجهه المشرق، ليضفي على الحجر العام الذي نعيشه نكهة روحية فيحول حياتنا كلها اعتكافاً وعبادة. فما هي فوائد الصيام وهل يضرنا وسط محنة كورونا؟ مقال الدكتور "عمر باموك" "الصيام المتقطع



٢	أعماق الذات الإنسانية (١) / فتح الله كولن (المقال الرئيس)
٥	لو أردنا حقاً / حراء (ألوان وظلال)
٦	الصيام المتقطع وأثره في الوقاية من الأمراض / أ.د. عمر باموك (علوم)
١٠	الأفق الإنساني في الرحمة الإسلامية / أ.د. علي جمعة (قضايا فكرية)
١٣	النوم المنظم وضبط إيقاع الجسم / أ.د. عمر سرانور (علوم)
١٦	شعر الأطفال بين جدلية الأدب والتربية / د. إيهاب عبد السلام (أدب)
٢٠	الطفل وعامله المعرفي / ماث ألي (تربية)
٢٤	التسامح دستور حياة في الإسلام / عبد السلام كمال أبو حسن (قضايا فكرية)
٢٨	استدعاء الموروث في أدبيات كولن كتاب الغرباء نموذجاً / صابر عبد الفتاح المشرفي (قضايا فكرية)
٣٢	للشوق أجنحة / د. حسن الأمrani (شعر)
٣٤	عمر الحيام بين الشعر والرياضيات / د. بركات محمد مراد (تاريخ وحضارة)
٣٨	كورونا.. حلفاء وأعداء / د. صهباء بندق (علوم)
٤٢	أثر العقيدة في بناء الشخصية السوية / د. رشيد عمور (قضايا فكرية)
٤٦	عمى الألوان هل يصيب الرجال أم النساء؟ / د. محمد السقا عيد (علوم)
٥٠	إرساء قواعد التعايش في ظل وثيقة المدينة / أ.د. محيي الدين عفيفي (قضايا فكرية)
٥٤	علاج أمراض المناعة ومشكلة الأحماض الدهنية / د. ناصر أحمد سنه (علوم)
٥٧	موضوعية الوساطية في صناعة السلام / د. جميلة مرابط (قضايا فكرية)
٦١	المصيبة وضمير المؤمن الرضي / د. محمد باباعمي (قضايا فكرية)
٦٣	فسيلة ولكن.. / حراء (ألوان وظلال)

أعماق الذات الإنسانية (١)

"وتزعم أنك جرمٌ صغيرٌ وفيك انطوى العالم الأكبر"

(علي بن أبي طالب عليه السلام)

لعل من أهم خصائص الإنسان أن يكون واعياً بذاته، قادراً على مراقبتها ومحاسبتها. ومن عجب أن هذا الجانب هو الأكثر عرضة للتجاهل والنسيان لدى أغلبية الناس. من أجل، كم إنساناً يمكنك أن تريني لا يفتأ ينقد "نفسه" بالبحاح ليل نهار؟ كم إنساناً تستطيع أن تريني يسعى



إن الذين اختزلوا الإنسان في عقله، ووعيه
ولاوعيه، وغرائزه الحيوانية، أو نزعاته الاجتماعية،
لم يستطيعوا أن يصوغوا رؤية موزونة أو طرحًا
متماسكًا عن حقيقته، بل زادوه غموضًا وتعقيدًا
وحولوه إلى كائن مشوّه.

حذاء

إلى اكتشاف "ذاته" كل يوم من جديد، يسبر أغوارها
لمعرفة قدراتها ومكامن الضعف فيها، وإدراك ثغراتها
ومواطن القوة فيها، وإحصاء مكاسبها وما مُنيت به من
خسائر؟ كم فردًا تستطيع أن تريني قد وضع "نفسه"
على أريكة أمامه، وراح يفحصها بمنتهى الواقعية -مثل
طبيب منصف بارع واقعي أثناء فحصه لمريضه- بعيدًا
عن الانبهار العابر أو التدقيق العارض، بل بعيدًا أيضًا
عن الرغبة في نبش سلبياتها بُغية جلدتها أو إهانتها، إنما
بغرض الكشف عن حقيقتها والتعرف على أسرارها؟

كان "سقراط" يردد عبارة فريدة أمر بنقشها على
مدخل مدرسته تقول: "أيها الإنسان، اعرف نفسك".
لقد رفرت هذه العبارة كالراية في سماء مجامع علمية
حفلت بدرر الحكمة والمعرفة طيلة قرون؛ حتى وصلت
إلى مدارسنا الصوفية حيث واصلت مسيرتها مع تغيير
طفيف ذي نكهة روحية فصارت "من عرف نفسه فقد
عرف ربه". لكن يا ترى، كم عقلاً عرف قدر هذه الحكمة
ووقّاهها حقها من الفهم، وكم صاحب همّة عالية أدرك
كيف تُمثّل حقيقتها؟ أحسب أن عددهم ليس بالكثير.
محال لبائس لا يملك أدنى معرفة بجوهره وحقيقته
ذاته، وأخفق أيما إخفاق في اكتشاف مكنوناته لضيق أفقه
وتحجر فكره.. محال لهذا المسكين أن تكون له قدرة
على معرفة غيره من أفراد أو أشياء أو وقائع. إن أيّ
حكم يصدر عنه في حقهم هو حكم ضحلّ ومهزوز بلا
شك. انظروا إلى الكرة الأرضية حين تمتد في بهاء من
مشارقها إلى مغاربها، وانظروا إلى الجبال حينما تشمخ
بعزة ووقار، وإلى الأنهار وهي تشدو بألحان الخلود،
ثم ارفعوا أبصاركم إلى السماء وقد أسدل الليل البهيم
ستاره.. يا لروعة تلك الأعماق في لانهايتها والنجوم

في تالأؤها! يا لحسن هذا المهرجان الذي يبهر أعيننا كل ليلة بجمال آخر! أيّ عذوبة تلك وأيّ نغمة وأيّ سحر؟! ثم انتبهوا إلى عالم الخلود وهو يفتن وجداننا بغمازاته الأسرة بين الحين والحين، عبر ألوان تتجدد وأشعة تتدفق من وراء تلك "الستائر الكونية الشفافة". إن هذه الصور الباهرة التي تبعث على الحيرة في كل حين، لا تنجلي قيمتها الحقيقية أو تظهر معانيها المنشودة إلا بعد تحليلها في "موشور المعرفة البلّوري" المكنون في أعماق الذات الإنسانية. وإلا فإن هذا الوجود الذي نُسج في مناسج "اللوح المحفوظ"، والذي تجلى لنا في صورة منظومة فريدة -من ألفاظ كونية وكلمات ملموسة- سوف يخلو من كل معنى، ولن يبقى أي فارق بينه وبين الفوضى.

لقد تبوأ الإنسان موقع "الكائن الأهم" في هذا الوجود، لدى أولي النهى من اللحظة الأولى التي لفت فيها إليه الأنظار حتى يومنا، وحظي باهتمام بالغ لم يحظ به كائن آخر. لقد تم فحصه مرارًا جملة وتفصيلاً، بعمق حينًا وسطحية حينًا آخر، بسرعة تارة وتريث تارة أخرى، كما تمت دراسته من جوانب شتى بدنًا وروحًا، جسديًا وقلبيًا، عاطفة وعقلًا دون كلل أو ملل. ومن العجيب أنه يفاجننا بصور شتى بل ومتناقضة في كثير من الأحيان، فنجد حبيبا إلى النفس يفيض نعومة وأنسا في حين، مائعا متعفنا يبعث على التقزز في حين آخر.. مبحرا نحو الخلود كأنه قد تجرد عن القيود زمنا، ضيق الأفق أحقق منكنفنا على ذاته في زمن آخر.. قريبا إلى النفوس بتواضعه وامحائه أنا، حبيس وحدته بغروره وكبره في أن آخر.. متلفعا بالخبث والخيانة تارة، منفتحا شفافا يبعث الأمن والطمأنينة تارة أخرى.. أنائيا يدور حول "محور أنه" ردحا من الزمن، متألقا إثارا وتضحية وعزيمة في أوقات أخرى.. مفترسا فتاكا غدارا حينًا، عطوفا عادلا رحيما في حين آخر.. زائفا مرائيا متملقا فجأة، مخلصا متجردا صريحا في أوقات أخرى.. واعيا بصيرا سديد النظر حينًا، ضيق الرؤية غبيا متقلبا في أحيان أخرى.

ولكنه، ورغم تلكم التناقضات كلها فهو هو الإنسان؛ إلا أنه لا صلة -في الأساس- لهذه الصور المتناقضة بجوهره. كما لا علاقة لها بغرائزه الباطنية مثل غريزة الدفاع عن النفس أو غريزة التناسل كما يزعم البعض.

كذلك لا يصح ربطها بفكرة الوجودية التي تزعم أن الإنسان هو الهيئة التي أراد أن يكون عليها فصاغ نفسه على ضوئها.

ينبغي أن نبحث عن سر هذا التناقض في فطرته الفريدة؛ تلك الفطرة التي أودع فيها من المواهب والقدرات ما يؤهلها أن تكون "كل شيء"، من الرقي عبر أمداء لامتناهية في أعالي علين إلى التردّي إلى مهاو سحيقة في أسفل سافلين.. وفي ماهيته التي غرست فيها أنوار الروح وظلمات النفس، ومن ثم في توجيه تلك الفطرة الفريدة نحو غاية سامية ذات أفق أزلي ومحور نبوي أو عدم توجيهها.. في إدراك الجواهر الإنسانية المكنونة فيها أو عدم إدراكها.. في الوعي بالطاقة الكامنة في ذاتها واستثمارها أو عدم وعيها.. في الغوص في طبقات القلب أثناء التنقيب في أعماقها الجوانية أو الفشل في ذلك.. في توفية الإرادة حقها أو الإخلال بذلك.. في اكتشاف أسرار ما وراء الشعور أو في الغفلة عن ذلك.. في توجيه الحس إلى ما وراء المنظور أو العجز عن ذلك.. في معرفة آلية الوجدان وكيفية عملها أو الجهل بها تماما.

إن السعداء الذين يمضون حياتهم في آفاق الروح وأعماق القلب ويدورون في محور الوجدان، حُق لهم أن يرفرفوا نحو القمم السامقة من أعلى علين دوما حتى ولو تعثروا ببعض النتوءات القابضة في طبائعهم أحيانا أو ببعض الأشواك المتناثرة حول أطراف فطرتهم أحيانا آخر. أما أولئك الذين يقضون أعمارهم في سجن الجسد والنفس، فمثلهم كمثل من وقع في دوامة مهولة تشده نحو أغوارها المظلمة شيئا فشيئا وترمي به في أسفل سافلين.

إن الذين اختزلوا الإنسان في عقله، ووعيه ولاوعيه، وغرائزه الحيوانية، أو نزعاته الاجتماعية، لم يستطيعوا أن يصوغوا رؤية موزونة أو طرعا متماسكا عن حقيقته، بل زادوه غموضا وتعقيدا وحولوه إلى كائن مشوه. إنه في نظر بعض أنصاف العقول هؤلاء "حيوان يفكر"، وفي نظر البعض بائس تمت برمجة حياته ليقضيها على موائد أنظمة الأكل والهضم ثم الإفراز، وفي نظر آخرين هو كائن قد جهزت كل جوارحه للسعي وراء المتعة الجسدية حصريا، فهو -إن صحت مقولة هؤلاء-

مخلوق غريب يبعث على التقزز بوعيه ولاوعيه الذي يشبه مزيلة مشحونة برغبات الإشباع الجنسي لا غير .
وحقيقة الأمر أن العقل والوعي واللاوعي والنزعات الاجتماعية، مكوّنات لها ما لها من الأهمية في ماهية الإنسان، لكنه أفضل من ذلك وأرقى، فهو يمتلك من القدرات والمواهب ما يُمكنه -إن أراد حقًا ومهدت الأقدار سُبله- من تجاوز كل عقبة تعترض طريقه في هذه الحياة؛ والتاريخ شاهد على ذلك. نعم، إنه يمتلك دينامية باطنية بها يستطيع أن يتجاوز ذاته ويتجاوز جميع الفضاضات والأكوان. فهو إن استطاع أن يوجه قدراته وطاقاته المخبوءة في جوهره إلى "مصدر" تلك الطاقات والقدرات كافة، فسوف يتجاوز ذاته، يتجاوز فناءه، ويضفي على الأشياء الزهيدة الموسومة بالفناء والتلاشي والبلى في هذا الوجود ماهية ومعنى لا يقدر بثمان، بل ويؤهلها للخلود.

إن الإنسان الذي استطاع أن يمسك بالبرق في السماء ويقدمه لخدمة البشرية، واستطاع أن ينفذ إلى عالم الذرة المتناهي في الصغر ويرتب رحلات إلى عالم الجزئيات، ويتواصل مع عوالم تبعد عنّا ملايين السنين، ويرى الأجرام القابعة في تلك المسافات السحيقة ويسمعها بل ويأتي بها يعرضها على الأنظار، ويتجاوز أبعد المسافات برؤاه وتصورات وأحلامه واكتشافاته واختراعاته.. هذا الإنسان يدفع اليوم ثمن عدم استيعابه للمعنى الكامن في جوهره، وثمن بحثه عن حقيقته في مراتع الرغبات الحيوانية والشهوات الجسدية. فمن أراد أن يعرف سرّ أنانيته وفتكه وتوخّشه وتجاهله للحق وانتهاكه للحقوق، وأطماعه ولامبالاته، وولّعه بالترف والراحة وهوّسه بالرفاه والرخاء، فليبحث عنه في "انحرافه" هذا.

أجل، إنه يدفع ثمن إخفاقه في تفسير ذاته وتعريف جوهره، برغم ما يمتلك من عبقرية تتجاوز آفاق الأكوان برمتها. ■

لو أردنا حقًا

غيوم الحزن تنذر بالشقاء
وطير السعد يقبل بالرجاء
فأبشر لا تبال فكل ليل
ستخرج منه أطياف الضياء
ويأتيك الربيع برحب عمر
يخلف خلفه ضيق الشتاء
فتق بالله، عند الكرب دوما
إرادة ربك الكافي وقاء!

(*) نشر هذا المقال في مجلة "سيزنتي" التركية، العدد: ١٧٢ (مايو ١٩٩٣)، تحت عنوان "1-İnsan Kendi Derinlikleriyle".
الترجمة عن التركية: نوزاد صواش.



الصيام المتقطع وأثره في الوقاية من الأمراض

ثمة سؤال يطرحه المرضى بإلحاح، لا سيما قبل حلول شهر رمضان المبارك بفترة وجيزة: "هل يجوز أن أصوم يا دكتور؟"، وكنا نجيب نحن الأطباء على هذا السؤال سلبيًا أو إيجابًا حسب وضع المريض وحاله. مثلاً، كنت أنصح مرضاي الذين يعانون من الروماتيزم بأن يتناولوا أدويتهم بانتظام عند السحور والإفطار، وأن يأخذوا الكمية الكافية من السوائل، وما كنت أتصور أبداً أن الصوم سيؤثر على صحة المرضى إيجابياً بهذا القدر! وقد جاء في الأثر "صوموا

ث

أثبتت الدراسات العلمية أن الصيام المتقطع يؤثر إيجابًا على ضغط الدم، وضبط سرعة نبضات القلب، وعلى الدهون في الدم، وضبط مستوى الكوليسترول والأنسولين والجلوكوز، ويقلل نسبة الالتهابات النظامية في الجسم.

حذاء

مقال في إحدى الصحف يدور حول الصيام المتقطع. نعم، كان المقال يتحدث عن دراسة أجريت على فئران جائعة، أو قُدِّم لها وجبات ذات سعرات حرارية منخفضة، ليلاحظ بعد ذلك في هذه الفئران ارتفاعًا في عدد خلاياها التائية المنظمة (T Cell) التي تلعب دورًا أساسيًا في المناعة الخلوية، أي هي استجابة مناعية تعمل على تنشيط الخلايا المناعية لمكافحة العدوى، وتعمل كذلك على تدمير الخلايا المصابة بنشاط، وكذلك تقوم بإرسال الإشارات إلى الخلايا المناعية الأخرى للمشاركة في الاستجابة المناعية.. كان موضوعًا لافتًا حقًا بالنسبة لي، ولكن الزمن حجب عني الموضوع لأنسائه حتى أواخر عام ٢٠١٩؛ حيث رأيتُ مقالاً نشرته مجلة "نيو إنجلاند الطبية" (New England Journal Of Medicine)، ألهب الموضوع عندي من جديد.. عرض المقال إحصائيات علمية عن الصيام المتقطع، وتحدث عن دراسة تؤكد أن الصيام المتقطع يقي الإنسان من أمراض كثيرة، ويؤثر بشكل إيجابي على الأمراض السريرية، ومن ثم يرفع من استجابة الإجهاد للجسم. وبعد حين من الزمن رأيت مقالاً آخر تم نشره في "نيويورك تايمز" (New York Times) يتناول كيفية تطبيق الصيام المتقطع وفوائده الجمّة.

من المعروف أن جسم الإنسان يقوم بعد الطعام باستهلاك الجليكوز لإنتاج الطاقة، وذلك لإتمام عملية التخزين للدهون الثلاثية في الأنسجة الشحمية والعضلات؛ إذ عند حافة الجوع تتحلل الدهون الثلاثية إلى الأحماض الدهنية والجلسرين، وبالتالي تتحول الأحماض الدهنية بعد عملية الكيمياء الحيوية المذهلة في الكبد إلى جزيئات الكيتون التي يستعملها الدماغ ومعظم الأنسجة كمصدر رئيس في استمداد الطاقة. وبعد ٨-١٢ ساعة من الشعور بالجوع، تبدأ نسبة جزيئات الكيتون هذه بالارتفاع، لتصل إلى ذروتها بعد ٢٤ ساعة. الملفت للنظر أن الجسم عند



hiragate.com

تصحوا"، إشارة إلى الفوائد الطبية للصوم، وأنه بمثابة درع يقي صاحبه من الأمراض. وثمة آيات عديدة في الذكر الحكيم تؤكد دور الصوم الإيجابي على صحة الفرد. بيد أن معظم الناس يهتم فقط بالناحية الدينية للصوم، وبأنه درع يحمي صاحبه من الوقوع في شرك الذنوب والآثام. قبل سنوات كنت أحضّر كلمة لمحاضرة عن أمراض الروماتيزم الالتهابي الذي يحدث عندما يتعرض جهاز المناعة في الجسم إلى خلل أو اضطراب، لفت انتباهي

للصيام المتقطع، كضبط الجلوكوز، وضغط الدم، وسرعة نبضات القلب، ومقاومة الإجهاد، لا علاقة لها أبداً بفقدان الوزن.

لا شك أن استجابة الإجهاد والتوتر الذي يؤثر سلبيًا على الصحة، يحدث أضرارًا كبيرة أو التهابات خطيرة في خلايا الجسم وكائناته الحية. علمًا بأن خلايا الذين يخضعون لدورات منتظمة في الصيام المتقطع، تقوم في غالب الأحيان بتطوير طريقة تكيف مع الإجهادات اللاحقة فتكتسب قدرة على مقاومتها. وذلك يؤدي -من جهة- إلى مضاعفة العمل في تعزيز الدفاع أمام مضادات الأكسدة الضارة في الخلايا، وإلى مضاعفة العمل لإصلاح الحمض النووي ومراقبة جودة البروتين في الجسم، ومن جهة أخرى إلى تخفيض الاستجابة الالتهابية التي تؤدي إلى الأمراض القلبية.

وأثبتت الدراسات العلمية أيضًا، أن الصيام المتقطع يؤثر إيجابًا على ضغط الدم، وضبط سرعة نبضات القلب، وعلى الدهون في الدم، وضبط مستوى الكوليسترول والأنسولين والجلوكوز، ويقلل نسبة الالتهابات النظامية في الجسم. كما لوحظ في بحث علمي آخر، أن الصيام المتقطع يلعب دورًا كبيرًا في ضبط الكوليسترول الضار، وضغط الدم، ومستوى الإنزيمات وتحسينه عند الذين خضعوا لدورة غذائية منتظمة ممتدة لستة أشهر، فتناولوا الطعام يوميًا، وأمسكوا عليه في اليوم التالي فصاموا الصيام المتقطع حتى نهاية المدة.

إن الصيام ومدى تأثيره على الدماغ والوظائف العقلية، موضوع ما زال يثير فضول الطلاب وعائلاتهم. من أجل ذلك أجريت على الحيوانات دراسات علمية عديدة، ليظهر بعدها أن الجوع المتقطع، أثر التأثير الإيجابي على مكونات ذاكرة الحيوانات (الرؤية، والسمع، والشم، والشعور المكاني)، وعلى قابلية التعلم لديها. أما الإنسان، فلوحظ أن تقييد السرعات الحرارية عنده لفترة قصيرة، يقوي ذاكرة كلماته؛ وذلك من خلال دراسة أجريت على الذين يعانون من البدانة، ومن اضطرابات الوعي والهوس الخفيف، ليتبين بعدها أن تقييد السرعات الحرارية لـ ١٢

استجابته للصيام المتقطع، يقوم بتخفيض أنشطة التركيب وتفعيل نظام التوصيل لديه؛ فيقوم بإصلاح الجزئيات التالفة نتيجة زيادة الإجهاد، ليسهل عملية الفرز بإعادة تدويرها. علمًا بأن جزيئات الكيتون لا تستخدم كمصدر للطاقة فحسب، بل تقوم أيضًا بدور المنظم في تركيب الكثير من الجزئيات والبروتينات، لتتمكن من التأثير على الأيض النظامية في الجسم، بالإضافة إلى إسهامها المباشر في عملية تركيب المواد الخاصة بسلامة الدماغ وصحته، الأمر الذي يلعب دورًا كبيرًا في معالجة الأمراض النفسية والعصبية الناتجة عن تلف الخلايا العصبية وتآكلها.

هناك مسألة أخرى تثير فضول الناس دائمًا، وهي مسألة التأثيرات الأيضية الإيجابية للصيام المتقطع، وعلاقته بفقدان الوزن. ولقد ظهر أن التأثيرات الإيجابية

شهرًا لدى هؤلاء المرضى، أدى إلى تحسّن ملحوظ في ذاكرة الكلمات ومستوى وعيها العام.

وأما الفضاء الآخر لهذه الأبحاث والدراسات فهو المنتمي إلى مجال الأمراض العصبية، أي أمراض الدماغ والجهاز العصبي. ففي دراسات المجتمع القائمة على المشاركة الواسعة، ظهر أن الإفراط في تناول الطعام والطاقة، يزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية ومرض الزهايمر (الخَرَف الكهلي) ومرض الباركنسون (الشلل الارتعاشي)، بينما الصيام المتقطع، يزيد من استجابة الإجهاد في الخلايا العصبية، وبالتالي يجتّب المريض من النوبات الصرعية. كما يؤدي الصيام المتقطع عند مرضى التصلب العصبي المتعدد، إلى انخفاض في فقدان الميالين (النخاعين) في الخلايا العصبية، ويؤدي كذلك إلى تحسّنات في استعادة الوظائف البدنية للمريض.

هذا وقد ظهر في التجارب التي أجريت على الحيوانات أيضًا، أن الجوع المتقطع الممتد لأيام وأسابيع، أدى إلى انخفاض في نمو الورم، ومن ثم إلى زيادة استجابة الورم الموجود للعلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي. وقد ثبت نتيجة الأبحاث التي أجريت على الذين يعانون من المرض الأرومي الدبقي - وهو أكثر أورام المخ شيوعًا - أن الصيام المتقطع كان سببًا في تراجع الورم عندهم ومن ثم العيش لمدة أطول. وهناك أبحاث ودراسات علمية على Clinicaltrials.gov تبين بالتفصيل تأثير الصيام المتقطع على سرطان الثدي، وسرطان المبيض، والبروستاتا، والرحم، والكولون.

من أهم المواضيع التي يوقّف عليها في الصيام المتقطع، هو مدته. فمع وجود نصائح عديدة حول الطريقة والفترة الزمنية للصيام المتقطع، فهناك طريقتان شائعتان تستخدم في التجارب السريرية؛ الأولى هي المداومة على ما يُعرف بـ"صوم داود"، أي الصيام والإمساك عن الطعام يومًا، والإفطار وتناول الطعام بشكل عادي في اليوم التالي وهكذا.. أما الطريقة الثانية فهي الإمساك عن الطعام يومين في الأسبوع. ولقد أشارت الدراسات -رغم وجود إحصائيات مختلفة- إلى أن المدة الطبيعية للصيام المتقطع، تتراوح ما بين ١٢-١٨ ساعة من الزمن. وأرى -أنا كطبيب- أن الموضوع الذي يجب الاهتمام به ودراسته في هذا

الباب، هو التغيرات الموسمية في فترة الصيام. ربما لا نستطيع إثبات ما نقول؛ ولكن من المتوقع جدًا أن تتأثر عملية الأيض، ووظائف الخلايا في جسم الإنسان، من فترة الصيام التي تمتد وتتقلص وفق التغيرات الموسمية. كل ما تم ذكره آنفًا، يؤكد فوائد الصيام المتقطع في الوقاية من كثير من الأمراض، أما الصعوبة التي يشير إليها المختصون في هذا الصيام، هي تغيير طريقة تطبيقه. ففي نمط الحياة الغربية، هناك ثلاث وجبات أساسية ووجبات خفيفة بين الحين والآخر. وإن الذين يمارسون الصيام المتقطع، إذا ما تخلّوا عن عاداتهم هذه وابتعدوا عنها، نراهم في البدايات يشكون بكثرة من الجوع، ثم التهيج، ثم الضعف في التركيز، بيد أن هذه الشكاوى غالبًا تقلّ بعد شهر من الزمن، مما يدل على دور الصيام في صحة الإنسان وتأثيره المحفز. إن الكثير من الناس عندما يترك وجبته المعتادة، يبدأ يعاني من الشعور بالجوع، ودوار في الرأس، وزيادة في إفراز الأنسولين. والغريب، أن هذه المعاناة والشكاوى قلما تظهر أثناء الصيام في شهر رمضان المبارك، مما يشير إلى أن الصيام، يمكن أن يسهّل على المرء مرحلة الانتقال إلى حمية طويلة الأمد. ولعل ذلك يؤكد العلاقة الوطيدة بين الصوم والصحة كما ورد في الأحاديث النبوية الشريفة والآيات القرآنية الكريمة. وبالرغم من النتائج العلمية التي تشير إلى الفوائد العديدة للصوم أو الصيام المتقطع، إلا أن المطلوب من كل مريض أن يصوم بعد الاستشارة مع طبيبه، وعلى كل طبيب أن يقوم بتشخيص حالة المرضى كل على حدة، وذلك انطلاقًا من مقولة "لكل قاعدة شواذها واستثناءاتها". ولعل الدراسات السريرية الممنهجة والدراسات الجزيئية المنتظمة بشكل جيد، كشفت -وما زالت تكشف- عن فوائد جمة متعلقة بالطب الوقائي، وبالعلاج أمراض لا حصر لها. بعد ذكر كل هذه الحقائق العلمية، أرى من الأنسب أن يغيّر المرضى صياغة سؤالهم الذي ابتدأنا به مقالنا إلى: "كم مرة يمكنني أن أصوم حفاظًا على صحي أو تعزيزًا لجهاز مناعي أمام المرض يا دكتور؟". ■

© كاتب وأكاديمي تركي. الترجمة عن التركية: نور الدين صواش.

كلما عظم النجاح الذي تم على يديك، بادر إلى نكران ذاتك، وتذلل أمام الله، وانكسر بين يديه، وتعمق في العبودية له.. ذلك أحرى بك كي لا تنسحق تحت أثقال أنانيتك.

الموازن

الأفق الإنساني في الرحمة الإسلامية

لسنا -المسلمين- مطالبين فقط شرعاً
برحمة الإنسان أيًا كانت عقيدته، بل
نحن مطالبون أيضًا باعتقاد مساواته
لنا إنسانيًا، وأحقيته شرعًا في المعاملة الكريمة اللائقة
بالإنسان، على القدر الذي يستوي فيه المؤمن وغيره.
فإن الإسلام هو رسالة الرحمة، والرحمة فيه للعالمين.



إن الرحمة ليست مقصورة على المسلمين،
وإنما تشمل جميع الخلق مؤمنهم وكافرهم،
فكيف تنال رحمة الإسلام ورحمة النبي ﷺ من
لم يؤمن بهما؟

حراه

على دينه برحمة الإسلام، يعيش في أمن واطمئنان، يناله
البر والخير من كل جانب، إن مباشرة من طريق المسلم،
وإن من طريق آخر كان الإسلام سبباً في وجوده.
وفي الآية، أنه يجب على المسلم أن يشيع الرحمة،
ويجعلها رسالته في الدنيا، وألا يجعل أي فعل أو
قول يصدر منه يكون فيه إيذاء أو ضرر أو فساد يضاد
الرحمة، لأن ذلك ينسب إلى دينه وشريعته التي أمر
الله بها، وفي الآية أن الإسلام مضمون رسالته الرحمة،
وغاية رسالته الرحمة، وأن نبيها رحمة، وأتباعه لا بد
أن يكونوا رحمة، وما كانت تلك الرسالة إلا لإيصال
الرحمة من الخالق إلى الخلق.

وروي عن رسول الله ﷺ أنه قال: "والذي نفسي بيده
لا يضع الله رحمته إلا على رحيم"، قلنا: يا رسول الله
فكلنا رحيم، قال ﷺ: "ليس الذي يرحم نفسه خاصة،
ولكن الذي يرحم الناس عامة"^(١).

وقد أمر النبي ﷺ بالرحمة العامة التي تشمل جميع
المخلوقات فقال: "الراحمون يرحمهم الرحمن ارحموا
من في الأرض يرحمكم من في السماء"^(٢).
قال الطيبي: لأن الرحمة في الخلق رقة القلب،
والرقة في القلب علامة الإيمان، فمن لا رقة له لا إيمان
له، ومن لا إيمان له شقي، فمن لا يرزق الرقة شقي.
"من في الأرض" بصيغة العموم يشمل جميع
أصناف الخلائق، فيرحم البر والفاجر، والناطق والمبهم،
والوحش والطيور"^(٣).

وقال ابن بطال المغربي (ت: ٤٤٩هـ): فيه الحض
على استعمال الرحمة للخلق كلهم، كافرهم ومؤمنهم،
ولجميع البهائم - المملوك منها وغير المملوك -

قال تعالى: ﴿وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ﴾

(الأنبياء: ١٠٧).

والآية تدل صراحة على أن الرحمة ليست مقصورة
على المسلمين، وإنما تشمل جميع الخلق مؤمنهم
وكافرهم، فكيف تنال رحمة الإسلام ورحمة النبي ﷺ
من لم يؤمن بهما؟ هل يجبر على الدخول في الإسلام
كي تتحقق له الرحمة وتناله، وفي هذا إكراه وإرغام،
وهو معنى يتنافى مع الرحمة، ولا يكون أبداً طريقاً
موصلاً إليها.

والأمر عكس ذلك، فالرحمة في الإسلام هي الحرية
والسعة في الاختيار، فرحمة الإسلام تنال الكافرين وهم
على أديانهم؛ لأنه رسالة صلاح وجمال في الكون تشمل
الإنسان والنبات والحيوان.. فالكافر ينعم في حياته وهو

والرفق بها. وأن ذلك مما يغفر الله به الذنوب ويكفر به الخطايا، فينبغي لكل مؤمن عاقل أن يرغب في الأخذ بحظه من الرحمة، ويستعملها في أبناء جنسه وفي كل حيوان، فلم يخلقه الله عبثاً. ويدخل في الرحمة التعاهد بالإطعام والسقي والتخفيف في الحمل وترك التعدي بالضرب^(٤).

وقال العارف البوني: فإن كان لك شوق إلى رحمة من الله فكن رحيماً لنفسك ولغيرك، ولا تستبد بخيرك، فارحم الجاهل بعلمك، والذليل بجاهلك، والفقير بمالك، والكبير والصغير بشفتك ورأفتك، والعصاة بدعوتك، والبهائم بعطفك ورفع غضبك، فأقرب الناس من رحمة الله أرحمهم لخلقه، فكل ما يفعله من خير دق أو جل فهو صادر عن صفة الرحمة^(٥).

وقال ﷺ: "ازحموا تُرحموا، واغفروا يُغفر لكم؛ ويلٌ لأقماغ القول، ويلٌ للمصرين الذين يصرون على ما فعلوا وهم يعلمون"^(٦).

"ازحموا تُرحموا" لأن الرحمة من صفات الحق التي شمل بها عباده، فلذا كانت أعلاماً اتصف بها البشر، فندب إليها الشارع في كل شيء حتى في قتال الكفار والذبح وإقامة الحجج وغير ذلك. "واغفروا يُغفر لكم" لأنه ﷺ يحب أسماءه وصفاته التي منها الرحمة والعفو، ويحب من خلقه من تخلق بها. "ويلٌ لأقماغ القول؛ أي شدة هلكة من لا يعي أوامر الشرع ولم يتأدب بأدابه، والأقماغ جمع قمع، وهو الإناء الذي يجعل في رأس الظرف ليملاً بالمائع، شبه استماع الذين يستمعون القول ولا يعونه ولا يعملون به بالأقماغ التي لا تعي شيئاً مما يُفرغ فيها^(٧).

والمسلم في حالة الحرب والقتال لا يخلو فعله من الرحمة والإنسانية، فقد أهدى النبي عليه أفضل الصلاة والتسليم أبا سفيان تمر عجوة، وبعث إليه بخمسائة دينار ليوزعها على أهل مكة حين تولاهم القحط، كما أنه أمر ثمامة بن أثال أن يسمح بالميرة لقريش، فبعد أن منعها عنهم ثمامة بعد إسلامه كتبوا إلى رسول الله ﷺ

إنك تأمر بصلة الرحم وإنك قد قطعت أرحامنا، وقد قتلت الآباء بالسيف والأبناء بالجوع. فكتب رسول الله ﷺ إليه أن يخلّي بينهم وبين الحمل^(٨).

مما بيّن رحمة رسول الله ﷺ بأعدائه من المشركين المحاربين.

وقال النبي ﷺ: "إن آل أبي ليسوا بأوليائي، إنما وليي الله وصالح المؤمنين، ولكن لهم رحمٌ أبلها بيلالها". يعني أصلها بصلتها^(٩).

وقال رسول الله عليه الصلاة والسلام: "ما من مسلم يعرس غزساً إلا كان ما أكل منه له صدقة، وما سُرق منه له صدقة، وما أكل السُّبُع منه فهو له صدقة، وما أكلت الطير فهو له صدقة، ولا يزرؤه أحدٌ إلا كان له صدقة"^(١٠).

وفيه الأمر بعمل الخير، وأن حصول الثواب مترتب عليه، وإن كان المستفيد بهذا الخير غير مسلم أو غير إنسان أصلاً. ■

(٤) عضو هيئة كبار العلماء بالأزهر الشريف / مصر.

الهوامش

(١) البيهقي، شعب الإيمان، ٤٠٨/١٣، تحقيق: مختار أحمد الندوي، مكتبة الرشد، ط١/٢٠٠٣م.

(٢) سنن الترمذي، كتاب البر والصلة، باب رحمة المسلمين. سنن أبي داود، كتاب الأدب، باب في الرحمة.

(٣) المباركفوري: تحفة الأحوذى بشرح جامع الترمذي، ٥١/٦، (تحقيق: عبد الوهاب عبد اللطيف، دار الفكر).

(٤) ابن بطال: شرح صحيح البخاري، ٢١٩/٩، (تحقيق: أبو تميم ياسر بن إبراهيم، مكتبة الرشد).

(٥) المناوي: فيض القدير شرح الجامع الصغير، ٥٦/٤.

(٦) مسند الإمام أحمد، (مسند عبد الله بن عمرو)؛ السيوطي: الجامع الصغير؛ الألباني في صحيح الجامع، رقم: ٨٩٧؛ السلسلة الصحيحة، رقم: ٨٩٧.

(٧) المناوي: فيض القدير شرح الجامع الصغير، ٦٠٧/١.

(٨) ابن هشام: السيرة النبوية، ٦٣٨/٢.

(٩) صحيح البخاري، كتاب الأدب - باب يبئل الرُّحَم بيلالها.

(١٠) صحيح البخاري، كتاب الأدب - باب رَحْمَةِ النَّاسِ وَالبَهَائِمِ.

النوم المنظم وضبط إيقاع الجسم

قبل سنوات قليلة كان الحديث عن الصحة يتمحور حول اتباع نظام غذائي معيّن، وممارسة الرياضة بصورة منتظمة، والإقلاع عن التدخين والكحول.. ولقد أضاف العلماء "النوم" إلى هذه القائمة في أيامنا هذه؛ كجزء مهم يسهم في الحفاظ على الصحة، وبقي الإنسان العديد من الأضرار البدنية والنفسية. نعم، النوم بمثابة شاحنٍ يملأ المرء طاقة، ويشحذ دماغه وجسمه قوة تساعد في القيام

ق

بمهامه اليومية بكفاءة عالية. وبالتأكيد فإن الحصول على قدر كافٍ من النوم، أمر مفيد لتكون أكثر صحة ولنشعر بنشاط أكبر أثناء النهار. ولكن رغم معرفة ذلك، فكثير من الناس حول العالم يعانون من مشاكل عديدة متعلقة بالنوم والراحة البدنية.

لا شك أن فترة النوم الصحية تختلف من شخص إلى آخر، علمًا بأن الاستيقاظ المتكرر في الليل يزيد مدة النوم عند الإنسان، ومن ثم يؤدي إلى اضطرابات وإرهاق في البدن والحالة الروحية. كما أن عدم النوم يعيق على الدماغ تأدية وظائفه التي يقوم بها أثناء فترة النوم، ويزيد من الوزن. بيد أن النوم الكافي يقوي الذاكرة ويؤثر تأثيرًا إيجابيًا على التعليم والتعلم، وينظم شهية الإنسان في الطعام.

والجدير بالذكر أن كفاية النوم يعد أمرًا لا غنى عنه للتغلب على أمراض واضطرابات الجسم، ولذلك فالأطباء يقومون بتنويم مرضى العناية المركزة من خلال الأدوية، لا سيما مرضى النزيف الدماغي والنوبات القلبية. وتشير الدراسات إلى أن النوم يعد ضروريًا لتعافي جروح ما بعد العمليات الجراحية، ولهذا السبب يقلص الأطباء فترات الزيارة حتى يأخذ المريض كفايته من النوم ويتعافى سريعًا.

في أثناء النوم يقوم الجسم بالتقليل من وتيرة عملية الأيض وتوجيه أغلب طاقته لمعالجة الدماغ والجسم، فالنوم يعد النظام المثالي لإصلاح وترميم أي جزء متضرر في الجسم. وقد كشفت الأبحاث العلمية أن الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات النوم يكونون أكثر عرضة للأمراض لا سيما مرض الزهايمر والخرف، حيث إن عدد الخلايا العصبية مهمة للذاكرة، علمًا بأن هذه الخلايا تقل مع تقدم عمر الإنسان، وتضعف ذاكرته، ولا يُمكن من التغلب على ضعف الذاكرة الناتج من ضعف الشبكة العصبية في دماغ الإنسان إلا من خلال النوم الصحي. هذا وتؤكد الدراسات العلمية وجود علاقة بين اضطراب قلة النوم، والاكتهاب ومرض السرطان؛ فجهاز مناعة الإنسان يتدهور لدى من يعانون من قلة النوم، ولا يمكن لجهاز المناعة أن يجدد نفسه أو يقوي من آلية الدفاع عنده إلا أثناء النوم.

ومن المؤكد أن القهوة والشاي ومشروبات الطاقة، وكل المشروبات التي تحتوي على الكافيين، تمنع القدرة على النوم، ولذلك فإن فنجان القهوة أو كوب الشاي الذي يتناوله الإنسان وقت الظهيرة، قد يسبب له مشاكل في النوم ليلاً، وكذلك فإن تناول وجبة عشاء تحتوي على كميات كبيرة من البروتين أو الدهون، يؤدي إلى اضطرابات في النوم أيضًا.

ساعات العمل

بعض الأشخاص -ووفقًا لظروف عملهم الليلية- يضطرون للنوم نهارًا، ولقد تبين أن الأشخاص الذين يعملون ليلاً لفترات طويلة، مثل الأطباء والممرضات ورجال الشرطة، يعاني الكثير منهم من مشاكل أمراض القلب، وكذلك يحدث لهم -أحيانًا- خلل في وظائف الدماغ. فقلد خلقت أدمغتنا وفقًا لنظام النوم مساءً، والعمل والاستيقاظ صباحًا، ولذلك فالأشخاص الذين يسهرون لساعات متأخرة من الليل، يعانون من مشاكل صحية؛ حيث يؤدي النوم صباحًا بعد السهر، إلى عدم القدرة على النوم في الليلة التالية. ولا ننسى هنا ذكر ما يؤكد عليه الأطباء من أن القيلولة وقت الظهيرة تعد أمرًا عمليًا، حيث يستعيد الإنسان نشاطه الصباحي، والفضل يرجع إلى عملية إعادة تنظيم الهرمونات التي يقوم بها الجسم. إن ساعة الجسم الحيوية مرتبطة بشروق وغروب الشمس، ونمط الحياة الحديث يؤدي -عند معظمنا- إلى قلة الاستفادة من أشعة الشمس في النهار، وإلى كثرة التعرض لأشعة الأجهزة الإلكترونية أثناء الليل، الأمر الذي يؤثر بصورة مباشرة على مواعيد النوم، بينما كثرة التعرض لضوء الشمس والتقليل من التعرض لأشعة الأجهزة الإلكترونية أثناء الليل، يساعد في ضبط مواعيد النوم ويمكننا من النوم مبكرًا.

نظام دقيق للاستيقاظ

أحد أهم شروط الحصول على نوم صحي، هو الالتزام بمواعيد معينة ودقيقة للنوم والاستيقاظ، فيجب على الإنسان أن يستيقظ في نفس الوقت يوميًا وبغض النظر عن الساعة التي نام فيها ليلاً. والقاعدة العامة هي أنه على المرء الاستيقاظ في نفس الوقت بدون استثناء لنهايات الأسبوع أو العطل.

عندما يكون الإنسان منهكاً جسدياً يصعب عليه الغرق في النوم، لذلك ينصح الأطباء بتجنب القيام بأعمال جسدية شاقة قبل عدة ساعات من النوم. ويعتقد الكثير أن قراءة الكتب ومشاهدة التلفاز مستلقياً قبل النوم، تساعد على الاسترخاء والدخول في النوم، ولكن هذا الاعتقاد خالٍ من الصحة؛ فهذه النشاطات يجب أن تتم بعيداً عن غرفة النوم، فأسرة النوم يجب أن تستخدم للنوم فقط، كما ثبت أن النوم في أماكن غير المكان المعتاد، يؤثر سلباً على نوعية النوم وكفاءته.

إن المقيمين في المدن الكبيرة، يستيقظون مبكراً جداً في الصباح لكي يذهبوا إلى أعمالهم، ويعودون إلى منازلهم متأخرين نتيجة الازدحام المروري أو سبب آخر، وهذا بطبيعة الحال يؤخر عليهم ساعة النوم ثم يستيقظون باكراً للذهاب إلى العمل، مما يؤدي إلى الأرق الشديد عندهم ولا يتيح للجسم شحن نفسه واستعادة طاقته من جديد. ولقد أظهرت بعض الدراسات أن التأخر في الاستيقاظ يزيد من نسبة تعرض الإنسان لمشاكل صحية ترافقه مدى الحياة.

وهناك بعض المعايير التي من الممكن أن تقلل من الأضرار السلبية لاضطرابات النوم؛ فعلى سبيل المثال، يمكن أن يكون هناك مرونة أكثر بالنسبة لمواعيد العمل، تسمح للموظف بأن ينام باكراً ويذهب إلى العمل باكراً ولكن بحيوية أكبر تنعكس على كفاءته وإنتاجه اليومي.

النوم مهم لحيوية الجسد

من المتعارف عليه أن النوم فترة للراحة الجسدية، إلا أنه في الآونة الأخيرة اكتشف العلماء والمتخصصون في اللياقة البدنية، أن النوم جداً لياقة الجسم، لأن الجسم يقوم بإفراز هرمونات النمو خلال فترة النوم العميق، لذلك ينبغي الحرص على النوم العميق غير المتقطع، ولا سيما عند الأطفال.

وضعية النوم

إن وضعية النوم تعد مهمة خاصة لكبار السن، فيجب أن يتم النوم في وضعية يكون الجسم فيها مرتاحاً لأقصى درجة؛ فراحة القلب -مثلاً- تتوفر عند النوم على الشق الأيمن، ففي هذه الوضعية يتنفس الإنسان عبر فتحة أنفه اليسرى، وهو ما يمكن الجهاز السمبثاوي من

الاستراحة، ويفتح مجال عمل الجهاز الباراسمبثاوي، وعندما يحدث ذلك يتمكن الإنسان من النوم سريعاً. ومعظمنا يعرف أن السنة النبوية الشريفة أشارت إلى أهمية النوم على الشق الأيمن وتأثيره على صحة الإنسان قبل أربعة عشر قرناً.

إن العديد من الدراسات العلمية التي ظهرت في السنوات الأخيرة، تشير إلى أن المعالجة بالحجامة وتديلنك القدم تزيدان من كفاءة النوم؛ حيث إن هاتين الطريقتين تساعدان على إفراغ الكهراء الموجودة في جسم الإنسان، وتساعد على تقليل التوتر النفسي وهو ما يسهل الغرق في النوم والسبات العميق.

إن الإفراط في النوم يعادل خطورة قلته؛ فقد وجد العلماء أن الذين ينامون أكثر من ثماني ساعات يومياً، أكثر عرضة لخطر الإصابة بالنوبات القلبية. وفي دراسة نرويجية وجد أن النوم أكثر من ثماني ساعات يومياً أو أقل من أربع ساعات يومياً، يزيد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية. لقد قامت الجامعة النرويجية للعلوم والتكنولوجيا بهذه الدراسة التي طُبِّقَتْ على خمسين ألف حالة تتراوح أعمارهم بين ٢٠-٨٩ سنة، واستغرقت أحد عشر عاماً.

كانت النتيجة النهائية للبحث، أن الأشخاص الذين ينامون لأكثر من ثماني ساعات يومياً، وكذلك الذين ينامون أقل من أربع ساعات يومياً، أكثر عرضة للوفاة بالنوبات القلبية بنسبة ٣٥٪ مقارنة بمن ينامون فترات تتراوح ما بين ٦-٨ ساعات يومياً.

إذن، على كل شخص أن يأخذ كفايته اليومية من النوم، إنه أمر جوهري للمحافظة على الصحة البدنية والروحية للإنسان، بالإضافة إلى أن الاستراحة وقت القيلولة لفترة تتراوح ما بين ساعة إلى ساعة ونصف تعد مفيدة للغاية. كما أن النوم الزائد يؤدي إلى تخدير العقل، ويجلب الكآبة إلى القلب، وقد يؤدي بالإنسان إلى عدم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة، علماً بأن النوم بعد تناول الطعام مباشرة، قد يؤدي إلى مشاكل صحية من ضمنها السمنة والبدانة. ■

(*) كاتب أكاديمي تركي. الترجمة عن الإنكليزية: صالح القاضي.

شعر الأطفال بين جدلية الأدب والتربية

صار للأطفال شعر خاص بهم في القرن العشرين، بل ظهر شعراء يحسبون عليهم. وقد بدأ ذلك النتاج الشعري قبيل القرن العشرين بقليل، ونستطيع أن نرصد في أول ذلك القرن ديوانين كبيرين؛ ديوان أحمد شوقي للأطفال، وديوان محمد الهراوي للأطفال. أما أحمد شوقي فقد ظهرت قصائده للطفل في الطبعة الأولى من الشوقيات، ثم اختفت في طبعات تالية، ثم أعيد نشرها بعد ذلك. أما محمد الهراوي، فقد تخصص في شعر الأطفال، ولم يستكشف أن يُعرف بأنه شاعر أطفال، ونشر عدة دواوين للطفل حتى رحل عام ١٩٣٩م.

ص

إن التعرض للكتابة للطفل تتطلب وعياً خاصاً بالطفل وعالمه، وطريقة تفكيره وفهمه لما يرى ويسمع من كلام، وتقبُّله لما نقرأه عليه، وفهمه لدلالات الألفاظ ومستوى التراكيب اللغوية، وما يطرَّب له ويُقبَّل عليه وما ينفر منه.

حراه

إن التعرض للكتابة للطفل يُظهر مدى الصعوبات التي تواجه من يهتم بها، فهي تتطلب وعياً خاصاً بالطفل وعالمه، وطريقة تفكيره وفهمه لما يرى ويسمع من كلام، وتقبُّله لما نقرأه عليه، وفهمه لدلالات الألفاظ ومستوى التراكيب اللغوية، وما يطرَّب له ويُقبَّل عليه وما ينفر منه.

والمختص بعالم الطفولة إبداعاً ونقداً، مطالب بكل حدود الثقافة التي تؤهله تماماً للعمل في ميدان الكبار، ثم يضيف إلى ذلك ما يخص الطفولة بعوالمها المعقدة. ثم عليه ألا ينتظر من النجومية وبريق الدنيا ما يحظى به أدباء ونقاد الكبار، ومن هنا كان العطاء للطفولة يحمل بين طياته تنازلاً وتفائلاً وإنكاراً للذات ربما لا يطيقه كثيرون.

في حين أن البساطة في الأداء واللغة والصورة والمعنى، من أهم ما يميز أدب الأطفال شعراً ونثراً، بل ربما يحتاج إلى نوع من المباشرة. فقد أصبحت هذه السمات سبباً في نظر من سُموا بالحدائثيين، وأصبح كل عمل يهتم بهذه الصفات - مهما كانت علته - يزري بمن تكون له علاقة به؛ مبدعاً أو ناقداً أو معجباً، فأثر الأدباء السلامة ونأوا بأنفسهم جانباً عن شعر الأطفال.

والواقع أن أدب الطفل كيان أدبي مستقل له معايير الخاصة، فربما يمتاز بما يعيب أعمال الكبار، ويُعاب بما يميز أعمال الكبار، وعلى من يدخل عالم الطفولة أن يتقبله ويقدره حق قدره.

ومن المؤسف أن القلة المهتمة بشعر الأطفال لم تتفق بعدُ عليه؛ فقد قُدِّر له أن يتنازعه اتجاهان يبدوان مختلفين أيما اختلاف؛ الاتجاه التربوي والاتجاه الأدبي، فأصحاب التربية لا يضيرهم مطلقاً أن يكون

والمتابع للحياة الأدبية، يلاحظ عزوفاً متعمداً عن شعر الأطفال لدى الأساتذة المختصين في الأدب، قد يحرص كل منهم على أن تكون له صولات وجولات في كل عصور الشعر، وإذا وصل إلى العصر الحديث غض الطرف عن ذلك الوليد الصغير، مستنكفاً أن يحمله في حضنه الأدبي، وأن يوليه من رعايته واهتمامه، رغم أن ذلك الوليد في أشد الحاجة إلى هؤلاء الأساتذة الأفاضل، فبأقلامهم يمكن أن تتكون له ملامح حقيقية، تنسبه إلى روح الشعر العامة للكبار والصغار، بدلاً من أن يُترك للتربويين؛ فينشأ مشوهاً لا يربطه بالشعر سوى العُرُوض.

هناك كتابات قليلة في ذلك المجال، ولكن تشعر مع أغلبها أن أصحابها دُفعوا إليها دفعا، أو كُلفوا بها تكليفاً، ولم يقوموا بها حباً؛ فبالرغم من مرور أكثر من مئة عام على نداء الشاعر أحمد شوقي ودعوته الشعراء لإبداع شعر خاص بالطفل، فقد تأخر تجاوب النقاد والدارسين لهذه الدعوة. وأظنه ما يزال متأخراً؛ فالكتابات القليلة الموجودة بين أيدينا تتناول أدب الأطفال عامة، وتولي الجانب الثري منه اهتماماً أكبر، فهو أقدم عُمرًا وأوسع رقعة، وأما شعر الأطفال فحظه قليل.

إن غياب كبار الأساتذة عن هذا الحقل الفني، سوف يظل عقبة في سبيل العطاء الواعي لذلك الأدب، وأخصُّ كلامي هنا بالشعر موضوع هذا المقال. فلا يزال كثير من النقاد ينظرون إلى شعر الأطفال نظرة تلك الأم الريفية الطيبة التي عاد إليها ابنها بعد أن أتم دراسة الطب، فسألته عن تخصصه فقال: "طب الأطفال"، فردت في حزن: "ولماذا لم تكمل دراستك يا ولدي حتى تصبح طبيباً للكبار؟!"

هذا المفهوم السطحي الذي يرى في طب الأطفال مستوى أقل من طب الكبار، ينطبق على ما يظنه بعض المعنيين بالأدب في شعر الأطفال، وهذه الحقيقة هي التي غابت عن كثير ممن يخططون ويؤلفون الكتب المدرسية، فقد ظنوا أن الطفل يناسبه أي كلام منظوم لا صلة له بالشعر ما دام يتضمن معنى معيناً، فكانت النتيجة أناشيد سطحية مملة غالباً، أول من لا يعيرها اهتماماً هو الطفل ذاته.

شعر الأطفال فارغاً من جماليات النص الشعري، حتى لو كان ركيكاً وتافهاً، ما دام يدعو إلى شيء يروقهم؛ كأن يدعو إلى سلوك قويم أو أدب عظيم. وأهل الشعر يرون عكس ذلك؛ فالمهم عندهم أن يشتمل النص الشعري على مقومات الشعر الجمالية، وإن تجاوز حدود التربية، أو خلا منها، أو حتى دعا إلى ما يتنافى مع مبادئها، وقد اتسم ذلك الخلاف بالحدة في بعض المواقف.

على سبيل المثال، انهال الدكتور أنس داود على التربويين بالنقد والتحليل، مسفهاً آراءهم، ومتهماً إياهم بعدم الشعور بالشعر والإحساس بالفن، منكرًا أن يكون الخلاف على غير ذلك، يقول في كتابه "أدب الأطفال في البدء كانت الأنشودة": "ولقد يخيل للبعض أن القضية في الأساس صراع بين منطلق الإبداع الفني، ومنطلق الإرشاد التربوي، الذي يحرص على التوجيه والتلقين والإملاء.. ولكنه في الحقيقة صراع بين من يحسنون تذوق الفنون، ومن لا صلة بينهم أصلاً وبين فنون الإبداع.. فلا تناقض بين الفن في جوهره وبين التربية في تفتحها وعميق بصرها بنفسية الإنسان"، ثم يستطرد قائلاً: "الفن يوحى للنفس الإنسانية بالجمال والحب وإشراق الحياة ووضاءة الكون.. وبذلك يربي حاسة الذوق، وينمي خيال الإبداع.. والتربية الرشيدة هي التي تتيح له أداء هذه المهمة الإنسانية الجليلة، وترحب بوسائله في الإيماء وتحريك النوازع الإنسانية الخيرة، واستغلال قدرات الخيال الخلاق، فالذي يرحب بمثل هذا الكلام التافه الذي نظمته الهراوي:

حُفِّي وَاغْلِي	فوق الجبل
وَاجْرِي وَثِي	فوق الجبل
حَيِّ الْعِلْمَا	فوق الجبل
حَيِّ الْهَرْمَا	فوق الجبل

بينما يقول عن شعر شوقي: لا يناسب الأطفال -بما في هذه الكلمة من معنى ومن مقومات أدبية وتربوية ونفسية وثقافية عميقة- تكون مشكلته هي حاسة الذوق الفني عنده ولا تكون القضية أنه يصدر عن منطلق تربوي". ويقول وهو يوجه كلامه للأستاذ أحمد نجيب: "ويبدو أن مجرد التعبير عن أي معنى من المعاني التعليمية والتربوية في شكل منظوم، يظنه أحمد نجيب شعراً".

وأنا أوافق الدكتور أنس على ضرورة الاهتمام بشاعرية الشعر، متى كان للكبار أو الصغار. والأستاذ أحمد نجيب يدرك هذا المعنى وقد عبر عنه في كتابه "فن الكتابة للأطفال" بقوله: "قد تحتوي الأشكال الشعرية مضموناً تعليمياً يهدف إلى إعطاء الأطفال بعض الحقائق أو لوناً من ألوان المعرفة الجديدة، وإن كان من المهم ألا يخرج هذا بالشعر عن مقوماته الأساسية "كشعر"، فيتحول إلى مجرد "نظم" لا حياة فيه ولا روح.. أي إننا في الشعر التعليمي يجب ألا نلجأ إلى "تقرير" الحقائق أو الأفكار الجديدة، وإنما إلى "تصوير" هذه الحقائق وتلك الأفكار.. أو تحويلها إلى لوحات فنية جميلة، لأن الشعر دائماً "تصوير بالقلم".. والصورة هي وسيلته المفضلة في التعبير".

والذي يقرر ذلك منذ حوالي خمسين عاماً، يجمل بنا أن نثريث ونخاطبه بالتي هي أحسن، حتى إذا اختلفنا معه.

ويختلف الدكتور أنس مع الأستاذ أحمد نجيب لترجيحه قصيدة للهراوي عن الساعة على قصيدة لشوقي في نفس الموضوع، إذ لا تراعي قصيدة شوقي -في نظر أحمد نجيب- المعايير والقيم التربوية، بينما تراعيها قصيدة الهراوي أيما مراعاة، وهاتان القصيدتان:

يقول شوقي:

لِي سَاعَةٌ مِنْ مَعْدِنٍ لَا يِقْتَنِهَا مُقْتَنٌ
تَعَجَّلُ حِينًا وَتَبْنِي مِثْلَ فُوَادِ الْمُدْمِنِ
وَعَقْرِبَاهَا وَالزَّمَانُ فِي اخْتِلَافِ بَيْنِ
إِذَا مَشَتْ لَمْ أَحْفَلِ أَوْ وَقَفَتْ لَمْ أَحْزَنْ
أَوْ أَحْرَزَتْ لَمْ يَجِدْنِي أَوْ قَدِمَتْ لَمْ أَغْبِنِ
أَحْمَلُهَا لِأَنَّهَا تَغْشَنِي فِي الزَّمَنِ
ويقول الهراوي:

وساعة حملتها تحسبُ سيرَ الزَّمَنِ
إِنْ فَرَعَتْ مَلَأَتْهَا فِي وَقْتِهَا الْمَعِينِ
فَلَمْ تُعَجَّلْ لِحِظَّةٍ وَلَمْ تَقْفَ وَلَمْ تَنْ
رَتَبَتْ أَعْمَالِي بِهَا عَلَى نِظَامٍ مُتَّقِنِ
كُلِّ امْرِيٍّ أَوْقَاتِهِ فَوْضِي فَعَبْرٌ مَحْسِنِ
وَبِتَأْمُلِ الْقَصِيدَتَيْنِ يَتَبَيَّنُ أَنَّ الْهَرَاوِيَّ غَالِبًا كَتَبَ
قصيدته وفي ذهنه قصيدة شوقي، وكأنه يرد عليها

وَيُحَطِّطُهَا؛ ففي حين أن ساعة شوقي "تعجل حيناً وتني مثل فؤاد المدمن" نجد ساعة الهراوي "لم تعجل لحظة ولم تقف ولم تن". وحين يقول شوقي: "أحملها لأنها تغشني في الزمن" يرد الهراوي: "كل امرئ أوقاته فوضى فغير محسن".

والحق أن قصيدة شوقي رائعة للكبار، ولا تناسب الصغار وإن اشتملت على الفكاهة وخفة الدم التي قد يتسمون منها. ولا شأن للأطفال بذلك الدفاع الذي تصدى له الدكتور أنس داود معتمداً على تحليلات نفسية وفنية لا يعيها عالم الطفولة، يقول: "لم يُحس -يقصد أحمد نجيب- في قصيدة شوقي عن "الساعة" ما تزرخ به من روح الفكاهة، والدعابة العميقة التي يمثلها شوقي، وعبر بها عن ذاته أو عن حلم يحلم به الإنسان على هذه الأرض، حلم الحرية والتخلص من قيود الزمان، ومطاردة القوانين لما تحمله روح الإنسان من عفوية وطلاقة.. وأيننه الدائم من القيود والعادات والتقاليد والأعراف البشرية، إنها الرغبة في الاعتناق من قيود الضرورات الحياتية.. تلك الرغبة المؤرقة لكل فنان عظيم؛ ولذلك فكم هي طريفة وشائقة، وكم صاغها شوقي في نعومة وذكاء ليودع فيها -مع بساطة البناء- هذا المضمون العميق الرائع".

هذا الكلام مع تقديرنا له وإيماننا به، لا يعني مطلقاً مناسبة تلك القصيدة للأطفال؛ فليست كل فكاهة وكل خفة دم تناسب الطفل. وقد اشتملت المقطوعة على تشبيهات وكلمات وبعض التراكيب اللغوية التي لا يفهمها الطفل ولا ينفعل بها، ولا تناسب سوى الكبار، لذلك فقط لا تناسب الطفولة، لا لشيء آخر. فلا معنى أبداً للخوف من أن تعلم تلك القصيدة أبناءنا الغش أو الكذب كما يدعي التربويون الذين لا يقدرون الشعر، لأنها في النهاية "دعابة".

أما مقطوعة الهراوي فقد لا تناسب كباراً ولا صغاراً، ذلك أنها نظم عارٍ من أية لمسة جمالية، وأغلب الظن أن الهراوي نظمها وفي ذهنه مقطوعة شوقي، ولم يبدعها بدافع شعري خالص، والأطفال من كل ذلك براء. أين ذلك مما أبدعه الهراوي خالصاً للطفل مثل قوله:

هل تعلمون تحيتي عند الحضور إليكم

أنا إن رأيت جماعة قلت السلام عليكم
لقد أبدع وأجاد؛ وذلك أنه وفي الفن حقه، ولم يهمل جانب التصوير بحجة أنه يبدع للطفل، فجاء بيتاه جميلين عذبين، توفر لهما من السهولة والجمال واليسر ما يجعل من يسمعهما لا يكاد ينساهما، وقد خلا البيتان من الخيال مطلقاً، ولكنهما تضمنا أسراراً فنية جعلت منهما صورة قوية معبرة؛ فقد جعلهما الشاعر على لسان الطفل، ولم يتوجه بالخطاب إليه، بل تَمَّصَ شخصيته ونطق بلسانه، مما يجعل الطفل يشعر بملكيتة للنص. وقد جاء البيتان في صورة "سؤال وجواب"، وسرعان ما سأل، وسرعان ما أجاب، والطفل يحب السؤال، ويتوق إلى الجواب.. ولقد توجه الصغير بسؤاله إلى جماعة "هل تعلمون" أي جماعة، صغاراً كانوا أو كباراً، وذلك يعطي الطفل الثقة والاعتزاز بالنفس، بعيداً عن أنه الصغير الذي يحتاج إلى التوجيه.. ثم نسب التحية إليه بياء الملكية، فجعلها تحيته باختياره هو وحده، ثم جاء الجواب على لسان الطفل مؤكداً تحية الإسلام، وناطقاً بها بتلقائية وجمال.. ولو وضع الشاعر في اعتباره ما يقرره بعض التربويين من أنه لا يضير الخطاب الأدبي الموجه للطفل أن يشتمل على التهذيب والتعليم أكثر من الفنية لقال مثلاً:

تحية الإسلام عليكم السلام
فلو مررت يوماً على بني الأقسام
فألقتها عليهم لتنشر الوئام

أو غير ذلك من الأشكال المباشرة الرديئة، التي لا يشفع لها أديباً أنها تُلقن الطفل تحية الإسلام. وقرئ كبير بين الصورة التي رسمها الهراوي لطفل يلقي السلام على جماعة، فيحرص الأطفال على تقليده، والأبيات الأخيرة الإخبارية التلقينية.

وخلاصة القول في قصيدتي الساعة، اللتين قارن بينهما د. أنس داود: إن قصيدة شوقي راجحة في ميزان الشعر، وقصيدة الهراوي راجحة في ميزان التربية، وكتاهما طائشة في ميزان شعر الأطفال. ■

(*) شاعر وأديب مصري.

الطفل وعالمه المعرفي

لا شك أن الإنسان يأتي إلى هذه الدنيا بمواهب مذهلة، وقدرات هائلة، وطاقة حيوية محيرة؛ وذلك ليعي جيداً ما يحيط به، ويحسّ بما حوله، ومن ثم يكتشف العالم الذي نزل فيه. نعم، مع ولادة الإنسان تبدأ الحركة والحياة؛ يجد الطفل نفسه فجأة في عالم جديد يختلف تماماً عن الذي سكنه تسعة أشهر، فيقوم مباشرة بتفعيل مواهبه التي تميز بها من بين سائر المخلوقات؛ ينظر ويتفحص محيطه جيداً، ليتنبه أولاً إلى ذراعيه



وساقيه، وبعد حين يدرك قابليته في أفعالٍ وحركاتٍ عجز عنها في بطن أمه. ومن هنا يبدأ الطفل رحلة تعليمية طويلة تستمر مدى العمر.

أجل، نظامٌ تعليمي وتعلُّم مكثَّف يفاجئ الطفلَ بعد رحلته التي بدأت من غرفة ضيقة مظلمة وانتهت إلى عالمٍ رحبٍ معقّد. ولكن بفضل ما وُضع فيه من المواهب والقدرات الخاصة، يتمكن الطفل مباشرة من التأقلم بأجواء هذه المسيرة الطويلة الشاقة. وما زالت الدراسات والأبحاث تتوالى لفكّ ألغاز هذه الآلية التي تتمحور حول الدماغ الذي يتحكم في جميع الأنشطة، وردود الأفعال، والاستجابات، والحركات، والوظائف وغيرها من الأحداث.

وخلال الأيام الأولى أو الشهر الأول من الولادة، يستمتع الطفل بقوة تعلُّمٍ خارقة دون مساعدة أحد من الكبار.. طاقةٍ لن تُمنح له مرة أخرى في الحياة أبداً. ولكن ما يجب التنويه إليه في هذا الباب، هو الدماغ الذي يتمتع بقدرات هائلة؛ لاحتوائه على معالج مذهل وذاكرة حادة عجيبة مدعومة بحاسوب عالي الجودة وفريد النوع. إنها مصادر طبيعية يعتمد عليها الطفل في بداية تعلُّمه الفطري دون مداخله الكبار وإرشاداتهم في التربية والتعليم.



الكبار ودورهم في التعليم

هناك سببان أساسيان يبعثان على تدخل الكبار في تعليم الطفل وإرشاده في الحياة. الأول هو استثمار القدرات وتنمية القابليات التي يتحلى الطفل بها منذ الولادة بأحسن صورة ممكنة، ومساعدته في تطوير موهبته التعليمية التي خُلق عليها. وأما السبب الثاني فهو إصرار الكبار التدخل في المرحلة الفطرية التي اعتاد عليها الطفل منذ الولادة، وإجباره على أخذ ما يعطى له من توجيه وإرشاد بالقوة، مما يؤدي إلى نتائج عكسية قد تُنفر الطفل من التعليم، وتؤثر سلبيًا على ذاكرته وعاداته العقلية التي يستمتع بها.

تعالوا نجسّد ذلك من خلال مقارنة بين قطع "الليغو"، والإشارات التي يستقبلها الطفل؛ حيث إن وظيفة هذا الطفل هي تجميع هذه القطع بطريقة مناسبة وتركيبها بشكل صحيح، وهدفه الأمثل في ذلك إقامة "عالمه المعرفي" من هذه القطع. علمًا بأن هذه العناصر الملهمة والمتناغمة مع ماهية الهدف، تسهم إسهامًا كبيرًا في إنشاء عالم الروح والمعنى لدى الطفل.

ويقع على عاتق الكبار أثناء قيام الطفل بإنشاء عالمه العرفاني، تأدية وظيفتين مهمتين للغاية، أولاهما تأمين القطع الكافية للطفل لبناء عالمه المثالي، ومنع تحوّل هذا العالم إلى ركام من اليأس والخيبة، أو إلى خرابة خالية من الإلهامات والأخيلة. إنه النموذج الأمثل الذي يمكن للكبار تقديمه للطفل، ليساعده على اجتياز هذه الخيبة، واكتساب التجربة في استيعاب وإدراك هذا العالم الذي سيعيش على تربته. ولا بد لمثل هذا النموذج، أن يحتوي على صورة تعكس إلى حد كبير أجزاء عالمنا الكبير بأحاسيسه وأفكاره، ووقائعه وأحداثه، وكائناته وأشياءه التي انبنى عليها.

أما ثاني هاتين الوظيفتين للكبار في تعليم وترشيد أطفالهم، فهي المثال والقدوة في توجيه الطفل إبان تجميعه قطع الليغو وتركيبها، وتعليمه كيفية الربط والتنسيق بينها للوصول إلى هدفه المطلوب. وبذلك يكون الكبار قد أدوا واجبهم، وهياؤوا للطفل الأرضية



المناسبة التي سيبنى عليها أحلامه، ويوسع من خلالها عالمه المعرفي بالشكل الذي يريده وبالطريقة التي يحبها، وعكس ذلك، يسبب التدهور الذهني لدى الطفل ويدفعه نحو المجهول واللامعنى. والأخطر من ذلك، أن يتراكم هذا التدهور عند الطفل ويتحول إلى عادة أو إدمان، بالإضافة إلى أن التدهور الذهني هذا،

والاستطلاع عند الطفل دون تأمين القطع الكافية له من الليغو، فإن ذلك سيضر الطفل قبل أن ينفعه، ويبعثر العالم الذي حُلِمَ به. كما أن تكديس القطع أمام الطفل دون التوجيه إلى تركيبها في المكان الصحيح، عمل ناقص لا فائدة فيه ولا معنى له. لذا، على الآباء أو الأمهات أو المرشدين أو الكبار بشكل عام، إرشاد الطفل ومساعدته في وضع القطع في مكانها المناسب، والحرص على رفع درجة الفضول وحب الاستطلاع لدى الطفل، ومن ثم التركيز الواعي على الأمور والأحداث.. أيّ التنقيب عن سبل تتفق مع طبيعة الطفل ومزاجه، وتحبب إليه فضاء التعلّم والإبداع. ويتعبّر عكسي، يجب على الكبار الحذر من التدخل المباشر وإنشاء عالم معرفة الطفل بأنفسهم، وكذلك يجب عليهم عدم ترك الطفل وحيداً أمام ركام من قطع الليغو، حيران لا يعرف ماذا يفعل ومن أين يبدأ.. بل المطلوب منهم أن يقوموا بدور المرشد ويوجّهوا الطفل إلى إنشاء معالمه المعرفي بنفسه، وبالطريقة التي يحبها. إن نظام الأسرة في المنزل، وانتقاء ألعاب الطفل، والمشاركة الفاعلة في الأنشطة المدرسية من قبل الأبوين، وغيرها من الأمور، تلعب دوراً بارزاً في تعليم الطفل وبناء عالمه المثالي. إن المنزل عامة وغرفة الطفل خاصة، ينبغي أن تُزيّن -قدر الإمكان- بألعاب متنوعة توفر للطفل تكوين عالمه وديناه الخاصة به، ولا سيما إذا كان الطفل في مرحلة الاستطلاع والبحث لإنشاء عالمه المعرفي من هذه القطع والألعاب والأمتعة التي بين يديه.

أجل، مع تأمين القطع اللازمة ووضعها في غرفة الطفل ليجد فرصة البحث والاستطلاع بنفسه تتحقق الغاية، ومن ثم يبدأ الطفل بالتأمل والتفكير وتقييم الأشياء والقطع التي يراها في جنبات غرفته. ولا شك أن القيام بتطبيق هذه الأساليب التعليمية باستمرار وبصورة جيدة، تفتح أمام الطفل آفاقاً جديدة وطريقاً مستقيماً ينتهي إلى عقل واع مستعد دائماً للتلقي والتعليم. ■

(*) كاتب وباحث أمريكي. الترجمة عن التركية: نور الدين صواش.



سيقف سداً منيعاً أمام الطفل في حل مشاكله، ويعيقه عن التفكير المعقول المترابط.

متعة التعلّم

ولا شك أن اهتمام الكبار بهاتين الوظيفتين المذكورتين وتطبيقهما بعناية، سيسهّل بدوره مرحلة التعلّم عند الطفل. ولكن إذا أُلح الكبار على رفع مستوى الفضول



التسامح دستور حياة في الإسلام

جاء الإسلام ليؤكد أهمية الحفاظ على النفس البشرية، دون النظر إلى اختلاف الدين والثقافة والعُرف واللون والنوع؛ لكونها تنحدر من أصل واحد وهو آدم عليه السلام أبو البشرية، قال عليه السلام: "كلكم لآدم وآدم من تراب" (رواه أبو داود). إن التنوع البشري والاختلاف الديني هو سنة من السنن الإلهية على هذه الأرض، لذا فالدعوة إلى الحفاظ على النفس الإنسانية، يعني الدعوة إلى السنن الإلهية والقواعد الربانية التي تجري على الخلق برمته.



الإيمان بالتعددية الدينية والاختلافات البشرية
داخل الشريعة الإسلامية، هو إيمان بشمولية
الدين الإسلامي ومدى فاعليته وقدرته على
استيعاب الآخر أيًا كان جنسه ولونه وعرقه.

البشرية داخل الشريعة الإسلامية، هو إيمان بشمولية
الدين الإسلامي ومدى فاعليته وقدرته على استيعاب
الآخر أيًا كان جنسه ولونه وعرقه.

ولو نظرنا إلى التشريع الإسلامي، سواء في عهده
التشريعي الأول، أو في عهد الفقهاء ومدوني المذاهب
الفقهية والمدارس الفكرية، فسنجد أن العلماء قد انتبهوا
لمثل هذه الأمور وحرصوا على استنباط الأحكام
والفتاوى الفقهية التي تحافظ على هذا التنوع وتعزز
هذا الاختلاف، خاصة ما يتعلق بحقوق غير المسلمين،
والأمثلة على ذلك كثيرة، منها:

البر بغير المسلمين

الإسلام دين عالمي يشمل برسائله البشرية كلها، تلك
الرسالة التي تأمر بالعدل وتنهى عن الظلم وترسي
دعائم السلام وترسخها في الأرض، وتدعو إلى
التعايش المشترك في جو من الإخاء والتسامح بين كل
الناس بغض النظر عن أجناسهم ومعتقداتهم، وبالتالي
تدعو المسلمين إلى برّ غير المسلمين انطلاقًا من
الوصية الإلهية: ﴿لَا يَنْهَاكُمُ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقَاتِلُوكُمْ
فِي الدِّينِ وَلَمْ يُخْرِجُوكُمْ مِنْ دِيَارِكُمْ أَنْ تَبَرُّوهُمْ
وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ﴾ (المتحة: ٨)؛
فالبر - وهو كثرة الإحسان - أعلى مرتبة من القسط
- وهو العدل - فالله ﷻ جاء باسم من أسمائه لا يُستخدم
إلا في أعظم صور التعامل وأرقاها، فهو يُستخدم في
وصف صورة التعامل بين الأبناء وآبائهم وأمهاتهم،
وكان الله تعالى يقول: "لا تتعاملوا مع غير المسلمين
فقط بالعدل والقسط، بل تعاملوا بما هو أعظم من
ذلك وهو البر، الذي يتضمن الإحسان وحسن الخلق
الذي ذكره النبي ﷺ عندما سئل عن البر فقال: "هو
حسن الخلق" (رواه مسلم). ومن حسن الخلق الذي أكد

ولقد حث الإسلام على تنظيم هذا التنوع، وسن
التشريعات والقوانين التي تحافظ على هذا الاختلاف
وتعززه، ليس فقط على مستوى الاختلاف العام
(اختلاف الدين)، بل على المستوى الخاص داخل
الشريعة الإسلامية؛ فأحكام المرأة التي تملأ كتب الفقه
-مثلًا- راعت طبيعتها ونوعها وفطرتها التي خلقها الله
عليها. ومن ثم فالإيمان بالتعددية الدينية والاختلافات

عليه الفقهاء في كتبهم، السلام على أهل الكتاب، فقد جاء في الاختيار في الفقه الحنفي على سبيل المثال: "لا بأس ببرد السلام على أهل الذمة، لأن الامتناع عنه يؤذيهم والرد إحسان، وإيذاؤهم مكروه والإحسان بهم مندوب"^(١). بل إن من تمام الإحسان الذي أكد عليه الفقهاء، هو زيارتهم عند المرض، ومشاركتهم أفراحهم وأتراحهم، وتبادل الهدايا والابتسامات.. وأن يكون الشعاع المرفوع دائماً هو الألفة والإحسان بين جميع الناس، لينشأ مجتمع يسوده الهدوء والأمان والسكينة. لذا فقد أجاز العلماء أن يوكل المسلم أو المسلمة غير المسلم في عقد النكاح؛ لأن الشرط لصحة الوكالة أن يكون الموكل ممن يملك فعل مثل ما وكل به، وأن يكون الوكيل مالكاً لمحل الوكالة، وهذا متوفر في غير المسلمين فجاز لهم هذا الأمر.

إن الرسول ﷺ قد أرسى أسس ومعالم العيش المشترك من خلال دستور المدينة، وهذا الدستور كان مثلاً حياً لقوله تعالى: ﴿أَنْ تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ﴾، وهو أول دستور للدولة المدنية في العالم، حافظ فيه النبي ﷺ على التنوع، ورسم فيه حدود العلاقات البينية بين أفراد المجتمع بغض النظر عن دينهم وأعرافهم.. كما أزال هذا الدستور كل أشكال التمييز ورفض الآخر ونبذته وإقصائه.. فكان بمثابة جسر للتواصل بين الناس جميعاً من خلال احترام عقائدهم، وعدم كرههم ومعاملتهم من منطلقات عقائدهم أو ما يؤمنون به، بل من خلال الفطرة الإنسانية والتوصية الربانية.

الحفاظة على الأموال والأعراض

إن الشريعة الإسلامية جاءت للمحافظة على الضرورات الخمس التي أجمعت كل الملل والأمم على وجوب المحافظة عليها، ولا تكتمل عبادة المسلم إلا إذا حافظ على تلك الضرورات، وهي الدين، والنفس، والعقل، والعرض، والمال.

فالأصل في الدماء أنها معصومة، والأصل في النفوس أنها محفوظة مكرمة، وقد نص القرآن الكريم على أن قتل نفس بريئة واحدة كقتل الناس جميعاً، وأن إحياءها كإحياء الناس جميعاً، قال تعالى: ﴿أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ

نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا﴾ (المائدة: ٣٢). وحرّم فقهاء المذاهب بشكل عام التعدي على غير المسلم، أو إباحتة دمه، أو سلبه ماله أو التعدي على عرضه، واعتبروا هذا جريمة كبرى يستحق فاعلها العقاب والجزاء، ولذا ذهب فقهاء الحنفية إلى قتل المسلم إذا قتل غير مسلم قصاصاً، وما هذا إلا حفاظاً على النفس البشرية وحمايتها، وحقناً للدماء وعدم استغلال الأديان من أجل إراقة الدماء وسلب الحقوق.

وأما مالهم فلا يجوز التعدي عليه أو إتلافه أو سرقة.. هكذا نص الإمام السرخسي: "وأكره للمسلم المستأمن إليهم في دينه أن يغدر بهم؛ لأن الغدر حرام.. فإن غدر بهم وأخذ مالهم وأخرجه إلى دار الإسلام، كره للمسلم شراءه منه إذا علم ذلك، لأنه حصله بكسب خبيث، وفي الشراء منه إغراء له على مثل هذا السبب، وهو مكروه للمسلم، والأصل فيه حديث المغيرة بن شعبة ؓ حين قتل أصحابه وجاء بمالهم إلى المدينة فأسلم، وطلب من رسول الله ﷺ أن يخمس ماله فقال ﷺ: "أما إسلامك فمقبول، وأما مالك فمال غدر فلا حاجة لنا فيه"^(٢).

بل إن بعض الفقهاء لم يحرموا فقط التعدي على مال المسلمين في البلاد الإسلامية، بل خارجها أو ما تسمى قديماً بدار الحرب، فقال الإمام المرغيناني: "وإذا دخل المسلم دار الحرب تاجرًا فلا يحل له أن يتعرض لشيء من أموالهم ولا من دمائهم"^(٣). وذهب الحنفية إلى ما هو أبعد من ذلك فقالوا بجواز بيع غير المسلمين للخمر والخنزير في البلاد الإسلامية^(٤)، وحرّموا على المسلم التعدي على هذا المال، بل قالوا بالضمان في حالة الإتلاف؛ فلو أن مسلمًا أهرق خمر غير مسلم أو قتل خنزيره، فيجب في هذه الحالة على القاضي أن يحكم بالضمان على المسلم، وأن يدفع قيمتهما من ماله الخاص، لأن هذا المال حتى وإن لم يكن متقومًا في حق المسلم إلا أنه متقوم في حق غير المسلم، فوجب على المسلم احترام خصوصيته الدينية وماله وعرضه.

احترام المقدسات وعدم التعدي عليها

أمر الإسلام أتباعه بترك الناس وما اختاروه من أديانهم، ولم يُجبرهم على الدخول في الإسلام قهراً، وسمح لهم بممارسة طقوس أديانهم في دور عبادتهم، وضمن لهم من أجل ذلك سلامة دور العبادة، وأولاًها عناية خاصة، فحرم الاعتداء بكافة أشكاله عليها. وجعل القرآن الكريم تغلب المسلمين وجهادهم ودفع العدوان وتمكين الله تعالى لهم في الأرض، سبباً في حفظ دور العبادة من الهدم، وضماناً لأمنها وسلامة أصحابها، سواء أكانت للمسلمين أم لغيرهم، وذلك في قوله تعالى: ﴿وَلَوْلَا دَفَعُ اللَّهُ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَهَدِمَتْ صَوَامِعُ وَبِيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا وَلَيَنْصُرَنَّ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ﴾ (الحج: ٤٠-٤١). وهكذا فعل صحابة النبي ﷺ عندما صالحوا أهل الشام، ومن هذا المنطلق أجاز العلماء لغير المسلمين ترميم كنائسهم وإعادة بناء المنهدم منها، فقد قال الإمام محمد -رحمه الله- في "نوادير هشام": "إن انهدمت كنيسة من كنائسهم أو بيعة أو بيت نار، فلهم أن يبنوها كما كانت". ولههم أن يمارسوا شعائرهم في معابدهم دون تدخل من أحد أو منع لهم، قال الإمام العيني: "وفي المحيط: لو ضربوا الناقدوس في جوف كنائسهم لا يمتعون"^(٥).

وليس هذا فقط، بل إن الإمام محمداً تلميذ الإمام أبي حنيفة، أجاز حلف غير المسلم بما يكون معظماً، وبما يعتقد مراعاة للمقدسات عندهم وبما هو معظم في صدورهم، قال الطحاوي، وقال محمد: "ويستحلف النصراني: بالله الذي أنزل الإنجيل على عيسى، واليهودي: بالله الذي أنزل التوراة على موسى، والمجوسي: بالله الذي خلق النار"^(٦).

الواقع والمأمول

إن المتأمل في الواقع الحالي وفي الأقوال السابقة للعلماء، سيجد أن هناك بعض التيارات المتشددة تؤسس لمنطق الانفصال والقطيعة مع الآخر عن طريق اجتزاء بعض النصوص، وعدم مراعاة سباق النص وسياقه ووقعه الزمن، وغالباً ما يؤدي هذا المنطلق إلى التصادم والعنف في نهاية المطاف، بما يهدد العيش

المشترك وغياب الأمن، واندلاع الفتن الطائفية بين أفراد المجتمع الواحد، لذا لا بد من ملاحظة الوجوه أو الأبعاد المتعددة للنص الديني، لأن النص الديني قد يأتي أحياناً ليعالج مشاكل ظرفية ويقدم لها حلولاً وتدابير مؤقتة، وبالتالي إكساب هذه النصوص صفة الدوام والاستمرارية من شأنه أن يجلب كل أشكال العنف والتشدد الذي نراه اليوم.

كما أنه من اللازم أن نضع في الاعتبار ونحن ندرس فقه العلاقة مع الآخر، أن الفتاوى المتقدمة لا ترسم صورة كاملة عن حقيقة العلاقة، بل إنها قد تكون نتيجة فهم معين للنص الديني، وربما يسهم في تكريس هذا الفهم عوامل عديدة، أهمها التراكمات التاريخية السلبية التي غدتها الحروب، بما تركت من بصمات وجراحات بليغة في اللاوعي الإسلامي، مما أسهم في بناء جدار الانغلاق على الذات، وتكوين نظرة إسلامية متشددة حكمت العلاقة مع الآخر.. وكان من الطبيعي أن تنتج هذه الأجواء السلبية التي أرخت بظلالها على تاريخ العلاقة مع الآخرين، حركات وتيارات ذات نزعة تصادمية مع الآخر.

لذا لا بد من العودة إلى المنهج الإلهي القائم على البر والعدل، والذي أرساه النبي ﷺ في المدينة المنورة من خلال وثيقة المدينة، لكونه المنهج الوحيد الذي لا يعرف العنصرية ولا التحزب والتشيع، كما أنه منهج قائم على الرحمة مع جميع البشر، وتحقيق العدالة والمساواة والحرية ومراعاة السلام والسلم الاجتماعي. ■

(٥) كاتب وباحث مصري.

الهوامش

- (١) الاختيار لتعليق المختار، للإمام الموصلي، ج ٤، ص: ١٦٥.
- (٢) انظر المبسوط، للإمام السرخسي، ج ٩، ص: ٩٦.
- (٣) انظر بداية المبتدي، للإمام المرغيناني الحنفي، ص: ١١٨.
- (٤) انظر الاختيار لتعليق المختار، للإمام الموصلي، ج ٢، ص: ١٠.
- (٥) انظر البناية شرح الهداية، للإمام العيني، ج ٧، ص: ٢٥٦.
- (٦) انظر شرح مختصر الطحاوي، الحصص، ج ٨، ص: ١٠٥، دار البشائر الإسلامية، ط ١، ٢٠١٠م.

استدعاء الموروث في أدبيات كولن كتاب الغرباء نموذجًا

عنده بشخصه وأحداثه وكلامه، ينبوع دائم التفجر بأنصع القيم وأبقاها، وهو الأرض الصلبة التي يدعو إلى الوقوف عليها لبني فوقها الحاضر الجديد ومن ثم المستقبل المشرق، وهو الحصن المنيع الذي يلجأ إليه كلما عصفت العواصف فيهديه الأمان والسكينة. وفي كل مرة ارتد فيها الأستاذ كولن إلى التراث، لم يخذله ولو مرة، لأنه يرجع إلى تراث عريض ممتد في أعماق الإنسانية ولا يقتصر على التراث الإسلامي وحده، بل يشمل أيضًا تراث الأمم والحضارات الأخرى. وقد استطاع الأستاذ كولن من خلال الارتداد

ظاهرة كثيرًا ما لفتت نظري في كتابات الأستاذ فتح الله كولن، وهي ظاهرة استدعاء المورث سواء أكان هذا الموروث شخصيات أو أحداثًا أو اقتباسات.. فالأستاذ كولن رجل يقدر التراث ويحترمه، فهو القائل: "ينبغي على الأمة جميعًا وبالأخص على النخب والمثقفين منها، أن يؤسسوا "سلامًا" بينهم وبين تاريخهم"، بل يعتبر أن "كل حركة تجديدية وعملية تغييرية تم وضعها من أجل إنشاء المستقبل، ينبغي أن يتم التخطيط لها بناءً على مقوماتنا التاريخية وجذورنا الروحية"، ومن ثم فالتراث

ظ

إن ارتداد الأستاذ كولن إلى التراث، واستدعاء الشخصيات منه لم يكن استدعاء عشوائياً، بل كان استدعاء منظماً واعياً ينتقي فيه الشخصيات التي لها تجارب معبرة عن التجربة التي يعمل على تمكينها في نفوس المتلقين.

كربلاء، ويستدعى من شعر "رحمي"؛ لبشر بمولود يخرج من رحم الليل قبل أن يولد النهار، ومن "يونس أمره" شكايته وعورة الطريق وقلّة المنافذ، وصبره الجميل في جفاء الجلال ووفاء الجمال في قوله:

إن جاني جفاء من جلالك

أو جاني وفاء من جمالك

فهما للقلب صفاء

فلطفك حلو وقهرك حلو

ثم نسلم أنفسنا إلى صبر جميل

كما يستدعى من شعر "نسيمي"، و"محمد عاكف"، و"نجيب فاضل"، وشيخه "محمد لطفي الألورلي"، كل ذلك يوظفه في بناء أفكاره وترجمة عواطفه وأحاسيسه. وهكذا نجد أن الموروث الديني، والموروث التاريخي، والموروث الصوفي، والموروث الأدبي، بل وحتى الموروث الفلكلوري والأسطوري، حاضر في أدبياته بكثافة، وكأن هذا الموروث المتعدد الثري مكتبة حاضرة في مخيلته، يمد يديه إلى أحد أرففها فيختار ما يشاء من كتبها ويوظفه في إبداعه الفكري وعطاءه الروحي.

كيف تعامل الأستاذ كولن مع هذا التراث؟

إن التعامل مع التراث -سواء أكان شخصيات أم أحداثاً أم اقتباسات شعرية أو نثرية- قد مر في تاريخنا المعاصر بمرحلتين: مرحلة التسجيل أو التعبير عن التراث، ويقصد به تصوير العناصر التراثية كما هي في التراث دون إضفاء أي دلالات معاصرة عليها أو تفسيرها أي تفسير معاصر، ثم تطور إلى مرحلة التعبير بالموروث أو توظيفه وتحيينه، بعد تجريده من ملابساته ودلالاته الوقتية العابرة، لتصبح بعد ذلك صالحة للتعبير بها عن كل العصور وكل المواقف الشبيهة بالموقف الذي ارتبطت به في التراث.

وقد تعامل الأستاذ كولن مع التراث بمثل هذا

إلى شخصيات التراث أن يعكس روح العصر من جهة، وأصالة الماضي من جهة أخرى، وأن يعيد بناء الماضي وفق رؤية إنسانية معاصرة، مما يعني أن الماضي يعيش في الحاضر ويرتبط معه بعلاقة جدلية تعتمد على التأثير والتأثر. ففي كتاب "الغرباء" الذي يضم مقالات متنوعة نشرت في مجلة حراء، نجده قد استدعى "فاوست" و"مفيسو" بطلي الأساطير الشعبية الألمانية، ليكفكف دموع الصغير في أول رشحة من رشحات مقاله في هذا الكتاب، كما استدعى "هلينا" الساحرة و"أسطورة طروادة" في مقال في الكتاب عينه بعنوان "طويلاً بكينا". وإذا قمنا بجولة سريعة في مقالات الكتاب لتأمل ما استدعاه من شخصيات وموروث متنوع، فسنجده قد استدعى من المسيح أنفاسه، ومن هرقل عضلاته، ومن "الحسين" تأوهات في كربلاء في شهر المحرم، ومن "خبيب" فداءه لرسول الله ﷺ في مشهد مقتله، ومن "مصعب" وفاءه لعقيدته حتى بعد أن تمزقت أعضائه في غزوة أحد، ومن "خالد" المعزول تواضعه وانصياعه بعد سلسلة من الانتصارات التي حققها في الغزوات المختلفة، ومن "قتادة" الصحابي الجليل إيثاره لدينه وعقيدته وقوة إرادته وعشقه للخبيب.. هذا إلى جانب استدعاء الأنصار الذين كانوا يرددون نشيد ثنية الوداع منتظرين البطل في مقال "أين أنت؟".

كما استدعى صفات من شخصيات الأنبياء وعلى رأسهم مفخرة الإنسانية النور الخالد محمد ﷺ، واستدعى أيضاً من صفات الأولياء من أمثال جلال الدين الرومي وشمس التبريزي، ولم يغب عنه في كل كتاباته استدعاء صفات من شخصية المجدد والمصلح الأستاذ النورسي أو بعض من أقواله. ويمضي في التاريخ حتى يصل إلى صلاح الدين وشهامته مع ريتشارد قلب الأسد، وألب أرسلان وأصالته مع "رومين ديوجين" في موقعة ملاذكرت، كما استدعى من شخصية سليم الأول تواضعه وإنكاره لذاته واحتجابه حتى مغيب الشمس حتى لا ينسب النصر له.

ولا يتوقف الأمر عند حد استدعاء الموروث التاريخي العريض الممتد، بل يغوص في بحر التراث الشعري التركي الثري فيستدعي من شعر "نامق كمال"؛ ما يجعله يمد ذراعاً إلى الروضة الشريفة وآخر إلى

التعامل الأخير، حيث وظّفه توظيفاً فنياً يعبر به عن آلام إنساننا المعاصر، وآماله وأفراحه وأتراحه وقضاياها التي تشغله وأفكاره، وعمد إلى تأويل عناصر التراث التراثية تأويلاً معاصراً واستخلص منها دلالتها الشاملة، وذلك -بالطبع- بعدما أضفى عليها طابع الديمومة وجردها من عوامل التحيين والتأقيت؛ ففي تعضيدته لفكرة الحب وتأكيده عليها يجمع بين الأنبياء والأولياء والفراعنة والنمازيد وهاروت وماروت في لوحة واحدة حيث يقول: "إن كان في الوجود إكسير استطاع أن يبطل أشد مكائد الشيطان فتكاً حتى اليوم؛ فهو الحب. لقد أطفأ الأنبياء نيران غيظ الفراعنة والنمازيد بكوثر الحب، وجمع أولياء الحق شتات الأرواح الضالة النائرة المبعثرة كعقد انفرطت حباته بالحب، وألقوا بين قلوبهم في عالم من المشاعر الإنسانية النابضة بالحب. لقد كانت -ولا تزال- قوة الحب فائقة متجاوزة تبطل سحر هاروت وماروت وتطفئ نيران جهنم على الدوام". ويستدعي من "الرومي" نداء الشهير في قصيدته التي تقول:

"تعال.. تعال

لا يهم من أنت، ولا إلى أي طريق تنتهي

تعال.. لا يهم من تكون

عابر سبيل.. ناسكاً.. أو عاشقاً للحياة

تعال.. فلا مكان لليأس هنا

تعال.. حتى لو أخللت بعهدك ألف مرة

فقط تعال لتتكلم عن الله".

ويوظف هذا النداء في فكرة الحب التي يؤكد عليها في مقال بعنوان "حب الإنسان"، ويوسع المعاني انطلاقاً من هذه الفكرة قائلاً: "إن روحاً أحست بهذه المعاني الدقيقة تُنحّنا بأناشيد ساحرة من لسان قلبها، وترنم مثل جلال الدين الرومي "تعال، هلمّ إلينا، شاركنا، نحن أهل العشق، منحنا قلوبنا للحق تعالى. هيا تعال، التحق بنا، ادلف من باب المحبة، اجلس في بيتنا معنا. أدنُ نتحدث بلغة القلب فيما بيننا، أقبل كي تتعانق قلوبنا وتتكلم بعيداً عن الأذان والأعين.. تعال نتبادل بسمات كالورود دون شفاه أو أصوات.. تعال نتقابل كالأفكار دون فم أو لسان.. ها قد صرنا جميعاً شيئاً واحداً، إذن هيا لنُناج بعضنا بقلوبنا دون لسان أو شفاه. ها قد تشابكت أيدينا، تعال نتحدث بلغة الحال.

إن لسان الحال أعمق تعبيراً عن سلوك القلب، فهلمّ نمسك ألسنتنا، ونتحدث بقلوبنا المرعشة".

إن استحضار شخصية "الرومي" هنا، له دلالة فنية ذات أثر قيمى عظيم، لأن تجربة الرومي في الحب والتسامح، ذات تأثير كبير في الشرق والغرب، وكانت مصدر إلهام ثري يمتح منه السائرون في درب المحبة الإنسانية.

ومن ثم نستطيع القول إن ارتداد الأستاذ كولن إلى التراث، واستدعاء الشخصيات منه لم يكن استدعاء عشوائياً، بل كان استدعاء منظماً واعياً ينتقي فيه الشخصيات التي لها تجارب معبرة عن التجربة التي يعمل على تمكينها في نفوس المتلقين. فهو استخدام مميز يدل على مدى تمكن الأستاذ كولن من خلفيات هذه الشخصيات والإلمام بمرجعياتها الثقافية، وهذه هي أهم شروط الاستدعاء التي تحقق للنص حاجته الفنية والدلالية.

تكنيكات توظيف الموروث

للأستاذ كولن أكثر من تكنيك في توظيف هذا الموروث، فقد يلمح إلى الفكرة باستدعاء الشخصية بشكل عابر ومباشر وهذا في أغلب المقالات، وقد يستدعي شخصيات متعددة تحمل ملامح مشتركة، أو تقاطع في صفة مشتركة بينها من خلال حدث بارز اشتهرت به، ويوزع هذا الاستدعاء على مدار المقال ليربط بينه وبين الفكرة التي يعبر عنها، سواء أكان هذا التوظيف طردياً أم عكسياً يحمل لوناً من ألوان المفارقة. ففي رحلة بحثه عن البطل المنتظر في مقاله "أين أنت؟" يصور مشاعر اللهفة على قدوم هذا البطل باستدعاء موقف انتظار الأنصار للنبي ﷺ عند ثنية الوداع قائلاً: "كم من مرة تبدى لنا في الأفق البعيد خيال توهمناه إياك، فخرجنا للقياه مرددين نشيد "ثنية الوداع" .. وفي مفارقة عكسية يستدعي الإسكندر الأكبر، للتعبير عن خيبة أمله فيمن كان يظنه البطل المنشود كالإسكندر الأكبر، وإذا به يجده عاجزاً كليلاً في قوله: "وكم من مرة -عندما لقنا الصمت وضربت علينا الوحدة قباهها- حسينا البغاث نسرًا، وظننا المقعدين المشلولين الإسكندر الأكبر فصفقنا لهم". ومن مثل تلك المفارقة العكسية يستدعي المحرم و"الحسين" ﷺ وواقعة كربلاء، للتعبير عن مدى الحزن الذي يغلف الزمان الخالي من منشوده، حيث يقول: "لقد تحول الزمان بنا إلى المحرم، وغدا المكان جميعه كربلاء،

فراحت نفوسنا تتأوه بأهات الحسين".

وفي المقال ذاته يطوف على التاريخ طوافاً واسعاً، ليستدعي منه كل صفات البطولة والتضحية والفداء والتواضع، التي يتسم بها منشوده من خلال استدعاء مواقف خاصة جرت مع "خبيب" و"أبي قتادة" و"خالد" رضي الله عنه، وكذلك السلطان العثماني "سليم الأول". ويختم بتصوير مدى شوقه ولهفته لهذا البطل، واستعداده لاقتلاع قلبه وإهدائه لمن يحمل إليه أخباراً عنه ولو كانت أكاذيب، قائلاً: "ولكننا -على نهج الرومي- لن نتوانى لحظة واحدة عن اقتلاع قلوبنا وإهدائها ولو مقابل أكاذيب تقال في سبيلك"، وهو هنا يستدعي موقفاً حدث مع جلال الدين الرومي لما اشتد شوقه وحنينه إلى صديقه شمس، وجاءه رجل يزعم أنه يحمل أخباراً عن شمس، وراح يقص عليه حكايات لا أصل لها، ولما انتهى من حديثه خلع الرومي عباءته فرحاً وأهداها الرجل، فقالوا له: لقد كذب. فقال: أعلم، أهديته عباءتي مقابل كذبه عن شمس، ولو صدق لكنت أهديته روحي". فهو يختار ما يناسب فكرته من ملامح هذه الشخصيات، ويؤولها تأويلاً خاصاً يتلاءم مع طبيعة العرض الذي يقدمه، ويضفي عليه الأبعاد المعاصرة من خلال هذه الملامح بعد تأويلها.

ملامح هذا التوظيف

أما عن ملامح هذا التوظيف فقد يستعير صفة من صفات هذه الشخصية، وقد مر بنا طرف غير يسير من ذلك، وقد يستعير بعض أحداث حياتها، ويبرز في ذلك موقف سليم الأول خاصة، حيث تكرر استدعاء مواقف من حياته أكثر من مرة في أكثر من مقال، ومن ذلك استدعاؤه هذا الموقف قائلاً: "أتذكر يوم كنت تمشي أمام شيخك، فظفر بعض الوحل من قدم حصانه فأصاب جبّتك المغسولة بالعطر؟ كنت آنذاك سلطاناً عظيماً وحاكماً كبيراً يرى الدنيا لا تسع سلطانين، كنت حاكماً يقف على بابه فُرس إيران ويخدمه ممالك مصر، كانت الأسود ترتجف رعباً من براثن سظوتك. فماذا فعلت آنذاك؟ لقد أوصيت أن تُلف تلك الجبة الملطخة بالوحل حول نعشك. من أنت؟ أصوفي أم درويش؟ أم ملك يمشي على الأرض؟ أيها الأسد الهصور أين أنت؟".

وقد يقتبس بعضاً من أقوالها، سواء أكانت شعراً أم نثراً، وهذا كثير في هذا الكتاب وغيره، لكن يظل حضور

"النورسي" قوياً بأقواله ومواقفه في أكثر المقالات، بل أحياناً ما يُصدّر المقال أو يختمه بعبارات منه تشي بأن فكرته في المقال كلها تدور حول هذا المعنى.

طريقة التوظيف

تنوعت طرق توظيف الأستاذ كولن للشخصيات في كتاب "الغرباء"، فتارة يتحدث إلى الشخصية:

- أتذكر يوم وضعوا حياتك في كفة وشوكة يشاك بها خليلك في كفة؟

- في إحدى المرات مُنعت من التحدث إلى أخيك، أخيك الذي لم تفارقه لحظة واحدة حتى ذلك اليوم. وتارة يتحدث عنها:

- لقد فتح آدم عليه السلام الأبواب التي أُوصدت في وجهه واحداً بعد آخر بمفتاح الوفاء السحري الذي حمله في قلبه.

- أما نبي الطوفان عليه السلام فقد عاش لقرون يعاني، ومع ذلك كان وفيّاً.

- ثم انظر إلى خليل الرحمن وأبي الأنبياء عليه السلام عندما تصدى لنار النمرود! كم كان وفيّاً فداه روحي.

- كذلك رائد القديسين، وإمام السابقين واللاحقين عليه السلام إنما نال سعادة السياحة إلى ما وراء السماوات -تلك الرحلة التي لم تكتب لأحد سواه- بفضل حس الوفاء المكنون في روحه.

وتارة يتحدث من خلالها؛ ولكن في مواضع محدودة وبضمير الجمع غالباً، كما عبر عن انتظاره الملهوف باستدعاء انتظار الأنصار في ثنية الوداع للنبي صلى الله عليه وسلم، وكذلك باستعداده لاقتلاع قلبه وإهدائه لمن يأتيه بخبر ولو كاذب عن هذا البطل المنشود على غرار ما فعل الرومي.

إن البحث في فكرة استدعاء الشخصيات التراثية في أدبيات الأستاذ فتح الله كولن يحتاج إلى دراسة مفصلة توفيه حقه، ولكننا اكتفينا بما أوردناه هنا على عجلة، طامحين أن نوسع دائرة البحث في هذا الموضوع في فرصة سانحة. ■

(*) كاتب وباحث مصري.

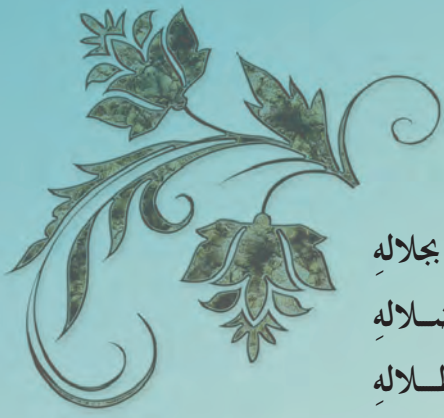
المراجع

(١) الغرباء، فتح الله كولن، إعداد: نوزاد صواش، صابر المشرفي، دار الانبعاث للتوزيع والنشر، القاهرة ٢٠١٩م.

للشوق أجنحة

وأضعتُ عُمري بانتظار نِواله
ونثرتُ طيبَ العُمُرِ في أذْياله
وجعلتُ ماءَ الشَّعْرِ طَوْعَ شِمَالِه
والقَلْبُ يَجْأُرُ من لظىِ أحواله
أم من يَرُدُّ القَلْبَ عن آماله
فتمرَّ أشجانُ الشجِّيِّ بباله؟
يتفجَّرُ ينبوعُ من صلصالِه
رَبِّيا لروحك مثل طيب زلالِه
ذاتي تَقَطُّعُ من بوارقِ آلِه
ولكم تلظى من جحيمِ رمالِه
ألقي إليَّ بصدِّه ودلالِه
واقطعِ حبالك من كذوبِ حبالِه
ذاو، سوى حبِّ الرِّسولِ وآلِه
أن كان سِرُّ الحَبِّ في إذلالِه
متفطِّرُ الحَفَقَاتِ من أغلالِه
كحلِّ جفونك من ترابِ نعالِه
في القُرْبِ، واشرب من عُيُونِ نوالِه
من سرِ حضرته ونورِ جمالِه

أنفقتُ أيَّامي ابتغَاءً وصَالِه
ملَكْتُهُ رُوحِي وما ملكتُ يدي
وجعلتُ ماءَ القَلْبِ تحت يمينه
تتقطَّعُ الأنفاسُ من تسألها
من ذا يَرُدُّ النَّفْسَ عن رغباتها
ومتى يلينُ من الخليِّ فؤاده
ويقول لي قلبي: رويدك! في غدِ
ويهجُرُ الظِّمأَ القديمَ ولن ترى
حتَّى إذا طلَعَ الصُّبْحُ رأيتني
وتحمَّلَ القَلْبُ الجريحُ دلاله
وإذا هتفتُ: "بدار، هذابيتنا"
فانفضْ مشاغلِكَ الصغيرة وانفضْ
واعطفْ هواك فكلُّ حبِّ هالكُ
إنَّ التذللَ في هواه عِزَّة
يا حامل الشُّوقِ القديمِ، وقلبه
للشُّوقِ أجنحةٌ فلذَّ بجنابه:
واسكبْ دموعِ الحَبِّ إن تكِ راغبًا
وإذا ظمئتُ إلى المحاسنِ فاغترِفْ



في الكونِ إلا سَبَّحْتَ بجلاله
قد أوجفوا بضلالهم وضلاله
أنوارُ أحمَدَ فاحتَمى بظلاله
أضحى يقاتل راضياً بقتاله
وجبال مَكَّةَ من جميلِ خلاله
ويسلِّمُ البَلغَاءُ دون مقالهِ
وهو الحليمُ، وأذعنتُ لرجاله
ما مُلكَ قيصرَ؟ ما اهتزازِ نصالهِ؟
ويُصدِّعُ الطُّغَيانَ تحتِ نبالهِ
مما يرى من عزَمه ونضالهِ

ونزلتُ مغترباً على أنذاله
شبرٌ وبين القبرِ في أهوالهِ
فالجأُ إلى كنفِ الرِّسولِ وآلهِ

واستأسدتُ حُمُرَ على ربِّبالهِ
فالعينُ باكيةٌ على أطلالهِ
ربَّاهُ أين الصِّيدُ من أبطالهِ؟
والبومُ يصبحُ ناعباً بجبالهِ
فانفخُ دماءَ العزِّ في أوصالهِ

٥ شاعر وأديب مغربي.

هتف الأُميينُ: "اقرأ" فما من ذرَّةٍ
شَمَسَ الزمانُ وقد رأى أبناءه
حتى استدار فلانَ حين تكشَّفتُ
لما رأى الحقَّ استبانَ سبيلهُ
عرصاتٍ طيبةٍ أورقت من طيبهِ
يتصاعغرُ الشعراءُ دون بيانهِ
وعنَّتْ جباهُ المالكين لبأسهِ
ما عرشُ كسرى اليومَ؟ ما إيوانهِ؟
يتفياً المُستضعفونَ ظلالهِ
ويرنِّحُ الباغي، ويُقصِرُ عُنوةً

رحل الأحبَّةُ وانطوت أعمارهم
وذوى الشبابُ فليس بينك والردي
ضاقَتْ بك الدنيا وأنكرتُ الوري

مولاي، جلَّ الخطبُ وانتَهك الحمى
هممُ الرِّجالِ ذوتْ وغاض بهاؤها
هتفتُ مخدَّرةً وقد نرفتُ دماً:
تستنزلُ العُصمَ الشَّوامخَ من ذرى
ربَّاهُ، تلك دماؤنا تروي الحمى



إن عمر الخيام له السبق والشهرة بمعالجته حل المعادلات التكعيبية عن طريق علم الهندسة، فحصل على أحد جذورها على اعتبار أنه الإحداثي الأفقي لنقطة في تقاطع دائرة بقطاع مخروطي.

حراه

بل أصبح علامة الزمان في الطبيعة والرياضيات وعلم النجوم والفلك.. لذا ندبه ملك شاه السلجوقي مع جماعة من العلماء، لتعديل تقويمه السنوي، عام ٤٦٧ هجرية. وقد كانت نتيجة عملهم تقويمًا قيل إنه لا يخطئ إلا يومًا واحدًا كل ٣٧٧٠ سنة، أي أنه أدق كثيرًا من تقويمنا الحالي الذي يخطئ بمقدار يوم واحد كل ٣٣٣٠ سنة. وفي نفس الوقت كان عمر الخيام حجة في الدين والفقہ، بل ويرجع له الفضل الكبير في وضع أصول قراءة القرآن الكريم، فضلاً عن أنه كان ضليعًا في اللغة العربية متعمقًا في أسرارها.. وقد تميز شعره ورباعياته بتضمنها الكثير من الحقائق العلمية، فضلاً عن سماتها الخلقية واتصافها بصبغة الفلسفة والحكمة.

الخيام ورباعياته

إن قلة من المسلمين ينظرون إلى رباعياته المشهورة فقط، دون باقي كتبه وعلمه وما وصل إليه في مجالات كثيرة، فيرون أنه شاعر مستهتر في دينه وخلقه، حر النزعة، إباحي المذهب، على الرغم من أن شعره مثل شعر كثير من الصوفية؛ مشحون بعبارات رقيقة ووجدانية تحتمل التأويل على طريقة الصوفية في الرمز والألغاز، لكن مهما اختلف الحكم عليه إلا أنه لا يمكن لأحد أن يقلل من موهبته وشاعريته الفذة.

لقد اصطبغت رباعياته -وما أكثرها- بالطابع الصوفي الوجداني الذي يحث الناس على تنزيه النفس الإنسانية بتطهيرها من المؤثرات المادية والحسية، وتحريرها من الطمع الدنيوي الذي يعوقها عن الاعتقاد الحق، ويسمو بها في السماوات العلى. ولذلك نظر إليه بعين الإجلال والإعظام من معاصريه، وقد كان ملك شاه السلجوقي يُجلسه على كرسي خاص بجانب عرشه في ليالي مسامرتة وأنسه.



بالرياضيات ولاسيما الجبر".

ولد الخيام في نيسابور عاصمة خراسان في عهد السلطان أرطغرل أول ملوك السلاجقة عام ١٠٤٤هـ/١٠٤٤م، وتوفي عام ٥١٧هـ/١١٢٣م في عهد السلطان سنجر. والجدير بالذكر أن شعره اشتهر برباعياته التي ترجمت إلى لغات مختلفة نظماً ونثراً، وقليل ممن يلمون بشعره يعرف إبداعه الملحوظ في العلوم المختلفة، مما دعا علماء الشرق والغرب على السواء، إلى تلقيبه بـ"علامة الزمان".

إن الخيام نشأ نشأة فاضلة هذبته حتى أصبح حكيمًا من حكماء الإسلام وفيلسوفًا من الفلاسفة الأعلام،

وقد عدد رباعياته المؤلفون؛ فبعض المؤرخين اعتبرها في عدد لا يزيد على ثلاثين أو أربعين، ذات دلالة مهمة في النهضة الإسلامية، وبعضهم زاد على ترجمة مئات من الفارسية، وقلّة من المؤرخين أكد أن عددها يربو على الألفين أو أكثر.. ومعظم الباحثين في شعره ورباعياته قد تعارضوا في تحديد ماهيته، فمنهم من وصف فلسفته قائلاً إنه أبيقوري (Epicurus) النزعة والميول، ومنهم من قال إنه إباحي ومستهتر بتعاليم الإسلام وأحكامه، ومنهم من وصفه بأنه معرّي المذهب، كما طعن فيه بعض الناس بأنه دهري، وزعم بعضهم أنه تناسخي، وظن الكثير أنه باطني، ووصفوه بالتشاؤم والجبرية، وادعى آخرون أنه نائر على كل شيء؛ كالدين والأخلاق والعقل.

ولكن حقيقة شعره إذا أحسن تفسيرها وتأويلها، نجد له أبعاداً روحية وانعكاسات صوفية، ولكن أفهام الناس تختلف في أمثال هؤلاء العباقر، كما اختلفوا من قبل في شخصيات عميقة ملغزة مثل محيي الدين بن عربي، وجلال الدين الرومي، والذين اقترب من قامتهما عمر الخيام شعراً وعلماً وإحساساً، بدليل أن مؤلفاته وخاصة رباعياته، ما زالت تترجم وتطبع بكل لغات العالم.

ويرى الكاتب "حسن سليمان" أن المشكلة التي وقع فيها بعض الشعراء العرب، ترجع إلى اعتمادهم ليس على الفارسية التي كتب بها عمر الخيام أشعاره ومؤلفاته، بل على ترجمة "فيتزجيرالد" الشاعر الإنجليزي لتلك الرباعيات التي نشرها عام ١٨٥٦م، ونشرها في الشرق والغرب على أوسع نطاق، واعتمد معظم أدباء الشرق على هذه الترجمة، ولم يعرفوا عمر الخيام إلا على ضوء الرباعيات المترجمة على يد الشاعر الإنجليزي الذي صاغها ثانية شعراً.

عمر الخيام الرياضي

قدم المسلمون فترة ازدهار حضارتهم إسهامات رائعة في تطوير علم الجبر وفي نظام الأعداد الحالي، كذلك أدخل مسلمو الغرب الرمز إلى الجبر، كما تشهد على ذلك أعمال العالم الأندلسي "القليدس" في كتابه "كشف الأسرار عن علم حروف الغبار". وعلم الجبر هو علم إسلامي، فبالرغم من أن "ديوفنطس" (Donphan) السكندري ناقش حل معادلات الدرجتين الأولى

والثانية، إلا أنه لم يكن به نظام عددي سهل بني عليه حلوله. وقد استخدم المسلمون أفكار ديوفنطس وأفكار الهنود إلى جانب نظامهم الخاص بالأعداد، لتطوير الجبر وإدخال اسمه، وقد بدأ استخدام الرموز في الجبر بأخذها من حروف الهجاء عندهم.

وقد برع الخيام في علم الجبر، وكان موهبة علمية فذة، لها قدرة على الربط والتنظيم والتنسيق، فهو من الرواد القلائل الذين صنفوا المعادلات بحسب درجاتها وبحسب عدد الحدود التي فيها، ولئن كانت المعادلة البسيطة ذات الحدين (ص=س) و(س=س) بأشكالها الستة المعروفة منذ عصر الخوارزمي، إلا أن التوسع في تقسيم المعادلات وتصنيفها لم يتقدم كثيراً قبل الخيام.

كذلك تمكن الخيام من حل المعادلات من الدرجة الثالثة والرابعة، وفرّق بين الحساب والجبر، وأثار وجود مثل هذا الحل في معادلات الدرجة الثانية، إلا أن جهوده قد ذهبت سدى. ومن الجدير بالذكر أن أبا الريحان البيروني قد توصل إلى حل المعادلات التكعيبة بطرق جبرية، ولكننا للأسف نجهل الطرق التي استعملها، إذ لم يصل إلينا شيء منها. أما الخيام فإنه لما أخفق حيث أفلح البيروني، فقد استعان بالهندسة، فكان قبل أن يباشر الحل الهندسي لمعادلة ما في الدرجة الثالثة، يعتمد على كتابة كل معادلة على صورة متجانسة.. وقد عالج الخيام خمسة وعشرين نمطاً من المعادلات التكعيبة، بالإضافة إلى المعادلات التي تكون فيها المجاهيل مرفوعة إلى قوة سالبة، كما قام بتصنيف هذه المعادلات إلى سبعة وعشرين نوعاً، ثم عاد فقسّمها إلى أربعة أنماط يتألف النمط الرابع منها إلى ثلاثة صنوف. لقد اهتم الخيام اهتماماً خاصاً بالمقدار الجبري وهو

يبحث في علم الجبر، وكان أقلدس قد حل فقط المقدار الجبري ذا الحدين مرفوعاً إلى قوة أس اثنين، فابتكر عمر الخيام نظرية ذات الحدين المرفوعة على أس أي عدد صحيح موجب. ينص "ديفيد يوجين سميث" في كتابه "تاريخ الرياضيات" على أن علماء الرياضيات في القرون الوسطى، وعلماء ما قبل القرون الوسطى، حلوا نظرية ذات الحدين، وهي التي بواسطتها يمكن رفع مقدار جبري ذي حدين على قوة معلومة. وفك إقليدس

المقدار الجبري ذا الحدين مرفوعاً إلى قوة أسها اثنان، ولكن عمر الخيام فك المقدار الجبري ذا الحدين مرفوعاً إلى أسس ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ...، (ن)؛ أي عدد صحيح موجب. ولذا اعتُبر مبتكراً "نظرية ذات الحدين"، كما حل الكثير من المعادلات ذات الدرجة الثانية.

لقد عكف عمر الخيام على البحث في عمل الجبر، فدرس المعادلات الجبرية من الدرجة الأولى والثانية والثالثة، وذلك في عام ٤٧١هـ/١٠٧٤م، وعالج المعادلات التكعيبية معالجة منهجية منتظمة نادرة في نوعها عبر العصور. واستخرج الجذور لأية درجة، ومن هنا لا يكون غريباً أن يقول المستشرق "أريك بل" في كتابه "تطور تاريخ الرياضيات": "إن عمر الخيام حل المعادلات الجبرية ذات الدرجة الثالثة بطريقة هندسية أبدع فيها، فوصل إلى درجة من النضج الرياضي لم يسبقه إليها أحد". كما يذكر "عز الدين فراج" في كتابه "فضل علماء المسلمين على الحضارة الأوربية": "أن عمر الخيام له السبق والشهرة بمعالجته حل المعادلات التكعيبية عن طريق علم الهندسة، فحصل على أحد جذورها على اعتبار أنه الإحداثي الأفقي لنقطة في تقاطع دائرة بقطاع مخروطي". وقد نشر العالم الفرنسي "وبك" عام ١٨٥١م كتاب الخيام في الجبر موضعاً هذه الحقيقة.

واختصاراً، عالج عمر الخيام في رياضياته ثلاث قضايا مهمة في تطور الفكر الرياضي الأصيل خاصة بهندسة إقليدس. حاول الخيام أن يثبت بالبرهان خاصة التوازي التي وضعها إقليدس كمسلمة (أي تقبل بدون برهان).. وفي محاولاته كاد الخيام أن يتوصل على الهندسة الإقليدية التي توصل إليها بعد ذلك ببضعة قرون "لوباتشفسكي" و"ريمان"، إلا أنه استبعد ما يؤدي إلى ما يخالف الخاصة التي قال بها إقليدس، ولم يقبل إلا تلك الخاصة الإقليدية ثقة في حكمة إقليدس، ولأن الهندسة الإقليدية كانت تعتبر نمذجة للعالم الفيزيائي المحسوس مما أكسبها صورة الحقيقة المطلقة. وبالنسبة لمفهوم الأعداد الحقيقية، انتقد الخيام تعريف إقليدس للنسبة والتناسب، وتوصل إلى وجود أعداد غير قابلة للتجزئة إلى وحدات من أي نوع، وهي معروفة باسم الأعداد غير النسبية (مثل الجذور الصم)، مما وضعه على

عته الطريق إلى مفهوم الأعداد الحقيقية التي لم تتضح في الفكر الرياضي إلا في القرن التاسع عشر على يدي "ديديكيند" و"كانتور". وقد أشار الخيام في مناقشته للنسبة والتناسب إلى جوانبها التطبيقية في الفلك والموسيقى. وبالنسبة لحل المعادلات فيعتبر الخيام أول من صنف أنواع معادلات الدرجة الثالثة، ووضع لها حلولاً هندسية، مستخدماً المكعبات ومتوازيات السطوح. كما استخدم القطوع المخروطية الإهليلجي والهندولي (القطع الناقص والقطع الزائد) كمحال هندسية، في حين اقتصرت المحال الهندسية التي استخدمها الإغريق على الخطوط المستقيمة والدوائر.

ولم يكتف عمر الخيام بتطوير علم الجبر باعتباره علماً مستقلاً، بل اهتم بإدخال ذلك العلم على علم حساب المثلثات، لذا نجد أنه حل الكثير من المسائل المستعصية في علم حساب المثلثات مستعملاً معادلات جبرية، من ذات الدرجة الثالثة والرابعة.. ولم يقف عند هذا الحد، بل تشعب اهتمامه حتى حوى علم الفلك. وفي عام ٤٧١هـ/١٠٧٩م استنتج عمر الخيام طول السنة الشمسية بما قدره ٣٦٥ يوماً وخمس ساعات و٤٩ دقيقة وخمس ثوان، مستعملاً في حساباته أرصاده المتناهية الدقة، ولذا لم يتجاوز خطؤه يوماً واحداً في كل خمسة آلاف سنة.. كما درس عمر الخيام بكل إتقان قاعدة توازن السوائل فتقحها، وحل الكثير من المسائل التي استعصت على من سبقه من علماء المسلمين. ■

(*) كاتب وباحث أكاديمي/ مصر.

المراجع

- (١) العلوم البحتة في الحضارة العربية الإسلامية، د. على عبد الله الدفاع، مؤسسة الرسالة، بيروت ١٩٨٣م.
- (٢) إسهام علماء المسلمين في الرياضيات، د. على عبد الله الدفاع، ترجمة: د. جلال شوقي، دار الشروق، القاهرة ١٩٨١م.
- (٣) الجامع في تاريخ العلوم عند العرب، د. محمد عبد الرحمن مرحبا، منشورات عويدات ط ٣، بيروت ١٩٨٨م.
- (٤) في تراثنا العربي الإسلامي، د. توفيق الطويل، عالم المعرفة، العدد: ٨٧، الكويت، مارس عام ١٩٨٥م.
- (٥) مكانة العلم في الثقافة العربية، د. سالم يفتوت، ثقافات، العدد: ١٨، جامعة البحرين ٢٠٠٦م.

كورونا.. حلفاء وأعداء

جبهة الحلفاء التي تساعد جهازك المناعي في التصدي لـ"كوفيد-19" بصورة أقوى وأسرع.

أ- النظام الغذائي المتوازن: يجب أن يتضمن النظام الغذائي الصحي كثيرًا من الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والحليب قليل الدسم، فكل هذه الأطعمة تساعد على تعزيز جهازك المناعي وقيامه بوظائفه بصورة أفضل. فالخضروات والفواكه الطازجة تُعد أغنى مصادر الفيتامينات، لذا احرص على تناول البرتقال والفلفل الأحمر والخس والملفوف.. فهي غنية بالفيتامينات والمغذيات ولا سيما فيتامين "سي" الضروري لوظائف جهازك المناعي، حيث يمكنك استهلاكها على شكل عصير، قبل الوجبات أو بين وجبتين.

البرقوق المجفف، والعنب البري، والتوت البري، والكرنب، والفراولة، والسبانخ؛ من أغني الأغذية بمضادات الأكسدة، إذا لم تستطيع تذكر هذه القائمة

ع
عندما يدخل فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) إلى جسم الإنسان، فإنه يدخل في سباق مع الزمن للوصول إلى خلايا الرئتين للتكاثر والانتشار من خلالها؛ وبمجرد أن يكتشف جهاز المناعة الفيروس المتسلل تشتعل بينهما حرب ضروس، يعتمد الانتصار فيها على الأقوى. لذا يجب عليك أن تعرف العوامل التي تؤثر في كفاءة جهازك المناعي؛ ما الذي يقويه وما الذي يضعفه؟ ما الذي يحبه جهازك المناعي وما الذي يبغضه؟ وهل تعرف جيداً حلفاءك وأعداءك في هذه الحرب القاسية؟

١- حلفاء جهاز المناعة

إلى جانب غسل اليدين بالماء والصابون بشكل متكرر لمدة ٣٠ ثانية كحد أقصى، والبعد مسافة متر واحد عن الأفراد؛ فإن تقوية الجهاز المناعي من أهم وسائل الوقاية في مواجهة "كوفيد-19"، ومن ثم تشكل العوامل التالية

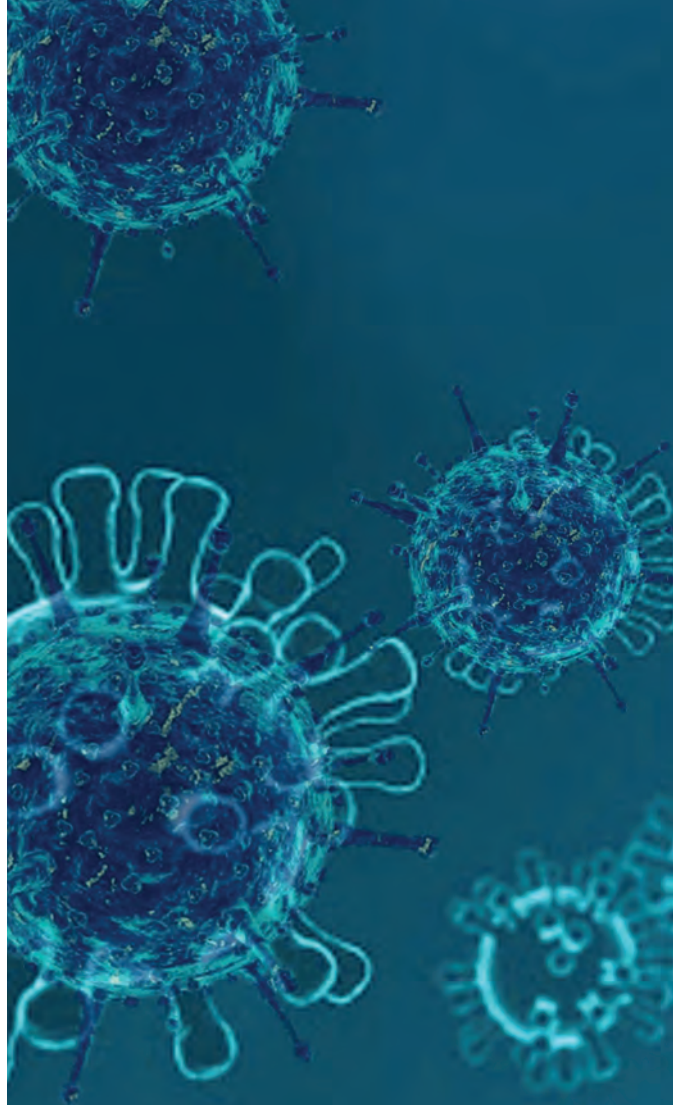
يحاول فيروس كورونا التثبيت بالغشاء المبطن للفم والحلق، مما يسبب الإحساس بالحكة أو الدغدغة في منطقة الحلق كأعراض أولى للاحتقان، لذا شرب الماء أو السوائل الدافئة تفيد في تحويل مسار الفيروس باتجاه الجهاز الهضمي وطحنه عبر الإفرازات الحمضية.

حراه

كوفيد-١٩ وتحويل مساره اتجاه الجهاز الهضمي، عوضاً عن الخلايا المبطنة لممرات الجهاز التنفسي، حيث يتم طحنه بواسطة الإفرازات الحمضية القاسية داخل المعدة. من جهةٍ أخرى؛ يقوم كوفيد-١٩ بتجفيف منطقة الحلق، لمنع وصول الخلايا المناعية إلى الحلق قبل أن تصل إلى الرئتين، فيما تعمل السوائل على زيادة حجم الدم بدورتك الدموية، ومنع تعرض الغشاء المبطن للحلق بالجفاف.. وهكذا يشكل التزود بالسوائل بشكل منتظم عوناً ثميناً لجهاز المناعة، وبالتالي لمكافحة كوفيد-١٩ عليك بشرب جرعة وفيرة من الماء كل ساعة أو أقل من ساعة على سبيل الاحتراز، على أن يكون الماء فاتراً أو دافئاً وليس بارداً، ويفضل إضافة قليل من عصير الليمون إلى الماء.

ج- الهواء النقي والبيئة النظيفة: جهازك المناعي يحب الهواء النظيف، اخرج للمشي في مكان مفتوح، فاستنشاق الهواء النقي يمنحك الفرصة على كسر الروتين، وتغيير درجة حرارة جسمك وزيادة نبضات قلبك؛ ما يعمل على تقوية جهاز المناعة، كما أن الممرات الأنفية تستفيد من استنشاق الهواء النقي بسبب تحسن رطوبتها؛ ما يجعلها أقدر على وقاية الجسم من الإصابة بـ"كوفيد-١٩". كما يؤدي عدم الاهتمام بنظافة الجسم إلى تعريضه للمزيد من الجراثيم والبكتيريا، مما يسبب ضعف جهاز المناعة. وينطبق هذا أيضاً على نظافة المنزل والبيئة التي تتواجد فيها.

د- الرياضة والحركة: أثناء ممارسة الرياضة يزداد تدفق الدم الذي يعزز عملية طرد النفايات السامة من الجسم، كما أنه يعزز الدورة الدموية المحملة بالأجسام المضادة وخلايا الدم البيضاء الهامة، لمكافحة الأمراض المعدية، ويساعد في حمل الخلايا المناعية وإيصال قوات الجهاز



فيجب أن تختار مجموعة الفواكه والخضراوات ذات اللون الأخضر الداكن، لأنها كفيلاً بتزويدك بكميات وفيرة من "مضادات الأكسدة" و"الفيتامينات".

أيضاً استهلاك التوابل المضادة للعدوى بسخاء وبانتظام، يؤدي إلى تزويد الجسم بمواد مضادة للعدوى تقتل الفيروسات إذا دخلت إلى الجسم، لذا احرص في الأطباق المطبوخة والسلطات، على استعمال التوابل التالية: الثوم، البصل، الكراث، الزعتر، إكليل الجبل، المريمية، الحبق، الغار، الكمون، مردقوش.. إلخ.

ب- الماء والسوائل الوفيرة: مثل جميع الفيروسات التنفسية يحاول كوفيد-١٩ التثبيت بالغشاء المبطن للفم والحلق، وهذا ما يسبب الإحساس بالحكة أو الدغدغة في منطقة الحلق كأعراض أولى للاحتقان والالتهاب، لذا شرب الماء أو السوائل الدافئة يفيد في مثل هذه الحالات عموماً وفي هذه المرحلة بشكل خاص؛ لقطع الطريق على

الجروح بشكل أسرع، ومجمل تلك التفاعلات يعمل على تحسين الاستجابة المناعية وتقوية كفاءة جهازك المناعي.

٢- أعداء جهازك المناعي

في فترات نفسي الجائحات والأوبئة، يتوجب عليك -أكثر من أي وقت- أن تحافظ على جهازك المناعي في كامل قواه وجاهزيته، كي ينجح في مواجهة أي هجوم مُحتمل. في سبيل ذلك؛ عليك أن تتبعد عن العوامل التي يمكن أن تضعفه أو تسبب خللاً في وظائفه.

أ- السموم والعادات السيئة: التدخين، وتناول الأطعمة التي تحتوي على كثير من السكر والمشروبات المنبهة، والأطعمة المسبكة، جميعها من العادات السيئة التي يمكن أن تؤدي إلى إضعاف وظائف المناعة لديك. هذه العادات تسمم جسمك بفيض من الشوائب والسموم



التي تُرهق جهازك المناعي، وتبدد جزءاً كبيراً من طاقته في محاولة تخليص جسمك منها. وانشغال جهازك المناعي بمهام التنقية والتخلص من السموم، لا بد أن يقلل من كفاءته ويضعف جاهزيته. فجسمك حينئذ يعمل جاهداً للتخلص من كل المواد الضارة التي حشوتها بها، وآخر ما تحتاجه لمقاومة فيروس فتاك مثل كوفيد-١٩، أن تشتت قوات جهازك المناعي، وتبدد جزءاً كبيراً من طاقته في ملاحقة السموم وتخليص جسمك منها.

إذا أردت أن تقوي جهازك المناعي، فإن آخر ما يجب أن تفعله هو أن تتناول الوجبات السريعة الجاهزة (Junk Food)؛ مثل سندوتش سجق أو برجر، زجاجة صودا أو أحد عبوات المشروبات الغازية، أو أن تتعاطى فنانج قهوة مصحوباً بسيجارة.. فالاستخدام



المناعي إلى جهازك التنفسي المستهدف من كوفيد-١٩، أما الكسل فيضر بمناعتك ويجعلك أكثر عرضة للإصابة. فممارسة الرياضة بشكل مستمر، هي أحد الخيارات الممتازة في برنامج تعزيز جهازك المناعي، سواء كان ذلك عبر ممارسة الجري أو الهرولة أو مجرد المشي الخفيف، أو غير ذلك من الرياضات.. لذا احرص على ممارسة الرياضة لثلاثة أيام في الأسبوع، لمدة لا تقل عن ٢٠ دقيقة في اليوم، فهذا يجعل جهازك المناعي في أفضل حالاته.

هـ- الفكاهة والضحك: ترفع روح الدعابة من مقدرتك على محاربة العدوى، وذلك من خلال إفراز الأجسام المضادة وتعزيز تواجد الخلايا المناعية. فعندما تضحك يزيد عدد الخلايا الطبيعية القاتلة (Natural Killer Cells) التي تدمر الأورام والفيروسات والخلايا التائية (T-cells) الهامة لجهاز المناعة، وخلايا البائية (B-cells) التي تفرز الأجسام المضادة، كما يحفز الضحك إفراز البروتينات التي تحارب العدوى (Gamma-interferon).

ومن جهة أخرى يقلل الضحك من معدلات ضغط الدم، ويرفع من معدلات الأوكسجين، ويساعد على التام





المفرط للسكريات يضعف بدرجة كبيرة قدرة خلايا الدم البيضاء، كما أن حرق السكر الزائد المتوفر في المشروبات الغازية، يستهلك نسبة كبيرة من الفيتامينات في الجسم، ما يؤثر سلبيًا على جهاز المناعة ويضعفه.

يحدث ذلك أيضًا عندما تتناول الأطعمة الدسمة والدهنية، والأطباق المسبكة والمقلية.. كل هذه الأطعمة سيئة السمعة، مليئة بالجزئيات الحرة المؤكسدة والمواد الكيميائية التي تدمر وتضعف جهازك المناعي.

إذا كنت من المدخنين فأنت أكثر عرضة من غيرك للإصابة بالأمراض المختلفة، كنزلات البرد، والصداع الشديد، واحتقان الزور وغيرها؛ لأن السجائر تدمر

مناعة جهازك التنفسي وتؤدي إلى تكوين الجزئيات الحرة المؤكسدة (Free Radicals) وهي جزئيات تدمر خلايا المناعة، وتشجع على حدوث التحولات السرطانية للخلايا. لذا فإن الإقلاع عن التدخين لا تقتصر فائدته فقط

على إعطاء جسمك فرصة للتخلص من السموم، ولكنه يمثل خطوة إيجابية لإعادة بناء قوات جهازك المناعي وتحسين مستوى جاهزيتها وكفاءتها. كذلك الإفراط في

تناول القهوة والشاي والأنواع المختلفة للمياه الغازية، يؤدي إلى إلحاق الضرر بجهازك المناعي، لذا يفضل التقليل من تناولها وبالأخص في فترات الليل.

لا تختبئ السموم فيما تأكله أو تشربه فحسب، بل فيما تنفسه أو تلمسه أيضًا؛ إذا تواجدت لفترة طويلة في بيئة ملوثة بعوادم السيارات أو أبخرة المصانع، من الأفضل أن تشرب كوبًا كبيرًا من الماء وعصير الليمون، وأن تستحم بالماء البارد أو الساخن فور عودتك إلى البيت، فتغيير درجة حرارة المياه أثناء الاستخدام بين الحار والبارد،

يساعد على إعادة ضبط حرارة الجسم وتدفق الدم. كما أن التدليك يساعد أيضًا على تقوية جهاز المناعة.

ب- التوتر المزمن والضغط العصبي طويل الأمد:
بالإضافة إلى الإصابة بمشكلات صحية أخرى، مثل أمراض القلب والسكري، الإجهاد العصبي والضغط النفسي يمكن أن يجعل الجسم أكثر عرضة للعدوى، ويتجاهل كثير من الأشخاص هذا الأمر على الرغم من تأثيره المؤكد على الجهاز المناعي.

يتسبب القلق والتوتر والإجهاد الشديد في إفراز الأدرينالين والكورتيزول، وهما هرمونان قد يضعفان جهازك المناعي، حيث يقلل الكورتيزول من إنتاج البروستاغلاندين الجيد الذي يدعم وظائف المناعة. وبالتالي فإن الأشخاص الذين يعانون كثيرًا من الإجهاد النفسي، هم الأكثر عرضة للإصابة بالفيروسات. إذا لاحظت أنك تصاب بنزلات البرد أكثر من ذي قبل، فقد يكون السبب كامنًا في توترك المزمن، وتأثرك ببعض الأفكار السلبية، والمشاعر الحزينة، وسوء تصريف انفعالاتك، ومع مرور الوقت تضعف مناعتك.

تساعد تمارين الاسترخاء، وممارسة التأمل، والصلاة، والرياضات الروحية عمومًا، على استعادة شعورك بالسيطرة والتحكم، والحفاظ على قوة جهازك المناعي.

بشكل عام، كلما نجحت في تصريف الانفعالات السامة، وأحسن التعامل مع عواطفك وأفكارك، زادت قدرتك على التخلص من التوتر وحل المشكلات. وعلى الرغم من أن ذلك لن يقلل بالضرورة من فرصة إصابتك بـ "كوفيد-١٩"، إلا أنه جدير بالمحاولة. ■

(*) طبيبة متخصصة في علم الميكروبيولوجيا الطبية والمناعة / مصر.

hiragate.com



إذا أردت لعناية الله أن تستمر بالهطول عليك في نجاحاتك، فتخلّ عن ادعاء الفضل لذاتك، اعمل على محو "الأنا"، وانسب الفضل إلى صاحب الفضل، وتواضع أمام الله.

الموازين

أثر العقيدة

في بناء الشخصية السوية

للعقيدة دور مهم في تقوية عزائم الإنسان، ودور أكبر في صناعة الإنسان الناجح الذي يسهم إسهامات إيجابية في بناء مجتمعه. فالعقيدة هي أساس صلاح المجتمعات، وأساس صلاح الأسر، وأساس صلاح الأفراد، وإذا استطعنا تربية جيل عقيدته سليمة وقوية، ورُكزت العقائد الصحيحة في قلبه ووجدانه، فإننا حينها نستطيع صناعة الإنسان الذي يقوم بدور فعال في صناعة مجتمع إسلامي متميز مثالي.



بالعقيدة السليمة القوية يمكننا تربية جيل قوي يمكن أن يساهم إسهامًا كبيرًا في بناء المجتمع على الأسس الصحيحة السليمة التي وضع قواعدها القرآن، وطبقها سيدنا محمد ﷺ، وعاشها الصحابة الكرام ﷺ، وتناقلها التابعون.

حراه

ومنشأه، ويعرف الكون من حوله، ويؤمن أن له ربًا خلقه فسوّاه فعدّله، وعلمه البيان، ومنحه العقل والإرادة، وأرسل إليه الرسل، وأنزل له الكتب، وأقام عليه الحجة، وعرفه الغاية والطريق.

ويعرف أن هذا الرب لم يجعل بينه وبين عباده واسطة في عبادته، وأن حقّه على عباده أن يعبدوه ولا يشركوا به شيئًا.. فما هي الطرق والسبل التي تؤدي إلى تركيز المعتقدات الصحيحة في نفوس الناس؟

معتقدات نفوس الناس

إن المعتقدات التي تسلك إلى نفوس الناس تكون من طرق، منها ما هو منطقي سليم، ومنها ما هو مقبول مع تطرق الاحتمال، ومنها ما هو مزيف مرفوض. أما المنطق السليم، فهو ما يسلك مسالك اليقين "مسلك الاستنتاج العقلي، فالعلم اليقيني، فالاعتقاد الراسخ". وأما المقبول الذي يتطرق إليه الاحتمال، فهو ما يسلك مسالك الظنون الغالبة. وأما المزيف المرفوض، فهو ما يسلك مسالك الشكوك والأوهام والتقاليد العمياء.

الطريق الأول هو طريق اليقين، وفيه أربعة مسالك، وهو الطريق الحق في التعرف على الحقائق واكتساب الاعتقادات: مسلك الإدراك الحسي، فالعلم اليقيني فالاعتقاد الراسخ. ومسلك الاستنتاج العقلي، فالعلم اليقيني، فالاعتقاد الراسخ، "معرفة الله عن طريق الأدلة العقلية". ومسلك الخبر الصادق، فالعلم اليقيني، فالاعتقاد الراسخ. ومسلك الإشراق الروحي (الفترة السليمة)، فالعلم اليقيني، فالاعتقاد الراسخ.

والطريق الثاني هو طريق الظنون الغالبة، والتي يجري الاعتقاد بها، والعمل بموجبها، حتى يأتي ما

فكيف يمكن صناعة هذا الإنسان؟ وهل العقيدة وحدها كافية لصالح الإنسان وتعزيز القيم في نفسه؟ وهل فعلاً إذا صلح الإنسان صلح المجتمع؟ وما هي الطرق التي تؤدي إلى تركيز المعتقدات في نفوس الناس؟ وما هي أهم الوسائل التي يمكن من خلالها غرس العقائد القوية المنشئة لأجيال صالحة ومصلحة؟

العقيدة وصلاح الإنسان

حقيقة إن موضوع العقيدة وتثبيتها في النفوس، ينبغي الاعتناء به أيما اعتناء، لما له من دور مهم في صناعة الإنسان وصلاحه، ولذلك فإن القرآن الكريم في العهد المبكي ركز بشكل كبير على تركية النفوس بالتوحيد، والإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر، والإيمان بالقدر خيره وشره، فتعميق الركائز الإيمانية في النفوس ومعرفة الخالق ﷻ، ومعرفة أصل الإنسان وخلقته، ودوره في الحياة، والحكمة من خلقه، ومصيره، وما يكون بعد الموت، وحق خالقه عليه، وغير ذلك من الأمور الغيبية كالملائكة، واليوم الآخر، والجنة والنار، والصراف، والميزان، وغير ذلك من قضايا العقيدة لها أثر بارز في صلاح الإنسان الذي بصلاحه تصلح الأسر وتصلح المجتمعات. هذا الإنسان الذي يحفظ الله به نظام الوجود، وبه يرحم جميع الوجود، وبه صلاح جميع الوجود، وهو حياة جميع الوجود، وبه قيام جميع الوجود.

وقد عمل النبي ﷺ على تركيز العقيدة في نفوس الصحابة، لمعرفته بأثر ذلك في صناعة الإنسان، ولذلك فعندما بعث ﷺ معاذًا ﷺ إلى أهل اليمن، قال له: "فليكن أول ما تدعوهم إلى أن يوحدوا الله تعالى، فإذا عرفوا ذلك فأخبرهم أن الله فرض عليهم خمس صلوات في يومهم وليلتهم" (متفق عليه).

خيرية الأمة متعلقة بصلاح الإنسان

خيرية الأمة تستلزم صلاح العقيدة، وصحة العقيدة تستلزم صلاح الإنسان.. ومن خلال العقيدة الصحيحة المستفادة من الكتاب والسنة يعرف الإنسان حقيقته

يعدلها أو يزيلها، ولا يعتبر منكراً جاحداً ولا فاسقاً، وقد نعتبه فاسقاً، مثل بعض أحاديث الأحاد الواردة في علامات الساعة وأمور الآخرة. وهذا الطريق له نفس مسالك طريق اليقين مع عدم بلوغها درجة القطعية، وإنما تصل إلى حد غلبة الظن.. وهذا طريق مقبول إجمالاً في العمل وفي العقيدة غير الجازمة، الكافية لدفع الإنسان إلى العمل، حتى يأتي ما ينقض نتائجها أو يعدلها أو يظهر فسادها.

الطريق الثالث هو طريق الأوهام والشكوك والتقاليد العمياء، ولهذا الطريق مسالك كلها وهمية وخيالية براءة، تعتمد على خداع وهمي، أو على عصبية ممقوتة، ولذلك فهو طريق مرفوض لا يقبله أي ذي عقل سليم ومنطق منصف.

الآثار المعرفية والسلوكية للعقيدة الصحيحة

من أهم ما ينبغي أن نعننى به ونحن نتحدث عن صلاح الفرد، هو معرفة العقيدة باعتباره غرضاً مطلوباً لذاته أولاً، ثم باعتباره غرضاً مطلوباً لغيره من جوانب الصلاح الإنسانية التي تتحقق بوصفها آثاراً لتلك العقيدة الصحيحة، وإن من بين أهم الآثار للعقيدة السليمة القوية ما يلي:

أ- عقيدة الإسلام والحرية: لا شك أننا إذا قارنا الإسلام بغيره من المذاهب والملل والنحل والفلسفات، فسنجده الأكثر التزاماً بمبدأ الحرية. فالإسلام جاء دعوة تحريرية كبرى لتحرير الإنسان من كل عبودية لغير الله تعالى؛ جاء لتحريره من عبوديته للشيطان، ومن عبوديته للإنسان، ومن عبوديته للأوهام، بل من عبوديته لنفسه وهواه، فلا يعبد إلا الله، ولا يشرك به شيئاً، ولذلك فقد أكد النبي ﷺ برسائله إلى الملوك والأمراء هذا المعنى، بحيث كان يدعوهم إلى الإسلام، ويقول في رسائله إليهم بهذه الآية الكريمة: ﴿قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ أَلَّا نَعْبُدَ إِلَّا اللَّهَ وَلَا نُشْرِكَ بِهِ شَيْئًا وَلَا يَتَّخِذَ بَعْضُنَا بَعْضًا أَرْبَابًا مِنْ دُونِ اللَّهِ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُولُوا اشْهَدُوا بِأَنَّا مُسْلِمُونَ﴾ (آل عمران: ٦٤).

ب- العقيدة والوازع الذاتي عند الفرد: إن العقيدة الصحيحة تتضمن المعرفة الصحيحة بالله ﷻ، ومن أعظم آثارها حب الله والخوف من الله، وهذه الآثار يترتب عليها آثار أخرى، وهي مراقبة الله ﷻ في السر والعلن ووجود الوازع الديني والأخلاقي. ومن المعلوم أن إيجاد الوازع الذاتي عند الفرد يعد مشكلة كبرى تعاني منها النظم والقوانين الدولية؛ فإنه مهما أقيمت ودونت القوانين بدون وازع ذاتي فإن المجتمع لا يستقر، لأن المجتمع ليكون مستقرًا، فلا بد من أن يكون الوازع الذاتي موجوداً عند معظم الناس، لكن إذا كان الوازع الذاتي غائباً عند غالب الناس، يؤدي ذلك إلى انتشار الفساد الذي يهدد المجتمعات بالزوال والانهار.

فالعقيدة -إذن- يتفرع منها العبادة والأخلاق والمعاملة، ويتفرع منها الجزء الذي يهم كل الناس وهو كيف يكون هذا الفرد عضوًا صالحًا في المجتمع، ويكون لديه وازع ذاتي يجعله لا يهدد أمن ولا سلامة ولا استقرار الآخرين إلى غير ذلك. فما الذي يمنع المسلم من الغش والسرقة وأخذ الرشوة؟ إنه الدين الذي حرم الرشوة، وحرم السرقة، وحرم الغش، وحرم كل ما يؤدي إلى فساد المجتمعات وفساد الإنسان. للأسف، لو أن المسلمين اليوم رجعوا إلى دينهم وعقيدتهم وأصولهم العقدية والأخلاقية، لكانوا أفضل الأمم وأقواها، لكن الهوى والنفس ووسوسة الشيطان تفسد على المسلم دينه وعقيدته، فما أحوجنا في هذا الزمن إلى مقاومة هذه الفتن!

ج- أثر العقيدة في تكوين شخصية المسلم العامة: عقيدة الإسلام تستطيع أن تبني لنا إنساناً صالحاً له سمات بارزة، ومن أهمها البصيرة، والعزة، والتمسك بالحق، والمجاهدة، والرضا النفسي والاطمئنان القلبي، وإدراك غاية الحياة، والأوبة إلى الحق، وموافقة الفطرة، والتوسط، والاعتدال، والتسامح، والصبر، والواقعية. ومن آثار ضياع العقيدة السليمة القوية، المعيشة الضنك، قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ

مَعِيْشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴿طه: ١٢٤﴾.

إن العقيدة الإسلامية تعلّم المسلمين أنه من أحيا نفسًا واحدة فكأنما أحيا الناس جميعًا، ومن قتل نفسًا واحدة فكأنما قتل الناس جميعًا؛ فالمجتمع الذي لا عقيدة له ولا دين له غالبًا ما يكون مجتمعًا مليئًا بالأمراض النفسية، ما يؤدي إلى فساد الأفراد، وهو ما يؤدي حتماً إلى فساد المجتمع.

ولعل شيوع الكراهية والبغضاء بين الناس وعدم الرضا، والتفاوت الطبقي، هو بسبب تزعزع عقيدة القضاء والقدر في قلوب الناس، وعدم قناعتهم بما قسم الله لهم من رزق.

فمن لا يمتلك عقيدة سليمة قوية ثابتة، يعيش ظالمًا لنفسه ولغيره من المخلوقات، فهو لا يعرف لذي حق حقه، فالذي لا يعرف العقيدة الإسلامية يسخر نفسه لغير ما خلقت له، ولا يعبد ربه، بل يعبد غيره من شهوات.

في الختام

إن العقيدة الصحيحة تزيد الإنسان خشية وبعداً عن المعاصي، فالإنسان صاحب العقيدة السليمة القوية تزداد خشيته لله تعالى، فكلما ازدادت معرفة العبد بالله ازداد خشية، وكلما خاف العبد ربّه ابتعد عن ما نهى عنه والتزم حدوده.. فكيف يعصي المسلم الله سبحانه وهو يعلم أن الله بصير به، سميع له، رقيب عليه! ولا يخفى ما لذلك من أثر في صلاح المجتمعات.

إن للعقيدة أثراً مهماً وكبيراً في تقوية الترابط بين المجتمعات، مهما اختلفت عاداتهم وثقافتهم وأفكارهم وطرق عيشتهم، ومهما ابتعدت المسافات بينهم.. فعقيدتنا الإسلامية علمتنا أن رابط الدين أقوى من أي رابط آخر.

كما أن العقيدة الصحيحة حصن للإنسان من الفتن والشبهات؛ فالعقيدة السليمة القوية لها أثر كبير في الوقاية من فتن الشبهات التي تهدم الأسر والمجتمعات. والرابطة العقائدية هي أهم الأسس التي يقوم عليها المجتمع المتراسل المسلم، لأن عقيدة الإسلام أبطلت

جميع الاعتبارات التي يمكن أن تهدم أخوة الدين، فعلاقة الأخوة في الدين علاقة حقيقية تزيد على علاقة الدم والنسب وتفضلها، وقد كان الإسلام بذلك أول من أقام مجتمعاً على أساس رابطة روحية يجعل لها الاعتبار الأول، ويعتمد عليها في تقرير الحقوق والواجبات، قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ (الحجرات: ١٠).

وختاماً نقول، بالعقيدة السليمة القوية يمكننا تربية جيل قوي يمكن أن يسهم إسهاماً كبيراً في بناء المجتمع الإسلامي على الأسس الصحيحة السليمة التي وضع قواعدها القرآن الكريم، وطبقها سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة والتسليم، وعاشها الصحابة الكرام رضوان الله عليهم أجمعين، وتناقلها التابعون، وسيحييها أبناء هذه الأمة لا محالة. ■

(*) جامعة مولاي إسماعيل، الكلية المتعددة التخصصات / المغرب.

المراجع

- (١) العقل والنقل عند ابن رشد، أبو أحمد محمد أمان بن علي جامي علي (ت ١٤١٥هـ)، الناشر: الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة، الطبعة: السنة الحادية عشرة، العدد الأول، غرة رمضان ١٣٩٨هـ/١٩٧٨م.
- (٢) الآراء العقيدية والكلامية للإمام عبد الجليل الديباجي، كان حياً (٤٧٨)، تأليف: الدكتور رشيد عمور، الناشر: الدار العالمية للكتاب، الطبعة الأولى: ١٤٣٩هـ/٢٠١٨م.
- (٣) الفكر الأشعري وأثره في ترسيخ قيم الوسطية ونشر قيم التسامح والتعايش، تأليف: الدكتور رشيد عمور، الطبعة الأولى: ١٤٣٩هـ/٢٠١٨م.
- (٤) صحيح البخاري، المحقق: محمد زهير بن ناصر الناصر، الناشر: دار طوق النجاة (مصورة عن السلطانية بإضافة ترقيم ترقيم محمد فؤاد عبد الباقي) الطبعة الأولى: ١٤٢٢هـ.
- (٥) صحيح مسلم، المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، الناشر: دار إحياء التراث العربي، بيروت.
- (٦) سنن الترمذي، الناشر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي، مصر، الطبعة الثانية: ١٣٩٥هـ/١٩٧٥م.
- (٧) العقيدة الإسلامية وأسسها، عبد الرحمن حسن حبنكة الميداني، دار القلم، الطبعة السابعة عشرة: ٢٠١٦م.

مثل غيره، لكن مع غياب القدرة على تمييز لون أو أكثر، حسب فئة عمى الألوان التي ينتمي إليها، ولنكن دقيقين أكثر بتسميته "ضعف رؤية اللون".

وعمى الألوان أو مشكلة رؤية الألوان، هي مشكلة وراثية تتواجد عند الإنسان منذ ولادته، حيث تحتوي الخلايا العصبية لشبكية العين على جزيئات تُعرف بـ"العصي"، وهي الجزيئات الحساسة للضوء، التي تساعد الشخص على الرؤية في الضوء الخافت، أما المخاريط فهي المسؤولة عن رؤية العين للألوان، وذلك لاحتوائها على مجموعة من الصبغات التي تتيح لخلايا المخاريط أن تستجيب للموجات الضوئية بأنواعها الثلاثة؛ القصيرة والمتوسطة والطويلة، ويؤدي حدوث اضطراب أو فقدان لأحد الصبغات الموجودة في المخاريط، إلى خلل في قدرة المصاب على رؤية الألوان في حالة تُعرف بعمى الألوان. ويُعدّ عمى الألوان المرتبط باللونين الأحمر والأخضر أكثر أنواع عمى الألوان شيوعاً، يليه عمى الألوان في اللونين الأزرق والأصفر.

ومن الطريف والجدير بالذكر، أن الكثير من المصابين بعمى الألوان لا يعرفون أنهم مصابون به، فالمصاب بعمى الألوان لا يكون مدركاً أن أعراضه تحدث له وحده، ويعتقد أن هذا هو اللون الطبيعي والجميع يرون الشيء بهذا اللون، وأعراضه ليست مشتركة بين الأشخاص الذين يعانون من نفس المرض، إلى أن يتشكك شخص آخر في قدرته على تمييز الألوان، مثل انتقاد عدم تناسق لون الجورب مع باقي الملابس.. وقد يصل بعض من المصابين بعمى الألوان سن البلوغ قبل أن يدركوا أنهم يعانون من هذا الخلل، أو حتى يكتشف عمى الألوان أثناء اختبار رؤية الألوان.

ويميل الأشخاص غير القادرين على تمييز الألوان الثلاثة الأساسية أو بعضها، إلى استخدام دلائل أخرى لتمييز الأشياء عن بعضها، مثل درجة صفاء اللون، شكل الجسم أو

يعانون من تلك الحالة، وإلى الآن لا زال يطلق ذلك الاسم على من يعانون من ذلك الأمر. وقد ظن "دالتون" أن سبب عماء اللوني وجود سائل أزرق داخل عينيه، لذا طلب من طبيبه "رانسوم" أن يستخدم إحدى عينيه ويشرحها بعد وفاته.. نفذ "رانسوم" الوصية واستخرج إحدى مقلتي عيني "دالتون"، ولكن لم يجد سائلاً أزرق، فاعتقد أن المشكلة لها علاقة بأمر نفسي بين الدماغ والعين.. وقد عمل "رانسوم" خلال حياته على شرح العديد من المحاضرات حول عمى الألوان.

أنواع عمى الألوان

النوع الأول هو عمى الألوان الكامل وفيه تختفي الأقماع كلياً من شبكية العين، ويرى المصاب بهذا النوع الحياة كلها بلونين فقط هما الأبيض والأسود، وهو نوع نادر الحدوث. والنوع الثاني هو عمى اللونين الأحمر والأخضر ويتج عن غياب الأقماع الحساسة لهذين اللونين، ويعد من الأنواع الأكثر شيوعاً. أما النوع الثالث فهو عمى الألوان الأزرق، وينشأ عن فقدان الخلايا الحساسة للون الأزرق.

تشخيص المرض

هناك اختبارات تقيس قدرتك على التعرف على الألوان المختلفة، أحد أنواع هذه الاختبارات يتضمن النظر إلى مجموعات من النقاط الملونة ومحاولة إيجاد نمط فيها، كإكتشاف شكل داخلها بلون مغاير، مثل حرف أو رقم. هذه الأنماط التي يتم رؤيتها أو لا يتم، تساعد الطبيب على معرفة الألوان التي لديك فيها مشكلة. أشهر هذه الاختبارات هو اختبار "إيشيهارا"، ويمكن لك ببساطة إجراء "Hara" الاختبار على النت أو عند طبيب العيون لأخذ فكرة تقريبية. وفي نوع آخر من الاختبارات، يتم ترتيب رقائق ملونة في نظام معين وفقاً لمدى تشابه الألوان مع بعضها. الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في رؤية اللون، قد لا يمكنهم ترتيب الرقائق الملونة بالشكل الصحيح.

علاج المرض

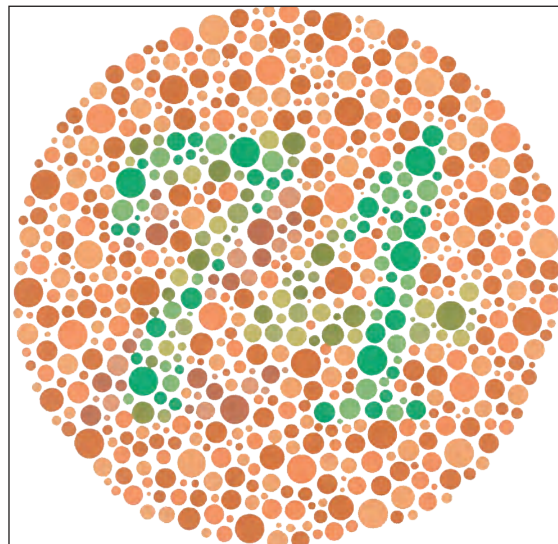
بما أن عمى الألوان هو حالة وراثية وتنتج عن غياب

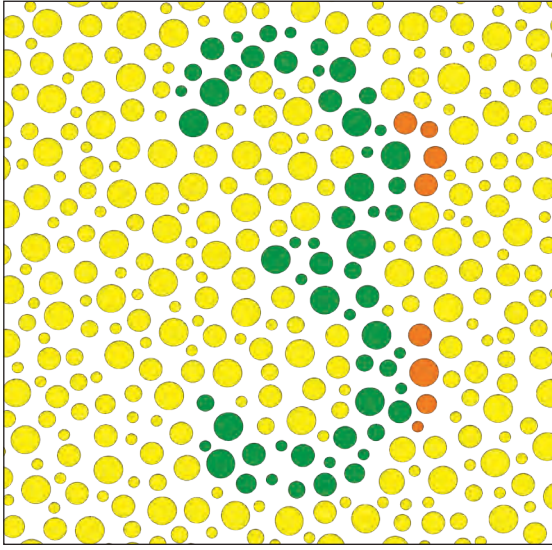
موقعه، ومكان الضوء الأحمر في الإشارة الضوئية وغيرها. ويعد عمى الألوان من الأمراض الشائعة والمعروفة منذ زمن طويل، شائع ولكن لا يهدد البصر. ينتقل المرض عن طريق الصبغات الوراثية الجنسية (الكروموسومات) بصفة متنحية، لهذا السبب فإن المرض يصيب الرجال أكثر من النساء، لأن تركيبة المرأة الكروموسومية هي XX (إكس إكس)، وتركيب الذكور الكروموسومية هي XY (إكس واي)، وينتقل المرض عن طريق الكروموسوم X بصفة متنحية، واحتمال اتحاد كروموسومين X مصابين بالمرض، ضئيل جداً، ما يؤدي إلى إصابة الرجال أكثر من النساء.

إكتشاف عمى الألوان

تمكن "جون دالتون" من إكتشاف إصابة العين بعمى الألوان، وهو أول من قام بتشخيص ذلك المرض؛ فقد بدا له لون زهرة البرسيم المعروف باللون الزهري أزرق زاهياً، وبالنظر إليها عن قرب بضوء الشمعة كان يتغير لون الزهرة تدريجياً فيتحول من الأزرق إلى الأصفر، وقد عمل "دالتون" على تأمل تلك المسألة وإكتشف أن هذه ليست خاصة به وحده.

لقد كان "دالتون" الرائد في تحديد العمى اللوني ودراسته علمياً، وبذلك فقد أصبح أول من إكتشف عمى الألوان. كما تم إطلاق اسم "الدالتونية" على من





فقط، حيث تكون مصابة بفقدان المخاريط الخاصة بأحد الألوان، بينما تكون الحيوانات الليلية إما فاقدة تمامًا، أو ذات قدرة ضعيفة للغاية على تمييز الألوان.

أيضًا فإن لدى العديد من الطيور والأسماك والزواحف والبرمائيات، وكذلك بعض اللافقاريات، أكثر من تلك الأنواع الثلاثة من المخاريط، ما يعني أنها تستطيع تمييز المزيد من الألوان أكثر من البشر، وتعد العشريات، أكثر أنظمة رؤية الألوان تعقيدًا، مثل السرعوف الروبيان، الذي يُعتقد أن له ١٢ نوعًا مختلفًا من المستقبلات التي تستطيع تمييز الألوان أفضل بكثير من بني البشر.

كما يمكن للنحل والفراشات رؤية الألوان التي لا يستطيع البشر تمييزها، حيث يمتد مدى رؤيتها إلى طيف الأشعة فوق البنفسجية، ويساعدها ذلك على الانجذاب إلى ألوان الزهور التي تنتمي غالبًا إلى ذلك النمط من الألوان وتلقيحها.

أخيرًا، إن كنت من الأشخاص الذين يعانون من اضطراب رؤية اللون (الأحمر والأخضر)، مثلما يعاني مؤسس موقع فيسبوك "مارك زوكربيرغ"، فهذا يعني أنك محظوظ، حيث جعل لك صفحة فيسبوك باللون الأزرق لتمييزها بشكل جيد، ولكي تساعده هو والآخرين ممن يعانون من هذا الاضطراب، على الرؤية بشكل أفضل! ■

(*) استشاري في طب وجراحة العيون / مصر.

الأقماع المسئولة عن البصر بالألوان من شبكية العين، فإنه لا يوجد علاج له حتى يومنا هذا، لكن يمكنك العثور على بعض الوسائل للمساعدة على التعويض عن اضطراب رؤية الألوان، مثل ارتداء العدسات اللاصقة الملونة (تغيير اللون المدرك للأشياء)، هذه العدسات قد تساعدك على معرفة الفروق بين الألوان، ولكن هذه العدسات لا توفر رؤية اللون الطبيعي بالشكل المطلوب، كما أنها عادة ما تشوه شكل الأشياء.

أيضًا ارتداء النظارات التي تمنع التوهج أو السطوع، حيث يمكن لبعض الناس الذين يعانون من مشاكل حادة أو شديدة في رؤية اللون، أن يدركوا الاختلافات بين الألوان بشكل أفضل عندما يكون هناك توهج وسطوع أقل للأشياء. وقد قامت شركات في الولايات المتحدة بصنع نظارات يمكنها فصل الألوان، وبالتالي تسمح للمصابين بعمى الألوان معرفة الوردي والأصفر والأزرق؛ حيث تظهر العدسات الألوان زاهية أكثر، واضحة ومشبعة، ويتلقى مستخدمو هذه النظارات الألوان بسرعة ودقة عالية.

عمى الألوان عند الحيوانات

نحن نعرف أن الحيوانات تستطيع أن ترى الأشياء مثلنا، لكن هل تستطيع أن تميز الألوان المختلفة مثل البشر؟ حتى يتوصل العلماء إلى إجابة على هذا السؤال، فقد قاموا بعدد من التجارب العملية على الكثير من الحيوانات، وقد أشارت تلك التجارب إلى أن معظم الثدييات لديها قدرة قاصرة على تمييز الألوان، وأنها عادة ما تكون مصابة بعمى الألوان، من تلك الثدييات، الكلاب والقطط ومعظم حيوانات الحقل المستأنسة، التي غالبًا ما تقتصر رؤيتها على الألوان الرمادية وبعض درجات الأزرق والأصفر. بينما تستطيع قرود النسناس والقرود العليا رؤية الألوان بدرجة تشبهنا نحن البشر، فلديها كما لدى البشر، ثلاثة أنواع من المخاريط في أعينها، وهي تستطيع رؤية ألوان الأحمر والأخضر والأزرق.

كما تستطيع العديد من الثدييات الأخرى رؤية لونين

إرساء قواعد التعايش في ظل وثيقة المدينة

كانت وثيقة المدينة بمنزلة أول دستور وُضع في الإسلام، يعيش في ظله المسلمون وأهل الكتاب والوثنيون من سكان المدينة على السواء؛ ينظم الحياة العامة في المدينة، ويمثل الدستور والسياسة الداخلية للدولة التي أنشأها النبي ﷺ، إذ يحدد العلاقات بين الأطراف السياسية المختلفة، وأصحاب الانتماءات الدينية المتباينة من المسلمين واليهود والوثنيين، وهو ما يسمى في العصر الحديث بـ"القانون الدولي الخاص"، كما يحدد العلاقات بين دولة المدينة وجيرانها، فيمثل نظامًا متكاملًا للعلاقات الخارجية مع القبائل والشعوب والدول،

ل

إن التعايش السلمي الذي تم بين المسلمين وغير المسلمين في المدينة، يؤكد السماحة الإسلامية وقبول الآخر واحترامه، وأن الإسلام يعمل على تفعيل المشتركات الإنسانية بين الناس.

حزاه

من دون الناس" (البند رقم: ٢). "وأن يهود بني عوف (واليهود الذين حالفوا المسلمين) أمة مع المؤمنين، لليهود دينهم، وللمسلمين دينهم، مواليهم وأنفسهم إلا من ظلم وأثم، فإنه لا يوتغ إلا نفسه وأهل بيته" (البند رقم: ٢٥-٣٥).

تدل البنود المذكورة صريحة على أن "الأمة" التي أنشأتها وثيقة المدينة، هي أمة تعاقدية متنوعة في انتمائها الديني؛ أمة تستقطب وتقود الأمشاج المختلفة وتجمع بين المهاجرين والأنصار من جهة، ومن تبعهم ولحق بهم وجاهد معهم من اليهود والأعراب والمنافقين المؤلفة قلوبهم، الذين يحاربون للأجر لا للعقيدة من جهة أخرى.. تجمعهم جميعاً وفق تصور جديد قائم على مفهوم الأمة ذي الطابع السياسي والمدني لا العقدي الديني.

فالأمة التي أنشأتها الوثيقة كانت تتمثل في مجموعة من الأفراد والمجموعات يشعرون أنهم متحدون، تربطهم صلات مادية ومعنوية، وتجمع بينهم الرغبة المشتركة في العيش معاً. ولم يكن هذا الكيان قائماً على أساس العقيدة، ولا على أساس الدم واللغة والجنس والوطن، بل على أسس اجتماعية وسياسية؛ نظراً للمصالح المشتركة التي تقتضي وضع الروابط مع من يريد الانضمام إلى هذه "الأمة"، وترك الروابط مع من يتركها باختياره.

إن هذا التعايش السلمي الذي تم بين المسلمين وغير المسلمين في المدينة، يؤكد السماحة الإسلامية وقبول الآخر واحترامه، وأن الإسلام يعمل على تفعيل المشتركات الإنسانية بين الناس، ليتعايشوا بعيداً عن التعصب ومحاولات الإقصاء الديني والمذهبي والفكري، التي يمارسها من لا يفهمون فلسفة التعايش السلمي في المنظور الإسلامي.

إن هذا التعايش السلمي في ظل الإسلام، حدث لأول مرة في تاريخ جزيرة العرب؛ فقد حدث مبدأ "الاعتراف بالآخر" بصفته وحدة واحدة في أمة واحدة بالمعنى السياسي والاجتماعي، رغم كونه أمة أخرى

وهو ما اصطلح عليه فيما بعد بـ"القانون الدولي العام". وأحدثت هذه الوثيقة تغييراً جذرياً في المجتمع المدني؛ حيث نقلت المتساكنين من نظام الأسرة والقبيلة والعشيرة والطائفة إلى نظام الأمة الواحدة، كما عملت على تدعيم روح الإخاء الإنساني بين سكان المدينة، ونزع أسباب الفرقة والتناحر التي كانت سائدة في المدينة قبل هجرة النبي ﷺ إليها. وبذلك حققت هذه الوثيقة مبدأ التسامح الديني المفضي إلى التعايش السلمي والتعاون بين الأفراد، وقضت على العصبية القبلية والنزعة الطائفية والثارات الجاهلية.

إرساء قيم المواطنة

لقد أسست وثيقة المدينة لقيم المواطنة والتعايش السلمي بين المسلمين وغيرهم، وكان مما جاء في بنود تلك الوثيقة: "أنهم (المؤمنين والمسلمين من قريش وأهل يثرب، ومن تبعهم فلحق بهم وجاهد معهم) أمة واحدة



بالمعنى الديني والعقدي. كما تقرر بهذه الوثيقة مبدأ جواز الانضمام لكل من يريد الالتحاق بالأمة ولو من خارج حدود الدولة، لأن كلمة "الأمة" هنا ليست اسماً للجماعة العربية القديمة التي تربطها رابطة النسب، بل هي تدل على الجماعة بالمعنى المطلق.

إن المواطنة في الدولة التي أقامها النبي ﷺ لم تكن منحصرة في المسلمين وحدهم، بل امتدت لتشمل غير المسلمين من أبناء الوطن الأصليين واليهود المقيمين في المدينة، حيث عدّتهم الوثيقة أمة مع المؤمنين وأولئك الذين يختارون أن ينضموا إلى الدولة.

فقررت الوثيقة في الفقرتين الأولى والثانية من البند رقم (٢٥)، الذي قرر المواطنة المتساوية لليهود وغيرهم مع المسلمين تحت لواء دولة المسلمين، أن يعيشوا معصومين دمًا وعرضًا ومالًا بحكم موطنهم، وأن لهم ما للمسلمين وعليهم ما عليهم. وعلى من يكتسب هذا الحق أن يقوم -نظير ذلك- بواجبات مؤداها تحقيق التكافل مع الدولة، والولاء لها ولحفظ كيانه وسلامها.

وقد حذر الإسلام من اضطهاد المسلم لغير المسلم، فقال ﷺ: "أَلَا مَنْ ظَلَمَ مُعَاهِدًا أَوْ انْتَقَصَهُ، أَوْ كَلَّفَهُ فَوْقَ طاقته، أَوْ أَخَذَ مِنْهُ شَيْئًا بِغَيْرِ طيبِ نفسٍ، فأنا حجيجه يوم القيامة" (رواه أبو داود). وبهذا وفرت الوثيقة لهم حصانة الدين والمال والنفس والعرض. وأعطتهم حق الحرية وحق المساواة وحق الأمن وحق المسكن وحق مرافق الحياة، وغيرها من الحقوق التي لا سبيل لحياة الناس بدونها. فقررت الوثيقة إذن، أن المسلم وغير المسلم، والرجل والمرأة، كلهم سواء في حرمة الدم واستحقاق الحياة، وأن إزهاق الروح بغير حق جريمة ضد الإنسانية جمعاء. كما أصّلت الوثيقة في بنودها ٢٥ إلى ٣٥ حرية العقيدة ومبدأ السلام والتسامح مع أهل الأديان الأخرى، وهو من المبادئ الرئيسة التي قامت عليها دولة الرسول ﷺ، وبها وفّرت الوثيقة لغير المسلم في المجتمع الإسلامي وجودًا اندماجيًا يحافظ فيه على جميع مكونات شخصيته، وفي طليعتها الهوية الدينية وما يرتبط بها من ممارسات وعادات. وأكد البند رقم ١٥ -بالإضافة إلى بنود أخرى عديدة- حق المساواة بين المسلمين وغيرهم في الحقوق والواجبات العامة، كما كفلت الفقرة الرابعة من البند ٣٧ حق إبداء الرأي للمواطنين فيما يؤدي إلى خير المجتمع.

إن الإسلام أرسى مبادئ المواطنة العالمية من خلال هذا النموذج الحضاري في العيش المشترك الذي حدد رسول الله ﷺ معالمه، فقرر حقوق المواطنة، ويّين واجباتها، لينعم غير المسلمين بالعيش الكريم مع المسلمين على أسس ثابتة تعمل على صيانة الكرامة الإنسانية، وتعمل على دمج كل المواطنين في النسيج الوطني، بعيدًا عن تصنيفات "الأقلية" أو "الأكثرية" وما يتعلق بذلك من محددات التسمية أو غير ذلك من التقسيمات والتصنيفات.

ولذا، فإن الإسلام لا يعترف ولا يقرُّ مصطلح "الأقلية" الذي ينطوي على عمليات الإقصاء والفرز والرفض للآخر، وإنما يعمل على عملية دمج المواطنين من غير المسلمين مع المسلمين؛ من خلال ترسيخ قيم المواطنة التي تقوم على احترام التعددية الدينية، والمذهبية والفكرية في ظل المواطنة التي تكفل الحقوق وتبيّن الواجبات، وهذا من جوانب عظمة الإسلام في التعامل مع غير المسلمين. وإن الإسلام تميّز بمنهجية علمية عملية، فحينما بيّن منهجه في التعامل مع غير المسلمين من خلال ما ورد في القرآن الكريم والسنة النبوية، لم يكتف بمجرد التقرير النظري المجرد، ولكن تمت الترجمة العملية من خلال الحياة التي عاشها الناس جميعًا؛ المسلمون وغير المسلمين في الدولة التي أقامها النبي ﷺ في المدينة، والتي استشر فيها غير المسلمين قيم المواطنة وحقوقها وواجباتها، بعيدًا عن محاولات الإقصاء والفرز والرفض للآخر، أو تهميشه بدعوى "الأقلية"، بل تم التأسيس للمواطنة العالمية والأخوة والزمالة الإنسانية. ولا شك أن تلك النماذج العملية في التعايش السلمي، تكشف عوار الأنظمة الدولية الحديثة التي تعد نفسها أول من نادى وقرر حقوق الإنسان، من خلال الموائيق والمعاهدات التي أثبتت التجارب العملية أنها لا تعدو كونها حبرًا على ورق في ظل ازدواجية المعايير والكيل بمكيالين.

ضمان الأمن والأمان لطوائف المجتمع

انعكست بنود الوثيقة التشريعية بشكل إيجابي وملحوظ على الواقع السياسي والاجتماعي والحقوق للمدينة؛ ففي وقتٍ انعدم فيه الأمن والسلام في صفوف المواطنين القاطنين بها، ظهرت الوثيقة بتشريعاتها العامة والشاملة

للمسلمين وغيرهم من اليهود والمشركين، مباشرة بعهد جديد لم تألفه البشرية في تاريخها، يحفظ لها أمنها ويسترد حقوقها، فحلَّ معها وبفضلها "السلم الأهلي"، وأصبح الأمن في ظل قوانينها وتشريعاتها واقعا معيشا، حيث قدّم النبي ﷺ من خلال هذه الوثيقة ضمانات تشريعية وقوانين مهمة، ليزرع قيم الأمن والأمان والسلام بين مختلف طوائف المجتمع المدني دون تمييز.

إن الحفاظ على قيم الأمن والأمان والسلام الاجتماعي، مطلب إنساني في كل زمان ومكان، لا يمكن الاستغناء عنه مهما اختلفت الأزمنة والأمكنة والأشخاص. فنعمة الأمن والاستقرار والكفاية لا تعدلها نعمة، وقد بيّن النبي ﷺ قيمة ذلك فقال: "من أصبح منكم آمنا في سربه مُعافى في جسده، عنده طعام يوم، فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها" (رواه البخاري).

ولذا، اهتم النبي ﷺ بوضع الضمانات اللازمة لتحقيق الأمن للجميع من خلال ما يأتي:

١- منع إيذاء المجرمين: تضمنت المادة رقم ٢٢: "وإنه لا يحلُّ لمؤمنٍ أُفّرَ بما في هذه الصحيفة وآمن بالله واليوم الآخر أن ينصر مُحدّثًا ولا يؤويه، وإنه من نصره أو آواه فإن عليه لعنة الله وغضبه يوم القيامة ولا يؤخذ منه صرفٌ ولا عدلٌ". أفر هذا البند بشكل صريح، أنه ليس لأحد الحق في أن يمنع إقامة الحد على المتهكئين لحرمان الله أو نصرتهم، كما عدَّ إيذاء المجرمين ذنبًا عظيمًا وجريمة نكراء تُخرج صاحبها من الملة والدين، فلا يقبل الله أعمالهم سواء الفريضة منها أم النافلة. لذلك جاء الأمر بالتشديد في هذا البند من أجل حصانة المجتمع من الاضطراب وتهديد أمنه، وحتى لا يكون عرضة لانتهاك الأعراض وسلب الأموال وغيرها.

لقد حدّر رسول الله ﷺ من عمليات دعم الإرهاب وإيذاء ودعم المجرمين وأعداء الإنسانية، ممن باتوا يعملون على تهديد السلم المجتمعي والعالمي. وكأنني برسول الله ﷺ يحذّر الأفراد والجماعات، والدول الداعمة للإرهاب والممولة لأنشطته؛ ليعلمنا أن إيذاء المجرمين وأعداء الإنسانية، ومن يستحلون قتل النفس التي حرم الله إلا بالحق، جريمة ضد الإنسانية، لأن الإسلام يحزّم كل ما يؤدي إلى استحلال دماء وأرواح وأموال وأعراض الناس أيًا كان دينهم. إن هؤلاء الذين

يستخدمون الدين في عملياتهم الإرهابية إنما يعملون لتحقيق أجندات سياسية تهدد حياة الناس، وتستبيح أرواحهم وأموالهم وأعراضهم.. ولنا أن ننظر إلى حديث رسول الله ﷺ لنحكم على هؤلاء الذين يتحدثون باسم الإسلام، إذ يقول رسول الإنسانية: "إنه لا يحلُّ لمؤمنٍ أُفّرَ بما في هذه الصحيفة وآمن بالله واليوم الآخر، أن ينصر مُحدّثًا -أي من اقترب حدًا من حدود الله فليس لأحد منعه من أن يقيم عليه الحد- ولا يؤويه، وأنه من نصره أو آواه فإن عليه لعنة الله وغضبه إلى يوم القيامة، ولا يؤخذ منه صرف ولا عدل". وهذا خطاب ووعد نبوي للداعمين والمتعاطفين مع من يمارسون الإرهاب، ومن يقومون على رعاية وتمويل الإرهاب الذي يستهدف الحياة والأحياء. ونريد هنا أن نؤكد على عالمية خطاب النبي ﷺ، وتجاوزه حدود المكان والزمان؛ فهو خطاب إنساني يبين فلسفة الإسلام في التعايش السلمي ورفض كل ما يهدد سلامة الناس دون النظر إلى دينهم، لأن الرسول ﷺ قال: "المسلم من سلم الناس من لسانه ويده" (رواه أحمد). إن خطاب النبي ﷺ يبيّن روح الإسلام، لأن الإسلام سلام وأمان ورحمة ووفاء وخير للبشرية جمعاء على اختلاف أديانها ومذاهبها وأفكارها.

٢- رفع الحصانة عن المجرمين: هذا عنصر مهم من العناصر التي تسهم في استقرار المجتمع والحفاظ على أمنه، حيث لا يُقبل من أحد أن يقترب أي جرم أو اعتداء، وليس لأحد التمتع بالحصانة -مهما علا نسبه- إن اقترب جريمة تمس بأمن المجتمع أفرادًا وجماعات. وقد رفع هذا المبدأ الحصانة عن من يخل بالأمن، حين نصت الوثيقة في البند رقم ٧ على: "وإنه لا يحول هذا الكتاب دون ظالم أو آثم".

لقد جاءت الشريعة الإسلامية في أحكامها بطوق من الحماية والأمن يشمل المسلم وغيره، وأوجبت إشاعة أجواء السلام الاجتماعي الذي يبسر على الإنسان التعايش والتعاون مع الناس. فغير المسلم كالمسلم سواء في وجوب توافر الحقوق الإنسانية، وحماية نفسه ودينه وعرضه وماله، وتأمين فرصته في العمل والكسب. ■

(*) الأمين العام السابق لمجمع البحوث الإسلامية / مصر.



علاج أمراض المناعة ومشكلة الأحماض الدهنية

توجد منذ عقود بعض التغييرات المقلقة في الأنظمة الغذائية الحديثة، حيث شهدت كثير من البلدان -وبخاصة البلدان المتقدمة- ارتفاعاً ملحوظاً في نسبة حدوث أمراض المناعة الذاتية، وذلك وفق بحث منشور في المجلة العلمية العالمية عام ٢٠١٥م تحت عنوان: "أمراض المناعة الذاتية في تزايد". وتدفع أمراض المناعة الذاتية جهاز المناعة لمهاجمة أنسجة الجسم نفسها وقد تؤدي للوفاة، ومن هذه الأمراض التهاب المفاصل الروماتويدي، والذئبة، والتهاب الأوعية الدموية (فاسكولاييتيس)،

ت



ضارة؛ فهي تنبه وتدفع الجسم نحو حالات الالتهاب العام، وأمراض المناعة الذاتية وأمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان والسمنة.. وذلك بالمقارنة بأوميغا ٣ الذي يقي الجسم شر هذه الأمراض. لذا ثمة ضرورة لضبط نسبة أوميغا ٣ إلى أوميغا ٦؛ لتكون النسبة المثالية بينهما (١:١)، ويحد أقصى نسبة (١:٤) (واحد دهون أوميغا ٣ إلى أربعة دهون أوميغا ٦). لكن الواقع يشير إلى أن الطعام الغربي ومن سار على منواله، تصل النسبة فيه؛ واحد دهون أوميغا ٣ إلى ما بين ١٤-١٦ دهون أوميغا ٦. وهو ما يفسر تزايد معدلات أمراض المناعة الذاتية، والسمنة والسرطان والقلب والأوعية الدموية.

ونشر الدكتور "عمر عبد الهادي" من جامعة كوردوفان بالسودان، دراسة في مجلة العلوم الزراعية بالسعودية، العدد ١٦ لسنة ٢٠١٧م، بجامعة الملك سعود أوضح فيها أن "نسبة دهون أوميغا ٣ إلى أوميغا ٦ في لحم الإبل، هي ٣:١، بينما في دراسة للدكتور "مايكل أينسر" من جامعة برستول بانجلترا، منشورة عام ١٩٩٦م في العدد ٤٢ من مجلة "ميت ساينس"، "أن لحم الخنزير ممتلئ بدهون أوميغا ٦، فيوجد في كل ١٠٠ جرام أحماض دهنية حوالي ١٤,٢ جرام أوميغا ٦، أما لحم الخراف والبقر فتبلغ كميته ما بين ٢,٤-٢,٧ جرامًا، وفسر ذلك بأن البقر يحول أوميغا ٦ إلى أحماض دهنية أخرى، فلا تدخل في أسجته غير ١٠٪ من أوميغا ٦، فضلاً عن طول عملية الهضم في كرش البقر حيث تصل لنحو ٢٤ ساعة، بخلاف

ومرض السكري (النوع الأول)، والسيلياك وهو مرض مناعي ذاتي مكتسب يصيب الأمعاء الدقيقة لدى الذين يتمتعون بقابلية جينية للإصابة به.

تبدأ أمراض المناعة الذاتية بأمراض الحساسية بجميع أنواعها التي ارتفعت بشكل ملحوظ، بما في ذلك "الربو"، و"التهاب الجلد التأتبي"، و"التهاب الأنف التحسسي"، ويتم تشخيص مرض تحسس لدى طفل، من بين خمسة أطفال. وقد نشرت البروفيسورة "إينز أشر" من جامعة أوكلاند بحثًا في مجلة الحساسية السريرية والتجريبية عام ١٩٩٨م، واعتبرت أمراض الحساسية نوعًا من "الأوبئة"، لتزايد معدلاتها بشكل ملحوظ.

ويشير البروفيسور الألماني الشهير "توماس بيير" في قسم الأمراض الجلدية والحساسية بجامعة "بون" في بحثه المنشور في مجلة "نيو إنجلاند" للطب عام ٢٠٠٨م، إلى وجود ما بين ١٥-٣٠٪ من الأطفال، يعانون من مرض "التهاب الجلد التأتبي". وقد تضاعف هذا الرقم ثلاث مرات خلال ثلاثة عقود ماضية.

أما الدكتورة "فيلما مهجتسالو" في مركز فالك لأبحاث الصحة في "فنلندا"، فكتبت عام ٢٠٠٨م تقريرًا في مجلة "ذي لانست" الشهيرة، تفيد بأن مرض السكري (النوع الأول) أصبح مشكلة خطيرة ويصيب الأطفال -وبخاصة في أوروبا- في سن أصغر بكثير مما كان يحدث من قبل. كما ترتفع أيضًا أمراض "كرون"، و"التهاب القولون التقرحي"، و"تليف الكبد الصفراوي الأولي" بشكل يُنذر بالخطر. ويتنامى حدوث كل هذه الأمراض في الوقت الذي ظهر فيه انخفاض نوعي في نسب الإصابة بالأمراض المعدية (الفيروسية والبكتيرية)، وذلك نظرًا لتطور اللقاحات والمضادات الحيوية وعادات النظافة.

منذ تسعينيات القرن الفائت، نشرت الدكتورة "أرتيميس سيمبولس" (رئيسة مركز التغذية والصحة الوراثية في واشنطن) أبحاثًا عدة حول علاقة الأحماض الدهنية بالأمراض الالتهابية والمناعة الذاتية، وتبين أن زيادة نسبة الأحماض الدهنية أوميغا ٦ بما في ذلك حمض اللينوليك وحمض الأراكيدونيك في الطعام،

الخنزير حيث مدة الهضم لديه نحو أربع ساعات فقط. وتشير الدراسات إلى أن أغلب النظام الغذائي الأمريكي توجد فيه نسبة عالية من أوميغا ٦ جراء تغذية الماشية والخنزير والدواجن على وجبات دسمة من حبوب غنية بأوميغا ٦. كما أن السلمون الذي تم تربيته في المزارع غني أيضاً بأوميغا ٦ عن مثيله في الطبيعة.

وذكر كلٌّ من د. بول جامينت وزوجته د. شاو شينج، صاحباً موقع وسلسلة كتب "النظام الغذائي الصحي الممتاز"، أن لحم الخنزير هو المصدر الرئيس الأول لـ "أوميغا ٦" في معظم الدول، والثاني بعض الزيوت النباتية، مثل زيت الذرة، الصويا، الكانولا، دوار الشمس، بذور القطن التي تمثل أغذية رئيسية في الغذاء الأمريكي، ويدعوان إلى التزود بالمصادر الغنية بأوميغا ٣ كالمأكولات البحرية، وبخاصة "الأسمك الصدفية" مثل الكابوريا، والجمبري، وجراد البحر، والاستاكوزا، وبلح البحر. وقد أظهرت الأبحاث أنها جميعها تتمتع بنسبة صحية ومتفردة بين أوميغا ٣ إلى أوميغا ٦، ما يعني أنها اختيار جيد للوقاية من أمراض المناعة والقلب والأوعية الدموية. وفي دراسة نشرتها د. سيلفي كومبس في مجلة "أنرا" للإنتاج الحيواني، جاء فيها بعد مراجعة خمسين ورقة بحثية، أن لحم الأرانب لا بد أن يكون اختيارك الأول في قائمة الطعام، لما يتميز به من نسبة جذابة وصحية ومتفردة من دهون أوميغا ٣ إلى أوميغا ٦، وهو ما يشكل وقاية من أمراض المناعة والقلب والأوعية الدموية والسمنة والسرطان.

الأحماض الدهنية في نقاط

تضم الأحماض الدهنية عدة عائلات مفيدة لنمو الجسم والدماغ، ومن ضمنها عائلة الأحماض المتعددة غير المشبعة، أوميغا ٣ وعائلة أوميغا ٦. فهي ضرورية لتغذية الإنسان ولدعم أجهزة الجسم، وتحديدًا في مراحل الحياة الأولى، وخلال فترة الحمل والرضاعة، وهي تساعد في تطوير ونمو وتقوية الدماغ في مرحلة الطفولة، ومفيدة للرضع.

من أعراض نقص الأوميغا ٣ الاكتئاب وهشاشة

الشعر والأظافر، والتعب والجفاف والإمساك، ونزلات البرد والأنفلونزا المتكررة، وضعف التركيز وعدم التحمل البدني، وكذلك آلام المفاصل وضعف بنية الجسم.

توصي منظمات الصحة بتناول ما لا يقل عن ٥٠-٢٥٠ مليغرام من الأحماض الدهنية أوميغا ٣ في اليوم، ويمكن الحصول عليها من السمك الذي يحتوي على الزيت كالسردين والسلمون والماكريل والتونة وزيت كبد الحوت، وأيضاً من الزيوت كزيت الزيتون وزيت اللوز وبذور الكتان وزيت الكانولا وزيت الجوز وزيت بذرة القمح وفول الصويا، وفي البقوليات مثل الفاصوليا والبازلاء. ومن الفاكهة كالبطيخ والحمضيات والكرز. الأوميغا ٦ حمض أساس لا يمكن للجسم تصنيعه كالأوميغا ٣، وله دور أساس في وظائف المخ ونمو الجسم وعناصر ومصادر الأوميغا ٦ في الخضروات الورقية والمكسرات والحبوب والزيوت النباتية كزيت السمسم ودوار الشمس.

الفرق بين الأوميغا ٣ والأوميغا ٦

يحتاج الجسم لكل من الأوميغا ٣ والأوميغا ٦ لعمل أنسجته بشكل طبيعي. ويجب الحصول على مصادر لهما بشكل يومي، لكن الفرق بينهما أن الإكثار من تناول الأوميغا ٦ يتسبب في التهابات الجسم، وخطورة على القلب، واحتمالية الإصابة بالسرطان، والروماتيزم، لذلك ينبغي الإقلال قدر الإمكان من تناول الأوميغا ٦ إلا في حالات الضرورة. وينصح خبراء التغذية بخفض نسبة الأوميغا ٦ واستبدالها بالأوميغا ٣، لذا يفضل الخبراء استخدام زيوت فقيرة بأوميغا ٦ مثل زيت الزيتون، زيت اللوز.

الأوميغا ٩ أكثر وفرة في الطبيعة، وهي الزيت الرئيس الذي تنتجه الغدد الجلدية، ومن الأحماض غير الأساسية التي تنتج بشكل طبيعي في الجسم عندما يوجد نقص في الأوميغا ٣ والأوميغا ٦، فيحاول الجسم تعويض هذا الفقد بإنتاج الأوميغا ٩. ■

(*) كاتب وأكاديمي / مصر.



موضوعية الوسطية في صناعة السلام

إن منطق الحياة في العالم المعاصر يفترض التعدد والاختلاف في الرؤى والأفكار، ولا يمكن محو الاختلافات بمنطق التبسيطات التعسفية. فالعالم الحي هو عالم الحركة الدائمة وعدم الاستقرار وإن كان مصحوبًا بالاحتكاكات الحادة التي تكرس نوعًا من العنف والتطرف والأحقاد وانسداد الآفاق.. والغريب في الأمر، أن أي شيء يحدث في جزء من العالم، يؤثر على الكوكب كله سلبًا أو إيجابيًا، وأية متغيرات محلية، تتبادل



الوسطية طريق للسلام

إن معاني العدل والخيرية والأفضلية التي تشير إليها كلمة "الوسط"، ليست وحدها التي تحدد معالم الوسطية في الإسلام، فليست المشكلة في جذر المصطلح وإنما في المدلول، لذلك فإن ما يتبادر إلى الذهن أيضاً عند ذكر الوسطية، هو السلام والوئام والعيش في حب وتسامح. فالإسلام دعوة حية للسلام: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَافَّةً﴾ (البقرة: ٢٠٨)، بل هو عنصر أصيل في الإسلام، والدليل على ذلك أن السلام أحد أسماء الله ﷻ في قوله: ﴿هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ﴾ (الحشر: ٢٣)؛ والسلام هو الأصل في العلاقات بين الناس أفراداً وجماعات، والسلام يبدأ في داخل الإنسان قبل أن يصبح ممارسة مع الآخرين، قال رسول الله ﷺ: "المسلم من سلم الناس من لسانه ويده" (رواه أحمد).

فإشاعة السلام بين أفراد المجتمع والأمم، يحتاج إلى بيئة يسود فيها العدل والتسامح وقبلهما الحب، لأن الحب أصل كل دين، والمحبة هي الحق الذي به خلقت السماوات والأرض، كما أن الخلق والأمر والثواب والعقاب إنما نشأ عن المحبة ولأجلها؛ ونرى هذه العاطفة قد تجسدت طوال الحقب الإسلامية الماضية؛ فقد كان غير المسلمين من اليهود والنصارى وغيرهم، يعيشون في ديار الإسلام بسلام وأمان، بل كان بعضهم يتبوأ المناصب العليا في الدولة فكان منهم الوزير والمستشار وغير ذلك؛ والفضل كله يعود إلى قواعد العدل والإنصاف، وعدم التعدي على الغير والعيش معه تحت مظلة وسطية الإسلام.

ولما كان الميزان الحسي -وهو الميزان اليومي- في معاملات الناس، أكد الله تعالى ضرورة العدل فيه في عدة آيات، ليس هناك ما هو أدل من قوله ﷻ: ﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ﴾ (النساء: ٥٨). قال الشوكاني في تفسيره لهذه الآية: "هذه الآية من أمهات الآيات المشتملة على كثير من أحكام الشرع، لأن ظاهر الخطاب يشمل جميع الناس.. إذ يجب أن يكون الحكم بين أصناف الناس جميعاً بالعدل والمساواة، دون النظر في مكانتهم الاجتماعية، أو وظيفتهم

بشكل متزايد التأثير والتأثر مع السياق العالمي كله. وبتزايد هذه التغيرات والتحديات العالمية التي تعيشها الإنسانية عند بداية القرن، أصبح الأمر يتطلب نموذجاً للتراضي والتوافق يحارب التفوق حول الأنا الضيقة، وينشئ وعياً عميقاً لدى مختلف الأفراد والشعوب، قصد البحث عن أفضل السبل لكيفية التصرف بحكمة وتوازن أثناء التوترات والأزمات، بشكل يؤدي إلى امتصاص العنف والحد من نزعات التطرف. وهذا ما يدفعا أن ننطلق من منظومة متكاملة تكون قاعدتها التوازن والعدل والتسامح، تركز التعددية ونزب الإرهاب والتطرف بكل أشكاله، بل إقامة الشروط الضرورية لتتحول الصراعات بشكل إيجابي إلى مواقف تعاونية، وذلك للوصول إلى حياة مستقرة بين الجميع يسودها السلام والحب والصفاء.

وباستقراء التاريخ الإنساني عامة والإسلامي خاصة، نجد أن الإسلام -عبر قرون عديدة- في مواجهة لحضارات متعددة وأنظمة متنوعة، تعامل بالحكمة والتعاضد السلمي بين أفراد المجتمع واحترام كرامة الإنسان وحقوقه؛ بعدم المحو أو الإهلاك، واستوعب أوضاعها، ووصل بالمجتمع الإنساني إلى أعلى درجات التنظيم على أسس من العدل والمساواة والإخاء والسلم والسلام.

فالناظر بموضوعية في الشريعة الإسلامية، يجد أن الله ﷻ أمر عباده بالاستقامة والاعتدال، ونهاهم عن الغلو والانحلال والتعصب، وأن تحترم التعددية الثقافية والدينية والحضارية، وبذل عدة خيارات مبنية على الوسطية والسلام والعدل والرحمة: ﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ﴾ (النحل: ١٢٥).

فالوسطية هي السمة الثابتة والبارزة في كل باب من أبواب الإسلام، بل هي العدسة التي تجمع أشعة المنهج الإسلامي وزاويته التي يرى من خلالها، وطوق النجاة من الانشطارية في المتقابلات المتناقضة التي حدثت في الأمم؛ وهذا ما دفعنا إلى توضيح معالم هذا الأسلوب المبني على العدل والمساواة والسماحة، وكيف أصبح لبنة مركزية لكل سلام ومحبة منشودة عبر العالم.

تعامل الإسلام بالحكمة والتعایش السلمي بين أفراد المجتمعات واحترام كرامة الإنسان وحقوقه، بعدم المحو أو الإهلاك، واستوعب أوضاعها، ووصل بالمجتمع الإنساني إلى أعلى درجات التنظيم على أسس من العدل والمساواة والإخاء والسلام والسلم والسلام.

حذاء

في كتاب الله سبحانه مقررًا بالدعوة إليها أو الحض عليها أو تمجيدها، بل جاء ذكرها بالذم: ﴿حَتَّى تَضَعَ الْحَرْبُ أَوْزَارَهَا﴾ (محمد: ٤).

لقد أقام الإسلام دعوته على أسس من الإقناع الحكيم والإرشاد الأمين، يأمر بالمعروف برفق، وينهى عن المنكر بإحسان، لم يتخذ الإكراه وسيلة لنشر وقبول دعوته، ولم يشرع حمل السلاح لإذلال الناس ولا استباحة أملاكهم.. وكل الحروب الإسلامية كانت دفاعية أو وقائية على مر العصور، بل أمر الإسلام أن يلتزم المسلم بالعهد وعدم التعرض للمعاهد بالأذى، والرفق بالأسرى، وعدم الغدر، وعدم الاعتداء على الأطفال والعاجزين.

وأزيد من هذا، استطاع الإسلام عن طريق الوسطية، استيعاب كل فئات المجتمع؛ بإرساء مبدأ المساواة على أساس إنساني، فالناس كلهم سواسية في أصل الخليقة: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ (النساء: ١)، بل وأمر بالإحسان وبر الوالدين وإن كانا غير مسلمين؛ فقد قدمت أم أسماء بنت أبي بكر (وهي مشركة) على ابنتها أسماء، استفتت أسماء النبي عليه الصلاة والسلام هل تصلها؟ فقال ﷺ: "نعم، صلي أمك" (رواه البخاري). وكذلك صلة الرحم إن كان فيهم ذو رحم وعبادة مرضاهم، والإحسان إلى فقراهم وزيارتهم، والإهداء لهم وقبول هديتهم، وتشجيع جنازتهم وغيرها.

ولدعم وتعزيز ثقافة السلام، تم صياغة إعلان عُرف بإعلان ثقافة السلام الذي تطور ليصبح برنامجًا

الإدارية، أو ثروتهم المالية، وحتى دينهم أو مذهبهم، قال رسول الله ﷺ: "إن المقسطين عند الله على منابر من نور: الذين يعدلون في حكمهم وأهليهم وما ولوا" (رواه مسلم)، وقال ﷺ أيضًا: "ذمة المسلمين واحدة يسعى بها أدناهم، فمن أخفر مسلمًا فعليه لعنة الله والملائكة والناس أجمعين، لا يقبل الله منه صرفًا ولا عدلاً" (رواه مسلم). فتعاليم الدعوة في الإسلام واضحة، يقول ﷺ: ﴿إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ﴾ (الفاتحة: ٦)؛ هذه دعوة إلى أن الإسلام هو الطريق المستقيم الذي لا اعوجاج فيه ولا انحراف، ويعد هذا لب الوسطية لا إفراط ولا تفريط.

إرساء السلام بوسطية واعتدال

عندما نتحدث عن الوسطية ينبغي أن لا نفهم على أنها منطقة وسطى تجعل المسلمين بلا رأي واضح، أو مسخ للدين حتى يصير بلا معالم تميزه عن غيره، إنما هي موصولة بالأصل، وليست منقطعة عن العصر تجمع الخير من طرفيه فلا تمالي في دينها ولا تعجز عن المدافعة في أمور دنياها.. بل جل ما تم تبنيه عالميًا ضمن ما يعرف بأدبيات السلام وثقافة السلام، نجده متأصلًا في أصول شريعتنا، ممنهجًا بأسلوب وسطي في قمة من الرقي. فأجل صور الوسطية، هي تلك المبادئ والقواعد المنظمة للسلوك الإنساني، والمحكومة بجملة من الأخلاق، قال عليه أفضل الصلاة والسلام: "إن من خياركم أحسنكم أخلاقًا" (متفق عليه).

إذا ما ألقينا نظرة على موضوعات السلام كما هو متعارف عليها دوليًا، والتي دعت إليها الأمم المتحدة منذ تأسيسها في عام ١٩٤٥م، نجدها تؤكد على مجموعة القيم المتعلقة باحترام الحياة، والاحترام الكامل لجميع حقوق الإنسان، والحريات الأساسية، وتعزيز المساواة، والالتزام بتسوية الصراعات بالوسائل السلمية، والتمسك بمبادئ الحرية والعدل والديمقراطية والتسامح والتضامن والتعاون والتعددية والتنوع الثقافي والحوار والتفاهم، والعمل على نشر ثقافة السلام واللاعنف.. إن كل هذه المبادئ والحقوق الموثقة، سبق أن عاشتها المجتمعات الإسلامية في السابق. يكفى الإسلام شرفًا وفخرًا أن كلمة "الحرب" لم ترد

hiragate.com

متكاملاً، ومرشدًا عامًا للحكومات، والمنظمات الدولية، والمجتمع الدولي، وتم تضمينه في إستراتيجية اليونسكو (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة)، والهدف منه التحول نحو ثقافة السلام واللاعنف، وأن يعيش العالم -بمختلف ثقافته- في جو من التسامح والوحدة، ونبذ العنف، ونشر مفاهيم التعايش السلمي، واحترام حقوق الآخرين وحررياتهم وتراثهم.. وذلك عن طريق توظيف التعليم، حيث ينبغي للتعليم -من أجل ثقافة السلام واللاعنف- أن يتبع النهج الذي تنص عليه اتفاقية حقوق الطفل، أي المنهج الداعي إلى إعداد الطفل لحياة تستشعر المسؤولية في مجتمع يسوده التفاهم والسلم والتسامح والمساواة بين الجنسين، والصداقة بين جميع الشعوب والجماعات الوطنية والدينية.. لأن الأطفال هم موقع ضرر ومعاناة هائلين، من خلال أشكال العنف المختلفة على جميع أصعدة المجتمع في أنحاء العالم كافة.

ومن أجل إنقاذ الأجيال القادمة من ويلات الحرب، ينبغي التحول من ثقافة الحرب والعنف إلى ثقافة السلام، أي الثقافة التي تدعو إلى احترام حياة كل إنسان وكرامته، دون تحامل أو تمييز من أي نوع.. ومن هنا جاء قرار الجمعية العامة للأمم المتحدة اعتبار سنة ٢٠٠٠م هي "السنة الدولية لثقافة السلام"، كما تبنت العقد الأول من القرن الجديد (٢٠٠١-٢٠١٠م) هو "العقد الدولي لثقافة السلام واللاعنف من أجل أطفال العالم".. والملفت للنظر أن بنود هذا العهد لا تتعارض مع توجهات الإسلام؛ فعناصر ثقافة السلام مدعاة ليقوم المسلمون بالمبادرة نحو القضايا الإنسانية، ذلك أن تعاليمه بسيطة وسهلة، وأحكامه الشرعية تتسم بالمرونة، ولها قابلية التجديد، وتتمشى مع مقتضيات العصر والمسائل المستجدة، رحمة بالناس.. لهذا نجد عليه أفضل الصلاة والسلام يقول: "هلك المتنتعون، قالها ثلاثاً" (رواه مسلم)، أي أن الهلاك من نصيب أولئك الذين يغالون في الأقوال والأفعال، ويتجاوزون الحدود المرسومة لهم.

ولا بد من الإشارة في هذا الإطار إلى مقولة لـ

جياندو مينيكو بيكو" (Giando Minico Picco) الممثل الشخصي للأمم المتحدة لسنة ٢٠٠١م لحوار الحضارات، أن "ليس التاريخ هو ما يقتل، ليست الديانات هي التي تغتصب النساء، وليس نقاء الدم هو الذي يهدم البيوت.. فقط الأفراد هم من يفعلون ذلك". ونختم بالقول إن الإنسان بإنسانيته لا بزمانه ولا مكانه، علينا البحث دائماً عما وراء الفكرة، وما لا تراه العين، وما لا تسمعه الأذن. ■

(٩) أستاذة باحثة متخصصة في شؤون الطاقة والبيئة والتنمية / المغرب.

المراجع

- (١) السلام أولاً تحديث مسارات سلام، أوري سفير، ترجمة: بدر عقيلي، دار الجليل للنشر، الأردن ٢٠٠٧م.
- (٢) الهوية وثقافة السلام، فؤاد بدوي بطرس، طباعة برناديت إسكندر ٢٠٠٨م.
- (٣) تفسير القرآن العظيم، ابن كثير أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير الدمشقي، تحقيق: سامي بن محمد سلامة، دار طيبة للنشر والتوزيع، الرياض ١٤٢١هـ/١٩٩٩م.
- (٤) فتح القدير، الشوكاني محمد بن علي بن محمد بن عبد الله، دار الكلم الطيب، دمشق ١٤١٤هـ/١٩٩٣م.
- (٥) إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم، أبو السعود محمد بن محمد، دار إحياء التراث العربي، بيروت.
- (٦) معاني القرآن وإعرابه، الزجاج إبراهيم بن السري بن سهل، تحقيق: عبد الجليل عبده شلبي، عالم الكتب، ط ١، بيروت ١٤١٨هـ/١٩٨٨م.
- (٧) الصحيح، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي، بيروت ١١٧٤هـ/١٩٢٤م.
- (٨) للمزيد عن ثقافة السلام وإعلان السلام الدولي انظر الميثاق التأسيسي لمنظمة الأمم المتحدة والعلوم والثقافة/اليونسكو على الموقع: <http://www.unesco.org>.
- (٩) تقرير ثقافة السلام في العالم، تقرير المجتمع المدني في منتصف عقد ثقافة السلام، مؤسسة ثقافة السلام، ترجمة وتحرير: محسن يوسف، منتدى الإصلاح العربي، مكتبة الإسكندرية ٢٠٠٥م.
- (١٠) فقه البيئة والوجه الحضاري في رعايتها، جميلة مرابط، دار النشر نور ٢٠١٧م.



المصيبة وضمير المؤمن الرضي

عجيبية هي لفظة "المصيبة" التي نحتها القرآن
نحتًا جديدًا، بأبعاد ودلالات لم تكن معروفة
في لغة العرب قبل نزول الوحي؛ ولو أتيت اليوم
لترجمتها إلى اللغات الأخرى، فإنها تحتاج إلى "سلة من الألفاظ"
ولا توافيها حقها، من مثل "catastrophe - disaster - calamity - damage"
وغيرها مما يشرحها ولا يترجمها.



والمصيبة في العربية مشتقة من مادة "صوب، ومنه "أصاب، يصيب"، ومن المادة نحت "صوب، صواب، صيب، مصيبة"؛ والمصيبة ما يصيب الإنسان سواء أكان مكروهاً أو مرغوباً؛ إلا أن مألوف اللغة اختصرها على "كل مكروه يصيب الإنسان ويحل به قهراً".

وفي كتاب الله تعالى ورد اللفظ "مصيبة" عشر مرات، ولقد أخذت آيتين، وحاولت ربطهما بما أصاب الناس اليوم من مكروه الوباء، وهما:

قوله تعالى في سورة البقرة: ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ * وَأُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ﴾ (البقرة: ١٥٥-١٥٧).

وقوله سبحانه في سورة التوبة: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة: ٥١).

ثم سافرت بالآيتين إلى التراث البشري كله، وإلى الفلسفات الشرقية والغربية عبر التاريخ، من أكثرها تفاؤلاً إلى أشدها تشاؤماً؛ وقرأت في الفلسفة، والأدب، والرواية، والدين.. لعلني أجد موقفاً من "المصيبة" و"الابتلاء" أشبه بما ورد في الآيتين، فلم أهدأ إلا إلى ما كان مصدره الوحي في الديانات الأخرى، مما يظهر عليه عدم التحريف.. ولكن بشهادة عالم محقق مثل "جيفري لانغ"، مثل هذه المعاني غير المحرّفة في التراث المسيحي مثلاً، لا توجد للأسف، إلا قليلاً.

والعجب في ذلك أن يلزم لفظ المصيبة معان من مثل: البشري، والصلوات، والرحمة، والهداية، والمكتوب، والتوكل، والإيمان.. أي أنها بهذه المعاني تتحوّل إلى منحة بعد أن كانت محنة، إلى فرصة بعد أن أضحت تهديداً.

ومن هنا فهمت لماذا استعمل رسول الله عليه الصلاة والسلام صيغة العجب في سياق علاقة المؤمن بالمصيبة، ثم أكد أن هذه الحظوة ليست "إلا للمؤمن" لا يشاركه فيها غيره؛ فقال: "عَجَبًا لأمر المؤمن إن أمره كله له خيرٌ وليس ذلك لأحدٍ إلا للمؤمن: إن أصابته سراءٌ شكرَ فكانت خيراً له، وإن أصابته ضراءٌ صبرَ فكانت خيراً له" (رواه مسلم).
واليوم إذا حلت المصيبة بأحد منّا، أو ببعض منّا؛ أترانا نسلخ من إيماننا لنواجهها بفكر حضاري عالمي إنساني!؟

ثم هل نردد ما يردده الملحد، والكافر، والشاك.. الذي لا يؤمن بالله، ولا يؤمن باليوم الآخر، والوطني، والعبثي، والفوضوي، والعلموي.. الذي يقصر كل إدراكه وفهمه على ما هو محسوس ومحسوب، وعلى كل ما هو أرضي ومادي من عالم الشهود؛ ويرفض كل ما هو سماوي، ومعنوي من عالم الغيب.

كيف لنا أن نكون ممن يتخذ جميع الأسباب والوسائل، ويجتهد في عالم الشهادة اجتهاداً مطلقاً؛ ثم إذا حلت المصيبة وكانت فوق قدرته وطاقته، فإنه يستسلم لله، ويسلم أمره له، ويقول معنى لا لفظاً فقط: ﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾، سواء أكان

رئيس دولة أم طبيباً في الفيروسات، أم مصاباً بالوباء،
أو أحد أقرباء المصاب، أم مسلماً متألماً لجميع الناس
المصابين عبر العالم.

كيف نقولها بملء فينا ولا نبالي: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا
إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ
الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة: ٥١)، وأن نعمل بمقتضى "هو مولانا"،
"على الله توكلنا"، و"حسبنا الله".. لا بمنطق "أنا ربكم
الأعلى"، و"ما أريكم إلا ما أرى"!

كل الرهان اليوم أن نتعلم نحن أولاً، ثم نعلم
البشرية، وقد خاب ظنها في العلم، واكتشفت أنه ليس
وحده كافياً لإسعادها ولرفع الخطر عنها، بل البشرية
تبينت أن العلم أحياناً هو نفسه سبب الشقاء، ومقدمة
الوبال، ومنطلق المحن؛ إذا لم يكن مربوطاً بقيم، ودين،
وغاية، وروح، أي إذا كان "باسم العلم" لا "باسم ربك".
هو منعرج في التاريخ لن يعود، إما أن نكون للناس
هداة فنحملهم على مقام الجمع، أو نكون لهم مضلين
فنولع بهم، وتبعهم حتى في فكهم الارتباط بالله
سبحانه، ونحول المصيبة إلى "هوس"، وإلى "صخب"،
و"فوضى عارمة".. ونعذب الناس بالخوف فيموتوا
ويهلكوا به قبل أن يهلكوا بالوباء.

هي فرصتنا إذن، والله وكيلنا وحسينا سبحانه..
حين يحلُّ أمر ما بالإنسان، فهو إما يستقبله بعقله
فقط، فيحلل ويستنبط، ويني النتائج على المقدمات،
ويستخرج الروابط والعلاقات.. أو يستقبله بقلبه ليس
إلا، فيحُبُّ أو يبغض، وينفجر مهلاً أو ينقبض متأوهاً،
ويصادق فلاناً أو يعادي علاناً لأجل ذلك الأمر.

ولكن، أن يستقبله بقلبه وعقله معاً، بأن يعقل بالعقل
ما هو من المعقولات، ويوازن بالقلب ما كان من
القلبيات.. فذاك ما عبَّر عنه القرآن بـ"قلب يعقل"، "قلب
لا يعقل"؛ وهو ما يسمَّى في التراث المعرفي الإسلامي
بالضمير والوجدان. ■

فسيلة ولكن..

انظر لها.. وبضعفها لا تستهن
مهلاً وقم بالرفق أودعها التراب
اعطف عليها إنها بنتُ السحاب
فإذا بها بعد اليباب
ساق وأغصان وأوراق
رياض من عجاب
ولربما الأيام تُحيي من جديد
عصرنا الذهبيَّ مرهوبَ الجناب!





مجلة علمية ثقافية أدبية
www.hiragate.com

مجلة علمية ثقافية أدبية
تصدر كل شهرين عن دار الانبعاث
للنشر والتوزيع

رئيس التحرير
هانئ رسلان

مدير التحرير
نور الدين صواش

سكرتير التحرير
عبد السلام كمال أبو حسن

الإخراج الفني
نور الدين محمد

منسق الاشتراكات والتوزيع
علاء الكوايري
+201000780841

نوع النشر
مجلة دورية تصدر كل شهرين

الطباعة
دار الجمهورية للصحافة

رقم الإيداع
٢٤٢٦١

ISSN 2357-0229-78

المنحى العام

- حراء مجلة علمية ثقافية أدبية تعنى بقراءة الكون والإنسان والحياة من منظور قرآني حضاري إنساني.
- تهدف إلى بناء الإنسان المتوازن علمياً وفكرياً وسلوكياً.
- تسعى إلى أن تكون إضافة نوعية مفيدة في الساحة الثقافية شكلاً ومضموناً.
- مجلة حراء ملتقى للفكر الإيجابي الحضاري البناء.
- تنطلق من رؤية حضارية تستمد طاقاتها من ثراء الخبرة التاريخية للأمة الإسلامية والأسرة الإنسانية لمعالجة قضايا الواقع واستشراف آفاق المستقبل.
- تسعى إلى معالجة المعارف الإنسانية من منظور تألفي بين العقل والقلب، والعلم والإيمان، والفرد والمجتمع، والروح والمادة، والنظري والتطبيقي، والمحلي والعالمي، والأصالة والمعاصرة.
- تحرص على الصحة في المعلومة، والإيجابية في الطرح، والعمق في التحليل، والإثارة في الكتابة، والحرية في التعبير مع احترام المقدسات والخصوصيات، والالتزام بالمبادئ الأخلاقية والقيم الإنسانية المشتركة، والإنصات إلى الآخر، والانفتاح على الحكمة الإنسانية حيثما كانت، والحوار البناء الذي يخدم الإنسان ويفيده؛ كما تحرص على الابتعاد عن الإقصاء والاستغزاز والإساءة والعنف والتطرف والسطحية والسلبية فيما تنشر.
- تهدف إلى الجمع بين عمق الفكرة، وجمالية الصياغة، وبساطة العبارة، ووضوح المعنى في أسلوب الكتابة.

معايير النشر

- أن تكون المادة المرسله جديدة لم يسبق نشرها.
- ألا تتجاوز عدد الكلمات ٢٠٠٠ كلمة. وهيئة التحرير لها الحق في التصرف تلخيصاً واختصاراً.
- المادة المرسله تخضع لتحكيم لجنة علمية استشارية، وهيئة التحرير أن تطلب من الكاتب إجراء تعديلات على المادة قبل إجازتها للنشر.
- المجلة تحتفظ بحقها في نشر النصوص وفق خطة التحرير وطبقاً للتوقيت الذي تراه مناسباً.
- للمجلة الحق في أن تكفي بنشر المادة المرسله إليها في موقعها على الإنترنت دون استئذان كاتبها ما لم يؤكد الكاتب أثناء الإرسال رغبته في النشر في المجلة الورقية حصرياً. علماً بأن ما ينشر إلكترونياً لا يترتب عليه أي مكافأة مالية.
- المجلة تلتزم بإبلاغ الكتاب بقبول النشر، ولا تلتزم بإبداء أسباب عدم النشر.
- للمجلة حق إعادة نشر المادة منفصلة أو ضمن مجموعة من المقالات بلغتها الأصلية أو مترجمة إلى لغة أخرى دون استئذان صاحب المادة.
- المقالات المنشورة في مجلة حراء تعبر عن آراء كتابها ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة.
- مجلة حراء لا تمنع في النقل أو الاقتباس عنها شريطة ذكر المصدر.
- مجلة حراء ترجو كتابها الأكارم أن يرسلوا مع المادة نبذة مختصرة عن سيرتهم الذاتية مع صورة واضحة لهم.

ترسل جميع المشاركات إلى البريد الآتي: hiragate@yahoo.com

EGYPT

٢٢ ح جنوب الأكاديمية، التجمع الخامس، القاهرة الجديدة، القاهرة.
اشترك وتوزيع هاتف: +201000780841
hiragate@yahoo.com

NIGERIA

Nusret Educational And Cultural Co. Ltd.
Aguiyi Ironsi St. No: 77/B Maitama - Abuja
Phone: +2349030222525
hiragate@yahoo.com

IRAQ

Kani Irfan Publishing English Village N°9 / Erbil
Phone: +964 750 713 8000
hiragate@yahoo.com

USA

Tughra Books
345 Clifton Ave. Clifton, NJ 07011, USA
Phone: +1 732 868 0210
Fax: +1 732 868 0211
hiragate@yahoo.com

للتواصل مع إدارة المجلة | hiragate@yahoo.com

+2 01094338182

- من هو الأستاذ فتح الله كولن؟
- ما "الخدمة" وما رسالتها؟
- ما رؤية حركة الخدمة في التغيير؟
- كل ذلك في الكتاب الجديد..

جديد



00201023201002 | daralinbiath@gmail.com | مركز التوزيع: دار الانبعاث

www.souq.com

مكتبة الشروق | Shorouk Bookstores | مكتبة فكرة ستي ستارز



أفق النور

لا، لست وحيداً فتذكّر
الله الواحد يُونسك في أي مكان
فاخرج من عالمك القاتم
واهتف بالروح أنا قادم!
وإليه لتلجأ ملتمسًا أفق الإيمان
المؤمن حتى لو أمسى
في سجنٍ.. فهناك بيان
لرسائل نور تتلأأ
قد رُسمت فوق الجدران!

