

حراء

السنة السادسة عشرة / (يناير - فبراير) ٢٠٢١

مجلة علمية ثقافية أدبية
www.hiragate.com

دورية تصدر كل شهرين

82

Hira Magazine | Knowledge - Cultural - Literary | January - February 2021

توبة

أَظْلَمَتِ الْأَكْوَانُ عَلَيْنَا فَبَسَطْنَا لِلنُّورِ يَدَيْنَا
لَا تُوصِدْ بَابَكَ يَا رَبِّي إِنَّا بِالتَّوْبَةِ وَأَفِينَا



أغاني الذكاء الاصطناعي
أ.د. نبيل سليم

06

أطفال كورونا والتنمر الإلكتروني
أ.د. بسمة سيف

13

أرواح كرسى نفوسها لبيان
الحق / فتح الله كولن

2

أصل الداء

يأتي العدد الجديد من مجلة حراء بموضوعات ثمينة تمس واقعنا مباشرة، بدءاً من أعماق الإنسان وخبائاه، مروراً بأفاق الكشوفات العلمية والمنظور الأخلاقي في التعامل معها، وانتهاءً بالمستقبل وما يخبئه لنا من مفاجآت. تنطلق حراء بمقال "أرواح كرسى نفوسها لبيان الحق" للأستاذ فتح الله كولن، حيث يؤكد أن الحق محض جمال في ذاته، تهواه النفوس الطاهرة وتحوم حوله كالفراشات العاشقة، وإن مسلك الحقيقة هو مسلك الحب، ولا يخوض هذا المسلك إلا من عرف معنى الحقيقة، ومن عرف معناها نذر حياته لها. وفي منتصف هذا العدد تجدون رائعة من روائع الأستاذ كولن التي اقتبست من دروسه الخصوصية بعنوان "الإنسان مصدر المشاكل ومصدر الحلول"، حيث يشخص فيها سبب كافة المشاكل التي تعصف بحياتنا، ويقترح علينا حلاً؛ فما هو هذا الحل؟ إننا نعيش في عصر الخوارق العلمية، فكيف نمي الخيال العلمي لدى أطفالنا ونفجر حس الإبداع لديهم؟ مقال الدكتور بركات محمد مراد "تنمية الخيال العلمي لدى الأطفال" دليلنا في هذا المسار. أما الحاجي الوزاني ففي مقاله "الإنسان المعاصر بين رخاء العيش وشقاء النفس" يسلط الضوء على الإنسان وسط الإمكانيات الهائلة التي وفرها له العصر الحديث، ويتساءل ما إذا وجد السعادة التي يتطلع إليها أم أصيب بالخيبة والشقاء؟ أما مقال "أطفال كورونا والتنمر الإلكتروني" للدكتورة بسمة سيف، فهو يعالج قضية تمس الواقع الراهن الذي تعيشه البشرية في ظل وباء كورونا الذي حبس العالم كله الكبار والصغار في منازلهم، فلم يجدوا متنفساً إلا في عالم الإنترنت، لكن ما تأثير هذا العالم على نفسية أطفالنا في زمن كورونا؟ سعيد فهمي يناقش "مستقبل الأدب في عصر

الرقمية"، فهل المجال الرقمي فرصة لتطور الأدب أم نفق مظلم يخنقه؟ والدكتور خالد راتب في مقاله "الانتماء للوطن في ضوء المقاصد" يعالج مفهوم الأمة والوطن، فهل الانتماء للوطن مناقض بالضرورة للانتماء للأمة الإسلامية أو للأسرة الإنسانية؟ ألا يمكن للإنسان أن يكون متعدد الانتماءات في عالم متنوع؟

في باب السلوك الإنساني والرقمي بالإنسان إلى القمم الأخلاقية، ننوه بمقالين شيقين لصالح القاضي "الرياضة الروحية وتحسين السلوك" والدكتور سمير فريدي "نحو العروج إلى علياء التخلق". وفي السياق نفسه لا بد من التنبيه إلى مقال "أخلاقيات استزراع الأنسجة والأعضاء" للدكتور ناصر أحمد سنه، الذي سلط الضوء فيه على جانب قد لا يتنبه إليه العلماء وسط سكرة كشوفاتهم العلمية، ألا وهو الجانب الأخلاقي.

الدكتور أحمد مليجي يطلعنا على معلومات مهمة عن الزلازل في مقال "ماذا تعلم عن الزلازل؟"، أما الدكتور محمد السقا عيد فيكشف اللثام عن "المنتجات البلاستيكية وخطرها على الصحة". "حذاؤك مصدر صحة قدمك" للدكتور أمير السيد أحمد ذكي مقال لا بد أن يقرأه كل من يحرص على صحة قدميه. سمعنا بالذكاء الاصطناعي، لكن ما هي أغاني هذا الذكاء؟ وما هو هذا الحس الرومانسي الذي يتمتع به؟ الإجابات في مقال الدكتور نبيل سليم. ثم "أيهما أخطر السكر أم الدهون؟" سؤال وجيه يناقشه مقال عمر يلديز.

لا شك أن حراء في هذا العدد مخزون من المعرفة والأفكار والرؤى. هناك مقالات أخرى لم نتكلم من ذكرها لضيق المساحة، لا تقل أهمية عن المقالات التي أشرنا إليها باقتضاب، فالعدد مائدة شهية للعقل والقلب، فارجو أن ينال إعجابكم. ■



٢	أرواح كرسست نفوسها لبيان الحق / فتح الله كولن (المقال الرئيس)
٥	تنمية الخيال العلمي لدى الأطفال / د. بركات محمد مراد (تربية)
٩	الإنسان المعاصر بين رخاء العيش وشقاء النفس / الحاجي الزواني (قضايا فكرية)
١٣	أطفال كورونا والتنمّر الإلكتروني / أ.د. بسمة سيف (تربية)
١٧	إصلاح الرؤية إلى العالم / د. رضوان العمري (قضايا فكرية)
٢١	الانفلات المعرفي المنظم / حمزة الشافعي (قضايا فكرية)
٢٥	مستقبل الأدب في عصر الرقمية / سعيد سهمي (علوم)
٢٩	الانتماء للوطن في ضوء المقاصد / د. خالد راتب (قضايا فكرية)
٣٢	الإنسان مصدر المشاكل ومصدر الحلول / فتح الله كولن (قطوف)
٣٤	الرياضة الروحية وتحسين السلوك / صالح القاضي (قضايا فكرية)
٣٧	نحو العروج إلى علياء التخلق / د. سمير فريدي (قضايا فكرية)
٤١	أخلاقيات استزراع الأنسجة والأعضاء / د. ناصر أحمد سنه (علوم)
٤٥	ماذا تعلم عن الزلازل؟ / أ.د. أحمد مليجي (علوم)
٤٩	المنتجات البلاستيكية وخطورها على الصحة / د. محمد السقا عيد (علوم)
٥٣	حذاءك مصدر صحة قدمك / أ.د. أمير السيد أحمد ذكي (علوم)
٥٦	أغاني الذكاء الاصطناعي خطوة في العصر الجديد / أ.د. نبيل سليم (علوم)
٦٠	أيهما أخطر السكر أم الدهون؟ / أ.د. عمر يلديز (علوم)
٦٣	مصر / عبد القادر جابر (شعر)



أرواح كرست نفوسها لبيان الحق

بالمحبة لديه تعالى، لقد وضعوا نصب أعينهم ما قاله سلطان البيان ﷺ: "حَبَّبُوا اللَّهَ إِلَى عِبَادِهِ يُحِبُّكُمْ اللَّهُ"، ولذلك يتجولون في أصقاع الأرض من مشارقها إلى مغاربها، بحثاً عن نديم يتبادلون معه "حديث الأجرة". صحيح أن هذا منهم ليس إلا خطوة يسيرة، وبمثابة قطرة صغيرة، ولكن الله يقابلها ببحر من جوده، ولو قلنا: "إنها تساوي الدنيا وما فيها" لقللنا من شأنها وما استطعنا أن نعبر عن قيمتها.

إن أهم الطرق والوسائل لتحبيب الحق ﷺ إلى خلقه، هو السير تحت وصاية سيد الأنام عليه أفضل الصلاة والسلام. فمن يعرفه ويتقبله ويدخل في أجوائه الروحية، ويستوعب ما جاء به من الرسائل النورانية التابعة من صفة "الكلام" الإلهية، ويجعلها روحاً لحياته، فإنه سينجو من العمى، وسينظر إلى كل شيء بمنظار البصيرة. فبينما عيناه تشاهدان الآيات الكونية في مسجد

إنها حظوة ليس فوقها حظوة، بل من مقتضى المخلوقية في "أحسن تقويم؛ أن يكرس الإنسان نفسه وينذر حياته للتعريف بالحق ﷺ. ولا شك أن الذين يتتهزون كل الفرص ويستثمرونها للتعريف به وتحبيبه إلى عباده، ويبدلون قصارى جهودهم حتى تفتح القلوب له ولرسوله الذي أرسله ليكون وسيلة لهذا الأمر، بل وغاية له، ويحاولون أن يفتحوا للعباد سبيلاً إلى الوصال بربهم.. إن هؤلاء يلقون وسيلقون لدى أهل الملا الأعلى، كل ترحيب وتمجيد. كيف لا، والسائرون في هذا الطريق يحبون أحبابهم إلى كل من يتواصلون معه، ووسيلتهم المثلى في ذلك هي تمثّلهم لمسلكهم بتصرفاتهم ولسان حالهم.

وكلما نزلوا منزلاً وانفتحوا على الآخرين، نفخوا في الآخرين محبة الحق سبحانه، وبطبيعة الحال حظوا



إننا كان القلب والروح خاليين من المعرفة
وضيائها، فمن الصعب الحديث عن المحبة،
ناهيك عن نسمات العشق والشوق إلى لقاء
الله تعالى.

حذاء

أستتهم صباح- مساء بالحديث عنه من دون أن يخطئوا
في الأسلوب، فإنهم يكونون دائماً في ماراثون الأعمال
الصالحة؛ وترجف قلوبهم خوفاً من القصور في باب
"الإخلاص، أو "الإحسان"، فلا يفتأون يرددونهما
 ويفكرون فيهما ويطمحون إلى البلوغ إلى مقام "رضوان
الله"، فيهرولون من شهود إلى شهود نحو ما وراء الآفاق.
فلا الطرق الوعرة ولا الوديان السحيقة ولا بحور
الدماء والصيد، تعوقهم عن مواصلة المسير؛ لأنهم
يسيرون باتجاه الحق تعالى، ولا يهدفون في سبيل
الوصول بربهم إلى أي مطمع دنيوي أو أخروي.
إن الذين يُحرزون الوصول إلى مثل هذا الأفق، لا
يتعثرون بما يتعثر به الجاهلون، بل ينطلقون من حَملة
إلى أخرى ليقْتلعوا عن قلوبهم العِلاقةَ والمحبّة لما
سواه تعالى، وينظرون بحزن عميق ونظرات متحسرة،
إلى المتعلقين بمغريبات الحياة الدنيا وزخرفها الصوري.
يقولون: "لقد خضنا طريق العشق والهيام، إننا
مجانين، لا نشعر بالحاجة إلى الجاه!" (سيد نيكاري).

لا يذكرون إلا إياه، ويعتبرون كل قول خال عن
الحديث عنه -مهما كان ساحراً يأخذ بالألباب- ضرباً
من الثرثرة ولغو الكلام، فيتجهون نحو الحديث
عن الحبيب، ويخوضون في مشاهدة آفاق أرواحهم
وأسرارهم المعنوية.

وعلى الرغم من أنهم يرون أن هناك نوعاً من
الارتباط بين ما لديهم من الإرادة وما يحرزونه من هذا
الكم من المشاعر والأفكار من حيث إن الإرادة شرط
عادي لإحرازها، إلا أنهم يؤمنون أن كل شيء منوط
-في حقيقته- بالمشيئة الإلهية وتوجُّهه الخاص. لأنهم
حريصون للغاية على أن لا يلامس أيُّ غبارٍ فكرهم
وعقيدتهم التوحيدية الذي هم مستعدون للتضحية بكل
شيء في سبيله. فلذلك يعتقدون أن إطار الإرادة الإنسانية

الكون، نراه من ناحية أخرى، يصغي بأذنيه المفتوحتين
على السمعيات إلى القرآن الذي يردد الأوامر التكوينية
في معبد الأشياء والأحداث العظيم، فيزيده ذلك شوقاً
وحماساً. يتنفس دائماً بأحاسيس الشاعر القائل:

"إلهي أنت الموجود

وأعود لأقول مرة بعد أخرى:

أنت الموجود.. أنت الموجود..

أشعرُ بوجودك دائماً؛

بعقلي، وقلبي، وروحي!"

يقول ذلك فيخوض في سلسلة من الأفكار التي تأخذ
به، لتمتد من "الإيمان بالله" إلى "معرفة الله"، ومنها إلى
"محبّة الله"، ومنها إلى "العشق والشوق إلى لقاء الله".
يترنم بالألحان التي ترسم الوجود والأحداث بفقراتها
وجملها وكلماتها، فيردد قائلاً: "هو (الله)"، ويظل لسانه
رطباً بذكر الله. وما أطف هذه التعابير من بطل الحماس
الذي عبر عن هذا المستوى من الحياة: "إن الكون من
أفصاه إلى أفصاه كتاب عظيم، فكلمة أنعمت النظر في
حرف منه فسترى فيه رمزاً يشير إلى الله".

ولكن سماع هذا الصوت، وقراءة هذه المجموعة
من الرسائل المتداخلة، وفهم تلك المعاني الدقيقة
العميقة التي تنطوي عليها هذه الرسائل، يتطلب عينا
مبصرة، وأذناً واعية، ومنطقاً قادراً على التقويم، وتطلُّعاً
عميقاً، ومحكمة عقلية، وإدراكاً طافحاً بالشوق وحب
المعرفة والاستطلاع.

ومن الصعب للغاية، بل من المستحيل على من لم
يتخط أسوار التقليد ولم يتجاوز حدود الشكل والصورة،
أن يسمع هذه النغمات ويقومها، ثم يستوعبها. وما لم تنفذ
هذه المشاعر الإيمانية العميقة إلى جميع خلايا الأدمغة
والعقول، ولم تسر إلى أعماق القلوب الصافية والنقية،
فمن الصعب بل من المستحيل أن تجد في هذا الهيكل
الروحي ضياء المعرفة الإلهية. وإذا كان القلب والروح
خاليين من المعرفة وضيائها، فمن الصعب الحديث عن
المحبة، ناهيك عن نسمات العشق والشوق إلى لقاء الله.

أما أولئك الذين كرسوا أنفسهم للحديث عنه تعالى
وتحبيبه إلى عباده، ودخلوا في أجواء المحبوبة عن
طريق تحبيبه، وتوجوا حياتهم بتوجهات معينه، وتلهج

ضيق ومحدود للغاية، وأن العزم والإقدام ليسا سبيين كافيين. ويرون أن الجسمانية والحيوانية عقبتان خطيرتان في سبيل الوصول إلى مستوى الإنسان الحقيقي.

وفي موازاة هذا كله، يعتبرون نسبة أي نجاح وإنجاز إلى أنفسهم، ضرباً من الشرك الخفي، وكلما وُفقوا لنجاح ومكسب، إذا بهم يترنمون بما قاله الشاعر (محمد لطفي):

"إنني -العبد الضعيف- لا أليق بهذا،

ولا أدري لماذا هذا اللطف والإحسان".

فيسندون كل شيء إلى الرحمة الإلهية الواسعة والفضل الرباني الشامل، وبما يحبونه لعباده من حيث لا يحتسبون، ولذلك تراهم يلهج لسانهم بالقول: "كل شيء منك، وأنت الغني، وإنني وجهت وجهي إليك يا ربي". فيهرولون نحو حظيرة قدس ربهم الذي يقابل كل تحركاتهم بل كل خطوة قصيرة وحركة طفيفة منهم، بتوجه غير متناه.

والواقع، أن هذه القافلة من المباركين، كانت منذ بداية رحلتها تسير دائماً نحوه تعالى وهي تنفس بأنفاس المعية الربانية، مغلقة كل المنافذ حتى لا تخترقها الأغيار ولا تجد منفذاً للوصول إلى عوالمهم الداخلية.

وظلوا طوال الطريق، يواصلون الحديث عنه، ولا يفتأون يذكرونه في جميع الأحوال والأطوار، ولا يرغبون في تسرب ألحان أخرى إلى عوالمهم ومشاعرهم القلبية. وكانوا يرون أنه لا بد أن تكون بدايات كل أقوالهم "براعة استهلال" فيها ترمز إليه تعالى، وتكون قوافي كلامهم وخواتيمها هي أيضاً معبرة عنه سبحانه.

بل كانوا يعتبرون كل الحوارات والمحادثات التي لا تتعلق به نوعاً من لغو الكلام، فيحاولون أن يُعمقوا كل مشاوراتهم بالحديث حول الحبيب، ويعبرون دائماً عن مشاعرهم وأفكارهم الداخلية بمثل ما قال القائل:

"يا ليت جميع البرايا يعشقون معشوقي،

ويا حبذا لو دارت كل أحاديثنا حول حبيبي".

يوصدون الأبواب في وجوه الأغيار وهم يقولون: تكلم بأحاديث أرباب الليالي أو تمسك بالسكوت، وافتح صدرك لهذا فقط، إن كنت -لا بد- فاتحاً! وبينما يكرس هؤلاء أنفسهم لسبيل الحق ويواصلون المسير في هدي النبي المصطفى ﷺ، لا يزال هناك في

المقابل، وفي كل فترة تقريباً، من لم يتوانوا في الإساءة إليهم، من أعوان الشيطان الأنانيين، المتمسكين بالدينا وزخرفها، والمهووسين بحب السلطة، والممسوخين من الإنسانية، والمتخبطين في الأفكار الظلامية، والمحرومين من الفكر النير.

وقد حاولوا القضاء على رجال الحق بشتى أساليب الهيمنة والتسلط -وبالطبع دارت الدائرة عليهم- وأعلنوا الحرب على ذلك النور الذي تفضل الله به على المؤمنين الذين حاولوا تمثله واتباعه. ومهما اختلق المفسدون زوراً، وأغرقوا في البهتان والافتراءات، وحاولوا إبعاد سبيل النور عن مسارهم، فإنهم في نهاية المطاف أصيبوا بالخزي والخذلان بما اقترفوا من العار والشنار.

لأن سالكي طريق المودة والمروءة كانوا يسرون على خطى الأنبياء، وكانوا في حرز الحق ﷺ. فما كان لأحد أن يقضي على بذرة نثرها الله على أرض الخدمة فأخذت طريقها لتكون سنبله، ولن يتمكن أحد من إطفاء الشعلة التي أثارها الله، لأنها تستمد طاقتها من رحمة الرحمن والإرادة السبحانية وقدرة الرب المنان.

وما أروع ما قاله الشاعر ضياء باشا:

"إن ما قدره المولى لن يتراجع بقوة الساعدين،

والشمعة التي أشعلها المولى لن تنطفئ بالنفخ!"

ومن هذا المنطلق نستطيع القول إن المفسدين كانوا يخططون لإحياء خطة "سُلُوِيَّة"، لكن جهودهم ذهبت سدى! لأن السائرين في طريق الحق كانوا تحت عناية الله الذي: تشرق تناغم تجلياته في كل الزوايا، ويتجلي في كل قلب ظل من ذلك التجلي، فإذا استشعرت الروح تلك التجليات بحثت عنها في كل الجهات، وتراءت أمامه أحلى الذكريات، فكل لون، وكل صوت، وكل نقش يعلن عن وجوده بواضح البيان، فسيروا على بركة الله يا أهل الخدمة ويا أهل القرآن! ■

(*) نشر هذا المقال في مجلة "جاغليان" التركية، العدد: ٣ (يونيو

٢٠١٧)، تحت عنوان "Hak Yoluna Adanmış Ruhlar". الترجمة

عن التركية: أجير أشيوك.

تنمية الخيال العلمي لدى الأطفال

الخيال بصفة عامة، ليس بالشيء المنفصل عن الواقع، ولا بالشيء الحر المطلق الذي لا يتصل بمجالات الحياة التي نعيش فيها؛ فالفرد نفسه -بل كل ما يفكر فيه- ما هو إلا حصيلة التجارب والخبرات التي اكتسبها نتيجة التفاعل المستمر بينه وبين المحيط الذي يوجد فيه. فالخيال بعبارة أخرى، هو القدرة على تصوير الواقع في علاقات جديدة، ونفس هذه القدرة هي القدرة على تقمص أشياء وتمثيلها. إن الطفل لديه استعداد قوي للخيال، والخيال الإنساني مسئول -بالإضافة إلى العمليات العقلية الأخرى- عن كل الأعمال الابتكارية في الحياة الإنسانية، لذا تعتمد روائع أدب الأطفال، على الخيال.. فالخيال هو أئمن هبة أعطتها الطبيعة للأطفال، وهو خيال أوسع من خيال الراشدين وأخصب، لذلك يحرص من يكتبون للأطفال على توسيع آفاق هذا الخيال وتنميته.

ومن الجدير بالذكر، أن الله تعالى حبا الطفل بميزة هامة فطرية -وربما يفتقدها أو يضعف من قوتها الإنسان الكبير- وهي القدرة على التخيل الجامح، والتخيل المستقبلي، والتخيل التنظيري. فالقدرة على التخيل ملتصقة بالطفولة وصفاتها، والخيال يتعدد بتعدد مراحل الطفولة، فهو ينمو مع الطفل منذ مولده، ويتيح له الفرصة للتفكير والنبوغ والابتكار إذا توفرت له كل الظروف المواتية.

إن تنمية الخيال العلمي لدى الأطفال، يساعدهم على تحقيق التفكير الابتكاري، وإن غرس السمات الابتكارية والاتجاهات الابتكارية في الأطفال، يشجعهم على التفكير الابتكاري، بل يساعدهم على الاختراع.

حذاء

إذا تساءلنا عن حقيقة الخيال، فإننا نجد في المعجم الفلسفي لعلم النفس، أن الخيال هو قابلية تصور الأشياء الغائبة وتوليف الصور بينها. والخيال الاسترجاعي يتميز عن الخيال المبدع؛ فالأول وسيلة استرجاع أوضاع منصرفة من الذاكرة، والثاني استقبالي يتيح تصوره وقائع لم نرها ولم نسمع عنها من قبل. والخيال ليس ملكة خاصة سواء استرجاعياً أم مبدعاً، بل يمكنه أن يظهر في كل الأشكال الأساسية من الحياة النفسية (فكر، عاطفة، إحساس، حدس)، وهو وقف على الإنسان.

أما التخيل فهو عملية عقلية عليا، تؤدي وظيفة مهمة للتفكير في المواقف التي تحتاج إلى تفكير وحل، ويصبح التخيل مفيداً ومثمراً تبعاً لمقدار النضج العقلي، حيث يصوغ الفرد خبراته السابقة في إطار كلي جديد، مستعيناً بقدرات التذكر والاسترجاع والصور العقلية المختلفة في إنشاء هذه التنظيمات الجديدة التي تصل الفرد بماضيه، وتمتد لحاضره، وتستطرد لمستقبله.. فتبني من ذلك كله دعائم الإبداع الفني الابتكاري العقلي، والتكيف السوي مع البيئة.

ومن الأهمية بمكان، أن نعرف أن الموهبة الإبداعية (Creative Talent) يدخل في تكوينها التخيل والخيال، ويشكل ركنية أساسية في تكوينها وتنميتها. وتعرف الموهبة الإبداعية عند بعض علماء النفس، من خلال مجموعة من الصفات لو توافرت في الطفل بدرجات معينة كان ذلك مؤشراً على إمكاناته الإبداعية. وهذه الصفات كما تشير "ریم" (Rimm 1984) هي:

١- الاستقلالية (Tndependence): مرتفعو الدرجة على هذا المقياس، هم من لديهم القدرة على اتخاذ القرارات، وتجريب الحلول، واعتمادهم على أنفسهم،

ولا يزعجهم أن يختلفوا مع أقرانهم. أما منخفضو الدرجة فيفضلون اللجوء إلى الغير أو عدم الحسم، ويتخلون عن الأنشطة بسهولة.

٢- التخيل (Imagination): مرتفعو الدرجة على هذا المقياس الفرعي، يحبون الاستطلاع وإثارة العديد من الأسئلة وروح الدعابة، أما منخفضو الدرجة فإنهم يكونون أكثر حرفية وواقعية، وأقل استطلاعاً.

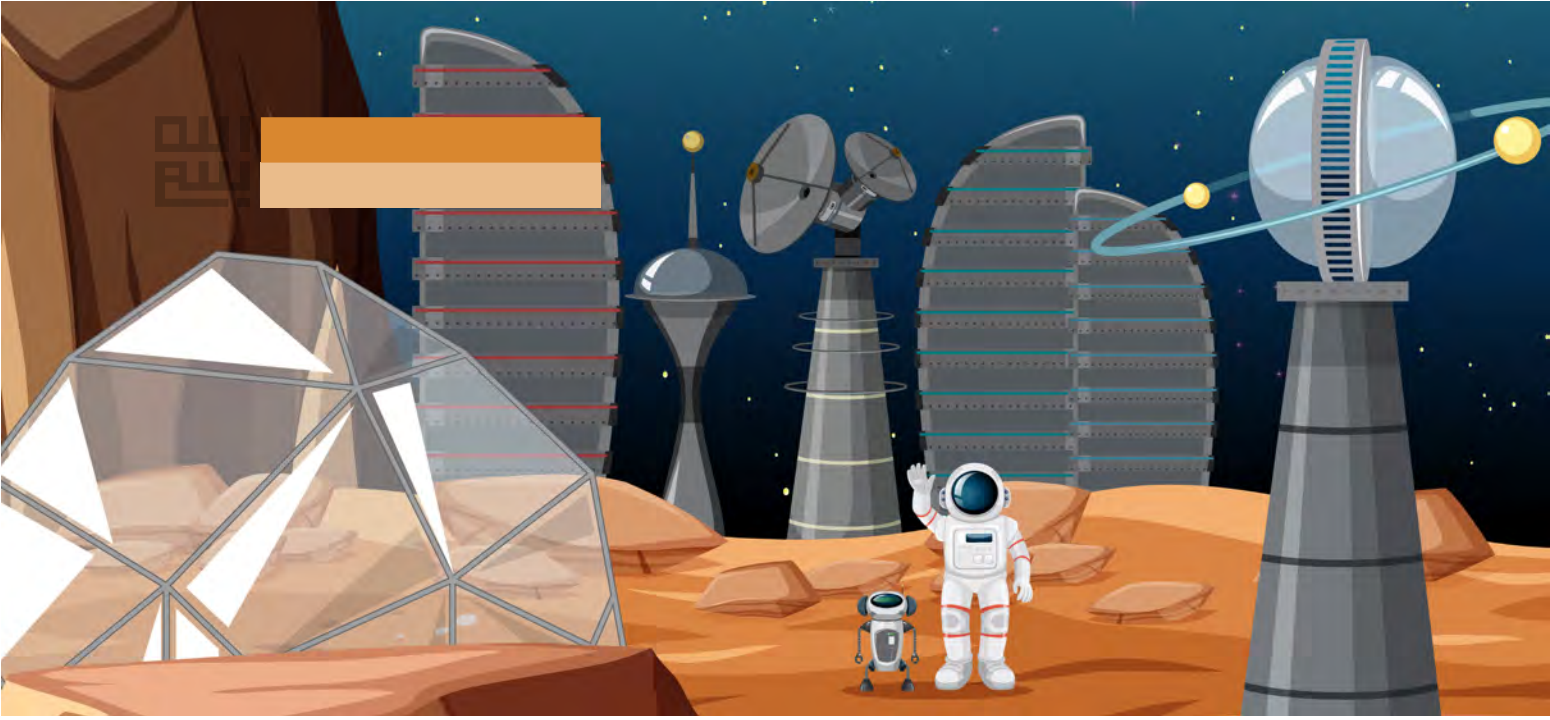
٣- تعدد الاهتمامات: مرتفعو الدرجة على هذا المقياس الفرعي، يتميزون باهتمامهم بالرسم، والتعبير وجههم لمعرفة الحياة في العصور الماضية والحياة في بلاد أخرى، أما منخفضو الدرجة فإن لديهم اهتمامات قليلة بهذه الأشياء.

وللتخيل دور كبير في التعلم والتعليم من خلال استخدام أشياء حسية، كالصور التي تساعد على تكوين صور ذهنية عن الأشياء. ويعد التدريس بالتخيل العقلي، من الطرق التي تحسّن الذاكرة الإنسانية والتذكر، وفي إدراك التلاميذ لمعاني المفردات والجمل. وإلى جانب ذلك، يسهم الخيال العلمي إسهاماً كبيراً في استيعاب المفاهيم والحقائق العلمية، بما يساعد في استيعاب المعرفة العلمية، وبالتالي في حل المشكلات التي تواجهها.

الخيال العلمي (Science Fiction)

هو الانتقال عبر آفاق الزمن على أجنحة الحلم المزين بالمكتسبات العلمية، وغالباً ما يطرق مؤلفوه أبواب المستقبل بتنبؤاتهم دون زمان محدد، فهو نظرة واسعة على العالم يدخل فيها العلم فيمتزج بحقائقه مع خيال الكاتب، ترسم أحياناً تنقلك إلى المستقبل، أو الماضي السحيق، فتشرك وتذهلك.

ولتربية الخيال العلمي لدى الطفل منذ سن مبكرة أهمية تربوية بالغة، وهذا يتم في المنزل والمدرسة وبوسائل عديدة، لعل أهمها القصص الخرافية التي يتلوها الكبار أو يروونها للأطفال وخصوصاً قبل النوم، شريطة أن تنطوي تلك القصص الخرافية على بعض المضامين الأخلاقية الإيجابية، وأن تكون سهلة واضحة المعنى بالنسبة للأطفال، وتثير اهتمامهم، وتداعب مشاعرهم المرهفة الرقيقة، وكذلك تؤدي لتنمية الذكاء



كانت ثمرة قراءاتهم لقصص علمية خيالية غدت خيالاتهم وأثرتها بقواعد وأفكار علمية، بدأت بومضات من الخيال في عقولهم ثم نمت حتى أصبحت حقيقة واقعة بجهودهم.

ولا شك أن تنمية الخيال العلمي لدى الأطفال، يساعدهم على تحقيق التفكير الابتكاري. وعلى الرغم مما يبدو من أن بعض الأطفال قد ولدوا ولديهم بصائر ابتكارية، فإنه يمكن تعليم جميع الأطفال التفكير الابتكاري، حيث يمكن تعليمهم الاتجاهات الابتكارية والتفكير الابتكاري في كل من المنزل والمدرسة، إذ ذلك يحسّن من قدرات الأطفال وينميها، وذلك في أي اتجاه يختارونه للاهتمامات.

ومن الجدير بالذكر أن غرس السمات الابتكارية والاتجاهات الابتكارية في الأطفال، يشجعهم بدون شك على التفكير الابتكاري، بل يساعدهم على الخلق والاختراع، حيث تؤكد الدراسات التي أجريت في هذا الميدان، أن السمات التي يتميز بها الأطفال ذوو الدرجة المرتفعة من الابتكارية، تتضمن الثقة بالنفس، والاستقلالية، والحماس، والفضول أو حب الاستطلاع، والروح الهزلية، والبشاشة، والاهتمامات الفنية والجمالية، والمخاطرة أو المجازفة بشكل مناسب، ووجود عدد كبير من الاهتمامات بشكل عام، ومستوى مرتفع من تلك الاهتمامات.

من هذا النوع من الأدب. والقصص العلمية الخيالية هي مجرد بذرة لتنمية الخيال العلمي وحب العلم، وتجهيز الطفل وعقله وذكائه للاختراع والابتكار.

الخيال العلمي والتقني، يعبر عن نفسه لدى الأطفال منذ سن مبكرة في ألعابهم، وذلك في تحليل الأدوات والأجهزة التقنية البسيطة، وفي فكها وتركيبها.. فلا بد من توجيه الأطفال باستمرار تفادياً لتكسير بعض تلك الأدوات والأجهزة، أو تعطيلها أثناء عملية الفحص أو التمهين (التحليل والتكيب).

ويفضل تشجيع الألعاب التقنية الجماعية التي يساهم فيها أكثر من طفل، وأن يعود الأطفال على إنجاز أعمال مفيدة على القدر المستطاع، وأن تشجع ممارسة هواياتهم التقنية بأسلوب جماعي للتعاون والاستطاعة على تركيب ما تم فكها، وبالتالي اكتساب خبرات تقنية وخيالية، وهذا ينمي خيالهم العلمي بصورة كبيرة. ولتحقيق ذلك على أفضل وجه، لا بد أن يقوم المشرفون على تربية الطفل في الأسرة والمدرسة -وعن طريق أجهزة الثقافة والإعلام- بتوضيح تركيب تلك الأدوات والأجهزة، وكيفية تفكيكها وإعادة تركيبها، وأن يشرحوا ذلك شرحاً وافياً -من وجهة نظر الطفل- مقروناً بالأفعال لا بمجرد الأقوال، وبذلك يمكن أن ننمي تفكيره وذكائه عن طريق الخيال التقني دائماً.

إن معظم الاختراعات والنظريات العلمية للعلماء،

وقد أوضح كثير من العلماء، ضرورة توظيف قدرة الأطفال على التحليل الإبداعي والابتكاري في المرحلة العمرية من ٩ إلى ١٢ سنة، وإشباع اهتماماتهم في مجالات أنشطة متنوعة كالرسم والتمثيل، والتجارب المعملية لتشجيع الاكتشافات والاختراعات، وكذلك الفنون والأعمال اليدوية، والعمل على تعليم الأطفال أكبر قدر من المفاهيم المتنوعة المرتبطة بالبيئة والطبيعة من خلال وسائل متنوعة، ومن أهمها الكتب والأفلام والقصص المصورة، لإقبال طفل هذه المرحلة وشغفه بالقراءة.. وتنمية أنواع مهمة من التفكير يتطلبها طفل هذه المرحلة، كالتفكير العلمي الابتكاري والنقدي والتحليل المنطقي، من خلال مناقشات الأطفال في أحداث تلك القصص والأفلام.

الخيال العلمي والأدب

يُعد الكاتب الفرنسي "جول فيرن" (Jules Verne) (١٩٢٨م) الأب المؤسس للخيال العلمي، وقد كتب رائعته "رحلة إلى جوف الأرض" عام ١٨٦٣م، التي تخيل فيها رحلة إلى القمر. هذا الخيال في الرواية تحققت بعد قرنٍ -في ٢٠ أغسطس ١٩٦٩م- عندما وطئت أول أقدام بشرية القمر. وكتب "فيرن" الكثير من الأعمال في الخيال العلمي، من بينها "عشرون فرسخ تحت الماء"، و"سيد العالم" وغيرها.. ويلاحظ في رواياته خيالاً مجنحاً غلب عليه المنطق العلمي، وهذا ما جعله أشبه بنبوءة علمية. فقد تخيل في روايته "من الأرض إلى القمر"، انطلاق محطة فضاء من الأرض إلى القمر بواسطة مدفع هائل الطول، ووصف الرواد على سطحه والمناظر من فوقه، كما تحدث عن عودتهم إلى الأرض، حيث هبطوا بمظلة في البحر بطريقة شبيهة بما فعله رواد المركبة الفضائية (أبولو ١١)، وقد هبطت على القمر محطتها القمرية (العقرب) في ٢٠ أغسطس ١٩٦٩م. كما كتب "جول فيرن" عن الغواصة ووضع وصفاً لها، وكتب عن الطائرات النفاثة والصواريخ بعيدة المدى والغوص في أعماق المحيطات.. وكلها تنبؤات تحولت إلى حقيقة ملموسة في العصر الحالي.

وهناك الكاتب الإنجليزي "هربرت جورج ويلز"

(١٨٦٦-١٩٤٦م) الذي اعتبره النقاد شكسبير الخيال العلمي، وقد كتب أول رواياته الخيالية "آلة الزمن" عام ١٨٩٥م التي تعد أعظم روايات الخيال العلمي على الإطلاق، وفيه يتخيل أن بطله صنع آلة، حين يدير عجلتها يستطيع أن يقفز فوق الزمن وأن يعود إلى الماضي، أو يخترق المستقبل لسنين بعيدة حسب الجهة التي يدير بها العجلة. وتخيّل "ويلز" في آلة الزمن، أن مصير الإنسانية التي انغمست في الدعة والسلام، وقنعت بالعافية من الهموم، سيكون قاسياً.

وفي القرن العشرين بدأ العلماء بتحويل بعض هذه الأحلام الخيالية إلى حقائق ملموسة، وفقاً لكتاب "The Great Ones"، قضى الفيزيائي الألماني "هيرمان أوبرث" (Hermann Oberth) سنوات طويلة في محاولة تحقيق أحلام "فول فيرن" بإنجاز رحلات إلى الفضاء. أما حسابات "أوبرث" فقد ساعدت على إرساء أساس علمي للسفر إلى الفضاء. وعلى أية حال، لم يكن هو العالم الوحيد الذي تأثر بقصص الخيال العلمي، يقول كاتب قصص الخيال العلمي المشهور "راي برادبري" (Ray Bradbury) بأن "ويرنر فون براون" (Wernher von Braun) وزملاءه في ألمانيا والجميع في "كاب كينيدي" (Cape Kennedy) طالعوا "أتش جي ويلز" (H.G. Wells) و"جول فيرن" (Jules Verne) عندما كانوا صغيرين، وقد قرروا أنهم عندما يكبرون، سيحولون كل ما كتب في الخيال العلمي إلى حقيقة في الواقع. فكان الخيال العلمي نقطة انطلاق للابتكار في العديد من الميادين. ■

(٤) كاتب وباحث وأكاديمي / مصر.

المراجع

- (١) الذكاء وتنميته لدى الأطفال، د إسماعيل عبد الفتاح الكافي، الدار العربية للكتاب، ط٢، القاهرة ١٩٩٨م.
- (٢) الخيال العلمي للطفل، د. فايزة يوسف عبد المجيد، مجلة أون، العدد: ١٢، جامعة عين شمس ٢٠٠٧م.
- (٣) تنمية الموهبة الإبداعية للأطفال، د. أميمة منير جادو، المنهل، العدد: ٦٠٧، جدة يونيو ٢٠٠٧م.
- (٤) هل نذهب إلى الفضاء عبر مصعد؟!، هاني كرم، المعرفة، العدد: ١٠٤، الرياض يناير ٢٠٠٤م.



الإنسان المعاصر بين رخاء العيش وشقاء النفس

ت يبدو أن الإنسان المعاصر قد جمع بين الضدين؛ هما الرخاء والشقاء. فالرخاء يبدو عند النظر في ظاهره؛ من حيث التفنن والتلذذ بزينة الحياة في المأكل والمشرب والملبس والمسكن والسفر والتواصل وغيرها من مظاهر الحياة.. أما الشقاء فيظهر عند تأمل باطنه؛ أنه حالة من عدم الرضا عن النفس، والإحساس بألم داخلي يمنع من الاستمتاع برخاء العيش، إنه إحساس يسبب لصاحبه شعورًا بالتوتر والقلق والاكتئاب.. وهي ظاهرة تخالف المنطق؛ إذ يفترض منطقيًا -أو هكذا يعتقد الناس ويُخيَّل إليهم- أن رخاء العيش والسعادة النفسية شيان متلازمان، غير أن الواقع ينبئنا بعكس ذلك، وهو وجود حالة من التناقض عند جمع غفير من الناس بين الظاهر والباطن.

لكن على صعيد الراحة النفسية؛ يلاحظ أن هذا الإنسان يعيش حالة من القلق والاكتئاب وفقدان المعنى، فرغم الإشباع الذي حققه في جميع المجالات؛

إلا أنه يعاني أزمة نفسية حادة. ويظهر ذلك في كثرة الأمراض النفسية المتفشية، وارتفاع نسبة الانتحار في العالم، وانتشار الإجرام والعدوانية بمختلف أشكاله، إذ تشير دراسة لمنظمة الصحة العالمية إلى أن "ربع سكان العالم سيصابون بمرض نفسي في مرحلة ما من حياتهم". وتؤكد نفس المنظمة في تقرير لها، أنه "في كل عام يضع ما يقارب ٨٠٠ ألف شخص نهاية لحياته، هذا فضلاً عن الكثيرين ممن يحاولون الانتحار. وتمثل كل حالة انتحار مأساة تؤثر على الأسر والمجتمعات والبلدان بأكملها، بما تحدثه من آثار طويلة الأمد على من تركوهم وراءهم"، ويضيف التقرير أن "الانتحار لا يحدث في البلدان مرتفعة الدخل فحسب، بل هو ظاهرة عالمية في جميع أقاليم العالم".

ومهما يكن الأمر، فإن ما هو ثابت لدينا أن الصحة النفسية للإنسان المعاصر لا تعكس مستواه المعيشي؛ فالرخاء في العيش لم يؤدي إلى السعادة النفسية، علماً أن الناس كلهم لا يريدون من هذه الدنيا إلا أن يكونوا سعداء، وما حبههم المفرط للمال إلا لاعتقادهم أنه وسيلة لتحقيق ذلك، لكن -للأسف- هو اعتقاد خاطئ لا يصدقه الواقع. إذن، الرخاء على المستوى المادي، والشقاء على المستوى النفسي، من مميزات الإنسان المعاصر، فما السبب؟

محاولة في تفسير الظاهرة

من المعلوم عند الناس كافة، أن الإنسان يتكون من مادة وروح، أو من جسم ونفس. فالمادة هي الجانب الظاهري، والروح هي الجانب الخفي في الإنسان، وهذان المكونان يحتاجان معاً إلى التغذية؛ فالجسم يحتاج إلى أكل وشرب وراحة، والروح أيضاً تحتاج إلى تغذية تناسبها، وعندما يحصل خلل في التوازن بينهما، تبدأ أعراض الشقاء في الظهور. إذن، السبب الأساس في الشقاء النفسي، هو عدم التوازن بين مطالب الجسد ومطالب الروح (النفس)، وبيان ذلك على الشكل التالي: نشير بداية إلى أن كل شيء يسير وفق نظام خاص به، سواء فيما خلقه الله تعالى من قوانين ثابتة في كونه، أو فيما يصنعه الإنسان من آلات متطورة عن طريق العلم،

وجميع المخلوقات والمصنوعات تتعطل إذا اختل النظام الذي صنعت عليه. فالله تعالى خلق الإنسان وفق نظام خاص وهو ثنائية الجسد والروح، ولا تتحقق إنسانيته إلا بهذين الجناحين اللذين يستحيل الطيران بأحدهما فقط، وتلك هي الفطرة ﴿فَطَرَهُ اللَّهُ الَّذِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ﴾ (الروم: ٣٠). وهذه سنة كونية في الإنسان يجب أن لا تغيب عن أي شخص يحاول فهم الحالة النفسية للإنسان، لكن كيف يحصل الخلل في التوازن؟

يحصل عدم التوازن عندما يبالغ الإنسان في تلبية مطالب جسده ويفرط في مطالب روحه، فتراه -مثلاً- لا يهتم إلا بشهواته وغرائزه الحيوانية، مثل الملابس والمسكن والأكل والشرب وغيرها، ولا يعير أي اهتمام وهو يسرف في كل شيء اسمه الأخلاق، وهو مفرط في تلبية مطالب روحه التي هي الأخلاق بصفة عامة. وإذا اختل التوازن بين الثنائي الفطري، حل الشقاء النفسي محل السعادة، وكلما زاد الفارق بينهما زاد الشقاء إلى أن يصل إلى نهايته وهو الانتحار، قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا﴾ (طه: ١٢٤)؛ والضنك هو إحساس الإنسان بالضيق والعسر والاختناق رغم انتفاء أسبابه الظاهرة، مثل الفقر وقلة الحاجة. وفي آية أخرى، يصور القرآن الكريم الحالة النفسية للمعرض عن الله، أو بتعبير أدق المخالف لفطرته التي فطر عليها، يقول تعالى: ﴿وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ﴾ (الحج: ٣١)؛ وسقوط الإنسان من السماء والطيور تخطفه، تشبيه بليغ لحالة القلق النفسي الذي يعيشه الإنسان الذي لم يوازن بين شهوات الجسد وغذاء الروح.



السبب في وقوع الإنسان المعاصر في الشقاء النفسي، هو حصول خلل في نظامه الفطري؛ وهو عدم التوازن بين ثنائيته التي تشكل ماهيته، إذ يفرط في شهوات الجسد ويفرط في روحانيات النفس.

حذاء

يمكن للإنسان أن يوازن بين الجسد والروح، أو يعيد توازنهما، ويتجنب ذلك الألم الذي ينغص عليه حياته؟ يلخص الجواب في العناية بالشق المادي والروحي معاً، وذلك على الشكل التالي:

١- على مستوى الروح: ننطلق من الآية الكريمة التي تقول: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً﴾ (النحل: ٩٧)؛ فالحياة الطيبة، أي الإحساس بالسعادة والبعد عن الضنك والشقاء، مشروطة بشرطين هما الإيمان والعمل الصالح.

أ- الإيمان: الإيمان الذي يحقق لصاحبه الحياة الطيبة، ليس مجرد النطق بالشهادتين، بل هو اقتناع عقلي وإحساس وجداني. فكثير من الأمراض النفسية تأتي عن طريق فقدان المعنى، إما بسبب الغفلة عن معاني الإيمان بالنسبة للمؤمن، أو الجهل بالنسبة للكافر؛ لأنه لا يدرك سر وجوده في الحياة، ولا الغاية التي خلُق من أجلها، ولا المصير الذي سيؤول إليه.. فهذه الأمور الوجودية التي لا يجد لها جواباً، تقلق ضميره وتجعله يحس -خاصة عندما يحقق جميع رغباته المادية- بأن هذه الحياة لا معنى لها وهي بداية الشقاء. ولا دواء لهذا المرض إلا بالإيمان الذي يجيب عن تلك الأمور المقلقة، حيث يشعر الإنسان بالأمان بعد معرفة أصله وغاية وجوده ومصيره.

ب- العمل الصالح: الإيمان ليس كلمة تقال باللسان فقط، بل هو إقرار باللسان وتصديق بالقلب وعمل بالجوارح، إذ لا يكتمل الإيمان إلا بالعمل. ولهذا نجد الإيمان في القرآن الكريم غالباً ما يثنى بالعمل الصالح، ﴿وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ ﴿٣﴾﴾ (العصر: ١-٣)؛ والعمل الصالح هو كل عمل فيه خير يحقق المصلحة للإنسانية ويدراً عنها المفسدة بميزان الشريعة، فما أمرت به فهو خير

ويحصل عدم التوازن أيضاً، عندما يقلب الإنسان الميزان، فيبالغ في الاستجابة لمطالب الروح ويفرط في مطالب الجسد، ويقع ذلك عندما يدير ظهره للحياة ويزهد في متاعها وزينتها، معتقداً أن ذلك هو المطلوب والطريق الصحيح للنجاة. في هذه الحالة أيضاً، يختل الميزان وتحصل نفس النتيجة، وهي الغلو والتطرف على مستوى الاعتقاد، والانزعال والعدوانية تجاه الآخرين على مستوى السلوك، وما هذه إلا مؤشرات قاطعة على الشقاء النفسي الذي يعيشه المتطرف. فإذا كان أغلب المتطرفين مادياً ينتهون إلى الانتحار، فإن المتطرفين روحياً ينتهون إلى نفس المصير. وإذا تأملنا سنة المصطفى ﷺ، ندرك أنها مبنية على احترام فطرة الإنسان، أي التوازن بين الجسد والروح؛ فالصيام والصلاة والابتعاد عن الفواحش استجابة لمطالب للروح، والأكل والنوم والزواج تلبية لمطالب الجسد، لا تفریط ولا إفراط، وبذلك يعتدل الميزان ويحصل الاطمئنان.

السبب إذن في وقوع الإنسان بشكل عام، والإنسان المعاصر بشكل خاص في الشقاء النفسي، هو حصول خلل في نظامه الفطري وهو عدم التوازن بين ثنائيته التي تشكل ماهيته، إذ يفرط في شهوات الجسد ويفرط في روحانيات النفس. غير أنه يجب التنبيه إلى أن هذا التفسير لا ينطبق على جميع الأمراض النفسية والعقلية، فهناك أسباب أخرى ذكرها المختصون تعود إلى الوراثة والبيئة والتربية أو أمراض عضوية.. فهذه حقائق لا يمكن إنكارها أو التشكيك فيها، لكن أن تكون هي وحدها السبب في الشقاء النفسي خصوصاً عند ميسوري الحال، فذاك نوع من التعميم الذي هو أقرب إلى الشعوذة منه إلى البحث العلمي.

الوقاية خير من العلاج

"الوقاية خير من العلاج" قاعدة مجمع على صحتها، وقد تم استحضارها هنا وجعلها عنواناً، لأن الدواء الذي سيقدم يدخل ضمن المجال الوقائي بالدرجة الأولى، أما الأمراض التي سيحاول تقديم دواء لها هنا، فهي ما نتج عن خلل في التوازن بين مطالب الجسد ومطالب الروح، والتي سميناهما بـ"الشقاء النفسي". إذن، كيف



لم يحرم على عباده ما سخر لهم من الطيبات، والتمتع بزينة الدنيا والتقلب في طيباتها، من الفطرة التي فطر عليها الإنسان، فالنفوس تميل إلى ذلك غريزيًا، ولذلك قال المتخصصون في تأويل الخطاب الإلهي: إن الأمر في قوله تعالى "وكلوا واشربوا" ليس للإيجاب لأن ذلك واجب بالفطرة، لكن المنهي عنه الذي لا يجوز فعله هو الإسراف والتبذير، وهو تجاوز الحد الذي يحقق الكفاية إلى البذخ والترف في غفلة عن المستضعفين والمحتاجين. إن الإسراف والبذخ مرفوضان فطرة قبل أي قانون أو شرع آخر، وبالتالي فإن الفطرة تنتقم لنفسها ممن يعتدي عليها، ولهذا وجدنا أن مبدأ التوسط والاعتدال مأمور به في الإسلام في جميع الأمور حتى في العبادات. ومن هنا نستطيع القول: إن الوسطية سنة إلهية في الكون، ويجب عدم الخروج عنها.

• الابتعاد عن الفواحش: والفواحش هي السقوط في الرذائل والارتداء في أحضانها، وهي قسمان كما تشير إلى ذلك الآية الكريمة؛ ظاهرة، مثل قتل النفس بغير حق، وشرب الخمر، وتناول المخدرات، وأكل أموال الناس بالباطل.. وباطنة، مثل الحقد، والحسد، والنميمة، والتجسس، والكبر، والكذب، والنفاق، والخيانة.. فتجنب هذه الفواحش والتحلي بأضدادها، يجعل الإنسان يحس بشعور باطني جميل يحدثه عن اكتمال إنسانيته. أما التطبيع مع الفواحش، فيؤدي إلى الشقاء النفسي وإن كان الظاهر قد يبدو غير ذلك، قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يُجْبُونَ أَنْ تَشِيحَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ﴾ (النور: ١٩)، والشقاء النفسي - لا ريب - عذاب شديد الألم.

إذن، يمكن للإنسان أن يحقق التوازن بين ثنائية الجسد والروح، وبالتالي الاستمتاع بالحياة الدنيا والتخلص من الشقاء النفسي الناتج عن الخلل في نظام خلق الإنسانية، خصوصًا في زمن يحذر فيه المختصون بأن "الاكتئاب" هو المرض الحقيقي الذي يهدد الإنسان المعاصر. ■

© كاتب وباحث / المغرب.

ومصلحة، وما نهت عنه فهو شر ومفسدة، سواء في الدنيا أو الآخرة، أدرك الإنسان ذلك أم لم يدركه.

ورأس العمل الصالح هو أداء العبادات المفروضة، وأولها الصلاة، ثم الزكاة والصيام، والحج لمن توفرت فيه الشروط، فأداء هذه العبادات يجعل صاحبها يحس بطمأنينة قلبية. ويولي هذه الفرائض الواجبات الأخرى، مثل البرّ بالوالدين، وصلة الأرحام، والإخلاص في العمل، والتعاون على الخير والفلاح بصفة عامة.. ثم النوافل، مثل صيام يوم الاثنين والخميس، والصدقة في سبيل الله، والدعاء، والاستغفار، والذكر، وقراءة القرآن الكريم.. قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ﴾ (الرعد: ٢٩).

٢- على المستوى المادي: فمنطلقنا أيضًا هو الآية الكريمة من قوله تعالى: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ ﴿قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نَفْصَلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ ﴿قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ وَالْإِثْمَ وَالْبَغْيَ بِغَيْرِ الْحَقِّ﴾ (الأعراف: ٣١-٣٣)؛ تشير هذه الآية إلى قاعدتين أساسيتين على صعيد التعامل مع مطالب الجسد وهما:

• التوسط والاعتدال في التمتع بنعم الله: الله تعالى

أطفال كورونا والتنمر الإلكتروني

في ظل جائحة كورونا تحولت كثير من الأعمال، من العالم الواقعي إلى الفضاء الإلكتروني، خاصة في تعامل الأطفال مع الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي والمنصات التعليمية وغيرها، الأمر الذي جعل الخبراء يشددون على ضرورة قيام الآباء بتثقيف أنفسهم ومجاراة أبنائهم. إذ تذكر وكالة تابعة للأمم المتحدة، أن بقاء الأطفال في المنازل بسبب جائحة كوفيد-19، يجعلهم يدخلون عالم الإنترنت في سن أصغر، ويقضون وقتًا أطول على الاتصال بالشبكة الدولية، كما أصبحوا أكثر عرضة للتنمر الإلكتروني. تستجيب القيادات والمجتمعات في جميع أنحاء العالم بسرعة، لتحديات جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، حيث تقوم بتقديم التوجيه والمواساة لأولئك الذين يعانون من مشاعر القلق والخوف والعزلة والفجعة.. ومن ثم يحتمل أن يكون البقاء في المنزل وعدم الاتصال الاجتماعي، أمرًا مرهقًا للأطفال من جميع الأعمار، لذا يحتاج البالغون إعطاءهم بعض الأدوات للتعامل مع الموقف.

لذا ننصح البالغين، بدعوة الأطفال والمراهقين لمشاركة مشاعرهم حول الانفصال عن أصدقائهم، وبمساعدهم على وضع خطط للبقاء على الاتصال، من خلال الزيارات الافتراضية أو المكالمات الهاتفية أو حتى كتابة الرسائل. كما يمكن للكبار أن يخبروا الأطفال أن كل هذه التغييرات -مثل إغلاق المدارس- يتم إجراؤها لتجنب انتشار الفيروس، ومنع

في

وتقول "أليسون أندرو" التي شاركت في إعداد الدراسة: "إن نتائج الدراسات السابقة تشير إلى أن العائلات الأكثر فقرًا، كانت أكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا، ولهذا تزيد معدلات القلق من الإصابة بين أفراد العائلات الأكثر فقرًا.

ومن أجل الاستمرار في تقليل قلق الأطفال، ننصح البالغين أيضًا بالحد من تعرض الأطفال للأخبار ووسائل التواصل الاجتماعي. وحتى المراهقين الذين قد يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للبقاء على اتصال مع الأصدقاء، يحتاجون إلى أخذ استراحة من أجهزتهم. وعلى الآباء متابعة ومراقبة استخدام أطفالهم لوسائل التواصل الاجتماعي، وتوفير النظام وضمان أن الأطفال والمراهقين لديهم وقت خال من متابعة الشاشات خاصة في الليل، إذ مع إغلاق معظم المدارس حول العالم، يجد الآباء والأمهات أنفسهم أمام تحدي تقديم الدعم لأبنائهم لإتمام تعليمهم عن بُعد.

مَنْ الأقل حظًا؟

ويأخذ هذا التعليم أشكالاً مختلفة، فبينما يكون التعليم عبر الإنترنت متاحًا لأطفال في مناطق عدة، لا تتوفر هذه الرفاهية أمام أطفال آخرين لأسباب عدة. وقد انتقلت دروس التلاميذ بعد الإغلاق، إلى تطبيقات التواصل الاجتماعي كالتواتساب وغيرها، لأن معظم التلاميذ ليس لديهم سعة إنترنت كافية لتشغيل مقاطع الفيديو.

إن من بين ملايين التلاميذ الذين أدوا امتحانات العام الدراسي المنصرم ٢٠٢٠، كان ٤٢٪ منهم فقط يمتلكون أجهزة كمبيوتر في المنزل، وذلك وفقًا لمنظمات غير حكومية. وكان أغلب هؤلاء، الذين لا يمتلكون أجهزة كمبيوتر من الإناث ويدرسون في المدارس الحكومية. وتخفي هذه البيانات مستويات متعددة من الحرمان. وغالبًا ما يعيش الأطفال والتلاميذ الذين لا يمتلكون جهاز كمبيوتر، في منازل بها عدد قليل من غرف النوم، ولا يمكنهم العثور على مكان هادئ للتركيز والدراسة. وقد يضطر الكثير من هؤلاء التلاميذ للعمل من أجل كسب المال، كما تضطر الفتيات خصوصًا إلى رعاية إخوتهم الصغار. ولا يؤثر الحرمان على التحصيل العلمي في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل فقط، ولكن أيضًا في



أكبر عدد ممكن من الأشخاص من الإصابة بالمرض.

تحديات التعليم عن بُعد

يخشى الخبراء من أن يؤدي الانقطاع عن الدراسة، إلى توسيع الفجوة بين الفقراء والأغنياء في التحصيل الدراسي، إذ أشارت دراسات إلى أن الأطفال الأكثر ثراء، يتحسن أدائهم في القراءة في الإجازة الصيفية، في حين أن الأطفال الأكثر فقرًا، تؤثر الإجازة عليهم سلبًا لقلّة الفرص التعليمية التي تتاح لهم أثناء الإجازة.

صحيح أن الحكومات تشجع على التعليم المنزلي، إلا أن الطالب لن يتمكن من الحصول على الموارد التعليمية التي تتيحها المدرسة، إلا إذا كان يمتلك جهاز كمبيوتر جيد وشبكة إنترنت يعمل عليها، وغرفة هادئة تساعد على التركيز. ويفترض التعليم عن بُعد أن الآباء متعلمون، ولديهم الوقت الكافي لمساعدة أطفالهم في دروسهم.

إن هذه الافتراضات لا تنطبق على الكثير من العائلات، ومن ثم لن يحقق الكثير من الأطفال تقدمًا دراسيًا أثناء إغلاق المدارس، وخاصة إن كانوا ينتمون لعائلات فقيرة.

يقول "فان لانكر": "إننا نواجه فترة تمتد لشهور طويلة، حُرّم فيها الأطفال الأقل حظًا من فرص التعليم، ومن ثم ستتسع الفجوة بين الطلاب عندما يعاد فتح المدارس في الفصل الدراسي القادم". وسينعكس الحجر الصحي سلبًا على أبناء الجيل الأول من المهاجرين، لأنهم لن تتاح لهم نفس الفرص المتاحة لأقرانهم للتعلم وتحدث لغتهم الثانية.

وخلص بحث أجراه باحثون من مؤسسة "معهد الدراسات المالية" البحثية، إلى أن العائلات الأكثر فقرًا، أقل استعدادًا للسماح لأبنائهم بالعودة إلى الدراسة.

كثير من الأطفال يدخلون على الإنترنت في سن أصغر مما كان يخطط له أولياء أمورهم، بل في سن أصغر بكثير، وبدون المهارات اللازمة لحماية أنفسهم سواء من المضايقات على الإنترنت أو من التنمر الإلكتروني.

حراه

ليست لديهم إمكانية الاتصال بالإنترنت، وأن كثيرًا ممن يستطيعون الاتصال بالشبكة الدولية، يدفعون أكثر مما ينبغي، أو لا يحصلون على اتصال قوي. إن هناك مليارًا ونصف مليار هو عدد الأطفال الذين يحتاجون إلى التعليم من خلال الإنترنت بسبب جائحة فيروس كورونا، وعلى الرغم من قلق بعض الآباء وأولياء الأمور بشأن جودة التعليم الذي سيتلقاه أطفالهم في بيئة افتراضية، لا يزال التعليم من خلال الإنترنت غير ممكن بالنسبة لملايين الأطفال غير المتصلين بشبكة الإنترنت في جميع أنحاء العالم.

الإنترنت لن يحل محل المعلم

وفي حالة التباعد الاجتماعي، فإن الاتصال بالإنترنت هو ما يجعلنا على دراية بمستجدات الأمور، ومن خلاله نستطيع مباشرة أعمالنا، بالإضافة إلى المحافظة على قدر من الرفاهية العقلية والجسمانية. وبالنسبة لأولئك الذين لا يستطيعون الوصول إلى الإنترنت، سيكون الأثر الاقتصادي والاجتماعي لهذه الجائحة أشد وطأة عليهم. إن أولياء الأمور سيكون لهم فهم أفضل للحاجة إلى العمل المشترك مع المدارس لتعزيز تعليم أبنائهم، وسيكون مدى صعوبة وظيفة عمل المعلم وما ينطوي عليه من تحديات، وهذا الأمر سيدفعهم لتقدير عمله أيما تقدير. فالوباء ألغى فكرة أن الذكاء الاصطناعي يمكن أن يحل محل المعلم. المعلمون يعون الآن أهمية التكنولوجيا الرقمية في عملهم، وستصبح من الآن فصاعدًا عنصرًا أساسيًا في مجموعة الأدوات التي يعملون بها.

وتدرك وزارات التعليم الآن، أنه من دون التكنولوجيا سيكون من الصعب للغاية توفير فرص التطوير المهني التي يحتاج إليها المعلمون على نطاق واسع، كما تعي جيدًا دور وسائل الإعلام في حياة الناس وفي العملية التعليمية وجود اختلافات كبيرة في جودة التعليم والمدارس في

المجتمعات الأكثر ثراء. ففي بريطانيا -مثلًا- يعاني واحد من كل ستة أشخاص من ضعف مهارات القراءة والكتابة، لكن في "بالسال هيث" وهي واحدة من أكثر المناطق حرمانًا في "برمنجهام"، يعاني واحد من كل ثلاثة بالغين من ضعف تلك المهارات. ما نريد أن نقوله هو أن ولي الأمر هو المعلم الرئيسي لطفله. وإن الآباء الذين يفتقرون إلى المهارات اللغوية والرقمية، غالبًا ما يشعرون بالضعف ويؤمنون بمجرد ذهاب أطفالهم إلى المدرسة، أنه لا يوجد ما يمكنهم فعله لدعمهم.

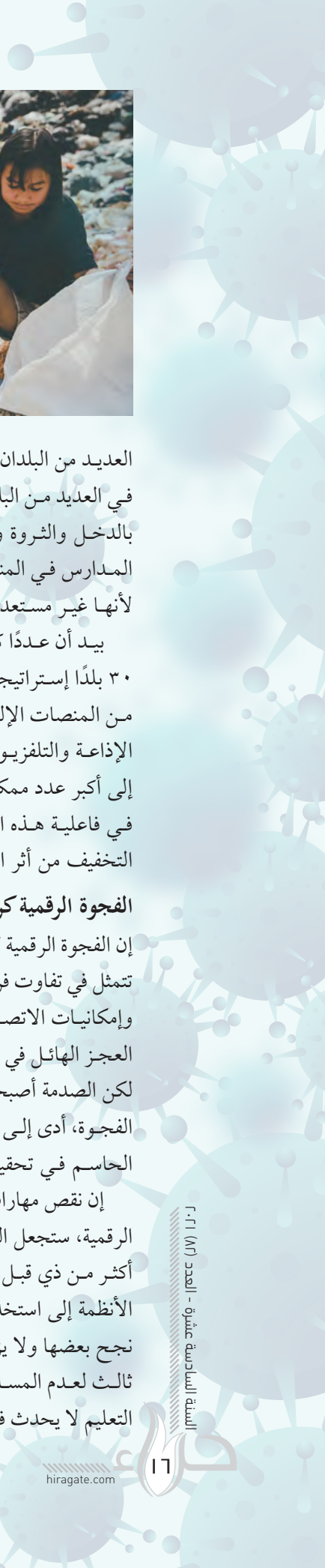
الأطفال والتنمر الإلكتروني

لقد أصبح الإنترنت "شريان حياة رقمي حيوي"، وقد حذر أطباء واختصاصيون في علم النفس من تأثير تفشي كورونا، وقالوا إن القلق الذي يسببه انتشار الفيروس قد يكون له وقع الصدمة على الأطفال. فبقاؤهم في المنازل بسبب جائحة كورونا جعلهم يدخلون عالم الإنترنت في سن أصغر مما كان يخطط لهم أولياء أمورهم، ويقضون وقتًا أطول على الاتصال بالشبكة الدولية، وهم لا يتوفرون على المهارات اللازمة لحماية أنفسهم، فأصبحوا أكثر عرضة للمضايقات على الإنترنت وخاصة التنمر الإلكتروني.

قدّر الاتحاد الدولي للاتصالات -ومقره جنيف- أن ١,٥ مليار طفل، لا يذهبون إلى المدرسة بسبب إجراءات العزل العام لوقف انتشار فيروس كورونا المستجد، الأمر الذي يدفعهم للاتصال بالإنترنت لتحصيل دروسهم، وكذلك من أجل حياتهم الاجتماعية. وقالت "دورين بوغدان مارتن"، مديرة الاتحاد الدولي للاتصالات، في إفادة إلكترونية: "كثير من الأطفال يدخلون على الإنترنت في سن أصغر مما كان يخطط له أولياء أمورهم، بل في سن أصغر بكثير، وبدون المهارات اللازمة لحماية أنفسهم سواء من المضايقات على الإنترنت أو من التنمر الإلكتروني".

لكن الاتحاد أشار إلى أن الإنترنت "شريان حياة رقمي حيوي"، وأن الجائحة سلطت الضوء على ما يعرف باسم "الفجوة الرقمية" بين من يتاح لهم الاتصال بالإنترنت ومن يفتقرون إلى ذلك.

ويقدر الاتحاد أن ٣,٦ مليار شخص في المجمل،



العديد من البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، وحتى في العديد من البلدان المرتفعة الدخل، والارتباط الوثيق بالدخل والثروة والمتغيرات الأخرى.. أدى إلى ترك المدارس في المناطق الأكثر فقراً على وجه التحديد، لأنها غير مستعدة بتأماً للتكيف مع الوضع الجديد. بيد أن عددًا كبيراً من المدارس لم تقم بذلك، ونفذ ٣٠ بلداً إستراتيجيات التعلم عن بُعد باستخدام العديد من المنصات الإلكترونية، وشبكة الإنترنت، وشبكات الإذاعة والتلفزيون، والشبكات الاجتماعية، للوصول إلى أكبر عدد ممكن من الأطفال.. لكن كان هناك تباين في فاعلية هذه الإستراتيجيات التي كانت تستهدف التخفيف من أثر الأزمة.

الفجوة الرقمية كرسست الفوارق الطبقية

إن الفجوة الرقمية كرسست اللامساواة وغياب العدالة، التي تتمثل في تفاوت فرص القدرة على الوصول إلى الأجهزة، وإمكانيات الاتصال، والبرمجيات المناسبة، فضلاً عن العجز الهائل في المعلمين الملمين بالمهارات الرقمية. لكن الصدمة أصبحت الآن مباشرة، لأن عدم معالجة هذه الفجوة، أدى إلى منع التكنولوجيا من أن تكون العنصر الحاسم في تحقيق المساواة وهي قادرة على ذلك. إن نقص مهارات العديد من المعلمين في التكنولوجيا الرقمية، ستجعل الناس الآن يتجهون إلى الحلول الرقمية أكثر من ذي قبل، وستضطر بعض المدارس أو بعض الأنظمة إلى استخدام التكنولوجيا على نحو مفاجئ، وقد نجح بعضها ولا يزال البعض الآخر يحاول. هناك مصدر ثالث لعدم المساواة كشفته هذه الجائحة، ألا وهو أن التعليم لا يحدث فقط في المدرسة، ولكن في المنزل وقد

تجلى ذلك فجأة خلال هذه الجائحة، فليس لدى جميع الأطفال منزل مستقر مع أبوين متعلمين أو لديهما حافظ لتعليم أبنائهما، وليس لدى جميع الأطفال شبكة إنترنت أو كمبيوتر أو جهاز للاستخدام الخاص في المنزل، وليس لدى جميع الأطفال كتب في المنزل أو مكان لعمل الواجبات والدراسة.. وهنا يجب تحقيق تكافؤ الفرص، ولسد هذه الفجوة الرقمية لا بد من تغيير جوهري، والأمور لا يتعلق بالأجهزة والبرمجيات، فلن تحل التكنولوجيا محل المعلم أبداً ولكن يمكن أن تزيد من فاعليته، كما أن هناك أشياء لا يمكن للتكنولوجيا القيام بها، كقصر مدة تركيز بعض الأطفال، وهناك من يحتاج إلى تحفيز وتشجيع وما إلى ذلك.. وبالتالي ينبغي إحداث توازن صحيح بين التكنولوجيا والعامل البشري عند الاستثمار في تعزيز المهارات الرقمية للمعلمين.

ومع استمرار العملية التعليمية في المنزل، يلزم بذل جهد لتوفير الإنترنت والأجهزة للأطفال الفقراء، ويجب أن يكون لدى الأطفال كتب ومواد للقراءة في المنزل. وينبغي أيضاً دعم الآباء وأولياء الأمور دعماً كبيراً ليكونوا رقماً مهماً في معادلة تعليم أطفالهم، حيث سيكون مزيج التعلم المباشر والتعلم عن بعد، حقيقة جديدة في واقع الحياة. كما يجب إدراك أن العملية التعليمية تتحقق من خلال تعزيز دور المعلم باستخدام التكنولوجيا، وتضافر الجهود بين المعلمين وأولياء الأمور والمجتمع، وضمان حصول كل طفل على المساندة التي يحتاجها.. ولن يكون هذا سهلاً، بل سيتطلب قدراً كبيراً من التكيف من جانب جميع الأطراف الفاعلة في هذه العملية، فالأشياء الجيدة ليست سهلة المنال. ■

(١) عميدة كلية التربية السابقة بجامعة الإسكندرية / مصر.

المراجع

(١) البنك الدولي، دروس من الجائحة، درس لم نتعلمه، عدم المساواة ٢٠٢٠.

(٢) التمر على الإنترنت قضايا معاصرة في تربية طفل ما قبل المدرسة، د. بسمه سيف. (بحث مقدم للمؤتمر العلمي العاشر لعلم نفس الطفل، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، أبريل ٢٠٢٠.

(٣) Simon, Mallory -Can school dropout widen the gap between rich and poor in academic achievement- 2020 Oxford.

(٤) Goldsmith, Susan; Howie, Pauline (2020), "Bullying by definition: an examination of definitional components of bullying", Emotional and Behavioral Difficulties.



إصلاح الرؤية إلى العالم

لا أحد يجادل اليوم في أننا مطالبون أكثر من أي وقت مضى بالضرورة العاجلة، لإنتاج خطاب معاصر في علاقتنا مع بعضنا البعض في العالم الذي نشكل وحدته. ولا سبيل إلى ذلك، إلا بضرورة وعينا أننا رغم اختلافنا همّنا واحد، وهو العيش في سلام دون تفرقة مهما كان نوعها. ولهذا فإن إصلاح الرؤية للعالم أصبح مطلبًا إنسانيًا. ولكي نقدم فكرة عن هذا المشروع المنشود، نتوقف مع المفكر السعودي "زكي الميلاد" لننظر كيف قارب ذلك، انطلاقًا من كتابه "نحن والعالم".



بناء النزعة الإنسانية

يذكر المفكر "زكي الميلاد" أن الباحثين والمفكرين الأوروبيين المعاصرين، يؤرخون لبدايات تشكل وانبعاث الفكر الأوروبي الحديث، مع ظهور ما سمي في أدبياتهم بـ"الحركة الإنسانية" أو "النزعة الإنسانية"، التي نقلت الفكر الأوروبي من زمن وتقاليد العصور الوسطى، إلى زمن وتقاليد العصور الحديثة، ومنها إلى مراحل التقدم والتمدن الأخرى التي شهدتها المدنية الأوروبية.

وهكذا حينما حاول الكاتب الأمريكي "كرين برينتون"، أن يبحث عن كيفية تشكل العقل الأوروبي الحديث في كتابه "تشكيل العقل الحديث"، رأى أن المرحلة الأولى التي يؤرخ لها في بناء العالم الحديث بحسب وصفه، هي مرحلة الحركة الوصفية، وختم الحديث عن هذه المرحلة بقوله: "لقد خلف الإنسانون أعمالاً فنية خالدة لا تبلى مع الزمن، وأدوا دورهم في تدمير اتجاهات العصور الوسطى، كما قاموا بدورهم الإيجابي في إقامة الدولة الإقليمية الحديثة، وتحديد معاييرها وحافظها إلى الكفاية والفاعلية".

إن هذه النزعة حسب المفكر زكي الميلاد، أعادت الاعتبار إلى الإنسان في أوروبا، وشكلت له نظرة جديدة إلى العالم، مختلفة عن النظرة اللاهوتية المتشددة التي كانت سائدة في العصور الوسطى، وحلت مكانها النظرة العقلانية الصارمة التي تطابق بين العقل والطبيعة، وترى أن الكون يعمل بنظام يشبه نظام العقل عند الإنسان. وأضاف أيضاً بقوله: "إن هذه النزعة ألهمت مختلف المعارف والعلوم والآداب والفنون هناك، وأصبحت حكمتها الجديدة التي حددت لتلك المعارف والعلوم والآداب والفنون مساراتها ومسلكياتها، وأثرت في أساسها ومنطلقاتها، بحيث أصبحت هذه المجالات والحقول تتميز بهذه النزعة الإنسانية، كتعبير عن شدة التحول المعرفي والبنوي الذي حدث فيها". هذا الربط والاتصال، قد ساهم بطريقة كبيرة في إثراء وإنماء النزعة الإنسانية بالمعارف والأفكار والآداب، وبمصادر العلوم والفنون الأخرى. لكن مع ذلك، فالفكر الأوروبي والغرب، قد تعرض لانتقادات شديدة من داخله؛ حول طريقة سلوكه وتعامله مع هذه النزعة التي حولها وكأنها شأن أوروبي لا تصلح إلا للشعوب الأوروبية، ولا تطبق إلا في المجتمعات الراقية أو المتمدنة، وبحسب المعايير والمقاييس الأوروبية. ويذكر لنا المفكر زكي الميلاد بعضاً من هؤلاء النقاد:

المفكر الألماني "ألبرت اشفيستر" الحائز على جائزة نوبل للسلام سنة ١٩٥٢م، لنزعة الإنسانية الشاملة ودعوته

المستمرة إلى السلام بين الناس. وفي كتابه الصادر سنة ١٩٢٣م بعنوان "فلسفة الحضارة" قال في القسم الأول منه: "إن الحضارة بكل بساطة معناها بذل المجهود -بوصفنا كائنات إنسانية- من أجل تكميل النوع الإنساني وتحقيق التقدم، من أي نوع كان، في أحوال الإنسانية وأحوال العالم الواقعي". هذا الموقف العقلي كما يضيف "ألبرت"، يتضمن استعداداً مزدوجاً؛ فحجب أولاً أن نكون متأهين للعمل إيجابياً في العالم والحياة،

ويجب ثانيًا أن نكون أخلاقيين، ولن نستطيع القيام بمثل هذا العمل -بحيث ينتج نتائج ذات قيمة حقيقية-

إلا إذا كنا قادرين على أن نهب العالم والحياة معنى حقيقياً.

وفي هذا الشأن نشر

عالم البيولوجيا الفرنسي

"رينيه دوبو" الحائز على جائزة نوبل للعلوم

سنة ١٩٧٦م بالاشتراك مع عالم آخر، كتاباً صدر في بداية السبعينيات. وهذا الكتاب -بحسب المفكر زكي الميلاد- وُصف في وقته، على أنه يتضمن هجوماً مدمراً على المجتمعات الغربية المعاصرة، وكان عنوانه "يا لإنسانية هذا الحيوان". في هذا الكتاب يقول المؤلف حسب ما يذكر المفكر زكي الميلاد: "إن الإنسان اليوم ليس غريباً عن أخيه الإنسان وعن الطبيعة فحسب، بل ما هو أهم بكثير أنه غريب عن أعماق ذاته.. ونحن نشكو تجريد الإنسان من إنسانيته، في حين يخبرنا علم الأجناس أن الإنسان يكتسب مشاعره الإنسانية من خلال صلاته الحميمية بالأحياء الآخرين من حوله، وأن كل أطوار نموه متكيفة دائماً بالإشارات الاجتماعية التي يتلقاها خلال فترات حياته.

ولهذا يرى المفكر زكي الميلاد، أن العالم اليوم بأمر الحاجة إلى بناء نزعة إنسانية عالمية وشاملة،

يجب أن نكون متأهبين للعمل إيجابياً في العالم والحياة. ويجب أن نكون أخلاقيين، ولن نستطيع القيام بمثل هذا العمل إلا إذا كنا قادرين على أن نهب العالم والحياة معنى حقيقياً.

حزاء

لاكتشاف عظمة هذا التنوع البشري الخلاق، وبناء جسور التواصل والتفاهم والتضامن بين الناس، والبحث عن الجوامع والمشاركات الإنسانية والأخلاقية والثقافية، والدفاع عن قيم العدل والحق والحرية والكرامة، وتأكيد القيمة الشاملة للأخلاقيات العالمية، وبعث الأمل بالمستقبل.

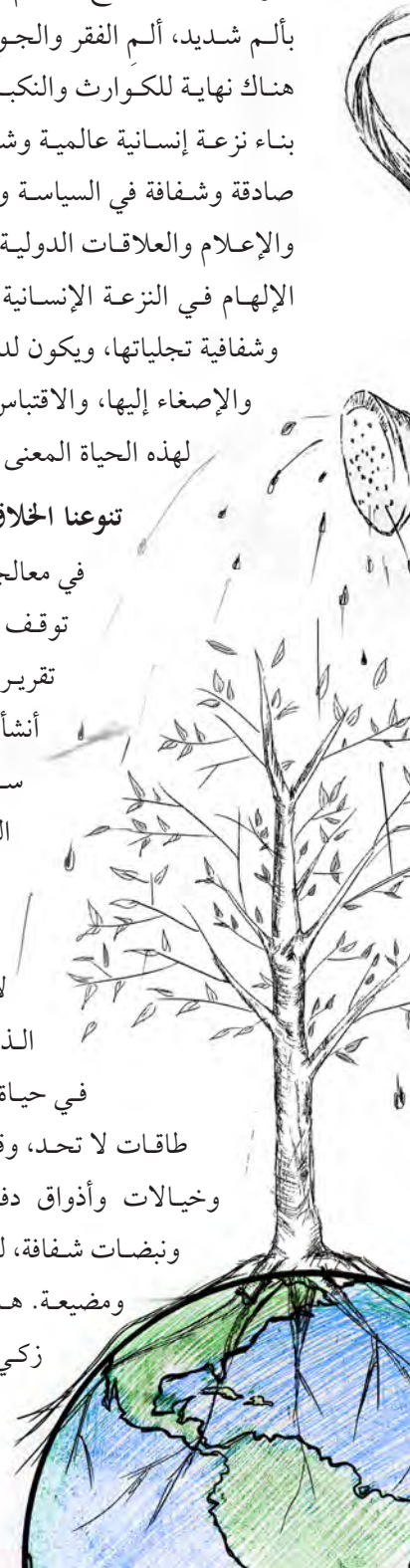
فالتقرير يدافع عن حق البشر في التنوع والتعدد واحترام جميع الثقافات، وحماية الحقوق الثقافية، والحفاظ على التراث الإنساني، ورفض أن تتحول تقنيات الاتصال الجديدة إلى أداة في يد الأغنياء والأقوياء وحدهم. كما يعتبر التقرير أن المشكلة التي تواجه الأفراد والجماعات في عالم سريع التغير، هي مشكلة التقدم والتكيف مع التغير، دون التخلي عن العناصر القيمة في التراث. لذلك يعمل التقرير على إمداد أجيال الحاضر والمستقبل بالأدوات اللازمة لمواجهة هذا التحدي، وتوسيع نطاق معارفها، واكتشاف العالم بتعددته المحتمومة، والسماح لكل الأفراد بحياة كريمة دون فقدان هوياتهم وإحساسهم بالجماعة ودون إهمال تراثهم.

بناء على هذا التقرير، يرى المفكر زكي الميلاد "أن هذا الخطاب هو بخلاف خطاب العولمة، الذي قد يوجه إلى إقصاء الهويات وتهميش التراث، وفرض الاتجاه الواحد، وتنميط العالم وقولته في إطار ثقافة المسيطر، وانتهاك الحقوق الثقافية للبشر. وهو أيضاً بخلاف خطاب صدام الحضارات، لأنه يحاول أن يؤسس جسور التواصل بين الثقافات والحضارات، وينتقد أساليب الوصاية والتعالي والفوقية من ثقافة على أخرى، ويتبنى مفاهيم السلام والتسامح والحقوق،

تكون بدلاً عن منطق الحروب، وجبروت السياسة، وطغيان الاقتصاد، وعنصرية الثقافة، وازدواجية القيم.. وبدلاً عن ذلك النسق من المفاهيم، الذي يقسم الناس إلى طبقات ومستويات ودرجات، تختل فيها موازين الكرامة والحقوق، واحترام الإنسان بما هو إنسان، بغض النظر عن لونه وعرقه ودينه وحتى ثروته وماله وقومه. فالعالم "تضرر كثيراً من انحدار النزعة الإنسانية وتراجعها، وأصبح معظم الناس يعيشون حياتهم بألم شديد، ألم الفقر والجوع والمرض.. ولن تكون هناك نهاية للكوارث والنكبات والحروب ما لم يتم بناء نزعة إنسانية عالمية وشاملة، تكون لها تجليات صادقة وشفافة في السياسة والاقتصاد والثقافة والتربية والإعلام والعلاقات الدولية. وعلينا أن نكتشف هوة الإلهام في النزعة الإنسانية، وعظمة الإشعاع فيها، وشفافية تجلياتها، ويكون لدينا الاستعداد للتخلق بها، والإصغاء إليها، والاقتراس منها، من أجل أن يكون لهذه الحياة المعنى الذي يبعث على الأمل".

تنوعنا الخلاق

في معالجتها لقضية التنوع الخلاق، توقف المفكر زكي الميلاد مع تقرير اللجنة العالمية التي أنشأها المؤتمر العام لليونسكو سنة ١٩٩١م. وقد كان ذلك التقرير تقريراً بديعاً وخلاقاً ومفعماً بالنزعة الإنسانية والأخلاقية، وكان عنوانه لامعاً هو "تنوعنا الخلقى"، الذي يعد أعظم ثروة وإثراء في حياة البشر، لأنه يكشف عن طاقات لا تحد، وقدرات متجددة، إبداعات وخيالات وأذواق دفاقة، وأصوات ومشاعر ونبضات شفافة، لكنها ثروة مهدورة ومبددة ومضيعة. هذا التقرير في نظر المفكر زكي الميلاد، هو محاولة



بعكس ما يذهب إليه خطاب صدام الحضارات الذي يشعل فتيل التوتر بين الثقافات".

لذلك يؤكد المفكر زكي الميلاد على أن خطاب تنوعنا هو أفضل خطاب للتواصل مع العصر، والاندماج في العالم، والتكامل مع المجتمع الإنساني. وهذا الخيار هو الأفضل للثقافات من خيارات العزلة والانغلاق والانكماش، أو الاكتفاء بإظهار الخوف والشك والقلق، لأن أي مستقبل لن يكون خارج العالم.

عبور الانقسام

انطلق من الحدث التاريخي وهو الاتحاد الأوروبي، حيث يرى أنه بتطبيق نظام اليورو، شعرت أوروبا لأول مرة في تاريخها الحديث، أنها اكتشفت لنفسها هوية مشتركة تعبر من خلالها عن وحدتها وتكاملها وتضامنها. يقول معلقاً على هذا الحدث: "وبذلك تكون أوروبا قد تجاوزت تاريخاً قاسياً من الصدمات العنيفة، وتخلصت من ذاكرة الحروب المؤلمة".

ويرى المفكر زكي الميلاد، أن مصمم عملة اليورو "روبرت كالينا" كان موفقاً في اختيار التصميم جداً، حيث اختار صور الجسور العتيقة، وأقنية جر المياه والأبواب والنوافذ القديمة التي رسمت على خلفية الريف الأوروبي الأخضر. وقد أوضح "كالينا" أن اختياره للجسور هو تعبير عن التواصل بين البلدان الأوروبية من ناحية، وبين أوروبا والعالم من ناحية أخرى، وأن النوافذ والأبواب ترمز إلى المستقبل والنفاذ من خلالها إلى آفاق جديدة.

لقد جسّد النمساوي كالينا -حسب المفكر زكي الميلاد- في اختياره الجسور للعملة الأوروبية، المفهوم الذي عبر عنه تقرير الأمم المتحدة حول حوار الحضارات الذي كان عنوانه "عبور الانقسام". وهذا العنوان، هو أفضل وصف يمكن إطلاقه على أوروبا، التي استطاعت عبور الانقسام إلى التكامل والاتحاد. وقد ذكر المفكر زكي الميلاد أن عبور الانقسام عنوان لافت ومعبر في اختياره لتقرير الأمم المتحدة، حول سنة حوار الحضارات، وهو من تحرير الإيطالي "جياندو مينكوا بيكو" ممثل الأمين العام للأمم المتحدة لشؤون حوار الحضارات.

صدور هذا التقرير كان بعد شهر واحد من أحداث الحادي عشر من سبتمبر، ويرى المفكر زكي الميلاد أن هذه الأحداث عجلت بصدوره، وتركت ظلالها عليه، أو حرضت على العناية الفائقة به، ليكون معبراً عن رؤية عقلانية وأخلاقية تجعل العالم متماسكاً ومتربطاً بعد تلك الأحداث التي حاول البعض تصويرها بأنها تمثل التجسيد الفعلي لمقولة صدام الحضارات. وهي الفرضية أو النتيجة التي كان التقرير يحذر من التعبير عنها والترويج لها، بالشكل الذي يعمق من حدية الانقسامات على مستوى الثقافات والحضارات، ويؤجج نزعات التعصب والعنصرية والكراهية والتطرف.

لذلك حاول التقرير حسب قراءة المفكر زكي الميلاد، أن يشكك في مثل هذه النتيجة أو الفرضية، ويظهر الخوف منها، ويؤكد في المقابل على ترسيخ الاقتناع بقيم الحوار بين الحضارات، فالغالبية العظمى في العالم -حسب التقرير- صرخت مع أحداث الحادي عشر من سبتمبر، مؤكدة أنه ما من دين أو تاريخ أو أيديولوجيا أو تقاليد، يمكن أن تبرر هذه الأحداث الإرهابية أو تدعو إليها.

وإذا كانت هذه الأحداث قد رفعت من وتيرة الوعي بخطورة الصدام والانقسام، فإنها أكدت من جهة أخرى على ضرورة البحث عن مساحات مشتركة للتفاعل والتعاون والحوار. وهنا يؤكد المفكر زكي الميلاد، على أن "البحث عن منظور جديد للعلاقات الدولية، ينطلق من مفاهيم العدالة والمساواة والكرامة والحقوق، ويدفع العالم نحو عبور الانقسام، وذلك دعوة حسنة في ذاتها، لكن الأمم المتحدة تفتقد القدرة والمصدقية على فرض الالتزام بسلوك دولي يتناغم وهذا المنظور الجديد".

إذن التحدي الأكبر أمام العالم وخصوصاً الحكومات، هو التفكير جيداً في إيجاد مناخ عالمي تغلب عليه النزعة الإنسانية. وهذا ما سيمنح للأمم المتحدة قدرة ومصدقية أكثر عندما تجد وراءها دعماً عالمياً يؤمن بالإنسانية، ومراعياً حقوقها الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والدينية. ■

© كاتب وباحث مغربي.



الانفلات المعرفي المنظم

تدل كلمة "انفلات" في استعمالها الشائعة، على خروج الشيء عن السيطرة، ووقوع انزلاق أو انحراف أو فساد أخلاقي، بالإضافة إلى العشوائية والاعتباطية، والتخلص والهروب من الشيء، وغيرها من الدلالات والإيحاءات. والملاحظ أن مجمل تلك الدلالات (Denotations) والإيحاءات (Connotations) اللصيقة بكلمة "انفلات"، ترتبط بسياقات ومعان ذات حمولة سلبية. وفي هذا الصدد، يمكن -مثلاً- الحديث عن صيغ متعددة ومختلفة للانفلات؛ كالانفلات الأمني والحراري والأخلاقي والثقافي والمقاصدي والروحي والخطابي.. إلخ. والمقصود بـ"الانفلات المقاصدي" هو عندما تنفصل

ت

مقاصد الأحكام والتشريعات عن الواقع، أو عندما يكون هناك سوء تقدير أو تأويل لها، مما يولد إما قطعية أو تناقضاً، أو اضطراباً، أو فوضوية، أو نقياً لأحدهما على حساب الآخر؛ أي إما المقاصد والأحكام، أو الواقع والتطبيق.

أما "الانفلات النفسي والروحي"، فيحيل إلى حالة اللامراقبة الذاتية، أو سيطرة الانفعال وغلته على العقل وعلى الضوابط السلوكية والروحية المترنة، مما يتمخض عنه لا انضباط انفعالي أو لا استقرار روحي، سواء كان ذلك لحظياً أم مزمناً. كما يقصد بـ"الانفلات الخطابي"، الانزياح أو الخروج عن المعنى، أو عن الدلالة الأساسية الخاصة بنص أو بوضعية تواصل ما، مما قد ينتج عنه تشتت المعنى أو تعارض أو انزلاق الدلالة، أو استيعاب معاكس لغاية الخطاب، أو فشل في الإقناع.. إلخ.

مفهوم الانفلات المعرفي المنظم

على النقيض من ذلك، يؤدي ربط كلمة الـ"انفلات" بـ"المعرفة"، إلى إفراز دلالات وإحالات إيجابية، خاصة إذا تم ربط "انفلات المعرفة" بشروط النظام والتنظيم والانتظام. ومعنى ذلك، هو استباق وتقييد كل أشكال الفوضوية والسلبية التي قد تنتج أثناء عملية انفلات المعرفة، من خلال تأطير هذه العملية، لتصبح مرتبة ومنهجية. بناء على ذلك، يمكن تعريف الانفلات المعرفي المنظم بأنه: "شكل جديد من الانفلات الإيجابي والمرغوب فيه". ويتميز بالتنظيم والتخطيط المسبق؛ أي أنه قد لا يقع بغتة، مع توقع نتائجه. كما أنه انفلات يمنح الحياة والنجاة والتحرر في شتى الأصعدة، وذلك من خلال إفرازاته المحمودة التي تعود بالنفع على الفرد والمجتمع على حد سواء، وعلى الوطن ككل. في حين أن الأشكال الأولى من الانفلاتات التي تنفجر أو تحدث بغتة، غالباً ما تقود إلى نتائج غير مباشرة وغير محمودة العواقب، أو إلى تأويلات قد يكتنفها الغموض والضبابية والتناقض، ومن ثم سوء الفهم أو التصادم أو القطعية. فإذا كان من الضروري كبح وتقليص أشكال تلك الانفلاتات نظراً

لإفرازاتها السلبية على المستوى الفردي والاجتماعي والبيئي والثقافي والتواصلية، فإنه من الضروري أيضاً تحفيز ودعم كل صيغ الانفلات المعرفي المنظم، لبناء وتصنيع وتأطير الأفراد والمجتمعات معرفياً وعلمياً.

أهداف الانفلات المعرفي المنظم

يهدف "الانفلات المعرفي المنظم" إلى تحرير الإنسان من تجليات الجهل بكل صيغه ودرجاته وتجلياته، كما يهدف أيضاً إلى تفجير البعد المشرق اللامرئي (Unseen/Hidden) في الذات الإنسانية، وصقل هذا البعد حتى ينعكس على الفرد في علاقته مع نفسه ومع غيره، ومع المجتمع ككل، مع الاحتفاء بالجوانب المشرقة المرئية (Seen/Obsvious) وتمييزها ومواكبتها وتعزيز استمراريتها. ومن إيجابيات هذا الانفلات، أنه يشرك جميع أفراد المجتمع دون استثناء، أي أنه لا يخص فئة مثقفة دون أخرى أو طبقة اجتماعية دون غيرها.. إنه انفلات لا طبقي يمنح لأكثر المنفلتين معرفياً - خاصة العضويين منهم (Organic) - فرصاً أكبر للانتساب لمجتمع الانفلات المعرفي، والوصول إلى أعلى الهرم المعرفي، ومن ثم يسلمه بآليات أنجع لخدمة مجتمعه ووطنه.

ولا شك أن نجاح هذا المشروع؛ أي البناء والتكوين المعرفي للفرد، سيسهم مباشرة في تحقيق مجتمع مؤطر وقوي معرفياً وعلمياً. وهو الأمر الذي سينعكس إيجاباً على سلوكه ونظيره للحياة، ورغبته في الانتماء والولاء لوطنه الأم وللإنسانية جمعاء. كما سينتقل به من مجتمع مستهلك لشتى أصناف المعرفة واللامعرفة إلى آخر مغاير، ينتج ويصنع ويصدر المعرفة، وفي أضعف الأحوال، مجتمع يحلل ويتقدم معرفته قصد تطويرها وتنميتها، كما يستطيع انتقاء وترشيح (Filtration) معرفة غيره التي تصله عبر مختلف الوسائل والوسائط.

إن الانفلات المعرفي المنظم قادر -إذن- على نقل الفرد والمجتمع من حالة التوحش والفظاظة، والجهل المدقع، والسطحية المدمرة للإبداع، والنفاق الاجتماعي والتقني (Technical Hypocrisy)، والسذاجة المتفشية، والاستهلاكية اللاواعية.. إلى حالة إدارة كل أصناف التوحش والجهل والسيطرة عليها، وإلى

يهدف الانفلات المعرفي المنظم إلى تحرير الإنسان من تجليات الجهل بكل صيغه ودرجاته وتجلياته، ويهدف إلى تفجير البعد المشرق اللامرئي في الذات الإنسانية، وصقل هذا البعد حتى ينعكس على الفرد في علاقته مع نفسه ومع غيره.

حذاء

آليات الانفلات المعرفي المنظم

تعد الكتب بكل أصنافها، أبرز آليات عملية الانفلات المعرفي المنظم. فمتى آمن الأفراد بأهمية المصالحة مع الكتاب مدركين ضرورته وحيويته في حياتهم اليومية، أمكن آنذاك مباشرة عملية الانفلات المنشودة. لكن هل تصلح كل الكتب في هذا المشروع الكبير؟ الجواب من وجهة نظر هذا المنهج هو النفي، وبما أن الأمر يتعلق بـ"انفلات منظم"، فيجب انتقاء -وبعناية شديدة- الكتب التي ستوزع وتقرأ وتحلل وتناقش؛ أولاً: تفادياً لهدر الزمن النهضوي في ما قد لا يفيد الفرد والمجتمع والوطن إذا ما تم فتح المجال أمام جميع الكتب، وثانياً: لأن الاعتماد على جميع الكتب وما يحتويه جزء منها من معارف ومضامين واستنتاجات غير مجدية أو متناقضة أو غير معتمدة أو مزورة أو عنيفة إقصائية، قد يقود إلى انفلات معرفي غير منظم، الذي من شأنه تقويض أهداف وأركان "الانفلات المعرفي" المنشود.

إن الأمر يتعلق بالقيام بعملية انتقائية للكتب التي يجب التركيز عليها خلال مرحلة الانفلات تماشياً مع الرهان الكبير؛ بناء مجتمع أساسه ومحركه، المعرفة النافعة والأخلاق النبيلة التي تحفظه وتصونه، وتعيد الهبة لضوابطه ومعايير قيمه وأخلاقه المقبولة اجتماعياً وأخلاقياً وعقلياً ومنطقياً وثقافياً.

فضاءات الانفلات المعرفي المنظم

كل الفضاءات متاحة لعملية الانفلات المعرفي المنظم، بل إن أي فضاء مهما كان قادراً على إنجاح هذه العملية، لكونها عملية بسيطة وغير معقدة التطبيق، لكن

الأمن الواعي المستدام، والاستقرار البيئي المتوازن، والاتزان الأخلاقي، والحوار المجتمعي الحضاري الواضح والصريح. فهذا الانفلات إذن، قمين بالقضاء على الانفلاتات الأخرى التي إن لم تقض على الفرد والمجتمع نهائياً، فإنها قد تضعهما في مواقف سمتها الخطر والتهديد والوراثية تارة، والغموض والضبابية والقطيعة تارة أخرى.

النتائج المتوقعة لعملية الانفلات المعرفي المنظم

إن النتيجة الأساسية المتوقعة من هذا الانفلات، هي بناء إنسان يعرف حريته وحدودها، ويقدر حياته وحياته غيره مهما كانت درجة الاختلاف والصراع بينهما.. إنسان متحرر من قيود الوهم والخرافة والسريالية، ومتسلح بالمعرفة والعلم والواقعية.. إنسان يحافظ على حياته ويدافع عن حياة المجتمع والبيئة التي تحتضن الكل بحب وطواعية وإخلاص، بعيداً عن الأنانية والتسلط والجشع والإقصاء ونهب الحقوق والثروات، وسلب حرية الآخرين وإرغامهم على الخضوع.. والثروة الوحيدة المتحصلة التي لن تكون أبداً موضوع مسالة أو مناقشة أو مفاوضة أو متابعة أو شبهة في مجتمع الانفلات المعرفي المنظم، هي الملكية أو الثروة المعرفية الأخلاقية، وهي بمثابة الرأسمال الوحيد والرمزي للإنسان المنفصل معرفياً، والذي يحق له ترصيده وتعزيزه وتنميته وتخزينه، أو إظهاره للعموم وتسويقه دون ضرائب، أو حواجز جمركية، أو متابعات زجرية، أو تأويلات اجتماعية، أو تأنيب ضمير.

بالإضافة إلى ذلك، يعد تكوين مجتمع مكوّن من أفراد يمتلكون معرفة موسوعية نافعة، وأخلاقاً راقية عابرة للأمكنة والأزمنة والسياقات والوضعيات، نتيجة أساسية متوقعة من وراء عملية الانفلات المعرفي المنظم. إنه مشروع معرفي أخلاقي يشد تحرير الإنسان من بؤس الجشع المادي، وتعطيل محركات القيم الإنسانية الجميلة، من أجل المصالح والامتيازات الشخصية، والقبول بالجهل من أجل حياة بلا معنى أو قضية، وتقديس الجهل والخرافة من أجل انتماء مزيف، والإيمان بالعنف والإخضاع من أجل إثبات الذات والسيطرة.

مشهد متخيل للانفلات المعرفي المنظم

لتخيل مشهداً صغيراً من مجتمع الانفلات المعرفي المنظم المنشود؛ ويتعلق الأمر -على سبيل الذكر لا الحصر- بمجتمع المقهى ومحيطها القريب، كل الجالسين والواقفين والعاملين والمارين بالقرب من المقاهي المتسلسلة والكثيرة والمفتوحة لأوقات طويلة، وفي كل الفصول.. كلهم ومن كل الأعمار والطبقات الاجتماعية والمستويات الفكرية والأوساط الثقافية المختلفة، وبدون استثناء، يحملون كتباً مختلفة، لكن منظمة المواضيع والحقب والأحجام والصفحات والمصدر ودور النشر، منكبون على القراءة والمطالعة لساعات طويلة، يخطفون جرعات شاي أو قهوة أو هواء أو ماء مع لحظات ثرثرة مولدة للطاقة أو صمت تأملي، قصيرة أو متوسطة، ووتيرة القراءة طبعاً ستختلف باختلاف الأدوار، لأن النادل ليس كجالس، والواقف ليس كالمار.. وبالرغم من ذلك، فمجتمع الانفلات المعرفي المنظم لا يعني أحدًا من المطالعة والانفلات معرفيًا وإن كان نادلاً يخدم الجالسين، إنه لا يعني أحدًا لكنه إجبار مرفوق بـ"الليونة" المطلوبة في كل سياق، ووضعية مهنية أو زمنية، أو مكانية أو جسدية، أو نفسية أو اجتماعية أو فكرية.. لتخيل ذلك المشهد وتصور مشاهد كثيرة وشاملة، وبنفس رغبة وطموح الانفلات المعرفي المنظم، في كل أمكنة البلد وفضاءاته، لتصور أن جميع الأفراد انفلتوا معرفيًا.. أن يكون المجتمع أقوى وأشد تماسكاً وتطوراً علمياً ومعرفياً وأخلاقياً وقيماً وسلوكياً؟ أن يؤدي ذلك إلى رقي الوطن وازدهاره؟ بالموازاة مع ذلك، أن يتمخض عن الانفلات المعرفي المنظم، القضاء بطرق أقل جهداً وطاقة عن كل أشكال وأصناف الانفلات المؤذية والمضرة بالوطن؟ الانفلات المعرفي المنظم نجاة بطريقة ذكية وسلمية، وسلسلة من كل أشكال الانفلات المدمرة لحياة الفرد، المجتمع والوطن، وبناء جماعي لحياة أفضل في المستقبل. ■

*) كاتب وباحث مغربي.

بأبعاد وغايات عميقة وبلغعة وإستراتيجية. تتوزع هذه الفضاءات إلى فضاءات مكانية وزمانية، فالفضاءات المكانية المفتوحة والمغلقة والشبه مفتوحة والقريبة والبعيدة والعريقة والمحدثة والمرتفعة والمنخفضة والشخصية والعمومية والمجانية والمؤدى عنها والمنظمة والمهجورة.. كلها مستعدة لاحتضان عملية "الانفلات المعرفي المنظم". أن يعود نجاح هذا الانفلات بالنفع إلى تلك الفضاءات المكانية بكل أنواعها؟ أن يساهم الرقي المعرفي الأخلاقي للأفراد في الرفع من تقديرهم لتلك الأمكنة، وفي تحسينها وصيانة الجميلة منها، وخلق مزيد منها تكون أكثر جمالاً وأمنًا؟ حتى الأمكنة إذن، تريد للفرد أن يكون إنساناً جميلاً لطيفاً مؤدباً مثقفاً واعياً؛ لذلك أطلعته على كل جوانبها وخباياها، حتى المغلقة والبعيدة والقديمة والمظلمة، والتي على وشك السقوط والبناء، راجية منه أن يحمل كتاباً في يده يحاوره ويناقشه، من أجل انفلاته المعرفي المؤدى إلى رقيه المعرفي والأخلاقي.

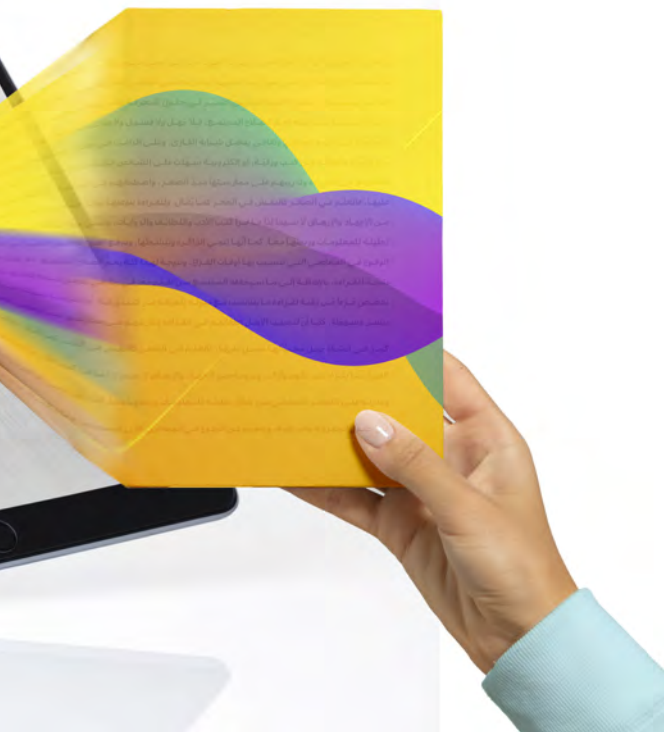
بنفس وتيرة ترحاب الفضاءات المكانية بعملية الانفلات المعرفي المنظم، يضع الفضاء الزمني بصنفيه المادي والنفسي، كل المفاتيح في عقل وقلب ويد الفرد، لياشر عملية الانفلات المعرفي المنظم. في إطار هذا الانفلات، فكل لحظة، متاحة للفرد للقراءة ليسلك مدارج العلم والمعرفة، ويتسلق معارج الأخلاق والإنسانية الحققة. سيسمح -إذن- للفرد أن ينفلت معرفيًا وقت العمل وخارجه، ولحظة ما بعد النوم بكثير وقيل النوم وبعيده، وحتى أثناء نوم الفرد فيمكنه استرجاع ما اطلع عليه طيلة يومه أو يفكر في ما ينوي قراءته. أليست الأحلام المعرفية -حتى وإن غلب عليها الغموض والحيرة والجهد- أفضل بكثير من الكوابيس الجوفاء التي يغلب عليها الفزع والخوف واللامعنى. يا لها من لحظة فردية ووطنية فارقة ومفصلية وواعدة، عندما ينفلت الإنسان معرفيًا في أزمنة وعيه ولاوعيه المختلفة، في لحظات منطقه ولامنطقه المتعاقبة والمتجددة، في يقظته وحلمه، وإبان احتفالات الإيجاد والتأمل وفي غمار متاهات الوجدان والتيه.

مستقبل الأدب في عصر الرقمية

في ظل التقدم التكنولوجي الملحوظ، وفي ظل عصر تدفق المعلومات الذي لا يؤمن بغير العلم والتقنية، تغدو وضعية الأدب اليوم في خطر، وهذه الخطورة ليست في كونها مهدداً بالانقراض أو ما شابه كما قد يعتقد البعض، بل إن هذا التراكم الكمي في النصوص الأدبية التي تصدر بشكل يومي، يرجع بالأساس إلى التقدم العلمي والتكنولوجي، وتوافر المطابع وكل إمكانيات النشر والتوزيع، بل لقد غدا كل من يمتلك حاسوباً كمن يمتلك دار نشر متنقلة، بإمكانه أن يكتب وينشر متى شاء.

غزارة الإنتاج وتراجع فعل القراءة

إن التحدي الذي يفرض نفسه اليوم يرتبط بقيمة هذا الأدب في عصر المعلومات والرقمية، فالجيل الصاعد -كما يبدو- ليس ميالاً للعلم والثقافة والأدب، بل هو ميال للتقنية الجميلة، ونقصد بها التكنولوجيات العالية (la haute technologie) كما هو الحال للحاسوب واللوحات الإلكترونية، وكل الأجهزة الرقمية التي يتخذها وسيلته للهو واللعب وإنجاز أبحاثه الجامعية، وإذا اقتضى الحال وسيلة للغش في الامتحانات المدرسية والجامعية، طالما أن الوسائل التكنولوجية الحديث وسيلة ارتقاء وتقدم، وفي الوقت نفسه وسيلة انحراف وتقهر إذا ما تم استعمالها استعمالاً سلبياً.



ليس لدى الجيل الصاعد اليوم القدرة الكافية لقراءة قصة من أربع صفحات، فبالأحرى قراءة رواية تتطلب أسبوعًا، أو مجموعات روائية تتطلب أيامًا أو شهرًا. لقد أصبح النشر الإلكتروني قائمًا على السرعة والمرونة في النشر، وهو ما غير من طبيعة التلقي أيضًا، حيث انتقلنا من القراءة المتأنية العميقة إلى قراءات أخرى منها مواتية لسرعة الإنتاج الرقمي، مثل القراءة السريعة والقراءة الماسحة والقراءة الانتقائية، وبشكل خاص القراءة التصفُّحية العابرة التي نقوم بها عادة في تعاملنا مع ما ينشر في المواقع الإلكترونية، ذلك أن التحول في طرق النشر مع إبدال الرقمية، واكبه تحول على مستوى الذوق الجمالي وعلى مستوى التلقي بشكل عام، فلم يعد الإنسان اليوم يقرأ إلا ما يجذبه إليه مما له ارتباط وثيق بحياة الأفراد وواقعهم.

إذن المشكلة اليوم ليست في إنتاج النصوص الأدبية، فالأدب الحديث بأشكاله المتعددة انتشر بشكل كبير، حيث ساعد على انتشاره التلاقح الثقافي بين الشرق والغرب والتقدم العلمي والتكنولوجي نفسه، ولم يشهد الأدب عبر التاريخ تلك الغزارة في الإنتاج التي شهدتها اليوم. كما أن مسألة الرقابة على الأدب لم تعد ذات جدوى، لأن الإنترنت أتاح للجميع أن ينشر ما شاء ومتى شاء.

إنما المشكل المطروح يتمثل في "من يقرأ الأدب؟" وهل هناك اليوم مواكبة لما ينشر؟ فالقراء - بالمعنى العميق للكلمة - يكاد يكونون نادرين، ويلاحظ غياب هذه المواكبة في غياب السجلات وغياب الحوار بين الكتاب أنفسهم، حيث إن هناك نوعًا من العزوف عن قراءة الآخر، وذلك نلمسه بشكل جلي في التكرار على مستوى ما يُنشر؛ حيث نجد أحيانًا الموضوع الواحد منشورًا من طرف كتاب متعددين في كتب أو مجلات، فلو كان هناك حوار وقراءة للآخر لما كان ذلك التكرار. فضلاً عن ذلك، حتى في البحث الجامعي، غالبًا ما نجد هذا التكرار والاجترار على مستوى البحوث الجامعية والأطاريح، وهو ما يدل على أننا لا نقرأ ولا نواكب ما يتم إنتاجه في الأدب وفي دراسة الأدب. كما أن فعل القراءة يكاد يكون محصورًا في المتخصصين الجامعيين

والمتدرسين على سبيل الإكراه والإرغام المرتبط بالمؤلفات والمقررات المدرسية.

لمن نكتب؟

والسؤال المشروع يُطرح الآن هو "لمن نكتب؟" إننا نكتب لقراء وهميين، أو ربما لقراء المستقبل الذين قد يأتون وقد لا يأتون.. حتى الكتاب أنفسهم وكبار المثقفين من الأساتذة والباحثين، لا يقرأون إلا وهم مضطرون للقراءة إذا طلب منهم أحدهم التقديم لمؤلف أو إجراء دراسة عابرة للشهرة والإشهار.

كل هذا، يجعلنا نتساءل؛ لماذا لا نقرأ الأدب؟ فالعلاقة اليوم بين القارئ والكتاب صارت متوترة، والسبب في الواقع يعود إلى قيمة هذا المقروء، فأغلب الكتب التي فرضت علينا في مراحل الدراسة لا ترقى إلى مستوى الذوق الأدبي الذي نحلم به، بل على العكس من ذلك تنفرنا من الأدب نفورًا، نصوص أقل ما يقال عنها إنها رديئة لا تثير شهية القارئ. وحتى إذا أراد القارئ أن يقرأ بدافع حب الاطلاع والمطالعة، تصدمه جل الكتب وتجعله يفر منها فرارًا.

إن الأدب الذي سيفرض ذاته على القارئ ليقرأه وسيُكتب له البقاء في المستقبل، هو الأدب الصادق الذي سيعبّر بصدق عن عصرنا في غير ما تنميح أو حدلقة.

حراه

أخلص فيها للشعب وللمجتمع، ونجيب محفوظ استطاع بفضل بساطة لغته ورمزيها وجمالية أسلوبه أن يستقطب اهتمام العالم ويكون أول أديب عربي يحصل جائزة نوبل، ومحمود درويش تغريك قصائده التي تحمل قضية وتؤمن بفكرة ظل يدافع عنها إلى آخر أيامه، وعباس العقاد يغريك بأفكاره وعبقرياته الخالدة، والمنفلوطي يجذبك أسلوبه السلس الذي يترجم الأحاسيس والعواطف الإنسانية إلى كلمات، وأحلام مستغانمي تجعلك في رواياتها تسبح في عالم من الأفكار في الاجتماع والنفس والسياسة، أما عبد الله العروي فهو يجذبك إلى أفكاره جذبا لأن رواياته فكر يتحرك وفلسفة تمتد.

وأخيرا نال بعض أدياء الغرب عندنا أهمية، بفعلهم وشهرتهم وبراعة أسلوبهم ورقبي أفكارهم، أبرزهم شكسبير الذي يكفي أن تقرأ له "هاملت" أو "الملك لير" لتتشد إلى باقي أعماله المسرحية، و"بودلير" الذي يغريك بأسلوبه الشعري الذي يغوص في أعماق النفس البشرية، حيث تعبر عن حال الإنسان وهمومه في صراعه الدائم مع الطبيعة والحياة.

لهذا نقرأ هؤلاء على سبيل الحصر لا الإطلاق، لأنهم صادقون فيما يكتبون، ولأنهم يمتلكون الأدوات اللغوية والأدبية الضرورية؛ فالأدب عندهم يمتزج بالروح الإنسانية وعندما تقرأ لهم تحس أنك تتغير. أما كثير من النصوص فهي لا تقرأ في غالب الأحيان، ليس لأن القارئ لا يرقى إلى مستوى قراءتها، بل لأنه في غنى عن قراءتها، ينفر منها نفورا فور قراءة صفحاتها الأولى، لأنها لا تثيره علميا ولا فكريا ولا فنيا، فضلا عن عدم امتلاك أصحابها للأسلوب الرصين واللغة السلسة والمنهج السليم، ثم لكونها عديمة الفائدة وعديمة المنفعة.



كتب تجذبنا

الحق أن الكتب التي تقرأ تكاد تكون نادرة، يمكن أن نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر، روايات نجيب محفوظ، وأعمال طه حسين، وبعض نصوص المنفلوطي، وتنفأ من روايات عبد الرحمن منيف، وثلاثية أحلام مستغانمي، وبعض أعمال محمد درويش، وعاطفيات نزار قباني، وعبقريات عباس محمود العقاد، وبعض روايات عبد الله العروي.. فضلا عن الكتب الدينية، والكتب المقررة مدرسيا، وبعض الكتب المترجمة كروائع شكسبير، و"أزهار الشر" لبودلير، و"البؤساء" لفكتور هيغو، و"الجريمة والعقاب" لدوستوفسكي، وبعض قصص موبسان.

والسؤال الذي يطرح الآن هو لماذا الاهتمام هؤلاء؟ لعل السبب هو أن أغلب هؤلاء كتبوا بصدق، وعبروا عن واقعهم بصدق، وخدموا الأدب بصدق وبلغه يفهمها الشعب، ودافعوا عن الشعب وعن هموم مجتمعاتهم؛ فبعد الرحمن منيف تغريك رواياته بلغتها الساحرة البسيطة وأسلوبها السلس، وطه حسين يكفي أن تقرأ "الأيام" لتتجذب إلى قراءة كل أعماله التي

hiragate.com



الانتماء للوطن في ضوء المقاصد

المقاصد تظهر الصورة الحقيقية لجوهر الإسلام وفلسفته، وتوضح أهداف وتعاليم الشريعة السامية، مما يزيد الإنسان إيماناً واقتناعاً بما جاءت الرسالات السماوية، يقول الإمام الغزالي رحمه الله: "معرفة باعث الشرع ومصلحة الحكمة، استمالة للقلوب إلى الطمأنينة والقبول بالطبع والمسارة إلى التصديق، فإن النفوس إلى قبول الأحكام المعقولة الجارية على ذوق المصالح، أميل منها إلى قهر التحكم ومرارة التعبد، ولمثل هذا الغرض استحب الوعظ وذكر محاسن الشريعة ولطائف معانيها وكون المصلحة مطابقة للنص، وعلى قدر حذقه يزيدها حسناً وتأكيدياً".

المقاصد الشرعية تهدف إلى تحقيق المصلحة للبشرية كلها،

دينهم ووطنهم همهم الأكبر، لأنه لا دين بغير وطن ولا وطن بغير دين.

إذن، نحتاج إلى وطن مستقر، كما نحتاج إلى مواطن صالح يعزز ويقوي التلاحم بين أفراد المجتمع، لنصبح جسداً واحداً يعيش فيه كل فرد مع أخيه الإنسان في سلم وأمان، يحترم آدميته وحرية التي لا تضر الآخرين، يعمر وينمي بسواعده مجد أمته غير متطفل على موائد الحضارات الأخرى، مواطن عامل فاعل ومؤثر في تشكيل الرؤية الحضارية، يجني ثمارها بعرقه وفكره ولا ينتظر نتاج الآخرين، يكون انتماءه للدين بالالتزام بتعليماته والثبات على منهجه، والانتماء للوطن بالتضحية من أجله، تضحية نابعة من الشعور بحب ذلك الوطن وأهله.

بين تعزيز الانتماء وتفادي الصراعات

تناول قضية الانتماء من خلال المقاصد، يحفظ الأمن وينمي روح الانتماء لدى أفراد المجتمع. فالشريعة من أهم مقاصدها الحفاظ على الدين والنفوس، من أجل ذلك وضعت التشريعات الوقائية التي من خلالها يستطيع الفرد أن يعيش في طمأنينة وسكينة. فحمت الشريعة دين وتدين العبد من عبث الشيطان ووسوسته، ومن الهوى والشهوات الطاغية، وحثت الإنسان حتى من نفسه كي لا تطغى عليه وتستدركه إلى المهالك فعرفته طبيعة النفوس البشرية، وأنها متقلبة تحتاج إلى من يقودها إلى التزكية، ويرقى بها في ملكوت العطاءات بمنهج السماء.. ووضعت هذه الشريعة الربانية للنفس البشرية أنموذجاً من نفس جنس البشر يتمتع بكمال الخلق والخلق، نموذجاً علا بأخلاقه على المنظومة الأخلاقية. وبهذه التشريعات المنبثقة من المقاصد الجليلة للدين الإسلامي، وبهذا النموذج الكامل، تستطيع الأمة أن تختلط بغيرها، تؤثر وتتأثر تعطي وتأخذ، لكن دون خلل وتهاون في هويتها. وهي بهذا الاختلاط الحضاري، ومن خلال الرؤية الإسلامية، تفادي الصراعات بمختلف أنواعها وأشكالها، وتحمي بلادها من السقوط في الهلاك.

ولا يقتصر دور المقاصد الشرعية في الحفاظ على



ومن ثم لا بد من الربط الوثيق والمحكم بين مقاصد الشريعة والمخرجات الإنسانية التي تتمثل في الأقوال والأفعال والأخلاق والسلوك؛ لأنه لو انضبطت هذه المخرجات بالمقاصد، لأدى ذلك إلى بناء مجتمع منضبط دينياً وأخلاقياً وسلوكياً وحضارياً، لأن المقاصد هي جوهر الحفاظ على الدين والأخلاق والحرية والعدالة والفكر والعقل. فمقاصد الشريعة ذات أهداف سامية، لا تقتصر على حفظ الانتماء للإسلام وللأمة فقط، وإنما حفظ مصالح البشر أيضاً.

تحديد معالم الانتماء

من استقراء النصوص الإسلامية ومقاصد الشريعة يمكن أن نعرف معالم الانتماء، فالشريعة الإسلامية راعت في أحكامها وتعاملاتها جميع الجوانب التشريعية والإنسانية والحياتية. فالمقاصد الشرعية تحمي وتحافظ على استمرارية الوجد الإنساني وجوداً وعدمًا، وجوداً عن طريق حفظ دينه وعقله ونسله وعرضه وماله، وعدمًا بحمايته من كل وسيلة تؤثر على هذه الكليات الخمس. وهذه الكليات لا يمكن الحفاظ عليها حفاظ تاماً، إلا من خلال وطن آمن مستقر، يسير مواطنوه نحو هدف محدد، يؤدي كل واحد منهم واجباته قبل أن يسأل عن حقوقه، ساعياً سعياً حثيثاً تجاه تنمية مجتمعية واقتصادية وسياسية، روحها ومبدؤها التعاون والائتلاف، لتكون المجتمعات صفاً واحداً كالبنيان المرصوص يشد بعضه بعضاً، محققين المصلحة العامة التي لا بد أن تكون في المقام الأول قبل أي مصلحة ورغبة، جاعلين مصلحة

إن الانتماء للوطن من أهم مقاصد الدين، وإن حب الأوطان والانتماء إليه أمر مشروع، وإنه من متطلبات الإيمان ومن مستلزمات التعايش، وهو ضرورة شرعية وحضارية في حياة الفرد والمجتمع، فبه تتحقق قوة المجتمع وترابطه.

حذاء

والأعمال التي تسهم في تقدمه، كما أنه يقلل من انتشار الظواهر السلبية ويقضي على الأفكار المتطرفة، ويساعد على تعزيز الروابط الاجتماعية.

الانتماء وتحقيق المصلحة العامة

إن تناول قضية الانتماء من خلال المقاصد، يوسع مدارك الانتماء إلى حد قد يصبح شخصه فيها أقل الأطراف نصيبًا وحظًا، وليس معنى هذا إهمال الذات بقدر ما يعني وجوب الالتفات لأمر الآخرين وتحقيق النفع العام، بل وتقديمه على المنفعة الخاصة. فالقاعدة الفقهية الشهيرة تقول إن المصالح الكبرى مقدمة على المصالح الصغرى، ولذلك قال العز بن عبد السلام: "اعتناء الشرع بالمصالح العامة، أوفر وأكثر من اعتناؤه بالمصالح الخاصة". فمصلحة الأوطان تقدم على مصلحة الأفراد عند استحالة الجمع بينهما، ولا نستطيع تطبيق هذه القواعد إلا عندما نغرس الانتماء للدين والوطن في نفوس أبنائنا وشبابنا ومجتمعنا بالوسائل المختلفة، من خلال العمل الجاد المثمر الدؤوب والمخلص، والأخلاق الفاضلة، لأن الأخلاق درع واقية من العواصف التي تستهدف انهيار المجتمع وشيوع الفوضى.

ومما سبق، يتبين لنا أن الانتماء للوطن من أهم مقاصد الدين، وأن حب الأوطان والانتماء إليه أمر مشروع، ومن متطلبات الإيمان ومن مستلزمات التعايش، وهو ضرورة شرعية وحضارية في حياة الفرد والمجتمع، فبه تتحقق قوة المجتمع وترابطه، مما يحميه من أعدائه. ■

(*) عضو في مجمع البحوث الإسلامية / مصر.



الأمن الوطني من خلال التشريعات الوقائية فقط، بل هناك التشريعات الزاجرة التي تحقق مصلحة البلاد والعباد، بفرض أشد العقوبات على الذين يريدون أن يمسوا القيم الوطنية أو يزعزعو استقرار الأوطان، فجعل لهم عقوبة خاصة لم تتكرر في القرآن إلا مرة واحدة وهي عقوبة المحاربة.. فكل من يهدد أمن الأوطان والمواطنين، فهو محارب لله ورسوله، وعدو للإنسانية وللقيم والحضارة والإعمار، وهو من المفسدين في الأرض.

الانتماء وتفعيل المقاصد المجتمعية

هناك مقاصد مجتمعية للشريعة الإسلامية لا يعلمها كثير من الناس، أقامت الشريعة الإسلامية اعتبارًا كبيرًا لها واعتبرتها من المقاصد الأساسية. ومن هذه المقاصد "القيم" (الحرية، العدالة، الإخاء، التكافل، الكرامة)، وهذه المقاصد المجتمعية تسهم في الابتعاد عن التمركز على الذات، وتهذب الانتماء من نوازع التعصب وأشكال التحيز الذي يؤدي إلى الانقسام والفرق، ومن ثم إعادة صنع الانتماء وصياغته من جديد وفق الهوية المشتركة الجامعة للأمة.

فالانتماء على وجه العموم والانتماء للدين والوطن على وجه الخصوص، يعدّ صمام أمان لاستمرار العلاقات المجتمعية المشتركة، مما يسهم في بناء المجتمع وازدهاره. فعندما ينتمي الإنسان لمجتمعه ووطنه، فإنه سيؤدي ذلك إلى تشجيعه للمحافظة عليه والدفاع عنه بكل ما يملك، وقيامه بكافة النشاطات

الإنسان

مصدر المشاكل ومصدر الحلول

المشاكل كثيرة ولم يخلُ زمن من مشاكل. ولكن، إذا كانت المشاكل سُحِلُّ يومًا، فسوف يحلها أفراد بلا مشاكل.. أفراد حَلُّوا مشاكلهم الداخلية، أي لم تعد الدنيا مشكلة بالنسبة لهم، لم يعد الزوج والولد مشكلة لهم، ﴿رُزِقَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالتَّبَنِينَ وَالتَّقَنَاتِيرِ الْمُفْتَنَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالفِضَّةِ وَالتَّخِيلِ الْمُسَوِّمَةِ وَالتَّانَعَامِ وَالتَّحْرِيثِ﴾ (آل عمران: ١٤)؛ كل ما في الدنيا من فتن وعقبات، كل ما يعوق الرجال من بنين ونساء، أو ما يعوق النساء من أموال ورجال، كلها امتحان وابتلاء ما لم يُستخدم في مكانه الصحيح.

إن المرء إذا لم يتجاوز هذه المشاكل في ذاته فهو المشكلة. المشاكل الخارجية في الحقيقة نابعة من مشاكله هو. لم تعرف الأرض مفهوم "المشكلة" إلا مع الإنسان. بعبارة أخرى إن المشكلة هبطت إلى الأرض مع آدم الإنسان (مع التزامنا بالتوقير لمقام النبوة). قبل مجيء آدم إلى الأرض لم يكن للديناصورات التي كانت تعيش عليها أي إشكال، لم يكن لوحيدي القرن ولا للفيلة أية مشكلة، لم يكن للنبات إشكال مع الشجر ولا للشجر إشكال مع النبات. المشكلة هبطت إلى الأرض مع الإنسان. لإزالة المشكلة التي جاءت مع الإنسان، أرسل الله الأنبياء حيث تم الارتقاء بمستوى الإنسان من خلال تربيته وتثقيفه، ومن ثم انطلقت عملية حل المشاكل. اليوم، قبل حل المشاكل الكامنة في ذات الإنسان، يتم اللجوء

لحلّ الإشكالات الاقتصادية، والإشكالات الاجتماعية، والإشكالات السياسية، والمشاكل المتعلقة بالتربية والتعليم. ولكن ما دام الإنسان موبوءاً بالمشاكل، فسوف ينشر الفيروسات ويعدي الجميع، وكل محاولة للبناء والإصلاح ستنتهي بالفشل.

إن مهمتكم الكبرى أن تحلّوا مشاكل ذاتكم أولاً، ثم تنطلقوا لحلّ مشاكل الآخرين. هل يمكنكم أن تقولوا إنكم حللتكم مشاكلكم؟ أي إن البيت لم يعد عائقاً أمامكم، الحياة الزوجية والأولاد لم يعودوا عقبة لكم، الراتب كذلك سواء كان أو لم يكن.. هل تقولون "لا مشكلة، سأعمل حملاً لتغطية حاجاتي، لا يهم، ذاك المنصب كان أو لم يكن، سأستول وأنظف المراحيض المساجد لتأمين معيشتي، لا مشكلة". إذا كنتم قد تجاوزتم أنفسكم إلى هذا الحد، وسلّمتم أموركم إلى الله، وصار تسليمكم توكلاً، وتحول التوكّل إلى تفويض، آنذاك أجزم أنكم حللتكم مشاكلكم حقاً. عندها ماذا أفعل؟ أقبل جبينكم وأقول سيروا على بركة الله.. أنتم جاهزون لحلّ المشاكل المنتشرة في أرجاء العالم. عندما تحلّون مشاكلكم الذاتية، فلن تبقى عندئذ مشاكل لا في الدولة ولا في المجتمع. ولكن إذا كنّا نتخبط في إشكالات السعي وراء الراتب والأسرة والمنصب وغيرها، فلا داعي للنقاش.

يأتيني كثيرون، يقول أحدهم وكأن القيامة قد قامت: لم أرزق بمولود، لو دعوت لي، أتوسل إليك، فقدنا السكنية في البيت، وأنا في شجار دائم مع الزوجة. ها هي مشكلة، ومشاكل أخرى مثلها لا تعد ولا تحصى. إن أفراداً تعثروا بمشاكل بسيطة كهذه، لا يمكن أن يحلّوا مشاكل المجتمع. إن الذين يتصدّون اليوم لحلّ المشاكل متعثرون بمشاكل من هذا النوع للأسف. كيف إذا كان الطبيب مريضاً؟ طبيب يداوي الناس وهو مريض؛ أجل، مريض يُعدي الآخرين بميكروباته ظناً منه أنه يداويهم.

مهمتكم الكبرى أن تحلّوا الإشكالات التي عرفته الأرض مع الإنسان. إذا حللتكم "مشكلة الإنسان"، عندئذ ستفهمون معنى حديث "كما تكونوا يوَلّو عليكم". كما تكونوا أنتم سيكون وضعكم الاقتصادي والإداري والسياسي، وكما تكونوا أنتم ستدار أموركم.

لا تبحثوا عن المشكل في الخارج، الإشكالات في داخلنا، وعندما نحله في داخلنا ستحلّ المشاكل الخارجية تلقائياً. ■

(*) الترجمة عن التركية: هيئة حراء للترجمة. هذه النصوص مترجمة من دروس الأستاذ فتح الله كولن الخاصة.



الرياضة الروحية وتحسين السلوك

تنتشر داخل المجتمعات اليوم، النظرة والمعايير الفردية التي يتولد عنها نوع من فهم مغلوط لدى الفرد نفسه؛ فمثلاً إذا كان هناك شخص سيء الخلق وعاتبه أحدهم لسوء خلقه، لن يكون رده سوى "هكذا أنا"، و"هذا طبع فيّ جُبلت عليه"، بل "هكذا أُعبر عن نفسي وهذا هو أنا الذي يجب أن أُعبر عن حقيقته".. الأمر الذي يفتح على هذا الشخص باباً من التلّف الروحي والنفسي، ليجد معه فراغاً هائلاً داخل ذاته الإنسانية. ولأنه لا يبحث عن علاج، يتمادى في أفعاله السيئة التي تؤدي بالضرورة إلى نتائج عديدة لا تخدم هذا الفرد نفسه، ولا تعود بالنفع على المجتمع من حوله. ومن هذه النتائج انتشار الفساد والأفعال السيئة داخل مجتمعات اليوم، وبالتالي استخدام

ت

الإنسان ليس جسداً فقط، فهناك روح تسكن هذا الجسد. وليس عقلاً فقط، فهناك قلب يميل ويوجه هذا العقل.. والدخول إلى عالم القلب، يحتاج رياضة من نوع خاص تتيح للإنسان فتح باب هذا العالم والولوج إليه واستكشاف درجاته.

حذاء

على هذا الشكل إلا بالحفاظ على ممارسة الرياضة بصورة منتظمة. وهاك مثال آخر يقرب فكرة الرياضة الصوفية؛ جميعاً يحض الصغار على قراءة الكتب لأنها تنمي العقل وملكاته، ومع مرور الوقت والمداومة على القراءة يصبح الشخص أوسع أفقاً وأكثر إدراكاً، وكأن القراءة تمثل نوعاً من الرياضة العقلية للإنسان، ومطالعة كتاب ما واستيعابه والتناقش مع أحدهم حوله يمثل رياضة عقلية تقوي الفهم والإدراك.

إن الإنسان ليس جسداً فقط، فهناك روح تسكن هذا الجسد، كما أن الإنسان ليس عقلاً فقط، فهناك قلب يميل ويوجه هذا العقل، والدخول إلى عالم القلب هذا، يحتاج رياضة من نوع خاص تتيح للإنسان فتح باب هذا العالم والولوج إليه واستكشاف درجاته.

والرياضة لدى الصوفية تعني تزكية النفس، وتهذيب الخلق، أو كما يعبر عنها الأستاذ فتح الله كولن هي: "انضباط الحياة وانتظامها، أي ابتغاء الحمد والشكر في المأكل والمشرب والقيام والقعود، وتقيد كل هذا بمقاييس الحاجة".

بالطبع فإن عملية تهذيب الخلق ليست عملية سهلة، ولكن كما يقول الإمام الغزالي: "إن الأخلاق الحسنة تارة تكون بالطبع والفطرة، وتارة بمشاهدة أرباب الفعال الجميلة ومصاحبتهم وهم قرناء الخير وإخوان الصلاح، إذ الطبع يسرق من الطبع الشر والخير جميعاً. فمن تظاهرت في حقه الجهات الثلاث حتى صار ذا فضيلة طبعاً واعتياداً وتعلماً، فهو في غاية الفضيلة، ومن كان رذيلاً بالطبع وانفق له قرناء السوء فتعلم منهم وتيسرت له أسباب الشر حتى اعتادها، فهو في غاية البعد من الله ﷻ.. وبين الرتبين من اختلفت فيه من هذه الجهات ولكل درجة في القرب والبعد بحسب

هذه المنطقية الخاطئة لتبرير كل فعل أو خلق يخالف ما يجب أن يكون عليه الإنسان. وإن هذا الأمر لم يستشر فجأة، ولكن هذه المنطقية خدمتها الفلسفات الغربية، والفلسفات ما بعد الحداثة، بشخصنة كل شيء؛ فلا ثابت هناك، ولا يوجد ما هو موضوعي لدى هذه الفلسفة، بل كل شيء خاضع لتقييم شخصي بحت. مثلاً، إذا تخيلنا أن هناك شخصاً يعتقد أن الكذب والخداع أمر جيد -بالنسبة له- لأنه يتربح من خلاله، فسيدفعه ذلك إلى الظن بأن الصدق والإنصاف في المعاملة أمر سيء، بل سيعتقد أيضاً أن هذه الصفات في حد ذاتها ليست لها أي معنى لعدم جلبها الربح. وإن هذه الأيديولوجية تم الترويج لها بنماذج مختلفة داخل عدد لا بأس به من المسلسلات والأفلام العالمية.

إن ما تطرحه هذه المقالة، هو الإجابة عن السؤال الأصلي في هذه المسألة، وهو: هل يمكن تغيير الطبع والسلوك، أم أن هذا أمر فطري لا يمكن تغييره؟ وما علاقة ذلك بالرياضة الروحية؟ إن هذه التساؤلات جديدة وقديمة في الوقت نفسه، فالعلماء والفلاسفة من زمن أفلاطون، تحدثوا وتساءلوا.. ونحن اليوم سنحاول تقديم طرح يحمل بعضاً من المعقولة. نقول أولاً إن منطلقنا البحثي هو النفع المجتمعي، وإن أي جواب أو طرح يؤدي إلى الخلل الاجتماعي بالضرورة، ليس مطلوباً أو حتى مرغوباً فيه.

إن الطبع تتغير وتتحول في كلا الاتجاهين السيء والجيد، وإن الإنسان يملك بإرادته القدرة على اختيار الطبع التي يريد أن يتحلّى بها، ولكن هذا لا يتم إلا من خلال ما يطلق عليه الصوفية بـ"الرياضة". ومصطلح "الرياضة" يعبر عن عملية تغيير الطبع بصورة مثالية، فجميعنا يعرف أن لتقوية بنية الإنسان الجسدية، لا بد من المداومة على ممارسة الرياضة، وهذه المداومة تثمر نتائجها بعد عدة أشهر، بل إن كان الإنسان يستهدف تحقيق بنية مثالية، فقد يستغرق الأمر أعواماً من المواظبة على ممارسة الرياضة والمتابعة مع مدرب متخصص، بل الأمر لا يتوقف عند حد الوصول إلى تحقيق الهدف المطلوب، إنما المحافظة على ما وصل إليه الشخص من جسد ممشوق القوام وعضلات مفتولة، لا يدوم ويستمر

hiragate.com

ما تقتضيه صورته وحالته".

ولذا فعلى من يريد أن يحسن من سلوكه، أن يتوجه بعزم وإرادة صادقة نحو ذلك، وأن يصادق من يدلّه على ذاك السلوك الحسن، ويقتدي بمن هم أصحاب خصال حسنة؛ ليرتفع حسن هذا الفعل من الحواس إلى القلب، فيصير حسن الخلق له فطرة ثانية يتحلّى بها ويصلح بها ذاته، ويصير نافعا لمن حوله في المجتمع. جزء آخر من الرياضة وحسب تعريف الأستاذ فتح الله كولن "هو الوصول إلى حالة من الانضباط والانتظام داخل حياة الفرد، وتقييد كل أموره بمقاييس الحاجة". إن الجانب اللافت في هذا التعريف أنه يطرح رؤيةً وتصورًا للحياة، معتمداً على محاكاة كونية. فكل شيء في الكون حولنا يسير في نظام وانتظام دقيق، يشير إلى أن الخالق سبحانه خلق كل شيء بميزان دقيق وبمعيار حساس، وهو ما استدل به مجموعة كبيرة من علماء الكون والفيزياء في كتاب صدر تحت عنوان "دلائل وجود الله في الكون المتسع"؛ فكأن الخالق سبحانه يتحدث إلينا مباشرة عبر مخلوقاته سواء في مجالها الكوني أو في نطاقها البيولوجي، فخلق الإنسان نفسه بأعضائه المختلفة التي تؤدي وظائف في غاية الدقة، بحيث لو أن أحد الهرمونات أخل بوظيفته بمعيار ضئيل للغاية، قد يؤدي ذلك إلى خلل وظيفي كبير لجسم الإنسان.. وإن كان الأمر كذلك فالانضباط السلوكي والخلقي، يجعل من الإنسان مخلوقاً يتناغم مع خلقته ومع الكون من حوله، ولا بد أن هذا الانضباط سينعكس بصورة كبيرة على علاقة الإنسان بنفسه، وعلاقته بالمجتمع من حوله، وسيحفظ الآخرين على الانضباط.

أما النقطة الثانية في التعريف الذي قدمه الأستاذ فتح الله كولن، والتي تحتاج إلى معالجة أكاديمية مطولة، فهي "تقييد كل أموره بحسب الحاجة". إن الأستاذ فتح الله كولن وهو يقدم هذا التعريف، يقدمه لتحقيق نفع حقيقي للإنسان الفرد والمجتمع، ويعرض أسلوب حياة يخالف الأسلوب السائد في عالمنا اليوم. فالواقع الذي نحياه يغرز فكرة الاستهلاك غرماً داخل السلوك الجمعي، وهذا ما نراه واضحاً في الإعلانات المختلفة حيث السعادة تساوي التملك أكثر والشراء أكثر

والرفاهية الأكثر.. ولذلك تستشري المعايير النفعية التي تسوق العديد للشعور الدائم بالإحباط، لأنه لا يمتلك شيئاً ما حتى وإن كان هذا الشيء تحسينياً أو لا حاجة له فيه سوى أنه سيظهر الشخص بمظهر السعيد، وسيضفي عليه طابع الرفاهية والوجاهة الاجتماعية. يقدم الأستاذ فتح الله كولن هنا نموذجاً حياتياً بديلاً يعتمد على فكرة الاستغناء عن التحسيني والاكتفاء بالاحتياج الضروري للإنسان. ففي النهاية، السعادة الحقيقية لا توجد عبر تملك الأشياء، بل من خلال علاقة مع خالق الأشياء جميعها، فبينما الثقافة الحديثة تدعو للإسراف والتبذير، يدعو الأستاذ كولن من منطلق صوفي اجتماعي، إلى حياة اقتصادية للفرد والمجتمع. وفي نفس الوقت يجب أن نلفت النظر إلى أن الأستاذ كولن لا يدعو إلى البطالة والانتكالية، بل إنه يدعو في الوقت ذاته إلى الكد والعمل باعتبارهما واجباً دينياً.. فما دام الإسلام فرض الزكاة، فعلى كل مسلم العمل على تحقيق هذا الفرض من خلال السعي والكسب المباح.. وما يطرحه الأستاذ كولن هنا، هو بدلاً من إنفاق الزائد على الحاجة في أمور تحسينية تستخدم للمباهاة غالباً، يجب استخدام هذا الزائد عن الحاجة لتحقيق حاجة الآخرين داخل المجتمع، الأمر الذي سيؤدي لتحقيق توازن اجتماعي وسيقلل الفجوة بين الطبقات، وسينشئ بين أفراد المجتمع حساً تضامنياً عالياً.. فمن ناحية يحفز على العمل، ومن ناحية يضع ضوابط للإنفاق، ومن ناحية ثالثة يجعل الفرد فاعلاً رئيسياً داخل المجتمع.

إن كثيراً من المفاهيم الصوفية مجمدة داخل كتب تراثية قلّ من يطلع عليها ويزيح عنها غبار القرون الفاتية، ولذلك نجد أن الأستاذ فتح الله كولن يتجاوز إزاحة غبار القرون، إلى بث الروح في هذه المفاهيم وإعادة إحيائها داخل المجتمع والفكر الإنساني. ■

(*) كاتب وباحث مصري.

المراجع

(١) كتاب تلال القلب الزمرديّة نحو حياة القلب والروح، محمد فتح الله كولن، الجزء الثاني، دار الانبعاث للنشر والتوزيع، القاهرة ٢٠٢٠.

(٢) إحياء علوم الدين، الإمام الغزالي.

نحو العروج إلى علياء التخلق

إن التعلق بالقيم الأخلاقية يرجع إلى الأمانة التي حملها الإنسان في عالم الملكوت بموجب التفضيل الإلهي له على سائر الكائنات، وهذا يجعله مأمورًا بالمحافظة على هذه الأمانة، إذ لا يتصور وجود أمانة بدون وجود مؤتمن ومؤتمِن. ويترتب على هذا، أن الأخلاق ذات طبيعة اتئمانية غير امتلاكية، فوجب حفظها إلى حين استردادها من قبل الذات المؤتمنة، ومن ثم فطلبها يكون عن طريق التوسط بهذه الذات الشاهدة العلية، التي خلقت في الإنسان القدرة على التحلي بمكارم

إ

الأخلاق؛ ذلك أن الحق سبحانه علم النبي الأول ﷺ الأسماء كلها وجعله وذريته خليفة في الأرض، وأمر الملائكة بالسجود له، وقد دل هذا الحدث الغيبي الأول على تمام الخلق وإكماله. ومن هنا فمفهوم الخليفة، يحمل أمانة توحيد الحق سبحانه في أسمائه وصفاته وأفعاله، وعلم النبي الخاتم ﷺ الأخلاق كلها، فكان خلقه القرآن، ليُذَكِّر الخلق بالميثاق الأول الذي أقروا فيه بربوبية الحق ﷻ، ويزيل الغشاوة عن فطرتهم التي تحفظ لهم مشاهد وشواهد تذكرهم بأحداث هذا اللقاء الغيبي. ولا شك أن ذاكرتهم الروحية هي مستودع الأخلاق، وقد دل هذا الحدث الغيبي الثاني على كمال الخلق وإتمامه.

ومن هنا، فمفهوم الخليفة يجمع بين الخلق والخلق، لأن أصل الإنسان خليفة، وحد الخليفة أن تجمع في آن واحد بين الخلق والخلق، فكما أن الخلق صورة الظاهر، فإن الخلق صورة الباطن. وهذا ما يجعل الخلق يتقلب في أحوال، كما يتقلب الخلق في أطوار، وكما أن الإنسان يخرج من غيب الأرحام قويم الخلق إلى عالم الوجود، فكذلك يصير قويم الخلق بعد أن يدخل في التحقق بالأخلاق في عالم الشهود.. وبما أن الفطرة هي مستودع الأخلاق، فإن تحققه بالخلق يكون على قدر نقاء الفطرة ومجاهدة النفس، وكلما تراكمت طبقات النسيان على ذاكرته الأصلية، فإن تخلقه ينقص درجة حتى يُفقد بالكلية، وحينئذ يصبح خلقاً بدون خلق، فيكون متساوياً مع البهيمة في المرتبة، إن لم يكن أضل منها، لأن حد الخليفة لم يعد منطبقاً عليه بسبب فقدانه لشق مهم من إنسانيته، وفي هذه الحالة فإنه يحتاج إلى مجاهدة ومكابدة للنفس يغلب فيها الذكر على النسيان. فبقدر الذكر يكون التذكر، والتذكر يحقق العودة إلى الأخلاق الفطرية المودعة في ذاكرته الروحية، خصوصاً إن كان الذكر بأسماء حسنى وصفات عليا؛ إذ بتضافر الفعل الخُلقي مع الفعل الخُلقي يكون الإنسان إنساناً، فالإنسان ما خلق إلا ليتخلق.

وبما أن الأخلاق تُعتبر أفعالاً بدأت مع الخلق نفسه، كما أن الفطرة هي بالذات هذه الأخلاق، والفطرة من الفطور، أي الخلق، وهو ما يوضح اقتران الفعل الخُلقي مع الفعل الخُلقي، لكون الفطرة هي نفسها هذه الأخلاق التي أودعها الخالق ﷻ في خلقه قبل أن يخرجوا إلى عالم الوجود، فمنهم من تخلق بأخلاق الفطرة، ومنهم من تخلق بأخلاق مكتسبة، إلا أن هذه الأخلاق المكتسبة على ضربين اثنين: أخلاق موافقة للفطرة، وأخلاق مخالفة للفطرة، ولا شك أن الأخلاق الموافقة للفطرة تلحق بالأخلاق الفطرية، فلا يمكن أن يكون الإنسان خليفة إلا إذا كان قبل ذلك خليفة، وهذا يتوقف على أن يكون خلقه أسمى، وطلب السموا لا يكون بالنظر في النسبي المتناهي، وإنما بالتفكير في المطلق غير المتناهي، وبما أن الوسيلة لمعرفة المطلق الذي ليس كمثل شيء تكون من خلال صفاته وأسمائه، فإن هذه القيم الأخلاقية التي تسعى لتحقيق السموا والكمال عند المتخلق بها، يلزم أن يكون مصدرها هو تلك المعاني والكمالات المنطوية تحت الأسماء الإلهية. إذن كيف يمكن أن تكون الأسماء الإلهية مصدراً للقيم الأخلاقية؟

إن الأسماء الحسنى هي مستودع الأخلاق التي
بها قوام تخلُّق الإنسان، وهي أسماء متكوِّنة
لا تُحدُّ بحدٍّ ولا تقف عند عدد، والأخلاق هي
أيضاً متكوِّنة بقدر الأفعال الإنسانية، فتحت
كل فعل إنساني خلق أو أخلاق.

حراه

إن المغزى من بيان كيفية التخلُّق بالأسماء الحسنى، يتمثل في محاولة إخراج الإنسان المعاصر من الحالة الاختيانية التي يتخبط فيها -باعتبارها سبباً رئيساً في مرقه من الدين ابتداءً وشروده منه انتهاءً- إلى الحالة الائتمانية التي تستر سوائه ناظرًا إليها بعين بصره، وإلباسها الحجاب الأخلاقي الذي يدرأ عنها آفات التكشف ناظرًا إليها بعين بصيرته. ومن ثم يمكن القول إن الحالة الائتمانية توجب عليه التخلي عن معهوده مروِّقاً وشروِّداً، ثم التحلي بما أودع في ذاكرته الغيبية من فضائل الأخلاق ائتماراً ثم شهوداً. وهذا يستلزم البحث عن الطريقة المثلى التي بإمكانها أن تُحدث التغيير الجذري لأخلاقية الإنسان، ناقلة إياها من جلال حال يؤسها إلى جمال حال أنسها. ولا شك أن التخلُّق الأمثل الذي يمكنه أن يعث الإنسان على التخلُّق والخروج من حالة العري الأخلاقي، يستوجب أن يكون مصدره نابعاً من المطلق اللامتناهي، إذ لا يفيد في هذا الباب، التخلُّق بالأخلاق الدهرانية التي وضعها الاختياني النسبي المتناهي ولو أضفى عليه صبغتي التعقيل والعلمنة، حيث إن ما بني أصله على ما هو فاسد، يتحتم أن يكون ما يتفرع منه أفسد منه، وما بالك إن كان الأس باطلاً؟ وينبغي أن نولي وجوهنا قبله الأصل الذي تنكر له الاختياني في تأسيسه الأخلاقي، وبالخصوص الأصل الخاتم باعتباره صورته الفطرية محفوظة، وبالأخص أعظم ما يمكن أن يُخلِّق إنسانية الإنسان، ألا وهو الكمالات الإلهية المبنوثة في الأسماء الحسنى، لُظهر بذلك الأساس الديني للأخلاق، وبه يكون إبطال دعوى الفصل الاختياني للأخلاق عن الدين، لتأسيس دعوى تضادها وهي الوصل الائتماني بين الأخلاق والدين. ويبقى المقصود الأساس هنا، هو بيان كيف يمكن أن تكون الأسماء الحسنى أدوات ومعاني تخلقية؟

الأسماء الحسنى مصدر القيم الأخلاقية

إن المسعى الذي نود تأصيل مفاهيمه وتأسيس براهينه، هو أن الأسماء الحسنى هي مستودع الأخلاق التي بها قوام تخلُّق الإنسان، وقد ثبت أن الأسماء الحسنى أسماء متكوِّنة لا تُحدُّ بحدٍّ ولا تقف عند عدد. وكما أنه لا توجد نهاية لألفاظها فلا توجد أيضاً نهاية لكمالاتها ومعانيها، مع العلم بأن الأخلاق هي أيضاً متكوِّنة

بقدر الأفعال الإنسانية، فتحت كل فعل إنساني خلق أو أخلاق. ومن ثمة فإن التخلق بالأسماء، على ثلاث أسس يبني: أولها التعلق بها باعتبارها دالة على الذات الإلهية، والثاني التحقق بها عن طريق معرفتها وإحصاء معانيها، والثالث التخلق بتلك المعاني في السلوك الإنساني. فالتعلق يتجلى في شعورك بمعنى الاسم، ويعبر عنه أهل السلوك بالافتقار إليها مطلقاً من حيث ما هي دالة على الذات.. والتخلق أن يقوم بك معنى الاسم عن طريق معرفة معانيها بالنسبة إليه سبحانه وبالنسبة إليك.. والتحقق أن تعنى في معنى الاسم فتنسب إليك على ما يليق بك، كما تنسب إليه سبحانه ما يليق به.

ويستخلص مما تقدم، أن القيم إنما هي المعاني الملكوتية التي يستمدّها الإنسان من الأسماء الحسنى، أو بالأحرى التي تُمدّه بها هذه الأسماء. فعلاقة المتخلق بالأسماء الحسنى هي علاقة ائتمان لا علاقة احتياز، فضلاً عن التخلق بها لا يحصل إلا بمتابعة المتخلق الكامل ﷺ المبعوث بتمام الأخلاق وكمالها، وإخلاص التوجه والقصد إلى البرئ عزت أسماؤه.. وهكذا فإن التخلق بهذا المعنى، يتجاوز المقاربة الملكية ويتصل بأفاق القرب الملكوتي.

فالقيم المودعة في الأسماء الحسنى إنما هي عبارة عن معان ملكوتية لا يملك المتخلق أن ينتزعها انتزاعاً، بل هو مؤتمن عليها باعتبارها أمانات سيسأل عنها يوماً ليس كسائر الأيام، هل حفظها أم ضيعها؟ كما أن بني آدم في تخلّقههم يفترقون إلى صنفين، فأما الأول فإنه يتخلق تخلّقاً اختياريّاً فيستمدّ قيمه من الأسماء الحسنى، أو بالأحرى هي التي تُمدّه بهذه القيم، والصنف الثاني يتخلق تخلّقاً اضطراريّاً فيزعم أن منبع هذه القيم يرجع إلى عقله، فيكون شأن تخلّقههم الاضطراري ك شأن تعبدهم الاضطراري الذي توجهه مخلوقيتهم، غير مدركين أن اشترك الناس في هذه القيم، دليل على أنهم فطروا عليها كما فطروا على حاجاتهم البشرية من أكل وشراب وملبس ومسكن، والتي لا تنضبط إلا بالقيم الفطرية.. فيكون التخلق الاختياري مصحوباً بالثناء

والذكر والشكر، ويكون التخلق الاضطراري مصحوباً بالصد والنسيان والكفر. ويختص التخلق الاختياري بالمؤمنين دون غيرهم، فيستأثرون به لأنه يتوقف على الإيمان ويفترغ عنه، في حين يختص التخلق الاضطراري بغير المؤمنين، إذ لا يتصور أن يخلو منه إنسان ولو كان ملحدًا بموجب ما أودع الخالق سبحانه في فطرته أولاً في عالم الملكوت، وبما أودع في عالم الملك من قوانين سبقت بها كلمته.

في الختام

لقد ثبت أن الأسماء الحسنى لا نهاية لعددتها، كما لا نهاية لوحدها وكمالاتها، بل إن الاسم الواحد منها لا يمكن الإحاطة به أو عد فضائله أو إحصاء قيمه، لأنها أسماء وكمالات غير متناهية خاصة بالمطلق، ومحال أن يحيط النسبي بالمطلق، وهذا ما يجعلها تتسم بخاصيتين، هما خاصية التكوثر، وخاصية عدم التناهي. لهذا فإن منتهى الكمالات الإنسانية يتمثل في التخلق بالأسماء الحسنى، إذ الأخلاق هي المعيار الذي تتحدد به ماهية الإنسان، فكما أن تناسب الأعضاء الظاهرة يُعبّر به عن الخلق القويم باعتباره صورة الظاهر، فإن تناسب المعاني الباطنة يعبر به عن الخلق الحسن باعتباره صورة الباطن، وبهما معاً يتحدد مفهوم الخليفة. فإذا فقد الإنسان أخلاقه فقد إنسانيته، ومن ثمة فلا يوجد إنسان بلا أخلاق إن اضطرراً أو اختياراً، إلا أن طريق الاختيار يتسامى على طريق الاضطرار، لأن المتخلق المختار يحرص على الاتصاف بالقيم الأخلاقية المخترنة في الأسماء الحسنى، فتمده بمعانيها بما لا تمد به غيره.

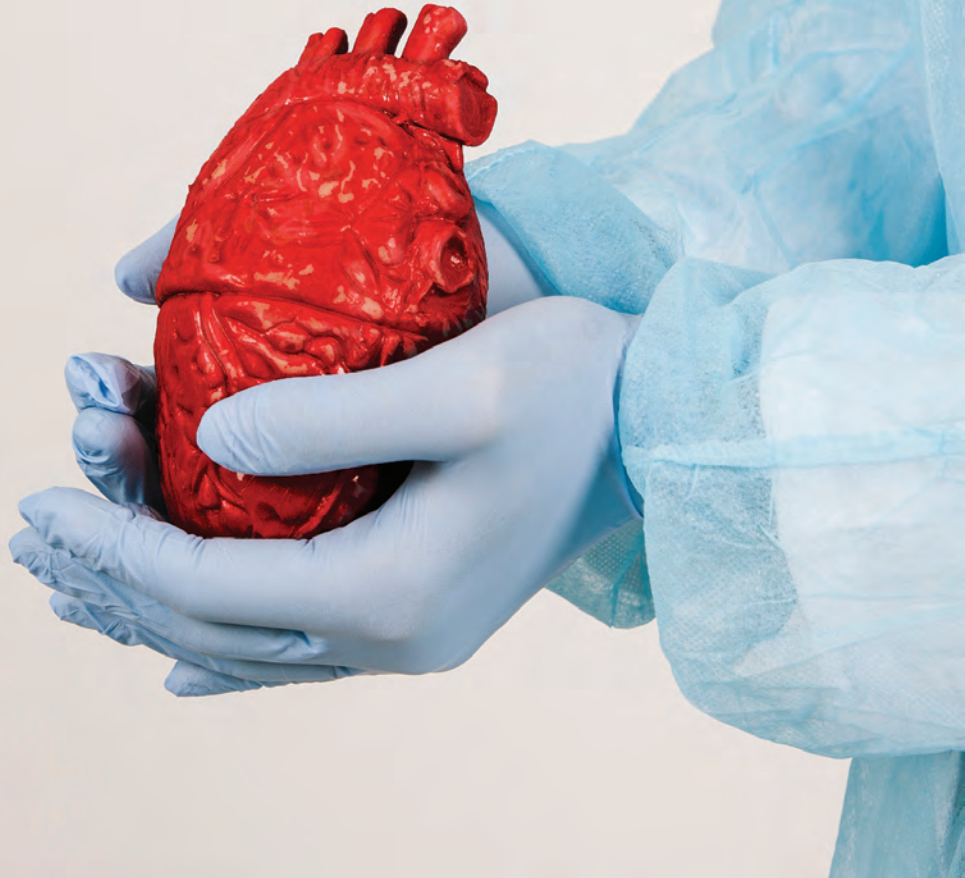
لهذا فإن التخلق بالأسماء الحسنى تخلق لا أسمي منه، فالمعاني والكمالات الإلهية التي يمكن استكناها من الأسماء الحسنى عبارة عن تجليات سمو المطلق الذي تتعلق به هذه الأسماء، التي تتمثل في قيم الكمال والجلال والجمال. ■

(*) كاتب وباحث مغربي.

أخلاقيات استزراع الأنسجة والأعضاء

تتنوع عمليات نقل وزراعة الأنسجة والأعضاء، حيث يتم نقل جزء من جسم المريض إلى موضع آخر في جسده، وقد يُستبدل عضو تالف بآخر من شخص حي أو متوفٍ دماغياً كطعم مغاير. وتندرج أغلب عمليات الزراعة ضمن الطعوم المغايرة، لكن للاختلاف الجيني بين العضو المزروع وجسد المتلقي دوره الهام، حيث تبدأ رحلة الجهاز المناعي للمتلقي مع العضو المزروع، كجسم غريب يرفضه ويتصارع معه للقضاء عليه، لذا يتم تناول المثبطات المناعية، مما يجعل الجسم عرضة لغزو عوامل ممرضة أخرى، لكن عندما يتم الاستزراع المغاير بين متطابقين وراثياً كالتوائم المتماثلة، لا يحدث غالباً ردة فعل مناعية كسابقه.

أما زراعة طعم أجنبي (Xenograft)، فيحدث عند النقل من سلالة إلى سلالة مغايرة، كزراعة صمام قلب خنزير في جسد إنسان - من العمليات الشائعة والناجحة - حيث تعتبر الخزائر من أهم مصادر إنتاج الأعضاء المهندسة بيولوجياً، لتشابه حجم أعضائها مع





مثيلاتها البشرية، فضلاً عن سهولة تربيتها، وسرعة نموها، وقصر فترة حملها، وكثرة أعداد إنجابها، وعدم تعرضها للانقراض كالشimpanزي، أو للنقد المجتمعي كما في القرود. وتجري الآن محاولات لزراعة أنسجة البنكرياس أو المعزولة من أسماك إلى كائنات غير بشرية من فصيلة الرئيسيات، وحال نجاحها ستمهد الطريق لتطبيقها على الإنسان.

إن زراعة الطعوم الأجنبية تنطوي على قدر من المخاطر الطبية، لتزايد احتمالات عدم التوافق والرفض المناعي، والإصابة بعدوى مرضية، لكن في العموم وفي ظل توفر مهارات جراحية وتقنية، تراكمت نجاحات هذه العمليات، إلى جانب القدرة على التحكم في الرفض المناعي، والآثار الجانبية لإنقاص المناعة.

أعضاء وأنسجة تحت الطلب

تشمل الأعضاء التي يمكن زراعتها؛ الكلى، والقلب، والكبد، والرئتين، والبنكرياس، والأمعاء، والغدة الزعترية. وتشمل الأنسجة كلاً من العظام، والعضلات، والأوتار، والقرنية، والجلد، وصمامات القلب، والأوردة. وتعد زراعة الكلى من أكثر العمليات شيوعاً على مستوى العالم، وتفوقها عمليات زراعة العضلات والعظام بأكثر من عشرة أضعاف، ويمكن الحصول على

أنسجة المتبرعين المتوفين بأزمات قلبية في غضون ٢٤ ساعة من توقف القلب. وعلى عكس الأعضاء، يمكن حفظ معظم الأنسجة - باستثناء القرنية - وتخزينها في "بنوك" لفترة تصل إلى خمس سنوات.

وتسمح أبحاث الطب التجديدي، بإعادة تكوين أعضاء من الخلايا الخاصة بالمريض نفسه، كالعلايا الجذعية، أو خلايا مستخرجة من أعضاء مصابة بقصور.. ففي عام ٢٠٠٧ تمكن فريق بقيادة "دوريس تايلور" مديرة مركز أبحاث الطب التجديدي بمعهد "تكساس" لطب القلب في "هيوستن"، بعزل قلب فأر وإزالة خلاياه "بمنظفات حيوية"، لتكوين هيكل داعم/سقالة (Scaffold)، وتم عليه استنبات خلايا قلب فأر جديدة لمدة ٢٨ يوماً في "مفاعل حيوي" (Bioreactor) وخفق القلب في اليوم الرابع لهذا الاستنبات، وبلغت قدرته على الضخ في اليوم الثامن نحو ٢٪ من قدرة قلب فأر ناضج. وفتحت هذه المبادرة الباب واسعاً، لتعميم التجربة على الأعضاء الأخرى - كالكلبي والرئة والكبد - ولسد الفجوة بين المتبرعين وقوائم الانتظار الطويلة.

محطات تاريخية

تشير كتابات إلى أن الجراح الهندي "سوشروتا" (عاش في القرن الثاني ق.م) قد أجرى زراعة جلد "بطعم ذاتي" لتجميل الأنف، لكنه لم يُوثق نجاح أو فشل محاولته. وبعد مضي قرون، أجرى الجراح الإيطالي "جاسبارو تاجلياكوزي" زراعة ناجحة بطريقة الترقيع الذاتي، وفشل في الطعم المغاير لرفض الجسم لها. وأرجع ذلك إلى القوة والسلطة الفردية، ذكر ذلك عام ١٥٩٦ في كتابه "DeCurtorum Chirurgia per Insitonem"، وكانت فترة الحرب العالمية الأولى قد شهدت خطوات بارزة في زراعة الجلد، ولا سيما ما أجراه النيوزيلاندي السير "هارولد جيليز" في "إلدرشوت" التابعة لبريطانيا العظمى.

وكان "إدوارد زيرم" قد أجرى عام ١٩٠٥، أول زراعة قرنية ناجحة في عين إنسان في "أولوموك" بجمهورية التشيك. ولكل من "أليكسيس كاريل"، و"تشارلز جوثري" قيادة ناجحة في عمليات زراعة الشرايين والأوردة في بدايات القرن العشرين. وأدت مهارات



امرأة زرع لها مبيض. وفي نفس العام زرعت قصبه هوائية باستخدام الخلايا الجذعية للمريض نفسه أجراها "باولو ماتشياريني" (برشلونة، أسبانيا). وفي عام ٢٠١٠ تمت أول زراعة وجه بالكامل، على يد "جوان بييري باريت" وفريقه (برشلونة، أسبانيا). كما منحت المنظمة الوطنية الإسبانية لزراعة الأعضاء تصريحاً لمستشفى "La Fe" في فالينسيا لإجراء أول عملية لزراعة ساقين كاملين.

نحو السيورغ

بناء على هذه الخبرات السابقة، يمضي قطار الطموح العلمي والمبتغين بالبحث العلمي سريعاً وصولاً للسيورغ (Cyborg)، أو نظم إلكترونية-حيوية (Bionic systems)، أو آلات حيوية (Vital machines) كل ما هو اصطناعي تتم إضافته إلى الجسد البشري ليصبح نصف بشري، تشمل جميع الإضافات الخارجية من أدوات وأجهزة تمكن الإنسان من التكيف مع البيئة المحيطة، بحيث يكمن الهدف في تحسين أداء الفرد وتطوير قدراته على القيام بعمله على أكمل وجه، ويأتي تخليقه ضمن البحوث الإحيائية والسيبرانية، وهي مجالات تهتم باليات الاتصالات والسيطرة لدى الكائنات الحية ولدى الآلات. وتتخذ تقنيات السيورغ أشكالاً مختلفة فمنها ما هو ترميمي (Restorative)، حيث يتم التعويض عن الوظائف والأعضاء والأطراف التي تمت خسارتها مسبقاً، وتطبيعي (Normalizing) فيتم استعادة الشكل الطبيعي عند حدوث تغيرات فيها، ثم إعادة تشكيل (Reconfiguring)

توصيل الأوعية الدموية إلى جانب تقنيات الخياطة الجراحية، لتمهيد الطريق لجراحات زراعة الأعضاء لاحقاً.. وأسهم ذلك في حصول "كاريل" على جائزة نوبل ١٩١٢، وهو الذي بدأ منذ عام ١٩٠٢، بتجارب لزراعة الأعضاء في الكلاب، مع نجاحه في نقل الكلي والقلب والطحال، وهو من أوائل الذين تنبهوا لمشكلة رفض الجسم للعضو المزروع.

وثمة محطات تاريخية أخرى لعمليات ناجحة ورائدة في زراعة الأعضاء؛ فأول زراعة كلية كانت عام ١٩٥٤، قام بها "جوزيف موراي" (بوسطن، الولايات المتحدة الأمريكية)، وفي عام ١٩٦٦ زرع أول بنكرياس قام به "ريتشارد ليلهاي" و"وليام كيللي" (مينيسوتا، الولايات المتحدة الأمريكية). وأجريت أول زراعة كبد عام ١٩٦٧ على يد "توماس ستارزل" (دينفر، الولايات المتحدة الأمريكية). وفي نفس العام تم زراعة قلب أجراها "كريستيان برنارد" (كيب تاون، جنوب أفريقيا). أما عام ١٩٨١ فكانت أول زراعة رئة ناجحة قام بها "بروس ريتز" (ستانفورد، الولايات المتحدة الأمريكية)، وبعد عامين تمت زراعة أحد فصي الرئة أجراها "جويل كوبر" (تورنتو، كندا). وقام نفس الجراح عام ١٩٨٦ بزرع رتئين للسيدة "آن هاريسون". أما أول استئصال كلية بالمنظار من أحد المتبرعين الأحياء، فكانت عام ١٩٩٥م على يد "لويد راتنر"، و"لويس كافوسي" (بالتيمور، الولايات المتحدة الأمريكية). وبعد ثلاث سنوات أجريت زراعة بنكرياس جزئية من أحد المتبرعين الأحياء قام بها "ديفيد ساذرلاند" (مينيسوتا، الولايات المتحدة الأمريكية). وفي فرنسا عام ١٩٩٨ تمت أول زراعة يد ناجحة. وبعد عام كانت زراعة مثانة ذات أنسجة معدلة وراثياً أجراها "أنتوني عطا الله" (في بوسطن، الولايات المتحدة الأمريكية).

وفي ٢٠٠٥ تم زرع وجه جزئي، وبعد عام كانت أول زراعة فك باستخدام النخاع العظمي للمريض، أجراها "إريك إم. جيندين" (مستشفى ماونت سيناي في نيويورك)، أما أول زراعة ذراعين كاملين فكانت عام ٢٠٠٨ على يد "إدجار بيمار" و"كريستوف هانكه" و"مانفريد ستانجل" (ميونخ، ألمانيا). وفي عام ٢٠٠٨ ولد أول طفل من

ولعله قريبًا تُحل مشكلة نقص الأعضاء والأنسجة المعروضة وقوائم الانتظار الطويلة، وتُنشر لافتات وإعلانات في المراكز والمستشفيات وفي الصحف والمجلات عنوانها "أعضاء تحت الطلب".

لوائح وقوانين منظمة

يثير موضوع زراعة الأعضاء العديد من القضايا المهنية والأخلاقية والقانونية، بما في ذلك تعريف "الوفاة". وتوقيت وكيفية التصريح بزراعة الأعضاء، و"التبرع الخير"، و"التبرع مدفوع الأجر"، والتبرع الموجه (الإجباري)، والسياحة القائمة على زراعة الأعضاء، والسياق الاجتماعي والاقتصادي الذي تُجرى في إطاره عمليات نقل أو زراعة الأعضاء.. وتعاني معظم الدول من عجز في عدد الأعضاء المتوفرة للزرع، مع قوائم انتظار طويلة. وقد ساهمت شبكة الإنترنت والإعلانات الشخصية، والإغراءات المالية من قبل المنتظرين، إلى زيادة الاهتمام بمخاطر بيع الأعضاء.. وفي الولايات المتحدة تختص إدارة الأغذية والأدوية الأمريكية (FDA) بتنظيم وتأمين عمليات زراعة الأنسجة فقط. وتهدف للوقاية من انتشار الأمراض المعدية، وفحص المتبرع، وتجهيز وتوزيع طعوم الأنسجة. وقد حظر القانون الوطني لزراعة الأعضاء عام ١٩٨٤ بيع الأعضاء. وفي المملكة المتحدة، صدر قانون مماثل عام ١٩٨٩، لكن حل محله قانون الأنسجة البشرية عام ٢٠٠٤. وفي عام ٢٠٠٧، صدرت توصيات مناهضة لبيع الأعضاء عن اثنين من أكبر المؤتمرات الأوروبية.

إن زراعة الأعضاء والأنسجة واحدة من أكثر مجالات الطب والجراحة أهمية، لما لها من جوانب مهنية، وأخلاقية، وقانونية، واستشرافية في آن واحد. فعبّر عقود شهد ويشهد هذا المجال تراكمًا مهنيًا وتقنيًا باهرًا ومتلاحقًا ومتطورًا، لذا فمن المحتمل قريبًا، أن يكون هناك الإنسان الأعلى (السوبرمان) المتكامل وراثيًا وإحيائيًا، والإنسان الآلي (الفائق الذكاء والثقافة والأداء)، والسيبورغ الخليط من العقل البشري والأعضاء الطبيعية والأجهزة الصناعية. ■

(*) كاتب وأكاديمي مصري.



بتكوين كائنات شبيهة بالبشر لكنها تختلف كليًا عنهم. وعلى غرار ما يتم من تعامل مع مخلوقات عبر الفضاء الإلكتروني، ومستقبلًا مع أنواع بشرية معدلة تناسب العيش في الفضاء أو تحت سطح البحر، وهناك تقنية تعزيزية (Enhancing) وهي هدف أغلب الأبحاث الصناعية والعسكرية. وعمومًا سيستطيع هذا السيبورغ -رغم احتفاظه بما للعقل البشري من مرونة وقدرة على التخيل- العيش في جو غير معتاد عليه، جو خال من الأكسجين، ودرجات حرارة وضغوط عالية. كما سيمتيز بحيوية كبيرة، وطول عمر مديد مُتكيفًا مع التغيرات البيئية. ويطمح العلماء لإيجاد "سيبورغ فضائي" لا يتنفس، وذو دم بارد صناعيًا وبدون أعضاء حس، لكنه مطعم بالكترونيات الهدف منها الحفاظ على التوازن الأيضي، وترميم الأعضاء العليا والسفلى، والتغذية عن طريق الحقن، مع إعادة استخدام الفضلات.

وأخيرًا إجراء عمليات النقل عن طريق نبضات إلكترونية مستقبلية ومبعوثة بواسطة جهاز مثبت بالدماغ. وهذا الكائن سيتحرك بسهولة في أوساط فضائية بين الكواكب أو فوقها مع تباين في الجاذبية. ولعل رواد كائنات "السيبورج" هم من أجريت لهم عمليات جراحية، ويعيشون بأجهزة معقدة خارج وداخل أجسامهم. ومع دقة واستمرارية وتطور عمليات زرع الأعضاء، والمواد الاصطناعية، قد يصبح من الممكن إزالة أكبر قدر من الفوارق بين الأجهزة الطبيعية والاصطناعية للكائنات البشرية. ولا شك أن الطموح العلمي والبحثي ليس له حدود،

ماذا تعلم عن الزلازل؟

الزلازل (Earthquakes) هي عبارة عن إحدى الظواهر الطبيعية التي تؤثر على حياة الإنسان وممتلكاته. وتحدث الزلازل نتيجة حركة تكتونية للصفائح الصخرية في باطن القشرة الأرضية والتي ينتج عنها حدوث سلسلة من الاهتزازات الارتجاجية المتتالية لسطح الأرض، تحدث في وقت وجيز لا يتعدى الثواني المعدودة. وينتج عن هذه الحركة كمية كبيرة من الطاقة التي ينتج عنها موجات زلزالية مدمرة. ونظرًا لصعوبة منع حدوث هذه الظاهرة الطبيعية، فإنه يتحتم علينا التعايش معها. ولقد خصصت مقالتي هذه لنتناول الإجابة المبسطة عن بعض من الأسئلة المُبهمّة عن الزلازل، وتفسيرها من الناحية الجيولوجية، وفهم أسباب حدوثها، وكيفية التعامل معها، ومدى إمكانية التقليل من مخاطرها.

ماهي الصفائح التكتونية؟

ينقسم الغلاف الصخري للأرض (Lithosphere) إلى صفائح (Plates) تسمى بالصفائح التكتونية أو الألواح التكتونية التي تطفو فوق طبقة الأستينوسفير (Asthenosphere) المنصهرة في باطن الأرض. ويعتبر الانجراف القاري أو زحزحة القارات، نشاطاً جيولوجياً تقوم به الصفائح التكتونية للكرة الأرضية بحركة تباعدية أو تقاربية، أو بالاحتكاك بين صفيحتين أرضيتين. ولقد قدّم "ألفريد فيجنر" (1912) فرضية أن القارات كانت يوماً ما، قارة واحدة عملاقة قبل أن تنقسم وتنجرف وتتباعد إلى مواقعها الحالية. ويمكن تمييز الصفائح الكبرى التالية بحسب القارة أو المحيط أو المنطقة التي تقع عليها كالتالي:

الصفائح الأمريكية الشمالية (North American Plate): وتشمل الكتلة القارية للأمريكيتين، مع جزء من قشرة المحيط الأطلنطي حتى حوافه الوسطى.

الصفائح الأفريقية (African Plate): وتشمل كل إفريقيا حتى الحافة الوسطى للمحيط الأطلنطي ونحو نصف المحيط الهندي الغربي.

الصفائح الأوراسية (Eurasian Plate): وتشمل معظم آسيا وأوروبا، وتمتد بين الحافة الوسطى للمحيط الأطلنطي غرباً، والبحر المتوسط وسلسلة الجبال الإلتوانية الحديثة جنوباً، لتنتهي في المحيط الهادي بسلسلة الجزر الممتدة في شرقها.

الصفائح الأسترالية (Australian Plate): وتشتمل على كتلة صخور الهند وأستراليا وكل ما يحيط بهما من المحيط الهندي.

الصفائح القطبية الجنوبية (The Antarctic Plate): وتضم القارة القطبية الجنوبية مع الأطراف الجنوبية لكل من المحيط الهادي والأطلنطي والهندي.

الصفائح الهندية (The Indian Plate): هي قسم كبير من القارة الآسيوية، وتضم البلدان الواقعة على الصفائح التكتونية الهندية.

صفائح الهادي (Pacific Plate): وهي الوحيدة التي يتكون معظمها من صخور محيطية خاصة الحواف الوسطى وإلى ما تحت صخور غرب أمريكا الشمالية. وبالإضافة إلى هذه الصفائح الكبرى يوجد عشر

صفائح صغرى، من بينها الصفائح العربية التي تتباعد عن الصفائح الأفريقية ما بين 2-6 سم سنوياً، خاصة في جنوبها الغربي.

تكمّن القوة الدافعة وراء حركة هذه الصفائح في طبقة الوشاح، نتيجة الفوارق الحرارية بين المواد الساخنة المتواجدة بالقرب من نواة الأرض والأحواض الصخرية الباردة الأقرب إلى سطح الأرض، مما يسبب الحركة الديناميكية في طبقة الوشاح مما يزيد من شدة الزلازل.

كيف تنشأ الزلازل؟

تنشأ الزلازل نتيجة عدة عوامل من أهمها:

1- الزلازل التكتونية (Tectonic Earthquakes): تنشأ نتيجة حركة الصفائح التكتونية مما يسبب دماراً كبيراً. ويشار إلى أن هذا النوع من الزلازل، عادة ما يكون أكبر حجماً وتأثيراً من الزلازل البركانية.

2- الزلازل البركانية (Volcanic Earthquakes): تنشأ بفعل أنشطة البراكين، وينتج عن هذا النوع من الزلازل العديد من المخاطر التي تتضمن التصدّعات والتشوّهات الأرضية، بالإضافة إلى تدمير المباني.

3- الزلازل الانهيارية (Collapse Earthquakes): إنها زلازل صغيرة تحدث في باطن الأرض والمناجم، وتنتج بفعل الموجات الزلزالية الناجمة عن انفجار الصخور على السطح، ويُمثّل انهيار سقف المنجم أو الكهف، السبب المباشر للاهتزاز الأرضي.

4- الزلازل الانفجارية (Explosion Earthquake): وتنشأ بفعل انفجارات ناجمة عن معدّات نووية أو كيماوية.

قد تحدث الزلازل لأسباب غير طبيعية، كالزلازل المستحثّة (Induced Earthquakes) التي تسببها الأنشطة البشرية، مثل بناء الأنفاق، وملء الخزانات أو بناء السدود فوق صدوع زلزالية، وتنفيذ مشاريع التكسير،

ومشاريع الطاقة الحرارية الأرضية.

الموجات الزلزالية

ما هي الموجات الزلزالية (Seismic Waves) التي تسبب معظم الدمار؟

يسمى مركز الزلزال "البؤرة" (Hypocenter)، وتتحرك منها الموجات الزلزالية الارتدادية إلى الخارج، فيما تعرف النقطة التي تقابلها على سطح الأرض بالمركز السطحي (Epicenter) يعقبها تحرر الطاقة من الغلاف الصخري نتيجة لإزاحة الصخور عمودياً أو أفقياً، وتعرف المسافة العمودية بين مركز الزلزال وبؤرته وعمق الهزة (Focal Depth).

تعدّ الموجات السطحية (Surface waves)، مثل موجات لوف (Love waves)، وموجات رالي (Rayleigh waves)، من أكثر أنواع الموجات الزلزالية تدميراً، وتنشأ عادة عندما يكون مصدر الزلزال قريباً من سطح الأرض، حيث تنتقل من بؤرة الزلزال إلى الخارج ولكن ببطء مقارنةً بباقي أنواع الموجات. وتتسبب الموجات السطحية بتأرجح الأجسام على سطح الأرض، وارتفاعها، وسقوطها.. ولذلك فهي تؤدي إلى تلف المنشآت والمباني.

ما هي قوة الزلازل؟

تتعرض الأرض سنوياً لنحو مليون زلزال، ويستخدم "السيزموجراف" لتسجيل الهزات الأرضية، ويعتبر الزلزال كبيراً حين تزيد قوته على سبع درجات بمقياس ريختر.

وتحدد درجة الزلزال بمؤشر من ١ إلى ١٠. إذا كان من ١ إلى ٤؛ فإنها زلازل قد لا تحدث أية أضرار. ومن ٤ إلى ٦؛ فإنها زلازل متوسطة الأضرار. ومن ٧ إلى ١٠؛ فإنها الدرجة القصوى، أي يستطيع الزلزال تدمير

المدينة بأكملها وحفرها تحت الأرض حتى تختفي مع أضرار لدى المدن المجاورة لها.

ما هي أنواع الزلازل؟

تبين المراصد العالمية أن هناك ثلاثة أنواع من الهزات تحدث في القشرة الأرضية، وهي:

هزات أفقية: وهي الهزات الزلزالية الشائعة.

هزات رأسية: وهي من أسفل إلى أعلى، وهي تقذف

بالصخور والمباني في الهواء.

هزات دائرية: وهي نادرة وخطيرة، لأنها تجعل

المنشآت تدور حول محورها ثم تسقط.

ما هي أشهر الزلازل في العالم؟

الزلازل الأقوى حسب درجتها

الدرجة (مقياس ريختر)	الموقع	التاريخ	رقم
٩,٥	فالديفيا، تشيلي	١٩٦٠/٥/٢٢ م	١
٩,٢	طريق الأمير وليام البحري، الاسكا، الولايات المتحدة	١٩٦٤/٣/٢ م	٢
٩,١	المحيط الهندي، سومطرة، إندونيسيا	٢٠٠٤/١٢/٢٦ م	٣
٩,٠	كاشاتكا، روسيا	١٩٥٢/١١/٤ م	٤
٩,٠	المحيط الهادئ، منطقة توهوكو، اليابان	٢٠١١/٣/١١ م	٥
٨,٨ تقريباً	أريكا، تشيلي	١٦٦٥/٩/١٦ م	٦
٨,٨-٩,٢ تقريباً	سومطرة، إندونيسيا	١٨٣٣/١١/٢ م	٧
٨,٨	كولمبيا - الإكوادور	١٩٠٦/١/٣١ م	٨
٨,٨	منطقة مولي، تشيلي	٢٠١٠/٢/٢٧ م	٩
٨,٧-٩,٢ تقريباً	المحيط الهادي، الولايات المتحدة، كندا	١٧٠٠/١/٢٦ م	١٠
٨,٧ تقريباً	فالبارايسو، تشيلي	١٧٣٠/٧/٨ م	١١
٨,٧ تقريباً	المحيط الأطلسي، لشبونة، البرتغال	١٧٥٥/١١/١ م	١٢
٨,٧	جزر رات، الاسكا، الولايات المتحدة	١٩٦٥/٢/٤ م	١٣
٨,٦-٩,٠ تقريباً	المحيط الهادئ، منطقة طوهوكو، اليابان	٨٦٩١/٧/٩ م	١٤
٨,٦ تقريباً	المحيط الهادئ، قناة نانكاي، اليابان	١٤٩٨/٩/٢٠ م	١٥
٨,٦ تقريباً	المحيط الهادي، منطقة شيوكوكو، اليابان	١٧٠٧/١٠/٢٨ م	١٦
٨,٦	آسام، الهند - التبت، الصين	١٩٥٠/٨/١٥ م	١٧
٨,٦	جزر أندريانوف، الاسكا، الولايات المتحدة	١٩٥٧/٣/٩ م	١٨



١٩	١٩٤٦/٤/١م	جزر ألوتيان، ألاسكا، الولايات المتحدة	٨,٦
٢٠	٢٠٠٥/٣/٢٨م	سومطرة، إندونيسيا	٨,٦
٢١	٢٠١٢/٤/١١م	المحيط الهندي، سومطرة، إندونيسيا	٨,٦
٢٢	١٥٧٥/١٢/١٦م	فالديفيا، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٣	١٦٠٤/١١/٢٤م	أريكا، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٤	١٦٤٧/٥/١٣م	سانتياغو، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٥	١٦٨٧/١٠/٢٠م	ليما، بيرو	٨,٥ تقريبا
٢٦	١٧٥١/٥/٢٤م	كونثيون، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٧	١٨٢٢/١١/١٩م	فالباريسو، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٨	١٨٣٥/٢/٢٠م	كونثيون، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٢٩	١٨٦٨/٨/١٣م	أريكا، تشيلي	٨,٥ تقريبا
٣٠	١٨٧٧/٥/٩م	إيكيكو، تشيلي	٨,٥
٣١	١٩٢٢/١١/١٠م	منطقة أنكاما، تشيلي	٨,٥
٣٢	١٩٢٣/٢/٣م	(كامشاتكا، روسيا (الاتحاد السوفيتي	٨,٥
٣٣	١٩٣٨/٢/١م	(بحر باندا، إندونيسيا (الهند الشرقية الهولندية	٨,٥
٣٤	١٩٦٣/١٠/١٣م	(جزر الكوريل، روسيا (الاتحاد السوفيتي	٨,٥
٣٥	٢٠٠٧/٩/١٢م	سومطرة، إندونيسيا	٨,٥

كيفية مواجهة الزلازل

بمجرد بدء الهزة الأرضية يجب الانبطاح على الأرض في مكان مناسب وعدم الفرع.

عند حدوث زلزال حاول دائماً حماية رأسك من الأجسام المتساقطة؛ بالاختباء تحت مكتب أو طاولة خشبية.

يجب الابتعاد عن النوافذ وشرفات المنزل والأبواب الزجاجية، فهي مُعرضة للسقوط.

إذا كنت في السرير، فابق في مكانك واحم رأسك بوسادة.

ابق في الداخل حتى تتوقف الهزة الأرضية، ولا تخرج من المنزل أثناء الهزة.

لا تستخدم المصاعد الكهربائية، فقد تحدث انقطاعات كهربائية مفاجئة.

تجنب النزول على سلم المنزل، لأن النزول عبر

السلم من الممكن أن يؤدي لانهيار العقار.

يجب إغلاق مصادر كل من الكهرباء والماء والغاز.

عند حدوث زلزال وأنت في المطبخ، فعليك أولاً

إطفاء الموقد، ولا تستخدم اللهب أو الشموع.

لا تهرول بين المباني المتهاكّة، فمعظم الخطر

يأتيك من الأشياء المتساقطة.

عند حدوث زلزال حاول طمأنة من حولك

وإرشادهم بكيفية التصرف لحمايتهم من المخاطر.

إن كنت تقود سيارتك عند حدوث زلزال، فعليك

التوقف فوراً إلى جانب الطريق.

إذا كنت متواجداً على البحر أثناء الزلزال، يجب

الابتعاد عن الشاطئ تجنباً لحدوث موجات مد بحري.

هل يتناقض التفسير العلمي للزلازل مع الدين؟

إذا كان الدين وحياً ربانياً، فلا يُتصور أن تتناقض حقائقه

مع الحقائق العلمية، لأن الذي خلق هو الذي أنزل.

قال تعالى: ﴿سُنِّرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ

حَتَّىٰ يَتَّبِعِنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَّلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ

شَيْءٍ شَهِيدٌ﴾ (فصلت: ٥٣)؛ لقد تحدث القرآن الكريم عن

حقائق جيولوجية غاية الدقة، حيث خاطب بها العقول

بلغت العلم والإفناع، ليوضح أن هناك علاقة وثيقة بين

الزلزال وما تخرجه الأرض من صخور ملتهبة على

شكل براكين، قال تعالى: ﴿إِذَا زُلْزِلَتِ الْأَرْضُ زُلْزَالَهَا

وَأَخْرَجَتِ الْأَرْضُ أَثْقَالَهَا﴾ (الزلزلة: ١-٢)؛ ففي هاتين

الآيتين إشارتان علميتان لم يتوصل لهما العلم إلا في

نهاية القرن التاسع عشر: الإشارة الأولى هي الربط بين

ظاهرتي الزلازل والبراكين، الإشارة الثانية أن مكونات

جوف باطن الأرض أثقل من مكوناتها السطحية. ■

(*) أستاذ الجيولوجيا بالمركز القومي للبحوث، القاهرة / مصر.

المنتجات البلاستيكية وخطرها على الصحة

يعدّ البحث في العلاقة التفاعلية بين البلاستيك والغذاء، موضوعاً بالغ الأهمية والخطورة، وهذا يتطلب منا الانتباه والحذر. أينما نظرنا نجد المواد البلاستيكية تحيط بأطعمتنا، لذلك من الضرورة بمكان أن نفهم طبيعة هذه العلاقة وإطارها، بحيث نتمكن من وضع حدود فاصلة بين ما هو مسموح وما هو ممنوع. فالمواد البلاستيكية تتميز بأنها زهيدة الثمن، خفيفة الوزن، وغير قابلة للانكسار، وسهلة التشكل إذا ما قورنت بالمواد الزجاجية أو المعدنية أو الخشبية.. ولعل أهم خاصية توفرها المواد البلاستيكية، هي قدرتها على الحفاظ على جودة المنتج الغذائي وحمايته من العوامل التي قد تتسبب في فساده وذهاب نكهته، فهي تصنع جداراً يمنع حدوث أي تبادل غازي ما بين الوسط المحيط

ي



البحرية، والسكريات المضافة، والأملاح، والكحول، ومياه الصنبور، والمياه المعبأة في زجاجات، والهواء، ثم قام الفريق بتقييم كمية الطعام التي يتناولها الإنسان تقريباً في المتوسط؛ وجدت بعض هذه النتائج أن البشر يستهلكون كل عام ما بين ٧٤ ألفاً و١٢١ ألف جزيء بلاستيكي دقيق.

يصنع البلاستيك من مواد أولية تدعى البوليمرات، ولهذه البوليمرات أنواع عديدة منها البولي إيثيلين، والبولي بروبيلين، وبولي كلوريد فينول، ومادة "الباي اسيفينول أ" التي تعطي البلاستيك الشفافية والصلابة، والملدنات التي تعطي البلاستيك الليونة وغيرها، كما يضاف إلى هذه المواد، مواد كيميائية أخرى لأهداف كثيرة، منها الملونات التي تعطي العبوات البلاستيكية الألوان المختلفة، حيث تضاف أحياناً إلى بعض المواد البلاستيكية أصباغ لإكسابها اللون المرغوب، يكون بعضها تركيبة غير ثابتة فتتسرب إلى السلع الغذائية، أو تذوب في بعض مكوناتها. وتسبب حدوث مشكلات صحية للإنسان.

يستخدم في صناعة عديد من عبوات الأغذية البلاستيك كلور الفينيل، ويتصف النوع الصلب منه بمقاومته لنفاذية الرطوبة والغازات والدهون، ولا يتحمل التسخين على درجات حرارة تزيد عن ١٠٠ مئوية، التي يبدأ عندها بالتحلل واختلاط مكوناته مع الأغذية المعبأة فيه، ويعيق استخدام المواد البلاستيكية قليلة الثبات الحراري في تعبئة الأغذية الساخنة، حدوث هجرة بعض مكوناتها، خاصة من المواد المضافة المستخدمة في صناعتها كالأصباغ أو المركبات المانعة للأكسدة إلى الأغذية، لذا يحظر استعمال العبوات المصنوعة من هذا النوع من اللدائن في تعبئة الأغذية الساخنة.

وقد شاع استخدام البلاستيك من نوع بوليمر ميلامين فورمالدهيد في صناعة أدوات منزلية، كأطباق الطعام والصواني وغيرها، بأشكالها المزخرفة الجميلة. ويمكن للمستهلك العادي اكتشاف تأثير أطباق الطعام المصنوعة منه بالأغذية الساخنة من تغير لونها بطول فترة استخدامها. ويعزي البعض حدوث هذا التغير إلى حدوث تفاعلات بين بعض مكونات الأغذية الساخنة مع الملامين، لكن يمكن استخدام العبوات المصنوعة

والمادة الغذائية. كذلك يمتاز البلاستيك عن غيره من المواد، في الصمود أمام العوامل الجوية المتغيرة، فهو لا يتآكل ولا يصدأ، فضلاً عن سهولة إنتاجه غير المعقدة، كما أنه غير مكلف في عمليات النقل والاستخدام.. لكن في مقابل هذه الميزات، لا بد من القلق بشأن المخاطر المحتملة من تلوث الأغذية لدى تغليفها وحفظها بالمواد البلاستيكية. لذا هل فكرت يوماً ما أثر ذلك على صحتك وعلى البيئة من حولك؟ هل فكرت من أي مادة أولية يصنع البلاستيك؟ وهل علمت يوماً أن هناك أنواعاً يجب عليك الحذر منها قبل استخدامها لأنها صنعت من أجل استخدام محدد؟

البلاستيك وعلاقته بالأغذية

في دراسة صادمة جديدة، أكد باحثون أن البشر باتوا يتناولون البلاستيك بشكل كبير في حياتهم، حيث يأكل الإنسان البالغ ما لا يقل عن ٧٠ ألف جزيء دقيق من البلاستيك في السنة، فيما أكدت مصادر أخرى، أن هذا الرقم قد يكون بسيطاً جداً، وأن الرقم الحقيقي أكبر بكثير من هذه التقديرات، حيث إن العدد الذي تم تحليله من الأطعمة والمشروبات قليل للغاية. وذكر العلماء أن شرب المياه المعبأة في زجاجات زاد بشكل كبير من الجسيمات المستهلكة. وما تزال الآثار الجانبية لتناول البلاستيك غير معروفة حتى الآن حيث لم تأت دراسة قطعية على الأمر، لكن المشكلة تكمن في بعض القطع الصغيرة للغاية التي قد تتخترق الأنسجة، مما يؤدي إلى تفاعلات مناعية أو إطلاق مواد سامة.

الدراسة التي عمل عليها باحثون من المملكة المتحدة، راجعت حوالي ٢٦ دراسة سابقة، حللت كميات الجزيئات البلاستيكية الدقيقة في المأكولات

من الملامين في حفظ وتقديم الأغذية غير الساخنة بأنواعها كالفواكه والخضراوات، دون أن تحدث تغيرات فيه، ويفضل استخدام أطباق الخزف الصيني والزجاج في تقديم أطباق الطعام الساخن، لسلامة استخداماتها على صحة الإنسان. كذلك شاع استخدام الغشاء البلاستيكي اللاصق للأغذية لدى ربات البيوت في تغليف بعض الأغذية قبل حفظها في الثلاجة، وهو مصنوع من عديد كلور الفيناييل أو عديد فينسيلدين مع مواد كيميائية تكسبه مرونته المميزة وهي الملدنات. وقد اكتشف العلماء تسرب هذه المركبات المضاعة إلى البوليمر المستخدم في صناعته، إلى الأغذية التي تلامسه، وأدى حصول الفئران على جرعة كبيرة منها، إلى إصابتها بالسرطان، ولحسن الحظ لم يلاحظوا حدوث ذلك في الإنسان. وقد حذرت السلطات الصحية البريطانية، من استخدام هذا النوع في تغليف الأغذية، تفادياً لنقل بعض مكوناته إلى الطعام، خاصة عند احتوائه على الدهون كالجبين والزبدة التي قد تذوب الملدنات فيها.

الأكياس البلاستيكية

تعد أكياس البلاستيك من الاختراعات التي سهلت حياة الإنسان منذ عقود، فقد تم اكتشاف مادة البولي إيثيلين -المستخدمة في صنع أكياس البلاستيك- عن طريق الخطأ سنة ١٩٣٣، إذ كان بعض العلماء يعملون على تجربة كيميائية، فظهرت فجأة مادة شمعية بيضاء اللون لم تكن إحدى النتائج المتوقعة من التجربة، وفيما بعد عُرف أن تلك المادة هي البولي إيثيلين. ويُصنف البلاستيك ضمن ٢٠ منتجاً من أخطر المواد أثناء عملية التصنيع، لأن جميع أنواع أكياس البلاستيك المستعملة في التسوق أو حفظ المواد الغذائية، وفي كل الاحتياجات المنزلية، مصنعة من مشتقات البترول والمواد الكيميائية.

بدأ تصنيع أكياس البلاستيك في السويد سنة ١٩٦٥، ومنذ ذلك الوقت استبدل الناس الأكياس القماشية والورقية بالأكياس البلاستيكية، ويُنتج حالياً ما يُقارب تريليون كيس في السنة. ويُعد استخدام الأكياس البلاستيكية سلاحاً ذا حدين، وبالرغم من فوائدها إلا أن هناك أضراراً لا يُمكن تجاهلها.

وقد بدأ استخدام أكياس البلاستيك الأولى التي كانت تستعمل للخبز والسندويشات والفواكه والخضار في الولايات المتحدة الأمريكية في عام ١٩٥٧، وبدأت أكياس القمامة البلاستيكية بالظهور في المنازل في أواخر ستينيات القرن الماضي. يستعمل العالم تريليون كيس بلاستيك سنوياً، لكن تلك الأكياس تحولت من وسيلة استخدام عادية إلى قنابل موقوتة وأصبحت مصدر إزعاج كبير، بعد اكتشاف خطورتها وضررها البالغ على الإنسان وعلى البيئة والكائنات الحية التي تتعرض لها.

وقد بدأت بلدان عديدة بحظر أكياس التسوق البلاستيكية كلياً أو جزئياً، وفرضت بلدان أخرى ضرائب على استخدامها، فقد فرضت الدانمارك ضريبة توضيب عام ١٩٩٤، وانخفض استهلاك أكياس الورق والبلاستيك بنسبة ٦٦٪. وفي عام ٢٠٠١ حظرت تاوان توزيع أكياس البلاستيك المجانية التي ترمى بعد الاستعمال من قبل الدوائر الحكومية والمدارس، أما بنغلاديش ففرضت حظراً تاماً على جميع أكياس البلاستيك الرقيقة عام ٢٠٠٢. وفي عام ٢٠٠٣ تم توسيع الحظر ليشمل محلات السوبر



ماركت ومطاعم الوجبات السريعة والمتاجر الكبرى، كما منعت تايوان استعمال الصحون والأكواب والملاعق والشوك والسكاكين البلاستيكية الاستعمال. وفرضت إيرلندا ضريبة على استعمال الأكياس البلاستيكية في المتاجر. ومنعت رواندا أكياس البلاستيك التي تقل سماكتها عن ١٠٠ ميكرون. وفي أوغندا منع استعمال الأكياس البلاستيكية الرقيقة وفرضت ضريبة على الأكياس السميكة عام ٢٠٠٧ لخفض أكوام النفايات. وتؤكد الدراسات أن هناك بدائل للتقليل من الاعتماد على هذه الأكياس، ومنها الأكياس الورقية وهي ذات رواج عالمي خاصة في السنوات العشر الماضية، ومن البدائل الورقية أيضاً استخدام الأكياس القماشية التي انتشرت مؤخراً في الجمعيات التي تبيع بالجملة.

أضرار استخدام البلاستيك في حفظ الأغذية

بوجه عام، هناك الكثير من المواد الكيميائية في البلاستيك والتي تعتبر مذيبة للتلوث؛ لأنها تترك آثاراً ضارة على البشر على المدى الطويل حيث تجتاز هذه الكيماويات المشيئة، وبالتالي فإنها تثير قلقاً بالغاً للسيدات الحوامل والأجنة. وهناك عدة أضرار لاستخدام البلاستيك، أهمها حفظ الأطعمة في الأكياس البلاستيكية خصوصاً إذا كانت ساخنة؛ يؤدي إلى تحرير بعض المواد الضارة التي تسبب تغيرات واضطرابات هرمونية في الجسم مثل اضطرابات الغدد الصماء. كما أن مادة الديوكسين المكون الرئيسي للأكياس البلاستيك، التي تدخل في تصنيعه، هي أكثر المواد الكيميائية العضوية السامة، وتصنف من المواد المسرطنة، لذا عندما تتحلل تلك المادة فإنها ترفع خطر الإصابة بالأمراض السرطانية، مثل سرطان الرحم والثدي.

تأثيرات مسرطنة

دقت منظمة الصحة العالمية ناقوس الخطر من استخدام المنتجات البلاستيكية، وذلك بعد إدراج مادة "الستايرين" التي تستخدم في صناعة المطاط، والمنتجات المطاطية، ومنتجات البوليسترين التي تصنع العبوات البلاستيكية ضمن المواد المسرطنة للبشر من قبل المنظمة.

وأثبتت دراسة بحثية في إحدى مجلات مشفى جونز هوبكنز الدورية، الذي يعتبر من المشافي الرائدة في مجال الأمراض المستعصية، خاصة أمراض السرطان

في الولايات المتحدة الأمريكية، أن البلاستيك في العموم لا يصلح للتسخين، وأنه إن تعرض للحرارة تحول لمادة تسمى الدياتوكسين الكيميائية التي تسبب مرض السرطان خاصة سرطان الثدي التي تسمم أيضاً خلايا الجسم، فالحرارة تذيب السموم الموجودة بالبلاستيك، وتختلط هذه السموم مع الطعام.

صفوة القول، يجب أن يعلم كل فرد منا أنه قد يستنشق بخار البلاستيك مع كل شهيق وزفير، أو قد تحتك بشرته به في لباس يرتديه، أو قد يأكله في وجباته اليومية التي تتشربه من الأوعية الحافظة.. لذا من الضروري أن نميز بين نوع وآخر من المواد البلاستيكية لتحديد درجة ضرر كل منها. والحقيقة أنه يتم يوماً بعد يوم، اكتشاف أن بعض هذه المواد يسبب السرطان، وبعضها قد يحدث طفحاً جلدياً قد تخاله تافهاً لكنه في الواقع ينم عن خلل ما.

وعندما نتكلم عن البلاستيك وتأثيره على الصحة، فإن الأصل الذي يقول إنه لا خطورة من استخدام البلاستيك في أغلفة وعبوات الطعام وغيرها من المنتجات الكثيرة، باق في عمومها.. فالبلاستيك مادة آمنة مع استثناءات بسيطة جداً وظروف معينة، وهي ما أثبتها العلم أنها تسبب مشاكل صحية. فالمواد المصنوعة من الفينيل هي من أخطر المواد البلاستيكية بما فيها الكلوريد المتعدد الفينيل، أيضاً المواد البلاستيكية المصنوعة من "الستايرين" و"البوليورثين" و"الإكربليك"، لكنها لو استخدمت بدون تسخين أو حرق -أعني بطريقة صحيحة- فإنها لا تسبب أية مشكلات صحية، رغم أننا مع التوجه الذي يطالب بتقليص استخدام المنتجات البلاستيكية التدريجي والسريع، وذلك بهدف المحافظة على البيئة على المدى الطويل. ■

(٢) استشاري في طب وجراحة العيون / مصر.

المراجع

(١) البلاستيك والغذاء، د. فارس بن دباس السويلم.

(٢) جريدة البيان الإماراتية، العدد: ٢٥، ربيع الأول ١٤٤٢هـ- ١١ نوفمبر ٢٠٢٠م.

(٣) جريدة الرياض السعودية، العدد: ١٦٢٩٨، الأربعاء ٢٥ ربيع الأول ١٤٣٤هـ- ٦ فبراير ٢٠١٣م.



حذاؤك مصدر صحة قدمك

ح حول أمراض تشوهات القدم وعلاقتها بالأحذية، عُقد مؤخرًا في فرنسا مؤتمر افتراضي، ووصل العلماء في نهاية المؤتمر إلى أن الأحذية غير المناسبة أو ذات الكعوب العالية هي من أهم الأسباب التي تؤدي إلى آلام القدمين، لأن الحذاء غير المريح يجعل كل أعضاء القدم في حالة من الشقاء، كما أن الكعوب العالية في الحذاء تجعل الجسم في حالة عدم اتزان لإخلالها بالتوازن الطبيعي للقدم؛ حيث الجزء الأمامي منها يتحمل ٤٠٪ من وزن الجسم فقط، وكلما ارتفع الكعب زاد التحميل على مقدمة القدم، حتى يصل إلى تحميله وزن الجسم كله، مما يشوه أصابع القدم ويجعل صاحبها يشعر بالآلام شديدة بعد كل مرة يستخدم فيها



كعبًا عاليًا. وقد حذر أطباء النساء والتوليد في المؤتمر، من ارتداء الحذاء ذي الكعب العالي أثناء فترة الحمل، لأنه قد يكون سببًا في الإجهاض، أو سببًا في تعسر الولادة وزيادة الآلام ما بعد الولادة.

تشير الإحصاءات إلى أن ثلاثًا من كل أربع سيدات تعانين من مشاكل صحية في القدم نتيجة استخدام أحذية غير مناسبة، وهذه المشاكل أو الأمراض بالمعنى الأدق، هي التهاب مفاصل القدم (Podarthritis)، والكاحل (Ta-lusarthritis)، وتقوس الظهر بالانحناء للأمام.. وقد تسبب الأحذية ذات الرؤوس المدببة تكييسًا في أصابع القدمين، وقد يصل الأمر إلى حد الإصابة بتشوهات في القدم.

إن أكثر التشوهات شيوعًا هي انحراف الإبهام الأكبر للقدم مع تغيير مكان الإصبع الملاصق للإبهام، بحيث يتسلك أو يركب على الإصبع الوسطى بما يشبه الإصبع المعكوفة، وهذه الظاهرة تؤدي إلى ما يعرف بمسمار أصابع القدم، وبالتالي فإن هذا الانحراف يؤدي إلى ظهور تشوه ملحوظ في الجانب الداخلي للقدم، وهذا تشوه عادة ما يكون سببًا للآلام المبرحة، التي يصل الأمر أحيانًا -من أجل التخلص منها- إلى التدخل الجراحي لاستئصال القدم كلها.

الإصابة بالانفصام والجنون!

أشار العالم النفسي السويدي "بارك فليتز مارك" إلى أن الكعب العالي في الحذاء يؤدي إلى الجنون، وبالتالي ربط بينه وبين الإصابة بانفصام الشخصية، وفسر نظريته على أساس أن الكعب العالي يصيب المرأة بالتوتر الشديد في قدميها على نحو يجعلها لا تسير بطريقة صحيحة، وهذا بدوره يؤدي إلى منع المستقبلات العصبية الموجودة في عضلات القدم من إطلاق "الدوبامين"، المركب في غاية الأهمية لسلامة العقل. وبين "مارك" ارتفاع معدلات الإصابة بالشيخوخة وفيرنيا بين النساء في الدول الغربية، التي يكثر فيها استخدام الكعب العالي.

إن طول كعب الحذاء الذي لا يؤثر على صحة القدم، يجب ألا يتجاوز ٣ سم، وهنا تجدر الإشارة إلى أن الكعب العالي ليس وحده المتهم بآلام القدم، إنما الأحذية المسطحة أو الشباشب، قد تكون سببًا في

الشعور بعدم راحة القدم؛ أي في كل خطوة بالشباشب تنقبض الأصابع كي تمنع الشباشب من الانفلات، ومع تكرار هذه الحركة، ومع استمرارية استخدام هذه النوعية من الأحذية، تبدأ الآلام بالظهور. ولا بد من التنبيه هنا على عدم تجاهل أي ألم في القدم والتوجه في أسرع وقت ممكن إلى الطبيب المختص لمعرفة السبب، وبالتالي محاولة علاجه قبل تفاقم المشكلة.

تقنيات فطرية للحفاظ على القدم الصحية

وينصح خبراء اللياقة البدنية بممارسة بعض التمرينات الرياضية، مثل تمرين الوقوف على أطراف الأصابع، ثم النزول بالقدمين مرة واحدة على القدمين كاملاً مع الحرص على الوقوف في وضع الاستقامة، ويتم تكرار هذا التمرين ٢٠ مرة يوميًا لتقوية عضلات القدمين، ولجعلها أكثر قدرة على تحمل مشاق المشي والوقوف. كذلك يجب تدليك أوتار القدمين جيدًا، فإنه يخفف من آلام استخدام الكعب العالي، ثم تبقى رياضة المشي هي الحل الأمثل لتقوية القدمين، بشرط استخدام حذاء رياضي محكم الربط، لأن عدم إحكام ربط الحذاء يضعف التحميل على منطقة الكاحل.

نصائح للسيدات عند شراء الحذاء

لا تشتري الحذاء في نهاية التسوق لأن قدميك ستكون في حالة انتفاخ، لذا يفضل شراء الحذاء عند بداية التسوق. امتنعي عن شراء الحذاء الذي تشعرين من خلاله بالضيق أو الألم، ولا تعتمد على نوعية محددة من النوع المفضل لديك.

اجعلي استخدامك للكعب العالي قاصرًا على المناسبات والسهرات فقط، واستخدمي الأحذية



المريحة في كل تحركاتك سواء في العمل أو التسوق. ابتعدي عن الأحذية المدببة لأنها تؤذي أصابعك. لقد أصبحت العودة للوسائل الطبيعية في كل ألوان الحياة هي الموجة السائدة في العالم، ليس فقط في طب الأعشاب أو الإبر الصينية، ولكن أيضًا في ممارسة الأنشطة الرياضية؛ فلكل من يمارسون رياضة العدو المتوسط والطويل، وبصفة خاصة أصحاب الماراثون الذين يمثل الحذاء لهم أحد العوامل الحاسمة التي تساهم في فوزهم بالسباق، حيث يعاني عداء المسافات الطويلة والمتوسطة، من التسلخات والتهابات القدمين إذا لم يكن الحذاء مناسبًا لأقدامهم، ولتغلب على هذه المشكلة بدأ الباحثون وخبراء الطب الرياضي في تجربة الجري بدون حذاء.

ويذكر الباحثون أن من أهم الأخطار التي لوحظت على أقدام العدائين بسبب عدم مناسبة الأحذية بجانب التسلخات والالتهابات، الكسور والتواءات الركبة، وانقطاع وتر "الكلاس" الموجود خلف القدم، وغيرها من الإصابات التي قد تواجه العدائين وبخاصة في سباق الماراثون الذي يمثل تحديًا عظيمًا لقدرات الإنسان البشرية. وطبقًا لما يذكره الخبراء في الطب الرياضي، فإن ٦٠٪ من الإصابات التي تحدث بأقدام العدائين، تأتي بسبب عدم ارتدائهم الأحذية المناسبة لأقدامهم، ويحذر الخبراء من أن التدريب الخاطئ، يمكن أن يكون مصدرًا لخطر أكبر من خطر عدم التدريب. وقد كانت هذه الأفكار دافعًا لخبراء الطب الرياضي لتجربة الجري

بدون حذاء، وهو الأسلوب المنتشر منذ زمن طويل بين العدائين من أبناء قبائل الماساي في كينيا ودول وسط أفريقيا. وبناء على ذلك بدأ آلاف العدائين في عديد من دول العالم - وبخاصة في أوروبا - تجربة واختبار نتائج الجري بدون حذاء، أو "تقنية الحفاء" في تدريبات العدو الطويل والمتوسط، التي نجحت في وسط أفريقيا، وذلك تحت إشراف خبراء الطب الرياضي. وتشير النتائج الأولية إلى فائدة تقنية الحفاء في تجنب اللاعبين العديد من الإصابات المذكورة. ■

*) أستاذ ورئيس قسم جراحة العظام والتقويم، كلية الطب بجامعة الإسكندرية / مصر.

المراجع

- (1) Fam AG. The ankle and foot: regional pain problems. In: KLippeLJH, Dieppe PA, eds. Rheumatology. London-Mosby. 2020.
- (2) Jayson MIV, SmidtLA, eds. The foot in arthritis London: Bailiere Tindall, 2015.
- (3) Hinter Mann B, Nigg BM Hames MR, Cooper PS. Sammarco G.
- (4) Rešroom PAFH, et: aL. Foot and ankle. In: Nordin M, Anderson GBJ, Pope MH, eds. Musculoskeletal disorders in the Workplace: principles and practices Louis: Mosby, 2014.
- (5) Rana NA. Rheumatoid apihrius, ocher collagen diseases, and Psoriasis of the foot. In Jahss MH, ed. Disorders of the foot and ankle: medical and surgical management. Philadelphia: WB Saunders 2014.





أغاني الذكاء الاصطناعي خطوة في العصر الجديد

علوم الرياضيات وتقنيات الحواسيب، حيث تمكن العلماء من تطوير روبوتات برمجية وفقاً لخوارزميات الذكاء الاصطناعي، وبرمجيات قادرة على التنبؤ أو حل العديد من المسائل التقنية المعقدة كتطبيقات توقعات الطقس والاختناق المروري، وعلى منافسة الإنسان في الألعاب الذهنية المعقدة كلعبة الشطرنج.. ويمكن القول إن الروبوتات التي برمجت وفقاً لخوارزميات الذكاء الاصطناعي، قد تمكنت من التغلب على الإنسان في العديد من المجالات أحياناً. فهل حدث وتفوقت موسيقى الذكاء الاصطناعي أو تفوقت الآلات على الإنسان في تأليف الموسيقى؟

فكرة التعلم العميق كانت موجودة منذ عقود، لكننا الآن نشهد نوعاً من البرمجيات المقترنة مع قوة الحوسبة الخوارزمية، التي يمكن أن تجعلها حقيقة واقعة، حيث يعتقد العلماء أن أبحاث تطوير الكمبيوتر ستصل إلى غايتها بتفوق ذكاء الآلة على ذكاء الإنسان، وهذا رأي يستفز بعض الناس ويثير نفورهم. ولكن الإنسان قد سبق له أن اخترع آلات كالأوناش والروافع -مثلاً- تتفوق بقوتها على العضلات البشرية. وإذا كان البعض يقبل هذا الوضع ببساطة فلماذا الآن يستنكره البعض الآخر؟ شهدت السنوات الأخيرة تقدماً ملحوظاً في مجال

ف

هناك الآن محاولات تجاوزت مرحلة التجريب
لزرع مرققات سليكونية في أجزاء الجهاز
العصبي البشري لتحسين الذاكرة أو السمع أو
الرؤية، كما أن هناك تجارب ليستفيد الكمبيوتر
نفسه من المنظومات العضوية في الأحياء.

حذاء

الجديد في الجمع بين الآلات الموسيقية يبدو واعدًا
من الناحية الفنية، يمكن أن تسفر عن بعض الأشياء
العظيمة سوف يتابعها الناس بشغف".

وقد تمكن أيضًا مبرمجون روسيون من تطوير منظومة
ذكاء اصطناعي خاصة، تعتمد على آليات معقدة من
العمليات الحسابية والخوارزميات الرياضية الدقيقة، قادرة
على فهم مقاطع موسيقية مشابهة لها. هذه التقنية قادرة
على ربط المعلومات الموسيقية ببعضها تضم آلية معقدة،
ولتغذيتها بالمعلومات عن الموسيقى الكلاسيكية قاموا
بتحميل عدد كبير من مقاطع الموسيقى العالمية لمؤلفين
مشهورين كـ"باخ وموزارت وتشيكوفيسكي" وغيرهم في
برمجياتها، ومدة تلك المقاطع وصلت إلى ٦٠٠ ساعة.
كما قام باحثون آخرون بتدريب شبكة عصبية
-نوع من الكمبيوتر يقلد طريقة تعلم الأدمغة لحل
المشكلات- على تأليف نغمات الميلاد الخاصة عن
طريق إدخال ١٠٠ من نغمات عيد الميلاد في شكل
ملفات لوحة رقمية موسيقية "ميدي"، واختار الذكاء
الاصطناعي موضوعات متكررة وأدوات وإيقاعات
لتوليد نغمات خاصة.

ظاهرة ألبوم الحس المرافق

ولكن ماذا يحدث إن تركنا حواس الذكاء الاصطناعي
تتداخل؟ لقد طور "زاندستينبروج"، الباحث المختص في
تعلم الآلة في بلجيكا، شبكة عصبية تحول الموسيقى إلى
تصورات ثلاثية الأبعاد، وهو مثال مدهش على التأليف
بين الفنون البشرية وخوارزميات الذكاء الاصطناعي.

استخدم مشروع ستينبروج -ويسمى نورال
سينيسشيزيا- شبكة تنافس توليدية، وهي نوع من أنظمة
تعلم الآلة، ووظيفتها توليد بيانات جديدة من مجموعة

أصوات لم تسمع من قبل

فنيًا أصبح الآن بمقدور الذكاء الاصطناعي أن ينتج
أصواتًا لم تسمع من قبل، وذلك بفضل الرياضيات
المتقدمة جنبًا إلى جنب مع عينات من آلات حقيقية.
فمنذ فترة طويلة، كنا نسمع بعض هذه الأصوات الحية
تبعث من الراديو الخاص بنا، كما يقول الباحثون
المسؤولون إنهم يأملون في إعطاء الموسيقيين مجموعة
جديدة لا حدود لها تقريبًا من أجهزة الكمبيوتر التي تم
إنشاؤها للعمل مع الموسيقيين.

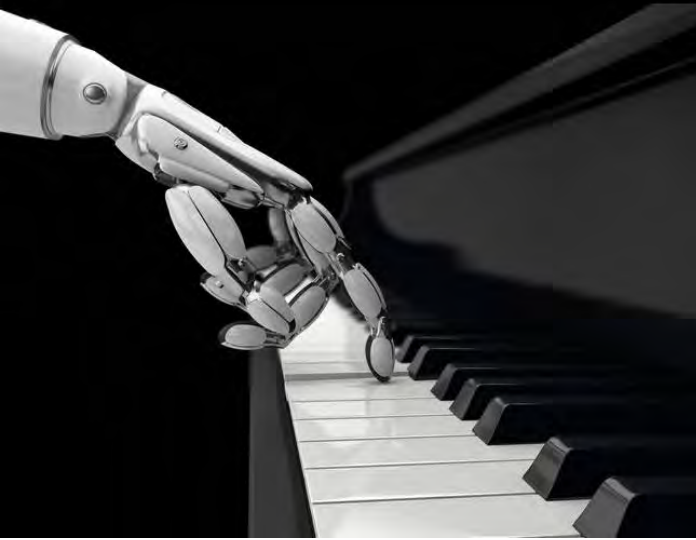
يقول فريق بحثي: "إن التعلم مباشرة من البيانات،
يوفر للفنانين سيطرة بديهية على الجرس والديناميكيات
والخوارزميات، وكذلك القدرة على استكشاف أصوات
جديدة سيكون من الصعب أو المستحيل إنتاجها يدويًا"
كما في النظام الجديد المسمى "نسينث" (NSynth) مثلًا،
ويمكن التحقق من اثنين من عينات نسينث كما يلي:

يأخذ نسينث عينات من حوالي ألف أداة مختلفة
ويمزج كل اثنين معًا، ولكن بطريقة متطورة للغاية، في
البدء يستخدم برنامج ذكاء اصطناعي لتحديد الخصائص
المسموعة من كل أداة بحيث يمكن استنساخها.

ثم يتم استخدام هذه المعرفة التفصيلية لإنتاج مزيج
من الآلات، بحيث لا يبدو وكأنه مزيج من الآلات،
ويتم ضبط خصائص الصوت لخلق شيء يبدو وكأنه
أداة وحيدة جديدة بدلا من جلبة الأصوات المتعددة، لذا
بدلاً من وجود الناي والكمان وتآلفهما معًا، سنحصل
على صوت جديد كلياً، كآلة رقمية يحركها خوارزمية
بشكل ما يجمع بين الاثنين.

لكن في الصوت الجديد هل يمكن أن نحدد كم
الناي وكم الكمان في الصوت النهائي؟! الموسيقيون
هم من يحددون. ومثل العديد من الإبداعات في الذكاء
الاصطناعي، فإن نسينث تقوم بعملية تعلم عميق،
وفق نهج محدد لمنظومة الذكاء الاصطناعي، حيث
كميات هائلة من البيانات، يمكن معالجتها بطريقة
مماثلة للدماغ البشري، مما يسمح بتخليق المؤلفات
الموسيقية الجديدة، وهذا هو السبب في تسمية هذه
الأنظمة بالشبكات العصبية الاصطناعية.

يقول الناقد الموسيقي "مارك ويدنباوم": "إن النهج



تدريب معينة، وقد استخدمت شبكات التنافس التوليدية في تطبيقات عدة. كتب ستينبروج في وصف مشروعه "هذا المشروع محاولة لاستكشاف أساليب جديدة للتجارب السمعية البصرية القائمة على الذكاء الاصطناعي، وأنا لا أصمم هذه الأعمال، بل أشارك في تصميمها بإحياء نماذج الذكاء الاصطناعي".

كما تمكن أحد منسقي الموسيقى الخبراء في التقنية في منطقة خليج فرانسيكو في الولايات المتحدة، من ابتكار نمط جديد من الموسيقى الإلكترونية، يستند إلى كتابته لرموز برمجية تولد أصواتاً حقيقية بدلاً من استخدام الأقراص المدمجة والأجهزة التقليدية الأخرى، مما يشكل توجهاً جديداً في هذا الميدان يسمى "الجوراف".

وقد استطاع موسيقار إيراني أن يبتكر ذكاء اصطناعياً لتأليف الموسيقى، ولم يحد الملحن الإيراني "آش كوشا" عن المسار التقني، بل قدم عرضاً مباشراً لجمهوره عبر الواقع الافتراضي، واستعمل هذا الواقع ليصور للناس ظاهرة "الحس الافتراضي" التي يمر بها، ومؤخراً بلغ مستوى جيداً فأعد ألبوماً كاملاً مع ذكاء اصطناعي، وما أغرب نتيجة هذا التعاون التي جاءت أعلى من المتوسط. وقد أصدر "كوشا" ألبومه الرابع "ريترن" الذي يتضمن موسيقى ألفتها "يونا" وهي برنامج ذكاء اصطناعي ابتكره "كوشا" ويدعوه "الإنسان المساعد"، حيث قال: يتألف محرك "يونا" من سلسلة من البرامج التي تولد جملاً وألحاناً موسيقية اعتماداً على عملية معقدة لتحويل النص إلى كلام. في هذا الألبوم غنى "كوشا" بنفسه ما ألفته "يونا"، ومع أن الألبوم حصل على درجة متوسطة ٦ من ١٠ من مجلة بيتشفورك الموسيقية المعروفة بتدقيقها الشديد، إلا أن المجلة صرحت بأن تلك الأصوات الغنائية البشرية هي أفضل ما في الألبوم، بعبارة أخرى إن مهارات "يونا" التأليفية تحتاج إلى تحسين أكثر.

أروع الإنتاجات

تعد أغنية "ريك فري" أول أغنية تصدر من الألبوم الجديد "IBM" للمغنية الأمريكية "تارين ساوثيرن"، وقد برز بالألبوم دور فنان جديد يسمى "أمبر"، ويعتبر هذا

الألبوم أكثر من مجرد تعاون تقليدي بين فنانين. و"أمبر"، هو نظام ذكاء اصطناعي يعمل ملحنًا موسيقيًا ومنتجًا وفنانًا، وطوره فريق من الموسيقيين المحترفين وخبراء التقنية، وهذا الألبوم هو الأول الذي يلحنه وينتجه الذكاء الاصطناعي بصورة كاملة.

وأوضح المؤلف السينمائي "درو سيلفرستين" وهو أحد مصممي نظام أمبر، "أن نظام أمبر لا يعتمد على ذاته بصورة تامة، ولكنه مصمم خصيصاً كي يتعاون مع الموسيقيين البشريين، ونعتقد أن مستقبل الموسيقى سيعتمد على التعاون بين البشر والذكاء الاصطناعي، ونسعى إلى أن يساعد هذا التعاون على دفع العملية الإبداعية إلى الأمام".

وأشار الفريق إلى أن أمبر هو المسؤول عن التلحين والتوزيع الموسيقي لأغنية "ريك فري" بصورة كاملة خلافاً للأغاني الأخرى التي ألفها الذكاء الاصطناعي.

لقد غير نظام أمبر، النموذج التقليدي لإنتاج الموسيقى بواسطة الذكاء الاصطناعي. فعادة كان يجري البشر تعديلات كثيرة على العمل الذي ينتجه الذكاء الاصطناعي، وهذا يعني أن البشر يؤديون أغلب العمل. وقال الفريق في بيانه الصحفي: "تشمل عملية إنتاج الذكاء الاصطناعي للموسيقى، إجراء البشر تعديلات يدوية مهمة عليها مثل تغيير الألحان والأنغام".

ولا يسري هذا الوضع على نظام أمبر، فمثلما ذكرنا سابقاً، نفذ أمبر التلحين والتوزيع الموسيقي بصورة كاملة، فهو يستخدم مدخلات الفنان البشري اليدوية عندما يتعلق الأمر بالأسلوب والإيقاع العام.

ويستطيع أمبر إنتاج الموسيقى من خلال التعلم الآلي في ثوانٍ معدودة. وعلى الرغم من أن الألبوم هو أول ألبوم يلحنه وينتجه الذكاء الاصطناعي بصورة كاملة، إلا أنها ليست المرة الأولى التي يظهر فيها الذكاء الاصطناعي إبداعاً في الموسيقى وغيرها من الفنون.

كذلك تعلم نظام ذكاء اصطناعي جديد يسمى "أيفا" تلحين الموسيقى الكلاسيكية، مثلما صمم نظام "ديب باخ" لإنتاج موسيقى مستوحاة من الفنان الباروكي يوهان سيباستيان باخ. وسيكون هذا الألبوم الخطوة الأولى في عصر جديد.. عصر سيتشارك فيه البشر براعتهم الفنية مع الذكاء الاصطناعي وربما يتنافسون في القدرات الإبداعية. من ناحية أخرى فإن أروع إنتاجات أغاني الذكاء الاصطناعي هو استنساخ ألبوم غنائي على الحمض النووي البشري، فقد أدت دراسات تطوير الكمبيوتر وزيادة ذكائه الآلي لزيادة فهم العلماء لقدرات الجهاز العصبي البشري وطريقة العمل على زيادتها أو إصلاح أوجه الخلل فيها.

وهناك الآن محاولات تجاوزت مرحلة التجريب لزرع مرققات سليكونية في أجزاء الجهاز العصبي البشري لتحسين الذاكرة أو السمع أو الرؤية، كما أن هناك تجارب ليستفيد الكمبيوتر نفسه من المنظومات العضوية في الأحياء.

فهناك محاولات في أن يستخدم في الكمبيوتر مرققات الحمض النووي "DNA" المكون الرئيس للمورثات "الجينات"، حيث يمكن لهذا الحامض بطريقة تخزينه للمعلومات من أداء عمليات حوسبة أكثر تعقيداً مما يقوم به الكمبيوتر السليكوني، وإن كانت أبطأ.

فمن المعروف علمياً أن الأحرف "E.T.G.C" تمثل لغة البرمجة في الكائنات الحية، وتختلف البيانات المخزنة في الحمض النووي عن البيانات المخزنة في السيليكون بأن الأولى تصمد لآلاف الأعوام، ويستطيع الحمض النووي تخزين كمية بيانات أكبر، إذ يستطيع جرام

واحد منه تخزين مليار تيرابايت من البيانات.

وقد توصل علماء معهد "ETH" في زيوريخ إلى طريقة لتخزين أحد أعظم أعمال البشرية الفنية في الحمض النووي البشري وهو ألبوم "ميزانين" الغنائي الناجح "الفرقة ماسف أتاك" الذي طرح في الأسواق قبل عشرين عاماً.

وتقع الرائعة الفنية للثنائي البريطاني في ٥ آلاف خرزة زجاجية صغيرة منتشرة على امتداد نحو مليون شريط قصير من الحمض النووي.

ويتطلب نسخ البيانات على الحمض النووي تحويلها من نظام العد الثنائي صفر، ١ إلى قواعد الحمض النووي النيوكليوتيدية الأربعة "E.T.G.C" ثم يشكل العلماء جزيئات الحمض النووي عبر عملية معقدة كثيراً للحفاظ على تسلسل القواعد السليم، وبعدها تنسخ التتابعات على تلك الجزيئات التي تحتفظ بالبيانات لآلاف الأعوام بعد تجفيفها وحفظها في ظروف ملائمة.

وليست هذه المرة الأولى التي يخزن فيها العلماء بيانات رقمية في الحمض النووي البشري، إذ سبقتهم شركة مايكروسوفت بعد أن تمكن باحثوها من نسخ مائتي ميجا بايت من البيانات تتضمن فيديو عالي الدقة لفرقة "أوك جو" على الحمض النووي البشري، والأمر المؤسف أن العملية بطيئة للغاية ومكلفة جداً، لكن حفظ الرائعة الموسيقية "لماسف أتاك" على الحمض النووي يضمن أن الأجيال المقبلة ستجد إيقاعات التسعينيات في موروثاتها. ■

(*) أستاذ جراحة التجميل المتفرغ والعميد الأسبق لكلية طب الإسكندرية / مصر.

المراجع

- (1) Control problem at Friendly artificial intelligence and Instrumental convergence.
- (2) Andreas Kaplan; Michal Haenlein "2020" Siri, in my hand, who's the Fairest in the Land? On the Interpretations, Illustrations and Implications of Artificial Intelligence, Business Horizons.
- (3) Richmond Thomason, Logic and Artificial Intelligence 2019.
- (4) ما هو الذكاء الاصطناعي (مقدمة لعلم الذكاء الاصطناعي)، تأليف مؤسس علم الذكاء الاصطناعي جون مكارثي.



أيهما أخطر السكر أم الدهون؟

الحشرات والذباب تندفع حول بول مرضى السكري. كما رصد الصينيون إقبال الحشرات على بول هؤلاء المرضى. هناك اكتشافات مهمة للرازي وابن سينا حول مرض السكري؛ حيث يصف الرازي العلاقة الوثيقة بين السكري والسمنة والتغذية. ومن جانب آخر، يذكر ابن سينا خطورة مرض السكري وتأثيره على أنسجة وأعضاء الجسم، وعلاقته بالضعف الجنسي والغرغرينا. هذا ويعتمد مرض السكري على مشكلتين رئيسيتين؛ أولهما عدم كفاية إنتاج هرمون الأنسولين من البنكرياس، وثانيهما مقاومة الأنسجة للأنسولين وعدم تمكنها من أداء

يعتبر مرض السكري (Diabetes) اليوم من أهم المخاطر التي تهدد الصحة العامة.

فقد أعلنت الأمم المتحدة عام ٢٠٠٧

مرض السكري كتهديد عالمي. يعد مرض السكري من أقدم الأمراض المعروفة. فقد عرفته الحضارات المصرية والهندية والصينية القديمة. فالبرديات المصرية تصف مريض السكري بأنه "عطشان جدًا لا يرتوي حتى ولو شرب ماء النيل كله"، وفي الحضارة الهندية يقال إن

ي

السمنة أو التغذية الدهنية المفرطة هي من الأسباب الرئيسية لمرض السكري، حيث يصاب الناس بالسمنة قبل أن يمرضوا، وإن لم يتم معالجتهم بعد مرضهم، يبدأ مرضى السكري بفقدان الوزن.

حذاء

العملية تتطلب وجود السكر والأنسولين. تُعرف الدهون المخزنة باسم الدهون الثلاثية. يحتوي جزيء الدهون الثلاثية على ثلاث وحدات من الدهون ووحدة سكر، بمعنى آخر، ما يقرب من ٢٥٪ من خزان الدهون عبارة عن سكر. لذلك، إذا كانت الخلايا التي تخزن الدهون لا تستطيع أخذ السكر من الدم، كما هو الحال في مرض السكري، فإنها لا تستطيع تخزين الدهون، حتى إن الآلية تنقلب إلى العكس، بمعنى أن الدهون تبدأ بالمرور من الخزان إلى الدم وليس من الدم إلى الخزان. يؤدي هذا إلى زيادة نسبة الدهون في الدم، وذلك على شكل دهون ثلاثية وكوليسترول ودهون فوسفورية، وبعد ذلك تبدأ الكارثة الرئيسية. السمنة أو التغذية الدهنية المفرطة هي من الأسباب الرئيسية لمرض السكري، حيث يصاب الناس بالسمنة قبل أن يمرضوا. فإن لم يتم معالجتهم بعد مرضهم، يبدأ مرضى السكري بفقدان الوزن. والسبب في ذلك هو أن الدهون غير الضارة نسيبًا المخزنة لدى مرضى السكري تبدأ في الذوبان وتنتقل إلى الدم.

إن مضاعفات الحمض الأيضي والمعرف بالحمض الكيتوني السكري، الذي يسبب الغيبوبة والوفاة في مرض السكري، لا ترجع في الواقع إلى زيادة مستوى السكر ولكن إلى زيادة العناصر الدهنية في الدم والكبد. عندما لا تستطيع خلايا الجسم في مرضى السكري استخدام السكر، فإنها تليي احتياجاتها من الطاقة من الدهون، لهذا، تبدأ الدهون المخزنة في الذوبان وتنتقل إلى الدم. وتتحول الدهون القادمة من الدم إلى الكبد، إلى مواد حمضية تسمى الأجسام الكيتونية (حمض الأستيو أستيك، حمض بيتا هيدروكسي والأستيون). تنتقل هذه المواد الحمضية إلى الدم من الكبد، وتأخذها الخلايا لتلبية احتياجاتها من الطاقة، إلا أن الخلايا عند مرضى السكري لا تستطيع تحويل منتجات الدهون الحمضية (الكيتونات) إلى طاقة.

وظائفها على الرغم من إنتاج كمية كافية من الأنسولين. لا تجتمع هاتان المشكلتان في آن واحد عند مريض السكري. يزداد مستوى السكر في الدم عند الإصابة بمرض السكري، فإذا تجاوز سكر الدم حدًا معينًا، ظهر السكر في البول أيضًا. وتحدث المشكلة الأولى في الغالب عند الأطفال أو الشباب، بينما المشكلة الثانية تحدث في الغالب عند كبار السن، حيث إن السمنة هي السبب الأول لمرض السكري.

ترتفع مستويات السكر في الدم والبول عند مرضى السكري. ولا يقتصر هذا الخلل على توازن السكر في الجسم فحسب، بل أيضًا في التمثيل الغذائي للدهون والبروتينات. فلا تتمكن الخلايا من امتصاص السكر فقط، ولكن أيضًا الدهون والأحماض الأمينية من الدم. كذلك لا يرتفع مستوى السكر في الدم فحسب، ولكن ترتفع أيضًا مستويات الدهون والأحماض الأمينية. ويمكننا القول إن مضاعفات مرض السكري، ناتجة عن زيادة مستوى الدهون وليس مستوى السكر في الدم. بالإضافة إلى ذلك، فإن ظهور حالات مثل زيادة مستوى الحموضة في الدم وتصلب الشرايين لدى مرضى السكري، يرجع إلى اضطرابات في التمثيل الغذائي للدهون؛ حيث يؤدي انخفاض القدرة على تخليق البروتين لدى مرضى السكري على المدى الطويل، إلى تلف الأنسجة وحدوث الكثير من الخلل الوظيفي في الخلايا. ومن ثم، فإن مرض السكري الناتج عن نقص الأنسولين، يعطل عملية التمثيل الغذائي للدهون والبروتين، إلى جانب تعطيل عملية التمثيل الغذائي للسكر.

عندما قام العلماء باستئصال الغدة البنكرياسية التي تفرز الأنسولين جراحياً من حيوانات التجارب، لوحظ أن الدهون تزداد أسرع من السكر في الدم، فتنقل الدهون من منطقة البطن والورك عند مرضى السكري إلى الدم، مما يعمل على زيادة مستويات دهون ثلاثي الغليسريد (الدهون الثلاثية) والكوليسترول في الدم، وزيادة تخزين الدهون في الكبد.

تلتصق الدهون الباقية في الدم بعد الأكل بجدران الأوعية الدموية، وتسبب انسداد وتصلب الشرايين. ومن هنا تظهر أهمية عملية نقل الدهون من الدم إلى مخازن دهون البطن والورك في هذا الصدد. ومع ذلك، فإن هذه

إذ تتطلب هذه العملية وجود حمض أو كسالو أسيتيك الناتج عن السكريات، لتفعيل عمل دورة إنتاج الطاقة والمعروفة بدورة كريبس. لذلك نحن بحاجة إلى السكر لحرق الدهون، فيعد تناول وجبة دسمة نحتاج إلى التحلية بشيء حلو المذاق. هذا لأننا نحتاج إلى السكر لإذابة الدهون في الدم، نظرًا لأن الخلايا عند مريض السكري لا تستطيع امتصاص السكر من الدم، فإنها تعاني من نقص حمض أو كسالو أسيتيك، ولا يمكنها تحويل الدهون إلى طاقة نظرًا لعدم وجود هذا الحمض. يتسبب هذا في تزايد الدهون والكي-tonونات الضارة الناتجة عنها في الدم. ونظرًا لأن الكي-tonونات عبارة عن عناصر حمضية، فإنها يمكن أن تسبب زيادة مستوى الحموضة في الدم، مما يؤدي إلى إصابة المريض بالغيوبة وحتى الموت المفاجئ. إن المادة التي تهدد حياة المريض هنا، هي الكي-tonونات وليست السكر، وهي منتجات دهنية.

تصلب الشرايين من أكثر الأمراض غرابة والتي يسببها مرض السكري. ويرجع سبب تصلب الشرايين إلى الدهون الزائدة أيضًا وليس زيادة السكر في الدم. تزداد مستويات الدهون الثلاثية والكوليسترول والدهون الفسفورية في الدم عند مرضى السكري للأسباب الموضحة أعلاه. لا تتحرك الدهون في الدم من تلقاء نفسها، ولكن يتم نقلها بواسطة ناقلات دهنية على هيئة قطرات صغيرة تسمى البروتينات الدهنية. يقوم الكبد بشحن الدهون داخل ناقلات البروتينات الدهنية، وتقوم هذه الناقلات بدورها في توصيل هذه الدهون إلى مجرى الدم لتتمكن الخلايا من استخدامها والاستفادة منها. غير أن البروتينات الدهنية لا تتمكن من تصريف الدهون الموجودة عليها في مخازن الدهون بسبب نقص الأنسولين عند مرضى السكري. ويعتبر البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) من البروتينات الدهنية الأكثر خطورة من حيث تصلب الشرايين، بينما يوجد نوع آخر من البروتينات النافعة تتشكل من البروتين الدهني عالي الكثافة (HDL) وهي عبارة عن ناقلات مجوفة ينتجها الكبد خصيصًا. يقوم الكبد بإنزالها إلى الدم، فتقوم أثناء حركتها عبر الدم بجذب الدهون والكوليسترول الملتصق بجدران الأوردة مثل المغناطيس، وتنظف الجدران الداخلية للأوردة، وتعود هذه الناقلات بعد امتلائها مرة أخرى إلى

الكبد. بهذه الطريقة، يقوم الكبد بتنظيف الدم من الدهون باستخدام ناقلات البروتين الدهني عالي الكثافة (HDL). ولذا يقوم الأطباء عند فحص مرضاهم الذين يعانون من خطر الإصابة بتصلب الشرايين، بالنظر إلى مستويات ونسبة دهون "LDL" و "HDL". فإن ارتفاع مستوى البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) أو انخفاضه، ليس علامة جيدة للمريض، بينما ارتفاع مستوى "HDL" وزيادة نسبته، علامة جيدة للمريض.

ومن الأسباب الأخرى المحتملة للإصابة بتصلب الشرايين، هو عدم ممارسة الألعاب أو التمارين الرياضية، وعدم العمل بدنيًا، والتدخين وتعاطي الكحول، والسمنة، والإفراط في التغذية بالدهون الحيوانية، وارتفاع ضغط الدم. يأتي تصلب الشرايين على رأس الأسباب الرئيسية لتضخم القلب، وقصور القلب، والنوبة القلبية. بالإضافة إلى ذلك، يتسبب تصلب الشرايين في ارتفاع ضغط الدم، والتنزيف الدماغى، وانسداد الأوعية الدموية في الدماغ أو الأعضاء الأخرى، وقد ينتج عنه كذلك الشلل والفشل الكلوي، وتؤدي جميعها تقريبًا إلى الوفاة إذا أهملت دون علاج.

يجب أن يحافظ مرضى السكري على مستوى السكر في الدم بالفحص الدوري والعلاج الفعال. ومن المعروف لدى الجميع فائدة الصيام في هذا الشأن. فإذا كانت نسبة السكر في الدم طبيعية، فإن دهون الدم ستذهب إلى مخازنها ولن تؤذي الأوعية الدموية، في حين أنه لا يظهر على مرضى السكري من كبار السن والبدناء، أعراض الأضرار الناجمة عن ارتفاع مستوى السكر على الفور مما قد يضل المريض. ومن أجل عدم الوقوع في هذا الخطأ، من المهم للغاية الفحص الدوري لنسبة السكر في الدم، ولا ينبغي إهمال التداوي والعلاج. وإذا أمكن خفض نسبة السكر في الدم بنجاح، فليس من الصحيح التخلي تمامًا عن السكر في النظام الغذائي؛ كما ذكرنا أعلاه، نحتاج إلى السكر لتخزين الدهون أو لتحويل الدهون في دورة كريبس أو الكي-tonونات، إلى طاقة. باختصار، السبب الرئيسي لمرض السكري هو ارتفاع نسبة الدهون وليس ارتفاع السكر في الدم. ■

© كاتب وأكاديمي تركي. الترجمة عن التركية: خالد جمال عبد

الناصر زغلول

مصر

يا ملائكا طيفها دوماً أمامي
 لها فريداً واعتلى دون انقسام
 شعشع النور على دنيا الظلام
 فاستهامت في ضياءٍ وابتسام
 من قديم العهد تزهو بانسجام
 وعظيم السحر علوي المقام
 لحن حب ونشيداً في الغرام
 وحملت الهمة طوعاً في اعتزام
 حين قالوا مصر ليست في الضرام
 قمة العلياء في موج الزحام
 آل قحطان لهم صدر الأنام
 وسقاها الخير موصول الغمام
 ومنار الكون تزهو بالسلام
 وهي من بين الوري راعي الزمام

يا عروس النيل يا مهوى الغرام
 يا عروساً نبع الحسن لديد
 أنت لولا بسمة منك لما
 أخذت منك قليلاً من سنا
 أي سحر أي حسن لبست
 فلواء الحسن معقود لها
 ملكت كلي وصاغت آهتي
 ضاق صدر العرب عن حمل الأسي
 شاخ صبر الكل في ساح الوغى
 يا ابنة النيل التي نلنا بها
 وارتقي هام المعالي كي نرى
 يا حمى الله حماها وافرًا
 ورعاها الله حصناً للعالا
 فهي للإسلام حصن دائم

(*) شاعر وأديب سوري.



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
إسماعيل قايار

سكرتير التحرير
عبد السلام كمال أبو حسن

الإخراج الفني
محمد أشرف

منسق الاشتراكات والتوزيع
علاء الكوابري
+201000780841

نوع النشر
مجلة دورية تصدر كل شهرين

الطباعة

دار الجمهورية للصحافة

رقم الإيداع
٢٤٢٦١

ISSN 2357-0229-82

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 طاقتها 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 والاستفزاز 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 تليخياً واختصاراً.
 - المادة المرسله تخضع لتحكيم لجنة علمية استشارية، وهيئة التحرير أن تطلب من الكاتب إجراء تعديلات على المادة قبل إجازتها للنشر.
 - المجلة تحتفظ بحقوقها في نشر النصوص وفق خطة التحرير وطبقاً للتوقيت الذي تراه مناسباً.
 - للمجلة الحق في أن تكتفي بنشر المادة المرسله إليها في موقعها على الإنترنت دون استئذان كاتبها ما لم يؤكد الكاتب أثناء الإرسال رغبته في النشر في المجلة الورقية حصراً. 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 ج 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 İrfan 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

جديد من
مكتبة حراء



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

www.souq.com

مكتبة الشروق | Shorouk Bookstores | مكتبة فكرة ستي ستارز



نحو آمالنا تدفق

لآمالنا السَّيْلُ حُبًّا تَدْفَقُ فيا لهفَ قلبي ويا شوقَ نفسي
شَفَاهِي ظمأى لَمَاءٍ وَعَيْنِي تَحِنُّ لِسَعْدِ خِضَارٍ وَأُنْسِ
كَيَعْقُوبَ نَبْكِ، وَلَكِنْ بُكَاهُ لِابْنِ، وَنَحْنُ لِأَكْوَامِ بُؤْسِ

