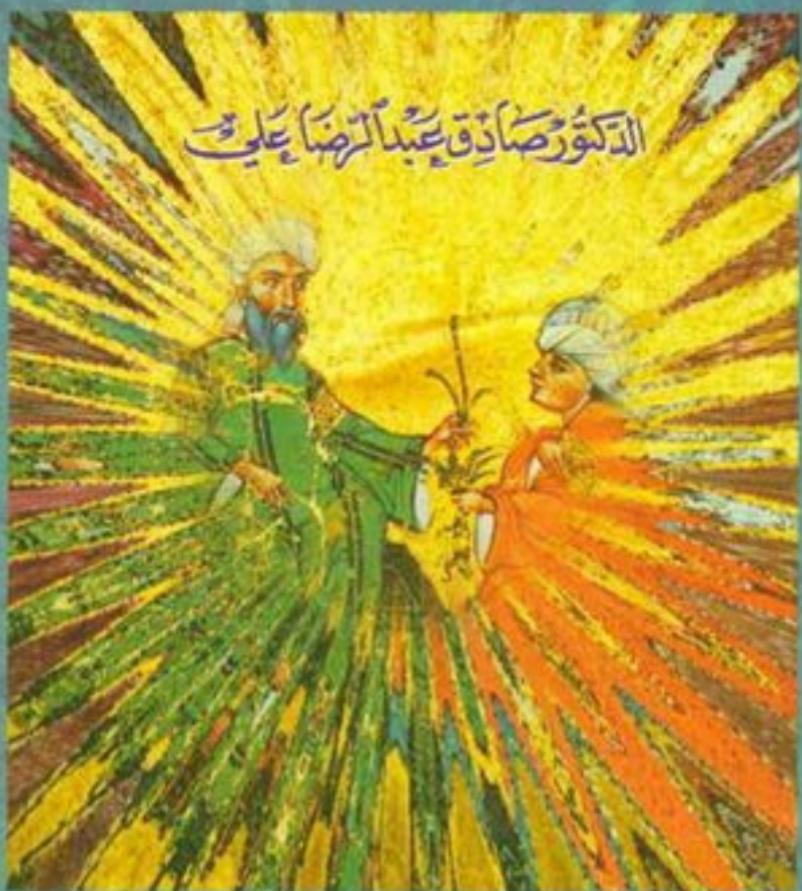


# نَهْجُ الْبَلَاغَةِ

## وَالصَّفَرُ الْحَدِيثُ

الدَّكْتُورُ صَادِقُ عَبْدُ الرَّحْمَانِ عَلَيْهِ



مَدِينَةُ الْمُرْسَلِينَ

نَهْجُ الْبَلَاغَةِ

وَالْطَّبَّاحَ الْحَدِيثِ

الدَّكْوُرُ صَادِقٌ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ عَلَيْهِ

شبكة كتب الشيعة



فَلَرُ الْمَوْرِقُ لِلْعَرَبِيِّ  
بَهْرَاتٍ - لَبَنَانٍ

حقوق الطبع محفوظة  
الطبعة الأولى  
١٤٢٤ - ٢٠٠٣ م

الله المؤرخ العربي

---

بيروت - لبنان - صریح : ٢٤/١٤٤ - تلفاكس : ٥٤١٤٢١  
هاتف خليوي : ٣/٨٩٠٨٦٠ . E-mail : [al\\_mouarekh@hotmail.com](mailto:al_mouarekh@hotmail.com)

الاهداء

إلى:

- وليد الكعبة .
- أمير المؤمنين ووصي رسول رب العالمين .
- إمام المتقين ويعسوب المسلمين .
- رائد العدالة الإنسانية وصوت الحق .
- من ذكره عبادة، وحبه عنوان صحيفة المؤمن .
- أهدي هذا الجهد المتواضع سائلاً الله الصلاح والتوفيق.

الدكتور

صادق عبد الرضا علي



## سطور عن

### الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام

- \* ولادته : ولد بمكة في الكعبة المشرفة يوم الجمعة الثالث عشر من شهر رجب ، وهو أول هاشمي يولد من أبوين هاشميين .
- \* كنيته : أبو الحسن ، أبو تراب .
- \* لقبه : أمير المؤمنين .
- \* أبوه : أبو طالب (عبد مناف) بن عبد المطلب بن هاشم بن عبد مناف ابن قصي ، سيد البطحاء وشيخ قريش ورئيس مكة .
- \* أمه : فاطمة بنت أسد بن هاشم بن عبد مناف بن قصي .
- \* أولاده : الذكور (١١) ، الأناث (١٦) .
- \* عمره : استشهد وهو ابن ثلث وستين سنة .
- \* شهادته : قضى ليلة الجمعة احدى وعشرين من شهر رمضان سنة أربعين من الهجرة ، في محراب مسجد الكوفة شهيداً بسيف ابن ملجم المرادي لعنه الله .
- \* مرقده : في النجف الأشرف (الغربي) العراق .

## ضوء من الضوء

لمعالِي الاستاذ جوزيف الهاشم\*

عريينة الشام، غني يوم طلته،  
وسبحى الله في ذكرى ولادته  
ببطل (كالضوء من ضوء)<sup>(١)</sup> وينشره  
كالبدر يعكس شمساً وهج جبهته  
هو الإمام (حسام الدين) فارسه،  
ما زغرد السيف إلا بين قبضته  
يد النبوة ثدت عزم ساعده،  
وأطلقته إماماً من طفولته  
فكان ظل رسول الله، (كاتبه)  
وأول القوم إيماناً بدعوته  
سيد البيان، (واباب العلم)<sup>(٢)</sup> مشرعاً  
والفقه مذكأن، نهج من بلاغته

\* \* \*

هو الفتى، أم هو المفتى<sup>(٣)</sup> (قاصعة)<sup>(٤)</sup>  
وقفات مسبره في (شقشقيته)<sup>(٥)</sup>

(\*) شاعر مسيحي ووزير لبناني سابق.

(١) قول الإمام علي (أنا من الرسول كالضوء من الضوء).

(٢) إشارة إلى قول الرسول ﷺ : (أنا مدينة العلم وعلى بابها) ..

(٣) (لا يقتين أحد في المدينة وعلى حاضر) عمر بن الخطاب.

(٤) خطبة للامام، تضمنت تكوين الخلقة وتحذير الناس من ابليس وهي تعني : القاطمة.

(٥) إحدى خطب الإمام جسدت لواحة نفسه، تعنى : (هادرة هدرت ثم قرت) ..

مصححة الشرع، (اقضاكم)<sup>(١)</sup> وإن سلفت  
 (خلافة ملكت)<sup>(٢)</sup> من دون حكمته  
 يعب من منهل القرآن، يحفظه  
 (والنهج)<sup>(٣)</sup> كالبحر، فاغرف من غزارته  
 يغوص في موجه القرصان، إن لمست  
 يداه درا، هو في قعر لجته  
 أعمماقه قليل، أغواره قمم  
 إلى مدى الله، توق نسحور رحمته  
 أنى التفت نهى، أنى اتجهت هدى  
 وحيث أبحرت ضوء من منازته  
 هنا العدالة، نور الله مذهبها  
 ودولة الحق أي في شريعته  
 هنا الفضيلة عنوان الحياة هنا  
 عنوان مجتمع، عنوان قيادته  
 هنا السياسة مصباح السماء تقى  
 باليتهم ففهموا معنى سيامتها!  
 كأن دونك دستور الوجود، فسما  
 زلت شرائعة في دنيوته ..  
 هو الفتى، نبوي العبق محتده  
 (كالملع في الأرض)<sup>(٤)</sup> فاذكر بعض قصته

(١) قول للرسول ﷺ (اقضاكم على).

(٢) قول لعمر بن الخطاب : (لولا علي لهلك عمر).

(٣) أبيات في نهج البلاغة (حتى كأنه دستور الوجود).

(٤) من وصف للجاحظ في بني هاشم.

أيام (بدر)، (حنين) (خندق)، (أحد)  
 والبيد والصيد تحكي عن بطولته  
 ويوم (خير) في حصن اليهود دوى  
 الذي الفقار صليل قبل صولته  
 تزعزع الحصن، من هول الدوى، وما  
 جسادت بثانية نجلاء ضربته ..  
 على (يديه يتم الفتح)<sup>(١)</sup>، كم خفقت  
 (سيوف ربك)<sup>(٢)</sup> ظلا فوق جسمه!  
 يذود عن حرمات الحوض، يحرسها،  
 والحمد والحلم بعض من طهارته  
 بشد درع نجبي الله مبتهاجاً،  
 وطيف جبريل يثوي في عمامته  
 لسانه حسنة للمسيركين إذا  
 ضاقوا بحجه، هانوا بساحته  
 ما كف إلا مع التكبير ساعده  
 وللصلة انسحت هيفاء قاتمه  
 هذا الإمام، فتى الإسلام، ملحمة  
 أيامه الفرس، ماذا عن خلافته؟  
 (يوم الغدير) وقل من قبل، كم طربت  
 أذن النبي، وزفت همس عزته؟

(١) قال النبي يوم خير : (لاعطيين الراية رجلاً يفتح الله على يديه) ..

(٢) من أقوال الرسول ﷺ : (الجنة تحت ظلال السيرف).

(أنذر عشيرتك القربي)<sup>(١)</sup> فأنذرها  
 فاطرق القوم إلا زوج ابنته  
 (وزيره) فسي (حديث الدار) وارثه،  
 وصييه، وولي بسعد غرته  
 (كمثل، هارون من موسى بمنزلة،  
 إلا النبوة، تبقى رهن ساعته)<sup>(٢)</sup>  
 هل الفدير باسراب الحجيج، وما  
 تباطأ الركب، يشدو في مسيرته  
 في صوته نغمات الحزن يخنقها  
 رجع الشهد، إذ عانا لسته ..  
 دنا الوداع، كما الروح الأمين دنا،  
 ينزل الآي سغمورا بفرحته  
 هو العلي، وصي الأرث، فابتهموا  
 وزعوا البشر، واحکوا عن ولايته:  
 (ولي من كنت مولاه)<sup>(٣)</sup> وسيده ..  
 يا أيها القوم سيروا تحت رايته  
 (يحبه من أحب الله)<sup>(٤)</sup> يبغضه  
 من (أبغض الله)، يقضي في ضلاله ..

(١) «أنذر عشيرتك الأقربين» سورة الشura، (يوم الدار) نزل قوله تعالى «وانذر عشيرتك الأقربين» وقد جمع النبي بنى هاشم وانذرهم، ثم قال في الإمام علي (هذا أخي ووصيي ووزيري ووارثي وخليفي من بعدي، فاسمعوا له وأطعوه) ..

(٢) إشارة إلى قول الرسول ﷺ للإمام علي وقد خلفه في غزوة تبوك (أما ترضى أن تكون متى بمنزلة هارون من موسى إلا أنه لا نبوة بعدي) ..

(٣) قول للرسول ﷺ : (من كنت مولاه فعلى مولاه) ..

(٤) من قول للرسول ﷺ : (من أحب علياً فقد أحبني ومن أحبني فقد أحبه،  
 ومن أبغض علياً فقد أبغضني، من أبغضني فقد أبغض الله) ..

اليوم أكملت، يا إسلام، دينكم،  
فسبحوا الله في إتمام نعمته ..<sup>(١)</sup>  
علام يختلف الانصار؟ كيف غدت؟  
قرائين الناس احتجى من نبوته؟  
ما بال حزب قريش قام متفضلاً،  
يُوم (السقيفة) في إثبات حجته؟  
إن يجهل الناس، والتنزل مرتسم  
(قم يا رسول وبلغ وحي آيته)<sup>(٢)</sup>

\* \* \*

ما ثار في سيد الزهاد ثائره  
(سلامة الدين اشيه)<sup>(٣)</sup> من إمارته  
أعطاه كل نفيس، كل تضحية،  
وروحه لازمت أهوال راحته  
حباه فلذته، والفلذتين وما  
عزت عطاءاته من أجل أمته

(١) أعلن الرسول ﷺ ولادة علي فنزلت عليه الآية «اليوم أكملت لكم دينكم واتممت عليكم نعمتي» .. سورة المائدة ..

(٢) بعد (حجـة الوداع) نزل قوله تعالى «يا أيها الرسول بلغ ما انزل إليك من ربك» فأخذ النبي ﷺ بيد علي ورفعها ثم قال : (من كنت مولاه فعلي مولا، اللهم وال من والا وعاد من عاده) ثم نزلت الآية : «اليوم أكملت لكم دينكم» وجاء عن الطبراني وابن أبي حاتم عن ابن عباس إن قوله تعالى «إنما ولـيكـ اللهـ ورسـولـهـ والـذـينـ آمـنـواـ» إنما على معنى بها ..

(٣) وضع علي يده في يد أبي بكر مباعداً منعاً لل الفتـةـ والشقـاقـ بين المسلمينـ وقال سلامـةـ الدينـ أحبـ إلينـاـ ..

وسار في دربه (السبطان)<sup>(١)</sup> ما اختلفت  
 معالم الدرب، حتى في شهادته  
 كأنها (درب عيسى)<sup>(٢)</sup> طبت من مثل  
 والجود بالروح قسط من رسالته  
 من أجل دينه، لا دنياه، كان فدي  
 والدين اسمى معاني هاشمته  
 ليس الإمام فتى الإسلام وحدهم،  
 وليس وفقا على أبناء شيعته  
 من كان بالشيم الفراء معتصما  
 بالبر، بالرفق، بالقوى، بخلته  
 بالبل بل بالحق، بالأخلاق مكرمة  
 وبالشموخ، فهذا ابن بيته ...

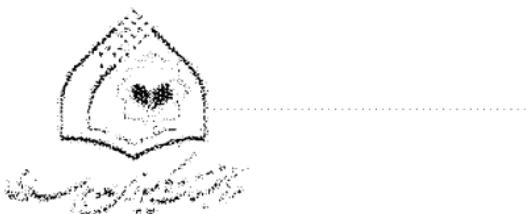
\* \* \*

نهج البلاغة والفكر الإنساني المعاصر / ص ٣٨ / نشر مؤتمر

نهج البلاغة / دمشق / ١٩٩٣.

(١) الحسن والحسين حفيدا الرسول ﷺ .

(٢) من قول الرسول ﷺ للإمام علي (إن فيك مثلاً من عيسى، ابغضه اليهود واحبته  
 النصارى حتى انزلوه بالمنزل الذي ليس به) ..



جامعة الدراسات الإسلامية

## المقدمة

**بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ**

والحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على محمد وآلـه الطاهرين .  
 خلق الله جلت قدرته، وعظمت آلازء، وكثـرت نعمـاؤه، السـعادـات  
 والأرضـ بالحقـ، جعلـ فيها الأنهارـ والأشجارـ والنـباتـاتـ والأـثارـ، وخلقـ أنـواعـ  
 الطـيـورـ والـحـيـوانـاتـ، وسـخـرـ الشـمـسـ وـالـقـمـرـ وـالـرـياـحـ وـالـبـحـارـ، خـدـمةـ لـناـ وـلـأـبـيـناـ  
 آـدـمـ الـذـيـ خـلـقـهـ مـنـ طـيـنـ، وـنـفـخـ فـيـهـ مـنـ رـوـحـهـ الـمـقـدـسـةـ الـمـبارـكـةـ «ثـمـ نـفـخـ  
 فـيـهـ (أـيـ التـرـبةـ) مـنـ رـوـحـهـ، فـتـمـلـتـ إـنـسـانـاـ ذـاـ أـذـهـانـ يـجـيلـهـاـ»<sup>(١)</sup> وـأـسـجـدـ لـهـ  
 الـمـلـاتـكـةـ تـكـرـيـمـاـ وـتـعـظـيمـاـ، وـأـعـطـاهـ الـعـقـلـ وـالـشـهـرـةـ وـالـاخـتـيـارـ، ليـكـونـ مـتـمـيزـاـ  
 عنـ الـمـلـاتـكـةـ وـالـحـيـوانـاتـ «فـلـاـ جـبـرـ وـلـاـ تـفـويـضـ» ثـمـ خـلـقـ لـهـ زـوـجـةـ مـنـ  
 جـنـسـهـ لـيـسـتـأـنـسـ بـهـ وـيـتـكـاثـرـ وـيـتـنـاسـلـ فـيـ الـأـرـضـ الـتـيـ هـيـاتـ لـهـ لـيـعـيـشـ فـيـهـ  
 هـاـنـاـ مـتـنـعـمـاـ مـطـمـنـاـ لـاـ يـعـوـزـ شـيـءـ وـلـاـ تـنـقـصـهـ نـاقـصـةـ، فـتـكـاثـرـ وـتـنـاسـلـ  
 وـأـصـبـحـ الـأـرـضـ تـعـجـ بـأـبـنـائـهـ وـبـنـاتـهـ الـذـيـنـ عـاـشـواـ الـحـيـاةـ الـأـوـلـىـ بـفـطـرـتـهـاـ  
 الـإـلـهـيـةـ، الـتـيـ عـرـفـواـ مـنـ خـلـالـهـاـ الـغـاـيـةـ مـنـ خـلـقـهـمـ وـوـجـودـهـمـ، أـلـاـ وـهـيـ عـبـادـةـ  
 اللـهـ الـوـاحـدـ الـقـهـارـ وـشـكـرـهـ عـلـىـ هـذـهـ النـعـمـةـ .

هذهـ الـفـطـرـةـ الـتـيـ حـلـمـلـهـ آـدـمـ وـأـبـنـاؤـهـ هـيـ مـنـ الـإـمـدـادـاتـ الـغـيـبـيـةـ الـإـلـهـيـةـ  
 الـتـيـ غـرـزـهـ اللـهـ فـيـ عـقـولـهـ مـنـذـ الـخـلـقـ وـالـوـلـادـةـ .  
 كـانـ ذـلـكـ الـإـمـدادـ الـفـطـرـيـ فـيـ تـلـكـ الـمـرـحلـةـ الـبـدـائـيـةـ الـتـيـ عـاـشـهـاـ الـإـنـسـانـ

---

(١) شـرـحـ نـبـعـ الـبـلـاغـةـ لـابـنـ أـبـيـ الـحـدـيدـ جـ ١ـ صـ ٩٦ـ .

كافياً لحفظ وإدامة المسيرة البشرية من الانحراف والشرك وعبادة الأوثان والانزلاق وراء الشهوات . ونتيجة لتكاثر البشر، ونشوء المجتمعات البدانية وتطور الحياة الاجتماعية والمادية، بدأ المشاكل والاختلافات تدبُّ فيما بينهم وتظهر على السطح بصورة استغلال وسلط وفساد بدأ يزرع بذوره في النفوس البشرية، وهنا جاء اللطف الإلهي والرحمة الربانية التي لم تنقطع عن الإنسان، فأرسل الأنبياء منذرين ومبشرين ومصلحين، ليقوموا الروح البشرية والمسيرة الإنسانية نحو الطريق الصحيح الذي أراده الله لهم منذ البداية، وكان الدين الإسلامي العنيف آخر الأديان السماوية التي اكمل به الإمداد الغيبي والرحمة الفياضة الدائمة على بني البشر، حين أرسل اللطيف الخبير نبينا الأكرم محمد بن عبد الله عَلَيْهِ الْكَلَمُ وَسَلَّمَ بأكمل دين وأقوم رسالة جمعت كل ما من شأنه تقويم الإنسان وحفظه من الخطأ والزلل والانحراف .

وبما أن المسيرة البشرية طويلة ودائمة احتاج الأنبياء إلى أوصياء وأئمة «فظهر أنه لا بد لكل نبي مرسلاً بكتاب من عند الله عز وجل ان ينصب وصيًّا يودع فيه أسرار نبوته وأسرار الكتاب المنزّل عليه ويكشف له مهمه ليكون ذلك الوصي هو حجة ذلك النبي على قومه ولثلا تصرف الأمة في ذلك الكتاب بأرائها وعقولها فتختلف وتزيغ قلوبها كما أمر الله به فقال : **«هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ مِنْهُ آيَاتٌ مُّحَكَّمَاتٌ هُنَّ أُمُّ الْكِتَابِ وَأُخْرَى مُتَشَابِهَاتٍ فَإِنَّمَا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَسْبِّهُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ وَمَا يَعْلَمُ تَأْوِيلَهُ إِلَّا اللَّهُ وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ»**<sup>(١)</sup> .

فالرسول والوصي والكتاب هو الحجة على الأمة ليهلك من هلك عن  
بينةٍ ويحيى من حيٍ عن بينةٍ وهذا كما فعل آدم بثيث، ونوح بسام،  
وابراهيم بإسحاق، وموسى بيوشع بن نون ومعه النقباء الإثنان عشر وسلiman  
ابن داود بأصف بن برخيا، وعيسى بشمعون بن حمون ومعه الحواريون  
الإثنان عشر، ونبينا الكريم ﷺ على طلاقه ومعه الأئمة الأحد عشر. فوجود  
الوصي (علي) هو لطف من الألطاف الإلهية «إنما أنت مُنذِّرٌ ولِكُلِّ قومٍ  
هادٍ»<sup>(١)</sup> .

كان رسولنا الكريم خاتم الأنبياء والمرسلين، وكان أمير المؤمنين  
ووصي رسول رب العالمين الإمام علي طلاقه أشرف الأوصياء المتوجبين.  
إن مسيرة وحياة وأقوال وسلوك الأوصياء والأئمة المتتسبعين من الله  
مكملة وحافظة للمسيرة التي ابتدأها الأنبياء، وهذا ما رأيناه من الإمام  
علي طلاقه حيث كان الراعي والحافظ والمكمل للمسيرة النبوية الشريفة التي  
بشر بها الرسول العظيم، فكان بحق خير حافظ وأعظم وصي وأفضل هادي  
للأمة الإسلامية بعد رسول الله .

إن الخالق العظيم الذي منَ علينا وأنقذنا من الظلمات إلى النور أرسل  
دينه على لسان النبي الأمي ليقوم بتبلیغه لنا، وقد عصمه الله من الخطأ  
والتسیان في كل الأمور الدينية والدنيوية لأنَّه: «وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهُوَى إِنَّ  
هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَى عَلَمٌ شَدِيدُ الْقُوَى»<sup>(٢)</sup> وإن وصيَ الإمام علي طلاقه  
وأولاده المعصومين بنص آيات القرآن: «إِنَّمَا وَلِيَّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ

(١) سورة الرعد الآية ٧.

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء ج ١ ص ٢٣٠ .

(٣) سورة النجم ٣ - ٥.

أَمْتَوا الَّذِينَ يَقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيَؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِبُوْنَ<sup>(١)</sup> وَ«أَطْبِعُوا  
اللَّهَ وَأَطْبِعُوا الرَّسُولَ وَأَوْلَى الْأَمْرِ مِنْكُمْ»<sup>(٢)</sup> والأحاديث النبوية الشريفة  
«مَنْ كَنْتَ مَوْلَاهُ فَعْلَيْهِ مَوْلَاهُ اللَّهُمَّ وَالِّيْ مِنْ وَالِّهِ وَعَادَ مِنْ عَادَهُ» وَ«أَنْتَ مِنِي  
بِمَنْزِلَةِ هَارُونَ مِنْ مُوسَى إِلَّا أَنَّهُ لَا نَبِيَ بَعْدِي» هُمُ الْمَحَافِظُونَ وَالْمَذَانِدُونَ  
وَالْمَدَافِعُونَ وَالْمَصْحُونُونَ فِي سَبِيلِ الشَّرِيعَةِ مِنَ الْأَخْطَارِ وَالضَّيَاعِ وَالْأَبْاطِيلِ  
وَالْبَدْعِ الَّتِي قَدْ نَطَرَ أَعْلَيَهَا وَتَدَخَّلَ فِيهَا مِنْ قَبْلِ الْمُنَافِقِينَ وَأَعْدَاءِ الدِّينِ .

وَقَدْ اخْتَصَ الْإِمَامُ عَلَيْهِ السَّلَامُ وَأَبْنَاؤهُ الْمَعْصُومُونَ بِمُخْتَلِفِ الْعِلُومِ بِمَا  
وَرَثُوهُ عَنْ جَدِّهِمْ رَسُولِ اللَّهِ الَّذِي مَنَحَهُمْ الْوِلَايَةَ التَّشْرِيفِيَّةَ وَالْتَّكْرِيْنِيَّةَ  
بِصُورَةِ كَامِلَةٍ تَزَهَّلُهُمُ الْمَقَامُ السَّامِيُّ لِإِكْمَالِ الْمَسِيرَةِ وَحَفْظِ مُخْتَلِفِ الْعِلُومِ  
الْإِلَهِيَّةِ . قَالَ رَسُولُ اللَّهِ : «أَنَا مَدِينَةُ الْعِلُومِ وَعَلَيْيِ بَابُهَا فَمَنْ أَرَادَ الْمَدِينَةَ  
فَلْيَأْتِيَ الْبَابَ» . هَذِهِ الرَّتِبَةُ الْإِلَهِيَّةُ وَالْمَنْحَةُ الْرِبَانِيَّةُ لَوْصِيِّ رَسُولِ اللَّهِ وَالْأَنْعَمةُ  
الْمَعْصُومُونَ هُنْ ضَرُورَةُ شُرُوعِيَّةِ وَعُقْلَيَّةِ لِحَفْظِ الدِّينِ مِنَ التَّلَاعِبِ وَالْأَنْدَثَارِ،  
لِذَلِكَ تَعْتَبِرُ الْإِمَامَةُ مَكْمُلَةً لِلْمَسِيرَةِ النَّبِيَّيَّةِ، وَكَيْفَ لَا وَهُمُ الْمَعْصُومُونَ بِنَصِّ  
الْقُرْآنِ : «إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ تَيْمِينَهُ عَنْكُمُ الرِّجَسُ أَهْلُ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرُكُمْ  
تَطْهِيرًا»<sup>(٣)</sup> وَحَدِيثُ الثَّقَلَيْنِ : «أَيُّهَا النَّاسُ يُوشِكُ أَنْ يَأْتِيَنِي رَسُولُ رَبِّي  
فَأَجِيبُ وَأَنِي تَارِكٌ فِيْكُمْ مَا أَنْ تَمْسِكُمْ بِهِ لَنْ تَضْلُّوْنَ بَعْدِي أَبْدًا كِتَابُ اللَّهِ  
وَعَرَتِي أَهْلُ بَيْتِي فَلَا تَقْدِمُوهُمَا فَتَهْلِكُوْهُمَا وَلَا تَأْخُرُوْهُمَا عَنْهُمَا فَتَهْلِكُوْهُمَا  
وَلَا تَعْلَمُوْهُمْ فَإِنْهُمْ أَعْلَمُ مِنْكُمْ وَإِنَّ الْلَّطِيفَ الْخَيْرَ أَخْبَرَنِي أَنَّهُمَا لَنْ يَفْتَرِقا

(١) سورة المائدة الآية ٥٥ .

(٢) سورة النساء الآية ٥٩ .

(٣) سورة الأحزاب الآية ٣٣ .

حتى يردا على الحوض فانظروا كيف تخلفوني فيهما<sup>(١)</sup>.

من كل ما تقدم نستخلص أهمية الوصاية والإماماة بعد النبي ﷺ وضرورتها، باعتبار أن الوصي والأئمة هم حملة العلم، وورثة الأنبياء، ومنار الهدایة، وألسنة الصدق والحق، بهم تكتمل الهدایة، وتزال وتبطل الشبهات، لأنهم حجج الله على عباده وامناؤه في بلاده.

«هذا وإن اقتران القرآن بأهل البيت في حديث الثقلين له معان ودلالات عميقة:

١ - إن أهل البيت لهم قيمة كبيرة تعادل القرآن.

٢ - إن القرآن بدون أهل البيت لا يكفي، لأن القرآن كتاب صامت حمال وجوه، وأهل البيت هم الذين يجعلونه ناطقاً باعطائهم له التفسير الصحيح الذي سمعوه من جدهم، فيحفظونه بذلك من التحريف والتزييف والتغيير والتحوير، تحقيقاً بواسطتهم لقوله تعالى: «إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ»<sup>(٢)</sup>.

٣ - إن النجاة والفوز متوقفان على التمسك بأهل البيت عليهم السلام وهم دون سواهم.

٤ - إن أهل البيت مع القرآن، والقرآن معهم لا يفترقان إلى يوم القيمة، وهذا يعني أن وجود الأئمة مستمر لا ينقطع مع وجود القرآن إلى يوم القيمة<sup>(٣)</sup>.

(١) الكافي ج ٢ ص ٤١٥.

(٢) سورة العجر الآية ٩.

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون ص ٣٤٠.

### الإمام علي عليه السلام وموقعه الالهي :

الإمام علي عليه السلام وصي رسول الله وأبو الأئمة الأطهار مدحه النبي في مواطن كثيرة وقال فيه أحاديث عديدة : «ذكر علي عبادة» و «با على ما عرفك إلا الله وأنا» تدل بوضوح كنور الشمس الساطع على أن معرفة الإمام وادراك كنهه والغور في ذاته مسألة عظيمة ومن المستحبلات على الذات البشرية، ولكن «ما لا يدرك كله لا يترك جله» ولا بأس أن يجهد العلماء والباحثون والمنصفون أنفسهم في التقرب من تلك الشخصية العظيمة، وملامسة فضائلها ومعجزاتها، وإن كانت تلك الملامسة لا تقارن بالأيات والأحاديث التي نزلت بحقه، فهم في سعيهم كمن يحاول الاقتراب من الشمس فيرتد خاتماً من وهجها ولهيبها.

قال ابن أبي الحديد المعتزلي في مقدمة كتاب شرح نهج البلاغة : «وما أقول في رجل أقر له أعداؤه وخصومه بالفضل، ولم يمكنهم جحده مناقبه، كان كالمسك كلما شتر انتشر عزفه، وكلما كتم تضيع نثره، وكالشمس لا تُستَر بالراح، وكضوء النهار إن حجبت عنه عين واحدة أدركته عيون كثيرة .

وما أقول في رجل تعزى إليه كل فضيلة، وتنتهي إليه كل فرقة، وتجاذبه كل طائفة، فهو رئيس الفضائل وبنبوعها، وأبو عذرها، وسابق مضمارها، ومجلبي حلبتها، كل من بزع فيها بعده ف منه أخذ، وله اقتضى، وعلى مثاله احتذى .

وهو مبتدع ومنشئ علم النحو والعربية الذي أملأه على أبي الأسود الدؤلي .

وأما الشجاعة فإنه أنسى الناس فيها ذكر من كان قبله، ومحا اسمه ي يأتي بعده، ومقاماته في الحرب مشهورة يضرب بها الأمثال إلى يوم القيمة.

وأما القوة والأيد فـ به يضرب المثل فيما، ما صارع أحداً قط إلا ضرّعه . وهو الذي قلع باب خير واقتلع هيل من أعلى الكعبة .

وأما السخاء والجود فحاله فيه ظاهرة، وكان بصوم ويطري ويؤثر بزاده .

وأما الحلم والصفح فكان أحلم الناس عن ذنب، وأصفحهم عن مسيء .

وأما الجهاد في سبيل الله فمعلوم عند صديقه وعدوّه أنه سيد المجاهدين .

وأما الفصاحة فهو إمام الفصحاء وسيد البلغاء، وفي كلامه قيل : دون كلام الخالق وفوق كلام المخلوقين .

وأما سجاحة الأخلاق وبشر الوجه، وطلاقـة المحـيـا والتـبـسم، فهو المضروـبـ بـهـ المـثـلـ .

وأما الزهد في الدنيا فهو سيد الزهاد، وبـدـلـ الأـبـدـالـ، وإـلـيـهـ تـشـدـ الرـحـالـ، ما شـبـعـ منـ طـعـامـ قـطـ، وـكـانـ أـخـشـنـ النـاسـ مـأـكـلـاـ وـمـلـبـسـاـ، وـكـانـ ثـوـبـهـ مـرـقـوـعاـ بـجـلـدـ تـارـةـ وـلـيفـ اـخـرىـ، وـنـعـلـهـ مـنـ لـيفـ .

وأما العبادة فكان أعبد الناس، وأكثرهم صلاة وصوماً، ومنه تعلم الناس صلاة الليل، وملازمة الأوراد وقيام النافلة .

وأما قراءته القرآن واشتغاله به فهو المنظور إليه في هذا الباب، اتفق الكل على أنه كان يحفظ القرآن على عهد رسول الله ﷺ، ولم يكن غيره يحفظه، ثم هو أول من جمعه .

وأما السياسة فإنه كان شديد السياسة، خثناً في ذات الله.  
وما أقول في رجل تحبه أهل الذمة على تكذيبهم بالنبوة، وتعظمهم  
الفلسفه على معاندهم لأهل الملة. أبوه أبو طالب سيد البطحاء، وشيخ  
قريش، ورئيس مكة، ابن عم محمد سيد الأولين والآخرين وآخره جعفر  
ذو الجناحين، وزوجته سيدة نساء العالمين، وابنيه سيداً شباب أهل الجنة،  
فأباوه آباء رسول الله، وأمهاته أمهات رسول الله، وهو مسوط بلحمه ودمه،  
لم يفارقه منذ خلق الله آدم<sup>(١)</sup>.

شخصية الإمام علي عليه السلام شخصية إلهية عجز عن إدراكتها ومعرفتها  
الفلسفه والعلماء، وقصر عن سير غورها الباحثون والدارسون، لذلك عندما  
عزمت على الدخول إلى حديقة ذاته القدسية كنت متربداً متهيأً بدایة الأمر  
خوفاً من الغرق في بحر معرفته وعظمته، إلا أنني توكلت على الله ودخلت  
تلك الحديقة التي رعنها الأنطاف الإلهية وستقها الأنوار المحمدية وظللتها  
الإمامه العلوية، فرأيت أوراداً مشرقة، وزهوراً عطرة، وغضوناً محملة  
بالإيمان والزهد والتقوى والجهاد والتضحية والحق والعدالة وقفـت بخشوع  
وجلال وهيبة واحترام، مددت يدي، اقتطفت باقة من زهورها فتراءى أمامي  
بعض من المعجزات الإلهية، والنفحات المحمدية، والشمائل الهاشمية،  
والخصائص العلوية، شمتها بشوق وقبلتها بلهفة، وضعتها على صدرـي  
المشتاق لأنزوـد منها بالمعرفة والإيمـان والعلم والـموعـظـة، وبعد أن ارتويـت  
من عـبيرـها، وتغـذـيت من رـحـيقـها، سـطـرـتها على الـورـقـ بـحـرـوفـ من نـورـ  
وـقـلـبـ مـسـرـورـ، كـيـ تـبـقـيـ خـالـدـةـ خـلـودـ الـدـهـرـ، يـقـرـأـهاـ كـلـ مـنـصـفـ، وـيـطـالـعـهاـ  
كـلـ مـحـبـ لـلـخـيـرـ وـالـعـدـالـةـ .

---

(١) مقدمة شرح نوح البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ .

ما جاء في علي عليه السلام على لسان القرآن :

- ١ - نفس رسول الله .
- ٢ - الذي عنده علم الكتاب .
- ٣ - المؤمن .
- ٤ - السابق .
- ٥ - المؤمن المجاهد .
- ٦ - أذن واعية .
- ٧ - خير البرية .
- ٨ - الهدى .
- ٩ - الولي المتصدق في الركوع .
- ١٠ - الذي يشرى نفسه باتقاء مرضاة الله .
- ١١ - الذي ينفق ماله بالليل والنهار سرًا وعلانية .
- ١٢ - ولابته كمال الدين .
- ١٣ - النبأ العظيم .
- ١٤ - وهو من الذين «سيماهم في وجوهم من أثر السجود» .
- ١٥ - الذي نزل فيه وفي أهل بيته «انما ي يريد الله ليذهب عنكم الرجس أهل البيت ويطهركم تطهيرًا» .
- ١٦ - هو صاحب سورة براءة وغدير خم وراية خير .
- ١٧ - الذي نزلت به وأهل بيته سورة هل أتي .

ما جاء في علي عليه السلام على لسان النبي ﷺ :

- ١ - يا علي ما عرفك حق معرفتك إلا الله وأنا .

- ٢ - حق علي بن أبي طالب على هذه الأمة كحق الوالد على ولده .
- ٣ - سيد العرب .
- ٤ - أول من أسلم .
- ٥ - سيد المسلمين .
- ٦ - حب علي عبادة .
- ٧ - صاحب السر .
- ٨ - حبه عنوان صحيفة المؤمن .
- ٩ - وزير رسول الله .
- ١٠ - حبه جواز وثبات على الصراط .
- ١١ - وصي رسول الله .
- ١٢ - من آذى علياً فقد آذاني .
- ١٣ - خليفة رسول الله .
- ١٤ - يا علي حبك ايeman وبغضك نفاق وكفر .
- ١٥ - علي مع الحق والحق مع علي .
- ١٦ - يا علي مثلك في أمتي كمثل سفينة نوح من ركبها نجا ومن تخلف عنها غرق .
- ١٧ - لا يحبه إلا مؤمن ولا يبغضه إلا منافق .
- ١٨ - حبه ايeman وبغضه كفر .
- ١٩ - إمام المجاهدين .
- ٢٠ - يعقوب المسلمين .
- ٢١ - راية الهدى .
- ٢٢ - صاحب رايتي .
- ٢٣ - الصديق الأكبر .

- ٢٤ - الفاروق الأعظم .
- ٢٥ - جبرائيل عن يمينه وميكائيل عن يساره .
- ٢٦ - ولت كل مؤمن بعدي .
- ٢٧ - سيد الشهداء .
- ٢٨ - قسيم النار والجنة .
- ٢٩ - خلقت أنا وعلي من نور واحد .
- ٣٠ - أنا وعلي من شجرة واحدة .
- ٣١ - لحمه لحمي ودمه دمي .
- ٣٢ - في صلبه ذريتي .
- ٣٣ - علي مني بمنزلتي من ربي .
- ٣٤ - علي مني بمنزلة رأسى من بدني .
- ٣٥ - حبيب رسول الله .
- ٣٦ - أنت ولتني في الدنيا والآخرة .
- ٣٧ - يا علي أنا وأنت أبوا هذه الأمة .
- ٣٨ - أنا وعلي حجة الله على عباده .
- ٣٩ - أنا سيد ولد آدم وعلي سيد العرب .
- ٤٠ - يا علي حزبك حزب الله .
- ٤١ - من سب علياً فقد سبتي ومن سبني فقد سب الله تعالى .
- ٤٢ - مثل علي في هذه الأمة كمثال الكعبة .
- ٤٣ - حبُّ علي يأكل السينات كما تأكل النار الحطب .
- ٤٤ - حبل الله المتين .
- ٤٥ - علي آية الحق ورابة الهدى .
- ٤٦ - الصراط المستقيم .

- ٤٧ - أقضى أمتي علي بن أبي طالب .
- ٤٨ - كرار غير فرار .
- ٤٩ - علي باب حطة .
- ٥٠ - علي أفضلكم .
- ٥١ - علي خير البشر فمن أبي فقد كفر .
- ٥٢ - من أراد أن ينظر إلى آدم في علمه وإلى نوح في فهمه وإلى إبراهيم في حلمه وإلى يحيى بن زكريا في زهده وإلى موسى ابن عمران في بطشه فلينظر إلى علي بن أبي طالب .
- ٥٣ - ذكر علي عبادة .
- ٥٤ - النظر إلى علي عبادة .
- ٥٥ - علي أول من آمن بي وأول من يصافحني يوم القيمة .
- ٥٦ - علي صاحب حوضي يوم القيمة .
- ٥٧ - لا يجوز أحد الصراط إلا من كتب له علي الجواز .
- ٥٨ - سراج الدنيا .
- ٥٩ - خاصن التعل .
- ٦٠ - هازم الأحزاب .
- ٦١ - مصباح الدجى .
- ٦٢ - أبو تراب .
- ٦٣ - المولود بالكتيبة .
- ٦٤ - البائت في فراش رسول الله عند الهجرة .
- ٦٥ - الصراط المستقيم .
- ٦٦ - كاتب الوحي .
- ٦٧ - مكسر الأصنام .

- ٦٨ - ضرته يوم الخندق تعادل عبادة الثقلين .
  - ٦٩ - مطلقاً الدنيا مؤثر الآخرة على الأولى .
  - ٧٠ - الذي ذكره في التوراة والإنجيل .

ما جاء في علیٰ عَلَيْهِ الْكَفَافُ عَلَى لسان علیٰ :

- ١ - القرآن الناطق .

- ## ٢ - أعرّف الناس بالكتاب والسنة .

- ٣- إني لم أشرك بالله طرفة عين.

- ٤- إني لم أشرب الخمر قطًّا.

٥ - قال لي رسول الله يا علي أنت مني بمنزلة هارون من موسى إلا أنه لا نبي بعدي

- ٦- إني أول الناس إيماناً وإسلاماً.

٧ - علمني رسول الله عَلَيْهِ الْكَفَالَةُ أَلْفُ بَابٍ مِنَ الْعِلْمِ يَفْتَحُ كُلَّ بَابٍ أَلْفَ  
بَابٍ وَلَمْ يَعْلَمْ ذَلِكَ أَحَدًا غَيْرِيَ .

- ٨ - طيب القلوب والأبدان .

٩- قال رسول الله ستقاتل الناكثين والقاسطين والمارقين .

١٠ - سمعت رسول الله يقول أنا مدينة العلم وعلى بابها .

#### ١١- المتصدق بين يدي رسول الله.

١٢ - قال رسول الله لولا أن يقول فيك الغالون من أمري ما قال  
النصارى في عيسى بن مريم لقلت فيك قولًا لا تمر بعذاباً من  
الناس، إلا أخذوا التراب من تحت قدميك يستثفون به.

١٣ - أمر رسول الله أصحابه وعمومه بسد الأبواب على المسجد  
وفتح بابي بأمر الله عز وجل .

- ١٤ - إن الله تبارك وتعالى رَدْ على الشمس مرتين ولم يردها على أحدٍ من أمة محمد ﷺ غيري.

١٥ - أنا سيد الوصيّين، ووصيّ سيد النبّيّين.

١٦ - أنا إمام المسلمين، وقائد المتقين، ومولى المؤمنين، وزوج سيدة نساء العالمين، أنا المستخدم باليمين والمعفُّ للجنيّن، أنا الذي هاجرت الهجرتين وبأيّـت البيعتين، أنا صاحب بدر وحنين، أنا الصارب بالسيفين، والحاصل على فرسين.

١٧ - صلّيت قبل الناس بسبعين سنة.

١٨ - أصبر الصابرين.

١٩ - القائل سلوني قبل أن تفقدوني.

٢٠ - ورثت الأنبياء.

٢١ - مفسر القرآن والإنجيل والتوراة والزبور.

٢٢ - المكتفي بطمرىـن.

٢٣ - القائم بتغسيل وتکفيني ودفن رسول الله.

٢٤ - القائل والله لو أعطيت الأقاليم السبعة بما تحت أفلاكها على أن أعصي الله في نملة أسلبها جلب شعيرة ما فعلت.

٢٥ - ما قال لا لسائلـقطـ.

٢٦ - الذي لم يختلف ميراثاً.  
وأخيراً فإن علياً عليه السلام هو:  
ـ شهيد المحراب.

ـ الذي أبكت رزيته ملائكة السماء وأهل الأرضين.

ـ المستاذن عليه عزراـنيل حين الشهادة.

ـ ضجيج آدم ونوح ومجاور قبرـ هود وصالح.

## نهج البلاغة

### من تراث الإمام الخالد

وقال الشريف الرضي عليه السلام :

«عندما كنت في عنفوان الشباب سأله الأصدقاء أن أبدأ بتأليف كتاب يحتوي على مختار كلام أمير المؤمنين علي عليه السلام في جميع فنونه ومشعباته غصونه من خطب وكتاب ومواعظ وأدب، فأجبتهم إلى ذلك وأسميت الكتاب نهج البلاغة، لأن الأمام علي عليه السلام شرط الفصاحة وموردها، ومن ثم البلاغة ومزيلها، ومنه ظهر مكنونتها وعنده أخذت قوانينها»<sup>(١)</sup>.

أما الإمام محمد عبده الذي شرح نهج البلاغة فيقول في مقدمته عن هذا الكتاب الجليل : «فتصحفت بعض صفحاته، وتأملت جملًا من عباراته، من مواضع مختلفات، ومواضع متفرقات، فكان يخلي لي في كل مقام أن حروباً شبت وغارات شئت، وأن للبلاغة دولة، وللفصاحة صولة، وأن مدبر تلك الدولة وياسل تلك الصولة هو حامل لوانها الغالب أمير المؤمنين علي ابن أبي طالب . بل كنت كلما انتقلت من موضع إلى موضع، أحس بتغير المشاهد وتحول المعاهد . فتارة كنت أجذني في عالم يغمره من المعاني أرواح عالية، من حلل من العبارات الزاهية، تطوف على النفوس الزاكية، وتدنو من القلوب الصافية، توحى إليها رشادها، وتقوم منها مرادها، وتغرس بها عن مداحض المزال، إلى جواد الفضل والكمال . واحياناً كنت أشهد أن عقلاً نورانياً لا يشبه خلقاً جسدياً، فُصل عن الموكب الإلهي واتصل بالروح الإنساني، فخلعه عن غاشيات الطبيعة وسما به إلى الملوكات الأعلى، ونما به إلى مشهد النور الأجلبي، وسكن به إلى عمار جانب التقديس، بعد

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ ص ٤٤.

نهج البلاغة والطب الحديث ..... استخلاصه من شوائب التلبيس<sup>(١)</sup>

لذلك يعتبر السابقون واللاحقون نهج البلاغة ملحمة إلهية، حوت الخطب والأدعية والوصايا والرسائل والكتب والأوامر والكلمات القصار التي جاءت على لسان وصي رسول رب العالمين، وموسوعة أدبية، علمية، دينية شاملة تعالج قضايا العصر الدينية والدنوية.

ومن صلاح العالم والأمة الإسلامية دراسة هذا التراث العظيم والاستفادة منه - لكونه يُعد في المرتبة الثالثة بعد القرآن والسنّة النبوية - في حياتهم اليومية والاجتماعية، لما فيه من منافع عظيمة وأسس قوية، قادرة على الأخذ بيد الإنسان نحو شاطئ السلامة والأمن والإيمان والخير والمحبة، الذي يؤدي إلى الكمال والاستقامة.

هذه الملحمة الإلهية عبارة عن سلسلة متربطة الحلقات، وفصول رائعة متعددة يكمل بعضها ببعضًا، ولو استعرضناه بإيجاز لوجدهنا يتمتع بعيّنات مهمة :

- ١ - الفصاحة والجمال .
- ٢ - الشمول والاستيعاب .
- ٣ - الإعجاز .
- ٤ - لا تُمْلِأ قراءته ولا يُشَعِّي من مطالعته ولا تنسى حلواته .

أما خصائصه فعديدة أهمها :

- ١ - دليل حي على عبرية وعظمّة الإمام علي عليه السلام وأنه بحق باب علم النبي .
- ٢ - توسيع كامل وشامل لسيرة وشخصية الإمام التي خلدها التاريخ

---

(١) مقدمة نهج البلاغة للأستاذ الإمام الشيخ محمد عبده .

- القديم والحديث، الإسلامي وغير الإسلامي .
- ٣ - برهان ناطق وساطع على الاستقامة والإيمان المطلق عند الإمام علي عليه السلام .
- ٤ - منهاج رائع مكمل ومتكملاً للقضايا الدينية والدنيوية التي جاءت على لسان القرآن والسنة النبوية .
- ٥ - منهاج تربوي وأخلاقي للكبار والصغار، للنساء والرجال للماضي والحاضر والمستقبل .
- ٦ - دستور متكملاً ومحكم لنظام وأسلوب الحكم والإدارة .
- ٧ - يؤكد على مسألة التوحيد ومعرفة الله .
- ٨ - يؤكد على الإيمان بالنبوة والأنبياء .
- ٩ - يؤكد على ضرورة الإيمان بالإمامية والأئمة .
- ١٠ - ينبع كثيراً على مسألة الإيمان بالمعاد (البعث والحساب والعقاب والجنة والنار) .
- ١١ - يبحث ويوضح العلاقات والشئون الاجتماعية بين المسلمين خاصة والبشر عامة .
- ١٢ - يدعو إلى الحكمة والموعظة الحسنة مثل :
- أ - التحذير من هوى النفس .
  - ب - الترغيب في الاحسان .
  - ج - التوكل .
  - د - الزهد والتقوى .
- ١٣ - يمثل نهج البلاغة مقاطع وصوراً حية متنوعة من تاريخ العالم القديم وال الحديث .
- ١٤ - موسوعة نفيسة لمختلف العلوم التي تخص المخلوقات

..... نهج البلاغة والطب الحديث  
الإنسانية والحيوانية والنباتية والمادية .

- ١٥ - يحتوي على الكثير من العلوم والفنون العسكرية .
- ١٦ - يعتبر نهج البلاغة تحفة خالدة للبلاغة والبيان، والفصاحة والكلام، والنحو والبديع، والرمز والكتابية .
- ١٧ - استعراض أمين وصادق للأحداث الاجتماعية والتاريخية والسياسية التي عصفت بتلك الحقبة من التاريخ الإسلامي .
- ١٨ - يحوي الكثير من النصائح والإرشادات الزراعية والصناعية .
- ١٩ - يدعو إلى التطور والتقدم واكتساب الفنون الحرفية والعمل .
- ٢٠ - منهج واضح لتنظيم العلاقة بين الدين الإسلامي والأديان السماوية الأخرى .
- ٢١ - يحوي الكثير من العلوم والأحداث التي ستقع في المستقبل .
- ٢٢ - تجلّى فيه الكثير من التعاليم الإسلامية الاقتصادية التي تضمن العدالة داخل المجتمع الإسلامي والعالمي .
- ٢٣ - مرآة ساطعة للسياسة التي ي يريدها الدين الإسلامي الحنيف التي تمثل في الخوف من الله، والصدق والأمانة في التعامل داخلياً وخارجياً .
- ٢٤ - يعرض نهج البلاغة الفلسفة الإسلامية بأحلى وأجمل لباسها، كمعرفة الله، والإيمان المطلق بعظمة الله، ومعرفة النفس، والتعامل مع الآخرين ضمن حدود المجتمع الإسلامي .
- ٢٥ - يؤكّد نهج البلاغة على حقوق الإنسان وأهميتها في الإسلام فيقول الإمام : «أما بعد فإنما أهلك من كان قبلكم أنهم معوا الناس الحق فاشتروه، وأخذوهم بالباطل فاقتدوه»<sup>(١)</sup> و «اتقوا الله في عباده وببلاده فإنكم مسؤولون حتى عن البقاء والبهائم، أطاعوا الله ولا تعصوه، وإذا رأيتم الخير

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٣ ص ١٣٨ .

- فخذلوا به، وإذا رأيتم الشر فأعرضوا عنه»<sup>(١)</sup>.
- ٢٦ - يدعوا إلى ضرورة العمل الحلال والتجارة الحرة وكيفية تنميتها.
- ٢٧ - السياسة القضائية الإسلامية التي ارادها الله ورسوله تتجلى بوضوح في نهج البلاغة.
- ٢٨ - السياسة الأمنية الداخلية والخارجية موضحة بأحلى صورها وأطراها بما ينفع المجتمع الإسلامي منذ ذلك العصر وللحاضر والمستقبل.
- ٢٩ - الحرية الشخصية وال العامة تتجلى بما لا يقبل الشك في نهج البلاغة، ورسالة الإمام علي عليه السلام إلى عامله بالمدينة : «الناس أحرار في أموالهم وأنفسهم» هي أعظم وسام علق على صدر الإنسانية قديماً وحديثاً.
- ٣٠ - أطروحة كاملة في علم النفس تغنى الأفراد والجماعات والمجتمع.
- ٣١ - وأخيراً فإن الإرشادات والنصائح والتعاليم الطيبة التي حواها نهج البلاغة كثيرة ومتعددة وجديرة بالإهتمام والمتابعة، لأهميتها الروحية والجسدية والاجتماعية، والتي هي محطة بحثنا في هذا الكتاب.

قال الإمام علي عليه السلام : علمي حبيبي رسول الله ألف باب من العلم لكل باب ألف باب (أي مليون باب) . والمقصود التقريري من الباب هو موسوعة أو مكتبة علمية كبيرة، ويتغير آخر مليون مكتبة علمية إلهية، علومها ثابتة أكيدة غير قابلة للتغيير والتطوير لكونها من لدن حكيم خبير. هذه المكتبات أو الموسوعات تحتوي وتشتمل على العلوم بأصنافها المعروفة وغير المعروفة، الظاهرة والباطنة، المكتشفة حالياً والتي ستكتشف في المستقبل، من تلك العلوم التي تلقاها الإمام من الرسول الكريم العلوم الطيبة بأنواعها وأقسامها وصنوفها، القديمة وال الحديثة، الروحية والجسدية، الإرشادية والعلاجية، الوقائية والبيئية .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٩ ص ٢٨٨ .

لكن وللأسف الشديد ولأسباب اجتماعية وسياسية وعلمية لم يجد الإمام الأجواء المناسبة والملائمة للتصريح بتلك العلوم وبثها بين الناس، وذلك لعدم وجود الاستعداد العقلي والعلمي لاستيعاب ودرك وتقبل تلك العلوم، لأن المنطقة كانت تعيش حياة بدائية، لا تستطيع من خلالها تقبل العلوم والحقائق التي كان الإمام يحملها خصوصاً وإنها كثيرة ومعقدة ويصعب على عقولهم المحدودة التسليم بها أو تصديقها، وفي عصرنا الحاضر كانت بعض الحقائق والعلوم غير مقبولة لدى أغلب الناس المتعلمين من يملكون الأجهزة الحديثة والإمكانات المادية، فكيف بأولئك الناس الذين عاشوا ذلك العصر وأفروا حياتهم بالزراعة والفروسيّة وبعض الصناعات اليدوية البسيطة . لتلك الأسباب وتأسياً بقول الرسول الكريم عليه السلام : «نحن معاشر الأنبياء أمرنا أن نكلم الناس على قدر عقولهم» كان الإمام علي عليه السلام يعرض القضايا الطبية بصورة شفافة ومبسطة لتكون مقبولة وقريبة إلى ذهان الناس الذين عاصرهم، ولو أباح الإمام بما عنده من العلوم الطبية التي يعرفها والتي لا تستوعبها آلاف الكتب والتي سترى بالمستقبل نتيجة التقدم العلمي والبحث والدراسة لوقع الناس في حيرة وتخبط قد يتزعزع معه الإيمان أو قد تصل بهم الأمور إلى اتهام الإمام بطرح قضايا بعيدة عن العقل والواقع، لذا قال : «بل إنَّدَجَتْ عَلَى مَكْنُونِ عِلْمٍ لَوْ بَحَثْتْ بِهِ لَاضْطَرَبْتَ اضْطَرَابَ الْأَرْشِيَّةِ فِي الطُّوَيْلِيَّةِ البعيدة»<sup>(١)</sup> .

لذلك كان الإمام يطرح القضايا الطبية بصورة مبسطة قريبة إلى الواقع الناس وادراكم الذهني بالرغم من قوله وفي مناسبات عديدة : «سلوني قبل أن تفقدوني لو لا آية في كتاب الله : «يَنْهَا اللَّهُ مَا يَشَاءُ وَيُثْبِتُ وَعِنْدَهُ أَمْ

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١ ص ٢١٣

الكتاب لأخبرتكم بما كان وما يكون وما هو كائن إلى يوم القيمة»<sup>(١)</sup> قوله وهو يصف رسول الله «طبيب دواز بطبّه، قد أحكم مراهمة، وأحمى قوايسه، يَضْعُفُ ذلك حيث الحاجة إليه من قلوب عمي، وأذان ضم، وألسنة بكم، متبع بدوانه مواضع الغفلة ومواطن الحيرة»<sup>(٢)</sup>.

ولكن الإمام لم يجد العقول المتكاملة الجديرة بقبول ما يحمله من علوم طيبة نافعة لوقيل استفادت منها البشرية على مر العصور، لأنها كما قلنا علوم إلهية ثابتة نافعة غير قابلة للتغيير أو التبديل، وهذا ما صرّح به الإمام: «والله لو شئت أن أُخْبِرَ كُلَّ رَجُلٍ مِّنْكُمْ بِمَخْرَجِهِ وَمَوْلِجِهِ وَجَمِيعِ شَأْنِهِ لَقُلْتُ»<sup>(٣)</sup>. وقوله عليه السلام: «إن في صدرى هذا لعلماً جماً علمنيه رسول الله ﷺ ولو أجد له حفظة يرعونه حق رعايته ويرروننه عنى كما يسمعونه مني إذا لأودعتهم بعضه»<sup>(٤)</sup>.

ولتقريب الموضوع للأذهان نقول: لو أراد الإمام أن يشرح للناس بالتفصيل جهاز المناعة الموجود بجسم الإنسان لوقعوا في حيرة وشك عظيمين، لأنهم بعيدون جداً عن معرفة تركيب جسم الإنسان الذي يحوي آلاف الأجهزة الألكترونية المعقدة التي لم يتوصل إلى معرفتها بالكامل علماء عصرنا الحاضر الذين، يملكون مختلف الأجهزة الطبية والعلمية الحديثة التي كثيراً ما ساعدت على التعرف على بعض حقائق الإنسان وخصائصه، لهذا لخص للسامعين موضع علم المناعة بيت من الشعر:

دوازك فيك وما تُبصِّرُ      ودوازك مِنْكَ وما تَشَعَّرُ

(١) الارشاد للشيخ المفید ص ٢٥.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٧ ص ١٨٣ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١٠ ص ١٠ .

(٤) الخصال ج ٢ ص ١٧٥ .

وإلى الآن لم يستطع العلماء معرفة أشياء كثيرة عن حقيقة الإنسان وعمل أعضائه، كالمعنى على سبيل المثال، وكيف يستطيعون معرفة من خلقه الله في أحسن تقويم، إذ لا يزال العلماء يكتشفون كل يوم حقائق جديدة وفعاليات فريدة تجعلهم يقفون بإجلال وخشوع للخالق العظيم الذي أتقن صنع كل شيء بما فيه الإنسان، فيزدادون إيماناً وتسلیماً «إنما يخشى الله من عباده العلامة»<sup>(١)</sup> وقد خاطب الإمام هذا الإنسان الذي لا يدرك عظمته وحقيقة في موقع عديدة: «من عرف نفسه عرف ربه»

وتحسب أنك جرم صغیر وفیک انطوى العالم الأکبر لتلك الأسباب الاجتماعية السائدة التي مر ذكرها كان الإمام يطرح بعض علومه الطبية بأسلوب رائع مبسط يتقبله الجميع ويفهمه أغلب الناس، وقد صب جل اهتمامه على الجانب الإرشادي والوقائي، لكونه الحجر الأساس الذي من خلاله نتقوى من أغلب الأمراض خصوصاً المعدية منها، وبذلك نتخلص من الركض وراء العلاج وتكليفه المالية والجسدية.

إن اقوال الإمام كانت تخاطب الروح والعقل، وتنتقل الإنسان من وحل العالم المادي ومنزلقاته إلى عالم تسمو فيه الروح ويتحكم فيه العقل ليعيش الإنسان حلاوة التقوى والإيمان، ولعل إرشاداته وأقواله الروحية البليغة التي زخر بها نهج البلاغة هي بلسم شافي لكثير من أمراضنا الروحية والنفسية التي تنخر في المجتمع الإسلامي منذ ذلك الزمان وحتى وقتنا الحاضر، حيث نرى ملايين الناس الذين يعانون ويكابدون بألم أمراضهم الروحية والنفسية التي يصعب علاجها والخلاص منها وما ذلك إلا نتيجة الحياة المعقّدة التي أوجدوها بأنفسهم والتي أوقعتهم في أحضان الدنيا ومغرياتها المادية فأدت في نهاية المطاف إلى إسلامهم عن عوائلهم ومجتمعهم.

(١) سورة فاطر الآية ٢٨.

كان <sup>عليه السلام</sup> يربط بشكل رائع بين الإرشاد الطبي والعلاج ولا يترك مناسبة خاصة أو عامة إلا وبين منها العديد من الحلول للقضايا الطبية التي كان يعني منها المجتمع في تلك الفترة من الزمن ليدفع عنهم الإصابة بالأمراض وخطر الموت والعجز.

ولعل ما وصل إلينا من علوم طيبة عن طريق أهل البيت هو النزد البسيط بسبب الهجمة الشرسة لأعدائهم الذين حاولوا بحقد وكراهة محرو وطمس علومهم، إلا أن الله أبى إلا أن يتم نوره وعلمه عن طريق القرآن والأئمة الأطهار، وما نجده الآن من علوم طيبة مختلفة الجوانب في نهج البلاغة ما هي إلا تكملة الهيبة ونعمة ربانية للعلوم القرآنية والنبوية وكيف لا وعلى قرین القرآن وباب علم الرسول.

إن العلوم الطيبة الإعجازية التي جاءت في نهج البلاغة لها دلالات

عديدة:

١ - دليل ساطع وبرهان واضح على كون الإمام علي هو وصي رسول

الله .

٢ - دليل علمي وعلقي لا يقبل الشك على معصومية ولولية الإمام

الدينية والتکونية .

أما العلوم الطيبة التي وردت في نهج البلاغة فتشمل عدة أقسام :

١ - روحية ونفسية .

٢ - جسدية :

أ - علم التشريح .

ب - علم الفسلجة .

ج - علم الطفليات .

- د - الصحة العامة .
- هـ - الطب الشرعي أو العدلـى .
- ٣ - علاجية .
- ٤ - وراثية .
- ٥ - بيئية .
- ٦ - علم الأجنحة .
- ٧ - علوم طبية ظاهرة .
- ٨ - علوم طبية باطنـة .
- ٩ - علوم طبية آنية .
- ١٠ - علوم طبية مستقبلـية .
- ١١ - علوم طبية ثابتـة غير قابلـة للتغيير .
- ١٢ - علوم طبية إعجازـية لكون بعضـها لم يـعرف إلـا في العـقود الأخيرة وبـعضـها لم يـعرف لـحد الأنـ.
- ١٣ - علوم طبية نافـعة خالية من الأـضرار والمـضاعـفات لـكونـها إلهـية .  
من هذا يتـضح أنـ الإمام عـلـي مـطـلـقـاً يـحملـ منـ العـلـومـ الطـبـيةـ الإـلهـيـةـ أـكـثـرـ ماـ يـحـمـلـهـ مـئـاتـ الـأـطـبـاءـ الـمـتـخـصـصـينـ فـيـ الـحـقولـ الـطـبـيـةـ الـمـخـتـلـفـةـ وـلـكـنـهاـ ولـلـأـسـفـ بـقـيـتـ مـكـتـوـمـةـ فـيـ صـدـرـهـ الـكـرـيمـ لـأـنـهـ لـمـ يـجـدـ عـنـدـهـ الـإـمـكـانـيـةـ وـالـاسـتـعـدـادـ لـتـقـبـلـ تـلـكـ الـعـلـومـ وـالـاحـفـاظـ بـهـاـ وـتـطـبـيقـهـاـ عـمـلـيـاًـ هـذـهـ الـحـقـيقـةـ يـعـرـفـهـ الـإـمـامـ حـقـ الـمـعـرـفـةـ وـيـدـرـكـهـ كـمـالـ الـإـدـرـاكـ لـذـلـكـ أـشـارـ فـيـ إـحـدـىـ خـطـبـهـ قـائـلاًـ: «إـنـ هـنـاـ لـعـلـمـاـ جـمـاـ لـوـ أـصـبـثـ لـهـ حـمـلـهـ»<sup>(١)</sup>.

---

(١) شـرحـ نـهجـ الـبـلـاغـةـ لـابـنـ أـبـيـ الـحـدـيدـ جـ ١٨ـ صـ ٣٤٦ـ .

## ما في هذا الكتاب :

وأنا هنا في هذه الورقيات المتواضعة أحاول توضيح وتقريب وشرح بعض ما قاله الإمام علي عليه السلام في كتاب نهج البلاغة، من الناحية الطبية، كي يتبيّن للقارئ الكريم عظمة ومقام الإمام الذي نطق بتلك الحقائق الطبية قبل ١٣٨٠ سنة والعالم يغط في سبات عميق من الجهل والتّأخير ولا يعرف عن القضايا الطبية إلا النذر اليسير، وعظمة الإمام تكمن بأنه نطق بها من دون دراسات أكاديمية أو مختبرات علمية مجهزة بالمجاهر الإلكترونية والأجهزة الحديثة الدقيقة التشخيص، هذه الخاصية الفريدة تدل بلا ريب على مصداقية علومه الإلهية التي أخذها عن الرسول الأكرم عن جرأتيل عن الله، فهي بلا شك علوم رياضية متكاملة محكمة لا تقبل النقاش والجدل والدحض والتغيير، بل على العكس مطابقة ومؤيدة للكثير من العلوم الطبية الحديثة التي توصل إليها العلماء بعد جهد جهيد وعمل مثابر لسنوات عديدة، ونحن كمسلمين يحق لنا أن نفتخر أمام العالم بالإمام علي عليه السلام باعتباره الطيب الإسلامي الأول بعد رسول الله عليه السلام، وأن نرفع الراية الإسلامية عالياً إلى الأبد لكون العلوم الطبية التي جاء بها القرآن الكريم والرسول العظيم ووصيه الأمين هي علوم طيبة ثابتة، دائمة، مفيدة، نافعة، خالية من الضرر والمضاعفات، تصلح لجميع الناس ولكلّة العصور، وصدق الرسول الكريم عندما قال : «أنا مدينة العلم وعلى بابها فمن أراد المدينة فليأت الباب».

يبقى سؤال قد يتردد في أذهان كثير من الناس وهو هل يمكن الاستفادة في الوقت الحاضر من العلوم الطبية التي تحدث عنها الإمام في نهج البلاغة، بالرغم من قدمها وما نراه في وقتنا الحاضر من تقدم في العلوم الطبية نظرياً وعملياً وتكنولوجياً؟ الجواب بسيط ولا يحتاج إلى تفكير، وهو : أن الباحثين وعلماء الطب على مختلف درجاتهم وجنسياتهم أثبتوا وأكدوا على

أن أغلب الأمراض الجسدية ما هي إلا إفرازات للمعانات الروحية والنفسية التي يعيشها البشر، فإذا ابتعد الإنسان عن مواطن الصدمات والمعانات والألم وتجنب الوقوع في القضايا العصبية والنفسية، أصبح معافاً أو قليلاً الإصابة بالأمراض الجسدية والعضوية المختلفة التي تكلفه السلامة والمال.

ويمـا أنـ أغـلـبـ اـرـشـادـاتـ الـإـمـامـ عـلـيـهـ السـلـطـةـ هيـ إـرـشـادـاتـ روـحـيةـ وـمـعـنـوـيةـ تـدـعـوـ إـلـىـ التـوـكـلـ وـالـزـهـدـ وـالـقـنـاعـةـ وـالـتـقـوـىـ، وـتـرـكـ حـبـ الدـنـيـاـ الـذـيـ هـوـ رـأـسـ كـلـ خـطـيـةـ، وـنـبـذـ الـحـقـدـ وـالـحـسـدـ وـالـكـرـاهـيـةـ، وـطـرـدـ الـهـمـ الـذـيـ يـهـدـمـ الـحـيـاةـ وـيـجـعـلـ إـلـاـنـسـانـ يـعـيـشـ الـخـرـفـ وـالـقـلـقـ وـالـوـسـوـسـةـ «ـالـهـمـ نـصـفـ الـهـرـمـ»ـ أـدـرـكـناـ أـهـمـيـةـ أـقـوـالـ الـإـمـامـ الـتـيـ تـحـثـ إـلـاـنـسـانـ عـلـىـ النـسـامـيـ وـالـتـسـامـحـ وـالـعـيـشـ بـضـمـيرـ طـاهـرـ وـذـهـنـ مـرـتـاحـ كـيـ لـاـ يـقـعـ أـسـيـرـ الـأـمـرـاـضـ الـجـسـدـيـةـ الـمـؤـذـيـةـ الـتـيـ قـدـ تـكـلـفـ حـيـاتـهـ وـشـقـاءـ الـآـخـرـينـ.

وـماـ نـرـاهـ فـيـ عـصـرـنـاـ الـحـاضـرـ مـنـ أـمـرـاـضـ عـضـوـيـةـ كـثـيـرـةـ كـالـسـكـتـةـ الـقـلـبـيـةـ وـالـدـمـاـغـيـةـ، وـالـإـصـابـةـ بـمـرـضـ السـكـرـ، وـضـغـطـ الدـمـ، وـقـرـحةـ الـمـعـدـةـ، وـالـأـمـاءـ، وـأـمـرـاـضـ السـرـطـانـ الـمـخـتـلـفـ، وـأـمـرـاـضـ الدـمـ، وـالـقـلـقـ وـالـاـضـطـرـابـ الـنـفـسـيـ، وـالـأـرـقـ الشـدـيدـ، مـاـ هـيـ إـلـاـ إـفـراـزـاتـ طـبـيـعـيـةـ لـمـشاـكـلـ الـعـصـرـ الـتـيـ كـبـلـتـ إـلـاـنـسـانـ الـمـعـاصـرـ بـمـخـتـلـفـ الـأـمـرـاـضـ الـنـفـسـيـةـ. لـذـاـ يـجـبـ عـلـيـنـاـ أـنـ نـهـمـ بـهـذـاـ الـجـانـبـ الـحـيـويـ، وـنـتـبـعـ إـرـشـادـاتـ وـتـعـالـيمـ وـمـوـاعـظـ الـإـمـامـ عـلـيـهـ السـلـطـةـ، الـتـيـ دـأـبـتـ تـحـثـ إـلـاـنـسـانـ الـمـسـلـمـ عـلـىـ الـقـنـاعـةـ وـالـتـوـكـلـ وـالـإـيمـانـ الـمـطـلـقـ بـقـضـاءـ اللهـ وـقـدـرـهـ، وـتـرـكـ الرـكـضـ وـرـاءـ الـقـضـاـيـاـ الـمـادـيـةـ الـزـائـلـةـ، حـتـىـ تـصـبـحـ حـيـاتـنـاـ نـعـيمـ دـائـمـ تـظـلـلـهـاـ السـعـادـةـ وـيـتـخلـلـهـاـ الرـفـاهـ. وـبـالـعـكـسـ فـإـنـ تـرـكـ تـلـكـ الـإـرـشـادـاتـ وـعـدـمـ الـاـهـتـمـامـ بـهـاـ سـوـفـ يـؤـديـ بـنـاـ إـلـىـ الـوـقـوـعـ أـسـرـىـ تـلـكـ الـأـمـرـاـضـ الـتـيـ سـتـحـولـ حـيـاتـنـاـ إـلـىـ قـلـقـ دـائـمـ وـاـضـطـرـابـ مـحـكـمـ وـخـوـفـ مـتـواـصـلـ يـشـمـ الـحـاضـرـ وـالـمـسـتـقـبـلـ وـعـنـدـهـاـ تـصـبـحـ الـحـيـاةـ جـيـحـيـاـ لـاـ يـطـاقـ، وـتـؤـدـيـ إـلـىـ أـرـقـ لـاـ يـزـوـلـ إـلـاـ بـالـأـقـرـاصـ الـمـهـدـيـةـ، وـصـدـقـ الرـسـولـ الـكـرـيمـ عـنـدـمـاـ قـالـ:ـ (ـالـوـقـاـيـةـ خـيـرـ مـنـ الـعـلاـجـ)ـ.

## معجزات الـهـيـة

قال الإمام على عليه السلام :  
«أيُّها المَخْلُوقُ السَّوِيُّ وَالْمُنْشَأُ الْمَرْعَى فِي ظُلْمَاتِ الْأَرْحَامِ  
وَمُضَاعَقَاتِ الْأَسْتَارِ، بُدِّيَثَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طَيْبٍ، وَوُضِعَتْ فِي قَرَارٍ  
مَكِينٍ ، إِنْ قَدِيرٌ مَعْلُومٌ وَأَجَلٌ مَقْسُومٌ ، تَمُورُ فِي بَطْنِ إِمَّكَ جَنِينَاً ، لَا  
تُحِبِّرُ دُعَاءً وَلَا تَسْمَعُ نِداءً ، ثُمَّ أَخْرِجْتَ مِنْ مَقْرُوكِ إِنِّي دَارٌ لَمْ تَشَهِّدْهَا  
وَلَمْ تَعْرِفْ سُبْلَ مَنَافِعِهَا . فَمَنْ هَذَاكَ لِإِجْتِرَارِ الْفِدَاءِ مِنْ ثَدِي أَمْكَ ،  
وَعَرَفْتَكَ عِنْدِ الْحَاجَةِ مَوَاضِعَ طَلَّبِكَ وَإِرَادَتِكَ؟ هَيَّاهَا إِنَّ مَنْ يَعْجِزُ عَنْ  
صِفَاتِ ذِي الْهَيْثَةِ وَالْأَدْوَاتِ (أيِّ الْأَشْيَاءِ الْمَخْلُوقَةِ) فَهُوَ عَنْ صِفَاتِ  
خَالِقِهِ أَعْجَزُ ، وَمِنْ تَنَاؤِهِ بَحِدُودِ الْمَخْلُوقِينَ أَبَدًا»<sup>(١)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٥٧



## «أيـها المـخلوق السـوـي والمـنـشـاـ المـرـعـيـ»

يخاطب الإمام الإنسان ليلفت انتباـهـهـ إلى الرعاـيـةـ الإلهـيـةـ التي جعلـتـهـ في أـحـسـنـ تـقـوـيـمـ، مـتـكـامـلـ الـخـلـقـةـ وـالـصـفـاتـ، رـعـتـهـ العـنـيـةـ الـرـيـانـيـةـ بـدـقـةـ وإـبـدـاعـ، حتـىـ أـوـجـدـتـهـ عـلـىـ هـذـهـ الصـورـةـ الـحـسـنـةـ: «صـنـعـ اللـهـ الـذـيـ أـنـقـنـ كـلـ شـيـءـ»<sup>(١)</sup>.

إـنـ تـلـكـ الـخـلـقـةـ إـنـماـ تـمـتـ وـتـكـامـلـتـ بـارـادـةـ اللـهـ وـرـعـاـيـةـ، وـحـفـظـتـ منـ المـكـروـهـ بـقـدـرـتـهـ، حـيـثـ هـيـنـ لـهـ الأـسـبـابـ وـالـمـتـطـلـبـاتـ الـتـيـ تـدـيمـ الـحـيـاةـ وـتـبـعدـ الـأـضـرـارـ وـالـمـضـاعـفـاتـ «صـوـرـ اللـهـ الـجـنـينـ فـيـ الرـحـمـ حـيـثـ لـاـ تـرـاهـ عـيـنـ وـلـاـ تـنـالـهـ يـدـ، وـيـدـبـرـهـ حـتـىـ يـخـرـجـ سـوـيـاـ مـسـتـوـفـيـاـ جـمـيعـ مـاـ فـيـهـ، قـوـامـهـ وـصـلـاحـهـ مـنـ الـأـحـشـاءـ وـالـجـوـارـحـ وـالـعـوـافـلـ إـلـىـ مـاـ فـيـهـ تـرـكـيبـ أـعـضـائـهـ مـنـ الـعـظـامـ وـالـلـحـمـ وـالـشـحـمـ، وـالـعـصـبـ وـالـمـخـ وـالـعـرـوـقـ وـالـفـظـارـيفـ، فـاـذـاـ خـرـجـ إـلـىـ الـعـالـمـ تـرـاهـ كـيـفـ يـنـمـوـ بـجـمـيعـ أـعـضـائـهـ وـهـوـ ثـابـتـ عـلـىـ شـكـلـ وـهـيـةـ لـاـتـزـاـيدـ وـلـاـ تـنـقـصـ إـلـىـ أـنـ يـلـغـ أـشـدـهـ إـنـ مـدـ فـيـ عـمـرـهـ أـوـ يـسـتـوـفـيـ مـدـتـهـ قـبـلـ ذـلـكـ. هلـ هـذـاـ إـلـاـ مـنـ لـطـيفـ التـدـبـيرـ وـالـحـكـمةـ»<sup>(٢)</sup>.

## «فـيـ ظـلـمـاتـ الـأـرـاحـمـ وـمـضـاعـفـاتـ الـأـسـتـارـ»

الـجـنـينـ عـنـدـمـاـ يـنـمـوـ وـيـكـبـرـ وـيـتـحـرـكـ فـيـ بـطـنـ أـمـهـ يـكـونـ مـحـمـيـاـ وـمـحـجـوـيـاـ بـأـسـتـارـ وـظـلـمـاتـ تـقـيـهـ شـرـ الـصـدـمـاتـ وـالـمـؤـذـيـاتـ؛ سـوـاءـ كـانـتـ دـاخـلـيـةـ أـوـ خـارـجـيـةـ، وـالـظـلـمـاتـ الـثـلـاثـ هـيـ:

(١) سورة النمل ، الآية : ٨٨ .

(٢) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٥٨ .

- ١ - ظلمة البطن .
- ٢ - ظلمة الرحم .

٣ - ظلمة المشيمة والسائل الأمينوسي المحبيط بالجنين .  
والجنين في تلك الحالة لا يعلم شيئاً ولا يستطيع دفع الأذى عن نفسه ، مغمض العينين ، غذاءه من دم أمه ، لا يستطيع الكلام ليقول ما يريد ، ولا يفهم السؤال ليرد على ما يطلب منه .

### **أَبْدَلْتَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ**

خلق الله آدم عَلَيْهِ الْكِفَافُ من الطين : **«الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانَ مِنْ طِينٍ»**<sup>(١)</sup> .

الإنسان ينمو ويكبر سواء كان ذكراً أم أنثى ، من خلال تناوله الأغذية المتنوعة التي تجود بها أرض الله ، وعند البلوغ يصبح الرجل قادرًا على إنتاج الحيامن المتنوعة من البيضتين ، والمرأة تبدأ إنتاج البيوض من المبايض ، وكلا الانتاجين جاءا من الأرض ، أو خلاصة الطين التي قدمت لنا أنواع الأطعمة والفاكه بما فيها لحوم الحيوانات التي عاشت على ما قدمته الأرض من أعشاب وحشائش ، وخلاصة الأمر : أن الإنسان خلق من الطين وما يحويه ، والأجدر به التواضع والزهد ، لا التكبر والتفاخر والتعالى ، لأنّ الأصل واحد : **«مِنْهَا خَلَقْنَاكُمْ وَفِيهَا نُعِيدُكُمْ وَمِنْهَا نُخْرِجُكُمْ تَارَةً أُخْرَى»**<sup>(٢)</sup> .

(١) سورة السجدة ، الآية : ٧ .

(٢) سورة طه ، الآية : ٥٥ .

## «وَوُضِعَتْ فِي قَرَارِ مَكِينٍ»

بعد أن يتم التقاء الحَيْمِن بالبيضة يتم التلقيع، حيث يبدأ الجنين بالتكوين من خلال استقراره في باطن الرحم المهيأ لاحتضان البيضة الملقة من خلال الهرمونات التي يفرزها المبيض والغدة النخامية والمشيمة حين تكاملها؛ وعندما يبدأ غشاء الرحم بالنمو والتضخم ليكون العش الأحسن الملائم والمستعد لاحتضان البيضة الملقة وحتى نموها إلى جنين متكامل يبلغ وزنه عدة كيلو غرامات. هذه الرحم الفاقدة للإعصاب الحسية الخاصة بالألم والضغط تنمو وتكبر وتمدد مع نمو الجنين حتى يبلغ حجمها آلاف المرات حجمها الأصلي، وبذلك تسمع للجنين بالنمو والحركة بحرية وأمان.

خلال فترة النمو تقوم المشيمة بتزويد الجنين بالغذاء اللازم الذي يأتي إليها من دم الأم عبر العجل السري.

أما السائل الأمينوسي الذي يحيط بالجنين، فهو سائل خاص خلقة الله كي يسمع للجنين بحرية الحركة، ويمنع تأثير تقلصات الرحم على الجنين، كما ويفي الجنين من تأثيرات الصدمات الخارجية التي قد تتعرض لها الأم أثناء فترة الحمل. هذا من الداخل، أما من الخارج: فتواجهنا الأربطة المتعددة التي تمتد من أجزاء الرحم المختلفة لترتبط مع عضلات وعظام الحوض، هذه الأربطة لها عدة وظائف:

- ١ - حمل الرحم.
- ٢ - المحافظة على وضعية الرحم الملائمة للحمل والنمو والولادة.
- ٣ - تمنع الرحم من الانقلاب إلى الخلف أو الأمام أو الهبوط إلى

الأسفل عندما يزداد وزنها وحجمها آلاف المرات .

الأربطة تتالف من الرباطين المدورين ، والرباطين العريضين ، وأربطة العنق ، الأمامية والخلفية والرباطين الرحميين العجزيين .

بعد الأربطة يأتي دور عظام الحوض التي تحيط بالرحم من كافة الجهات ؛ وقد خلقها الله ووضعها بصورة جميلة تلائم قوام المرأة وجمالها ؛ وكما تسمح بنمو الرحم إلى الأعلى ، وتعتبر الركن الأساسي في الحفاظ على الرحم والجنين من الأخطار الخارجية التي قد تواجه الأم أثناء الحمل .

تألف عظام الحوض من :

١ - عظم العجز والعصعص من الخلف .

٢ - العظمين الحرقفيين من الجانبيين .

٣ - عظمي العانة من الأمام .

تحاط عظام الحوض بعضلات قوية مختلفة الأطوال والأشكال

تشكل مع عظام الحوض درعاً قوياً يحمي الرحم ومحتوياته ؛ وبهذه التركيبة الهندسية الألهية المحكمة صار الجنين يتمتع بالحماية الكافية (قرار مكين) .

### «إلى قدر معلوم وأجل مقصوم»

يقدر أطباء النسائية والتوليد مدة الحمل الطبيعي بـ (٢٧٠) يوماً منذ

تلقيح البيضة حتى خروج الجنين من بطن الأم مع زيادة ونقصان أيام أو أسابيع ؛ ولم يعرف العلماء بالضبط العوامل المحركة لعملية الولادة ، التي

تبدأ بالآلام خفيفة ثم تزداد مع زيادة دفعات الطلق التي تعاني منها الحامل؛ الأطباء يفترضون فرضيات ميكانيكية وهرمونية لها دور فعال في عملية شروع الولادة؛ وفي كل الأحوال تخضع تلك العوامل للإرادة الربانية التي ترعى الأم والطفل حيث تشرع الولادة بتنقلصات دورية للرحم؛ تكون خفيفة في البداية ويفواصل متباينة، ثم تزداد التقلصات وتقترب مدتها مع ازدياد الآلام، حيث يشتد المخاض وتحصل الولادة. وهذا هو القدر المعلوم الذي أشار إليه الإمام علي عليه السلام، إذا سارت الأمور على ما يرام، ولكن قد يحدث ما لم يكن بالحسبان، حين تتعرض الأم والجنين إلى أمراض وصدمات تؤدي إلى ولادة مبكرة قبل موعدها المقرر بأيام أو أشهر؛ يتولد خلالها جنين غير متكامل النمو يسمى بالخديج، أو قد تحدث عملية إسقاط في الأشهر الأولى، وتؤدي إلى موت الجنين (وأجل مقسم).

### **«تمُّورٌ في بطنِ إمْكَ جنيناً، لا تُحِيرُ دُعاءً ولا تَسْمَعُ نِداءً»**

في بداية الشهر الرابع من الحمل، يصبح الجنين متكامل الخلقة ويبدأ بالحركة حالما تم عملية اتصال الجهاز العصبي بالعضلات وأجهزة الجسم الأخرى؛ وتشعر الأم بحركة جنينها في نهاية هذا الشهر. أما في الشهر الخامس وما بعده فيبدأ الجنين بالحركة والسباحة في السائل الأميني داخلاً الرحم؛ فينقلب يسراً ويميناً وأعلى وأسفل، لكنه مغمض العينين، لا يستطيع الكلام أو ارجاع الجواب حين النداء والسؤال، لعدم قدرته على الفهم والنطق، ولو وجوده داخل ظلمات ثلث تجعله بعيداً عن مؤثرات العالم الخارجي.

﴿ثُمَّ أَخْرِجْتَ مِنْ مَقْرَبِكَ إِلَى دَارِ  
لَمْ تَشَهِّدَا وَلَمْ تَعْرِفْ سُبْلَ مَنَافِعِهَا﴾

الإمام عليه السلام في هذه الفقرة من كلامه المبارك يقول : أخرجت ، ولم يقل خَرَجْتَ ، أي أَنَّكَ أَيْهَا الْمُخْلوقَ لَمْ تَخْرُجْ بِإِرادَتِكَ ، وَإِنَّمَا أَخْرَجْتَكَ الإِرَادَةُ الْأَلِهَيَّةُ الْحَكِيمَةُ الَّتِي رَعَتْكَ حَتَّى اكْمَلَتْ أَعْصَافَكَ وَأَصْبَحَتْ قَادِرًا عَلَى مَوَاجِهَةِ الْحَيَاةِ الْجَدِيدَةِ « حتَّى إِذَا كَمَلَ خَلْقَهُ ، وَاسْتَحْكَمَ بَدْنَهُ ، وَقَوَى أَدِيمَهُ عَلَى مَبَاشِرَةِ الْهَوَاءِ ، وَبَصَرَهُ عَلَى مَلَاقَةِ الضَّيَاءِ ، هَاجَ الطَّلَقُ بِأَمَّهِ فَأَزْعَجَهُ أَشَدَّ الْإِزْعَاجِ وَأَعْنَفَهُ حَتَّى يُولَدُ ، فَإِذَا وَلَدَ صَرَفَ ذَلِكَ الدَّمُ الَّذِي كَانَ يَغْذِيهِ مِنْ دَمِ أَمَّهِ إِلَى ثَدِيهَا ، وَانْقَلَبَ الطَّعْمُ وَاللَّوْنُ إِلَى ضَرَبٍ آخَرَ مِنَ الْغَذَاءِ ، وَهُوَ أَشَدُ موافِقةً لِلْمُولُودِ مِنَ الدَّمِ ، فَيَوَافِيهِ فِي وَقْتِ حَاجَتِهِ إِلَيْهِ »<sup>(١)</sup>.

الْحَيَاةُ الْجَدِيدَةُ (حَيَاةُ الدُّنْيَا) لَمْ يَتَصَوَّرْهَا الْجَنِينُ حِيثُ الرُّغْدُ وَالرَّاحَةُ وَالدَّفَءُ وَالحَنَانُ وَالْأَمَانُ وَالْغَذَاءُ السَّهْلُ وَالْدَّانِمُ وَهُوَ قَابِعٌ فِي بَطْنِ إِمَّهِ . دُنْيَا تَتَطَلَّبُ مِنْهُ الْحُرْكَةُ وَالْجَهَدُ ، وَتَطْلُبُ الْغَذَاءَ وَالعِنَاءَ وَالْحَمَاءَ وَالتَّنْظِيفَ ، وَمَوَاجِهَةُ الْمُشَاكِلِ وَالْأَخْطَارِ وَالْأَمْرَاضِ . دُنْيَا يَعِيشُ فِيهَا الْطَّفَلُ وَهُوَ حِيرَانٌ وَلَهَانٌ ، يَتَعَرَّضُ فِيهَا كُلُّ سَاعَةٍ لِلنُّورِ وَالْأَصْوَاتِ وَالضَّوْضَاءِ ، وَتَقْلِيبَاتُ الْجَوِّ ، وَتَطْلُبُ الْغَذَاءِ الَّذِي يَجْبَرُهُ عَلَى الصِّرَاطِ عَنْدِ حَاجَتِهِ إِلَيْهِ ؛ وَإِذَا أُصْبِبَ بِمَرْضٍ مَا فَلَا يَعْرِفُ إِلَّا البَكَاءَ وَدُمُّ النَّوْمِ ، وَتَحْرِيكُ الْيَدَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ ، بِطَرِيقَةٍ يَعْبُرُ فِيهَا عَنْ آلَامِهِ وَمَشَاعِرِهِ فِي مَوَاجِهَةِ تِلْكَ الْحَالَاتِ .

---

(١) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٤٨.

**«فَمَنْ هَدَاكَ لاجتِرَارِ الْغَذَاءِ مِنْ ثَدِي أُمَّكَ  
وَعَرَفَكَ عِنْدَ الْحَاجَةِ مَوَاضِعَ طَبَّلَكَ وَإِرَادَتَكَ؟»**

سؤال فلسفى ومنطقى يوجهه الإمام للفت أفكارنا وعقولنا إلى الإلهام الإلهى الذى هدى الرضيع إلى امتصاص الحليب من ثدي أمه؛ وكيف أن الثدي زود بحلمة بارزة مطاطية التكوين سهلة الجذب، تكفل للطفل الرضيع مص الحليب بسهولة وبساطة (ذكرنا في كتابينا: القرآن والطب الحديث، والستة النبوية والطب الحديث تفاصيل فوائد الرضاعة الطبيعية وكيفية نزول الحليب) «وَحِينَ يُولَدُ الطَّفَلُ يَتَلَمَّظُ وَيَحرِكُ شَفَتِيهِ طَلَباً لِلرَّضَاعَ، فَيَجِدُ ثَدِيَ أُمِّهِ كَالْأَدَواتِيَنِ الْمُعلَقَتِينَ لِحَاجَتِهِ فَلَا يَزالُ يَتَغَذَّى بِاللَّبَنِ مَا دَامَ رَطْبَ الْبَدْنِ، رَقِيقَ الْأَمْعَاءِ لِيْسَ الْأَعْضَاءُ؛ حَتَّى إِذَا تَحرَكَ وَاحْتَاجَ إِلَى غَذَاءٍ فِيهِ صَلَابَةٌ لِيَشْتَدُّ وَيَقوِيَّ بِدْنَهُ طَلَعَتْ لَهُ الطَّواحنُ مِنَ الْأَسْنَانِ وَالْأَضْرَاسِ؛ لِيمَضِعُ بَهَا الطَّعَامُ فَلَيْلَيْنَ عَلَيْهِ وَيَسْهُلُ لَهُ إِسَاغَتَهُ فَلَا يَزالُ كَذَلِكَ حَتَّى يَدْرِكَ»<sup>(١)</sup>

وقد توصل العلماء في عصرنا الحاضر إلى أن الطفل إضافة إلى العناية الإلهية التي توجهه نحو ثدي أمه إلى وجود مادة كيميائية خاصة تجذب الطفل نحو حلمة ثدي أمه؛ فيبدأ بالتقاطها ومصها، وحينها تلعب الإعصاب والهرمونات دورها في جمع ودفع الحليب نحو فم الطفل الذي يستمر بالرضاعة حتى الأرتواء.

إن عملية الرضاعة هي عملية تربوية ونفسية تم بين الأم والرضيع ضمن الرعاية الإلهية التي أحكمت التدبير؛ فعند الجوع تتحرك المعدة

---

(١) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام ص ٤٨.

ويبدأ الطفل بالصرخ وتحريك الشفاه طالباً الرضاعة من صدر أمه؛ ولو لا تلك المحفزات والمحركات الهرمونية والعضلية عند الأم والطفل لما تمت الرضاعة وَعُرِفت حاجة الرضيع إلى حليب أمه.

**«مَهِيَّاتٌ إِنَّ مَنْ يَعْجَزُ عَنْ صَفَاتِ ذِي الْهَبَّةِ وَالْأَدَوَاتِ فَهُوَ عَنْ صَفَاتِ خَالِقِهِ أَعْجَزٌ وَمَنْ تَنَوَّلَهُ بَعْدَ حَدُودِ الْمُخْلُوقِينَ أَبْعَدٌ»**

إن الكلمات الإعجازية الواردة في خطاب الإمام تدل على أن الإنسان مخلوق أتقن الله صنعه؛ فلا يدرك كنهه وحقيقةه إلا العلماء العارفون المؤمنون، والحديث القدسى يشير إلى ذلك: «من عرف نفسه عرف ربه». إن عظمة تكوين الإنسان وخلقته تدل بلا شك على عظمة الخالق، وعلى العكس فمن لم يعرف حقيقة نفسه فهو بلا ريب عن معرفة حقيقة خالقه أعجز، وعن معرفة ما يحيط به من كائنات ومخلوقات أبعد، وصدق أمير المؤمنين حين قال: «أَمْ هَذَا الَّذِي أَنْشَأَ فِي ظُلُمَاتِ الْإِرَاحَمِ، وَشَغَّفَ الْأَسْتَارَ، نَطْفَةً دَهَاقَّاً، وَعَلْقَةً مَحَاقَّاً وَجَنِينَا وَرَاضِيَّاً، وَوَلَيْدَा وَيَافِيَّا، ثُمَّ مَنَحَهُ قَلْبًا حَافِظًا، وَلِسَانًا لَافِظًا، وَبَصَرًا لَاحِظًا، لِيَفْهَمَ مَعْتَبِرًا وَيَقْصُرَ مَزَدِّحًا»<sup>(١)</sup>.

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٢٦٩.

## الْهَمُ وَالْكَابَةُ

قال الإمام على عليه السلام :

«وَاللَّهُمَّ نِصْفُ الْهَرَمِ»<sup>(١)</sup>

إِطْرَاحُ عَنْكَ وَارِدَاتُ الْهَمُومِ بِعِزَائِمِ الصَّبْرِ وَحَسْنِ  
الْبَيْنِ»<sup>(٢)</sup>.

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٤١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٣٢٤ .



الهم والغم والحزن والكآبة أعراض مرضية تبلورت في الإنسان منذ قديم الزمان؛ ولازمته مع انفعالاته وقلقه واضطرابه المترافق مع المشاكل العائلية والاجتماعية والمالية. عالمنا الحاضر الذي يعيش بأنواع المشاكل التي لا حصر لها، صار يزخر بعاليين الأفراد الذين يعانون الوبيلات من كابوس الأمراض النفسية بمختلف أنواعها وأسمانها؛ بما فيها مرض الكآبة الذي أحكم بطريقه على رقاب الكثير من الناس، بسبب الأحداث البينية والضغوط النفسية الخانقة، حتى صارت الكآبة مشكلة إجتماعية وطبية يحاسب لها الحساب في العديد من الدول بالأخص الدول الصناعية؛ حيث تكثر مشاكل العمل، وغلاء المعيشة، وتفكك الأسرة، والحداد والحسد، فأصبحت روحية الإنسان المعاصر متدينة، وصار أسير الهموم والأمراض.

الإمام علي عليه السلام حذر من الواقع في فخ الدنيا وهمومها، التي لا ينجم عنها إلا الإصابة بالأمراض المختلفة، خصوصاً الروحية منها، وما يتبع ذلك من أحزان وآسي نتيجة ضعف الجسم وانهيار مقاومته الداخلية والخارجية، وما يرافقه من انحطاط للقوى وتغير المظاهر، حتى يبدو الإنسان المهموم بصورة شيخ هرم وهو لم يبلغ الخمسين.

الإمام لخص الأعراض والمظاهر بجملة رائعة: «الهم نصف الهرم» ولم يكتف بذلك، بل طرح ووضع الحل النفسي الناجح والناجع حين قال: «إطرح عنك واردات الهموم بعزم الصبر وحسن اليقين» وهذا ما أيده وأكد عليه علماء النفس في الوقت الحاضر.

الإمام وهو يشخص العلاج اللازم أكد على الإيمان والصبر والشكر وحسن الفتن واليقين بالله وبالناس. الإيمان هو الوسيلة الوحيدة والناجحة

التي يستطيع الإنسان من خلالها التغلب على الوساوس والأمراض ، كي يعيش الحياة بلطافتها وسعادتها كبقية البشر .

ولتبين الصورة الواقعية لمرض الكآبة ، لا بد لنا من تعريف القارئ الكريم بحقيقة وأسباب وأعراض وتشخيص هذا الداء الوهيل ؛ الذي فتك ولا يزال يفتك بملائين البشر الذين صاروا ضحية يوسف عليها ، لصعوبة العلاج وعدم التشخيص المبكر .

### أنواع الهموم :

- ١ - هم بسبب الذنوب ومعصية الله .
- ٢ - هم بسبب الحسد .
- ٣ - هم بسبب الخوف .
- ٤ - هم بسبب البخل .
- ٥ - هم بسبب الأمراض خصوصاً المزمنة .
- ٦ - هم بسبب الفقر .
- ٧ - هم بسبب تقدم السن والشيخوخة .
- ٨ - هم بسبب مخالفة القانون .
- ٩ - هم بسبب الخوف من الموت والبرزخ .
- ١٠ - هم بسبب حساب يوم القيمة .
- ١١ - هم بسبب سوء السلوك .
- ١٢ - هم بسبب عدم الإنجاب .
- ١٣ - هم بسبب الزوجة الغير صالحة .
- ١٤ - هم بسبب الخلافات السياسية .

- ١٥ - هم بسبب الحروب .
- ١٦ - هم بسبب التقلبات التجارية والمالية .
- ١٧ - هم بسبب قيادة المنظر .
- ١٨ - هم بسبب الغش والتحايل .
- ١٩ - هم بسبب فقد الأحبة والأصدقاء .
- ٢٠ - هم بسبب عدم النجاح في الدراسة .
- ٢١ - هم بسبب الغربة .
- ٢٢ - هم بسبب السجن لمدة طويلة .

### الهم أو الكآبة<sup>(١)</sup>

القلق والهم مفتاح الكآبة ، والكآبة ربيبة القلق ، وكلهما انفعالات وجاذبية تجاه الشدائد النفسية والصراعات المختلفة . والاكتتاب استجابة تتميز بعنصرتين : الشعور بالبؤس ، والشعور بالتوزع والعجز . فالمكتب حزين ذو مزاج سوداوي ، عديم الرضا ، ضيق الصدر ، يائس عاجز ، لا يكترث بالحوادث أو نتائجها ، ويتملّكه شعور بالإعياء أو عدم القدرة على إنجاز عمل أو مهمة ، وبالتوزع والانحدار في الثقة بالنفس .

الاكتتاب يمكن أن يتبع عن ظروف نفسية متعددة ويطلق عليه :

الاكتتاب الانفعالي والاكتتاب النفسي ، إشارة إلى مسبباته النفسية الخارجية .

أما الاكتتاب الذهاني فيتّبع بصورة آنية بسبب تكويني واستعداد ذاتي .

(١) بتصرف من كتاب : أصول الطب النفسي للدكتور فخرى الدباغ .

## الأسباب :

تمتد جذور الاكتئاب الانفعالي إلى الاضطراب العصبي العام ، ولذلك سمي أيضاً بالاكتئاب العصبي ، واسبابه كما يلى :

١ - العوامل الحادة من أزمات ومجاجنات ، فقد الأحبة أو مرض الأعزاء .

٢ - الظروف النفسية المزمنة التي تجتمع في ذلك المريض وتعرضه إلى اليأس والحزن ، وأخطر هذه الظروف : الأحوال المالية المتدهورة واحتمال الإفلاس ، الأمراض المزمنة لأحد أفراد العائلة ، سوء التفاهم والعراك الزوجي ، عدم الانسجام في العمل والوظيفة ، الفشل المعنوي والأدبي ، وأخيراً الفشل في الحياة الجنسية .

٣ - التعرض لمرض جسمى مزمن ومنهك للقوى ، مما يدفع بالمصاب إلى التفكير بالنتائج السيئة وباحتمال الموت وإلى القنوط فالاكتئاب ، مثل التدرن ، والسرطان ، وأمراض القلب ، وفقر الدم الشديد ، واضطرابات الغدة الدرقية .

٤ - العوامل الوراثية والاستعداد التكويني للكآبة وهي عوامل أقل تأثيراً وقوة من العوامل الخارجية والنفسية . إن نسبة الاصابة بين السكان هي ٤ ، ٠ % . أما أقارب المصاب بالكآبة فيكون احتمال إصابتهم بالكآبة أكثر من ذلك .

٥ - الحزن : عندما يفقد الإنسان شيئاً عزيزاً وحبيباً إليه يحزن عليه ويغضب منه لتركه إياه وحيداً أو أعزلاً . فكان الفرد يلوم قيده ويكرهه لما فعل به ، ولكنه لا يستطيع التصریع بهذا الكره والعداء لحبيبه ، فينتج عن

ذلك لوم وتوبیخ للذات التي تماضت في كره الفقید وهذا هو عین الأکثاب الذي يعتبر تعذیباً ومقاساة للنفس .

٦ - وفي نظر الفلسفة الوجودية : أن الكاہہ موقف وجودی يدل على الشعور بتوقف الزمن الذاتي ، ولعل هذا التفسیر الوجودی يوضح أيضاً مدى التغير الذاتي تجاه الشعور بالوقت والزمن عند المكتثبين ، كما أفصحوا عنه بعد شفائهم .

### الأعراض :

- ١ - شعور بالحزن والقنوط والعجز واليأس والشقاء .
- ٢ - شعور بفقد الثقة بالنفس وعدم القدرة على إنجاز الواجبات .
- ٣ - شعور بالخوف والرهبة من عالم ظالم أو دنيا معادية لا ترحم .
- ٤ - شعور بالضيق وعدم تحمل الشدائد والمشاكل والضوضاء والناس .
- ٥ - إضطراب في النوم وخاصة في الساعات الأولى من الليل عند ما يواجه المصاب صعوبة في ابتداء الرقاد؛ وقد تخلل النوم أحلام مزعجة ، ثم تكون الساعات الأخيرة من الليل هادئة ومرحة .
- ٦ - صداع يشمل عامة الرأس ، وتوتر في الرأس والرقبة ، مع أحاسيس مختلفة بالدوار أو الوشوشة أو الغثيان .
- ٧ - صعوبة في التركيز .
- ٨ - يجد المصاب راحة وعزاءً إذا تواجد بين أصدقاء أو معارف ير فهو عنده أو ينغمس معهم في أحاديث جانبية تلهيه عن معاناته ، فإذا انفرد لوحده عاودته الأعراض من جديد .

٩ - يكون المصاب في أسعد أوقاته عند بداية النهار ، ثم يزداد ضيقه وترتفع كأبطة بتقدم النهار ، بحيث يصل إلى الحد الأعلى من الضيق والضجر في المساء .

١٠ - لا يفقد المريض الوزن بالرغم من إضطراب الشهية ، وربما يزداد وزنه وتحسن شهيه إلى الأكل من خلال عملية التعويض اللاشعورية .

### **التشخيص :**

إن وجود عاطفة المؤس والحزن والتوعك والنفور من مباحث الحياة بالإضافة إلى مظهر المريض الكثيف أو تصريحه بتفاهة الحياة وميله للموت تعتبر من الدلائل الأساسية لتشخيص الكآبة . وقد لا تجدي محاولة التفريق بين الكآبة الانفعالية والذهانية شيئاً . وقد وضع العالم النفسي ياسبرز ثلاثة شروط لتشخيص الكآبة الإنفعالية الخالصة هي :

١ - أن يكون محتوى الكآبة متماشياً ومتعلقاً بالتجربة النفسية التي مر بها المريض .

٢ - إن الكآبة لم تكن لتحدث بدون تلك التجربة أو الحادثة .

٣ - إن أعراض الكآبة تختفي وتزول بزوال الأسباب .

### **التشخيص التفريقي :**

قد تحدث أعراض الكآبة كجزء من أمراض عقلية أخرى ، وعندئذ يجب معرفة المرض الأصلي وعدم التسرع في اعتباره كآبة خالصة وهي :

١ - بداية خرف الشيخوخة .

- ٢ - التهاب الدماغ الزهري .
- ٣ - تصلب الشرايين الدماغية .
- ٤ - دور النقاهة في الحميات الفيروسية والأنفلونزا والتيفوئيد .

### العلاج :

إن العلاج النفسي والإجتماعي والطبي ضروري في جميع حالات الكآبة الإنفعالية ، أما نوعية العلاجات العضوية من أدوية وغيرها فتتوقف على شدة المرض .

### ١ - العلاج بالعقاقير طاردة الكآبة :

الأدوية الحديثة المضادة للكآبة قد طورت العلاج كثيراً وحلت محل العلاج بالصدمة الكهربائية في كثير من الحالات . إن بعض مستحضرات مضادات الكآبة تفيد في الكآبة الإنفعالية أكثر من الذهانية ، والعكس بالعكس . ومن أهم الأدوية المفيدة :

- أ - مجموعة مضادة مونوأمين أوكسيديز .
- ب - مجموعة العقاقير الملطفة والمهدنة التي تؤثر في أعراض القلق والإثارة والضيق .
- ج - مجموعة مضادات الكآبة الثلاثية الحلقات ، مثل أقراص تربيزول .

- د - العقاقير المضادة الحديثة مثل كبسول فلوكتين .
- هـ - يمكن إضافة العقاقير المنومة لجعل النوم هادئاً ومرি�حاً .
- و - حالات الكآبة البسيطة ، مثل التوعك والحزن البسيط يمكن

معالجتها بجموعة محفزات الجهاز العصبي المركزي (الامفيتامين والريتالين) .

## ٢ - العلاج النفسي :

وحيث ان المسببات الخارجية والنفسية تعتبر العامل الأساسي في الكآبة العصبية فإن نوع العلاج النفسي (السطحى ، والإيحانى ، والأسترخائي ، والجماعي) يمكن أن تكشف للمريض عن بواطن إفعالاته واسباب استجابته الاكتابية ثم كيفية التغلب عليها وحلها ، وبالتالي وترميم وتعديل الاتجاه والمعاملات الحياتية العامة والعائلية والشخصية يمكن التوصل إلى نوع من الحلول والاستقرار النفسي .

## ٣ - العلاج الاجتماعي :

بدراسة أحوال المريض الاجتماعية والاقتصادية والثقافية يمكن تشخيص مواطن الضعف والقوة التي تكمل علاجاتنا العضوية والنفسية ، وبمساعدة البحث الاجتماعي النفسي يمكن نصح المريض وتسهيل السبل أمامه ، للتكيف من جديد تجاه الظروف الجديدة التي سيواجهها .

## ٤ - العلاج بالصدمة الكهربائية .

وهي احدى العلاجات العضوية التي يمكن أن تلجأ إليها عندما تكون حالة الكآبة شديدة ومصحوبة بميل إنتحارية أو بمحاولات إنتحارية فعلية ؛ وعندئذ تكون الصدمة الكهربائية أسرع مفعولاً من العقاقير . ويمكن إعطاء العقاقير المضادة للكآبة مع العلاج الكهربائي ، مع ملاحظة دقة للمريض

خوفاً من ارتفاع ضغط الدم أو حدوث مضاعفات . إن الصدمة الكهربائية لا تفيـد الكـابة الانفعـالية قـدر فـائدتها المـمتازـة فيـ الكـابة الـذهـانـية . وـنـلـجـأـ إلىـ العـلاـجـ الـكـهـرـبـائـيـ عـنـدـماـ تـفـشـلـ العـقـاقـيرـ فيـ إـحـدـاثـ نـتـيـجـةـ مـرـضـيـةـ ،ـ وـيـعـطـىـ المـرـبـضـ مـنـ ٦ـ -ـ ٨ـ صـدـمـاتـ بـمـعـدـلـ مـرـتـينـ بـالـأـسـبـوعـ .



جامعة البحرين

## الأمل

قال الإمام علي عليه السلام:

«من أطالَ الأَمْلَ ، أَسَأَ الْعَمَلَ»<sup>(١)</sup>

«لا تكن ممن يرجو الآخرة بغير حَمْلٍ ، وَيَرْجُو التَّوْبَةَ بِطَوْلِ  
الْأَمْلِ»<sup>(٢)</sup>.

«وَأَعْلَمُوا أَنَّ الْأَمْلَ يَسْهِي الْعَقْلَ ، وَيَنْسِي الذَّكْرَ ، فَأَكِذِّبُوا الْأَمْلَ ،  
فَإِنَّهُ غَرُورٌ ، وَصَاحِبُهُ مَغْرُورٌ»<sup>(٣)</sup>.

«أَيُّهَا النَّاسُ : إِنَّ أَخْوَافَ مَا أَخَافَ عَلَيْكُمْ اثْنَانٌ : اتَّبَاعُ الْهَوَى  
وَطَوْلُ الْأَمْلِ ، فَأَمَّا اتَّبَاعُ الْهَوَى فَيَصُدُّ عَنِ الْحُقْقَى ، وَأَمَّا طَوْلُ الْأَمْلِ  
فَيَنْسِي الْآخِرَةَ»<sup>(٤)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٨ ص ١٥٥.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٨ ص ٣٥٦.

(٣) شرح نهج البلاغة ج ٦ ص ٣٥٤.

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ٢ ص ٣١٨.



## الأمل

هو إصطلاح يرمز إلى الإتجاه العاطفي الذي تسمية الأغلبية : الرغبة في الحصول أو تحقيق هدف ما أو أمنية خاصة .

يتولد الأمل لدى الإنسان بوجود فكرة أو تخيلات مستحوذة على الفكر بأنّ الفكرة أو الرغبة سوف تتحقق ؛ مما يشعر الإنسان بنوع من الشوق والمتنة والتمسك بتلك الأفكار والعواطف الخيالية .

يعتبر علماء النفس الأمل : عبارة عن عاطفة مشتقة من غريزة حب التملك أو حب السيطرة .

إنّ حالة الأمل التي تسيطر على تفكير بعض الناس من دون القيام بأي مجهود أو عمل مثمر ، هي حالة سلبية خاطئة ، لأنّها تتماشى مع الخضوع للخيالات والأوهام التي لا يمكن لها أن تتحقق بدون أرضية قوية وعمل ذهني وبحذر الأطباء من هذه الحالة ، ويعتبرون السير وراء الأوهام والتعلق بالأمال وترك العنان لها لكي تسيطر على الفكر والأحساس البشري حالة مرضية مزمنة ؛ يصبح فيها الشخص المصاب يخلط بين الواقع والخيال ، حتى يشعر بصورة لا إرادية أنه صار يمتلك الشيء (الأمل) الذي ليس له وجود واقعي وإنما هو جزء من التخيلات التي ركب في سفيتها وطاف على مائتها . لذلك حذر الإمام من تلك الأمال الزائفة ، التي تقود الإنسان تدريجياً للوقوع في أحضان المرض والمصائب ، فيقول : «لا تكن من يرجو الآخرة بغير عمل ، ويرجى التوبة بطول الأمل ، يقول في الدنيا قول الزاهدين ويعمل فيها عمل الراغبين ، إن أعطي منها لم يشبع وإن منع منها لم يقنع ، يعجز عن شكر ما أوتى ويبغي الزيادة فيما يقني » .

إن الأشخاص الذين يعتمدون في حياتهم وعملهم على الأمل الزائف ، يقعون بسرعة في مزالق الدنيا الكثيرة ، ويسيئون إلى أنفسهم وعوائلهم ومجتمعهم من حيث يشعرون أو لا يشعرون ؛ لأن الآمال والطموحات التي تخيلوها ، قد تجرهم إلى ارتكاب المعاصي والذنوب والجرائم والوقوع في أحضان الشيطان ، لذا أكد الإمام علي عليهما السلام بكلمات علمية بلية بأنّ : «من أطال الأمل أساء العمل» .

إن الدراسات النفسية أثبتت أن إطالة الأمل والانتظار الغير مجيدي ، والتحليل في عالم الأماني والخيالات ، سيفسد حياة الإنسان و يجعل منه شخص متلاعس عن أداء الواجبات والعمل ؛ لأنّه ثانية بين خياله وحقيقة ، إنسان لا يميز بين ما يراه في الواقع وما يحلم به في الخيال ، إنسان لا يفرق بين الحق والباطل ، بين اليقين والهوى ، بين الإيمان والكفر ، لهذا وقف الإمام بحزم ضد تلك الأوهام والأمال الباطلة ، التي تقود نحو الدمار والهاوية : «أيها الناس إنّ أخوف ما أخاف عليكم إثنان : إتباع الهوى وطول الأمل ، فاما اتباع الهوى فيصدّ عن الحق وأما طول الأمل فيensi الآخرة» .

إن التعلق بالأمل والتمسك بأوهامه لا ينسى الإنسان نفسه والمحبيط الذي يعيش فيه بل قد ينسيه آخرته ؛ وهي حالة نفسية صعبة وخطيرة ، قد تقود الإنسان إلى نسيان ذكر الله وسطورته ، وارتكاب المعاصي والمحرمات التي نهى الله عنها ، لكنّي يصل الإنسان نحو الاستقامة والكمال الذاتي الذي يقود في النهاية إلى السعادة وخير الدنيا والآخرة .

الأمل الكاذب بكلّة أنواعه ومسبباته ومبرراته ، يجعل الإنسان ينسى واقعه الذي يعيش فيه ، فينسى بالتدرج الدين والدنيا والآخرة واليقين ، حتى يقع في أحضان الغرور وما يتربّ عليه من آثار سيئة محطمة لحياة

وعقيدة الإنسان ، لذلك نرى الإمام يقول : «أعلموا أن الأمل يسهي العقل ، وينسي الذكر ، فأكذبوا الأمل فإنه غرور ، وصاحبـه مغـرـور» .

لذا يتوجب على الإنسان الملزـم بالعقـيدة والـدين والـمؤـمن بـقضاء الله وقدره ، العـالم عنـ يـقـين بـأن الله هو الرـزـاق ذـو القـوة المـتـين ، والـذـي يـرـزـق ما يـشـاء بـغـير حـساب ، أـن لـا يـنـقـاد لـلـأـمـال وـمـغـرـيات الشـيـطـان ، التـي تـجـرـه إـلـى الـفـلـة وـالـفـسـيـاع ، وـسـلـوكـ المـتـاهـاتـ الـخـاوـيـة وـالـتـي تـبـعـهـ عـنـ الطـرـيقـ الـمـسـتـقـيمـ .

من كل ما تقدم نستنتج : بأنـ الأـمـال هـيـ حـالـةـ سـلـبـيـةـ غـيرـ صـحـيـحةـ ، تـخـالـفـ الـعـقـلـ وـالـوـاقـعـ ، وـهـيـ مـتـنـوـعـةـ الـأـشـكـالـ وـالـحـالـاتـ ، حـيـثـ تـخـتـلـفـ باختـلـافـ الـمـوـاـقـفـ وـالـأـعـمـارـ .

### أنواع وحالات الأمل :

#### ١ - آمال حقيقة :

كـأـنـ يـكـونـ الـإـنـسـانـ صـاحـبـ ثـرـوـةـ ، وـيـبـغـيـ زـيـادـتـهـ وـالـسـيـطـرـةـ عـلـىـ التـجـارـةـ وـالـأـسـوـاقـ وـتـحـقـيقـ الـأـرـيـاحـ .

#### ٢ - آمال كاذبة :

كـأـنـ يـكـونـ الشـخـصـ فـقـيرـ الـحـالـ قـصـيرـ الـيـدـ ، وـيـرـيدـ أـنـ ، يـصـبـحـ تـاجـراـ ثـرـيـاـ مـنـ خـلـالـ المـضـارـيـاتـ الـتـجـارـيـةـ وـالـأـرـيـاحـ الـوـهـمـيـةـ الـكـاذـبـةـ وـالـمـسـتـحـيلـةـ .

#### ٣ - آمال محللة :

هـذـهـ الـأـمـالـ تـرـاـودـ الـإـنـسـانـ لـكـنـهاـ لـاـ تـخـالـفـ الـدـينـ وـالـعـقـيدةـ وـلـاـ تـزـدـدـيـ إـلـىـ أـذـىـ الـآـخـرـيـنـ ، كـأـنـ يـعـمـلـ جـادـاـ لـلـوـصـولـ إـلـىـ هـدـفـ مـنـشـودـ مـنـ خـلـالـ موـاصـلـةـ الـدـرـاسـةـ وـالـعـمـلـ الـمـثـمـرـ ، لـارـتـقاءـ مـقـامـ أـفـضلـ وـأـحـسـنـ يـسـتـطـيعـ منـ

### خلاله خدمة الناس والمجتمع ورضاء الله .

#### ٤ - آمال محمرة :

تبرز هذه الآمال عند الأشخاص الذين يعانون من ضعف العقيدة الدينية ، كالعشق الحرام ، وتناول المسكرات ، ولعب القمار ، ومحاولة الوصول إلى الثروة والمقام عبر طرق غير مشروعة ؛ لا ترضي الله والضمير وتعارض مع القانون العام .

#### ٥ - آمال قصيرة المدة :

هذه الآمال سواه كانت واقعية أم خالية ، تنتاب الإنسان لمدة قصيرة من حياته ثم تزول بعد زوال المؤثرات والأسباب .

#### ٦ - آمال طويلة المدة :

هذه الآمال تلازم المصاب لمدة طويلة ، وقد تسبب له المشاكل والصدمات النفسية والعائلية والاقتصادية .

#### وأسباب طول الأمل الطويل هي :

أ - الجهل ، كأن يعتمد على شبابه فلا يفكر بالأخطر والمرض والموت ، فيشغل بحب الدنيا الذي يجره إلى الغفلة وطول الأمل .

ب - حب الدنيا . إن الإنسان إذا أنس حب الدنيا وانشغل بشهواتها ولذاتها وعلاقتها ثقل على قلبه مفارقتها ؛ فاصبح لا يفكّر بالموت الذي سيجعله يفارقها لا محالة ، وصار يعني نفسه بما يوافق أفكاره ومراده ، وما يحتاج إليه من مال وأهل وبيوت وأصدقاء ، ويصبح فكره مشغول بتلك الأمور التي تلهيه عن ذكر الموت .

#### ٧ - آمال لخدمة الإنسانية ورضاء الله :

هذه الآمال مشروعة ، وتوجد عند الناس المؤمنين الذين يرجون

لقاء الله ويخافون اليوم الآخر؛ وجل أمالهم خدمة الناس.

٨ - آمال شيطانية لاستعباد الناس :

هذه الآمال لا تناول رضى الله، لأنها آمال شريرة منحرفة، أسبابها الغرور والكبر، ونهايتها الانحراف والطغيان والكفر والضلal.

٩ - آمال ممكنة :

وهي آمال قريبة المنال ويمكن أن تتحقق ، كالزواج ، وشراء المنزل ، وحاج بيت الله ، ومساعدة الآخرين .

١٠ - آمال مستحيلة :

وهي آمال السابعين الغارقين في بحر الخيال ، والذين يعانون من أمراض نفسية عديدة استحوذت على أفكارهم وطغت على تصرفهم وسلوكياتهم . هذه الآمال قد تجر صاحبها إلى ارتكاب الجريمة والعنف من أجل الوصول إليها وتحقيقها .

**الأمال حسب الجنس والعمر :**

١ - آمال الطفولة :

وهي آمال محدودة لا تتجاوز اللعب البريء ، والحصول على أدوات التسلية والسفر ، واقتناء الحاجات والألبسة .

٢ - آمال المراهقة : هذه الآمال تشمل أفكار وطموحات هذه المرحلة الحرجة من حياة المراهقة ؛ كالزواج من الشاب الجميل أو الفتاة الجميلة ، والسفر خارج الوطن للأطلاع والحصول على شهادة مناسبة ، تؤهله لمنصب لائق .

٣ - آمال النساء :

وهي آمال لا تتعدى الحبيب المنتظر ، وشراء أدوات الزينة ،

والمجوهرات والملابس الفاخرة ، والحصول على الشهادة اللائقة والمنصب المقبول .

#### ٤ - آمال الرجال :

وهي أهم وأخطر الأمال ، لأنها تتجاوز الآمال البسيطة المحددة ، فهي تمتد من كيفية الاستحواذ على المال والجاه والمنصب ، إلى القتل والاعتداء إن طلب ذلك لتحقيق تلك العارب ، وقد تصل إلى سجن وتعذيب وقتل ألف الناس ، كما يحصل عندما يصل بعض المنحرفين إلى قمة السلطة . إن جميع تلك الآمال التي ذكرناها ، يرافقها نوع بسيط أو شديد من الأمراض النفسية ، والتخيلات والهلوسة ، والقلق والعنف وحب الاعتداء . أما المؤمنون المتمسكون بالأحكام الإلهية ، فآمالهم لا تتعدى الخوف من الله ، والرجاء بعفوه ورحمته ، وطلب الصفع والمغفرة من الآخرين ، والدعاء بحسن العافية ، والعمل الصالح للحصول على المال الحلال والرزق الطيب ، فأمالهم لا تتعدى :

١ - الأمل بعفو الله ورحمته .

٢ - الأمل بالعمل الخالص للحصول على الحسنات .

٣ - الأمل بإرضاء عباد الله وكسب محبتهم .

٤ - الأمل بالحصول على ذرية طيبة .

٥ - الأمل بالعيش في صحة وأمان .

## وصف الإنسان

قال الإمام علي عليه السلام:

«جَعَلَ لَكُمْ أَسْمَاعًا لِتَعْيَى مَا عَنَاهَا ، وَأَبْصَارًا لِتَجْلُوا مِنْ  
حَشَاماً ، وَأَشْلَاءً جَامِعَةً لِأَعْضَائِهَا ، مُلَالَةً لِأَحْنَانِهَا ، فِي تَرْكِيبٍ صَوَرِهَا  
وَمَدَدِ عَثَرِهَا ، بِأَبْدَانٍ قَالِمَةً بِأَرْفَاقِهَا ، وَقُلُوبٍ رَائِدَةً لِأَرْزَاقِهَا فِي  
مَجَّلَاتٍ نِعَمِهِ وَمُوجَبَاتٍ مِنْتَهِ ، وَحِواجزٍ عَانِيَتِهِ»<sup>(١)</sup>

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٢٥٧.



الإمام طه<sup>١</sup> أوضح في هذا المقطع من خطبته ، بأنَّ الله جعل لنا أجهزة للسمع كي نفهم بها شؤون حياتنا ، ونحفظ من خلالها ما يقال لنا ويُرَادُ منا ، وعيون تكشف لنا حقائق الدنيا وصورها في الليل والنهار ، لترى عظمة الخالق وبديع صنعه . وبهذين العضوين يسير الإنسان نحو طريق التكامل والاستقامة العقلية والروحية والصحية . ومن البديهي أنَّ الإنسان الذي لا يسمع ولا يبصر هو إنسان عاجز ناقص ، لا يستطيع الإدراك الكامل وبلغ الهدف بيسر وسهولة ، ولا يمكن له مجاريات الناس والعيش معهم بسعادة مثلما يعيش الآخرون .

أما الشيء الجالب للنظر في هذه الخطبة هو : تجلي عظمة الإمام العلمية والطبية وهو يقدم حاسة السمع على البصر ، مؤيداً ما جاء في القرآن الكريم : «إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مسْؤُلًا»<sup>(١)</sup> وقوله تعالى : «وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْنَادَ قَلِيلًا مَا تَشْكِرُونَ»<sup>(٢)</sup> .

هنا تبرز أمامنا عدة نقاط تبين عظمة القول واعجازه :

- ١ - أثبت العلم أنَّ الجنين في بطنه أمه يتاثر بالأصوات ويتحرك بذاته تبعاً لقوة الصوت ؛ في حين أن العين مغلقة لم ترى النور ولا تتأثر به .
- ٢ - إنَّ حاسة السمع هي من الحواس التي تبدأ بالحس والعمل بعد الولادة مباشرة ، حيث نلاحظ أن الطفل المولود يقوم بتحريك رأسه وعيونه عند سماع الأصوات ، وأحياناً يبدأ بالصرارخ ، أما بالنسبة للعين وحاسة

(١) سورة الأسراء ، الآية : ٣٦ .

(٢) سورة المؤمنون ، الآية : ٧٨ .

البصر فإنها تحتاج إلى مدة وزمان كافٍ حتى يتمكن الطفل من الرؤية بصورة واضحة . والتحقيقات الطبية والفيسيولوجية الحديثة أثبتت أن حاسة خلايا الشبكية في عين الإنسان المولود حديثاً ضعيفة مقابل النور المسلط عليها ؛ ولا تكامل حاسة وبناء الشبكية حتى نهاية الشهر السادس ، ولا يتمكن من الرؤية بصورة جيدة حتى نهاية السنة الأولى من عمره .

٣ - حاسة السمع دائمةً وفي كل الحالات قادرة على أداء وظيفتها بدون توقف ؛ لكن هذه الخاصية لا تتطبق على العين التي في بعض الحالات غير قادرة على الرؤيا ؛ كما في حالة الظلام والنوم ، حيث نلاحظ أنَّ الإنسان في حالة النوم يغمض عينيه ويتنام ، لكن في حالة حدوث أصوات أو ضوضاء يستيقظ الإنسان . وقد أثبتت البحوث الفسيولوجية أن آخر عضو حسي يستقر عند النوم هو حاسة السمع ؛ وهذا ما حدث ل أصحاب الكهف الذين قال عنهم القرآن : «فَضَرَبْنَا عَلَى آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سَبْنَيْنِ عَدَدَاهُمْ»<sup>(١)</sup> .

٤ - الأذن من ناحية الأدراك الحسي والتعلم وتحصيل العلوم أهم من العين ، لأنَّه يمكن للإنسان تعلم اللغة والعلوم وهو أعمى ، أما في حالة الطرش تكون المهمة صعبة جداً . ومن الدلالات المهمة لأهمية وتأثير حاسة السمع في الإدراك والتعلم هو : أنَّ القرآن الكريم ربط بين السمع والعقل رابطة محكمة وقوية حين قال : «وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقَلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعْيِ»<sup>(٢)</sup> وهذه الآية برهان آخر على عظمة الإمام علي عليه السلام .

٥ - من الوظائف المهمة للسمع والبصر هي الموازنة والتعادل عند الإنسان ، حيث ثبت أن الأذنين الهلاليتين ذات أهمية خاصة في تعادل توازن

(١) سورة الكهف ، الآية : ١١ .

(٢) سورة الملك ، الآية : ١٠ .

جسم الإنسان؛ أكثر من أهمية التوازن الذي تعطيه العين بالرغم من أن كلاً منها يشتركان في عملية الموازنة والتعادل مع أعصاب الرقبة؛ وإن فقدان ثنتان من هذه المراكز يؤدي إلى فقدان التوازن والسقوط على الأرض؛ كما في حالة الأعمى المصاب بمرض السفلس أو الالتهاب الشديد للأذن الداخلية.

٦ - كذلك أشار الإمام إلى محدودية السمع والبصر، وهو يؤكد وجود الألوان وأجسام غير مرئية بالنسبة للعين؛ لأنها صغيرة جداً وتقع خارج نطاق قدرة العين على الرؤية «وَكُلُّ سَمِيعٍ غَيْرَهُ يَصْمُمُ عَنْ لَطِيفِ الْأَصواتِ، وَيَصِمُّهُ كَبِيرَهَا، وَيَذَهِبُ عَنْهُ مَا يَعْدُ مِنْهَا، وَكُلُّ بَصِيرٍ غَيْرَهُ يَعْمَنُ عَنْ حَفْقِ الْأَلْوَانِ وَلَطِيفِ الْأَجْسَامِ»<sup>(١)</sup>.

هذا المقطع يشير بصورة ساطعة إلى إحدى أسس علم الصوت والبصر، لأنَّ عين الإنسان لا ترى كل الألوان، كالألوان الموجودة في ضوء الشمس وبعض أنواع الأشعاعات، أما الأذن فلها محدوديات سمعية فهي لا تسمع أقل من (١٦) هزة أو ذبذبة في الثانية ولا أكثر من (٢٠٠٠٠) ذبذبة في الثانية. هذه الحقيقة نطق بها الإمام قبل مئات السنين ولم تعرف إلا حديثاً وبواسطة الأجهزة الحديثة المتقدمة.

٧ - أشار الإمام إلى عمن الألوان الذي يعاني منه بعض الناس، الذين يرون الأشياء على غير حقيقتها بسبب بعض الأمراض والناواقص التي تصيب الشبكية فيقول: «لَيْسَ الرُّؤْيَةُ مَعَ الْإِبْصَارِ، فَقَدْ تَكَبَّرَ الْغَيْوُنُ أَهْلُهَا وَلَا يَقْنُشُ الْعَقْلُ مَنْ اسْتَنَصَحَّهُ»<sup>(٢)</sup>

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٥ ص ١٥٣ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٩ ص ١٧٣ .

### «أشلاء جامِعة لِأَعْصَانِهَا»

**الأشلاء** : تعني الأعضاء الظاهرة ، كالجلد والعضلات التي تلف وتجمع وتضم الأعضاء الباطنة بصورة مرتبة ومحكمة ، بحيث تشدها وتحفظها من الأذى والضرر والصدمات مع احتفاظها بعملها وفعاليتها وترابطها مع بقية الأعضاء الأخرى ؛ بصورة تلائم وظيفتها التي خلقت من أجلها كما قال القرآن الكريم : «وَصَوَّرْتُمْ فَأَحْسَنْتُ صُورَكُم»<sup>(١)</sup> .

### «مَلَائِمة لِأَحْنَانِهَا»

أي أن التركيب الألهي لجسم الإنسان المكون من الجهاز العظمي والعضلي يتلائم مع حركة الإنسان وطبيعة عمله ؛ فلا يمنعه ذلك التركيب العظيم المدهش من الانحاء والقيام والقعود والحركة في مختلف الاتجاهات وأداء الوظائف على أحسن الوجه ؛ فقد رُكِّبَت العظام ورُبِّطَت بصورة تسمح بالحركة والانحناء بسرعة وسهولة ، كما وكسَت العظام بعضلات مختلفة الأحجام والأطوال والوظائف ، بحيث يتمكن الإنسان من الحركة في كافة الاتجاهات عند الاحتياج والضرورة التي يتطلبهها عمله اليومي ، قال تعالى : «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَفْoِيمٍ»<sup>(٢)</sup> .

ومن الأجلدر هنا إلقاء نظرة مختصرة على تركيب ومكونات الجهاز الحركي عند الإنسان .

يتكون الجهاز الحركي من العظام والعضلات والأربطة التي تربط

(١) سورة التغابن ، الآية : ٣ .

(٢) سورة التين ، الآية : ٤ .

العظم ببعضها ، وكذلك الأوتاد العضلية التي تربط العضلات بالعظم .

### الجهاز العظمي<sup>(١)</sup> :

يتكون من عظام صلبة متنوعة وعديدة ، تعطي جسم الإنسان الشكل المطلوب ، والإسناد اللازم . ترتبط العظام مع بعضها بأربطة ومقابل تسمح له بالحركة الحرة في جميع الاتجاهات .

### أنواع العظام :

- ١ - العظام المسطحة : تحمي أعضاء الجسم الحساسة .
- ٢ - العظام الطويلة : تعمل كرافعات مفيدة أثناء حركة الجسم .
- ٣ - العظام القصيرة : تعطي القوة اللازمية للإنسان أثناء الفعالية والحركة .
- ٤ - العمود الفقري : يعتبر ركناً مهماً من أركان الجهاز العظمي ويكون من (٣٣) فقرة .
  - أ - فرات الرقبة وهي (٧) فرات .
  - ب - فرات الصدر وهي (١٢) فقرة .
  - ج - الفرات القطبية وهي (٥) فرات .
  - د - الفرات العجزية وهي (٥) فرات متصلة مع بعضها .
  - هـ - الفرات الذنية وهي (٤) فرات متصلة مع بعضها .
- الجهاز العظمي مكسواً بعجلات تلائم نوع وخصائص الحركة .

### الجهاز العضلي :

تعتبر العضلات الأدوات المحركة للجهاز العظمي من خلال تقلصها وإنبساطها . أما وظائف العضلات فتختلف حسب موقعها من الجسم .

عضلات الوجه تشارك في عمليات التعبير والكلام والهضم .

عضلات الأيدي والأرجل بمختلف أطوالها وأحجامها ، تشارك في حركة عمل اليدين والرجلين والموازنة خصوصاً أثناء العمل والحركة .

عضلات الصدر الداخلية تربط الأضلاع وتحافظ على الرئتين والقلب ، وتشترك في عملية التنفس وحركة اليدين .

عضلات البطن تحافظ على الأحشاء الداخلية في البطن ، وتشترك أثناء تقلصها في عملية التقين والبراز والتبول .

عضلات الظهر تربط الأضلاع الخلفية ، وتحفظ الأحشاء والكلن ، وترتبط الفقرات بعضها ، كما تساعد في حركة اليدين .

عضلات الجسم مكونة من آلاف الألياف الصغيرة جداً وتلتصق بالعظام عن طريق الأوتاد .

الألياف العضلية مزودة بنهايات عصبية دقيقة جداً ، وحينما تجتمع مع بعضها تشكل عصباً رفيعاً يتصل في نهايته بالخلايا العصبية المحركة والباستة ؛ وهذه الخلايا بدورها تنقل الأحاسيس إلى الدماغ الذي يصدر الأوامر بالتقلص ، أو الانبساط ، أو المحافظة على حالة التوازن التي تعطي الإنسان شكله وقامته الطبيعية .

«في تركيب صورها ومد عمرها بأبدان قائمة بأرفاقيها»  
أي أن الله جلت قدرته ركبت تلك الإجسام وهي مزودة بالمرافق  
اللازمة التي تحفظ وتصون الغايات والمنافع التي خلقت من أجلها.

«وَقُلُوبٌ رَائِدَةٌ لِأَرْزاقِهَا فِي مَجَّلَاتٍ نَعِيمٍ وَمُوجَبَاتٍ مِنْتَهِيَّةٍ  
وَمُواجِزٌ عَالِيَّةٍ»

أي أن القلوب المؤمنة الطيبة ، تطلب وتنشد الرزق الحلال الذي  
يجعل الناس ويرفع من مكانتهم ، بحيث يعم الخير والرفاه جميع بني البشر  
بنعم الله التي لا تعد ولا تحصى ؛ والتي توجب الشكر وطلب العافية التي  
تساعد الإنسان وتقيه من شر المساوى والأخطار المرضية .



## ضعف الإنسان

قال الإمام علي عليه السلام :

امسكي بن آدم ، مكتوم الأجل ، مكتون العدل ، محفوظ  
العمل ، تؤلمه البقة ، وتفتلئ الشرقة ، وتُتنَّى العرقـة<sup>(١)</sup>

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٦٢ .



### ﴿مسكينٌ إِبْنُ آدَمَ﴾

بهذه الكلمات التي تحمل معاني كبيرة وكثيرة ، خاطب الإمام عليه السلام ابن آدم ، داعياً إيه إلى نبذ التفاخر والتطاول والكبر والعظمة والغرور والأعذاء ؛ لأنّه بالرغم من حسن تصويره ، وعظمته تكريمه ، وبداعية تدبيره ، يبقى ضعيفاً أمام عظمة الله وقدرته ، وتبارك القائل **﴿وَخَلَقَ الْإِنْسَانَ ضعِيفاً﴾**<sup>(١)</sup> .

أو ليس أوله نطفة وآخره جيفة **﴿أَوْ لَمْ يَرَ إِلَّا إِنَّا خَلَقْنَا مِنْ نُطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُّبِينٌ﴾**<sup>(٢)</sup> .

فكّر يا بن آدم قبل أن تسلك طريق التحدى والطغيان ، أو لم ترئ مواكب الموتى تمرّ من أمامك كل يوم؟! ألم تسمع الإمام على عليه السلام وهو يقول : **«فَإِنَّهُ كَفَنَ بِالْمَوْتِ وَاعْظَمُهُ»**<sup>(٣)</sup> !

أين الارشاد والوعظة؟! أين العقل وال بصيرة؟! ماذا حدث حتى صرت طاغياً تتعالى على الله والناس ، وأنت تشاهد بأم عينيك مصائر البشر و نهاياتهم سوا المؤمن منهم كان أم الفاجر حيث قال تعالى : **«كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا قَاتَلَ»**<sup>(٤)</sup>

أترك التكبر والفسق والمجون ، واعمل بال تعاليم السماوية الرشيدة ، لا تركب رأسك وتتبع هواك والشيطان ، إن فيروسًا لا يرى بالعين كافٍ بأن

(١) سورة النساء ، الآية : ٢٨ .

(٢) سورة يس ، الآية : ٧٧ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٦٩ .

(٤) سورة الرحمن ، الآية : ٢٦ .

يجعلك تشن طالباً العون والمساعدة والعلاج ؛ خف الله كأنك تراه ، وعندئذ تحصل السعادة ، والأمل ، وصفاء الضمير ، وتذق حلاوة الإيمان . لا تركن إلى الكبرياء فيتولد عندك البطر ، والغرور ، ونسيان الآخرة ، وذهاب العقل الذي هو أفضل نعمة أعطاها الله للإنسان . وصدق الحكماء حين قالوا لولا الموت والمرض لنطع ابن آدم برأسه الجبال .

الإمام هنا يخاطب الإنسان طالباً منه التفكير والتريث حينما يقدم على عمل ما ، يطلب منه أن يعرفحقيقة نفسه ، وعندتها يعرفحقيقة الله والأخرين ، يعرف معنى التواضع والزهد والتقوى وترك المهلكات ، لأن التمسك بالظلم والباطل والطغيان لا يخلف إلا الأفكار السوداء واللعنة والنار ، فكم من متكبر جبار أخذه الله أخذ عزيز مقتدر ، وتركه آية للطغاة وأمثالهم ، ولم يبق من عمله سوى اللعنة وحساب منكر ونکير ، والنار خالداً فيها إلى ما شاء الله .

وعلى العكس ، فإن المؤمن الذي يسمع ويعتبر ، ويطيع الله ويزجر النفس الأمارة بالسوء بالصبر والشكر والتقوى ؛ تاركاً الدنيا وزخارفها ووساوس الشيطان ومغرياته ، كالكبر والعجب والغرور التي تقود الإنسان نحو الضياع والهلاك والكفر .

وختاماً أرى من المناسب أن نستعرض للقارئ الكريم بعض المهلكات ليتعرف عليها ويتوقن منها .

### حقيقة الكبر<sup>(١)</sup>

الكبر ينقسم إلى ظاهر وباطن ، والباطن هو خلق في النفس ، والظاهر

---

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٢٢٨ .

هو أعمال تصدر من الجوارح ، وهي ثمرات لذلك الخلق ، وخلق الكبر موجب للأعمال ، لذلك اذا ظهر على الجوارح يقال تكبر ، وإذا لم يظهر يقال في نفسه كبير .

قال الله تعالى : {إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ} <sup>(١)</sup> .

وقال الرسول ﷺ : «التواضع لا يزيد العبد إلا رفعة ، فتواضعوا برحمة الله» <sup>(٢)</sup> .

وقال ﷺ : «يقول الله تعالى : العظمة إزارى والكبرياء ردانى فمن نازعني فيها قصمتة» <sup>(٣)</sup> .

### المتكبر :

هو ذلك الإنسان الذي يصاب بداء الاعتداد والهزة والفرح والركون إلى ما يعتقد به ؛ ولا يتكبر إلا من استعظم نفسه ، ولا يستعظمها إلا وهو يعتقد لها صفة من صفات الكمال الديني أو الدنيوي ، فالدينى هو العلم والعمل ، والدنيوى هو النسب والجمال والقوة والمال وكثرة الأنصار .

### بعض صفات المتكبر

- ١ - مكروه من قبل أكثر الناس .
- ٢ - يستغاب في كثير من المواقف والحالات .
- ٣ - مقاطع من قبل أكثر أفراد المجتمع .

(١) سورة النحل ، الآية : ٢٣ .

(٢) الكافي : ج ٢ ص ١٢١ .

(٣) المستدرك : ج ١ ص ٦١ .

- ٤ - يسيطر عليه مرض الشك .
- ٥ - ضعيف الإيمان .
- ٦ - يعني دائمًا من مشاكل عائلية واجتماعية .
- ٧ - يحتقر الفقراء والمستضعفين .
- ٨ - مصاب بمرض داء العظمة .
- ٩ - تبدو على تصرفاته علامات الغرور .
- ١٠ - ينضب لأنفه الأسباب .
- ١١ - مصاب ببعض أعراض مرض الوسوسة .
- ١٢ - لا يقيم وزناً للعلم والعمل .
- ١٣ - قاسي القلب .
- ١٤ - مصاب بأمراض نفسية مختلفة .

#### **المتكبر عليه :**

- ١ - التكبر على الله هو أفحش أنواع التكبر ، وسببة الجهل الكامل والطغيان .
- ٢ - التكبر على الأنبياء ، حيث تعزز النفس وترفعها عن الانقياد لبشر مثل سائر الناس .
- ٣ - التكبر على العباد ، وذلك بأن يستعظم نفسه ويستحقر غيره ، فتأبى نفسه عن الانقياد لهم وتدعوه إلى الترفع عليهم ، فيزدرهم ويستصغرهم ويأنف من مساواتهم ، وهذا مرض خطير ، لأن التكبر والعزة والعظمة والعلاء لا يليق إلا بالملك القادر ، وأماماً العبد المملوك الضعيف العاجز الذي لا يقدر على شيء فلا يليق به الكبر؛ لأن الكبر يقود الإنسان

إلى مخالفة أوامر الخالق ، والمتكبر إذا سمع الحق من عبد من عباد الله  
استنكره من قبوله وتشمر لمحده .

### أسباب انحراف الخلق

- ١ - الوهن والضعف الذي يحدث نتيجة المرض واعتلال الصحة والشيخوخة ، مما يجعل الإنسان ضعيف الأعصاب ؛ لا يقدر على احتمال مدارات الناس والصبر على مشاكلهم .
- ٢ - الهموم التي تهجم على الإنسان تجعله منحرف الخلق وتغير من سلوكه وتصرفاته .
- ٣ - الفقر الذي يسبب الهم والقلق والتعب النفسي والروحي .
- ٤ - الغنى الزائد الذي يقود صاحبه نحو الكبر والطغيان .
- ٥ - التمتع بالصحة والشباب الذي يصيب الإنسان بالغرور .
- ٦ - المنصب والمقام الرفيع الذي قد يؤدي إلى تغيير الخلق .
- ٧ - العزلة التي تؤدي إلى انحراف أخلاق الإنسان نتيجة التفكير والخوف .
- ٨ - الاصابة بأمراض الدماغ المختلفة .
- ٩ - الصدمات النفسية والضغوط الاجتماعية .
- ١٠ - اعتناق العبادى المنحرفة .
- ١١ - ضعف الإيمان .
- ١٢ - الاصابة بمرض داء العظامة .

### العجب

العجب يدعو إلى الكبر ، ومن الكبر تتجزأ الآفات الكثيرة التي

لا تحصى . هذا مع العباد فأمّا مع الله تعالى فالعجب يدعو إلى نسيان الذنوب وأهمالها ؛ وعلة العجب الجهل المحسن ، قال الله تعالى : «وَيَوْمَ حُسْنَيْ إِذَا أَعْجَبْتُكُمْ كَثُرَتْكُمْ»<sup>(١)</sup> .

وقال الرسول ﷺ : «ثلاث مهلكات شَحْ مطاعَ ، وهوى مُتَّبَعْ ، واعجاب المرء بنفسه»<sup>(٢)</sup> .

وقال الإمام الصادق ع: «من دخله العجب هلك»<sup>(٣)</sup> .

### الغور

هو سكون النفس إلى ما يوافق الهوى وميل الطبع .

قال الله تعالى : «فَلَا تَغْرِبُنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغْرِبُنَّكُمْ بِالْغَرْوِرِ»<sup>(٤)</sup> .

وقال الرسول ﷺ : «حبذا نوم الأكياس وفطرهم كيف يغبون سهر الحمقى واجتهادهم ولم يمثال ذرَّةً من صاحب تقوى ويقين أفضل من ملن الأرض من المفترين»<sup>(٥)</sup> .

وقال الإمام علي ع: «والشقي من انخدع لهواه وغروره»<sup>(٦)</sup> .

### «مَكْثُومُ الْأَجَلِ»

قال الله تعالى في كتابه الكريم : «إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ

(١) سورة التوبه ، الآية : ٢٥ .

(٢) شعب الإيمان للبيهقي ١: ٧٤٥ / ٤٧١ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣١٣ .

(٤) سورة لقمان ، الآية : ٣٣ .

(٥) المعجمة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٢٩١ .

(٦) نهج البلاغة لصبحي الصالح : خطبة رقم ٨٦ .

الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَاذَا تَكْسِبُ غَدًّا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ \* إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ»<sup>(١)</sup>.  
الإمام عَلِيُّهُ أَشَارَ إِلَى هَذِهِ الْحَقْيَقَةِ اسْتِنادًا إِلَى قَوْلِهِ تَعَالَى فِي هَذِهِ الْآيَةِ الشَّرِيفَةِ .

من الواضح لكل عاقل ومدرك أن الله تعالى أخفى بعض الحقائق عن الإنسان ، كالرزق ، وعلم الساعة والأمطار ، وما تحمل الأرحام ، وساعة الموت رحمةً منه ولطفاً لعباده كي يعيشوا الحياة بسعادتها من دون خوف وقلق ووجل ، فلو أن الإنسان علم ساعة وفاته ونهاية عمره لأصبحت حياته جحيم ؛ ولسيطر عليه الهم والحزع ، ولتوقف عن أداء العمل المثير ، ولفقد الأمل وحيثما تصبح دنياه ظلام دامس ، وحياته آلام متواصلة ، وترقب مخيف ، حتى يدركه الموت قبل موعده ، لكثرة القلق والتفكير الذي يلازمه ليلاً نهار ، ولإصابته بمختلف الأمراض النفسية والجسدية ، لذا فإن هذه الرحمة الإلهية تتطلب منا الشكر الجزييل ، للخالق الجليل ، على نعمه الكثيرة التي راعت الإنسان وحمته منذ النشأة الأولى وحتى الممات .

مکنونِ العلیٰ

الإنسان مخلوق تجلّى فيه العظمة الإلهية، التي أتقنَتْ كل شيء وصورته في أحسن تصوير. إنه مركب من خلايا وأنسجة عديدة، تتعاون فيما بينها لتزدي الوظيفة على أحسن وجه. هذه الأجهزة المعقدة التركيب والتكون تعمل، وفق الإرادة الربانية الحكيمية؛ ولا يشعر الإنسان بعظمة

٣٤ : الآية ، لقمان سورة (١)

التكوين إلا عندما يصاب بمرض أو علة؛ وعندها يشعر بنعمة الصحة والعافية «نعمتان مجهولتان الأمان والعافية»<sup>(١)</sup>.

لذلك أشار الإمام علي عليه السلام إلى أن العلل كامنة في بدن الإنسان حتى تنهي لها الأسباب التي تظهرها إلى الوجود، كالصدمات النفسية التي تؤدي إلى ذهاب العقل، أو الأصابة بالعicroبات التي تسبب الأمراض الجسدية المختلفة، وما يرافقها من أعراض مؤذية ومضاعفات جمة.

### «محفوظ العمل»

قال الله تعالى: «... ما لهذا الكتاب لا يُغادرُ صغيراً ولا كبيراً إلا أحصاها»<sup>(٢)</sup>، «فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ»<sup>(٣)</sup>.

الإمام علي عليه السلام رائد العدالة الإنسانية، ومحب الخير للبشرية، يحذرنا بكلمات ذات دلالة بأن إتباع الهوى والسير وراء الشهوات، سيحرفنا عن الطريق الصحيح الذي أراده الله، من خلال تحكيم العقل والإرادة وترك حب الدنيا التي تشبه الحياة، ناعم ملمسها قاتل سماها. وهذا يتطلب من الإنسان أن يجعل أعماله وطاعته لرضى الله وخدمة البشر، فيظهر نفسه وقلبه من الخبائث قبل فناء العمر والموت الذي لا بيع فيه ولا عمل: «فَلْ يُعَذِّبَ الَّذِينَ آمَنُوا يَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرَّاً

(١) روضة الوعاظين ص ٤٧٢.

(٢) سورة الكهف ، الآية : ٤٩.

(٣) سورة الزلزال ، الآية : ٧ - ٨.

وعلانيةً من قبل أن يأتي يوم لا بيع فيه ولا خلاً<sup>(١)</sup>. فعلام الغيبة والنميمة، والغرور والحسد، وعمل المنكرات والقبائح، والعقل والمنطق يرفضان ذلك؟! والعاقل من عمل لدنياه وأخرته معاً. قال أمير المؤمنين عليه السلام: «إعمل لدنياك لأنك تعيش أبداً وأعمل لأنخرتك كأنك تموت غداً»<sup>(٢)</sup>.

أيها الإنسان العاقل لا تغفل عن ذكر الله، لأنه يراك ويسمعك وهو أقرب إليك من حبل الوريد؛ وكل صغيرة وكبيرة يسجلها الملائكة الموكلان، فأخذ صفح الله وستره، كما قال الإمام عليه السلام: «فو الله لقد ستر حتى كأنه غفر»<sup>(٣)</sup>.

إن الأعمال صغيرها وكبیرها مسجلة ومحفوظة في أجهزة كومبيوترية إلهية مع الصورة والصوت؛ أجهزة لا تخطأ ولا تظلم أحد، فكيف بك حينما يقدم لك منكر ونكير قائمة كومبيوترية مفصلة بجميع الأعمال والأفعال التي ارتكبها طوال عمرك؟! ما هو الجواب في ساعات لا ينفع معها الاعتذار والندم؟! إن العاقل من يغتنم الفرصة قبل فوات الأوان «وان اليوم عمل ولا حساب وغداً حساب ولا عمل»<sup>(٤)</sup>. كما قال الإمام علي عليه السلام: وقد أشار القرآن الكريم إلى هذه الحقيقة حين قال: «إقرأ كتابك كفني بنتيسك اليوم عليك حسيباً»<sup>(٥)</sup>.

(١) سورة إبراهيم ، الآية : ٣١ .

(٢) الفقيه : ج ٣ ص ١٥٦ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٤١ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢ ص ٣١٨ .

(٥) سورة الأسراء ، الآية : ١٤ .

## «تَوْلِمَةُ الْبَقَّةِ»

ضرب لنا الإمام مثلاً جميلاً على ضعف الإنسان ، بحالة الألم التي تحدث عندما تقرصنا البقة ، هذه الحشرة الصغيرة التي لا قيمة لها في نظرنا ؛ لذلك لا بدّ لنا منأخذ فكرة موجزة ، عن الجلد ومكوناته ، لنكون على يقينٍ من عظمة كلام الإمام ، وكيف أن تلك المخلوقة الصغيرة تزدري الإنسان وتظلمه .

### مكونات الجلد<sup>(١)</sup>

يتكون جلد الإنسان من ثلاثة طبقات :

١ - البشرة : وتألف من أربع طبقات ، وفيها أربعة أنواع من الخلايا ، أهمها : الخلايا الخاصة بلون البشرة ، وتسمى الميلانوسايت . وتعتمد البشرة على الأدمة في الإسناد والتغذية .

٢ - الأدمة : تقع تحت البشرة ، وتتكون في الغالب من مادة الكولاجين ونوعين من المواد البروتينية (الإيلاستين والريتكولين) . المواد الثلاثة تقع في محيط غير مبلور يسمى الطبقة الأرضية . أكثر خلايا الأدمة هي خلايا الفايروبلاست التي تقوم بصنع المواد البروتينية العازلة الذكر ، إضافة إلى وجود خلايا أخرى . وتقع في الأدمة الأوعية الدموية الشعرية والأعصاب وملحقات الجلد .

٣ - ملحقات الجلد :

ت تكون الملحقات من :

أ - البصيلات الشعرية والعضلات المرافقة .

ب - الغدد العرقية بنوعيها .

## أعصاب الجلد

إن إنتشار الأعصاب في الجلد شيء يبهر العقل ، إذ تنتهي الألياف العصبية بجسيمات خاصة يختص كل نوع منها بنقل حس معين ؛ فهناك جسيمات تنقل الحر ، وأخرى تنقل البرد ، وثالثة للمس والضغط ، ورابعة لحس الألم ، وخاصة تختص بنقل الحس العضلي أو الحس العميق .

الجسيمات العصبية تختلف في أشكالها ، فهي إما بشكل سلال ، أو دوائر متعددة المركز فيها خط ، أو مطاولة مع ألياف عصبية متفرعة فيها . الجسيمات العصبية تقدر بالملايين ، فمثلاً هنالك (٣ - ٥) مليون جهاز حساس للألم ، و (٢٠٠٠٠) جهاز حساس للحر ، و (٥٠٠٠٠) ألف جهاز حساس للمس والضغط ، بحيث أصبح جلد الإنسان عبارة عن سطح تغطيه شبكة هائلة من الألياف العصبية .

إن جلد الإنسان يمثل خارطة تقاسم الأعصاب السيطرة عليه ؛ بحيث أن هنالك (٦٢) عصبًا يسيطر على الجسم (عدي الرأس) وتنتقل الحس منه ، ومن الرأس (١٤) عصبًا ، أي : أن هنالك (٧٦) عصبًا تسيطر على مساحات الإحساس في الجلد البشري .

وهنا لا بدّ لنا من شرح قوس الانعكاس لتتعرف على كيفية الاحساس بالألم ؛ ولنضرب مثلاً ، إذا لامست يد الإنسان جسمًا أو شيئاً ساخناً فإنه يبعد يده ويصوّر لا شعورية بسرعة فائقة تبلغ جزءاً من الثانية ؛ وهذا يتم

بواسطة نقل الحس عن طريق الأعصاب الحسية، التي تصل إلى المنطقة الخلفية من النخاع الشوكي حيث تبلغ الأخبار إلى الخلايا؛ وعندما تقوم الخلايا بالاتصال بالمنطقة الأمامية من النخاع؛ حيث تقع مفاتيح السيطرة على العضلات في خلايا القرون الأمامية للدماغ، ومن هناك تنطلق الأوامر إلى الأعصاب المحركة للعضلات المناسبة؛ فتسحب اليد بسرعة مدهشة وبشكل انعكاسي، ويسمى هذا الفعل بالقوس الانعكاسي.

ويواسطة الجسيمات الحسية التي تنقل حسن البرد والحر، يحدث التوازن الحراري لجسم الإنسان، وتبقى حرارته ثابتة (٣٧) درجة مئوية.

إن الجسيمات الحسية هي أشبه بميزان الحرارة الخارجي الذي يقيس درجة حرارة الجو أم برودته؛ ثم يرسل هذه الأخبار عبر نبضات عصبية بسرعة تبلغ (٢٠٠) ميل في الساعة، وحينما تصل الأخبار إلى مراكز القيادة في مناطق ما تحت السرير العصبي يُدرس الموقف؛ ثم ترسل الأوامر بمعنى السرعة إلى العروق الدموية السطحية وإلى الغدد العرقية، حيث يكثر ورود الدم وإفراز العرق، وبالتالي زيادة الإشعاع الحراري والت Barker المائي، مما يوازن الحرارة وينبذ الجسم.

أما جسيمات اللمس فهي أدق، فعند تلمس الموجودات تشعر بسطحها الخارجي، ويتم تمييز الناعم والخشن، والأملس والمجعد. وباللمس يُعرف الشيء الذي تقع عليه اليد، ولو كان الإنسان مغمض العينين.

إن جسيمات الحس العميق هي التي تنقل الأخبار إلى المراكز العليا، ثم يشتراك المخيخ مع الحس العميق مع دهليز الأذن في تحقيق التوازن؛ حيث تشد العضلات وتستقيم المفاصل والظامان والأوتاد.

من كل ما تقدم يتبين لنا أن سطح الجلد مزود بشبكة كبيرة واسعة متناهية الصنع والدقة؛ تغطي كافة مساحة الجسم وخلاياه، لذلك فإن قرصة بسيطة من بقعة صغيرة لا تساوي شيئاً في نظر الإنسان؛ يشعر بها ويتألم منها ويسحب يده بسرعة ويحركها بعض الأحيان.

من ذلك يتضح: أن الإنسان بهذا الصنع العجيب، والقوة الظاهرة، والتحدي والجبروت، يتآلم أحياناً ويتأذى من أبسط وأصغر المخلوقات، وهذه موعظة تحتم علينا أن نعي ونتدبر حقيقة أنفسنا، وأن لا نشغل الفكر إلا بطاعة الله والخضوع لعظامته.

### «ونقتلُ الشَّرْقَةَ»

لابد لنا قبل أن نشرح كيف تقتل الإنسان الشرقة أن نتعرف على تركيب البلعوم وكيفية بلع الطعام؛ حتى تتوضّح أمامنا الصورة بشكل علمي ومفهوم.

### تركيب البلعوم :

يقع البلعوم في نهاية الفم واللسان، ويتركب من عضلات متحركة تساعد على تحريك ودفع الماء والطعام نحو المريء، وكذلك إمرار الهواء القادم من الأنف عبر فتحته الخلفية إلى القصبة الهوائية، يتالف سقف البلعوم مما يسمى اللهات التي يتوسطها لسان المزمار الذي يعتبر أذكى وأنشط شرطي مرور في العالم.

### عملية البلع :

تعتبر عملية البلع عملية إنعكاسية ، يتم تحريكها بنبضات واردة من الأعصاب المحركة لعضلات البلعوم ، حيث تمر الألياف الصادرة إلى الجهاز العضلي البلعومي واللسان عبر تلك الأعصاب . تبدأ عملية البلع بفعل تلقائي يقوم بجمع المحتويات الفموية على اللسان ويدفعها نحو البلعوم ؛ هذا الأمر يؤدي إلى حدوث موجة من التقلصات غير العضوية في العضلات البلعومية التي تدفع الطعام نحو المريء .

إن إيقاف عملية التنفس وانغلاق لسان المزمار يعتبران جزءاً من الاستجابة الانعكاسية ؛ وعملية البلع تعتبر صعبة جداً إن لم تكن مستحيلة عندما يكون الفم مفتوحاً ، وهذا الأمر يعرفه جيداً أولئك الذين يمضون وقتاً على كرسي طبيب الأسنان الذين يشعرون بتجمّع اللعاب في الفم .

في الحالة العادية يقوم الشخص البالغ بالبلع أثناء تناول الوجبة ، لكن البلع يستمر أيضاً بين الوجبات . إن عدد مرات البلع الكلي يومياً يبلغ حوالي (٦٠٠) مرة ، منها (٢٠٠) مرة أثناء الطعام والشراب ، و(٣٥٠) مرة أثناء النهار خارج أوقات الطعام ، و(٥٠) مرة أثناء النوم .

في منطقة الاتصال البلعومي المريئي ، توجد منطقة من المريء بطول ٣ سم يكون فيها تقلص الجدار العضلي أثناء الراحة مرتفعاً . هذه المنطقة تسترخي بشكل انعكاسي عند البلع ، لتسمح للطعام بالمرور إلى المريء لتشكل بعدها حلقة تقلصية خلف اللقمة تنشأ من تقلص العضلات المريئية ؛ وتقوم هذه الحلقة بالانتشار نحو الأسفل بسرعة حوالي ٤ سم في الثانية ؛ وعندما يكون الشخص بوضعية الوقوف ، تنزلق الأطعمة السائلة

ونصف الصلبة بتأثير الجاذبية الأرضية نحو أسفل المريء متقدمة على الحركة التقلصية . أما العضلات التي تقع ما بين المعدة والمريء ، ف تكون متقلصة وفعالة ولا تسترخي إلا في حالة البلع ؛ وهذا التقلص ينفع في منع دخول محتويات المعدة إلى المريء .

### الاضطرابات الحركية في البلعوم :

- ١ - ضمور وضعف الأعصاب المحركة لعضلات البلعوم واللسان .
- ٢ - ضمور الخلايا الحركية للدماغ .
- ٣ - الإصابة بمرض الدفتيريا .
- ٤ - الإصابة بمرض الكغراز .
- ٥ - وجود الفتحات والعيوب الولادية .
- ٦ - شلل عضلات البلعوم .
- ٧ - إنسداد الأنف نتيجة الأمراض مما يؤدي إلى خلل في عملية البلع والتتنفس .

### الاضطرابات الحركية في المريء .

- ١ - ضعف وضعور الأعصاب المحركة للمريء .
- ٢ - ضمور خلايا ونوى الدماغ الحركية .
- ٣ - الإصابة بالإغماء .
- ٤ - الإصابة بحالات التسمم .
- ٥ - الإصابة بسرطان المريء .
- ٦ - الإصابة بحالة الأكالازيا ، وهي حال يتراكم فيها الطعام في المريء

بحيث يؤدي إلى توسيعه ، تنجم هذه الحالة نتيجة تقلص العضلات القابضة السفلية للمريء أثناء الراحة وحدوث استرخاء غير كامل للعضلات القابضة عند البلع . الحالة المعاكسة لما ذكر هي ضعف تقلص العضلات القابضة السفلية للمريء ، والتي تؤدي إلى دخول محتويات المعدة الخامضية إلى المريء ، مما يؤدي إلى حرقـة خلق عظم القص والتهاب جدار المريء الذي ينبع عنه تقرح وتضيق الجدار .

#### ٧ - إبتلاع الهواء والغاز المعوي :

يحدث هذا لدى الأشخاص العصبيين الذين يقومون بإبتلاع مقدارـة كبيرة من الهواء ؛ كما أن بعض الهواء يتم ابتلاعـه أثناء عملية الأكل والشرب .

٨ - إبتلاع المواد السامة عمداً أو عن طريق الخطأ .

٩ - إبتلاع الأطعمة اليابسة أو الكبيرة .

١٠ - محاولة التكلم أثناء بلع الطعام .

١١ - العجلة أثناء تناول الطعام .

والآن وبعد أن استعرضنا تركيب البلعوم وكيفية بلع الطعام ؛ نعود إلى كلام الإمام علي عليه السلام (نقطة الشرقة) التي تحدث للإنسان أثناء عملية البلع . إن وجود أية إصابة أو مرض في البلعوم أو المريء ، أو العجلة أثناء تناول الطعام ، أو محاولة بلع قطعة كبيرة من اللحم أو الأطعمة الجافة ، قد تؤدي إلى عرقلـة الفعل الانعكاسي في فتحـة البلعوم ، مما يؤدي إلى انحباس الطعام في البلعوم ، وإسداد القصبة الهوائية نتيجة ذلك التواجد ، وعجز لسان المزمار من القيام بواجبـه بصورة طبيعـية . وهكذا فإنـ وقوف الطعام أمام فتحـة القصبة وسدها أو دخولـه إلى جوفـ القصبة ، يؤدي إلى الاختناق وتوقف عملية التنفس التي قد تؤدي إلى الموت نتيجة نقص الأوكسجين أو

ك رد فعل انعكاسي حاد يحصل لدى العصب العاشر . وهكذا تتبين لنا عظمة الإمام عندما أوضح بما لا يقبل الشك ضعف الإنسان أمام أبسط الأحداث التي لم تخطر على فكره يوماً ما .

### «وَتَتَّسِعُ الْمَرْقَةُ»

الدين الإسلامي الحنيف أوجب على الإنسان المسلم أغسال عديدة ، واجبة ومستحبة ، وما ذلك إلا لأسباب روحية وصحية ، لأنّ الإنسان كمخلوق يقوم ب مختلف الفعالities مكون من روح وجسد ، فكما يعتبر الإيمان والعلم غذاء الروح ، فإن النظافة والطعام واللباس النظيف والتطيب هي غذاء الجسد . لذلك فإن نظافة وغسل البدن بصورة دائمة تعتبر عامل مساعد في منع الأمراض ومضاعفاتها .

ولو تفحصنا جسم الإنسان لوجدناه عبارة عن مدينة صناعية كبيرة تجري فيها مختلف الفعالities من هدم وبناء ؛ ولكن الشيء الملفت للنظر هو أن درجة حرارة تلك المدينة (الجسم) ثابتة لا تتغير في الأحوال العادية ؛ ويتم ذلك عبر وسائل مختلفة ، أهمها : وجود ملايين الغدد العرقية والدهنية التي تفرز العرق بصورة منتظمة ودقيقة للحفاظ على تلك الدرجة . إن التعرق والعرق الخارج من الجسم إضافة إلى التبخر المستمر إذا لم ينظف ويفسّل بصورة منتظمة ؛ سوف يؤدي إلى مضاعفات عديدة .

### فوائد عرق البدن :

- ١ - المحافظة على درجة حرارة الجسم .
- ٢ - طرد بعض الفضلات الناتجة من عملية البناء والهدم .
- ٣ - شل فعالية بعض الميكروبات والفيروسات ، خصوصاً وأن العرق

ذو قوام حامضي .

- ٤ - المحافظة على رطوبة الجلد ومنعه من التبيس .
- ٥ - التصرف على هوية الأفراد من خلال رائحة العرق المنبعثة من البدن .

مضار عدم إزالة وتنظيف عرق البدن :

- ١ - نشوء حساسية في الجلد .
  - ٢ - ظهور الأمراض الجلدية كالفطريات والعدويات على الجلد .
  - ٣ - إنسداد أنابيب الغدد الدهنية مما يؤدي إلى كبرها وحدوث المضاعفات فيها .
  - ٤ - بروز روابح كريهة من البدن .
  - ٥ - نفور واشمئزاز الناس من وجود تلك الروائح .
- لتلك الأسباب وغيرها أكد الدين الإسلامي على ضرورة الغسل والنظافة «تنظفوا فإن الإسلام نظيف»<sup>(١)</sup> وجعلها سنة من السنن المحمدية ، فكما أن الوضوء أحد عوامل النظافة اليومية ، فإن الأغسال المستونة الواجبة والمستحبة هي عوامل دينية وصحية حسنة ؛ تجعل من الفرد المسلم طيب الرائحة محبوب العشرة .
- واخيراً لا بد لنا من القاء نظرة على جهاز تنظيم الحرارة في البدن لقطع على العلاقة الوطيدة بينه وبين عملية التعرق .

### تنظيم حرارة البدن<sup>(٢)</sup>

تنتج الحرارة في الجسم بالتمرين العضلي ، والتمثيل الغذائي ، وكل

---

(١) كشف الخفاء : ج ١ ص ٢٨٨ .

(٢) يتصرف من كتاب Review of medical physiology

العمليات التي تقود إلى فعاليات أساسية في البدن .  
الحرارة تفقد من الجسم بالإشعاع والنقل والتبخر المائي أثناء عملية  
التنفس ، وعن طريق الجلد ، وأثناء التبول والبراز .  
إن التوازن بين إنتاج الحرارة وفقدانها هو الذي يقرر حرارة الجسم ،  
وإن وظائف الجسم الطبيعية تعتمد على حرارة جسمية ثابتة نسبياً .

### حرارة الجسم الطبيعية

تبدل الحرارة العملية التي يصونها الجسم في المخلوقات ذات  
الحرارة الثابتة من شخص لأخر . الحرارة الطبيعية العادمة التي تقاوم عن  
طريق الفم هي (٣٧) درجة سنتي غراد . إن حرارة الجوف البشري الطبيعية  
تعاني من تمواج يومي حوالي نصف درجة ؛ وتتراكم الحرارة المتوجه  
بالتكلس العضلي أثناء التعبير بالجسم ، وترتفع أيضاً بشكل خفيف أثناء  
الانفعالات العاطفية ؛ وقد يكون السبب هو التوتر العضلي . وقد ترتفع  
ارتفاعاً مزمناً بنصف درجة في زيادة فعالية الغدة الدرقية ؛ وقد تنخفض  
انخفاضاً بسيطاً في نقص نشاط الغدة الدرقية .

### إنتاج الحرارة يحدث بسبب :

- ١ - التفاعلات الكيميائية .
- ٢ - هضم الطعام .
- ٣ - تقلص العضلات .

### فقدان الحرارة يحدث بسبب :

- ١ - التشعع والنقل .

- ٢ - التبخر العرقي .
- ٣ - التنفس .
- ٤ - التبول والتغوط .

### آليات تنظيم الحرارة :

#### ١ - الآليات المتنافلة بالبرد

أ - الارتعاش .

تزيد إنتاج الحرارة ← الجوع .

زيادة الفعالية .

ب - تقلص الجلد .

تنقص فقد الحرارة ← تكور البدن .

إنصباب شعر الجلد

#### ٢ - الآليات المتنافلة بالحرارة .

أ - توسيع الأوعية الدموية .

تزيد فقد الحرارة ← التعرق الكثير .

زيادة التنفس .

ب - فقد الشهية .

فتور البدن والفعالية .

تنقص إنتاج الحرارة

## الخوف

قال الإمام علي عليه السلام :

أَوْكُلُ خَوْفَ مَحْقُوقٍ إِلَّا خَوْفَ اللَّهِ فَإِنَّهُ مَغْلُولٌ<sup>(١)</sup>

«أن تخاف أن تكون في رجائك له كاذباً، أو تكون لا ترآه للرجاء  
موضعاً، وكذلك إن هو خاف صدأ من عباده أطعاه من خوفه ما لا  
يعطي ربها، فجعل خوفه من العباد نقداً، وخوفه من خاليه ضمارة  
ووعداً»<sup>(٢)</sup>.

---

(١ و ٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٢٦ .



الإمام علي عليه طلاقه في هذه السطور القليلة والكلمات الجليلة ، تطرق إلى موضوع نفسي له أهميته الكبيرة في حياة الإنسان الخاصة وال العامة ؛ من حيث التأثيرات العائلية والاجتماعية ، والتتابع السلبية العديدة التي تغير من مجرى حياة الإنسان وتجره إلى الدمار والضياع ، وبالتالي تنعكس تلك التأثيرات النفسية على الأفراد الذين يعيشون مع الشخص المصاب ، مما أدى إلى حدوث كوارث عائلية كثيرة ومضايقات سلبية بقيت أثارها لعدة سنوات ؟ بحيث أحالت حياتهم إلى جحيم لا يطاق وهم يعانون من ضعف القدرة على التخلص من معاناتهم وألامهم وفرزهم الذي ضيق الخناق عليهم فأصبحوا يعيشونه ليل نهار وكأن قدرهم التعيس صار مربوطاً بتلك الحالة المؤلمة .

الإمام يشير في كلمته الأولى بأن كل خوف ممكن أن يكون ثابتاً وحاصلًا للإنسان ، ويمكن لهذا الخوف أن يزول بزوال المسببات والأعراض ، إلا الخوف من الله وسلطته وسخطه ، فإنه باق لأنه لا انقضاء لمحدوره .

في كلمته الثانية خاطب الإمام الإنسان وحذره من الرجاء الكاذب ، والشك في قبول الرجاء من قبل الله تعالى ، وهذا عين الكفر ، لأن الله هو أهل الرجاء وموضعه ، فإذا خاف الإنسان عبداً من عباد الله وأعطاه في نفسه من الخوف أكثر مما يعطى الله ، وجعل الخوف من الله من الدرجة الثانية ، فقد ضل وإنزلق بهذا التصرف . هذا السلوك يتنافي مع العقل والدين ؛ لأن

الحديث الشريف يقول : «رأس الحكم مخافة الله»<sup>(١)</sup>.  
ويعرف الخوف بأنه : تألم ضمير وفكر الإنسان من احتمال حدوث  
مكروره الآن أو في المستقبل .

### الخوف يقع في مراحل متعددة منها :

١ - العلم بالخوف : وهو علم الإنسان بالسبب المزدوج إلى الخوف ،  
وذلك كمن قام بجناية ما ويختلف الانتقام بسبب تلك الجناية ، أو الخوف  
من الله لكثره المعاصي التي ارتكبها خلافاً لأمر الله ونفيه .

فالعلم بأسباب المكرور هو تألم القلب ، ويحسب ضعف هذه  
الأسباب يضعف الخوف ، فالعلم بأسباب المكرور هو السبب الباعث المثير  
لاحتراق القلب وتآلمه ، وذلك الاحتراق هو الخوف . وكذا الخوف من الله  
تعالى تارة يكون بمعرفة الله ومعرفة صفاته ؛ وتارة يكون لكثره الجناية من  
العبد بمقارفة المعاصي ، وتارة يكون بهما جميماً . ويحسب معرفته بعيوب  
نفسه وبمعرفته بجلال الله واستغنانه تكون قوة خوفه ، فأخذ خوف الناس لربه  
أعرفهم بنفسه وبربه ، ولذلك قال الرسول ﷺ : أنا أخوكم الله<sup>(٢)</sup> . وقال  
الإمام علي عليه السلام : «إنما هي نفسى أرضضها بالتقوى لتأتىي آمنة يوم الخوف  
الأكبر ، وثبتت على جوانب المزلق»<sup>(٣)</sup> .

الإمام هنا يفتح لنا الطريق ، لكي نتعلم منه أن الخوف الحقيقي الذي  
يستحق التفكير هو الخوف من الله ، ويعمل زهده بالطعام واللباس بأنه

(١) من لا يحضره القبيه للشيخ الصدوق : ج ٤ ص ٣٧٦ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٢٧٠ .

(٣) نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٦ ص ٢٠٨ .

رياضة نفسية ، سببها الخوف من الخالق ، والرياضة لا تكون إلا بالتفويت كي تكون النفس مهياً للأمان يوم الفزع الأكبر (القيمة) ؛ وبذلك تثبت في مداحض الزلق مختلفة عن غيرها التي ركنت إلى الدنيا ومخرباتها .

٢ - إحتمال الخوف : وهو أن الإنسان يتحمل وقوع الخوف في كثير من تصرفاته الصحيحة والخاطئة ؛ وهذا الاحتمال قد يستمر في السيطرة على عقله ، لمدة قصيرة أو طويلة ، بضعف أو بقاء ، طبقاً لذلك الاحتمال .

٣ - وسوسه الخوف : وهو أن المصاص تسيطر عليه وسوسه الخوف ، بحيث تصبح الحياة في عينيه سوداء لا يرى خلالها إلا الخوف والقلق المحتمل الواقع في أية لحظة من حياته الكثيبة .

الخوف محمود في بعض الحالات ، خصوصاً الخوف من الحالات المؤدية إلى تعرض الإنسان للإصابة بالأمراض والجروح والتشبهات والموت في بعض الحالات .

الخوف له مراتب ، قصور ، واعتدال ، وافراط ، والمحمود هو الاعتدال والوسط ، وأما الخوف المفرط الذي يزداد ويتجاوز الاعتدال ويؤدي إلى اليأس والقنوط فهو مذموم ؛ لأنّه يدمر حياة الإنسان ويمنعه من الاستمرارية والعمل ، ويقود إلى الضعف والمرض والوله والدهشة وزوال العقل ؛ وقد يسبب الموت .

### أقسام الخوف :

أ - خوف الله .

ب - خوف الدنيا .

**خوف الله وهو أنواع :**

- ١ - خوف الموت قبل التوبة .
- ٢ - خوف نكث العهد .
- ٣ - خوف ضعف القوّة عن الوفاء بتمام حقوق الله .
- ٤ - خوف زوال رقة القلب وتبدلها بالقساوة .
- ٥ - خوف الميل عن الاستقامة .
- ٦ - خوف استيلاء العادة في إتباع الشهوات المألوفة .
- ٧ - خوف أن يكله الله إلى حسنته التي اتكل عليها وتعزّز بها في عباد الله .
- ٨ - خوف البطر بكثرة نعم الله عليه .
- ٩ - خوف الاشتغال عن الله بغير الله .
- ١٠ - خوف تبعات الناس عنده في الغيبة والخيانة والغش وإضمار السوء .
- ١١ - خوف ما لا يدرى أن يحدث في بقية عمره .
- ١٢ - خوف تعجيل العقوبة في الدنيا والافتراض قبل الموت .
- ١٣ - خوف الاغترار بزخارف الدنيا .
- ١٤ - خوف اطلاع الله على سريرته في حال غفلته عنه .
- ١٥ - خوف الختم له عند الموت بخاتمة السوء .

الخوف من الله تعالى هو خوف المؤمنين والصديقين وهو ثمرة معرفة الله؛ فكل من عرفه وعرف صفاته علم من صفاته ما هو جدير بأن يخاف من غير جرم أو جنابة؛ لذلك قال سيدنا ومولانا علي عليهما السلام: «من

اشتاق إلى الجنة سلا عن الشهوات ، ومن أشدق من النار رجع عن المحرمات»<sup>(١)</sup>.

### خوف الدنيا :

وهذا الخوف كثير جداً ومتعدد الأشكال ، فاي حادث أو منحنى في حياة الإنسان يمكن أن يصبح مصدراً للخوف . وأهم أنواع الخوف التي يصادفها الطبيب النفسي هي :

١ - الخوف من الأماكن المرتفعة .

٢ - الخوف من الأماكن الواسعة والمكشوفة .

٣ - الخوف من الأماكن الضيقة والمغلقة .

٤ - الخوف من الماء .

٥ - الخوف من الدماء .

٦ - الخوف من السفر بالطائرة .

٧ - الخوف من النيران .

٨ - الخوف من الغرباء .

٩ - الخوف من الجثث .

١٠ - الخوف من الازدحام .

١١ - الخوف من الأمراض .

١٢ - الخوف من الظلام والليل .

١٣ - الخوف من السياقة .

---

(١) الكافي : ج ٢ ص ٥٠ .

- ١٤ - الخوف من الزوجة .
- ١٥ - الخوف من المستقبل .
- ١٦ - الخوف من مراجعة الدوائر الرسمية .
- ١٧ - الخوف من الانخراط بالجيش .
- ١٨ - الخوف من مراجعة دوائر الأمن .
- ١٩ - الخوف من المدرسة .
- ٢٠ - الخوف من الدخول في المعاملات التجارية .

**الأثار السلبية للخوف :**

تنقسم إلى قسمين :

أ - آثار طيبة .

ب - آثار اجتماعية .

**أ - الآثار الطيبة :**

١ - القلق .

٢ - الخوف الحصري .

٣ - الكآبة .

٤ - الهستيريا .

٥ - الأرق .

٦ - الهلوسة .

٧ - التخيلات .

٨ - الشك .

- ٩ - الإصابة بداء السكر.
- ١٠ - تساقط الشعر.
- ١١ - إرتفاع ضغط الدم.
- ١٢ - الإصابة بالسكتة القلبية.
- ١٣ - إضطراب القولون والإسهال.
- ١٤ - التهاب المعدة.
- ١٥ - إنبعاث رواح كريهة من الفم.
- ١٦ - التقيء.
- ١٧ - العزوف عن الطعام.
- ١٨ - الذهال.
- ١٩ - الضعف الجنسي.
- ٢٠ - النسيان.
- ٢١ - الذهيان.
- ٢٢ - التعرض للإصابة بالأمراض العصرية.
- ٢٣ - الإصابة بالسرطانات.
- ٢٤ - الإصابة بألم المفاصل والعظام.

**ب - الآثار الاجتماعية :**

- ١ - الانزواء عن الناس.
- ٢ - التفكك العائلي.
- ٣ - إعتناق الأفكار الشاذة.
- ٤ - العزوف عن العمل.
- ٥ - الاعتياد على الكحول والمخدرات.

- ٦ - الإيمان بالخرافات والشعودة .
- ٧ - التأخر الدراسي .
- ٨ - الخوف من الحيوانات .
- ٩ - الخوف من الأصوات .
- ١٠ - الحذر في التعامل مع الناس .
- ١١ - إزدياد ظاهرة الشكوى والجزع .
- ١٢ - التساؤم من المستقبل .
- ١٣ - عدم الاعتناء بالمظهر العام .
- ١٤ - الامتناع عن تناول بعض الأطعمة .
- ١٥ - الحرص والبخل .
- ١٦ - الانحراف الأخلاقي .
- ١٧ - القنوط واليأس .

### دراسة الخوف من الجوانب النفسية<sup>(١)</sup>

للخوف علاقة وثيقة بالحصر القهري وكثيراً ما يصاحبه ، إلا أن الخوف قد يظهر لوحده دون أعراض الحصر . كما أنه قد يحدث في آية شخصية غير حصرية ، ولذلك تصنفه بعض الكتب النفسية كمرض مستقل . الخوف كمرض نفسي هو : خوف غير معقول تجاه موضوع معين ، أو شخص أو موقف ما . وهو يختلف عن الخوف المبهم في القلق الذي لا هدف له . وعن الخوف الاعتيادي (المعقول) ، وقد يكون موضوع الخوف تصوراً أو حداً يتعلق بأحد ميادين الحياة والفعاليات .

---

(١) بتصرف من كتاب : أصول الطب النفسي للدكتور فخرى الدباغ ص ١٣٢ .

## الأسباب :

يظهر من دراسة مرض الخوف أن الشخص المصاب ذو شخصية عصبية ، غالباً ما تكون ذات طباع خجولة ، خائفة ، تشعر بالعجز أو الرهبة من مواقف معينة ، فإذا ما حدثت تجربة أو حادثة تعزز من هذه الميول ظهر الخوف بصورة محددة تجاه ذلك الموضوع ؛ وقد وجد أن الخوف يتبلور في الظروف التالية :

- ١ - قد يكون نتيجة فعل مععكس شرطي تعزز وترسخ نتيجة حدث أو تجربة في أيام الطفولة ؛ فالطفل الخائف من قطة بيضاء آذته وخدشه قد يخاف من القطط بصورة خاصة ، أو من اللون الأبيض الذي انطبع بذاكرته دون موضوع القطة .
- ٢ - قد يكون تبلوراً وتجمعاً لعدة مخاوف عامة ، فينشأ الخوف كخوف واحد له دلالة ورمزاً للمخاوف الأصلية . ويكون توحيد المخاوف محاولة من المريض لملفاتها جمياً بصورة واحدة ، فقد تكون المخاوف الأولية من عدم الاستقرار وانفصال الأمان والشكوك ، متجمعة بشكل خوف من الأماكن العالية والسقوط ، فإذا تجنب المصاب الأماكن المرتفعة يكون حسب تقديره اللاشعوري قد تجنب الشعور بعدم الاستقرار ، لكنه إذا استمرت المخاوف القديمة على حدتها وشدتها انتشر الخوف الواحد إلى غيره ، وتعطلت أنشطة المريض واضطربت حياته .
- ٣ - قد يكون الخوف وسيلة حماية ووقاية للمريض من رغبات وميول غير لائقه وفاضحة لا شعورية .
- ٤ - قد يكون الخوف نتيجة شعور بالإثم تجاه بعض الأفكار

والأفعال ، فاللحوف من مرض الإيدز أو الزهري ، هو رد فعل للشعور بالخطيئة تجاه القيام بعمل جنسي محظوظ .

### الأعراض :

١ - يكتسب الخوف قوة ورسوخاً عندما يستخدمه المريض لا شعورياً للسيطرة على الآخرين (الوالدين ، الزملاء ، أفراد الأسرة) أو لكتسب عطفهم ومؤازرتهم ؛ وهذا ما يسمى بالازدواجية ، لأن الفتاة الخانقة تطلب حماية والدتها ، وهي نفس الأم التي تكررها وتحبها تلك الفتاة ، لكن الأم تقوم بدور الحامي والحارس للمريض رغمًا من ذلك .

٢ - حالة الخوف في الفزع لا تختلف عن أي خوف آخر ، ففي الموقف الذي يخاف فيه المريض يشعر باضطراب عام ، ويعمل الجهاز العصبي الذاتي بشدة ، فيضيق الصدر ، ويحل الشعور بالاختناق ، ويزداد الدыхان ، والتعرق الشديد والوهن العضلي والألم في الأحشاء وربما الإسهال وكثرة التبول ، ويرتفع القلق إلى حد أن يلجأ المريض إلى الهرب من ذلك الموقف أو إلى الانهيار والإغماء أو إلى الغثيان والتقيؤ والدوار .

٣ - تزول تلك الأعراض بزوال الموقف أو الموضوع .

### فلسفة الخوف :

الخوف والغضب عواطف مرتبطة مع بعضها بعده طرق .

إن المظاهر الخارجية للخوف هي استجابة ذاتية ، مثل التعرق وتتوسع حدقة العين ، الانكماش من الخوف أو البرد ، وإدارة الرؤوس من جانب آخر بقصد الهرب ، أو بسبب الحيرة والتفكير . وعلى هذا فإن الخوف

والغضب هي استجابات غريزية فعالة مرتبطة بالتهديدات في البيئة المحيطة بالانسان ، ويحدث رد فعل الخوف بتنبيه منطقة الهيبوثرمالماس (تحت المهاد) .

### التشخيص التفريقي :

١ - يحدث الخوف كجزء من القلق الحاد ، ويحدث هذا المرض أحياناً في المصائب والكوارث العامة ، بحيث يتقلل المصاب إلى حالة من الرعب الشديد والصداع والهرب ، كحدوث الزلازل والفيضانات والغارات الجوية .

٢ - يحدث الخوف كجزء من الحصر القهري .

٣ - يحدث الخوف كبداية في مرض الهوس والكتابة الدورى قبل أن يتخذ صورته المعروفة .

٤ - يحدث الخوف كمرض اولي في مرض تصلب الشرايين الدماغية وكآبة الشيخوخة .

### العلاج :

١ - العلاج النفسي : كان الخوف من التهدديات التي واجهت المحلل النفسي ، وقد وجد أن تدخل المعالج في التوجيه والإيحاء بصورة فعالة وايجابية ، يؤدي إلى نتائج أفضل من العلاج الكلاسيكي السلبي ، ومع ذلك فقد بقى مصير الفرع متارجحاً بين الإزمان والتدهور أو التخفيف الجزئي ؛ معبقاء آثاره بدرجات متفاوتة .

٢ - تساعد العقاقير المهدئة كثيراً على ضبط وتخفيف الخوف قبل

حدوثه خاصة إذا ما اضطر المريض إلى ممارسة التجربة التي يخاف منها، والمهدنات التي يمكن استعمالها هي: مركبات الفالبيوم، الليبريلوم، المبروباميت، السيرباقس.

### ٣ - العلاج السلوكى:

تزداد نسبة العلاج السلوكى وخاصة، لأنَّ هدف العلاج معين ومحدد. وتدلُّ النتائج الأولية على أنَّ نسبة مشجعة من النجاح نتجت عن العلاج السلوكى. ولو فرضنا أنَّ مريضاً يخاف من الأماكن والساحات المكشوفة الواسعة فإنَّ خطة العلاج السلوكى هي: أن تتدخل في المنعكس الشرطي الحالى ونبدل منه بالوسائل الفسلجية العصبية، أي باطفاء هذه الصلة ف يجعل المريض في حالة تقبل واسترخاء، ثم ندفعه تدريجياً إلى الأماكن الواسعة ونحوِّي له ونشجعه، وبالنكرار والمثابرة، إلى أن يجد نفسه يوماً وقد رضي بوجوده في مكان مكشوف دون أن يتوق عنده رد فعل الخوف.

## أسباب الأمراض

قال الإمام علي عليه السلام :  
«وداً فَكَ مِنْكَ وَمَا تُشَعِّرُ»<sup>(١)</sup>.

-

---

(١) ديوان الإمام علي عليه السلام ص ١٧٩ .



الإنسان بطبيعته وتركيبه الفسيولوجي والباثولوجي معرض للإصابة بالأمراض المختلفة . هذه الحقيقة ناجمة من تواجده داخل المجتمع ، حيث الإختلاط مع الناس والتماس مع الطبيعة .

الأمراض التي تصيب الإنسان إما عضوية تصيب الأعضاء والأنسجة حينما يتعرض إلى العوامل المرضية كالفيروسات والبكتيريا وغيرها ؛ أو نفسية نتيجة الضغوط والعوامل المالية والعائلية والاجتماعية ، أو بيئية نتيجة العمل اليومي ووجوده في بيئة غير صالحة أو موبوءة .

الأمراض العضوية يصاب بها الإنسان حين التعرض المباشر للعوامل المرضية ، أو بسبب الإهمال وعدم الاهتمام بالنظافة الشخصية وال العامة ، كعدم تناول الغذاء الجيد ، واللباس النظيف ، والسكن الملائم ، مما يؤدي إلى الإصابة بالأمراض المختلفة .

العوامل البيئية التي تؤثر على الإنسان نتيجة العمل المجهد الذي لا يتلائم مع طاقته وقابليته بسبب ضعف البدن والعمل المتواصل هي من العوامل المهمة في حياة الإنسان المعاصر .

أما الأمراض النفسية فهي موجودة منذ خلق الله قابيل وهابيل ، لكنها صارت اليوم كبيرة ومتنوعة ، وأصبحت سمة من سمات العصر الحاضر ، الذي تميز بتعقد الظروف الاجتماعية التي تعيشها الأغلبية داخل التجمعات البشرية المعقدة ، التي تكثر فيها المشاكل العائلية والإجتماعية ، وتلعب المادة دوراً رئيسياً في حياتهم وأفكارهم ، مما أوجد ضغوطاً نفسية متفاوتة القوة ، أدت في نهاية الأمر إلى إصابة الإنسان بأمراض نفسية وروحية تناسب طردياً مع شدة الحدث ، وقوة المؤثر وقابلية التحمل والصمود لدى

## الأشخاص المصابين .

عصرنا الحاضر ، عصر الثورة الصناعية والتكنولوجيا الحديثة ، عصر الصراع المادي والركض بلاوعي وراء المال والشهوات يزخر بمتلايين الناس المصابين بمختلف الأمراض النفسية التي أوجدناها بأعمالنا وكروناها بأنفسنا وصنعتها منها معضلة غير قابلة للحل .

البيئة البشرية وما تضمه من حشرات ، ونباتات ، وحيوانات ، ومياه ، وسكن ، عامل مؤثر في حياة الإنسان اليومية . فتواجده في بيئه غير صحية يؤدي إلى الإصابة بالأمراض ، ناهيك عن أن العمل في بيئه صناعية ملوثة بالمواد الكيميائية والفيزيائية ، أو العمل في ظروف ومناخ غير ملائم كالحر والبرد الشديد ، أو محيط ملوث بالأتربة والغبار المتطاير والذرات الصناعية الثقيلة ، والسكن في مناطق مزدحمة ومن دون تخطيط ، يعرض الإنسان للإصابة بالأمراض العضوية الصعبة العلاج ، كأمراض السيليكات والإبسستوز ، إضافة إلى الأمراض النفسية والإلخاقية التي تحدث نتيجة الاختلاط والازدحام ووطأة العمل المجهد .

البخل وترك العناية بتناول الغذاء الجيد ، وأهمال النظافة العامة والجسمية ، وأعمال النصائح الطبية والارشادات الصحية ، والاختلاط مع المرضى المصابين بأمراض معدية ، يؤدي في نهاية المطاف إلى العدوى والاصابة بالأمراض .

وعلى العكس فإن بعض الناس يصابون بأمراض القلب والكبد والمعدة والأمعاء والكلري : بسبب الإفراط في تناول الطعام كماً وكيفية .

أما الإدمان على المخدرات والمشروبات ، وسهر الليلي ولعب القمار ، فنتائجها معروفة عند الجميع ، ولا أظن أحداً ينكر ما يتزول له

الانزلاق في مستنقع الفواحش ، حيث الأمراض الزهرية المعدية وما تجلبه من ويلات بالأخص حين الإصابة بمرض الأيدز .

البعض من الناس - بسبب الجهل أو العناد - يتهاونون في متابعة العرض بل وحتى تناول العلاج ، مما يسبب مضاعفات خطيرة على حياتهم .

الفقر الذي يحدث في المجتمع نتيجة التسلط والظلم الاجتماعي ، وغياب العدالة والإيمان ، عامل أساسي في انتشار الأمراض والأصابة بها . الاختلاط مع الحيوانات في الريف أو حقول التربية ، أدى إلى إصابة الكثيرين بالأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والانسان ، وما مرض جنون البقر الذي يعصف في أوروبا والعالم إلا مثال حي على ما نقول .

ظاهرة بيئية خطيرة برزت في العصر الحاضر ، هي ازدياد كمية وحجم الغازات السامة ؛ الناتجة من مخلفات المواد الصناعية والمعامل ، واستعمال المبيدات الحشرية بكميات كبيرة ، مما أدى إلى تكون الأمطار الحامضية ، وما نتج عنها من قتل ملايين الأشجار ودمار المزارع والغابات ، وتشقق طبقة الأوزون التي تحيط بالكرة الأرضية ، والتي أدت إلى ارتفاع درجة حرارة الكرة الأرضية . إن هذه الظاهرة تحولت إلى كارثة بيئية خطيرة ، أثرت على الإنسان ، والماء ، والحيوان ، والنبات ، والبكتيريا ، والفيروسات ، حيث تحولت بعض الفيروسات والبكتيريا من حالتها اللامرضية الساكنة إلى موجودات مهاجمة ومرضية .

الحوادث الطبيعية كالزلزال والفيضانات ، والعواصف والجفاف ، يرافقها كالعادة شibus مختلف الأمراض .

التحلل الأخلاقي الخطير ، والمتفشي في العديد من بلدان العالم ،

أدى إلى ازدياد الجرائم الجنسية كالاغتصاب والاعتداء ، وازدياد حالات الطلاق ، والعلاقات الجنسية الغير مشروعة وما رافقها من أمراض زهرية معدية .

الحروب وويلاتها التي نشبت وتنشب بين الحين والأخر في مناطق عديدة من العالم ، وما يرافقها من أمراض عضوية ونفسية وعاهات دائمة مؤذية لها مردودات وتأثيرات سلبية وكثيرة على المجتمعات .

اما استعمال الأسلحة الكيميائية والقنابل الذرية والعنقودية وقدائق اليورانيوم فتأثيرها معروف لدى الجميع ؛ فاما أن يكون ذا مدى قصير أو طويل ، وأضرارها تشمل الرجال والنساء والأطفال ، وحتى الحيوان والنبات ، ولسنين عديدة .

الدكتاتوريات وما يرافقها من إرهاب وسجن وقتل وتعذيب لمختلف طبقات الناس بل وحتى الشعوب المجاورة ؛ المبادئ الهدامة والأفكار الملحدة والشاذة ، وما تجلبه من دمار للأفكار والمبادئ ، ومن ويلات وانقلابات ، ومشاجرات وسجون واغتيالات لها آثار سلبية كبيرة على صحة الكثير من الناس .

أما الركض وراء المادة وجعلها هدفاً فهو من أشد الأخطار ، لأن حب الدنيا رأس كل خطيئة ، ومن عشق المادة وأحبها فعل المستحيل للحصول عليها .

إن التمسك بالدين ، وما يرافقه من استقرار روحي ونفسي ، له فوائد عائلية واجتماعية لا تحصى ، وبالعكس فإن الابتعاد عنه سيوقع الإنسان في مشاكل إجتماعية ونفسية وصحية ، وصدق الله العظيم : «ذلك بما قدّمت

أيديكم وَأَنَّ اللَّهَ لِيَسْ بِظَلَامٍ لِلْعَبْدِ<sup>(١)</sup>.

الإمام علي عليه السلام الذي هو كنز العلوم الإلهية والنبوية، يدرك هذه الحقائق وما يتربّ عليها من آثار صحية مضرّة ومؤذية للإنسان ذو الطاقات المحدودة؛ لذلك نراه يؤكد في هذا الشرط من الشعر على نقطة مهمة وهي: أن أغلب أمراض الإنسان هي من صنع يده، ومن أم أفكاره المنحرفة والبعيدة عن الإيمان، وهي التي أوصلته إلى هذه الحالة المزرية والمؤذية للروح والبدن.

والاليوم وبعد مئات السنين، يؤكد الباحثون وأطباء علم النفس على أن أغلب الأمراض العضوية هي وليدة الضغوط النفسية التي يعاني منها الإنسان؛ والتي ما زالت تهجم عليه بقوة وشراسة، جراء المعاناة اليومية والمشاكل الاجتماعية المستمرة والمتوصلة، وهذا ما نشاهده اليوم من خلال ملايين المرضى الذين يعانون من الأمراض النفسية المختلفة.

---

(١) سورة الأنفال ، الآية : ٥١ .

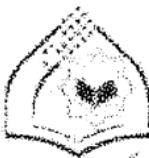


## علم المناعة

قال الإمام علي عليه السلام :  
«دواوئك فيك وما تبصر»<sup>(١)</sup>

---

(١) ديوان الإمام علي عليه السلام من ١٧٩ .



Shahzad

بعد أن أوضح الإمام على طه بن معاذ بصورة جلية وناطقة، بأنَّ أغلب الأمراض التي تصيب الإنسان هي من صنع يده وأفكاره وتصرفاته (وداؤك منك وما تشعر)؛ ركز هنا بكلمات إعجازية وحروف نورانية وقوافي شعرية تستطع كضوء الشمس في وضع النهار على أهمية الموضوع. كلمات تحاكي وتسابق وتزيد العلوم الطبية العصرية، وتماشي مع العظمة الالهية والحكمة الربانية التي خلقت الإنسان في أكمل وأحسن تقويم؛ وزودته بما يحتاج من دفاعات ضرورية ومقومات لازمة حيوية، ليكون في وقاية بدنية من المسببات المرضية، ولি�صبح في حصانة من الاصابة بالأمراض العضوية والنفسية.

كلمات بدأت تظهر معالمها العلمية، وتعرف حقيقتها الإعجازية بعد مرور مئات السنين، عندما تقدم العلم والبحث العلمي الذي كشف لنا الكثير من حقائق وأسرار الخلقة البشرية، التي لا يعرفها بالكامل إلا الله والراسخون في العلم ومنهم سيدنا ومولانا الإمام على طه الذي أراد منا بشره هذا أن يبين لنا جزءاً يسيراً من العظمة الالهية التي لم ترك الإنسان سدى أو فريسة سهلة أمام الأعداء العرئيين وغير العرئيين؛ الذين يجلبون الأمراض ويسبّون المرض.

### أنواع المناعة :

- ١ - مناعة طبيعية وجدت في الإنسان منذ خلقه.
- ٢ - مناعة مكتسبة ، وهي على نوعين :
- أ - مناعة مكتسبة نتيجة الاصابة بالأمراض ، كالجدرى ، والسعال

الديكي ، والحسبة ، والحسبة الألمانية ، والنكاف ، وغيرها .  
 ب - مناعة مكتسبة عن طريق إعطاء اللقاحات الازمة للأطفال منذ الولادة وحتى دخولهم المدارس ؛ وهي لقاحات متعددة ، تعطى وفق جدول مدروس ومعين ، كاللثاح الثلاثي ، وشلل الأطفال ، والسل ، والدفتيريا ، والسعال الديكي ، والكجزاز ، والتهاب الكبد الفيروسي .  
 إن الإنسان مزود بدفاعات خارجية ، أو ما يسمى بخط الدفاع الأول الذي يتكون من :

١ - شعر الجسم بأنواعه ومواقعه المختلفة ، كشعر الرأس والأذن والألف والبدن واللحية والشارب . هذا الشعر لم يخلق الله عباداً ولم ينجب في تلك الواقع إلا لعلة ، كالمحافظة على درجة حرارة البدن ودفع الميكروبات وشل حركتها .

٢ - عرق البدن . إن وجود ملايين الغدد العرقية هو لحفظ حرارة البدن أولاً ، والمساهمة في إيجاد محيط حامضي على طبقة الجلد ، تمنع تكاثر الميكروبات والفايروسات وتحبط محاولتها لدخول البدن بسهولة .

٣ - دمع العين ، ويستفاد منه لحفظ العين من التيسس نتيجة انتفاح الأجيافان ، كذلك المحافظة على العين في شل فعالية بعض الميكروبات ، إضافة إلى توطيد الأنف أثناء دخول الهواء إلى الرئتين .

٤ - لعاب الفم : إن إفرازات الغدد اللعابية يستفاد منها في تسهيل عملية المضغ والبلع ؛ وكذلك مقاومة بعض الميكروبات وشل فاعليتها .

٥ - شمع الأذن ، يحافظ على رطوبة الأذن الخارجية ونعمتها ، ومنع السوائل من التجمع داخل الأذن ، كذلك يحافظ على رطوبة ومطاطية طبلة الأذن ويعززها حينما تتعرض لأصوات مؤذية وقوية ، كما أنه عامل

مهم ومفيد في قتل الميكروبات والحيشات الدالة إلى الأذن الخارجية .

٦ - حموضة المعدة ، تساعد على هضم المواد البروتينية الداخلة إليها ، كما وانها تقتل وتقتل فعالية بعض микروبات الداخلة مع الماء والغذاء .

٧- العضلات القابضة ، تمثل نقاط حراسة فعالة تمنع دخول الأعداء إلى جسم الإنسان كعضلات البلعوم ، والإحليل ، والمهبل ، وفتحة الشرج ، وغيرها .

٨- الشعيرات الميكروسكوبية الموجودة في جدار القصبة الهوائية، تساهم بفعالية في طرد الأجسام الغريبة الصغيرة والميكروبيات الداخلية مع الهواء.

٩- بعض الميكروبات يتم طردها وطرحها مع الفضلات والسموم  
الخارجة من البدن عن طريق البصاق والبول والبراز.

في حالة فشل تلك الدفاعات الفسيولوجية والميكانيكية في طرد ومقاومة وقتل المسببات المرضية تبرز الأعراض التالية؛ والتي هدفها تنبيه الإنسان بأنّ حاليه الصحية في خطر، وأنّ على دفاعات وجيش خط الدفاع الثاني التدخل قبل استفحال الأمور وحصول المرض؛ وهذه الأعراض عبارة عن:

## ١ - إرتفاع في درجة الحرارة .

٢- آلام في مناطق معينة أو متعددة في الجسم.

٣ - عدم الشهية.

٤ - التفريغات

#### ٥- الإسهال في بعض الحالات.

- ٦ - دوران في الرأس وفقدان السيطرة بعض الأحيان .
- ٧ - زيادة في سرعة التنفس .
- ٨ - زيادة في عدد ضربات القلب أو عدم انتظامها في بعض الأحيان .  
كما ذكرنا في حالة فشل خط الدفاع الأول يتدخل خط الدفاع الثاني الموجود داخل الجسم ، والمتأهب دائمًا ويسرع للدفاع والهجوم ، في جميع حالات دخول العناصر المسببة للأمراض إلى داخل الجسم . ويتكون خط الدفاع الثاني من :

#### أ - جهاز المناعة الطبيعي :

تتوارد عناصر هذا الجهاز بصورة طبيعية داخل الجسم سواء في الحالات المرضية وغير المرضية ، والخلايا المقاومة تعتبر العناصر الأساسية لهذا الجهاز . يملك هذا الجهاز قدرة واضحة لإنتاج المضادات الموجهة ضد ملايين العوامل الأجنبية المختلفة التي تهاجم وتغزو الجسم .

#### مكونات هذا الجهاز عبارة عن :

##### ١ - الخلايا الأكلة للميكروبات :

عندما يدخل فيروس أو جرثوم أو بروتين أجنبي إلى داخل الجسم يتم ابتلاعه من قبل البالعات الكبيرة ويتم هضمها جزئياً .

##### ٢ - الخلايا القاتلة للميكروبات :

تسمى أحياناً الخلايا غير B وغير T . هذه الخلايا هي خلايا لمقاومة كبيرة تزلف ( ١٥ - ١٠ ) في المائة من الخلايا وحيدة النواة الجائمة في الدم ؛ تقوم هذه الخلايا بقتل العناصر الدالة دون أي سابق معرفة بها ودون مساعدة مستضدات التوافق النسيجي الأساسي ؛ ولها دور فعال في تدمير

الخلايا ذات القدرة التكاثرية الخبيثة؛ وبالتالي تساعد في منع تطور الأورام السرطانية بسرعة؛ كما وانها تهاجم الفيروسات، وتملك مستقبلات تسمح بقتل الفيروسات المغلفة بالأضداد.

٣ - العوامل المتممة: وهي عنصر مهاجم يتكون من (٢٠) مادة بروتينية تتحدد مع بعضها لقتل ومقاومة الميكروبات. وهي عبارة عن إنزيمات بلازمية، وقد تم تمييز عدة إنزيمات وثلاث بروتينات في هذا الجهاز.

٤ - اللمفوكنيات والسيتوكينات:  
إن المقاويات والبالعات الكبيرة، وأحياناً الخلايا البطانية والدبقية، وبعض أنواع الخلايا الأخرى، تقوم بإفراز العديد من الوسائط الكيميائية الشبيهة بالهرمونات التي تؤثر على الاستجابة المناعية. إن الوسائط التي تفرزها المقاويات تسمى عادة اللمفوكينات، ولكن بما أنها تفرز من خلايا أخرى أيضاً لذلك يفضل تسميتها بالسيتوكينات. هذه الوسائط الكيميائية لها دور فعال وكبير ضد الفيروسات وعامل مساعد للخلايا الأكلة والقاتلة.

#### ب - جهاز المناعة المتكيف<sup>(١)</sup>:

يدخل هذا الجهاز ساحة المعركة، في حالة فشل جهاز المناعة الطبيعي في صد ومقاومة المسببات المرضية؛ ويعمل كالتالي:

١ - يقوم بصنع عاجل وسريع للمضادات المناسبة للمسبب الداخلي، حيث يقوم بدفع كميات ملائمة ومناسبة لقوة الأعراض والمسبب في محاولة لزيادة المقاومة أمام الغزاة والقضاء عليهم، وهي أنواع متعددة منها:

IgG، IgA، IgM، IgD، IgE

٢ - تندفع خلايا الجهاز المفاوي بسرعة خارقة ، وتدخل ساحة المعركة بكثيّرات هائلة وأنواع خاصة قادرة على شل وقتل الميكروبات الداخلة ؛ وتتألف من عدة أنواع :

أ - الخلايا العاديّة .

ب - الخلايا المتحولة وفق نوع وخاصية الميكروب المسبب .

ج - الخلايا المتطرفة ، وتمثل الجهاز الصاروخي في الجيوش الحديثة ، وهي أنواع منها خلايا T ، وخلايا B.

ولكن إذا فشلت جميع فعّالات الجسم في صد ومقاومة العدو الغازي ، ويدأت الأعراض المرضية بالظهور ، وصار المريض يعاني من الآلام وارتفاع الحرارة والمضاعفات ، تتدخل قوة الاحتياط الضاربة أو الأدوية التي يصفها الطبيب وفق تشخيصه ، وت تكون من الحبوب ، والأشربة ، والحقن العضلية والوريدية ، والتحاميل والحقن الشرجية . واليوم وبعد انتشار المختبرات الطبية وتعدد وسائل التشخيص ؛ صارت الأدوية تعطى للمريض حسب نوعية الميكروب المُشخص وحساسيته تجاه الدواء اللازم وبكميات مناسبة وملائمة وكافية للقضاء عليه ؛ علمًا بأن العلاج قد يستغرق مدة قصيرة أو طويلة ، وفق قوة وكمية ونوعية ومقاومة الميكروب الداخل للجسم ؛ فقد يستغرق العلاج سبعة أيام كما في التهاب اللوزتين ، أو إسبوعين في حالة الإصابة بذات الرئة ، أو ٦ - ٩ أشهر عند الإصابة بمرض التدرن ، وهكذا حسب نوعية الإصابة .

إن ما استعرضناه في هذه الصفحات حول جهاز المناعة في جسم الإنسان هو مختصر المختصر ؛ لأنّ علم المناعة هو من العلوم الحديثة المتطرفة التي تدرس في الجامعات الطبية العالمية ؛ وله أساتذة متخصصون . وصدق الإمام علي عليه السلام حين قال : دوازك فيك وما تبصر .

## العالَمُ الأَكْبَرُ

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَأَنْتَ حَسِيبٌ أَنْكَ جَرْمٌ صَغِيرٌ وَفِيكَ انطوىَ الْعَالَمُ الأَكْبَرُ»<sup>(١)</sup>

---

(١) ديوان الإمام علي عليه السلام ص ١٧٩



**الأجرام السماوية** : كثيرة العدد ، متنوعة الأحجام ، منها المأهول بالبشر كالأرض ، ومنها غير المأهول ، لكنها تتفق جميعاً من حيث التكوين الإلهي والعظمة الربانية ؛ بعجيب الصنع الذي يدل بلا ريب على عظمة الصانع وابداع المكّون .

الأرض بصغرها نسبة للكواكب والأجرام السماوية الأخرى ، تحوي وت تكون من ملايين التركيبات المادية ، وأنواع المخلوقات الحياتية ومختلف النباتات والأشجار والفواكه ذات المذاقات المتعددة ؛ تجعل الإنسان العاقل يقف بخشوع وإجلال لعظمة الخالق البارئ المصور ، ويجزم بيقين بعظمة الكون ويداعته .

الإمام علي عليه السلام الخازن والحافظ لعلوم النبي الأكرم ، عرف حقيقة الإنسان وما أعطاه الله من عناصر وتكوينات فاقت أكبر المخلوقات الأخرى ؛ كالكواكب والأجرام السماوية التي بهرت عقل الناظر إليها ، فخاطبه بهذا البيت من الشعر الذي يحوي الكثير من المعاني والأيات ، لكي يتفكر ما بنفسه من معجزات رتبها وصورها الله في أحسن تصوير ، معجزات فاقت التصور البشري ، حتى أن العلم الحديث وما يملكه من أجهزة متقدمة لم يتوصّل إلى معرفة كنه الإنسان ، وصدق الرسول الكريم حين قال : من عرف نفسه عرف ربه .

نعم ، إن من يطلع على التكوين التشريحي والفيزيولوجي والكيميائي ، وما أودع الله في الإنسان من أنسجة وأعضاء معقدة التركيب بعيدة التصور ، سيخر ساجداً شاكراً للخالق العظيم ، الذي لا تعد نعمه ولا تحصى ، ويزداد يقيناً وایماناً واستقامةً وتسليمًا لله رب العالمين ، «إِنَّمَا

**يَخْشَى اللَّهُ مِنْ عِبَادِهِ الْعَلَمَاءُ**)<sup>(١)</sup>.

الإعجاز الذي نطق به الإمام قبل عدة قرون ، بدأ العلماء يكتشفونه ويدركونه بعد سنين طويلة وجهود مكثفة من البحث والمتابعة ؛ ولا يزالون يكتشفون كل يوم حقائق جديدة ومذهلة ، حتى توصلوا أخيراً إلى اكتشاف ما أسموه بالخارطة الجينية للإنسان ؛ والتي تحتوي على أكثر من ثلاثة ألف جين . وما زاد الأمر انبهاراً وعظمةً هو أن كل جين متخصص بعمل معين ووظيفة معينة ؛ حيث يؤثر ويتأثر بالأمراض المختلفة التي عاني ويعاني منها الإنسان في الوقت الحاضر والمستقبل ؛ تاهيك عن أن الخلية الإنسانية بحد ذاتها هي عالم خاص ، له مدبر وإدارة وعمال ومراقبون ، وحدود تراقب الداخل والخارج ولا تسمع بذلك إلا بجواز رسمي موقع من إدارة الخلية ، كما وانها تملك المولدات الكهربائية التي تزودها بالطاقة اللازمة . إما الدماغ وما يحويه من مليارات الخلايا العصبية فهو عبارة عن عجينة ذات لون رمادي وأبيض لم يتعرف العلماء على حقيقته وكيفية عمله ، وكيف تخصصت خلاياه للقيام بالأفعال والأعمال العضوية والعاطفية المختلفة .

والآن لو أردنا أن نشرح عمل كل خلية ونسيج وعضو وجهاز ، لطلب ذلك مجلدات لا تحصى . لذلك نكتفي ب مجرد بسيط لما يحويه جسم الإنسان من خصائص ووظائف وأعضاء فريدة في نوعها وتكاملها ؛ وكيف أنها تشكل عالماً كبيراً واسعاً يفوق تصورنا وخياننا . وبذلك نصل إلى نتيجة هامة وهي : أن الإنسان بحجمه الصغير يملك من الطاقات والأجهزة والمعامل والوظائف ملابس المرات أكبر وأكثر وأعقد من الأجرام السماوية المعروفة لدى الإنسان ؛ وصدق الله العظيم في كتابه الكريم :

---

(١) سورة فاطر ، الآية : ٢٨ .

**﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ \* وَفِي أَنفُسِكُمْ أَنلَا تَبْصِرُونَ﴾**<sup>(١)</sup>.  
والتيك ما في الإنسان :

- ١ - يزن الإنسان المتوسط العمر والبالغ من الطول متر و ٧٥ سم (٧٠) كيلو غرام ومساحة بدنية حوالي (١،٨) متر مربع.
- ٢ - يحتوي جسم الإنسان على الف مليون مليون خلية.
- ٣ - يقوم جسم الإنسان بالعمليات المختلفة التالية خلال اليوم الواحد :
  - أ - يأكل حوالي ٣ - ٤ أرطال من مختلف الأطعمة.
  - ب - يشرب ما يقارب ١،٥ لتر أو أكثر من السوائل.
  - ج - يتنفس (٢٣٠٠٠) مرة.
  - د - يدق قلبه (١٠٠٠٠) مرة.
  - ه - يخزن في ذاكرته نصف مليون صورة جديدة.
  - و - يتخلص بوسائله المختلفة من اوعية من الأملاح.
  - ز - يتبع يومياً  $240 \times 10$  كرية حمراء وأضعاف كمية الكريات البيضاء.
  - ح - يتنفس (٤٢٥) قدماً مكعباً من الهواء منها (٨٥) قدم من الأوكسجين .
  - ط - يفرز (١،٥) لترأً من اللعاب .
  - ك - يولد كمية من الطاقة تعادل الطاقة الناتجة من سيارة كبيرة .
  - ل - يتخلص من (٢،٥) لتر من السوائل عن طريق البول والتعرق والتفس والبراز .
  - م - يتخلص من (٢،٢٥) رطل من غاز ثاني أوكسيد الكاربون .

---

(١) سورة الذاريات ، الآيات ٢٠ - ٢١ .

- ن - يفرز الكبد يومياً لترأً من المادة الصفراء.
- ٤ - يستهلك جسم الإنسان من خلاياه حوالي (١٢٥) مليون خلية في الثانية الواحدة أي : بمعدل (٧٥٠٠) مليون خلية في الدقيقة الواحدة، وينفس الوقت يتشكل ويتركب نفس العدد من الخلايا بصورة تقريبية.
- ٥ - خلق الإنسان بأحسن الصور، فاليدان للعمل والرجلان للوقوف والسعى ، والعينان للإهتمام ، والفم للاغتناء ، والمعدة للهضم ، والكبد للتحويل والتصفية ، والمنافذ لدفع السموم والفضلات ، والأعضاء التناسلية لادامة النسل .
- ٦ - شرايين الدماغ والرأس والقلب والكلية والرئتين والعضلات تختلف من حيث التركيب والوظيفة بعضها عن البعض الآخر .
- ٧ - إن الشعر والأظافر خالية من الحياة ، لأن طولها سمع وقيح ، وبؤدي إلى القذارة والاصابة بالأمراض ، وقصهما حسن وجميل ، ولو كانت فيما حياة لألم الإنسان قصهما .
- ٨ - الأذن لا تسمع الذبذبات الصوتية التي هي أقل من (١٦) موجة في الثانية ، وأكثر من (١٦) ألف موجة في الثانية ، وهذه نعمة من الله ، لأن الإنسان لو سمع جميع الأصوات الصادرة من مختلف الموجودات والكتانات لأصيب بالخوف والهلع والإجهاد والموت ؛ وذلك من شدة الضوضاء التي يتعرض لها .
- ٩ - إن عدد ضربات القلب (٧٦) ضربة في الدقيقة ، وتصل بمعدل (١٠٠) ألف ضربة يومياً أي (٤٠) مليون ضربة بالسنة أو ما يعادل (٢٠٠٠) مليون ضربة في الشخص المتوسط العمر .
- ١٠ - إن طي الركبة هو إلى الخلف ، لكون الإنسان يمشي إلى الأمام فتعتدل الحركات ، ولو لا ذلك لسقط في المشي ، والقدم مقوسة لأن المشي

- اذا وقع على الأرض بكمال القدم ثقل الجسم وتعب .
- ١١ - جدار الأنف البسيط على الرغم من صغر مساحته ودقته والذي يمر فيه الهواء ليل نهار بمعدل (٢٠) مرة في الدقيقة ، يعتبر من أدق وأفضل أجهزة التكيف الهوائي في العالم .
- ١٢ - المعدة تحوي (٣٥) مليون غدة معقدة التركيب لأجل الإفراز ، أما الخلايا الجدارية التي تفرز حامض الكلوريد ، فتقدر بمليار خلية .
- ١٣ - الإنسان هو المخلوق الوحيد الذي انتصب بذنه قائماً ، واستوى جالساً .
- ١٤ - جعل الله العينين في الرأس ، ولم يجعلها في مكان آخر ، حفظاً لها من الضرر ، وليتمكن الإنسان من مطالعة الأشياء بيسر وسهولة .
- ١٥ - الغدة النخامية التي تزن حوالي نصف غرام ، وحجمها لا يتتجاوز ستر مكعب ، هي الغدة الأم التي تدير وتسيطر على كافة الغدد الأخرى في جسم الإنسان .
- ١٦ - صوت الإنسان الذي تشتراك فيه الحنجرة واللسان والشفتان والأسنان ، صفة خاصة بالإنسان لا يجاريه فيها مخلوق آخر .
- ١٧ - يوجد في الفرج والصائم (٣٦٠٠) زغابة في كل سنتيمتر مربع لامتصاص الأغذية المهمضومة ، وفي الدقاد (٢٥٠٠) زغابة ، وإن تلك الزغابات أدق وأفضل من أحدث الكمبيوترات الحديثة ، علماً بأنَّ طول الأمعاء الدقيقة ثمانية أمتار .
- ١٨ - إختص الإنسان بخاصية الحفظ والنسيان والحياة والمنطق والكتابة .
- ١٩ - إختصت المخلوقات بالأخص الإنسان السالم بخاصية توقف النمو عند حد معين ؛ ولو لا ذلك لبرزت مشاكل عديدة ، كذلك نراه يتواجد

- ذكرأ واثنى ولو كان غير ذلك لانفرض نسل الإنسان .
- ٢٠ - إن التجاويف الموجودة في الرأس هي للموازنة واتقاء الصدمات التي قد يتعرض لها الإنسان خلال حياته اليومية .
- ٢١ - إن في مخاطبة الفم يتوسف (٥٠٠٠٠) خلية تعوض فوراً، وذلك كل خمس دقائق .
- ٢٢ - اللسان يحوي (٩٠٠٠) حليمة ذوقية لتمييز الطعم الحلو والحامض والمر والمالح .
- ٢٣ - إن الشعر لحفظ الرأس والبدن من الحر والبرد .
- ٢٤ - وإن الجبهة بدون شعر، لأنها مصب النور إلى العينين ، وجعل فيها تجاعيد لمنع وصول العرق بسهولة إلى العينين ، وإن الحاجبين مفرق العينين ليردوا عليهما النور .
- ٢٥ - إن الكربات الحمراء الوجودة في جسم الإنسان لو وضعت بجانب بعضها في صف واحد لأحاطت بالكرة الأرضية؛ أما مساحتها فتقدر بـ (٣٤٠٠) متر مربع، وعدها خمسة ملايين كرية حمراء في كل (مليметр مكعب) من الدم ، وإنه يوجد في دم الإنسان الكامل (٢٥) مليون المليون كرية حمراء لنقل الأوكسجين ، و (٢٥) مليار كرية بيضاء لمقاومة الجراثيم ، و مليون مليون صفيحة دموية لمنع التزف داخل الأوعية الدموية في حالة التزف .
- ٢٦ - وإن دفقة المني الواحدة عند الرجل تحوي ثلاثة مليون حيواناً منوياً، ولا يتخلق الإنسان عند المقارنة إلا من حيوان منوي واحد يندمج مع بيضة واحدة من الأنثى .
- ٢٧ - درجة حرارة الإنسان ثابتة بالرغم من ملايين الفعالities المختلفة التي يقوم بها الإنسان؛ وهذا ما لا يوجد في أرقى الماكنات المصنوعة في العالم ، حيث تتجاوز حرارتها حرارة جسم الإنسان أضعاف المرات بالرغم

- من صغرها وعدم قيامها إلا بوظيفة واحدة فقط .
- ٢٨ - لسان المزمار الصغير الحجم الكبير الفعالية ، يعتبر من أشهر وأحسن وأعظم شرطي مرور في العالم .
- ٢٩ - الكلية الواحدة بصغرها تحوي مليون وحدة وظيفية لتصفية الدم ، تسمى التفرونات ، ويرد إلى الكلية الواحدة في مدي (٢٤) ساعة (١٨٠٠) لتر من الدم ، ويتم رشح (١٨٠) لترًا منه ثم يعاد إمتصاص معظمه في الأنابيب الكلوية ، ولا يطرح منه سوى (٥٠) لتر وهو المعروف بالبول ، ويبلغ طول أنابيب التفرونات حوالي (٥٠) كيلو متراً ، وان الكلية الطبيعية بالرغم من صغر حجمها تقوم ببناث الوظائف ، ولو أردنا أن نقوم بصنع كلية صناعية مماثلة ، لطلب منها مصانع كبيرة وكثيرة ، تأخذ حوالي خمسة كيلو مترات مربعة من الأرض .
- ٣٠ - الكبد بحجمه المعروف يقوم بأكثر من (٦٠٠) عملية فيزيولوجية في اليوم .
- ٣١ - الأنف جعل وسط العينين ليقسم النور إلى العينين بالتساوي ، وأن ثقبه إلى الأسفل ليكون مصب الرواشح ، والشارب والشفة لمنع نزول سوائل وروائح الأنف إلى الفم .
- ٣٢ - العين لا توازيها أكبر وأحدث الكاميرات العالمية الموجودة ، لأنها تصور ملايين الصور يومياً بدون صوت أو إزعاج ويمختلف الأحجام والألوان ، وليس لها جهاز تحميض معقد ، مثل الكاميرات الحالية .
- العين الواحدة تحوي حوالي (١٤٠) مليون مستقبل ضوئي ، وهي ما تسمى بالمخاريط والعصبي . يبلغ عدد المخاريط في كل عين (٧) ملايين ، وعدد العصبيات (١٣٠) مليون ، مهمة الأولى الضوء المركز والألوان ، والثانية الضوء الضعيف والعادي .

٣٣ - القصبة الهوائية تتفرع إلى قصبات ثم فصوص ، وهكذا حتى تصل إلى فروع دقيقة على مستوى الأسنان الرئوية . يبلغ عدد الأسنان الرئوية حوالي (٧٥٠) مليون سنخاً ، وكل سنخ يتمتع بغلاف رقيق ويتصل بجداره عرق دموي صغير يتم خلاله تبادل الغازات .

٣٤ - تبدأ الأسنان بالتعظم في بداية الشهر السابع من عمر الجنين ، وتبدأ بالظهور من الشهر الخامس أو السادس ، وتسمى الأسنان اللبنية ، وعدها (٢٠) سنًا ، وتبدأ بالسقوط في بداية السنة السادسة وحتى الثالثة عشر ، كي تسمح بنمو الأسنان الدائمة التي تعدادها (٣٢) سنًا ، وأقتنصت الحكمة الألهية جعل تلك الأعداد ثابتة عند الصغار والكبار .

٣٥ - وزن القلب في الشخص المتوسط العمر والوزن حوالي (٣١٢) غراماً . وحجم قبضة يد ، تبلغ عدد ضرباته بصورة متوسطة (٦٠ - ٨٠) ضربة في الدقيقة الواحدة أي ينبعض (٤٠) مليون مرة في العام الواحد ، في كل نبضة يدخل القلب حوالي ربع رطل من الدم ، ويضخ في اليوم الواحد (٢٢٠٠) غالون من الدم وحوالي (٥٦) مليون غالون على مدى الحياة .

٣٦ - عمل عضلات الإنسان مجتمعة في اليوم يساوي ما حمولة (٢٠) طن . يحوي جسم الإنسان حوالي (٦٠٠) عضلة ، وأكثر من (٢٠٠) عظم . وتحوي العضلة المتوسطة الحجم على (١٠) ملايين ليف عضلي .

٣٧ - زغابات المشيمة عند المرأة الحامل تغرس مساحة (١٦٠) قدم مربع وطول (٣٠) ميل ، وتعتبر مقرأً لإفراز العديد من الهرمونات ، وممتصات الفداء ، وجهاز تصفية لأي مادة داخلة وخارجية .

٣٨ - توصل العلماء إلى اكتشاف الخارطة الجينية للإنسان ، ووجدوا أنها تحتوي على أكثر من ثلاثة ألف جين ، وكل جين مسؤول عن عمل معين وصفة معينة ومرض معين .

٣٩ - في الدماغ (١٣) مiliار خلية عصبية و (١٠٠) مiliار خلية دقيقة استنادية تشكل سداً لحراسة الخلايا العصبية من التأثير بأية مادة ، وأن الخلايا العصبية في جسم الإنسان لو وضعت بصف واحد ليبلغ طولها أضعاف المسافة بين الأرض والقمر .

٤٠ - في عضو كورتي الذي يمثل شبكة الأذن يوجد حوالي (٣٠) ألف خلية سمعية لنقل كافة أنواع الأصوات .

٤١ - في المبيض عند المرأة بويضات جاهزة تصلح كل واحدة أن تكون نصف إنسان ، يبلغ عددها في المبيض الواحد (٤٠٠٠٠) بويضة ولا يفرز من هذه البويليات في كل دورة قمرية (٢٨ يوماً) سوى بيضة واحدة ، ويتناوب المبيضان في الإفراز بالحالة الطبيعية .

٤٢ - تحت سطح الجلد يوجد حوالي (٥ - ١٥) مليون مكيف لحرارة البدن والمكيف هنا هو الغدة العرقية ، لأن تبخر العرق من الجلد يمتص معه نسبة عالية من حرارة البدن وسطح الجلد الذي يبلغ ١،٨ متر مربع تتفاوت فيه الغدد العرقية قلة وكثرة ، ومجموع أطوال أنابيب الغدد العرقية الموجودة تحت الجلد حوالي (٤ - ٥) كيلو مترات .

٤٣ - لا يمكن أن تتشابه بصمات أصابع الإنسان حتى لو إجري الاختبار على مليارات البشر ، كما أن الوان وأصوات الناس تختلف فيما بينها . وحديثاً تمكّن العلماء من الوصول إلى حقيقة أن تركيب حامض D.N.A موجود في خلايا الإنسان يختلف من فرد لأخر .

بهذه التركيبة العجيبة والمواصفات الغريبة التي ذكرناها تكون دماغ الإنسان أو عقله ، والشيء المدهش أن تلك الخلايا المتشابهة والمستقرة في أماكن خاصة ، لها وظائف متباعدة ومتعددة تختلف من مجموعة إلى أخرى ، فبعضها للسمع والبصر ، وأخرى للنطق ، وبعضها للسيطرة على الحركة

والحس والألم ، وأخرى للفكر والعاطفة .

تعتبر الخلايا المختصة بالعاطفة من أعظم آيات الله الناطقة التي نفرق فيها بين الحق والباطل ، الإيمان والكفر ، والعدل والظلم ، والخير والشر . إن العقل البشري هو من أسمى المخلوقات التي منحها الله للإنسان ، لأن أول ما خلق الله العقل ، إستنطقة ثم قال له : إقبل فأقبل ، ثم قال له : ادبر فأدبر ، ثم قال : وعزتي وجلالي ما خلقت خلقاً هو أحَبُّ إلى منك ، ولا أكملتك إلا فيمن أحَبَّ ، أما إني إِيَّاكَ أَمْرَ وَإِيَّاكَ أَهْنَى ، وَإِيَّاكَ أَعَاقِبَ وَإِيَّاكَ أَثِيبَ . من ذلك تتضح عظمة العقل التي من خلالها عرف الإنسان ربه ، ومن عرف ربه عاش الحياة بسعادة وطمأنينة ، حيث القناعة والإيمان والعلم والخير ، ومن سلك طريق العلم عرف نفسه ومن عرف نفسه عرف بأنه أكبر وأسمى عند الله من بعض المخلوقات ومنها الأجرام السماوية . قال الرسول ﷺ : «لكل شيء الله وعدة ، وإن الله المؤمن وعدته العقل ، ولكل شيء مطبة ومطية المرء العقل ، ولكل شيء دعامة ودعامة الدين العقل ، ولكل قوم غاية وغاية العباد العقل ، ولكل قوم راع وراعي العبادين العقل ، ولكل تاجر بضاعة وبضاعة المجتهدین العقل ، ولكل أهل بيت قيم وقيم بيوت الصديقين العقل ، ولكل خراب عمارة وعمارة الآخرة العقل ، ولكل أمرى عقب ينسب إليه ويذكر به ، وعقب الصديقين الذين ينسبون إليه ويذكرون به العقل ، ولكل سفر فساطط وفساطط المؤمنين العقل»<sup>(١)</sup> . وقال الإمام علي عليه السلام : «العقل غطاء ستير ، والفضل جمال ظاهر ، فاستر خلل خلقك بفضلك ، وقاتل هواك بعقلك تسلم لك المودة وتظهر لك المحبة»<sup>(٢)</sup> .

(١) المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ١ ص ١٧٢ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ١ ص ١٧٣ .

# الحسد

قال الإمام على عليه السلام :

«إنَّ الحَسَدَ يَأْكُلُ الْحُسْنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ»<sup>(١)</sup>.

«صِحَّةُ الْحَسَدِ مِنْ قِلَّةِ الْحَسَدِ»<sup>(٢)</sup>.

«وَلَا تَحَاسِدُوا فِيَانَ الْحَسَدَ يَا كُلُّ الْإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ،  
وَلَا تَبَاغِضُوا فَيْانَهَا الْحَالِفَةَ»<sup>(٣)</sup>.

«الْحَسَدُ الصَّدِيقُ مِنْ سُقْمِ الْمَوَدَّةِ»<sup>(٤)</sup>.

«الْحَسُودُ دَائِمُ السُّقْمِ»<sup>(٥)</sup>.

«فَأَتُقْوِيَ اللَّهُ وَلَا تَكُونُوا لِتَعْمِيَ عَلَيْكُمْ أَضَادَاداً، وَلَا لِفَضْلِهِ عِنْدَكُمْ  
خَسَادَاداً»<sup>(٦)</sup>.

«الْحَسَدُ حُزْنٌ لَازِمٌ، وَعَقْلٌ هَامِ، وَنَفْسٌ دَائِمٌ، وَالنَّعْمَةُ عَلَى  
الْمَحْسُودِ نَعْمَةٌ، وَهِيَ عَلَى الْحَاسِدِ نَقْمَةٌ»<sup>(٧)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لأبي ابن أبي الحديد : ج ١ ص ٣١٧ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٩ ص ٩٧ .

(٣) المصدر السابق : ج ٦ ص ٣٥٤ .

(٤) المصدر السابق : ج ١٩ ص ٣٩ .

(٥) غرر الحكم ودرر الكلم للأمدي : ج ١ ص ٨٥ .

(٦) المصدر السابق : ج ١٣ ص ١٤٦ .

(٧) المصدر السابق : ج ٢ ص ٢٦٧ .



John R. Galt

قال الله تعالى في كتابه الكريم: «فَلْ أَهُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ \* مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ \* وَمِنْ شَرِّ فَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ \* وَمِنْ شَرِّ النَّفَاثَاتِ فِي الْعُقَدِ \* وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ»<sup>(١)</sup>.

هكذا ورد الحسد في القرآن الكريم ، وهو من الصفات المذمومة التي تعطلب من الإنسان التعود بالله منها . يصاب الإنسان بالحسد نتيجة الحقد المكبوت الناتج من الغضب . الحسد له عواقب سيئة كثيرة على الحاسد والمحسود . وهذا المرض شائع بين الناس ، لذلك قال الرسول ﷺ : «ثلاث لا ينجو منها أحد: الظنُّ والطيرَةُ والحسد»<sup>(٢)</sup> وقال الإمام علي: «صحة الجسد من قلة الحسد»<sup>(٣)</sup> .

**الحسد يؤثر على الإنسان من وجهتين:**  
**الاول الحasd: قد يؤثر التفكير فيه نفسياً، ومن ثم يؤثر عليه عقلياً وجسدياً كلما ازداد شدة الحسد، وكلما قل عادت له صحته البدنية واستقراره النفسي.**

**الثاني المحسود: قد يؤثر الحسد من خلال التأثير النفسي للحسد تجاه المحسود وأخر الدراسات التي قام بها فريق من أطباء علم النفس في الولايات المتحدة الأمريكية أثبتت وأقرت بوجود تأثير الحسد على المحسود من خلال موجات خاصة تنتقل من الحاسد إلى المحسود بطرق مباشرة أو غير مباشرة حيث تؤثر على نفسية وصحة المحسود .**  
**الانسان الحاسد قد تصل به الأمور إلى حسد نفسه بطريقة غير**

(١) سورة الفلق ، الآيات ١ - ٥ .

(٢) كتاب ذم الحسد : لابن أبي الدنيا .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٩٧ .

مباشرة، حيث يقول الإمام علي عليه السلام : «عجب المرء بنفسه أحد حساد عقله»<sup>(١)</sup>.

الحسد كظاهرة قد تظهر بأحدى المظاهر الطبية التالية :

١ - حاد، حيث تظهر على الحسد الانفعالات الداخلية الكامنة بصورة حادة، ويبداً بالتعبير عن مكوناته الداخلية بحالات غضب وكلمات جارحة، يرافقها تهديدات وتوعدات في بعض الأحيان. هذه الحالة قد ترافقها أحداث اعتداء أو نوبات مرضية يصاب بها الحسد.

٢ - مزمن، تبدأ انفعالات الحسد بصورة تدريجية عند الشخص الحسد، وتزداد بمرور الأيام، ولكنها لا تصل الصورة الحادة ولا ترافقها أحداث مهمة، ومع ذلك تؤثر على صاحبها بصورة تدريجية، وقد تجلب له المشاكل والإصابة بالأمراض النفسية والعضوية.

٣ - ظاهر أو مكشوف : في هذه الحالة تظهر علامات الحسد والحد وغضب بصورة واضحة وجلية على الحسد؛ وقد يعبر عنها بعدم الخوف أو الحياء من الناس أو الشخص المحسود. ويكون الحسد في هذه الحالة شخص فرضي، عديم الحياة.

٤ - مخفي : لا تبدو على الحسد علامات الحسد بصورة جلية، لأن الحسد في هذه الحالة إنسان ذكي أو ذو مكانة اجتماعية أو منصب حكومي؛ لذلك يبيث حسده وكلماته بصورة ذكية أو مبهمة، لا تدل على مقاصده ونواياه، بالرغم من أنها ترضي أغراضه وحقده الكامن داخل عقله وفكرة، وهذا النوع من الحسد أخطر من النوع الظاهر، لأنه يؤدي الغرض

(١) نوع البلاغة : للإمام محمد عبد الله ص ٥٠٧ .

المطلوب ولكن بذكاء وخبث . لذلك حذر الرسول الكريم المسلمين من الحسد وسلوك هذا الطريق المهلك حيث قال : «أخوف ما أخاف على أمري أن يكثر لهم المال فيت Hássidون ويقتلون»<sup>(١)</sup> .

### حقيقة الحسد<sup>(٢)</sup>

لا حسد إلا على نعمة ، فإذا أنعم الله على أخيك بنعمة فلنك فيها حالتان :

أحدهما : أن تكره تلك النعمة وتحب زوالها ، وهذه الحالة تسمى حسداً ، فالحسد حُدُوْدٌ كراهة النعمة وحبُّ زوالها من المنعم عليه .

الحالة الثانية : أن لا تحب زوالها ولا تكره وجودها ودوامها ، ولكنك تشتفي لنفسك مثلها ، وهذه تسمى غبطة ، وقد قال رسول الله ﷺ : «إِنَّمَا يُغْبِطُ عَبْدًا مُّؤْمِنًا بِمَا يَرَى إِنَّمَا يَحْسُدُ عَبْدًا مُّؤْمِنًا بِمَا يَرَى»<sup>(٣)</sup> .

الحالة الاولى : حرام في جميع الأحوال - إلا نعمة أصابها فاجر أو كافر واستخدمها في نشر الفساد وايذاء الناس - وهي اعتراف على قضاء الله الذي فضل بعض عباده على بعض ، وهذا الأمر واضح في كثير من آيات القرآن الكريم : «إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتَّبِّعُ»<sup>(٤)</sup> .

و«وَاللَّهُ فَعَلَ بِعَضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ فِي الرِّزْقِ»<sup>(٥)</sup> .

(١) كتاب ذم الحسد : لابن أبي الدنيا .

(٢) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٥ ص ٣٣٠ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣٠٧ .

(٤) سورة الذاريات ، الآية ٥٨ .

(٥) سورة النحل ، الآية ٧١ .

### أسباب الحسد<sup>(١)</sup>

- ١ - العداوة والبغضاء : وهو أشد أسباب الحسد ، فإن من آذاء انسان بسبب من الأسباب ، وخالفه في غرضه بوجه من الوجوه ، أبغضه قلبه وغضب عليه ورsex في نفسه الحقد ، والحقد يقتضي التشفى والانتقام ، فإن عجز المبغض عن أن يتشفى منه بنفسه أحبت أن يتشفى منه بتغير الزمان .
- ٢ - التعزز : وهو أن ينفل علىه أن يترفع عليه غيره ، فإذا أصاب بعض أمثاله ولایة أو علمًا أو مالاً ، خاف أن يتكبر عليه ، وهو لا يطيق تكبره ، ولا يسمح لنفسه باحتمال صلفه وتفاخره عليه .
- ٣ - الكبر : وهو أن يكون في طبعه أن يتكبر عليه ويستصغره ويستخدمه ويتحقق منه الانقياد له ؛ فإذا نال نعمة خاف أن لا يتحمل تكبره وطاعته ، أو ربما التطلع إلى مساواته أو يصبح متكبراً بعد أن كان مُتّكراً عليه .
- ٤ - التعجب : كما أخبر الله تعالى عن الأمم الماضية الذين قالوا : **«وَلَئِنْ أَطْعَمْتَ بَشَرًا مِثْلَكُمْ إِنَّكُمْ إِذَا لَخَسِرُونَ»**<sup>(٢)</sup> .  
تعجبوا أن يفوز برتبة الرسالة والوحى والقرب من الله بشر مثلهم . فحسدوهم وأحبوا زوال النبوة عنهم ، جزعاً أن يفضل عليهم من هو مثلهم في الخلقة ، لا عن قصد تكبر وطلب للرئاسة وتقدم للعداوة .
- ٥ - الخوف من فوت المقاصد : وذلك يختص بمترافقين على

(١) بتصرف من كتاب الممحنة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٥ ص ٣٣٥ .

(٢) سورة المؤمنون ، الآية : ٣٤ .

مقصود واحد ، فإنَّ كُلَّ واحد منها يحسد صاحبه في كل نعمة تكون عوناً له في الانفراد بمقصوده ؛ ومن هذا الجنس تحاسد الفرَّات في التزاحم . على مقاصد الزوجية ، وتحاسد الأخوة والتلاميذ .

٦ - حب الرئاسة وطلب الجاه نفسه ، من غير أن يتوصل به إلى مقصود ؛ كالذى يحب أن يكون لا نظير له في فن من الفنون .

٧ - خبث النفس وشحها بالخير لعباد الله ، فإنك تجد من لا يشتغل برئاسة وتكبر ولا طلب مال ولكن إذا وصف عنده حسن حال عبد من عباد الله فيما أنعم به عليه شق ذلك عليه ؛ وإذا وصف له اضطراب أمور الناس وإدبارهم وفوائط مقاصدهم وتنفس عيشهم فرح به ؛ فهو يحب الأذى لغيره ويبخل بنعمة الله على الآخرين .

#### دواء الحسد :

١ - العلم : وهو أن يعرف الإنسان أن الحسد يضره في الدنيا والدين ، وأن المحسود لا ضرر عليه ، فإذا عرف الإنسان ذلك وتيقن من ضرره بعقل وبصيرة ، ففارق وترك الحسد لا محال .

٢ - العمل : وهو أن يجاهد الإنسان مع نفسه ، ويصارع الأفكار والوسوس التي تقوده إلى الحسد . فيمدح بدل الذم ، ويتواضع بدل الكبر ، ويعتذر بدل الجفاء . وهذه الأمور تتطلب مجاهدة النفس وقلع الحسد من القلب .

إن الروح والجسد مرتبطان بعض ، ويؤثر كل منهما على الآخر ، وأمراض الحسد مضافاً إلى آثارها الروحية تؤثر على الجسد وتحرف صحة المصابين بها .

### الأفات الطبية والنفسية للعسد :

- ١ - كثرة الشك .
- ٢ - زيادة الهم .
- ٣ - سرعة الغضب .
- ٤ - الإصابة بالأرق .
- ٥ - شيوع ظاهرة الخوف .
- ٦ - إضطرابات الجهاز الهضمي ، كالتهاب المعدة والقولون والإسهال والتنفس .
- ٧ - الإصابة بمرض السكر .
- ٨ - الإصابة بضغط الدم .
- ٩ - ضعف الإعصاب وارتعاش اليدين .
- ١٠ - بروز ظاهرة القلق .
- ١١ - التعرض للإصابة بالأمراض العضوية المختلفة .
- ١٢ - الإصابة باضطرابات في الجهاز التنفسي كالحساسية وضيق القصبات .
- ١٣ - إنعدام الشهية .
- ١٤ - التعرق الكبير .
- ١٥ - إزدياد ضربات القلب .
- ١٦ - الإصابة بمرض الكآبة .
- ١٧ - الإصابة بمرض الأنأ (الأنانية) .
- ١٨ - الإصابة بالهستيريا .

### الأفات الاجتماعية للحسد :

- ١ - ضعف الرابطة العائلية .
- ٢ - ضعف الرابطة الاجتماعية .
- ٣ - النفرة من الناس والمجتمع .
- ٤ - طغيان روح البغضاء .
- ٥ - شيوع حالة الحقد .
- ٦ - الاستعداد لارتكاب الجرائم .
- ٧ - حب إشاعة التهم ضد الآخرين .
- ٨ - محاربة ذوي الثروة والمنصب .
- ٩ - الفرح والشماتة عند نزول المصائب على الآخرين .
- ١٠ - طغيان نزعة الشر .
- ١١ - محضر السوء .
- ١٢ - قصر العمر ، نتيجة الهم والقلق .
- ١٣ - ممارسة وتشجيع الغيبة .
- ١٤ - ضعف العقيدة الدينية .
- ١٥ - البخل وعدم القناعة .



## الصحة العامة

قال الإمام علي عليه السلام :

«وَكَانَى بِقَاتِلِكُمْ يَقُولُ : إِذَا كَانَ هَذَا قُوتُ ابْنِ أَبِي طَالِبٍ ، فَقَدْ قَعَدَ بِهِ الضَّمْفُ عنِ قِتَالِ الْأَقْرَانِ وَمَنَازَلِ الشُّجَعَانِ ! أَلَا وَإِنَّ الشَّجَرَةَ الْبَرِيَّةَ أَصْلَبُ حُودًا وَالرَّوَابِطُ الْخَضِرَةُ أَرْقُ جُلُودًا وَالنَّاِيَاتُ الْعِذِيَّةَ أَقْوَى وَقُودًا وَأَبْطَأْ خَمُودًا»<sup>(١)</sup>

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٦ ص ٢٨٩ .



Digitized by srujanika@gmail.com

أثبتت الدراسات العلمية والبحوث الأكاديمية ، التي قامت بها المنظمات الدولية والأوسط الصحيحة ؛ بأن الصحة العامة والصحة الفردية تتطلب وجود أجواء صحية وبيئية وروحية خالية من الملوثات والأمراض العضوية والنفسية . الدراسات أكدت على ضرورة كون تلك الأجواء ذات هواء طلق ، نقى خالي من الغبار والأترية وسائر الملوثات الأخرى ؛ ويحوي كمية كافية من الأوكسجين اللازم لفعالية البدن . ولا ننسى أن الأشجار والمزارع لها تأثير على كمية الأوكسجين المتواجد بالأجواء ، إضافة إلى الناحية الجمالية والبيئية ، وما لها من تأثيرات روحية ونفسية على الإنسان الذي يعيش تلك الأجواء الخضراء الجميلة .

إن توفر الغذاء الصحي المتوازن والخالي من الميكروبات مع محيط عائلي واجتماعي هادئ ومربيع ، يجعل الأعصاب هادئة والنفس مطمئنة ، علماً بأنَّ تلك الشروط والمتطلبات لا تتوفر في المدن المزدحمة الملوثة بأنواع وأشكال الملوثات ، على العكس من الريف الذي يتمتع بتلك الأجواء والمؤهلات .

إن وجود الإنسان في أجواء الريف الطلقة يمنحة القوة والسلامة ، وهدوء الفكر والمراج ، وقوة الأعصاب ، والقدرة على العمل والإنتاج ، ومقاومة التقلبات الجوية والأمراض المعدية ، والتعايش مع العوامل والمؤثرات الطبيعية ، لذلك نراه طويل العمر ، سليم البدن ، هادئ الطبع ، يتعامل بروح الأخوة والمسامحة . وبالعكس فإنَّ الإنسان الذي يعيش أجواء المدن الغير صحية حيث التلوث والضوضاء ، والميكروبات ، وهموم الدنيا ، وحب المال . يصبح آلة محطمة منهكة للأعصاب ، ضعيفة البنية ، قليلة

الصمود والمقاومة ، أمام الميكروبيات والعوامل النفسية . الإمام علي عليه السلام المؤيد من الله والرسول يشهد له التاريخ الإسلامي بقدرة الروح والبنية ، وشدة المراس والشجاعة التي أنسنت من قبله وبعده ، ما صارع أحد إلا صرمه ، وما برع فيه شجاع إلا قتله ، بالرغم من بساطة طعامه وشرابه . كان قوي الإيمان ، زاهداً في دنياه ، يكتفي بالقليل من الطعام ، كما شهد له بذلك أعداؤه وأحباؤه .

الإمام في كلامه الجميل أراد أن يوضع لنا قاعدة صحية مهمة جداً في حياتنا الحاضرة والمستقبلية ؛ قاعدة تحفظ الحياة ، وتبعد الإنسان من شر الأمراض وهموم النفوس ، والعصبية والغضب ، لذلك شبه الإنسان الذي يعيش حياة الريف ، حيث الهواء النقي والحياة البسيطة الخالية من العقد والمشاكل بالشجرة البرية ، وهذا التشبيه هو كنایة علمية رائعة لصلابة وقوة العود ، وطول العمر والصمود أمام التقلبات الجوية والبيئية ، أما الإنسان الذي يعيش في أجواء غير صحية ، مزدحمة ، مزلومة محفوفة بالمخاطر والمشاكل ، فإنه يعيش بالرغم من توفر الطعام والماء الكثير ، كالأشجار والروابط الخضراء ، التي لا تتحمل العواصف والرياح والجفاف والحرارة والبرد والثلوج والأمطار ؛ لكنها عاشت حياة النعيم والراحة ، ولم تعتاد أو تقاسي من تلك المؤثرات التي تكسبها القوة والمناعة والمقاومة . هذا التشبيه الواقعي هو من روائع الإمام في البلاغة والبيان والتعريف ، وهو يحاول تقريب القضايا العلمية والعملية إلى عقول الناس في ذلك العصر والعصر الحاضر ، حقيقة يتقبلها كل ذي عقل مفتوح وعين بصيرة .

والآن وقبل البحث عن عناصر ومتطلبات الأجراء الصحية السليمة ، التي يسعى إليها الإنسان لسد متطلباته الجسمية والعقلية ، لا بد لنا من القاء

نظرة بسيطة على جهاز الدورة الدموية والرئة ، وكيف يعملان معاً لتزويد الخلايا والأنسجة والأعضاء بالأوكسجين اللازم لإدامة الفعالية .

جهاز الدورة الدموية يقسم إلى أربعة اقسام :

- ١ - القلب : وهو الماكنة المحركة للدورة الدموية .
- ٢ - الشرايين : وهي الأنابيب أو الأوعية الدموية التي يجري فيها الدم من القلب إلى الأنسجة والأعضاء .
- ٣ - الأوردة : وهي الأنابيب الدموية التي تستقبل الدم من الأنسجة والأعضاء عن طريق الأوعية الشعرية وتجمعه ليرسل إلى القلب .
- ٤ - الأوعية الشعرية : عبارة عن أنابيب دقيقة جداً وتعد بالمليارات ، وهي الواسطة بين الأنسجة والشرايين والأوردة .

قلب الإنسان يعمل بانتظام طيلة حياته ، فيتقلص وينبسط ما يقارب (٧٢) مرة بالدقيقة الواحدة في الإنسان المتوسط العمر والجسم ؛ ويسطر على القلب جهازان عصبيان :

الأول : العصب السمبثاوي المتفرع من الجهاز السمبثاوي ، للإسراع .

والثاني : العصب العاشر أو التانه ، للإبطاء .

الدورة الدموية تمثل جهاز المواصلات في الجسم ، حيث توصل إلى كل خلية فيه ما يحتاجه من مواد غذائية ؛ وتأخذ منه ما يتوج من روابط ومواد محترقة ونفايات وثاني أوكسيد الكاربون .

جسم الإنسان يأخذ غذاءه ومتطلباته من الخارج عن طريق جهاز الهضم والتنفس ، وتقوم الكريات الحمراء والبيضاء بوظيفة النقل والإيصال .

إن من خواص شرايين جسم الإنسان ، التمدد والتقلص وفقاً لفعالية

جسم الإنسان ومتطلبات جسمه الضرورية؛ وكذلك تعرضه للحرارة والبرودة، حيث أن الشرايين تتسع وتتقبض تلقائياً وفق ما يتطلبه الموقف، للمحافظة على درجة الحرارة الطبيعية للجسم.

الأوعية الشعرية لا تختلف من تركيبها اختلافاً كبيراً؛ لكنها تختلف في وظائفها حسب أماكن وجودها فالأوعية الشعرية في الرئتين تأخذ وتعطي وتتبادل الغازات (الأوكسجين وثاني أكسيد الكاربون والنitروجين) دون غيرها من سائر الأوعية الشعرية. أما الأوعية الشعرية في الكليتين، فهي تصفي الرواسب والسموم والفضلات التي في الدم وتطرحها مع الماء بشكل بول فينزل إلى المثانة. الأوعية الشعرية في الغدد الصماء تزود الغدد بما تحتاج من مواد غذائية وأوكسجين.

هذا في الحالات العادية، أما في حالة إصابة الأوعية الدموية بمرض تصلب الشرايين، فإنه يشاهد على سطحها الداخلي نتوءات وارتفاعات صغيرة، صلبة؛ ناتجة عن تراكم مواد دهنية وكلسية تضيق مجراً الوعاء، بحيث تصبح عائقاً للدورة الدموية فيه؛ هذه التؤمات الكلسية تخرب الجدار وتؤدي إلى فقد مطاطيته (أي قابلية الأنقباض والانبساط)، وهكذا تصبح الشرايين المصابة متسبة أكثر من المعتاد، لأنها فقدت مطاطيتها مما أدى بها إلى أن تطول. القلب يحاول التغلب على هذه المشكلة بزيادة ضخ الدم مما يؤدي أحياناً إلى انفجار الشرايين المتصلبة.

تصلب الشرايين قد يكون عاماً يشمل جميع شرايين الجسم، أو يكون مقتصرًا على شرايين أجزاء من الجسم، كالقلب والدماغ والرئتين. أما أسباب تصلب الشرايين فهي كثيرة: منها ميكانيكة كمرض إكتاظ الدم، وكيميائية كالكحول والنيكوتين وغذائية كأكل الشحوم بكثرة.

التنفس والرئة وحركتهما يعتبران الآلة المحركة الثانية للدورة الدموية بعد القلب ، كما أن التنفس الصحيح يزيد في تغذية القلب ويرفع طاقته بمقدار .٪٢٥

التنفس ينقسم فسيولوجياً إلى دورين متعاقبين ، يعملان بصورة اوتوماتيكية . الدور الأول : حيث يدخل الهواء إلى الصدر ويسمى الشهيق ، والثاني : حيث يخرج الهواء من الصدر ويسمى الزفير . والشرط الصحي للشهيق يجب أن يتم عن طريق الأنف ، الذي يحتوي على الرطوبة الازمة ومكيفات الهواء الخاصة بتعديل درجة حرارة الهواء المستنشق ؛ كي يصل الرنة وهو دافئ ومتلائم مع درجة حرارة الجسم .

اما إذا دخل الهواء عن طريق الفم ، فإنه غير صحي وغير ملائم ، لعدم وجود الوسائل الازمة لتغيير درجة حرارته ، وعندها تصاب القصبات والأنسجة بصدمات وجفاف ، مما يؤدي إلى الالتهابات في اللوزتين والبلعوم والحنجرة والقصبات الهوائية .

التنفس الصحيح هو الذي يشترك فيه الصدر بكل تركيبه مع الحجاب الحاجز .

### **الفوائد الصحيحة للهواء النقي والتنفس الصحيح**

- ١ - ينشط الدورة الدموية .
- ٢ - يفيد الرئة ويخلصها من المخلفات ، كثنائي أوكسيد الكاربون وغيره .
- ٣ - يفيد الجهاز الهضمي حيث يتم الهضم بصورة أفضل ويتم التخلص من الإمساك .
- ٤ - يفيد المثانة .

- نهج البلاغة والطب الحديث ..... ٥ - يفيد ال بواسير والدوالي ، لذلك يوصى بالتنفس العميق صباحاً .

### **كيفية التنفس الصحيح :**

- ١ - لا تنسى مطلقاً تمارين التنفس .
- ٢ - لا تكتفي بالحد الأدنى من التنفس .
- ٣ - تنفس دائماً تنفساً صحيحاً .
- ٤ - لا تؤخر التنفس حتى تمتلأ رئاتك .
- ٥ - عليك أن تداوم بالتنفس لكي لا يتوقف نفسك .
- ٦ - تنفس دائماً بصورة كافية .
- ٧ - تنفس دائماً بواسطة الجهاز التنفسي .
- ٨ - إجعل من مبادئك التنفس من الأنف .
- ٩ - تنفس دائماً تنفساً عميقاً من الحجاب الحاجز .

### **التعرض إلى الهواء الطلق**

يفيد التعرض لأشعة الشمس في تمدد وانكماش الأوعية الدموية خصوصاً الشعرية منها؛ وبذلك تتغذى خلايا الجسم تغذية كافية، ويتم طرد الفعازات الضارة والرواسب الموجودة فيها، وتزول الكدمات، الاحتقانات الداخلية، وتنشط الدورة الدموية في الجلد والأعضاء الداخلية، وتزداد عملية الاحتراق الداخلية. أما أشعة الشمس التي تصل إلى الجلد، فتشير جميع محتوياته ومكوناته من الخلايا الذاتية، وخلايا الغدد والشعر، وجدران الأوعية الدموية، والخلايا والتفرعات العصبية، والنسيج الرابط، وتحت الجلد يستجيب لأشعة الشمس استجابة موضوعية وعمومية.

ولأشعة الشمس أهمية كبيرة ، في معالجة كسور العظام والجروح والطفح الجلدي وقتل الميكروبات العالقة في الجلد . أما الهواء الطلق ، وأشعة الشمس والرياضة ، والصفاء الروحي ، فتؤدي إلى قيام الجسم بفعاليته بصورة صحيحة ومنظمة ، وبالتالي يتم طرد الفضلات على أحسن وجه من خلال :

- ١ - الجلد ، عن طريق الغدد الدهنية والعرقية .
- ٢ - الأمعاء والكبد ، من خلال البراز .
- ٣ - الكليتين ، من خلال البول .
- ٤ - الرئتين ، من خلال طرد الغازات السامة وبعض المواد الكيميائية الضارة .

#### وسائل تنقية الدم والحفاظ عليه<sup>(١)</sup>

- ١ - الغذاء : كتناول أغذية منتظمة ومتوازنة ، وتناول كميات معينة من العنب ، والحمبة من الأطعمة الثقيلة ، كالدهنيات والتوابل .
- ٢ - المعالجة بالمياه من خلال :
  - أ - الحمامات الباردة .
  - ب - الحمامات الحارة (السونا) .
  - ج - الرياضة والتمارين الرياضية داخل الماء .
  - ٣ - الهواء الطلق .
  - ٤ - الاستقرار الروحي .
- ٥ - تناول بعض الأعشاب :

---

(١) يتعرف من كتاب : التداوي بلا دواء ، للدكتور أمين روبيحة .

الأعشاب وسيلة ناجحة في عملية تنقية الدم ، لأنَّ تأثيرها يشمل كافة الأعضاء التي تفرز الرؤاسب .

الأعشاب إما أن تؤكل غصة على أن تكون طازجة ؛ وإما أن تجفف ويُعمل منها مستحلب (شاي) يستخلص منه الموارد الفعالة ويشرب ؛ أو أنها تعصر وهي غصة ويشرب عصيرها ، وطريقة أكل الأعشاب غصة هي الأفضل ، ولكنها غير ميسرة إلا موسمياً .

الأعشاب كثيراً ما تستعمل مختلطة بمجموعات متجانسة . إنْتِخاب الأعشاب الملائمة للأمراض وطريقة استعمالها وخلطها ، تعتمد على نوع المرض وحالة المريض ، مما يتطلب خبره خاصة ، وتجربة كافية ، وحسن تقدير .

### الجرعة اليومية للعصير :

ملعقتان كبيرتان يومياً في الأسبوع الأول ، ثم تزداد الجرعة كل أسبوع أي : ثلاث ملاعق في الأسبوع الثاني ، واربع ملاعق في الأسبوع الثالث ، ثم خمس ملاعق في الأسبوع الرابع ، علماً بأنَّ عصير الأعشاب الطازجة لا يستعمل إلا بعد تخفيفه بمقدار خمسة إلى ثمانية أضعاف بالماء أو الحليب البارد أو الحساء ، لأنَّ استعماله بصورة مركزة يؤدي إلى اضطرابات في المعدة وأحياناً التقيء .

### أنواع العصيرات المستعملة :

#### ١ - عصير أوراق البتولا البيضاء :

هذا العصير ينقي الدم ، ويدر البول ، ويستعمل في معالجة الروماتيزم

والنقرس ، والأمراض الجلدية ، وطرد بعض السوائل المتجمعة في الجسم.

٢ - عصير الجرجير :

هذا العصير محرض ومحرك للأمعاء والكبد والمرارة ، ويستعمل

لمعالجة كسل الأمعاء (الإمساك) وإحتقان الكبد والمرارة .

٣ - عصير الشوفان :

يستعمل في دور النقاوة بعد الشفاء من الأمراض ، وعلى الأخص

الأمراض التي يرافقها الحمى والصداع .

٤ - عصير الطرخشقون :

محرض لإفرازات المعدة والمرارة وغدد الأمعاء والإمساك .

٥ - عصير الأخيليا ذات الألف ورقة :

هذا العصير منقي ممتاز للدم ، يساعد على الهضم ويزيل الانتفاخات

من الأمعاء وتشنجات الأمعاء ، ويساعد في تعديل ضغط الدم المرتفع .

٦ - عصير الفجل الأسود :

يفيد كمدرر للكلى ويساعد على تفتيت حصيات الكلى .

٧ - عصير الكلم الأخضر :

يفيد كمدرر للكلى ويساعد على تفتيت حصيات الكلى .

٨ - عصير الخضار :

يوصى باستعماله للأشخاص الذين لا تتحمل معدتهم أكل الخضار

الطاżة ؛ وأكثر الخضار ملائمة للعصر وأغزرها عصيراً هي :

عصير الشونذر .

عصير الفاصوليا الخضراء .

عصير القراçن .

- عصير الخيام .
- عصير الثوم .
- عصير القرع .
- عصير الكرفس .
- عصير المسبانغ .
- عصير البندوره (الطماطم) .
- عصير البصل .

ولاستعمال عصير الخضار لتنقية الدم ، يمزج ثلات أنواع من مختلف الخضار التي تختبب وفقاً لنوع المرض وحالة المريض العامة ؛ ويستمر تعاطيه لمدة (٦ - ٨) أسابيع . ويجب أن تعطى العصائر والأعشاب بعد تشخيص الأعراض المرضية الموجودة ، وحالة كل عضو في الجسم ، والأمر الثاني الذي لا بدّ من ملاحظته في هذا الصدد هو أن بعض الأعشاب لا يجوز غليها مطلقاً ، ويحضر مستحلبها بحسب الماء المغلي فوقها .

**الأعشاب التي تغلى ويستحضر منها مستحلب كثيرة ، نختار منها ما يعطى للأمراض التالية :**

- ١ - مستحلب الكزبرة : يستعمل ضد تقلص الأمعاء وتفخ البطن .
- ٢ - مستحلب الوردة الحمراء : يستعمل ضد الكآبة .
- ٣ - مستحلب العناع : ضد النفخ والسعال ومقشع للبلغم .
- ٤ - مستحلب الترخون : لفتح الشهية .
- ٥ - مستحلب الكرفس : للروماتزم وألام المفاصل .
- ٦ - مستحلب البرتقال : ضد الكآبة .
- ٧ - مستحلب الشبت : لخفض نسبة الدهون في الدم .
- ٨ - مستحلب الليمون الحامض : لتخفييف الوزن وتذويب الشحوم .

## الزواج والرضاعة

قال الإمام علي عليه السلام :

«إياكم وتزويج الحمقاء ، فإن صحبتها بلاء وولدها ضياع»<sup>(١)</sup>.  
«أفضل الشفاعات أن تشفع بين إثنين في نكاح حتى يجمع الله  
بينهما»<sup>(٢)</sup>.

« وأنظر في أي نصاب تضع ولدك فإن العرق دساس»<sup>(٣)</sup>.  
«لا تسترضعوا الحمقاء ، فإن اللبن يغلب الطياع»<sup>(٤)</sup>.  
«إنظروا من يرضع أولادكم ، فإن الولد يشب عليه»<sup>(٥)</sup>.  
«ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن أمها»<sup>(٦)</sup>.

(١) الكافي : ج ٥ ص ٣٥٤.

(٢) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ٤٥ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد ج ١٢ ص ١١٧ .

(٤) الفقيه : ج ٣ ص ٣٠٧ .

(٥) الكافي : ج ٦ ص ٤٤ .

(٦) الكافي : ج ٦ ص ٤٠ .



قبل الشروع في بحث وتفصيل أقوال الإمام على عليه السلام ، لابد لنا من مدخل إلى الموضوع ، والمدخل هو الزواج .

الزواج فريضة الهمة وسنة نبوية حسنة ؛ أمر الله بها لضرورات وأسباب بيولوجية ، واجتماعية ، ودينية ، قال الله تعالى : «وَانكِحُوهَا الأَيَامَيْنِ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَلَا مِنْكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءٌ يَغْنِيهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلَيْهِمْ»<sup>(١)</sup> .

وقال الرسول صلوات الله عليه وسلم : «النكاح سنتي ، فمن رغب عن سنتي فليس مني»<sup>(٢)</sup> .

#### فوائد الزواج :

- ١ - حفظ النسل .
- ٢ - كسر الشهوة والتحصن من الشيطان .
- ٣ - الاستراحة الفكرية والعصبية .
- ٤ - تدبير المنزل وإقامة بناء العائلة .
- ٥ - كثرة العشيره .
- ٦ - عدم الإصابة بالأمراض التناسلية والمعدية .
- ٧ - مجاهدة النفس للسعى للرزق والعمل .
- ٨ - زيادة الروابط الاجتماعية .
- ٩ - الرعاية أثناء الشدائند والمرض .
- ١٠ - السعادة والتطلع نحو المستقبل .

(١) سورة التور ، الآية : ٣٢ .

(٢) البخاري : ج ٧ ص ٢ .

ينصح بالزواج وفق المعايير التالية :

- ١ - المرأة المسلمة المؤمنة .
- ٢ - المرأة الطاهرة المولدة .
- ٣ - المرأة الحسنة الخلق .
- ٤ - المرأة الخالية من العيوب والترافق والأمراض المستعصية .
- ٥ - المرأة الولود .
- ٦ - المرأة ذات الوجه الحسن .
- ٧ - المرأة ذات الأصل الكريم .
- ٨ - المرأة القليلة المهر .
- ٩ - أن تكون بكرًا .

ينصح بعدم الزواج في الحالات التالية :

- ١ - سوء الخلق .
- ٢ - الجنون .
- ٣ - الاقارب .
- ٤ - المصابة بشذوذات ولادية في الجهاز التناسلي .
- ٥ - المصابة بمرض صعب العلاج ، كالسرطان والصرع الشديد .
- ٦ - المصابة بمرض السكر الولادي .
- ٧ - المصابة بمرض الهيموفيليا (مرض عدم تخثر الدم) .
- ٨ - المصابة بمرض الثلاسيميا ميجور (مرض تكسر كريات الدم الحمراء الشديد) .

٩ - المصابة بالأمراض النفسية المستعصية .

١٠ - الزانية .

١١ - أبنة الزنى .

١٢ - الكافرات .

١٣ - المرتدة عن الدين .

١٤ - المحرمة بالرضاعة .

١٥ - المحرمة بالمصاهرة<sup>(١)</sup> .

الإمام علي عليه السلام في أقواله الحكيمه في هذا الفصل ، ربط ثلات حلقات مهمة تخص الإنسان المسلم خاصة وبقية البشر عامة ؛ حلقات ترتبط بحياته ارتباطاً مباشراً ، ولها تأثيرات نفسية واجتماعية تصاحبه طوال حياته ومسيرته ؛ فقد ربط بين ثلاثة محاور رئيسية :

١ - القضايا الدينية .

٢ - القضايا الاجتماعية .

٣ - علم الوراثة .

إن الزواج والمعاشرة والرضاعة وتربية الأطفال ؛ تتطلب في الإنسان التفكير السليم والحكيم ، والاحتياطات الازمة ، والبحث الدقيق ، قبل الإقدام على الزواج أو الرضاعة وتربية الأطفال ؛ التي تضمن نشوء ونمو طفل سليم معافٍ من الأمراض ، والعقد النفسية ، والعاهات الجسمية .

الإمام علي عليه السلام الوصي لرسول رب العالمين وراعي المسلمين ، أراد منا أن تتخذ الإجراءات الازمة في تلك الأمور الحساسة والمصيرية ؛ حتى

(١) الفقرة ١١ - ١٢ - ١٣ - ١٤ - ١٥ لا يجوز الزواج بهن شرعاً .

نحصل على أطفال وأجيال إسلامية سالمه وظاهرة من الناحيتين الروحية والجسدية . لذلك نرى الإمام يؤكد على عدم التزويج من النساء المصابة بالحمق والجنون وسوء الخلق ؛ لأن أمراض وسلوك الأم التربوي له تأثير كبير وعميق في سعادة وشقاء الأطفال . فالآب الذي يأمل بالحصول على ابن طاهر القلب شريف ، حسن السيرة ، لا بد له من التوفيق وعدم الزواج من النساء البذرثات السيئات الخلق .

وقد أثبت أطباء الأمراض النفسية أن من بين الأطفال المصابين بتلك الأمراض ، يوجد ٢٦٪ منهم من ورثوها واكتسبوها من أمهاتهم ، أي أن تلك الأمراض والأعراض خاضعة لقانون الوراثة والتربية ؛ والجينين يتتأثر بتلك الموروثات في بطن أمه أثناء فترة الحمل ، وأيام الرضاعة ، والطفولة ، والمراقة و حتى إلى دور الكهولة .

إن الطفل في رحم أمه يعتبر جزءاً منها ، فكما أن الحالات الجسمانية للأم والمواد الغذائية تؤثر على الطفل ؛ كذلك أخلاق الأم تؤثر في روح الطفل وجسده كليهما ؛ وقد أثبت العلم الحديث بأن الطفل قد يتتأثر أكثر من أمه بتلك الأخلاق ؛ فإذا أصبت الأم في أيام الحمل بخوف ، أو مرض شديد ، فإن الأثر الذي تركه تلك الحالات النفسية والمرضية على فكر وبدن الأم لا يتعدى بعض الأعراض النفسية البسيطة أو الأعراض الجسمية الطارئة التي تزول بالعلاج والمتابعة ؛ أما بالنسبة إلى الجنين فإن الأعراض قد تكون شديدة لها تأثيرات مستقبلية مؤذية . «وهكذا فإن هموم الأم وغمومها ، غضب الأم واضطرابها ، تشاؤم الأم وحقدها ، حسد الأم وأنانيتها ، خيانة الأم وجنائيتها ، وبصورة موجزة جميع الصفات الرذيلة للأم ... كذلك إيمان الأم وإنسانيتها ، إطمئنان الأم وراحة بالها ، شحاعة الأم

وشهادتها، وبصورة موجزة جميع الصفات الحميدة للأم.. جميع هذه الصفات خيرها وشرها ترك أثارها في الطفل وتبيّن أساس سعادة الجنين وشقائه<sup>(١)</sup>.

وهذا الكلام مصدق لقول الرسول ﷺ: «الشقي من شقي في بطن أمه، والسعيد من سعد في بطن أمه»<sup>(٢)</sup>.

لذلك يجب أن نلفت نظر الأم إلى أن الاضطرابات النفسية والعصبية توجه ضربات قاسية ومؤذية إلى خلايا الدماغ؛ وبالتالي تحد من مواهب الجنين قبل وبعد الولادة، إلى درجة أنها تحوله إلى موجود عصبي المزاج، مضطرب الأعصاب، لهذا تُنصح الأم أثناء الحمل بالابتعاد عن الأفكار المقلقة والهم والغم، والأحتفاظ بدل ذلك بأجواء الهدوء والاستقرار والسعادة.

### لمحة عن خلايا جسم الإنسان:

أن جسم الإنسان يتكون من مليارات الخلايا، وهذه الخلايا توجد ضمن بحر داخلي من السوائل؛ حيث تأخذ الخلايا الأوكسجين من هذا السائل، وتطرح ضمه فضلات التمثيل. هذا السائل يقسم إلى قسمين: سائل ما بين الخلايا، وسائل الأوعية الدموية (البلازم) الذي يضم مكونات الدم خصوصاً كريات الدم الحمراء.

في جسم الإنسان البالغ يشكل البروتين ومتعلقاته ١٨٪ من وزن الجسم والمعادن ٧٪ والشحوم ١٥٪ ويشكل الماء ٦٠٪.

(١) الطفل بين الوراثة والتربية - محمد تقى فلسفى: ج ١ ص ١٠٦.

(٢) بحار الأنوار: ج ٣ ص ٤٤.

كل مجموعة من الخلايا التي تقوم بعمل واحد تشكل نسيج ، ومن مجموعة الأنسجة ذات العمل الواحد يتشكل العضو ، ومن عدة أعضاء يتكون الجهاز ، ومن هذه الأجهزة يتكون جسم الإنسان .

الخلية تكون من صندوق صغير يغلفه غشاء مضاعف ، ويملأ هذا الصندوق بمادة سائلة تسمى السيتوبلازم الذي تستقر فيه النواة التي يمكن فيها سر حياة الخلية ؛ حيث توجد فيها الصبغات الوراثية (الكريموسومات) التي تلعب دوراً كبيراً في الوراثة . تحتوي الخلية الواحدة على (٢٢) زوج من الصفات الجسمية ، وزوج من الصبغات الجنسية .

إن الصفات الوراثية تنتقل من الآباء إلى الأبناء والأحفاد ، خلال تلك الصبغات التي تحوي الجينات المسؤولة عن الصفات الوراثية للإنسان وقد اكتشف العلماء مؤخراً الخارطة الوراثية للإنسان ، والتي تضم أكثر من ثلاثة ألف جين .

ولبيان تأثير ومضاعفات الأسباب النفسية والعقلية على الأجيال والأطفال ، لابد من دراسة تلك الأسباب والتعرف على كيفية حدوث المرض النفسي ، كي تكون على بيته من تأثيرات الأمراض النفسية والعصبية ، التي تعاني منها الأم على سلوك واطباع وتفسير الجنين أثناء فترة الحمل وبعدها ؛ وبذلك تتوضّح أمامنا الصورة العلمية ، والأعراض المرضية لتلك المسببات ، وفق الأبحاث التي قدمها أطباء علم النفس الحديث .

### أسباب الأمراض النفسية والعقلية :<sup>(١)</sup>

أسباب المرض النفسي متعددة ومتباينة : وفي الفرد الواحد تتعدد الأسباب ، ونادراً ما يوجد سبب واحد للمرض الواحد ، ويمكن تصنيف الأسباب إلى ثلاث مجموعات عامة هي :

- ١ - الأسباب الحياتية (البيولوجية) .
- ٢ - الأسباب النفسية .
- ٣ - الأسباب الثقافية .

ولفهم كيفية حدوث المرض النفسي يجب أن نقسم العوامل المساعدة إلى نوعين :

- أ - العوامل التمهيدية أو المساعدة .
- ب - العوامل الحاسمة أو الترسيبة .

العامل الممهدة هي التي تجعل الفرد عرضة للإصابة بمرض نفسي معين أكثر من مرض آخر ؛ وقد تكون عوامل وراثية أو عضوية أو إجتماعية ، فالحرمان العاطفي والجفاء الذي يتعرض له الطفل ، قد يجعل منه غير متهي في المستقبل لمواجهة مصائب الحياة الواقعية .

أما العوامل الحاسمة فهي تبلور أو ترسب المرض كحقيقة سريرية ملموسة ، فهي إذن شدائند مباشرة إذا توجهت إلى فرد مستعد فجرت فيه المرض النفسي وأظهرته ؛ كفقد الأحبة ؛ والمشاكل الزوجية ، والأمراض الجسمية ، والحوادث والهزات المالية .

إن العوامل التمهيدية والترسيبة قد لا تنجح في احداث مرض نفسي

(١) بتصرف من كتاب : اصول الطب النفسي للدكتور فخرى الدباغ .

في بعض الناس ؛ لأنَّه يتَمكَّن من مواجهتها والتَّكييف أمامها والتَّغلُّب عليها ، أي إنَّها إذا نجحت في فرد فقد لا تنجُح في آخر .

### ١ - الأسباب العيَّانية :

تلعب دوراً حيوياً في حدوث المرض النفسي ، وتشمل مجموعة من العوامل الوراثية ، والتركيبية ، والمرضية ، وتعمل كل واحدة على حدة أو تشتراك مع بعضها .

### أ - العوامل الوراثية :

إن كل صفة بشرية ، ناتجة عن وراثة تشكيلات خاصة من الجينات ، بالإضافة إلى مفعول القوى المحيطية . وتعتبر الصفة الوراثية نقية ووحيدة المفعول عندما تعتمد كلياً على تشكيلة الجينات الوراثية ؛ كلون العينين والطول ولون البشرة ... الخ . أما إذا كانت الصفة نتيجة جينات مضافاً إليها ظروفًا محيطية ، ف تكون غير وراثية خالصة ، بل ويطلق عليها ولادية ، بمعنى أن عوامل في داخل الرحم قد حررت من الطاقة الوراثية ، فتتجزَّع عنها صفات أخرى مزيجَة من الوراثة الخالصة والمحيط .

وفي الدراسات الحديثة لأشكال وأعداد الكروموسومات ، تكشفت حقائق جديدة عن دور الوراثة من المرض العقلي والسلوك البشري ، فقد وجد كروموسوم جنسي ذكري (♂) إضافة إلى العدد الطبيعي في الذكور السيكوباثيين الاعتداليين . كما وجد أنَّ نسبة كبيرة من المرضى الذهانيين يحملون كروموسوم جنسي أنثوي (♀) إضافي على العدد الطبيعي في الذكور والإناث على السواء .

إن وجود أدلة قوية على العوامل الوراثية في أمراض الفصام والكآبة والهوس الدوري والصرع لا يعني كونها وراثية صرفة؛ بل إن الإستعداد الوراثي في حاملي الجينات المذكورة، يجعلهم أكثر إستعداداً للأصابة بالمرض في حالة توفر ظروف طارئة أخرى.

### ب - العوامل التكوينية :

ونعني بالتكوين مجموعة الصفات الحياتية للشخص الناتجة عن تلاحم وتجمع عوامل متفرقة من الكروموسومات والجينات الوراثية؛ وظروف العمل، ونوعية البيئة، والجسم البنية، والطبع، والجهاز الهرموني، وكل نواحي فسلجة الجسم.

البيئة لها علاقة بالسلوك. أما الطبع فهو محور الشخصية، وهو الذي يقرر طبيعة الاستجابة العاطفية للإنسان بالنسبة للمحيط والحوافز فالطبع الحساس السريع الإثارة مثلاً يحدد طاقة الفرد على تحمل الشدائد؛ ويسرع في إظهار الأضطراب العصبي.

أما الجهاز الهرموني والفلجي العام للجسم، فإنه ذو صلة وثيقة بعمل الجهاز العصبي، وصحة الجسم ونموه، ذو تأثير حيوي على الطبع.

العوامل الوراثية إذن هي محصلة التشكيلات في الجينات والكروموسومات فقط. أما العوامل التركيبية، فهي محصلة العوامل الوراثية + الزرجمية + المحيطية + العضوية.

**جـ - العوامل المرضية :**

ونعني بها الإصابة بأمراض عضوية، تغير من تركيب الجسم ومن توازن اجهزته ومن انتظام الجهاز العصبي ، ولذلك يحدث اضطراب عقلي يصل إلى حد الذهان أو الخرف . ومن الأمراض المهمة التي تؤثر في عقلية وسلوك الإنسان : الأذى والصدمات على الرأس ، التهابات السحايا ، التهابات أنسجة المخ ، الحمى العالية ، أمراض القلب ، سوء التغذية والأمراض المزمنة .

**٢ - الأسباب النفسية :**

تعمل الأسباب النفسية بعدة طرق ، وقلما يحدث إضطراب نتيجة عامل نفسي واحد . وتاريخ حياة كل شخص مليء بالحوادث والتجارب النفسية التي تكون شخصيته . بناء الشخصية بدوره يقرر درجة ونوعية المرض العقلي ، حتى وإن كانت العوامل الحياتية والثقافية متشابهة . ومحور حياة الإنسان هو علاقاته الشخصية منذ ولادته وحتى الشيخوخة ، ففي دور الرضاعة وأوائل الطفولة نجد عوامل الرضاعة والأمومة والحنان ؛ ثم تتبعها الظروف العائلية وعلاقة الطفل بوالديه وعلاقة الوالدين ببعضهما ؛ فقد تكون علاقتهما مشوبة بالبغور أو الاتكال أو العداء أو التمرد .

وفي مراحل الطفولة ، تدخل عوامل المدرسة ، ونوعية المدرسين ، والتكييف الاجتماعي والأخلاقي ، وعلاقة الطفل بزملاء الآخرين ، وكذلك أنواع الأمراض الجسمية التي يتعرض لها . في دور الشباب تظهر عوامل النضج الجنسي والتقلبات العاطفية ، والميول الجنسية المختلفة ، وعلاقة المراهق بالأسرة والسلطة والمجتمع .

### ٣ - الأسباب الثقافية :

يتدخل المحيط الثقافي في عملية نضع وبناء واتجاه الشخصية الإنسانية ، والعوامل الثقافية (التي تشمل العادات والتقاليد والطقوس والأعتبارات والمعايير التاريخية والتراثية والشعبية) لها تأثير غير مباشر على حدوث المرض العقلي ، وفي حالات خاصة وشديدة قد تكون هي السبب المباشر . صحيح أنه لا يوجد مرض خاص لكل مجموعة بشرية ذات ثقافة واحدة ، وأنَّ أغلب الأمراض العقلية موجودة في كل الثقافات .

أما كيفية تأثير الثقافة في صياغة الشخصية ومن ثم في التمهيد إلى المرض ؛ أو إحداث المرض العقلي ، فتتم بالوسائل التالية :

١ - كيفية تربية الأطفال : من تغذية ، ونظافة ، والتعبير العاطفي ، والحرية الجنسية ، والإعداد للحياة العامة ، والزواج ، وعلاقة الطفل بالكبار ، وكيف يجب أن تكون ، ونوعية العاطفة السائدة في المجتمع ، هل هي صارمة ، جامدة ، مرحة ، متسامحة ، طيبة ، صعبة ، رسمية ، قاسية ، اعتدائية ، صاحبة ، هادئة ... الخ .

### ٢ - القيم والمثل السائدة :

القيم والمثل العليا في ثقافة ما تتدخل في تكوين الأنماط على للإنسان أي في الأشياء السامية التي يقياس بها سلوكه الطبيعي .

٣ - الظروف الصناعية والاقتصادية ، خاصة في الدول المتقدمة تؤثر كعامل إجتماعي - ثقافي في الصحة النفسية للإنسان المعاصر ؛ نذكر منها ظروف العمل والسكن والهجرة ، والاحتياجات الأساسية ، ومن ضمنها التحولات السريعة في حالات الحرب والأوبئة ، والكوارث الطبيعية ، كالفيضانات والزلزال .



## الشيخوخة

قال الإمام علي عليه السلام :

«من بلغ السبعين اشتكتي من غير علة»<sup>(١)</sup>.

«فَهُلْ يَتَنَظِّرُ أَهْلُ بَصَاصِيَّةِ الشَّابِ إِلَّا حَوَانِيَ الْهَرَمِ ، وَأَهْلُ غَضَارَةِ  
الْمَسْحَةِ إِلَّا نَوَازِلَ السُّقْمِ ، وَأَهْلُ مَدْدِ الْبَقَاءِ إِلَّا أَوْنَةَ الْفَسَانِ مَعَ قُرْبِ  
الزِّيَالِ وَأَزُوفِ الْاِتِّقَالِ»<sup>(٢)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٤ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦ ص ٢٦٠ .



كلمة طيبة خالدة، وحكمة علوية جليلة رافدة، لطبيب الأطباء، وحكيم الأوصياء، أبي الحسن علي طبلة . كلمة جمع فيها الأعراض والألام والمعانات التي يلاقيها الإنسان عند بلوغه سن السبعين .

هذه الحقيقة الطبية الناصعة ، يعتبرها علماء الطب إحدى ركائز الطب الاجتماعي الحديث ، الذي اولى تلك الشرحة الإجتماعية الدراسة والاهتمام اللازم . الانسان عندما يبلغ هذه السن يستكفي من أمراض واعراض وظواهر ليست موجودة حينما نقوم بفحصه سريرياً ومختربياً؛ لأن ما يعنيه هو شعور متزايد بالضعف ، وعدم القدرة على إنجاز الأعمال التي كان يقوم بها أيام شبابه ، هذا الشعور يزداد كلما تقدم العمر ومرت السنين . وفي الواقع أن تلك الأعراض ما هي إلا نتيجة ضعف وضمور واستهلاك الخلايا والأنسجة المختلفة للإنسان . وهذا يعني عدم وجود علة عضوية قائمة بذاتها ، وإنما أعراض وجدت وتبلورت من خلال تقدم العمر ، والمعانات اليومية العضوية والنفسية .

الإمام طبلة الذي أدرك تلك الحقيقة ، صاغ لنا الحالة والأعراض بكلمات رائعة أغنت علم الطب القديم والحديث ، وجعلت الأطباء على بينة من واقع تلك الطبقة الاجتماعية .

فالفرد المسن مثله كمثل سيارة قديمة تستطيع السير في الشوارع؛ لكنها لا تستطيع مجاريات السيارات الحديثة . لذلك يجب على كبار السن أن يتقبلوا هذا الواقع ، لأن الحياة بالنسبة إليهم صارت تختلف عما كانت عليه أيام الشباب .

### ما هي الشيخوخة :

تعتبر الشيخوخة مرحلة مهمة من مراحل العمر ، إذ تتصارع فيها الأفكار ، والذكريات الجميلة ، وحوادث العمر الهامة ، مرحلة حساسة بالنسبة للأفراد رجالاً كانوا أم نساء ، إذ يشعرون فيها بالإحباط ، وقلة العزم ، وضعف القدرة على إنجاز الأعمال ، وأحياناً الخوف من المستقبل الذي يقترب بهم إلى العجز والموت .

مرحلة يتحسن فيها الفرد ويتحرف من أبسط الحوادث الإجتماعية والمالية والصحية على الخصوص ؛ فكل عارض طارئ ولو كان بسيطاً، يجعل الفرد يحسب له الف حساب وقد يقعده عن العمل أو النوم . لذلك تتطلب هذه المرحلة العناية الخاصة المركزة للأفراد الذين تجاوزوا سن الستين ؛ لأن أي حادث نفسي أو عضوي قد يجلب له المشاكل الكثيرة التي قد تزددي بأحدهم إلى الموت ، لذا يجب أن تكون العناية نفسية قبل كل شيء ، لأن الشيخوخة بحد ذاتها عامل نفسي مهم ومؤثر على شخصية الفرد ؛ وإذا لم تعطى لها الأهمية الالزمة فقد يصاب بأمراض عضوية عديدة ، خصوصاً وأن الأرضية مهيأة لها لتقبل الأصابة بالأمراض ، بسبب ضعف المقاومة البدنية ، واستهلاك وتعب الخلايا العضوية والهرمونات ؛ فإن الصدمة التي يعيشها الشخص بنزلة صدرية يمكن أن تتضاعف إلى الأصابة بمرض ذات الرئة ، وما يرافقه من عجز في القلب ، وضعف عام لدى الأفراد المسنين . فلا عجب أن نرى بعض الأفراد الذين تجاوزوا سن الستين يشكون من آلام عديدة وأعراض جديدة لم تكن لديهم في السابق ؛ وعندما تشرح لهم الأسباب وتطمئنهم بأن هذه الحالات هي نتيجة معانات السنين الماضية ،

يصابون بالعجب والغرابة ، وعدم التصديق في بعض الأحيان ، أو إنهم يخالفون من تلك الأعراض ويعتبرونها مقدمة للأصابة بالسرطانات والموت المحقق ؛ وهذا يتطلب من الطبيب المعالج أن يزرع لديهم الثقة والأمل بالمستقبل ، وأن ينزع عنهم كابوس الخوف الذي يظللهم دائماً ، ويشدد الخناق عليهم عند ظهور مرض أو أعراض تدل على الشيخوخة .

لتلك الأسباب : يؤكد علماء النفس على أهمية هذه المرحلة الحساسة في حياة أولئك الأشخاص المسنين ، الذين يأخذون كل كلمة على محمل الجد ، وكل كلمة قد تجرح عواطفهم ، لأن المعانات التي يكتابدونها دليل على صدق ما يفكرون ويشعرون به .

أعراض الشيخوخة تحدث غالباً بين سن (٦٥ - ٧٠) ، وقد أكدت الدراسات التي قام بها الأطباء والباحثون على أن الشيخوخة لا تهاجم الأشخاص وتصيب كافة أعضاء بدنهم بصورة متساوية وفي وقت واحد ، فيبينما نرى شخصاً في سن الشباب مصاباً بمرض قلبي ؛ نرى شخصاً آخر إستولت عليه أعراض الشيخوخة وبقى قلبه سليماً من المرض ؛ وهذا ما يسمى بظاهرة الاستعداد للإصابة بمرض معين ، فقد وجد العلماء بأن لكل مرض جين معين ، وإن كل إنسان عنده علامة خاصة في ذلك الجين ، تزهله للإصابة بمرض خاص . فقد تجد إنساناً هادئ الطبع غير مفرط بالطعام ، ومع ذلك فإنه مصاب بمرض السكر ، وعلى العكس هنالك أفراد مشاكرون ومفرطون في الطعام خصوصاً السكريات ؛ ولكنهم لا يعرفون مرض السكر . كما لاحظ العلماء بأنَّ كثيراً من الناس يسرعون الخطى نحو الشيخوخة جراء الإصابة بالأمراض العضوية والنفسية ؛ أو نتيجة أغلال ومشاكل إجتماعية ومالية يرتكبونها بأنفسهم .

### سبب الشيخوخة :

الكبر هو عملية فيزيولوجية عامة لم تفهم حتى الآن بشكل واضح، تؤثر هذه العملية على الخلايا والأجهزة المولفة من تلك الخلايا إضافة لغيرها من المكونات النسيجية مثل الكولاجين ، وقد وضعت عدة نظريات لتفسير ظاهرة الشيخوخة التي تتوقف فيها الخلايا الطبيعية عن الانقسام وتموت بالنهاية بشكل يرجع إنه خاضع لسيطرة الجينات ، بينما تستمر الخلايا السرطانية بالانقسام متهربة ظاهرياً من الشيخوخة . تقول إحدى النظريات أن الأنسجة تهدم كنتيجة للطفرات العشوائية في (DNA) الخلايا الجسمية وما ينجم عن ذلك من إدخال شذوذات تراكمية .

نظريّة أخرى تقول ان الشذوذات التراكمية تتجزء عن إزدياد الارتباط المتصالب للكولاجين والبروتينات الأخرى وذلك كنتيجة نهاية محتملة للاتحاد غير المنظم للكوكوز مع المجموعات الأمينية في تلك الجزيئات .  
نظريّة ثالثة ترى أن الشيخوخة هي نتيجة تراكمية لتخريب النسج عن طريق الجذور الحرة المتشكلة ضمن هذا النسج .

نظريّة أخرى تقول إن السبب هو الهرمونات ، ولكن في الوقت الحاضر وبالرغم من البحث المستمر فإن آليات الشيخوخة لا تزال مجهولة .

### أعراض الشيخوخة<sup>(١)</sup>:

- ١ - أعراض الجلد: يذبل الجلد في الشيخوخة ويتغفن ، خصوصاً الوجه والرقبة والأطراف ، كما يصبح جافاً متجمعاً وقليل المطاطية وقد يفرز القشور.
- ٢ - أعراض الشعر: ينقلب لون الشعر الطبيعي ويصبح رمادياً ، ثم يشيب أو يتراكم تدريجياً ويصبح الإنسان أصلعاً.
- ٣ - أعراض القامة والحركات المعبّرة: يقل انتصاب القامة لانحناء العمود الفقري تدريجياً؛ وتبدل الحركات المعبّرة في الوجه واليدين وتتصبح ثقيلة متراخية .
- ٤ - أعراض السمع والبصر: تضعف قوة البصر ومداه وتتضاءل قوة السمع .
- ٥ - أعراض البطانة الدهنية تحت الجلد: في سن الشيخوخة يرتخي الالتصاق بين البطانة والأنسجة التي تحتها ، وأكثر ما يظهر هذا واضحاً في الوجه والأطراف .
- ٦ - أعراض الرئة: تضعف قابلية الرئة وتنقص قدرة استيعابها للشهيق .
- ٧ - أعراض القلب والأوعية الدموية: تقصّ وتتضاءل مطاطية الأوعية الدموية وتتصلب جدرانها ، نتيجة تراكم الرواسب الدهنية وغيرها على جدارها الداخلي ، وهذا ما يسمى بتصلب الشرايين .

(١) ينصرف من كتاب شباب في الشيخوخة للدكتور أمين روحة.

- ٨ - أعراض الجهاز الهضمي : يضطرب الجهاز الهضمي وتضعف حركة الأمعاء فتؤدي إما إلى الإسهال أو الامساك ، وأحياناً تنبئ روانة كريهة من الفم .
- ٩ - الأعراض الجنسية : تتضاءل أو تنعدم القدرة على مزاولة الأعمال الجنسية والرغبة فيها .
- ١٠ - أعراض جسمانية عامة : يعتري الجسم ضعف عام وإنهاك في القوى .
- ١١ - أعراض التهاب المفاصل : حيث تبدأ الأوجاع في المفاصل الصغيرة ثم الكبيرة والعمود الفقري ؛ وأحياناً تبعد الشخص عن مزاولة أعماله العادية .
- ١٢ - ضعف الذاكرة والقدرة على التفكير .
- ١٣ - ضمور المخ وخلاياه والإصابة أحياناً بمرض الرعشة (باركنسونزم) أو مرض التليف العام .
- ١٤ - الأمراض العقلية التي يصاب بها كبار السن :
  - أ - العصاب .
  - ب - الانضرابات الوجدانية :
    - الاكتآبة .
    - الهوس الدوري .
    - ج - ذهان الشيخوخة .
    - د - خرف الشيخوخة .
    - ه - الخرف المبكر .
- ١٥ - العينين : قصر البصر ، عتمة العدسة ، تناقص تحمل الضوء .

١٦ - الأذنين : تناقص القدرة على سمع الأصوات ذات التواتر العالي .

١٧ - الأنف : نقص حس الشم .

١٨ - الجهاز البولي التناسلي : ضمور وجفاف الغشاء المخاطي المهبل ، تباطؤ الاستجابة الجنسية ، زيادة حجم البروستات ، نقص في الجريان الدموي الكلوي . تناقص في قدرة المثانة .

١٩ - الفقد الصماء : عدم تحمل الكلوكوز ، تناقص إفراز الأستروجين ، نقص في تفعيل فيتامين D .

٢٠ - جهاز المناعة : غياب الإفراز الهرموني لغدة الثيموس ، تناقص في إنتاج الأضداد .

٢١ - عموميات : تناقص في إجمالي ماء الجسم ، تناقص في كتلة الجسم ، زيادة النسبة المئوية لدسم الجسم ، تناقص الطول والوزن .

٢٢ - أعراض نفسية :  
إعتاد الناس أن ينظروا إلى المسنين نظرة تخلق عندهم عقداً نفسية ، وتفقدتهم الثقة بالنفس ، حتى يعتقد المسن بأنه أصبح إنساناً عاطلاً في مجتمعه الدائم الحركة ، لا شيء إلا لكون ذاكرته قد ضعفت وخارط قواه وأصبح لا يستطيع القيام بالأعمال العاديّة أو المهمة ، وهذا اعتقاد خاطئ يجب على كل مسن مكافحته والتغلب عليه ، إذ يستطيع الإنسان أن يعمل ويتنبّح وهو في سن (٩٠ - ٨٠) سنة .

إن من نتائج تعامل الناس مع المسنين بهذه الطريقة نشوء عقد نفسية عديدة منها :

أ - الأعتقاد بأن كل ما كان في السابق هو أفضل مما هو عليه في

الوقت الحاضر.

- ب - الأعتقاد بأنه بلغ النهاية ، حيث لا يأتيه الغد أو المستقبل بشيء جديد في حياته الحاضرة والمستقبلية .
- ج - عدم الصبر والتفهم في موقفه من الأصدقاء والعائلة والجيران .
- د - تكرار روايات وقصص وحوادث معينة .
- هـ - العادة في الشكوى من الناس وتصرفاتهم السيئة .
- و - لفت الانتباه إلى المشاكل والمصاعب التي تغلب عليها أيام الشباب ، لإبراز تفوقه على الآخرين .
- ز - الامتناع عن مساعدة الأقارب والأصدقاء والجيران ، لأنهم لم يساعدوه أيام الشباب .
- ح - التصلب في الرأي وادعاء الصواب دائمًا وضيق الخلق ، والعزلة عن الناس .
- ط - التوتر في العلاقات بين الشيخ والشباب ، لأن الشيخ يحكمون دائمًا على الشباب بالتهور وعدم الأتزان ونقص التجارب .

### علاج أعراض الشيخوخة :

- ١ - الغذاء الجيد والنظام الغذائي الصحيح عامل أساسي في إطالة العمر وعدم ظهور الأعراض .

الغذاء المثالي للشيخ يومياً :

٣٠ - ٦٠ غم مواد دهنية .

١٠٠ - ١٢٥ غم مواد زلالية .

٣٠٠ غم مواد نشوية .

فواكه مختلفة .

عسل .

أملالح .

فيتامينات متنوعة .

هذا الغذاء الذي يحوي تلك العناصر يعطي بدن المسن ما يعادل (٢٠٠٠ - ٢٥٠٠) وحدة حرارية ، ومن المهم أن تكون أصناف الطعام ملائمة وموافقة للذوق الشخصي لكبار السن ؛ كي يتناولونها بشوق ورغبة .

وقد دلت الفحوصات على أن معدل استهلاك المواد الزلالية عند الشيخوخة أكثر من غيرهم ، كما وأن الإكثار من الفيتامينات في هذه المرحلة يقي الإنسان من الانحطاط الشيخوخى في جميع أعضائه وأنسجته بصورة ايجابية ؛ خصوصاً وقد لوحظ بأئ بعض الفيتامينات تشفى بعض أمراض الشيخوخة .

وهناك مسألة مهمة وهي أن بعض الأملالح يجب توفرها في غذاء كبار السن ، كأملالح الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم والمنغفيز والفسفور والنحاس والكلور والمنغنيسيوم الذي ثبت أن عدم تناوله يؤدي إلى سرعة الاصابة بتصلب الشرايين والسرطان .

## ٢ - الرياضة والأعمال الجسمانية :

لا تقل أهمية ممارسة الرياضة أو الأعمال الجسمانية المنظمة والمستمرة للاحتفاظ في سن الشيخوخة بالقدرة والفعالية عن أهمية الغذاء ؛ وقد ثبت الفحص والبحث الطبي أن ممارسة الرياضة في السنين المتقدمة تعادل حالته الصحية حالة من هو أقل منه عشر سنوات ممن لا يمارسون الرياضة .

### ٣ - النظافة والإناقة :

لها أثر كبير في روحية المسن وتكببه الجاذبية ، وتجعله في حالة نفسية ممتازة ، وتحبب الناس اليه .

### ٤ - التناوب بين العمل والراحة :

يجب أن يكون العمل معتدل ويتناسب مع قابلية الشخص وخواصه الشخصية .

٥ - النوم : يحتاج كبار السن إلى النوم الهدئ والكافي ، لأنّ الأرق يؤثر على أفكار وسلامة المسن ، ويجعله معرض للإصابة بالقلق .

### ٦ - مكافحة الأمراض :

وهي من الفضوريات القصوى والسريعة ، لأنّ مقاومة كبار السن ضعيفة مما يجعله عرضة للمضاعفات عند الإصابة ولو بمرض بسيط .

### ٧ - المشروبات الكحولية والتدخين :

المشروبات الكحولية والتدخين تؤثر على سلامه الإنسان وتهيء الأرضية لاصابته بمختلف الأمراض ، فكيف بكمار السن الذين يعانون من الضعف العام العصبي والعضوي .

### أضرار التدخين على الجسم :

أثبت العلماء في جميع أنحاء العالم أن التدخين يؤثر على جميع خلايا وأعضاء وحواس جسم الإنسان ؛ ويزددي إلى أضرار وأمراض عديدة أثبتها العلماء باحصانات مؤكدة ومكررة منها :

#### ١ - أضرار على الجهاز العصبي .

#### ٢ - أضرار على الحواس الخمسة .

- ٣ - أضرار على جهاز الدورة الدموية .
- ٤ - أضرار على جهاز التنفس .
- ٥ - أضرار على جهاز الهضم .
- ٦ - أضرار على الغدد الصماء .
- ٧ - أضرار على الجهاز البولي .
- ٨ - أضرار على العضلات .
- ٩ - أضرار على الجلد .
- ١٠ - أضرار نفسية .
- ١١ - أضرار على الحمل .
- ١٢ - أضرار مادية .
- ١٣ - أضرار على اللثة والأسنان .
- ١٤ - إبعاث رواحة كريهة من الفم .

#### الأمراض الشائعة في سن الشيخوخة :

- ١ - التهابات الجهاز التنفسي .
- ٢ - مرض تصلب الشرايين .
- ٣ - أمراض العيون كتييس عدسة العين وارتفاع ضغط العين .
- ٤ - الإصابة بارتفاع ضغط الدم .
- ٥ - الإصابة بضعف العظام .
- ٦ - تضخم البروستات .
- ٧ - الإصابة بأنواع السرطانات .
- ٨ - الإصابة بالأمراض النفسية .

- ٩ - الإصابة بمرض السمنة ومضاعفاتها .
- ١٠ - التعرض للإصابة إما بالإسهال أو الأمساك المزمن .
- ١١ - الإصابة بداء السكر .
- ١٢ - الإصابة بالجلطة القلبية والدماغية .
- ١٣ - الإدمان على التدخين والقهوة والكحول والمخدرات أحياناً .
- ١٤ - الإصابة بالعنة عند الرجال .
- ١٥ - ظهور أعراض سن اليأس عند النساء :

تظهر هذه الأعراض بعد انقطاع الطمث عند النساء ، والأعراض الطبية عبارة عن إحمرار البدن ، والتعرق الكثير ، والصداع والحساسية الجلدية ، أما الأعراض النفسية وهي المهمة فأهمها الاكتئاب الذي يحدث نتيجة ترافق حالة سن اليأس مع اضطرابات نفسية واجتماعية وعائلية ، فقد تتعرض المرأة خلال هذه الفترة إلى شدائد نفسية كالوحدة والفراق ، ويلاحظ أن شخصية المصاب قبل المرض تكون من النوع المتحفظ ، المتزمن ، الحصري ، الوسواسي ، الأصولي ، الحساس .

### أعراض سن اليأس :

- أ - الكآبة .
- ب - عدم ارتياح وزيادة في التوتر والحركة .
- ج - تظهر على المرأة علامات القلق والخوف العام .
- د - يكون شعورها بالإثم واضحًا مع ميل إلى انتحار جدي وسريع .
- هـ - يكتتب المصابة أرق ليلي .
- و - تستولي على المرأة أوهام العلل البدنية .

ز - تزداد أعراض اختلال الأئنة فيشعر المريض بأن الشوارع ضيقة، والدنيا معتمة، أو أن حجمة يتضاءل أو يكبر.

القرآن الكريم تطرق إلى الشيخوخة في آيتين الأولى: «وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعَمَرِ لَكِيلًا يَعْلَمُ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا»<sup>(١)</sup>.

والثانية: «وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسُهُ فِي الْعَلَقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ»<sup>(٢)</sup>.

الأياتان تعرّضان لنا الإنسان في صورتين متباينتين وهو في سن الشيخوخة.

الصورة الأولى: تشير إلى أنّ الإنسان المدرك، الذكي ، الفاهم الذي يعمل الأشياء بدقة وانتظام عندما يبلغ آخر عمره وتضمر خلاياه العصبية يصبح غير قادر على التركيز والحفظ؛ كثير النسيان وقد يصاب بالخرف أحياناً، حيث يتصرف كما يتصرف الأطفال لأنّه لا يشعر بخطأ أعماله بالرغم من ظاهره السليم وقامته المتتصبة التي لا تبدو عليها علامات التعب والإعياء والانهدام.

الصورة الثانية: تعرض لنا الإنسان وهو مثقل الأرجل ، محني القامة، ترتعجف يداه بلا إرادة ، ويصعب عليه السير من دون معونة ، ميّض الشعر متتجعد البشرة ، لكنه مع تلك الآثار والأعراض والمضاعفات سليم العقل ، قوي الأرادة ، يقرأ ويكتب ، ويناقش ويفكر ، ويحفظ ما قرأه ، وقد يكون مشغولاً في كتابة الكتب والمقالات بالرغم من كبر سنه وتقوس ظهره . وأخيراً وبعد استعراض مشاكل الشيخوخة تتجلّى أمامنا عبرية وعظمة الإمام علي عليه السلام حين قال : من بلغ السبعين اشتكت من غير علة .

(١) سورة الحج ، الآية : ٥ .

(٢) سورة يس ، الآية : ٦٨ .



## معجزات ربانية

قال الإمام علي عليه السلام :

«إعجِبُوا لهذا الإنسان ، يَسْنَدُ بِشَحْمٍ ، وَيَنْكَلِمُ بِلَحْمٍ ،  
وَيَسْمَعُ بِعَظِيمٍ ، وَيَتَفَرَّغُ مِنْ خَزْمٍ»<sup>(١)</sup>

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٠٣ .



لقد نطق الإمام بتلك الكلمات الخالدة وهو يبين لنا عظمية الخالق الذي خلق الإنسان من سلاة من طين؛ وصورة فأحسن صوره، وجعل كل خلية وعضو من أعضائه معجزة ربانية باقية بقاء الكون، تدلل على قدرته وبديع صنعه.

الإمام عليه السلام صرخ بهذه المعجزات العلمية قبل مئات السنين ، حيث لا وسائل علمية حديثة ولا مختبرات متطرفة ولا علم للتشريح العصري ؛ ولم يكفي الإمام بذلك بل شرح تركيب وعمل تلك الأعضاء الحساسة التي يجهلها أغلب الناس .

إن القدرة الإلهية تجلّى بوضوح عندما نتعرّف على دقة التكوين في تلك الأعضاء الحياتية للإنسان (كالعين واللسان والأذن والأنف) ؛ فتلك الأعضاء بالرغم من صغرها وظرافتها ودقة تركيبها ، تبهر العقل وتجعل الإنسان العاقل يقف بإجلال وخشوع للرب الكريم على النعم والعطايا التي توجب الشكر والطاعة والإيمان .

إن كشف هذه الحقائق خلال تلك الفترة من التاريخ هي بلا ريب معجزة علمية ، تؤكّد بلا شك بأنّ علوم الإمام على عليه السلام هي علوم الهيبة أخذها من حبيبه رسول الله صلوات الله عليه وسلم ؛ ولأكيف عرف الإمام أن كرّة العين عبارة عن قطعة شحمية صغيرة ، وأن السمع يعتمد على ثلاث عظام صغيرة جداً داخل الأذن الوسطى ، وأن ثقب الأنف الذي هو طريق التنفس الصحيح لا تتجاوز فتحته ستّ ملم يؤدي إلى غشاء مخاطي شفاف يعمل كأعظم مكثف هوائي بالرغم من صغره ودقته وديمومته وثبات درجة حرارته .  
حقاً إن تلك الأعضاء هي من العجائب التي تغيّر العقول ، وتجعل

الإنسان يخر راكعاً لربه الذي تحنن عليه بكثير من النعم، فشكراً لله تعالى وللرسول ﷺ وللامام علي طهراً على الهدایة التي أوصلتنا إلى معرفة وطاعة خالقنا الكريم .

والآن ما أحرى بنا أن نطلع على تكوين تلك الأعضاء من الناحية التشريحية والفسيولوجية ، لنكون على بيته من بحر علم علي طهراً .

### «بنظر بشحم»

بعض خواص العين :

١ - عبارة عن قطعة شحامية لا يتجاوز وزنها (٨) غرامات ، تحركها عدة عضلات رقيقة ودقيقة في مختلف الأتجاهات ، وتقع في حفرة خاصة في مقدمة الجمجمة .

٢ - العين هي المسؤولة عن الإبصار والإدراك ورؤيه الأشياء على حقيقتها والوانها ؛ سواء كانت جميلة أم قبيحة .

٣ - العين هي إحدى مسببات الحسد .

٤ - العين هي العضو الذي يميز به الإنسان بين الحق والباطل .

٥ - قد تجلب لصاحبتها الذنوب لأنها إحدى مصائد الشيطان .

٦ - أحد أسباب سعادة الإنسان ، وهو يرى بها الحياة السعيدة والمناظر الجميلة .

٧ - تعطي الأمل والتطلع نحو المستقبل إذا كانت سليمة ، إما إذا أصيب الإنسان بالعمى ، فقد يعاني من عقد نفسية عديدة .

٨ - تعطي الإنسان جمالاً إضافياً إذا كانت واسعة وملونة وذات أهداب طويلة .

- ٩ - مصدر قلق وازعاج إذا أصيّبت بمرض خاص .
- ١٠ - لها أشكال معينة عند بعض الأقرام ، كالغمول والأفغان والصينيين .

### حسنة البصر :

تعتبر حاستي السمع والبصر الجهازان المميزان عند الإنسان ، حيث من خلالهما يطل على العالم ويتلقى قضايا الأدراك والاحساس والتوازن . فتعلم النطق يتم عن طريق السمع ، فإذا ولد الإنسان أصم صعب عليه التفاهم والاندماج مع المجتمع الذي يعيش فيه ؛ لأن جهاز السمع هو الذي يبني إدراك الإنسان وذاته ووعيه . أما الكتابة ، فإنها تكتسب عن طريق البصر بالدرجة الأولى ، وأول آية نزلت من القرآن : «إقرأ باسم رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ \* خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلْقٍ \* إِقْرَا وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ \* الَّذِي عَلِمَ بِالْقَلْمَنِ \* عَلِمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ»<sup>(١)</sup> .

### النور والتميز :

الرؤيا أو الإبصار يتم بواسطه الضوء ، ولا رؤيا بدون شعاع ضوئي ، وتبلغ سرعة الضوء (٣٠٠٠٠) ثلثمائة الف كيلومتر في الثانية الواحدة . ينطلق الشعاع الضوئي من الجسم إلى العين ويخترق سلسلة أوساط شفافة كاسرة للنور ؛ حتى يقع على منطقة حساسة في العين هي الشبكية ، التي توجد فيها العناصر أو الخلايا الحساسة للضوء حيث تتأثر

---

(١) سورة العلق ، الآيات : ١ - ٥ .

بالأشعاعات، وينتقل هذا التأثير بشكل سائلة عصبية عبر ألياف العصب البصري إلى السرير البصري؛ ومنه إلى الفص القفوي الذي هو مركز الرؤية العام في الدماغ وهو مضاعف في فصي الدماغ. وهكذا بواسطة العين وما يأتياها من ضوء، يمكن للإنسان أن يتعرف على المحيط الخارجي بصورة كاملة، ويشترط أن تكون الرؤية بالعينين حتى تصبح الصورة مجسمة وواضحة، حيث يتعرف الإنسان على الموجودات من ناحية الشكل واللون والمسافة.

وبواسطة العين يتمكن الإنسان من تعلم القراءة والكتابة، وبواسطة العين يحفظ الإنسان توازنه الطبيعي أثناء المشي والحركة والعمل، كما يتزن من الناحية الفكرية والنفسية.

#### كرة العين<sup>(١)</sup> :

تعتبر كرة العين التي تزن ثمانية غرامات من أرقى وأروع غرف التصوير الفنية، فهي غرفة مغلقة بثلاث جدران هي من الخارج إلى الداخل، الصلبة: وهي التي تعطي اللون الأبيض للعين، والمتشistica: وهي التي تزود بعروقها العين، والشبكة: وهي التي تحوي العناصر الحساسة والمستقبلة للضوء، وهي عبارة عن المخاريط والعصيات.

في مقدمة العين توجد بلورة رقيقة هي القرنية التي تدخل الضوء القادر إلى العين؛ ثم يجتاز الضوء بعد القرنية سائلاً شفافاً كاسراً للضوء، هو الخلط المائي الذي يقع ما بين القرنية والقرنية والقرنية هي التي تعطي

(١) يتصرف من كتاب : الطب محراب الإيمان للكتور خالص جلبي .

العينين لونهما المعهود وتقع في مركزها الحدقة ، فإذا دخل الضوء الحدقة واجه بلورة من نوع خاص هي الجسم البُلوري ، وهي أعجب بلورة إلهية موجودة في عالم الإنسان لأنها تمدد وتقلص بحيث تغير وجوه تحديها إلى درجات عديدة وكبيرة ؛ كي تتطابق رؤية العين مع الصور والمناظر التي تقع أمامها ، فإذا كانت المسافة المرئية قريبة تمددت وتقلصت بما يناسب الحالة ، والعكس بالعكس . بعد الجسم البُلوري يدخل الضوء محظياً جديداً شفافاً كاسراً للضوء هو الخلط الزجاجي ؛ بعدها يصل إلى الشبكية حيث تستقبله العصيات والمخاريط وتنقله بشكل سائلة عصبية إلى الفص القفوي في الدماغ .

العين كعضو تقع في التجويف الأمامي للجمجمة ، وتحيطها وسائل الرقاية كالحواجب والبروز العظمي الجبهي من الأعلى بحيث تحمي العين من الضربات والصدمات والأشعة والعرق ؛ ومن الأسفل ارتفاع عظم الوجنة ، كما أن العين مغطاة بالجفون التي تتحرك بسرعة لحمايةها ، أما من الداخل ، فتغلق العين بغشاء رقيق شفاف يسمى الملتحمة .

في حالة دخول أجسام غريبة أو ميكروبات تقوم الغدد الدمعية بإفراز مادة معقمة تسمى خميرة الليزو زيم . عدد العين تفرز باستمرار لتطهير العين وترطيبها وتعطيها البريق الخاص ، بعدها يذهب الدموع عبر قناة إلى الأنف لترطيبه من الهواء الجاف الذاهب إلى الرئتين .

إن حدقة العين تنكمش وتتوسع حسب قرب وبعد الأجسام المراد رؤيتها ؛ وكذلك حسب درجة الإضاءة ، لأن دخول كمية كبيرة من الضوء إلى العين يؤثر عليها ، فإذا كان الجسم قريباً ، فإن الإنسان يراه حتى وإن

كانت الحدقة منقبضة ، أما إذا كان الجسم بعيداً ويحتاج إلى رؤية واسعة ، توسيع الحدقة ، ويتم ذلك بواسطة العضلات المحيطة بالحدقة . إن تقدير مدى الرؤية والمرئيات يتم بواسطة خلايا قشر الدماغ ، حيث ترقد مراكز الوعي والأدراك والفهم والتحليل والذاكرة والإبداع وفهم الألوان .

#### للعين إحسان للرؤبة :

الأول : الإحساس عديم اللون .

والثاني : الإحساس اللوني .

وتميز عصيات العين بميزتين : الإحساس للرؤبة الضعيفة ، والشوار العادي ، أما المخاريط فلها ميزتان ، هما : الرؤبة المركزة الشديدة الإثارة ، وتميز الألوان .

#### حدود الرؤبة :

إن العين لها حدود عندما تبصر الأشياء ، فإذا ابتعد الجسم المرئي أكثر من المعتاد ، لم تعد العين تراه ، وإذا اقترب أكثر من اللازم ، تشوشت الرؤبة ، وهذا ما يعرف بنقطة المدى ونقطة الكثب .

الألوان المرئية لها طيف يمكن للعين أن تبصرها ، ولكن هنالك إشعاعات عديدة لا تراها العين ولا يدركها البصر . وصدق الباري حين قال : «أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ حَيَّنِينَ \* وَلِسَانَاً وَشَفَقَتِينَ \* وَهَدِينَاهُ النَّجَدَبَينَ»<sup>(١)</sup> .

---

(١) سورة البلد ، الآيات : ٨ - ١٠ .

## «وَيَنْكُلُمُ بِلَحْمٍ»

### تكوين اللسان :

يتكون اللسان من (١٧) عضلة للحركة في مختلف الاتجاهات، وفشاء مخاطبي يغلّف تلك العضلات، وعصب خاص لتحريكه في كل نصف، أي عصيان رأسيان، هما: العصب الكبير تحت اللسان في كل جانب . و(٦) أعصاب لنقل الحسن ثلاثة في كل جانب :

١ - العصب اللساني لنقل الحسن من مقدمة اللسان .

٢ - العصب البلعومي اللساني لنقل الحسن من مؤخرة اللسان .

٣ - العصب المبهم لنقل الحسن من البلعوم والمزمار .

اللسان كعضو حساس وفعال ترقد فيه آلاف النتوءات والبراعم الذوقية ويحس أنواع الأطعمة ، ويستخدم في عملية المضغ والبلع والذوق والصوت والمدح والقديح . لقد بلغت دقة التأثير في الذورق أن اللسان يحس بالطعم المر ولو بلغ تركيزه على اللسان أربعة أجزاء من مائة ألف ، كذلك يساعد على نطق حروف كثيرة . وصدق القرآن الكريم حين قال : **﴿أَلَمْ يَجْعَلْ لَهُ هَيْنِينَ \* وَلِسَانًاً وَشَفَتَيْنِ﴾**<sup>(١)</sup> .

### حاسة الذوق :

حاسة الذوق تستقر في اللسان وباطن الفم ، اللسان يتحسس حوالي ستة أنواع من الطعام ، الحلو والمر والمائع والحامض والطعم المعدني

---

(١) سورة البلد ، الآيات : ٩ - ٨ .

والقلوي . هذه المذاقات الأساسية تتفرع منها اشتقات كثيرة جداً حسب إمتزاج هذه المذاقات وبنسب مختلفة ؛ وهنالك التقاء ما بين الطعم والرائحة حيث تؤثر بعض المواد برائحتها وطعمها فتسبب ما يسمى بالنكهة أو الذوق . كما أن تلك الطعوم والمذاقات تتوضع على اللسان في أماكن محددة ، فالطعم الحلو يتوضع نتوءاته الذوقية في مقدمة اللسان ، والطعم المر في مؤخرة اللسان ، وأما المالح فيتوضع على جوانب اللسان وذرره ، كما تحس به معظم أعضاء الفم مثل الشفتين والحنك وباطن الخدين وقاع الفم ، وأما الطعم الحامض فيتوضع على جوانب اللسان .

التواءات الذوقية عجيبة ومدهشة في تركيبها النسيجي ، فهي تكون في اللسان ما يشبه الكهوف الصغيرة العديدة حيث تكون فتحة البرعم الذوقي صغيرة وتمادى مع سطح اللسان . في داخل البرعم ترقد الخلايا الذوقية وهي ترسل أهدابها التي تتحس الذوق ، ويدخل العصب الذي ينتشر باليافه من قاعدة هذا الكهف الذوقي . داخل هذا الكهف نرى الخلايا الحسية ، والخلايا التي تسندها ، والخلايا التي تحبط بالبرعم الذوقي توزع البراعم الذوقية في الحليمات اللسانية . الحليمات اللسانية ثلاثة أنواع :

- ١ - الحليمات الخيطية .
- ٢ - الحليمات الكمية .
- ٣ - الحليمات الكأسية .

لقد وجد أن البراعم الذوقية تصل أحياناً في الحlimة الواحدة إلى (٢٥٠) برعم ذوقي ، وقد قدر عدد البراعم الذوقية في اللسان إلى حوالي (٩٠٠٠) برعم ذوقي تنقل طعم أنواع وأشكال الأطعمة .

## «وَيَسْمَعُ بِعَظَمٍ»

تعتبر حاسة السمع من عجائب خلق الله ، وقد توصل العلماء إلى معرفة كيفية انتقال الصوت ؛ إما مهمة ومعرفة وتمييز الكلمات التي تسمع فهي قضايا معقدة لم تفهم لحد الآن .

تنقسم الأذن إلى ثلاثة أقسام :

١ - الأذن الخارجية .

٢ - الأذن الوسطى .

٣ - الأذن الداخلية .

الأذن الخارجية تتكون من صيوان الأذن الخارجي مع مرر يوصل إلى غشاء الطلبة . الأذن الوسطى فيها ثلات عظام تشبه أدوات الحداد ، تسمى المطرقة والستدان والركابة . وعضلتان هما المطرقة والركابة ، وهنالك قناة توصل ما بين الأذن الوسطى والبلعوم تسمى قناة اوستاكى .

الأذن الداخلية فيها الحلزون والأقنية الهلالية ، وهذه الأقسام متصلة بعضها وتبعن الأقنية من الداخل أغشية مخاطية تشبه الكيس ؛ أما الحلزون الذي يدور دورتين ونصف ، فيوجد بداخله عضو كورتي .

تعتبر الأذن الداخلية الجهاز المستقبل للأصوات ، والأذن الوسطى والخارجية الجهاز الناقل للأصوات ، ولو لا هذا الجهاز الناقل لما كان بمقدور الإنسان أن يسمع الأصوات .

يتقل الصوت نتيجة اهتزاز جزيئات المادة ، ولذا فإن الصوت لا يتقل ما لم يكن هنالك وسط مادي (هواء ، سائل ، أجسام صلبة) . الصوت له سرعة معينة ثابتة (٣٤٠) متر في الثانية الواحدة .

ونظراً لأن نقل الصوت يعتمد على الأذن الخارجية والوسطى نرى أن الأذن الخارجية تتألف من مادة غضروفية فيا تماريج والتوامات لجمع الصوت (الصيوان)؛ ومن الصيوان يتنتقل الصوت عبر ممر يبلغ طوله ٢،٥ سم مقوس إلى الأسفل حيث ينتهي بغشاء مرن جداً هو غشاء الطبقة. هذا المجرى الذي ينقل الصوت يحتوي في مقدمته على شعر لاصطياد ذرات الغبار، وعدد صملاخية تفرز مادة الصملاخ التي تقتل المواد الغريبة الدخيلة.

إن اهتزاز غشاء الطبقة يؤدي إلى اهتزاز عظام السمع الثلاث، لأنها متصلة بعض، العظم الأول الذي يتصل بغضشاء الطبقة هو عظم المطرقة، والعظم الذي يتصل بالأذن الداخلية هو عظم الركاب، وبينهما عظم السنдан. يبلغ وزن العظام الثلاثة (٥٥) ملغم، ولذا فهي خفيفة وتتجاوب مع الاهتزازات. التمفصل بين العظام دقيق إلى درجة أن أدنى صوت أو همس معناه اهتزاز غشاء الطبقة، ثم اهتزاز العظام التي تنقله بدورها إلى الأذن الداخلية. والعجيب أن أوسط الأذن تناسب نقل الصوت تماماً وهي الهواء في المجرى، والأجسام الصلبة المتمثلة في العظام في الأذن الوسطى والأجسام الصلبة والسوائل في داخل الأذن الداخلية.

عظام الأذن الوسطى تقوم بتسريع مرور الصوت إلى الأذن الداخلية، كما أنها تضخم الصوت أيضاً، فسطح غشاء الطبقة يبلغ (٢٠) ضعفاً لسطح قاعدة الركاب، وقد وجد أن الصوت يزداد عشرة أضعاف حينما يصل إلى قاعدة الركاب. إن عظم الركاب يهتز باشكال مختلفة من حين لآخر؛ ولقد وجد أن هذا العظم الصغير يحور إتجاه تمفصله بحيث يبقى محافظاً على نقل الصوت إلى الأذن الداخلية؛ بشكل يقيها من الأذى إلى حد ما إذا كانت

## الأصوات القادمة شديدة.

أما العضلتان أي عضلة المطرقة والركابـة، فإن الأولى تسمى لإدخال عظم الركابـة أكثر إلى داخل النافذة البيضية، وعضلة الركابـة تفعل بالعكس، وهكذا يحدث الازان بتقلص العضليتين معاً.

أما قنـة اوستاكـي التي تمتد ما بين البلعـوم والأذن الوسطـى، فتقوم بتعديل الضغـط بين داخل الأذن الوسطـى والخارـجـية، خصوصـاً وأن غـشاء الطلـبة يـسد الفـوهـة سـداً محـكمـاً.

الأذن الطـبيعـة تـسمـعـ الأصـواتـ إـذـ كـانـتـ ذـبذـبـتهاـ تـرـاوـحـ ماـ بـيـنـ (١٦ - ٢٠٠٠٠) ذـبذـبـةـ فـيـ الثـانـيـةـ.

## الأذن الداخلية :

لها وظيفـتانـ الأولىـ السـمعـ، والثـانـيـةـ التـوازنـ. وهي مـكونـةـ من دهـالـيزـ وـمـمـراتـ مـعـقـدةـ، وجـدارـهاـ الدـاخـلـيـ الذيـ يـشـرفـ عـلـىـ الأـذـنـ الوـسـطـىـ يـتـكـونـ مـنـ نـافـذـتـيـنـ، عـلـوـيـةـ هيـ النـافـذـةـ الـبـيـضـيـةـ، وـسـفـلـيـةـ هيـ النـافـذـةـ الـمـدـورـةـ. فـيـ الدـاخـلـ علىـ الـيـعنـ يـقـعـ الـحـلـزـونـ الـذـيـ يـدـورـ دـورـتـيـنـ وـنـصـفـ حـولـ نـفـسـهـ، بـعـدـهـ يـأـتـيـ عـضـوـ كـورـتـيـ الـذـيـ يـضـمـ مـاـ يـقـارـبـ (١٠٠٠٠٠) خـلـيـةـ سـمعـيـةـ حـيـثـ تـنـصـلـ بـالـخـلـاـيـاـ؛ وـمـنـ بـيـنـ الـعـظـيمـ أـلـيـافـ عـصـيـةـ فـيـ مـتـهـنـ الدـفـقـةـ وـالـرـقـةـ، تـجـمـعـ لـتـكـلـلـ الـعـصـبـ السـمعـيـ الـذـيـ يـعـلـ إـلـىـ عـقـدـةـ سـكـارـيـاـ ثـمـ إـلـىـ الـفـصـ الصـدـغـيـ مـنـ فـصـوصـ الـدـمـاغـ الـذـيـ يـخـصـ بـالـسـمعـ.

أـمـاـ أـلـيـافـ الـعـصـبـ الـدـهـلـيـزـيـ الـذـيـ تـنـصـلـ بـالـأـقـنـيةـ الـهـلـالـيـةـ، فـهيـ تـسـقـلـ حـاسـةـ الـمـواـزـنـةـ وـوـضـعـ رـأـسـ وـجـسـمـ الـإـنـسـانـ إـلـىـ الـمـخـيـخـ، حـيـثـ يـتـمـ التـوازنـ بـالـاشـتـراكـ مـاـ بـيـنـ الـدـهـلـيـزـ وـالـمـخـيـخـ وـالـحـيـالـ الـخـلـفـيـةـ مـنـ النـخـاعـ الشـوـكـيـ الـذـيـ

تنقل الحس العميق ؛ بالإضافة إلى البصر الذي يقدر الوضع والمسافات ، والعظام والمفاصل والعضلات التي تتلقن الأوامر اللازمة حتى يحدث الشد المناسب . وهكذا يتوازن الإنسان .

### «ويَتَنَفَّسُ مِنْ خَرْزٍ»

الأنف يقع في مقدمة الوجه ما بين العينين ، ويبلغ طوله عدة سنتيمترات لا غير ، ويقسم ب حاجز غضروف إلى قسمين . فتحتي الأنف تقعان في الأسفل ، أعلى الشفة العليا للفم ، ويبلغ قطر الواحدة أقل من سنتيمتر مربع ، ولهمما وظيفتان :

الأولى : إيصال الهواء إلى الرئتين ، عن طريق قناة الأنف التي تفتح على البلعوم ومنها إلى القصبة الهوائية ، لأن التنفس الصحيح وال الطبيعي يتم عن طريق الأنف وليس الفم .

والثانية : إيصال الهواء والابخرة والروائح إلى خلايا حاسة الشم التي تقع في الجزء العلوي من الأنف ؛ لتميز نوع وخاصية الرائحة التي يتعرض لها الإنسان خلال عمله اليومي .

تحصل بأعلى الأنف قناة قصيرة ، ينحدر خلالها الدموع الزائدة عن حاجة العين ، ليرطب أغشية الأنف ، ويمنع مرور الغبار المتعلق بالهواء من دخول الرئة . الأنف يقسم تجريحاً إلى ثلاثة أقسام ، الثلاثين الأولين يختصان بعملية التنفس التي تجري بصورة لا إرادية حيث يقوم الغشاء المخاطي الذي يغطي سطح تلك الأقسام بتعديل رطوبة ودرجة حرارة الهواء المار إلى الرئتين لكي يصل إليها بصورة معتدلة ملائمة لدرجة حرارة الجسم ، وبذلك تصبح الحوسيات بعيدة عن الأذى والضرر ، أما الثالث

الأعلى والأخير ، فهو مختص بحاسة الشم .

إن هذه الفضاريف والأغشية التي لا تتجاوز عددة ستيمترات ، هي من المعجزات الألهية الكبيرة التي منَّ الله تعالى بها على الإنسان ، ففي فصل الصيف الحار تقوم بتنزيل وتلطيف الهواء الذاهب إلى الرتتين ، وفي الشتاء تقوم بتدفئة وتجفيف الهواء البارد الرطب قبل دخوله إلى الرتتين . وتعمل تلك الأغشية ليلاً ونهاراً من دون أن ترتفع درجة حرارتها ولا يصدر عنها صوت أو ضوضاء تذكر حياة الإنسان ، أو تؤثر على أفكاره وأعماله . حقاً إنها إحدى النعم الألهية التي توجب الشكر .

الإمام علي عليه السلام أراد أن يلفت نظرنا إلى تلك المعجزة الألهية التي تتبادر لنا من خلال ثقب صغير (خرم) ، يجري خلاله التنفس بيسر وسهولة لا مثيل لها ، وإن وراء تلك الفتحة مدفنات ومبردات وكومبيوترات إلهية معقدة التركيب ، لا يمكن للعقل البشري أن يتصورها بوسائله العادبة ، إلا إذا جهد في معرفة تركيبها التسريحي وعملها الفسلجي ، وعندما يتيقن بذلك بأنَّ الصانع عظيم ، وأنَّ الإنسان مهما جهد في صنع أجهزة متقدمة وحديثة لا يمكنه مجاريات أو منافسة الصانع الحكيم .

### حاسة الشم<sup>(١)</sup>

تتركز حاسة الشم في القسم العلوي من الأنف ، وعندما نلقي نظرة على الجدار الداخلي للأذن ، نرى فيه ثلاثة قطع غضروفية مغلفة بغشاء مخاطي يعلو بعضها البعض ، وتسمى القرنيات . هذه القرنيات تشارك في

عملية تسخين وتبريد الهواء أثناء مروره بالأنف . وإذا ما نظرنا إلى ما فوق القربين العلوى تتوضع أماماً المنطقة الشمية التي تبلغ مساحتها (٢٥٠) مليمتر مربع وتحوى على خلايا حسية تقدر ما بين (٢٠ - ١٠٠) مليون خلية ؛ ومنها توزع ألياف العصب الشمى ، بعد أن تجتاز سقف الأنف من خلال الصفيحة الغربالية . إنَّ هذه الألياف العصبية توزع بحيث يكون لكل خلية شمية (٦ - ٨) أهداب تنفس فيسائل مخاطي يعلو أطرافها ، فإذا وصلت الروائح إلى تلك المنطقة ذابت في السائل المخاطي أولاً ، ثم في المواد التي تحببها تلك الأهداب ، وهي ذات طبيعة دهنية تساعد على حل المواد الكيمائية القادمة .

وقد وجد أن لكل رائحة مكان وشكل خاص داخل السائل المخاطي . إنَّ الألياف العصبية تصعد إلى منطقة الدماغ حيث تستقر في منطقة أولية ، هي البصلة الشمية ، ثم تنتقل إلى مناطق أخرى مثل تلفيف حسان البحر ، وقرن أمون ، والجسم المشرشر ، التي ترتبط بارتباط خاص مع مناطق كثيرة في الدماغ ، ولذا تشتراك الرائحة مع إثارة الشهية للطعام ، وتحريك الدوافع الجنسية ، كما تقوم بتأثيرات روحية ونفسية وأفعال الذاكرة . إنَّ الروائح القادمة عبر فتحات الأنف تؤثر على الألياف العصبية ولو كانت بكمية قليلة ؛ فلقد وجد أنَّ بعض الروائح تؤثر بتركيز يبلغ حوالي خمسة أجزاء من (١٠٠) مليون من الفرام في المستمير المكعب ، وصدق الله العظيم حين قال : **«وَخَلَقَ كُلُّ شَيْءٍ فَقَدْرَةً تَقْدِيرًا»**<sup>(١)</sup> **«مَنْعَمَ اللَّهُ الَّذِي أَنْفَقَ كُلَّ شَيْءٍ»**<sup>(٢)</sup> .

(١) سورة الفرقان ، الآية : ٢ .

(٢) سورة النمل ، الآية : ٨٨ .

# العلاج

قال الإمام علي عليه السلام :

«نَحْمَدُهُ عَلَى مَا كَانَ وَنَسْتَغْفِرُهُ مِنْ أَمْرِنَا عَلَى مَا يَكُونُ، وَنَسْأَلُهُ  
الْمَعَافَةَ فِي الْأَدْيَانِ، كَمَا نَسْأَلُهُ الْمَعَافَةَ فِي الْأَبْدَانِ»<sup>(١)</sup>.

«كُلُّ شَيْءٍ خَاشِعٌ لَهُ، وَكُلُّ شَيْءٍ قَاتِمٌ، بِهِ، هَنِئْ كُلُّ لَفْقَرٍ، وَهُزُّ  
كُلُّ ذَلِيلٍ، وَقُوَّةٌ كُلُّ ضَعِيفٍ، وَمَقْرَعٌ كُلُّ مُلْهُوفٍ»<sup>(٢)</sup>.

«مَا أَصِفَّ مِنْ دَارٍ أَوْلَاهَا حَنَاءً، وَآخِرُهَا فَنَاءً، فِي حَلَالِهَا حِسَابٌ  
وَفِي حَرَامِهَا عِقَابٌ»<sup>(٣)</sup>.

«فَلَا يَضْرُنُك سَوَادُ النَّاسِ مِنْ نَفْسِكِ، وَقَدْ رَأَيْتَ مَنْ كَانَ قَبْلَكَ  
يَمْنَنْ جَمِيعَ الْمَالِ وَحَذَرَ الْإِقْلَالَ، وَأَمِنَ الْمَوَاقِبَ - طَوْلَ أَمْلِي وَاسْتِياعَ  
أَجْلِي - كَيْفَ تَرَدُّ بِهِ الْمَوْتُ فَأَزْجَعَهُ عَنْ وَطَنِهِ»<sup>(٤)</sup>.

«وَلَوْ أَنَّ النَّاسَ جِينَ تَنْزَلُ بِيَمِّ النَّعْمَ، وَتَرْزُلُ هَنْتُمُ النَّعْمَ تَرْزَعُوا  
إِلَى زَبْدِهِمْ بِصِدْقِي مِنْ يَتَائِبِهِمْ، وَوَلَيْهِ مِنْ قُلُوبِهِمْ بِإِلَرَادَةٍ عَلَيْهِمْ كُلُّ شَارِدٍ،  
وَأَصْلَحَ لَهُمْ كُلُّ فَاسِدٍ»<sup>(٥)</sup>.

«فَإِنَّ نَعْوَنَ اللَّهِ دَوَاءُ دَاءِ قُلُوبِكُمْ، وَبَصَرٌ عَمِّنْ أَفْنَدَتِكُمْ، وَشِفَاءُ  
مَرَضِنَ أَجْسَادِكُمْ، وَصَلَاحٌ لَسَادِ صَدَورِكُمْ، وَطَهُورٌ ذَنَبِنَ أَنْفُسِكُمْ،  
وَجَلَّةٌ فِتْنَاءُ أَبْصَارِكُمْ، وَأَمْنٌ فَنَعِ جَاشِكُمْ، وَضِيَاءُ سَوَادِ ظُلْمِكُمْ»<sup>(٦)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٨٠.

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ١٩٤.

(٣) المصدر السابق : ج ٦ ص ٢٣٨.

(٤) المصدر السابق : ج ٨ ص ٢٦٩.

(٥) المصدر السابق : ج ١٠ ص ٦١.

(٦) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٠ ص ١٨٨.



بعد أن سيطرت المادة على عقول الأغلبية خصوصاً بعد الثورة الصناعية والتقىم التكنولوجي وتوسيع المدن والمجتمعات البشرية والتنافس المادي الخالي من القيم والأخلاقي؛ بدأ الأمراض الروحية والنفسية تعصف بالعالم، مدمرة ومحبطة الحياة إلى هم وغم وألم، مما أدى إلى زيادة الحاجة للعلاج، بالأخص العلاج الروحي الذي أصبح ضرورة ملحة تعلقها الظروف الحياتية والإجتماعية التي طفت بالماسي والألام؛ حتى أصبحت الدنيا في أعين الكثير من الناس: ظلام دامس، وكابة دائمة، وخوف مستحكم، يضغط على روح وعقل الإنسان المعاصر الذي أصبح يعاني شتى أنواع الأمراض النفسية والجسدية.

هذه الحقيقة فرضت علينا الرجوع إلى قيمنا الإنسانية، وأعرافنا الإجتماعية، وتعاليمنا الدينية الرشيدة، التي تحضن الإنسان ضد مختلف الأمراض الروحية وتنمعه من الانزلاق نحو الهاوية.

الإمام علي عليه السلام الوصي والمعلم والطبيب الروحي الكبير بعد رسول الله عليه السلام رسم بما لا يقبل الشك، ووضح بيقين، وبين بياخلص، العلاج الشافي والطريق الوافي والكافي الذي يقينا من الإصابة بالأمراض النفسية، من خلال الإيمان والإيحاء والامتناع فيقول عليه السلام:

«نحمده على ما كان، ونستعينه من أمرنا على ما يكون، ونسأله المعافة في الأديان، كما نسأله المعافة في الأبدان، عباد الله أوصيكم بالرفض لهذه الدنيا التاركة لكم وإن لم تحبوا تركها، والمبلية لأجسامكم وإن كتم تحبون تجديدها، فإنما مثلكم ومثلها كسفر سلكوا سبيلاً، فكأنهم قد قطعواه، وأتوا علمًا فكأنهم قد بلغوه، وكم عسى المجري إلى الغاية أن

يجري إليها حتى يبلغها! وما عسى أن يكون بقاء من له يوم لا يعوده، وطالب حيث من الموت يحدوه، ومزعج في الدنيا عن الدنيا حتى يفارقها رغماً، فلا تنافسوا في عز الدنيا وفخرها، ولا تعجبوا بزيتها ونعمتها، ولا تجزعوا من ضرائهما وبرؤسها، فإن عزها وفخرها إلى إنقطاع، وزيتها ونعمتها إلى زوال، وضرائهما وبرؤسها إلى تقاد، وكل مدة فيها إلى انتهاء، وكل حي فيها إلى فناء، أو ليس لكم في آثار الأولين مزدجر، وفي آثاركم الأولين تبصرة ومعتبر، إن كتمت تعلقون، أو لم تروا إلى الماضين منكم لا يرجعون، وإلى الخلف الباقي لا يبكون، أولستم ترون أهل الدنيا يصيرون ويمسون على أحوال شتى فميت يكن، وأخر يعزى، وصريح مبتلى، وعائد يعود، وأخر بنفسه يوجد، وطالب للدنيا والموت يطلبها، وغافل وليس بمغفول عنه وعلى أثر الماضي ما يمضي الباقي.

ألا فاذكروا هادم اللذات، ومنفص الشهوات، وقاطع الأمنيات عند المساؤرة للأعمال القبيحة، واستعينوا الله على أداء واجب حقه، وما لا يحصل من أعداد نعمه وإحسانه<sup>(١)</sup>.

الإمام في هذه الخطبة الرائعة وضع معاناة الإنسان بأوجهها المختلفة، وشخص لنا قطب الأمراض النفسية وهي الدنيا التي نعيشها وما فيها من مخلوقات، وكيفية الوقاية من أمراضها النفسية والجسدية، عن طريق ترك لذاتها ومحりاتها الرائفة التي لا تدوم لأحد من البشر، فالعالق من ترك التنافس في عز الدنيا وفخرها ونعمتها، وتخلص من الخوف والقلق الذي يرافق الساعي إليها والمتمسك بها.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٨٠

الإمام أراد بهذا التحليل النفسي الواقعي أن يضع الإنسان في مكانه الملائم واللائق، كي يطّلع على حقيقة نفسه، وأن يرضي بقلب قانع، ما أراده الله له وفق عدالته التي توزع الرزق حسب الحاجة والضرورات والعدل، فمن اقتنع بإرادة الله ومشيته، وابتعد عن الطمع والحسد، وتجنب اليأس والقنوط وتمسك بحبل الإيمان وعدالة الرحمن، أصبح متمسكاً بيديه ودنياه.

الإمام هنا يرفع من معنويات الإنسان الضعيف الإرادة، المضطرب الأعصاب، من خلال إبراز القضية بأحلٍ صورها، في القبول بأنَّ الخالق هو القادر والمعطى والمسيطر على كل شيء فيقول: «كل شيء خاشع له، وكل شيء قائم به، غني كلُّ فقير، وعزٌّ كلُّ ذليل، وقوَّةٌ كلُّ ضعيف، ومفرغ كلُّ ملهوف، من تكلم سمع نطقه، ومن سكت علم سره، ومن عاش فعليه رزقه، ومن مات فإليه متقلبه»<sup>(١)</sup>.

إنَّ حب الدنيا والركض وراءها بالحرام، والتحايل والخداع والغش يجعل الإنسان آلة مسيرة لشهواتها، تنخره الأمراض النفسية بمختلف أشكالها، والعاقل من ترك الدنيا ولذاتها، لأنَّها ليست دار قرار أو خلود، فيقول الإمام طه:<sup>(٢)</sup> «ما أصف من دار أولها عناء، وأآخرها فناه، في حلالها حساب وفي حرامها عقاب، من استغنى فيها فتى، ومن افتقر فيها حزن، ومن ساعتها فاته ومن قعد عنها واته، ومن أبصر بها بصرته، ومن أبعد إليها أعمته».

بهذه النصائح القيمة، وهذا الأسلوب الجميل، أراد الإمام أن يعطيها

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٧ ص ١٩٤.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٢٣٨.

حلاً لأعظم مشكلة تقف أمام تطلع الإنسان وسموه؛ ألا وهي حب المال والدنيا الذي سيطر على عقل الإنسان حتى جعله يقتل أخيه في سبيل الحصول على ما يريد، متناسياً بأن الماديات هي الحجاب وال حاجز العاجل بين الإيمان والرهد وحب الخير للأخرين؛ لذا قال الإمام علي عليه السلام: «فلا يغرنك سواد الناس من نفسك، وقد رأيت من كان قبلك من من جمع المال وحدر الأقلال، وأمن العواقب - طول أمل واستبعاد أجل - كيف نزل به العوت فازعجه عن وطنه، وأخذه من مأمه، محمولاً على أغوات الدنيا يتعاطى به الرجال، حملاً على المناكب وامساكاً بالأأنامل. أما رأيتم الذين يأملون بعيداً، وبينون مشيداً، ويجمعون كثيراً، كيف أصبحت بيوتهم قبوراً، وما جمعوا بوراً، وصارت أموالهم للوارثين وأزواجهم لقوم آخرين، لا في حسنة يزيدون ولا من سنته يستعتبرون»<sup>(١)</sup>.

ويستمر الإمام يهز ضمير الإنسان نحو التمسك بالشريعة الإسلامية، لأنها العلاج الوحيد الذي يشفى صدر الإنسان من وساوس الشيطان، وينفس النفس من الذنوب والأدران، ويدفعها نحو سلوك طريق الرحمن، فيقول: « ولو أن الناس حين تنزل بهم النقم، وتزول عنهم النعم، فزعوا إلى ربهم بصدق من نياتهم ووله من قلوبهم، لرَدَّ عليهم كل شارد وأصلاح لهم كل فاسد»<sup>(٢)</sup>.

ويستمر الإمام بالتوجيه، وإعطاء العلاج الشافي، من خلال التمسك بفضيلة الصبر خصوصاً الصبر على مشاكل الدنيا وبلاتها؛ ومواجهة الأحداث والمعضلات، بروح مؤمنة ونفس عالية وشكر دائم؛ لأن الله مع

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٨ ص ٢٦٩.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٠ ص ٦١.

الصابرين ، فيقول : «حتى إذا رأى الله سبحانه جد الصبر منهم على الأذى في محنته ، والاحتمال للمكرره من خوفه ، جعل لهم من مضايق البلاء فرجاً ، فأبدلهم العزّ مكان الذل ، والأمن مكان الخوف ، فصاروا ملوكاً حكاماً ، وائمة أعلاماً ، وقد بلغت الكرامة من الله لهم ما لم تذهب الآمال إليه بهم»<sup>(١)</sup> .

والصبر تبعه التقوى التي هي خير عنون للإنسان المؤمن على مواجهة الوساوس والقلق والأمراض النفسية الأخرى ؛ ولا يوجد شيء أفضل من الصبر الذي يجعل الإنسان أكثر اطمئناناً واستعداداً ، فقال الإمام عليه السلام : «فَإِنْ تَقُوَيَ اللَّهُ دُوَاءً قَلُوبِكُمْ وَبَصَرَّ عَمَّا أَفْتَدَتِكُمْ، وَشَفَاءً مَرَضِنَ أَجْسَادِكُمْ، وَصَلَاحُ فَسَادِ صُدُورِكُمْ، وَطَهُورُ دَنَسِ أَنفُسِكُمْ، وَجِلاءً غِشاًءِ أَبْصَارِكُمْ، وَأَمْنٌ فَرَعَ جَائِشِكُمْ، وَضِياءً سَوَادِ ظُلْمِتِكُمْ، فَاجْعَلُوا طَاعَةَ اللَّهِ شَعَارًا دُونَ دِثَارِكُمْ، وَدَخِيلًا دُونَ شِعَارِكُمْ، وَلَطِيفًا بَيْنَ أَضْلاعِكُمْ، وَأَمِيرًا فَرَقَ أَمْوَارِكُمْ، وَمَنْهَلًا لِحِينِ وَرَوِيدِكُمْ، وَشَفِيعًا لِدُرُكِ طَلْبِتِكُمْ، وَجَنَّةً لِيَوْمِ فَرَزِعِكُمْ، وَمَصَابِيحَ لِيَطْعَنُ قَبُورِكُمْ، وَسَكَنًا لِطُولِ وَحَشِيشِكُمْ، وَنَفَسًا لِكَرَبِ مَوَاطِينِكُمْ، فَإِنْ طَاعَةَ اللَّهِ حِرْزٌ مِنْ مَتَالِفِ مَكْتَنِفَةٍ، وَمَخَاوِفَ مَسْتَوْقَعَةٍ وَأَوْارِ نِيرَانِ مَوْقَدَةٍ»<sup>(٢)</sup> .

ثم يعرج الإمام على ترويض النفس على الطاعة التامة لله وتحمل خشونة الحياة ؛ لكي تتم السيطرة عليها والتحكم بأمورها والابتعاد عن مغرياتها وانحرافها ، من خلال الابتعاد عن الهم والتفكير الذي يدمر حياة الإنسان و يجعلها جحيم لا يطاق ، فيقول الإمام عليه السلام : «لَا رُؤْضَنَ نَفْسِي

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٣ ص ١٦٩ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٠ ص ١٨٨ .

رياضة تهش منها إلى القرص إذا قدرت عليه مطعوماً، وتقنع بالملع مادوماً، ولأدنع مقلتي كعین ما نصب معينها مستفرغة...»<sup>(١)</sup>.

وأخيراً يوصي الإمام الإنسان بالتحلي بالقناعة، وترك الترف، وحب المال، والعنفان والتعصب، الذي يؤدي إلى الانحراف والهاوية والتفرقة الإجتماعية والحقد والحسد؛ وأفضل الطرق مناسبة للوقاية من الوقع في شبك تلك الأمراض هي السيطرة على النفس وشهواتها، لأنّ النفس البشرية أمارة بالسوء إلا ما رحم الله، لهذا قال الإمام علي عليه السلام: «فاملك هواك وشع بنفسك، عما لا يحل لك، فإن الشع بالنفس الإنفاق منها فيما أحبت أو كرهت»<sup>(٢)</sup>.

وهكذا يبيّن لنا الإمام علي عليه السلام لمحات جذابة مشرفة، للطرق والوسائل التي تقيّ الإنسان وتبعده عن الوساوس والأوهام التي تقود إلى الإصابة بالأمراض النفسيّة المختلفة، التي تؤلّدها مسببات الحياة والنزع إلى حب الدنيا.

والآن لنستعرض العلاج بجانبيه الروحي والطبي:  
العلاج الروحي يشمل الجوانب التالية:  
١ - حسن الخلق<sup>(٣)</sup>:

أي أن يكون الإنسان حسن في الظاهر والباطن، لكون الإنسان مركب من جسد مدرك بالبصر، ومن روح ونفس مدركة بال بصيرة، ولكل واحدة منها هيئة وصورة، إما قبيحة واما جميلة.

(١) شرح نهج البلاغة لأبي الحميد: ج ١٦ ص ٢٩٤.

(٢) شرح نهج البلاغة لأبي الحميد: ج ١٧ ص ٣١.

(٣) يتصرّف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحكام: ج ٥ ص ٩٥.

وحسن الخلق بسط الوجه ، ويدل الندى ، وكف الأذى ، هو أن الإنسان لا يخاين ولا يخاوم ولا يخاوم من شدة معرفته بالله .

## ٢ - كسر شهوة البطن والفرج<sup>(١)</sup> :

البطن مصدر الشهوات التي تؤدي إلى شهوة الفرج والرغبة في المنكرات ؛ وتلك الشهوات تقودان الإنسان إلى الرغبة في جمع المال وطلب الجاه اللذان هما الوسيلة إلى التوسع في المطعومات والمنكرات . بعد ذلك يأتي عامل المنافسات والمحاسدات ، التي تولد آفة الكبراء والرياء والتفاخر والتکاثر ، وما يتبع من حسد وحقد وعداوة وبغضه تؤدي بصاحبها إلى سلوك طريق البغي والمنكر والفحشاء .

## ٣ - الصمت<sup>(٢)</sup> :

اللسان نعمة من نعم الله الكبيرة . وبالرغم من صغره تم به الطاعة وبيثت به الجرم ، ولا يعرف الكفر والإيمان إلا بشهادة اللسان ، لذلك فاللسان عظيم الخطأ ، ولا نجاة من خطره إلا بالصمت ، لذلك قال الرسول ﷺ : «من سره أن يسلم فليزم الصمت»<sup>(٣)</sup> .

وقال الإمام علي عليه السلام : «المرء مخبأ تحت لسانه ، فزرن كلامك واعرضه على العقل والمعرفة ، فإن كان لله وفي الله فتكلموا به»<sup>(٤)</sup> . وآفات الكلام كثيرة كالخطأ ، والكذب ، والنمية ، والغيبة ، والرياء ، والتفاق ، والفحش ، والمراء ، وتزكية النفس ، والخصومة ، والفضول ،

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ١٤٤ .

(٢) المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ١٩٠ .

(٣) الترهيب : ج ٣ ص ٥٣٦ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٥٣ .

والخوض في الباطل ، والتحريف ، والزيادة والنقصان وابذاء الخلق ، وهتك العورات .

#### ٤ - ترك الغضب <sup>(١)</sup> :

قال الرسول ﷺ : «الغضب يفسد الإيمان كما يفسد الخل العسل» <sup>(٢)</sup> .

وقال الإمام الصادق ع : «الغضب مفتاح كل شر» <sup>(٣)</sup> .

الغضب محله الدماغ ، وسببه دفع المؤذيات قبل وقوعها ، والشفى والانتقام بعد وقوعها . والإفراط في الغضب هو : أنّ الإنسان يخرج بعمله وغضبه عن سياسة العقل والدين وطاعتهما ، فلا يبقى للمرء معهما بصيرة ونظر وفكر و اختيار . أما الأسباب المهيجة للغضب ، فهي الزهو ، والعجب ، والمزاج ، والهزل ، والهزء ، والتعمير ، والمماراة ، والمضايقة ، والقدر ، وشدة الحرص على المال والجاه ، وهذه الصفات بأجمعها أخلاق سيئة ، مذمومة شرعاً وعقولاً ، ولا خلاص من الغضب معبقاء هذه الأسباب .

#### ٥ - الحسد والحدق <sup>(٤)</sup> :

الحسد من نتائج الحقد ، والحدق من نتائج الغضب ، اسباب الحسد كثيرة أهمها العداوة ، والتعزز ، والكبر ، والشجب ، والخروف من فوت المقاصد ، وحب الرئاسة ، وخبث النفس وبخلها ، لذلك يوصي الإسلام بترك الحسد ومحاربته .

(١) يتصرف من كتاب المعجمة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ٥ ص ٢٨٩ .

(٢) الكافي : ج ١ ص ٣٠٢ .

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٣٠٢ .

(٤) يتصرف من كتاب المعجمة البيضاء في تهذيب الاحياء : ج ٥ ص ٣٢٥ .

## ٦ - ترك حب الدنيا<sup>(١)</sup> :

قال رسول الله ﷺ : «حب الدنيا رأس كل خطيئة»<sup>(٢)</sup>  
وقال الإمام علي عليه السلام : «ما أصف لك من دار من صبح فيها ما أمن ،  
ومن سقم فيها ندم ، ومن افتقر فيها حزن ، ومن استغنى فيها فَتَّن ، في  
حلالها الحساب وفي حرامها العذاب»<sup>(٣)</sup>.

من صفات الدنيا أنها سرعة الفناء قربة الانقضاء ، تعدد الانسان  
بالبقاء ثم تخلف الوفاء ، فدنيا كهذه أحق بالترك والتوجه إلى الله بالعمل  
الصالح .

## ٧ - ترك حب المال<sup>(٤)</sup> :

حب الدنيا والمال أحد مفاتن الدنيا وأعظمها ، لأن الحاجة إلى المال  
لا غنى عنه ، وإذا تم الحصول على المال فلا يسلم الإنسان من حصول  
الطغيان الذي يقود إلى الندم والخسران . المال لا يخلو من الفوائد والأفات .  
فوائدك قد تبني الإنسان ، أما آفاته ، فهي مهلكة ، ولا يعرف ذلك إلا ذوي  
البصر والدين ، الذين يعرفون كيف يتصرفون به وفق رضى الله وصلاح  
العامة والنفس .

قال الله تعالى : «إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عظيم»<sup>(٥)</sup> .

وقال الرسول الكريم : «حب المال والشرف ينبعان النفاق كما ينبع

(١) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٥ ص ٣٥١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٢٢٣ .

(٣) كنز العمال : ج ٣ ص ٧٢٠ .

(٤) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٣٩ .

(٥) سورة التغابن ، الآية : ١٥ .

الماء البقل»<sup>(١)</sup>.

#### ٨ - ترك الجاه والرياء<sup>(٢)</sup>:

قال الرسول ﷺ : «إِنَّ أَخْفَ مَا أَخْفَ عَلَى امْتِي الرِّيَاءُ وَالشَّهْوَةُ<sup>(٣)</sup>.  
الخَفْيَةُ»<sup>(٤)</sup>.

وقال الإمام علي رضي الله عنه : «ثلاث علامات للمرأة ، ينشط إذا رأى الناس ، ويكلل إذا كان وحده ، ويحب أن يحمد في جميع أموره»<sup>(٥)</sup> .  
الرياء من الشهوات الخفية ، وهي من غوايائل النفس وبواطن مكائدها ،  
ويستلى بها الكثير من الناس الذين يحبون المدح والثناء والاطراء والاكرام  
والاحترام والإثارة بالطعام واللباس ؛ وهذا ما يقود إلى استحقار ترك  
المعاصي والهفوات ، والإستهانة بالطاعة والعبادات ، علماً بأنَّ الجاه والرياء  
من مكائد الشيطان التي لا يسلم منها إلا الصديقون والمقربون .

#### ٩ - ترك الكبر والعجب<sup>(٦)</sup>:

قال الله تعالى : «إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكِبِينَ»<sup>(٧)</sup> .

وقال الرسول الأكرم ﷺ : «لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر»<sup>(٨)</sup> الكبر حجاب عن الجنة ، لأنَّه يحول بين العبد وبين المؤمنين ، لكون العبد لا يقدر على التواضع وكظم الغيض ، وترك الحقد

(١) منية المريد : ص ١٥٦ .

(٢) يتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ١٠٦ .

(٣) أخرجه ابن ماجة تحت رقم ٤٢٠٥ .

(٤) الخصال : ص ١٢١ .

(٥) يتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الأحياء : ج ٦ ص ٢١١ .

(٦) سورة النحل ، الآية : ٢٣ .

(٧) الترهيب والترهيب للإسماعيلي : ج ٣ ص ٥٦٦ .

والحد والغضب ، وأداء النصع وقبول النصيحة .

#### ١٠ - ترك الغرور<sup>(١)</sup> :

قال الله تعالى : **«فَلَا تَغْرِبُكُمُ الْعِيُوبُ الدُّنْيَا وَلَا يَغْرِبُكُمْ بِالْغَرْوُرِ»**<sup>(٢)</sup> الغرور مصدر الشقاء والغفلة ، والمغرور هو الذي لم تنفتح بصيرته ليكون بهدایة نفسه كفیلاً ، وبقى في العمن فاتخذ الھوى قائدًا والشیطان دليلاً . الغرور مصدر ألم الشقاوات ومنبع المھلكات ، فليحذر المؤمن من هذه الصفة الممقوطة التي تدخل الفساد إلى قلبه وروحه .

#### ١١ - التوبة<sup>(٣)</sup> :

قال الله تعالى : **«إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَابِينَ وَيَعْنِي التَّمَتُّعِيْرِيْنَ»**<sup>(٤)</sup> .  
وقال الرسول ﷺ : «الندم توبة»<sup>(٥)</sup> .

التوبة عبارة عن العلم والندم والقصد المتعلق بالترك في الحال والاستقبال والتلافي للماضي ؛ والتوبة أمر واجب على كل إنسان ذي بصيرة ، ويجب أن يقوم بها على الفور من دون تأجيل . وان تكون التوبة عامة تشمل جميع الذنوب والمحرمات ، وإذا استجمعت التوبة شرائطها فهي مقبولة من قبل الخالق جل جلاله .

#### ١٢ - الصبر والشكر<sup>(٦)</sup> :

الإيمان نصفان : نصف صبر ، ونصف شكر .

(١) يتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٦ ص ٢٩٠ .

(٢) سورة لقمان ، الآية : ٣٣ .

(٣) يتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣ .

(٤) سورة البقرة ، الآية : ٢٢٢ .

(٥) مستدرک الحاکم : ج ٤ ص ٢٤٣ .

(٦) يتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ١٠٥ .

قال الإمام علي عليه السلام : «بني الإيمان على أربع دعائم : اليقين ، والصبر ، والجهاد ، والعدل»<sup>(١)</sup>.

الصبر هو العمل بمقتضى اليقين ، إذ اليقين يعرف الإنسان أنَّ المعصية ضارة والطاعة نافعة ، ولا يمكن ترك المعصية والمواظبة على الطاعة إلَّا بالصبر الذي يؤدي إلى التمسك بالدين وترك الهوى . الصبر نوعان : بدني ، ونفسي . الصبر النفسي : هو الصبر عن مشتيبات الطبيع ومقتضيات أفضل الأشياء . والصبر البدني : هو تحمل الآلام والمشاق الجسمية . الشكر يتكون من علم وحال وعمل . أما العلم فهو معرفة النعمة من المنعم ، والحال هو الفرج الحاصل بأنعامه ، والعمل هو القيام بما هو مقصود المنعم ومحبوبه ، ويتعلق ذلك العمل بالقلب وبالجوارح واللسان .

١٣ - الخوف والرجلاء<sup>(٢)</sup> :

هـما جناحان يطير بهما المقربون إلى كل مقام محمود ، ووسيلتان إلى الآخرة لاجتياز العقبات . ولا يقود إلى قرب الرحمن من كان ثقيل الأخطاء والعثرات إلَّا الأمل والرجاء برحمة الله ، ولا يصدُّ عن نار الجحيم والعقاب المقيم ، مع كونه محفوفاً بلطائف الشهوات ولذذات إلَّا سبات التخريف وسطوات التعنيف . الخوف : عبارة عن تألم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في المستقبل .

قال الإمام علي عليه السلام : «إنما العالم الذي لا يقنط الناس من رحمة الله ولا يؤمنهم من مكر الله»<sup>(٣)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٤٢ .

(٢) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٢٤٨ .

(٣) الكافي : ج ١ ص ٣٦ .

١٤ - الزهد<sup>(١)</sup>:

إنصراف الرغبة عن الشيء إلى ما هو خير منه، وكل من عدل عن شيء إلى غيره لرغبته فيه فحاله بالإضافة إلى المعدول عنه يسمى زهداً، وبالإضافة إلى المعدول إليه يسمى رغبةً وحبًا. فالزهد ترك الدنيا والإعراض عنها.

قال الرسول ﷺ : «إن أردت أن يحبك الله فازهد في الدنيا»<sup>(٢)</sup>.  
 الزاهد من يغلب نفسه على ما تشتهي ويزجرها عن حب الدنيا وهي متعلقة بها؛ ويكون دافعه في ذلك فكره وأمله في الكمال والسعادة. فالزهد ثورة على عبودية المادة وأن لا يصبح الإنسان عبداً لها.  
 قال الإمام علي عليه السلام : «وَلَا لَفِيتُمْ دُنْيَاكُمْ هَذِهِ أَرْهَدَ عَنِّي مِنْ عَفْطَةٍ عَنِّي»<sup>(٣)</sup>.

وقال : «الزهد ثروة»<sup>(٤)</sup>.

## ١٥ - التقوى :

التقوى هي الوقاية ، والوقاية تعني الحذر والاحتراز والبعد والاجتناب . الإمام علي عليه السلام يعتبر التقوى حذرًا وبعدًا عن الشر وهي قوة روحية تتولد عند الإنسان من جراء تمرير النفس على الحذر من الذنوب ، فتجعل الإنسان يقدم على القيم الروحية ويتحجج عن القيم المادية .  
 قال الإمام علي عليه السلام أو صيكم عباد الله بتقوى الله وطاعته ، فإنها النجاة

(١) بتصريف من كتاب المحجة البيضاء وفي تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣١٣ .

(٢) أخرجه ابن ماجة تحت رقم ٤١٠٢ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٢٠٢ .

(٤) روضة الوعاظين : ٤٣٤ .

غداً والمنجاة أبداً<sup>(١)</sup> «فَأَتُقْرَأُ اللَّهُ حَقُّ ثُقَاتِهِ، وَلَا تَمُؤْنَ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ»<sup>(٢)</sup>.

### ١٦ - التوكل<sup>(٣)</sup>:

منزل من منازل الدين ، ومقام من مقامات المؤمنين ، بل هو من معالي درجات المقربين ، وهو غامض من حيث العلم ثم هو شافٍ من حيث العمل .

قال الله تعالى : «وَعَلَى اللَّهِ فَلِيَسْوَكُلُّ الْمُؤْمِنُونَ»<sup>(٤)</sup> .

وقال الرسول ﷺ : «ولو أنكم توكلون على الله حق توكله لرزقكم كما يرزق الطير تغدو خماماً وتتروح بطاناً»<sup>(٥)</sup> .

والتوكل باب من أبواب الإيمان .

### ١٧ - الصدق والإخلاص<sup>(٦)</sup>:

قال الله تعالى في كتابه الكريم : «مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ»<sup>(٧)</sup> .

وقال الإمام علي ظهير<sup>(٨)</sup> : «ما من عبد يخلص العمل لله تعالى أربعين يوماً إلا ظهرت بنيابع الحكمة من قلبه على لسانه»<sup>(٩)</sup> .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٩ ص ٢٣٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ٢٤٨ .

(٣) يتصرف من كتاب المعجمة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٧ ص ٣٧٧ .

(٤) سورة آل عمران ، الآية : ١٦٠ .

(٥) سنن الترمذى : ج ٩ ص ٢٠٧ .

(٦) يتصرف من المعجمة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ١٠٣ .

(٧) سورة الأحزاب ، الآية : ٢٣ .

(٨) الكافي : ج ٢ ص ١٦ .

الإخلاص هو التقرب إلى الله من غير شائبة . أما الصدق فيستعمل في ستة معان : صدق في القول ، وصدق في النية والارادة ، وصدق في العزم ، وصدق في الوفاء بالعزم ، وصدق في العمل ، وصدق في تحقيق مقامات الدين كلها . ومن اتصف بالصدق في جميع ذلك فهو صديق .

#### ١٨ - محاسبة النفس :

الحمد لله القائم على كل نفس بما كسبت ، المحاسب على التغير والقليل والكثير من الأعمال وان خفيت ؛ المتفضل بقبول طاعات العباد وان صغرت ، المتطلوب بالعفو عن معاصيانهم وإن كثرت ، وانما يحاسبهم لتعلم كل نفس ما احضرت وتنظر في ما قدمت وأخرت .

قال الله في كتابه الكريم : **﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذْ قَوَى اللَّهُ وَلَا تَنْظُرُنَّ سَعْيَكُمْ مَا قَدَّمْتُمْ لِنَفِيدِ﴾**<sup>(١)</sup> .

وقال الرسول الأكرم ﷺ : «أعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك»<sup>(٢)</sup> «حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وزنوها قبل أن توزنوا»<sup>(٣)</sup> .

لذلك يجب على العبد أن يشارط نفسه أول النهار على التوصية بالحق وأن يكون له في آخر النهار ساعة يطالب النفس فيها ويحاسبها على جميع حركاتها وسكناتها ؛ كأداء الفرائض وتعذيب النفس ومعاقبتها وتوبيقها ومعاتبتها عند ارتكاب المعاصي .

#### ١٩ - التفكير<sup>(٤)</sup> :

كثر الحث في القرآن على التدبر والإعتبار والنظر والافتخار ، ولا

(١) سورة العشر ، الآية : ١٨ .

(٢) النسائي ج ٨ ص ٩٨ .

(٣) الروضة للكليني : ص ١٤٣ .

(٤) بتصرف من كتاب المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ١٩٢ .

يخفى أن الفكر هو مفتاح الأنوار وبدء الاستبصر، وهو شيكحة العلوم ومصيدة المعارف والمفهوم **﴿وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبُّنَا مَا خَلَقَ هَذَا باطِلًا﴾**<sup>(١)</sup>.

وقال الرسول ﷺ : «فَكِيرٌ سَاعَةٌ خَيْرٌ مِّنْ عِبَادَةٍ سَنَةٍ»<sup>(٢)</sup>.

وقال الإمام علي عليه السلام : «التفكير يدعوا إلى البر والعمل به»<sup>(٣)</sup>. وأفضل التفكير هو التفكير في جلال الله وعظمته وكبرياته ، وفي خلق الله عز وجل وأياته وما خلق في السموات والأرض ، ومن تلك الآيات : خلق الإنسان من نطفة ، ومن عرف نفسه عرف ربه كما قال القرآن الكريم : **﴿وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبَصِّرُونَ﴾**<sup>(٤)</sup>.

#### ٢٠ - ذكر الموت<sup>(٥)</sup>:

أما بعد فجدير بمن الموت مصرعه ، والتراب مضجعه ، والدود أنيسه ، ونكر ونكير جليسه ، والقبر مقره ، وبطن الأرض مستقره ، والقيامة موعلده ، والجنة أو النار مورده ، أن لا يكون له فكر إلا في الموت ، ولا ذكر إلا لأجله ، ولا تطلع إلا إليه ، ولا إنتظار وتربيص إلا له . وليعلم الإنسان أن المنهك في الدنيا ، المكب على غرورها ، المحب لشهواتها ، يغفل قلبه لا محالة عن ذكر الموت ، وإذا ذكر به كرهه ونفر منه ، والناس إما منهك ، أو تائب مبتدئ ، أو عارف متنه ، أما منهك فلا يذكر الموت ، وأما التائب : فإنه يكثر ذكر الموت ، ليبعث به من قلبه الخوف والخشية ، وأما العارف :

(١) سورة آل عمران ، الآية : ١٩١.

(٢) البحار : الجزء الثاني من المجلد الخامس عشر ص ١٩٥.

(٣) الكافي : ج ٢ ص ٥٥.

(٤) سورة الذاريات ، الآية : ٢١.

(٥) يتصرف من كتاب الممحجة البيضاء في تهذيب الإحياء : ج ٨ ص ٢٣٧ .

فيذكر الموت دانماً، لأنَّه الموعد للقاء الحبيب.

قال الرسول ﷺ : «تحفه المؤمن الموت»<sup>(١)</sup>.

وقال الإمام علي ؓ : «وكفى بالموت واعظاً»<sup>(٢)</sup>

### العلاج الطبي ويشمل الجوانب التالية<sup>(٣)</sup>

#### ١ - العلاج بالأدوية :

يشمل العلاج بالأدوية : إعطاء الأدوية الملائمة للمريض بعد إجراء الفحوصات الازمة والتشخيص الدقيق ، وهي مختلفة الأنواع والأسماء والأشكال .

#### ٢ - العلاج بالصعق الكهربائي :

إن آلية الفعل بالصعق الكهربائي مجهولة ، ولكن يعتقد أنها تؤثر على استجابة التوائق العصبية الرئيسية في غشاء الخلية . هذا العلاج هو الأكثر فعالية في حوالي ٧٠٪ من حالات الاكتئاب الشديدة المترافق مع الأوهام والهياج ؛ وكذلك في الحالات التي يمنع فيها استخدام مضادات الاكتئاب ، أو حالة عدم الاستجابة لتلك العلاجات .

#### ٣ - إستخدام الجراحة النفسانية :

هذه الجراحة تجري في حالات معينة ، ولها مكان خاص متخصص في

(١) مجمع الزوائد : ج ٢ ص ٣٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٢٨٣ .

(٣) current medical diagnosis and treatment page 1196

## الحالات الشديدة من الاكتئاب والقلق المقاومين للأدوية .

### ٤ - المعالجة بالفيتامينات الكبرى :

إن فعالية هذه الطريقة تتم بواسطة استخدام الحامض النيكوتيني أو النيكوتينامين لوحدهما أو كمعالجة معاً .

### ٥ - الوخز بالإبر والتنويم الكهربائي :

تستخدم هذه الطريقة في معالجة الاضطرابات العاطفية الفصلية ، وهي تتألف من : التعرض إلى مصدر ضوئي من (٢٥٠٠) لوكس من مسافة (٣) أقدام لمدة ساعتين يومياً في الصباح .

### ٦ - دخول المستشفى :

وهي الإقامة في مستشفى طبي عام من أجل معالجة الارتكاسات الكرببية الحادة لموقف ما ; وكذلك معالجة المرضى المصايبن باختلالات مرضية حادة لمدة محدودة ؛ ثم إخراجهم بعد التحسن .

### ٧ - المعالجة النفسية :

تحاول المعالجة النفسية أن تصنع مغزى واحساساً للمظاهر المثوّلة في حياة المريض ؛ وأن تغير في تصرفات المريض وموافقه الحياتية .

### ٨ - المقاربات الاجتماعية :

خلافاً للتقنيات النفسية التي تعامل بشكل رئيسي مع الظواهر داخل النفس والمشاكل بين الأشخاص ، فإن المقاربة الاجتماعية في المعالجة النفسانية تحاول : أن تعدل مواقف المريض وسلوكه ، عن طريق تبديل العوامل البيئية التي تساهم في سوء التكيف عند المريض ، وتشكل العائلة والأصدقاء والجيران الدعم الاجتماعي الأساسي في معظم الحالات ، وإن

التقنيات السلوكية والنفسية المختلفة تستخدم دائمًا في نطاق المقاربة الاجتماعية.

#### ٩ - المعالجة عن طريق تجمعات المساعدة الذاتية :

حيث يعيش الفرد المصابة كامل وقته داخل المنظمة أو التجمع ويستمر بالإتصال مع الجماعة بعد مغادرة مكان التجمع .

#### ١٠ - المقاربات السلوكية :

المعالجة السلوكية بنيت على نظريات تعلم الأحداث أو العمليات، ويكون دور المعالج السلوكي هو أن يؤدي إلى تغيير في سوء التكيف عند المريض ، من خلال تحديد المشكلة والسلوك المستهدف والعوامل التي تلعب دوراً في تعجيل حدوثه أو بقاءه طويلاً؛ وبعدها تقوم بالمحاولة من أجل تبديل هذه العوامل التي تعزز وجود هذا السلوك غير المرغوب ، وتم بالطرق التالية :

أ - الاقتداء .

ب - الشروط الفاعلة .

ج - الشروط المنفرة .

د - الإنطفاء .

هـ - إزالة التحسس .

و - التخيلات الانفعالية .

ز - الطوفان أو الانفجار الصمني .

ح - تمثيل الدور .

ط - تقنية الاسترخاء .



## الاستعراض

قال الإمام علي عليه السلام :

«فالويل لمن أنكر المقدار وَجَحَدَ المَدْبُرِ، زَعموا أنَّهُم كالنباتِ مَا لَهُمْ زَارَعٌ وَلَا لاخْتِلَافٍ صَوَرِهِمْ صانِعٌ، وَلَمْ يَلْجَأُوا إِلَى حُجَّةٍ فِيمَا ادْعَوا، وَلَا تَحْقِيقٍ لِمَا اؤْعَوا (أي حفظوا) وَهُلْ يَكُونُ بَنَاءً مِنْ غَيْرِ بَانٍ أَوْ جِنَانٍ مِنْ غَيْرِ جَانٍ»<sup>(١)</sup>.

«ثُمَّ نَفَخَ فِيهَا مِنْ رُوحِهِ فَتَمَثَّلَ إِنْسَانًا ذَا أَذْهَانٍ يَجِيلُهَا، وَفَكَرٍ يَعْصَرُ فِيهَا، وَجَوَارِحٍ يَخْتَدِمُهَا، وَأَدَوَاتٍ يَقْلِبُهَا، وَمَعْرِفَةٍ يَفْرُقُ بَهَا بَيْنَ الْحَقِّ وَالْبَاطِلِ، وَالْأَذْوَاقِ وَالْمَشَامِ، وَالْأَلْوَانِ وَالْأَجْنَاسِ، مَعْجُونًا بِطِينَةِ الْأَلْوَانِ الْمُخْتَلَفَةِ، وَالْأَشْبَاءِ الْمُؤْتَلَفَةِ، وَالْأَضْدَادِ الْمُتَعَادِيَةِ، وَالْأَخْلَاطِ الْمُتَبَايِنَةِ، مِنَ الْحَرِّ وَالْبَرِدِ، وَالْبَلْلَةِ وَالْجَمُودِ، وَالْمَسَاءَةِ وَالْسُّرُورِ»<sup>(٢)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٣ ص ٥٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٩٧ .



قال تبارك وتعالى في كتابه الكريم :

**«وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ \* وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا يُبَصِّرُونَ»<sup>(١)</sup>.**

وقال الإمام علي عليه السلام :

«من عرف نفسه عرف ربه»<sup>(٢)</sup>.

وقال الإمام علي عليه السلام :

في خطبة الاشباح :

**هُوَ الْقَادِرُ الَّذِي إِذَا ارْتَمِتِ الْأَزْهَامُ لِتَذْرِكَ مُنْقَطَعَ قُدْرَتِهِ، وَحَاوَلَ**  
**الْفِكْرُ الْمُبِرَّا مِنْ خَطَرَاتِ الْوَسَاوِسِ أَنْ يَقْعُدْ عَلَيْهِ فِي حَمِينَاتِ فُبُّوبِ**  
**مَلَكُوتِهِ، وَتَوَلَّهِتِ الْقُلُوبُ إِلَيْهِ يَتَجَرَّى فِي كَيْفِيَةِ صِفَاتِهِ، وَغَمَضَتِ**  
**مَدَارِخُ الْعُقُولِ فِي حَيْثُ لَا تَبْلُغُهُ الصُّفَاتُ لِتَنَاؤِلِ عِلْمَ ذَاتِهِ، رَدَعَهَا**  
**وَهِيَ تَجْوِبُ مَهَاوِي سَدَفِ الْفُبُّوبِ مَتَّخِلَّصَةً إِلَيْهِ سُبْحَانَهُ، فَرَجَعَتْ إِذْ**  
**جَبِهَتِ مُغَرَّفَةً بِأَنَّهُ لَا يَتَنَالُ بِجَوْزِ الْإِعْتِسَافِ كُنْتَهُ مَغْرِفَتِهِ، وَلَا تَخْطُرُ بِيَالِ**  
**أُولَئِي الرُّوَيْبَاتِ خَاطِرَةً مِنْ تَقْدِيرِ جَلَالِ عِزَّتِهِ، الَّذِي ابْتَدَعَ الْخَلْقَ عَلَى**  
**غَيْرِ مِثَالِ امْتِيلَهُ، وَلَا يُقْدِرُ احْتِذَى عَلَيْهِ، مِنْ خَالِقِ مَعْبُودٍ كَانَ قَبْلَهُ،**  
**وَأَرَانَا مِنْ مَلَكُوتِ قُدْرَتِهِ، وَعَجَابِ ما نَطَقَتْ بِهِ آثارُ حِكْمَتِهِ وَأَغْتِرَافِ**  
**الْحَاجَةِ مِنَ الْعَلْقَى إِلَى أَنْ يَقْبِعَهَا بِمِسَاكِ قُوَّتِهِ، مَا دَلَّنَا بِاضْطِرَارِ قِيَامِ**  
**الْحُجَّةِ لَهُ عَلَى مَغْرِفَتِهِ، فَظَهَرَتِ فِي الْبَدَائِعِ الَّتِي أَخْدَنَاهَا آثارُ صَنْعَتِهِ،**  
**وَأَخْلَامُ حِكْمَتِهِ، فَصَارَ كُلُّ مَا خَلَقَ حُجَّةً لَهُ وَدَلِيلًا عَلَيْهِ، وَإِنْ كَانَ خَلْفًا**

(١) سورة الذاريات ، الآيات : ٢٠ - ٢١ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٩٢ ص ٢٠ .

**صامتاً، فَحُجَّتْهُ بِالْتَّذْبِيرِ نَاطِقَةً، وَدَلَّتْهُ عَلَى الْمُبْنَعِ قَائِمَةً<sup>(١)</sup>**

وقال الإمام الحسين عليه السلام :

«الحمد لله الذي ليس لقضائه دافع، ولا لعطائه مانع، ولا يَكْسِنْهُ صُنْعٌ صانع، وهو الجود الواسع، فطر أجناس البدائع، وأتقن بحكمته الصنائع فَسَبَحَانَكَ سَبَحَانَكَ مِنْ مَبْدِئِ حَمْدِيَّ حَمْدِيَّ مَجِيدٍ، تَقَدَّستْ أَسْمَاؤُكَ، وَعَظَلْتَ أَلْأَوْكَ، فَإِنِّي نَعْمِكَ يَا الَّهِ أَحْصَيْتَ عَدَدًا وَذَكْرًا، أَمْ أَنِّي عَطَايَاكَ أَفْرَمْتَ بِهَا شُكْرًا..... ما حَوْتَهُ شَرَاسِيفُ أَضْلاعِي وَحِقَاقُ مَفَاصِلِي، وَقَبْضُ عَوَالِمِي، وَأَطْرَافُ أَنَمْلِي، وَلَحْمِي وَدَمِي، وَشَعْرِي وَيَثْرِي، وَعَصْبِي وَقَصْبِي، وَعِظَامِي وَمَخْبِي وَعَرْوَقِي وَجَمِيعِ جَوَارِحِي»<sup>(٢)</sup>.

وقال الإمام الصادق عليه السلام :

«يا مفضل اعتبر: لم لا يتتشابه الناس الواحد بالآخر كما يتتشابه الوحش والطير»<sup>(٣)</sup>.

وقال الشاعر أبو العناية :

فوا عجباً كيف يعصى الإله أم كيف يجحدة الجاجد  
وفي كل شيء له آية تدل على انه واحد  
صدق الله العظيم وصدق رسول الكريم، وصدق وصيحة أمير المؤمنين  
صلوات الله عليهم.

ربنا آمنا بما أنزلت علينا على لسان رسولك الأمين فاكتتبنا مع الشاهدين، آمنا بقدرتك ورحمتك يا عزيز يا وهاب.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٤٠٦ .

(٢) من دعاء الإمام الحسين عليه السلام يوم عرفة .

(٣) توحيد المفضل للإمام الصادق عليه السلام : ص ٨٧ .

أَمَّا بِجُمِيعِ آيَاتِكَ الَّتِي نَدْرَكُهَا وَالَّتِي لَا نَدْرَكُهَا بِعِقْلَنَا الْمَحْدُودَةِ .  
 أَمَّا بِحُكْمَتِكَ الَّتِي أَحْسَنْتَ خَلْقَنَا وَابْدَعْتَ صَنْعَنَا وَصُورَتِنَا بِأَحْسَنِ  
 تَصْوِيرٍ ، فَكُلُّ شَيْءٍ جَعَلْتَهُ فِينَا يَدْلُ عَلَى مَعْاجِزِكَ وَآيَاتِكَ وَجَلَالِكَ  
 وَعَظَمَتِكَ الَّتِي أَوْدَعْتَهَا إِلَيْنَا بِلَطْفِكَ وَتَدْبِيرِكَ .

آيَاتٌ لَا تَحْصَى ، وَنَعْمٌ لَا تَعْدُ ، وَرَحْمَةٌ لَا تَنْقَطِعُ مِنْ حَنَانِكَ وَمِنْكَ ،  
 لَأَنَّكَ رَؤُوفٌ رَّحِيمٌ ، عَطُوفٌ كَرِيمٌ ، نَشَكِرُكَ يَا الْهَيِّ عَلَى جُمِيعِ الطَّافِلَكَ ،  
 وَنَحْمَدُكَ عَلَى كَثِيرِ نِعَمَاتِكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ بِهَا عَلَيْنَا حِينَ مَيْزَنَتْنَا وَكَرْمَنَتْنَا عَنْ  
 سَائِرِ الْمَخْلُوقَاتِ بِالْعُقْلِ وَالْمَنْطَقِ ، وَجَعَلْتَ لَنَا خَواصِ وَعَلَامَاتٍ وَشَوَادِدَ  
 لَا يَتَشَابَهُ بِهَا إِثْنَانٌ مِّهْمَا كَثُرَ الْعَدْدُ وَأَخْتَلَفَتِ الْأَشْكَالُ وَالْأَسْمَاءُ .

إِنْ لَطْفَكَ يَا وَهَابَ يَدْلُ عَلَى عَظِيمِ شَأْنِكَ وَعِلْمِكَ وَوَاسِعِ رَحْمَتِكَ  
 «يَا مَصْوَرٌ ، يَا مَقْدَرٌ ، يَا مَدْبِرٌ ، يَا مَطْهَرٌ ، يَا مَتَّورٌ ، يَا مَيْسِرٌ ، يَا خَالِقٌ ،  
 يَا رَزَاقٌ ، يَا خَالِقٌ ، يَا صَادِقٌ ، يَا مَنْ فِي السَّمَاءِ عَظَمَتْهُ ، يَا مَنْ فِي الْأَرْضِ  
 آيَاتُهُ ، يَا مَنْ فِي السَّمَاءِ دَلَالَتْهُ ، يَا مَنْ أَظَهَرَ فِي كُلِّ شَيْءٍ لَطْفَهُ ، يَا مَنْ  
 أَحْسَنَ كُلِّ شَيْءٍ خَلْقَهُ»<sup>(١)</sup> .

هَذِهِ الْمَعَاجِزُ الْعَجِيْبَةُ وَالصَّفَاتُ الْوَحِيدَةُ وَالخَوَاصُ الْفَرِيْدَةُ ، كَانَتْ  
 وَلَا تَزَالْ تَبَهَّرُ الْعُلَمَاءُ وَالْعُقَلَاءُ ذُوِّي النُّفُوسِ الظَّاهِرَةُ وَالْعُقُولُ الزَّاهِرَةُ ،  
 الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ ، وَوَحْدَانِيَّةِ الْخَالِقِ ، وَبَدِيعِ صَنْعِهِ ، وَجَلَالِ حُكْمِهِ ،  
 وَوَسِيعِ رَحْمَتِهِ الَّتِي وَسَعَتْ كُلَّ شَيْءٍ ، فَسُبْحَانَ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ، الْلَّطِيفِ  
 الْكَرِيمِ ، السَّمِيعِ الْعَلِيمِ ، مَنْبِعِ الْخَيْرِ وَعَيْنِ الْمَعْرِفَةِ الَّذِي يَعْطِي مِنْ سَأَلَهُ  
 وَمَنْ لَمْ يَسْأَلْهُ تَحْتَنَّا مِنْهُ وَرَحْمَةً ، فَلَهُ الشُّكْرُ وَالْحَمْدُ ، شَكْرًا لَا يَتَهَيِّ

---

(١) مِنْ دُعَاءِ الْجَوْشِ الْكَبِيرِ .

وحمدًا لا ينافي على عطائه الجميل وخيره الجليل ، الذي جعل للانسان مميزات وعلامات تميزه عن الاخرين ، وتدل بخشوع على عطاء رب العالمين .

إن المستقبل سيكشف لنا المزيد من عجائب صفات الانسان وخلقه ، فليتعظ الجاحدون الذين قال فيهم أمير المؤمنين عليه السلام : «فالويل لمن أنكر المقدار وجحد العدبر» .

العلم الحديث أثبت في وقتنا الحاضر أن البشر يتميز الواحد منهم عن الآخر بعلامات دقيقة وثابتة ، يمكن من خلالها التعرف على هوية الإنسان حتى وإن حاول الهرب أو الاختفاء أو الكذب . من هذه العلامات :

### اللون

قال الله تعالى : «وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْخَلْقَاتِ الْسِّتَّكُمْ وَالْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لِآيَاتٍ لِلْعَالَمِينَ»<sup>(١)</sup> .

وقال الإمام علي عليه السلام :

«معجوناً بطينة الألوان المختلفة»

في عصرنا الحاضر أظهرت الدراسات الحديثة أن لكل إنسان لون بشرة خاص به يميزه عن بقية الناس بالرغم من وجود مليارات البشر الذين يعيشون في مختلف بقاع العالم تحت ظروف جوية مختلفة وينحدرون من أجناس متعددة ؛ وهذا ما دفع العلماء إلى اكتشاف جهاز خاص يمكنه باللحظات تمييز بشرة الإنسان والتعرف على هويته الحقيقة .

(١) سورة الروم ، الآية : ٢٢ .

## الصورة والشكل

لاحظ علماء الطب العدلي وأخصائي الإجرام في مناطق كثيرة من العالم : بأنّ صورة وشكل وجه الإنسان تختلف من مخلوق إلى آخر ، ولا يمكن تطابق صورة أحدهم حتى لو قورنت مع ملايين الصور البشرية . هذه المعجزة الإلهية تدل على عظمة الصانع الذي أشار إليه الإمام علي عليه السلام حين قال : «زعموا أنهم كالنبات ما لهم زارع ولا لاختلاف صورهم صانع».

## الصوت

من الآيات الإلهية الأخرى اختلاف أصوات الناس ، إذ وجد بالتجربة والحس أن الأوتار الصوتية لكل إنسان تصدر عنها ذبذبات صوتية خاصة لا تماثلها ذبذبات أخرى حتى وإن قورنت مع مليارات الأصوات البشرية . هذه الميزة ساعدت على التعرف على صاحب الصوت في كثير من الحالات التي تطلب ذلك ، الجميع يلاحظ بأنه يمكن تمييز صوت الإنسان والتعرف عليه حتى وإن كان بعيداً أو وسط الظلام .

## صيوان الأذن

أظهرت الدراسات الحديثة التي قام بها الباحثون والأطباء بأنّ شكل واستدارات والتوامات وتجاعيد صيوان إذن الإنسان لا تتشابه من شخص لأخر ، وأنّ لكل إنسان صيوان إذن خاص به لا يتماثل حتى وإن تم مقارنته مع ملايين الأذان البشرية . هذه الحقيقة الظاهرة للعيان تدل بوضوح على

قدرة الخالق الذي أتقن هندسة هذا الصيوان وجعله من المعاجز البشرية .

### رائحة الجسم

منذ زمن طويل توجه العلماء والمتخصصون في حقل الإجرام إلى حقيقة ظاهرة هامة وهي أن لكل إنسان رائحته الخاصة التي تميزه بخلاف لا يقبل الشك عن الآخرين ، هذه الخاصية الإلهية استخدمت قبل عشرات السنين للتعرف على هوية القتلى وال مجرمين والمفقودين والمخطوفين ؛ من قبل الكلاب البوليسية المدرية التي تتمتع بحاسة شم قوية قادرة على ملاحقة ومعرفة مصدر الرائحة لمسافات طويلة ولعدة أيام بعد انقضاء الحادث ؛ مما يدل على أن لكل مخلوق كائن رائحة خاصة تميزه عن البقية ، هذه الرائحة تبقى في الأجواء لمدة لا يأس بها بالرغم من كثرة الناس وتشابك الروائح والرياح .

### D. N. A حامض

في الوقت الحاضر وبعد أن تطورت الأجهزة الحديثة واكتشف المجهر الإلكتروني ؛ تمكّن العلماء من الإطلاع على تركيب وعمل الخلية الإنسانية الذي يبهر العقل ويجلب النظر ؛ فقد وُجدَ أن أحد مكوناتها هو حامض D. N. A إلا أن الشيء المدهش والعجب الذي حير العلماء هو أن هذا الحامض يختلف في شكله وهندسته من شخص لأخر ولا يمكن أن يوجد في هذا الكون شخصان يحملان نفس المواصفات الموجودة لهذا الحامض في الخلايا . هذه الحقيقة التي توصل إليها العلماء أفادت الطب العدلي ومسؤولي مكافحة الإجرام فائدة قصوى ؛ لأنَّ صفات هذا الحامض

تبقى في جميع خلايا البدن حتى ولو بقيت قطعة صغيرة سالمة من البدن ، على العكس من بقية علامات الاستعرفاف الأخرى، التي تزول وتحتفظ نتيجة التفسخ الذي يحصل في الجثث كالمبقعات وغيرها . هذا الاكتشاف اعتبر قفزة علمية في علم التشخيص والاستعرفاف الذي له فوائد جمة في الكثير من قضایا الإجرام المعقدة .

### بصمات الأصابع

قال الله جل وعلا في كتابه الكريم :  
**﴿بَلِّيْنَ قَادِرِينَ عَلَىْ أَنْ نُسَوِّيْ بَنَانَهُ﴾**<sup>(١)</sup> .

يعوي جلد أصابع الأيدي والأقدام على إنشاءات دقيقة تشكل ارتفاعات وانخفاضات خطية تأخذ أشكالاً مختلفة . تكون هذه الإنشاءات في الشهر السادس من الحمل ولا يطرأ عليها أي تبدل بعد الولادة ، وتبقى بعد الوفاة حتى تتفسخ الجثة .

تختلف أشكال بصمات لب الأصابع من شخص لأخر لدرجة أن احتمال وجود بصمات متشابهتين تماماً عند شخصين من سكان العالم بعيد جداً ويقدر بواحد بين (٦٤) مليار .

إن الاستعرفاف بالبصمات هو من أسهل وأسرع وأرخص طرق الفحص والتعرف في جميع أرجاء العالم ؛ ويعتبر من وسائل الاستعرفاف الأكيدة والناجحة التي لا يمكن أن ينجو أو يتهرب منها أحد ؛ وصدق الباري حين قال : **﴿بَلِّيْنَ قَادِرِينَ عَلَىْ أَنْ نُسَوِّيْ بَنَانَهُ﴾** .

(١) سورة القيامة ، الآية : ٤ .

## الشعر

يعتبر شعر الإنسان أحد وسائل الاستعارة في الوقت الحاضر، ويتميز بعدد من الصفات التي يسهل بواسطتها معرفة لمن يعود هذا الشعر؛ حتى وإن فحصت منه ملايين الأنواع.

تألف بشرة شعر الإنسان من طبقة واحدة أو أكثر من الخلايا التي يتراكب بعضها فوق بعض بشكل تبدو معه حوافي الشعرة مستقيمة ومنتظمة، أما قشرة الشعرة فهي عريضة تشكل القسم الأعظم من قطر الشعرة وفيها حبيبات صباغية دقيقة جداً؛ ويتصف شعر الإنسان بأن الصباغ الموجود فيها غير متجانس في طولها حيث تبدو بعض أقسامه شديدة اللون بينما تكون الأقسام الأخرى قليلته؛ كما وتميز بمقاطعها البيضي الشكل أو المدور، أما مقطع شعر الذقن والشارب، فيكون مثلث الشكل، بينما يكون مقطع شعر العانة بيضاً متطاولاً.

## علوم البيئة والحيوان

قال الإمام علي عليه السلام :  
«وَاتَّقُوا اللَّهَ فِي عِبَادِهِ وَبِلَادِهِ فَإِنَّكُمْ مَسْؤُولُونَ حَتَّىٰ عَنِ  
الْبَقَاعِ وَالْبَهَائِمِ»<sup>(١)</sup>

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٩ ص ٢٨٨.



Commonwealth  
of Australia

قال الإمام علي عليه السلام :

تَحْنُ شَجَرَةَ النُّبُوَّةِ، وَمَحَظُ الرِّسَالَةِ، وَمُخْتَلِفُ الْمَلَائِكَةِ، وَمَعَادِنُ  
الْعِلْمِ، وَيَنَايَةُ الْحُكْمِ<sup>(١)</sup>.

الإمام علي عليه السلام باعتباره وصي رسول الله عليه السلام والهادي من بعده أكد في كلمته هذه على أن رعاية الموازين البيئية وصيانة الثروة الحيوانية هي مسؤولية الجميع، ويجب الالتزام والعمل بها والإشراف على صياتها، وهذه المسؤولية تشمل جميع المسلمين المؤمنين بالشريعة المحمدية.

إن المسؤولية من الناحية الشرعية تتطلب من الفرد المسلم الالتزام بالأوامر والتعليمات التي يصدرها الولي المدرك للمصلحة البشرية والإسلامية والاجتماعية والفردية. هذا الالتزام الذي تمثله المصلحة العامة ضروري ونافع للناس من الناحية الاقتصادية والمالية والصحية؛ خصوصاً وهو صادر عن وصي رسول الله عليه السلام الذي علمه شديد القوى، اللطيف بعادة الخبرير بحاجة وصلاح خلقه.

قال الإمام علي عليه السلام :

تَالَّهُ لَقَدْ عَلِمْتُ تَبْلِيغَ الرِّسَالَاتِ، وَإِتَامَ الْعِدَاتِ وَثَمَامَ الْكَلِمَاتِ،  
وَعِنْدَنَا - أَهْلَ الْبَيْتِ - أَبْوَابُ الْحُكْمِ، وَضِيَاءُ الْأَمْرِ<sup>(٢)</sup>.

من كل ما تقدم نستنتج أن خطاب الإمام علي عليه السلام شرعي وعلقي يقع على عاتق كل مسلم ومسلمة تهمه المصلحة العامة التي تهدف إلى الحفاظ على سلامة الإنسان والبيئة بجميع مكوناتها وموادراتها.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٢١٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٧ ص ٢٨٨ .

في مطلع فجر الإسلام حينما كان سكان العالم لا يتجاوزون عدة ملايين ، يعيشون الحياة البدانية من دون ضوضاء وتلوث ، صرح بطل الإسلام ، حامل العلوم المحمدية الإمام علي عليه السلام الذي كان يعيش في الجزيرة العربية حيث الصحاري والقفار ولا يتجاوز نفوسها عدة آلاف : بأنَّ المحافظة على الأرض ، والبيئة ، والحيوانات ، ضرورة اجتماعية ودينية .

هذه الحقيقة نابعة من الارتباط الوثيق وال مباشر بين تلك العوامل وسلامة وصحة الإنسان الذي يعيش وسطها .

إنَّ كل بقعة من بقاع الأرض لها مزايا وثوابت ومتطلبات بيئية يجب رعايتها وأخذها بعين الاعتبار ؛ لكي لا تتعرض المقومات البيئية لتلك البقعة للخطر ، وبالتالي تؤثر على سلامة جميع الموجودات ، بسبب الترابط الوثيق بين البيئة والمخلوقات التي تعيش وسطها ، وأنَّ أي اختلال في الموازنة البيئية بين أحد الأطراف سيؤثر على الطرف الآخر ، بحيث تصاب الرابطة التعايشية بخلل كبير ، يفقدا الكثير من خواصها وطبيعتها ، ليفتح الطريق أمام العديد من المشاكل التي تجعلها ضعيفة متقطعة تختللتها الصعوبات والأمراض الروحية والعضوية .

الحيوانات بمختلف أنواعها واسمائها هي أحد أطراف المعادلة التي تتأثر بالتغييرات البيئية التي أوجدها الإنسان خلال حياته اليومية ؛ لهذا يجب مراعاة كافة الظروف البيئية لجميع الحيوانات ؛ خصوصاً التي تفید الإنسان ، لكي نحافظ على أنفسنا من الأخطار المحتملة ، من جراء الإهمال المتعمد أو غير المتعمد .

المخلوقات المجهرية كالفيروسات والبكتيريا تأثرت بالتحولات البيئية ، بالأخص في السينين الأخيرة ، حيث تحول قسم منها إلى موجودات

مرضية مفترسة تهاجم الإنسان والحيوان على السواء؛ وتصيبه بأمراض متنوعة، منها البسيط والخطير، فقد لوحظ تحول فايروس الأيدز وأبيولا وبكتيريا الليجيونلا من حالة السكون إلى حالة المرض؛ الذي حصد ملايين الناس في كافة أنحاء العالم، ولا يزال الجميع يحاول المستجنب للوقوف بوجه هذه الكارثة الصحية.

من كل ما تقدم نستخلص أن المحافظة على البيئة هي مسؤولية الجميع ولا يستثنى منها أحد، حيث أكد الإمام عليه السلام على هذه الناحية من خلال تحمله المسؤولية جميع الناس، وأن هذه المسؤولية تشمل جميع البقاع التي يوجد ويتنعم فيها الإنسان والحيوان.

### البيئة

تعتبر البيئة المشكلة الرئيسية التي تواجه البشرية في الوقت الحاضر بالأخص بعد الازدياد السكاني، والثورة الصناعية وكثرة المعامل، وسرعة الحركة، وازدياد الاختلاط، وكثرة الآليات والمركبات المستعملة كالسيارات وغيرها، وتوسيع المدن، حيث أصبحت الحاجة ماسة إلى وضع الأسس العلمية والعملية والصحية التي تحافظ على سلامة البيئة وتنظيمها وتحفظها من الأخطار والتلوث والتدحرج؛ وهذا الأمر يتطلب وجود كادر متخصص لمراقبة البيئة وحمايتها، كي تبقى بيئه صالحة تلائم الإنسان وتنماش مع متطلباته وصحته وقدراته المالية؛ بيئه خالية من عوامل التلوث، سليمة، مناسبة، تحفظ العلاقة والرابطة الحياتية بين الإنسان وسائر الموجودات على سطح الكره الأرضية، بل وحتى الأجراءات المحيطة بالأرض والتي لها علاقة وثيقة بمقومات الحياة؛ كطبقة الأوزون والأمطار الحامضية التي

تولدت نتيجة زيادة كميات الغازات السامة المنبعثة من الأرض . إن الزيادة السكانية وما تخلفه من فضلات وتلوث تتطلب منا بذل الجهد اللازم والكافى لدراسة المشاريع الزراعية والصناعية والحيوانية قبل تأسيسها ؛ والتأكد من وجود الوسائل الكافية لتصريف مخلفاتها . والعقل والمنطق يطلب منا بذل جهوداً كبيرة لخلق بيئة صحية تنظم بدقة العلاقة بين جميع الموجودات ؛ وهذا يتطلب منا بناء المقومات الأساسية للبيئة التي نسعى ونططلع اليها ، كي نحافظ على سلامتنا وصحتنا .

### **مقومات البيئة**

- ١ - توفير المياه الصالحة للشرب والاستعمالات الأخرى .
- ٢ - التخلص الصحيح والمبرمج للفضلات الناتجة عن الإنسان والحيوان والطبيعة .
- ٣ - توفير الغذاء الصحي ، الكافى والمتوازن للإنسان والحيوان .
- ٤ - القضاء على الحشرات الضارة والهوا .
- ٥ - وضع الدراسات الالزمه لحماية البيئة من أسباب التلوث الهراني والبيئي ، الناجم من المعامل والمبيدات المختلفة .
- ٦ - السكن الجيد وتنظيم المدن وفق المتطلبات العصرية .
- ٧ - القضاء على الأمراض الإنسانية والحيوانية المعدية التي تهدد حياة الإنسان والحيوان .
- ٨ - حماية النبات والمراعي من التلف .
- ٩ - حماية مصادر المياه من التلوث .
- ١٠ - العناية بالحيوانات صحياً وغذائياً .

- ١١ - حماية طبقة الاوزون من التلف .
- ١٢ - التعامل العلمي والعملي مع الكوارث الطبيعية .
- ١٣ - وضع الدراسات الازمة التي تحمي البيئة من التلوث والدمار .
- ١٤ - التثقيف الصحي والبيئي لمختلف قطاعات المجتمع كي يتحسسو ويدركوا أهمية وخطورة البيئة على الحياة البشرية .

### الحيوانات أو البهائم

الحيوانات أنواع، منها: الأليف، ومنها: الوحشى، بعضها يؤكل، والبعض الآخر لا يؤكل، ولكن بشكل عام نلاحظ أن الإنسان في تماست وارتباط دائم و مباشر مع الحيوانات؛ تارة عن طريق تناول لحومها وتارة بواسطة تربيتها، فهو معرض بصورة مباشرة وغير مباشرة للإصابة بالأمراض المختلفة التي تصيب الحيوان والإنسان. فيما أن هذا التماست حتى موجود و تفرضه واقعية التعايش المصلحي والبيئي؛ لذا يجب على الإنسان أن يهتم بتربية تلك الحيوانات، لكونها ضرورية ويستفاد من لحومها ولبنها وجلودها ووبرها؛ إضافة إلى استخدامها في أغراض شتى. قال الله تعالى:

﴿وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفَءٌ وَمَنَافِعٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ \* وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرْبَحُونَ وَحِينَ تَسْرُخُونَ \* وَتَحْمِلُ أَنْقَالَكُمْ إِلَى بَلْدٍ لَمْ تَكُونُوا بِالْفِيهِ إِلَّا بِشَقَّ الْأَنْفُسِ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرَؤُوفٌ رَّحِيمٌ﴾<sup>(١)</sup>.

لتلك الأسباب نبهنا الإمام عَلَيْهِ السَّلَامُ وخطبنا لتحمل مسؤولية الحفاظ على تلك الثروة الكبيرة التي تنفع الإنسان وتسد بعض احتياجاته.

---

(١) سورة النحل ، الآيات : ٥ - ٧ .

إن أحد وسائل حماية الحيوانات هو القيام بحملات لقاح دورية، وتوفير المكان النظيف والملائم لسكنها ومعيشتها، وبذلك يزداد الإنتاج، ويتضاعف العدد، وتقل الإصابة بالأمراض المشتركة.

الخلاصة إن الإمام عَلِيًّا أراد في كلامه الشريف توضيح الرابطة القوية بين الإنسان والبيئة، وبين الإنسان والحيوان. هذه الافتتانة الكريمة تعتبر اليوم ركناً مهماً من أركان الصحة العامة وضرورة حياتية لا بد منها، وتوضيح الغرض من كلام الإمام عَلِيًّا نستعرض بايجاز بعض الأمراض الحيوانية والأمراض المشتركة التي تصيب الإنسان والحيوان.

### **الأمراض التي تصيب الحيوانات**

#### **أمراض الحيوان الفيروسية :**

١ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بتسنم دموي فيروسي ، مثل :

أ - طاعون الخيل (له علاقة بالإنسان) .

ب - الحمى الزائلة (مرض ثلاثة أيام) مرض معدى (له علاقة بالإنسان) .

٢ - الأمراض الفيروسية التي تتميز بأعراض هضمية ، مثل :

أ - الحمى القلاعية . تصيب الحيوانات ذات الظلف (له علاقة بالإنسان) .

ب - الطاعون البكري .

ج - الإسهال الفيروسي البكري .

د - الحمى الرشحية الخبيثة .

هـ - مرض اللسان الأزرق (الحمى القلاعية الكاذبة) .

و - طاعون القسطنطيني (التهاب الأمعاء المعدى في القسطنطيني).

٣ - الأمراض الفيروسية التي تميز بأعراض تنفسية ، مثل :

أ - التهاب الأنف والرئتي المعدى في الابقار .

ب - إنفلونزا الخيول .

ج - التهاب الأنف والرئنة الفيروسي في الخيول (الإجهاض الوبائي

في الخيول) .

د - التهاب الرئة المعدى في الخيول .

٤ - الأمراض الفيروسية التي تميز بأعراض عصبية مثل :

أ- مرض السعار في الكلاب (له علاقة بالإنسان) .

ب - داء الوثب (التهاب الدماغ والنخاع الشوكي في الأغنام) .

ج- مرض النوم (التهاب الدماغ والنخاع الشوكي في الخيول) (له

علاقة بالإنسان) .

د - مرض جنون البقر .

٥ - الأمراض الفيروسية التي تميز بأفات جلدية كمرض الجدري

الذى يصيب معظم الحيوانات والطيور والإنسان ، مثل :

أ - مرض جدري البقر .

ب - مرض جدري البقر الكاذب .

ج - مرض جدري الخيول

د - مرض جدري الجمال .

هـ- مرض جدري الأغنام .

و - التهاب الجلد البشري الساري (الأكزيما السارية) . مرض

يصيب البقر والأغنام والماعز والإنسان .

### أمراض الحيوان الطفيلية :

الأمراض التي تصيبها وحيدات الخلية ، مثل :

أ - داء الكلمثريات وتنقسم إلى قسمين :

١ - حمن البول الدموي .

٢ - الحمن الساحلية .

ب - الإصابة بمرض الأنابلازما .

جـ - الإصابة بمرض التربيانوزوميسيز .

د - داء الليشمانيا .

هـ - داء الكوكسيديا .

### أمراض الحيوان الديدانية :

هذه الأمراض تصيب الإنسان والحيوان ، مثل الأغنام والماعز والأبقار

والجمال والخيول والخنازير :

١ - داء الوريقات الكبدية .

٢ - داء الديدان المتفوقة .

٣ - الإصابة بالديدان الشرطي .

### أمراض الحيوان الجرثومية :

١ - أمراض الفرع .

٢ - أمراض المواليد الحديثة :

أ - إسهال العجلول الأبيض .

ب - دفتريا العجلول .

ج - التهاب السرة في العجلول .

د - تقيح الدم في الحملان .

هـ - التهاب السرة في الأمهار .

٣ - الأمراض التي تسببها العصيات الوردية والشعريات الحمراوية :

أ - السل الكاذب .

ب - التهاب الكلن في الأبقار .

٤ - مرض خناق الخيل .

٥ - البرفية النزفية .

٦ - مرض الدوران .

٧ - الحمن الفحمية (مرض الطحال) .

#### **أمراض الحيوان المطعنة :**

١ - مرض الكزار .

٢ - التسمم الوشيقي (التسمم الغذائي) .

٣ - أمراض التدفين الدموي المعوي .

٤ - دزتربيا الحملان .

٥ - مرض تللب الكلن .

٦ - الجمرة العرضية .

٧ - الوذمة الخبيثة .

٨ - التهاب الكبد التقيحي .

٩ - الإصابة بمرض السل .

١٠ - الإصابة بمرض نظير السل .

١١ - الأمراض التي تسببها السالمونيلا والجراثيم المغزلية .

- أ - مرض التيفوئيد.
- ب - التهاب الكبد القيحي.
- ج - تعفن الأظلاف في البقر.

**الأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والإنسان**  
**الأمراض الفيروسية والكلاميديا :**

- ١ - مرض الأكتيماء المعدية.
- ٢ - مرض جدري البقر.
- ٣ - مرض جدري الجمال.
- ٤ - مرض الجدري المعروف.
- ٥ - مرض الأنفلونزا.
- ٦ - مرض لوبينگك.
- ٧ - الإصابة بمرض فيروس B.
- ٨ - مرض داء الكلب.
- ٩ - مرض الپسایاتاکوزس.
- ١٠ - الحمى التزفية الأفريقية.
- ١١ - مرض ایبولا.
- ١٢ - مرض جنون البقر.

**الأمراض البكتريولوجية :**

- ١ - مرض الجمرة الخبيثة.
- ٢ - مرض التيفوئيد.
- ٣ - مرض البكتيريا العنقودية.

- ٤ - مرض الكولي باسيلوزس .
- ٥ - مرض البكتيريا المسبحية .
- ٦ - مرض السل .
- ٧ - مرض فبريلوزس .
- ٨ - مرض باسترلوزس .
- ٩ - مرض الكزار .
- ١٠ - مرض ليتيو سبايروزس .
- ١١ - مرض حمى مالطة أو الحمى المتموجة .
- ١٢ - مرض كلاندرز .
- ١٣ - مرض التولاريبيا .
- ١٤ - مرض حمى كيو .

#### **الأمراض الديدانية :**

- ١ - مرض التوكسو بلاسموزس .
- ٢ - مرض الأكياس المائية .
- ٣ - مرض ديكروسلولوزس .
- ٤ - مرض الليشمانيا .
- ٥ - مرض الملاريا .
- ٦ - مرض الترايكينيوزس .
- ٧ - مرض پيروبلاسموزس .



## الفس والروح وسكرات الموت

قال الإمام علي عليه السلام :

«فَإِنِّي لَعْنِي بِعَصِيرَةِ مِنْ نَفْسِي ، وَبِقَبْنِي مِنْ رَبِّي»<sup>(١)</sup> .

«وَالسَّعِيدُ مَنْ وَعَظَ بِغَيْرِهِ ، وَالشَّقِيقُ مَنْ انْخَدَعَ لِهُوَاهُ وَغَرُورِهِ»<sup>(٢)</sup> .

«فَإِنَّكُمْ لَوْ قَدِ عَايَشْتُمْ مَا قَدِ عَايَيْتُمْ مِنْ مَاتَ مِنْكُمْ ، لَجَزِعْتُمْ وَوَهَلْتُمْ ، وَسَعَيْتُمْ وَأَطْعَمْتُمْ ، وَلَكُنْ مَحْجُوبٌ هَنَّكُمْ مَا قَدِ عَايَيْنَا ، وَقَرِيبَتْ مَا يَطْرَأُ الْجِحَابُ»<sup>(٣)</sup> .

«فَبَادِرُوا الْمَعَادَ وَسَاقُوا الْأَجَالَ ، فَإِنَّ النَّاسَ يُوشِكُ أَنْ يَنْقُطَعَ بِهِمُ الْأَمْلُ ، وَيَرْهَقُهُمُ الْأَجَلُ ، وَيُسْدَدُ عَنْهُمْ بَابُ التَّوْبَةِ»<sup>(٤)</sup> .

«فَلَمْ يَزُلِ الْمَوْتُ يَبَالِغُ فِي جَسَدِهِ حَتَّى خَالَطَ سَمْعَهُ ، فَصَارَ بَيْنَ أَهْلِهِ لَا يَنْطَلِقُ بِلِسَانِهِ ، وَلَا يَسْمَعُ بِسَمْعِهِ ، يَرَدَّدُ طَرْفَهُ بِالنَّظَرِ فِي وُجُوهِهِمْ ، يَرَى حَرَكَاتِ أَسْتِهِمْ ، وَلَا يَسْمَعُ رَجْعَ كَلَامِهِمْ»<sup>(٥)</sup> .

(١) شرح نهج البلاغة لمحمد عبد: ج ٣ ص ١٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ٦ ص ٣٥٣ .

(٣) المصدر السابق: ج ١ ص ٢٩٨ .

(٤) المصدر السابق: ج ١٠ ص ١١٦ .

(٥) المصدر السابق: ج ٧ ص ٢٠١ .



قال الإمام علي عليه السلام :

«فَإِنِّي لَعُلِّي بِعَصِيرَةِ مِنْ نَفْسِي، وَبِقِينِ مِنْ رَبِّي»<sup>(١)</sup>.

الإمام علي عليه السلام الوصي الأمين ، والهادي المعين ، وصاحب اليقين ، وحبل الله المتيقن ، يعلن بقلب عابد ومؤمن زاهد ، بأنه على إدراك كامل بصيرة نفسه ، ويقين ثابت بحقيقة ربه ، وهو القائل : والله لو كشف لي الغطاء لما إزددت يقيناً ، وهو الذي قال فيه رسول الله عليه السلام : «لم يعص الله طرفة عين».

الإمام علي عليه السلام حمل أعباء الرعاية وسار بها وفق كتاب الله ومنهج رسوله الكريم ؛ لم تأخذه في الحق لومة لائم ، هدفه السامي الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، وسلوك الطريق المستقيم الذي يرضيه الله ، فكان بحق خير من بلغ ، وخير من استقام بعد رسول الله عليه السلام ، «إِنَّ الَّذِينَ قَاتَلُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَنَزَّلَ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُتِّبَتْ لَكُمْ تَوْهِيدُنَّ»<sup>(٢)</sup>.

عاش حياة الزهد والبساطة فلم يصبو لمغريات الدنيا وزخارفها ولم ينخدع ببريقها فقد طلقها ثلاثة ، وذاب حباً وشوقاً في ذات الله ، وهو القائل : «يا دنيا يا دنيا إليك عنئي . أبي شعرت ألم إلى شرقيت لا حان حينك ، هيئاتاً غرمي غيري ، لا حاجة لي فيك ، قد طلقتك ثلاثة لا رجعة فيها فعيشك قصيري ، وخطرك تيسير وأملك حقير . أو من قلة الزاد ، وطول الطريق ، ويعي السفر ، وعظيم المورد»<sup>(٣)</sup>.

(١) نهج البلاغة لمحمد عبد : ج ٣ ص ١٢٠ .

(٢) سورة فصلت ، الآية : ٣٠ .

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٩٠١ .

لقد كان **طهراً** أعرف الناس بغدر الدنيا وتقلبها فشبها بالحية الناعمة ملمسها القاتل سماها.

إن من خواص الدنيا التقلب والتغير والتنكر للإنسان «وتلك الأيام نداولها بين الناس» فهي لا تمضي على نمط واحد، بل تتقلب وتغدر وتحول الإنسان من حال إلى حال، في بينما تراه قوياً صحيحاً سليماً، وإذا به يصبح مريضاً علياً لا يقدر على شيء، أو عندما يكون غنياً، وإذا به يغدو فقيراً لا حول له ولا قوة، وهكذا فالحياة مراحل، فمن الشباب والقوه إلى الضعف والهرم والشكوى والألم، فكل شيء في الدنيا يتغير بمرور العمر والزمان.

### من هي الدنيا المذومة :

الإنسان بفطرته التي فطرها الله يحب الدنيا ويحب الحياة، والإمام **طهراً** عندما يذم الدنيا ليس مقصوده ذم الحياة البشرية والعلاقات الطبيعية الفطرية السائدة بين بني البشر؛ ولكن المقصود ذم الحب الشديد والحرس على الدنيا التي تأسر الإنسان، وتجعله مطية عبياء لها (أي عبادة الدنيا). إن هذا التعلق والحب يحدث عندما يتصور الإنسان أنَّ الحياة الدنيا هدف وغاية وليس وسيلة أو معبراً لحياة خالدة، أفضل وأجمل وأدوم من هذه الحياة الفانية.

إن الإنسان العاقل عندما يدرك الهدف الصحيح الذي من أجله خلقه الله، يصبح سعيداً مطمئناً لا تعكر حياته المعكرات والأفكار والوسوس؛ وبالعكس عندما يتتجاهل هذه الحقيقة ويتعلق بالدنيا ينحدر نحو الهاوية والدمار. لذلك فالذم هو للإنسان الذي يعبد الدنيا وليس للدنيا

التي لا دخل لها في هذه العبادة.

«إن الإسلام كما جاء على لسان الإمام علي عليه السلام ، يرى علاقة الإنسان بالدنيا كعلاقة الزارع بزرعه «الدنيا مزرعة الآخرة» ، أو علاقة التاجر بالمتجر «الدنيا متجر أولياء الله» ، أو علاقة المسابق بميدان السباق «ألا وإن اليوم المضمار وغداً السباق ، والسبقة الجنة والغاية النار» ، أو علاقة العابد بالمسجد «الدنيا مسجد أحباء الله». إذن فالدنيا ليست عدوة الإنسان ولا ظالمة له ، إلا بمقدار ظلمه لنفسه وعدم إستفادته منها»<sup>(١)</sup>.

قال الإمام علي عليه السلام : «والشَّعِيدُ مَنْ قُوِّيَّ بِغَيْرِهِ وَالثَّقِيلُ مَنْ اتَّحَدَعَ لِهَا وَغَرَّرَهُ»<sup>(٢)</sup>.

### الناس في الدنيا يعملون وفق ثلات خطوط :

- ١ - من يعمل للدنيا ولا يعمل للأخرة.
- ٢ - من يجعل الدنيا أكبر همه ، ولكنه مع ذلك يعمل للأخرة.
- ٣ - من يجعل الدنيا وسيلة والأخرة غاية.

حب الدنيا يؤولد قسوة القلب ، وقسوة القلب تنتج من :

- ١ - ترك ذكر الله .
- ٢ - كثرة الأكل والشرب .
- ٣ - أكل المال الحرام .
- ٤ - الإستخاف بالصلوة .
- ٥ - كثرة الكلام والضحك .

(١) تصنيف نهج البلاغة للبيهقي يصون : ص ٨٨٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٦ ص ٢٥٣ .

٦ - اهتم بالدنيا والعمل لها .

٧ - طول الأمل .

٨ - كثرة المال .

٩ - مجالسة الأنذال والطغاة وحكام الجور .

١٠ - الخلوة بالنساء .

١١ - مجالسة الأغنياء .

١٢ - ترك مجالسة أهل العلم والعلماء .

يوجد في كل إنسان عنصراً : عنصر فطري شخصي يوجد فيه منذ الولادة «ما من مولود يولد إلا على الفطرة ، فأبوااه اللذان يهودانه وينصرانه ويمجسانه»<sup>(١)</sup> وعنصر مكتسب اجتماعي ، والعنصر الاجتماعي لا يتأتى إلا بال التربية ، وتتضمن التربية إعطاء الفرد المعلومات والخبرات المفيدة التي توسع الفكر وتزيد القابلية والتي لا يتسعن للفرد الحصول عليها بدون مساعدة الآخرين ؛ وهكذا نجد رب الأسرة يعطي أبناءه التربية الصالحة قبل أن يدخلوا ميدان الحياة العملية ، فيكون بذلك معيناً ومساعداً لهم على اجتياز وتحطيم العقبات والصعاب ، ودافعاً لهم إلى النجاح والتفوق .

### حالات النفس<sup>(٢)</sup> :

عبر القرآن الكريم عن النفس بعدة معان تمثل حالات النفس الإنسانية وما يمر عليها من تأثيرات نفسية واجتماعية :

- ١ - النفس التي تدعوا إلى الحق وتأمر بالخير وهي النفس المطمئنة ،

(١) من لا يحضره الفقيه : ج ٢ ص ٤٩ .

(٢) تصنف نهج البلاغة للبيب بيضون : ص ٦٧٧ .

قال الله تعالى: «بِاَيْتَهَا النُّفُسُ الْمُطْمَئِنَةُ ارْجِعُهُ اِلَى رَبِّكَ راضِيَةً مَرْضِيَةً»<sup>(١)</sup>. وسميت مطمئنة لأن صاحبها حين يطبع يبلغ درجة الإطمئنان في الدنيا والآخرة.

٢ - النفس التي إذا عمل الإنسان سوءاً لامته وأثبته على فعله، وهي النفس اللوامة ، قال تعالى: «لَا أَقِيمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ # وَلَا أَقِيمُ بِالنَّفِسِ الْلُّوَامَةِ»<sup>(٢)</sup>.

٣ - النفس التي تدعو إلى الشر وتأمر بالسوء وهي النفس الأمارة ، قال تعالى: «إِنَّ النُّفُسَ لَأَمَارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا زَحِمَ رَبُّهُ»<sup>(٣)</sup>.

٤ - النفس الراضية .

٥ - النفس المرضية .

الإمام علي عليه السلام يعرّف النفس تعريفاً جميلاً عندما سأله كميل بن زياد «رض» أن يعرفه نفسه فقال: «يا كميل إنما هي أربع: النّامية النّباتية، والجّسيمة الحيوانية، والنّاطقة القدسيّة، والكلّيّة الإلهيّة. ولكل واحدٍ من هذه خمس قوى وخاصيّاتٍ. فالنّامية النّباتية لها خمس قوى: جاذبة، وراسكة، وهاضمة، ودافعة، ومربيّة، ولها خاصيّات: الرّيادة والنّقصان، وابنائتها من الكبد، وهي أشبه الأشياء بتنفس الحيوان. والجّسيمة الحيوانية لها خمس قوى: سمع، وبيصر، وشم، وذوق، ولمس، ولها خاصيّات: الشّهوة والغضب، وابنائتها من القلب، وهي أشبه الأشياء بتنفس السّبع. والنّاطقة القدسيّة ولها خمس قوى: فكر، وذكر، وعلم، وحمل، وثابة،

(١) سورة الفجر ، الآياتان : ٢٧ - ٢٨ .

(٢) سورة القيمة الآياتان : ١ - ٢ .

(٣) سورة يوسف ، الآية : ٥٣ .

وَلَيْسَ لَهَا ابْنَاعُ ، وَهِيَ أَشَبَّ الْأَشْيَاءِ بِالْفَوْسِ الْمُلْكِيَّةِ ، وَلَهَا خَاصِيَّاتٌ: النِّزَاهَةُ وَالْحِكْمَةُ . وَالْكُلِّيَّةُ الْإِلَهِيَّةُ وَلَهَا خَمْسٌ قَوْيٌ : بَقَاءٌ فِي فَنَاءٍ ، وَنَعِيمٌ فِي شَقَاءٍ ، وَعَزَّ فِي ذُلٍّ ، وَغَنِيَّ فِي فَقْرٍ ، وَصَبَرَ فِي بَلَاءٍ ، وَلَهَا خَاصِيَّاتٌ: الرُّضَا وَالثُّلُمَّ وَهَذِهِ هِيَ الَّتِي مَبْدِئُهَا مِنَ اللَّهِ وَإِلَيْهِ تَعُوْذُ . قَالَ اللَّهُ تَعَالَى : ﴿وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي﴾ وَقَالَ تَعَالَى : ﴿بِمَا أَيَّتَهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ إِرْجَعِي إِلَى رَبِّكَ رَاضِيَّةً مَرْضِيَّةً﴾ وَالْقُلْقُلُ وَسْطُ الْكُلِّ لِكِبَلًا يَقُولُ أَحَدُكُمْ شَيْئًا مِنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ إِلَّا بِقِيَامِ مَعْقُولٍ<sup>(١)</sup> .

### الروح :

من الأشياء التي حجبها الله عن عباده هي معرفة الروح وما هي، قال الباري : ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أَتَيْمُ مِنِ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾<sup>(٢)</sup> .

إن هذا الافتاء هو من الألطاف الإلهية التي تراعي مصلحة الإنسان وتتظر إليه بعين اللطف والرحمة؛ لأن الإنسان لا يدرك مصلحته، وقد يتصرف خلافها مسيئاً إلى نفسه والآخرين. لذا اقتضت الحكمة الإلهية جعل الروح من الأسرار التي تختص بالخالق وحده، ولا يمكن للإنسان مهما أوتي من علم أن يتوصل إلى معرفتها وكشف ماهيتها.

السؤال عن الروح طرحته الناس قديماً وحديثاً، فأجابهم الله بلسان القرآن بأنَّ الروح شأن الهي، وأنَّ علم الإنسان مهما زاد فهو لا شيء بالنسبة لعلم الخالق جلت قدرته.

(١) تصنيف نهج البلاغة للبيهقي بيفرون: ص ٦٨١ - ٦٨٢ .

(٢) سورة الإسراء ، الآية : ٨٥ .

وبالرغم من ذلك بقي الإنسان معانداً، يفكر ويتساءل ويحاول جاهداً كشف بعض خفايا الروح، هل هي شيء قابل للرؤية واللمس؟ أم أنها شكل سائل؟ أو تشبه الموجات الكهرومغناطيسية؟ كيف تدخل البدن وبأي صورة تخرج منه؟ وكيف تدخل إلى الجنين عند تكوينه في بطن أمها؟ وإذا مات الإنسان هل يمكن رؤية الروح وهي تخرج منه؟ وإذا خرجت أين تذهب؟ تساؤلات وفرضيات حيرت العلماء والباحثين ولكنها بقيت بلا جواب، لأن الله هو الحاجب عن معرفة ذلك، وكل شيء يحجبه الله لا يمكن رويته أو معرفته. الروايات الواردة عن أهل البيت عليهم السلام تقول: أن الروح تنفصل عن الجسد، ولكنها تبقى ملزمة له، فإذا كان الإنسان شيئاً معدباً في القبر، شقت وتعذبت معه الروح. وإذا كان مؤمناً صالحاً سعدت الروح وأطمأنـت، فالموت معناه تغير الحال فقط، وأن الروح باقية بعد مفارقتها الجسد إما معدبة وإما منعمة. ومعنى مفارقتها للجسد انقطاع تصرفها عن الجسد بخروج الجسد عن طاعتها، ومع ذلك يبقى سؤال يتعدد في الأذهان إذا انفصلت الروح، أين تذهب، هل تبقى بجوار الجسد أم تنتقل في الأجواء ثم تعود إليه؟ وبالطبع سيقى هذا السؤال بلا جواب، وستبقى الروح سراً الهياً لا تدركه العقول البشرية مهما أورتت من علم وبصيرة. الإمام علي عليه السلام عندما يصف ملك الموت حينما يأتي لقبض الروح فيسائله ويقول: «هل يحسّ به إذا دخل منزلًا، أم هل تراه إذا توقف أحدًا بل كيف يتوفى الجنين في بطن أمها! أبلغ عليه من بعض جوارِّها، أم الروحُ أجياثٌ بإذن رزتها، أم هو ساكنٌ مَعَةً في أحشائِها»<sup>(١)</sup>.

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٢٣٧

## صحوة الموت

كثيراً منا من شاهد صحوة الموت عند العديد من الناس رجالاً ونساءً. وهي إما قصيرة المدة لا تتجاوز بضعة دقائق، أو طويلة المدة تستغرق عدة ساعات. الصحوة هي حالة يفيق فيها المريض الذي يعاني الآلام أو الغيبوبة، ويبدأ الجلوس والنهوض وطلب الماء والغذاء والحديث مع الحاضرين بصورة طبيعية ووعي كامل؛ وما أن تتحقق طلباته الظاهرة حتى يجلس أو يتمدد ويسلم الروح.

صحوة الموت من الجانب المادي تعتبر خرقاً للنظريات الطبية التي تقول: بأن الخلايا والأنسجة والأعضاء تأثرت وتغيرت كثيراً، وأصيبت بالضمور والضعف والشلل، وقلت فعاليتها أو توقفت عن العمل أحياناً، وأصبحت غير قادرة على أداء وظائفها وواجباتها الطبيعية. أنها شخصياً كطبيب مارس المهنة الطبية لمدة (٣٤) سنة شاهدت العديد من حالات

الصحوة المتباعدة المُدد ولكن حالتين منها استرعت انتباхи واهتمامي:  
**الحالة الأولى:** لأمرأة من أقربائي أصيبت بسرطان المعدة، ولم يجدى العلاج الطبيعي معها شيئاً، لأن المرض كان متشاراً إلى باقي الأعضاء. الأطباء أوصوا بإعطائها الأدوية المسكنة والمنومة إلى حين أجلها. وبالتدريج تدهورت صحتها وازدادت آلامها حتى أغمى عليها ولم يعد يسمع منها سوى الأنين الخافت. استمرت المريضة على هذه الحال لمدة شهرین لم تتناول خلالها إلا السوائل والفيتامينات عن طريق التزويق الوريدي. ذات صباح جلست بكامل قواها وعقلها، سلمت على الجميع وسألت عن الغائبين ثم طلبت خبزاً وكباباً للإفطار، جلبوه لها، تناولته كال أيام السابقة،

وبدأت الحديث وكأن شيئاً لم يكن ، وفجأة التفتت إلى زوجة إبنتها وطلبت منها أن تصنع لها غداء من الرز والدجاج ، وأستمرت بالحديث مع الحاضرين الذين أصيروا بالدهشة ، حتى حان موعد الغذاء ، تناولته بشوق ورغبة ثم اتكأت على الوسادة وفارقت الحياة .

الحالة الثانية : كانت لصديق يكبرني بثلاث سنوات ، أصيب بسرطان الرئة الخبيث الذي لا شفاء منه . بعدها أخرج من المستشفى إلى البيت بانتظار رحمة الله . بمرور الأيام تدهورت حالته الصحية وبلغت صعوبة التنفس حداً جعلت صديقي يخشى تناول غذاءه الوحيد وهو الحليب ؛ لأنّه يؤثّر على تنفسه أثناء الشرب ويجعله في حالة ضيق واحتناق . كان ينام جالساً ويضع يديه على الوساند الجانبية ، لأنّ مجرد وضعها على جوانب الصدر يجعله في حالة تنفسية صعبة ، كان يقضي حوائجه وهو جالس في مكانه لعدم قدرته على الحركة . إستمرت هذه الحالة لمدة ثلاثة أشهر . وفي عصر يوم من أيام الصيف الحار ، نهض من مجلسه وطلب التجوال في بستانه القريب من البيت ، بدأ التجوال وهو يحمل معه كأساً من اللبن ليتناول معه الربط الطازج من التحيل الذي يملأ البستان ، وبعد جولة استغرقت حوالي ساعتين تناول فيها أنواع الربط الممزوج مع اللبن ، رجع إلى البيت وما أن جلس في مكانه السابق حتى ضعف صوته وانهارت قواه . ثم انقلب جانياً وفاقت روحه إلى بارتها .

هاتان الحالتان جلبتا انتباхи وجعلتاكي أفكراً وأتساءلاً مع نفسك كيف استيقضت قريبتي التي فقدت الوعي لمدة شهرين وطلبت الماء والغذاء ، وظللت تتحدث لمدة أربع ساعات ولم تفارق الحياة إلا بعد أن تناولت الغذاء الذي طلبته ؟ وكيف استطاع صديقي الذي لا يتمكن من شرب

الحليب، على النهوض والتجول وأكل الطعام؟ سألت العديد من الأصدقاء وكبار السن فلم أتلقن الجواب الشافي. وأخيراً تعرفت على رجل من أهل العقل والدين والخبرة فوضع لي الأمر قائلاً: صحوة الموت لها حالتان: حالة مادية أو تفسير مادي يمثل تعلق الروح ب أصحابها، فقبل أن تنفصل عنه تقوم بجولة وداع عامة على أعضاء البدن المختلفة، هذه الجولة تزددي إلى انبعاث القوة والقابلية في أعضاء البدن على القيام بوظائفها كالمسبق، هذه الحالة تشبه من يريد السفر وترك البيت، حيث يقوم بإغفال الكهرباء والغاز والماء والشبايك والأبواب؛ وأخيراً يغلق الباب الرئيسي ويصافر. الحالة الثانية أو التفسير الثاني يمثل الحالة الروحية، وهي أن اللطيف الخير، والرحيم الكريم، والغفور المنعم، يحب الإنسان ويتمني له الخير والصلاح، والرحمة والمغفرة والعفو والتربة؛ يعطي الإنسان الفرصة الأخيرة للتوبة والندم وطلب العفو والمغفرة من خلال هذه الصحوة، وهذا متىهن الكرم والاحسان، واللطف والحنان، من الخالق المنان الذي خلق الإنسان وعلمه البيان، وأنزل الأديان، ليصلح بها العقول والأبدان فمن أطاع الرحمن فاز بالجنان، ومن تبع الشيطان دخل النيران، والعاقل من تاب قبل فوات الأوان، لذلك ثحب وثوجب التوبة العاجلة، لأن الإنسان لا يعرف متى يدركه الموت، وهذا ما أكد عليه مولانا أمير المؤمنين علي عليهما السلام حينما قال: «إعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً، وأعمل لآخرتك كأنك تموت غداً». وقال عليهما السلام: «فَبَادِرُوا الْمَعَادَ وَسَابِقُوا الْأَجَالَ، فَإِنَّ النَّاسَ يَوْمَئِذٍ أَنَّ يَسْتَعْطِفَ عَنْهُمْ أَجَلٌ، وَيَرْهَقُهُمْ أَجَلٌ، وَيَسْتَدِعُهُمْ بَابُ التُّوبَةِ»<sup>(١)</sup>.

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد: ج ١٠ ص ١١٦.

### سكتات الموت

قال الله تعالى : «فَلَوْلَا إِذَا بَلَقْتِ الْخَلْقَوْمَ \* وَأَشْمَ حِينَئِذٍ تَنْظَرُونَ \* وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْكُمْ وَلَكُنْ لَا تُبْصِرُونَ \* فَلَوْلَا إِنْ كَتَمْ فَيْرَ مَدِينَيْنَ \* تَرْجِعُونَهَا إِنْ كُتْشَمْ صَادِقَيْنَ »<sup>(١)</sup>.

وقال الإمام علي عليه السلام : «فَإِنْكُمْ لَوْ قَدْ عَانَتْمُ ما قَدْ عَانَتْ مَنْ مَاتَ مِنْكُمْ لَجَزَعْتُمْ وَوَهَلْتُمْ وَسَعْتُمْ وَأَطْعَتُمْ ، وَلَكُنْ مَحْجُوبٌ عَنْكُمْ مَا قَدْ عَانَتْ مَا قَرِيبٌ مَا يُطْرَخُ الْحِجَابُ»<sup>(٢)</sup>.

وقال الفيض الكاشاني في المحجة البيضاء : «وأعلم أن شدة الألم في سكتات النزع لا يعرفها بالحقيقة إلا من ذاقها ، ومن لم يذقها فإنما يعرفها أما بالقياس إلى الآلام التي أدركها ، وإما بالاستدلال بأحوال الناس في النزع على شدة ما هم فيه ... والنزع عبارة عن مؤلم نزل بنفس الروح فاستغرق جميع أجزائه حتى لم يبق جزء من أجزاء الروح المنتشرة في أعماق البدن إلا وقد حل به الألم ... وقالوا إن الموت أشد من ضرب السيف ونشر العناشير وفرض المقاريس ؛ لأن قطع البدن بالسيف إنما يؤلم لتعلقه بالروح ، فكيف إذا كان المتناول المباشر نفس الروح ، وإنما يستغاث بالمضروب ويصبح لبقاء قرته في قلبه ولسانه وإنما انقطع صوت الميت وصياحه مع شدة ألمه ، لأن الكرب قد بالغ فيه وتصاعد على قلبه وغلب على كل موضع منه ؛ فهذا كل قوة وضعف كل جارحة ، فلم يترك له قوة الاستغاثة . أما العقل فقد غشيء وشوش ، وأما اللسان فقد أبكمه ، وأما

(١) سورة الواقعة الآيات : ٨٣ - ٨٧ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١ ص ٢٩٨ .

الأطراف فقد ضعفها، ويؤود لو قدر على الاستراحة بالأثنين والصيام والاستفانة؛ ولكنه لا يقدر على ذلك، فإن بقيت فيه قوة سمعت له عند نزوع الروح وجذبها خواراً وغرغرةً في حلقه وصدره، وقد تغير لونه واربد، حتى كأنه قد ظهر منه التراب الذي هو أصل فطرته، وقد جذب منه كل عرق على حاله. فالألم متشر في داخله وخارجه حتى ترتفع الحدقتان إلى أعلى موضعهما وتختصر أنامله .... فلا تسأل عن بدن يجذب منه كل عرق من عروقه ولو كان المجدوب عرقاً واحداً لكان الماء عظيماً، فكيف والمجدوب نفس الروح المتألم. ثم يموت كلّ عضو من أعضائه تدريجياً فتبرد أولاً قدماه ثم ساقاه ثم فخذه ولكلّ عضو سكرة بعد سكرة وكربة بعد كربة حتى يبلغ بها إلى الحلقوم، فعند ذلك ينقطع نظره عن الدنيا وأهلها ويغلق دونه باب التوبة وتحيط به الحسرة والندامة<sup>(١)</sup>.

قال رسول الله ﷺ «قبل توبة العبد ما لم يغرغره»<sup>(٢)</sup>.

الإمام علي عليه السلام لشخص حالة الإنسان من سكرات الموت حتى القبر فقال: «فَلَمْ يَزُلِ الْمَوْتُ يَبَالُهُ فِي جَسْدِهِ حَتَّى خَالَطَ سَمْعَهُ، فَصَارَ بَيْنَ أَهْلِهِ لَا يَنْطَقُ بِلِسَانِهِ، وَلَا يَسْمَعُ بِسَمْعِهِ، يَرْدُدُ طَرْفَهُ بِالنُّظُرِ فِي وُجُوهِهِمْ، يَرْزَى حَرَكَاتِ أَلْسِنَتِهِمْ، وَلَا يَسْمَعُ رَجْعَ كَلَامِهِمْ، ثُمَّ ازْدَادَ الْمَوْتُ التِّيَاطِأَ بِهِ، فَقَبَضَ بَصَرَهُ كَمَا قَبَضَ سَمْعَهُ، وَخَرَجَتِ الرُّوحُ مِنْ جَسْدِهِ فَصَارَ جَيْفَةً بَيْنَ أَهْلِهِ، قَدْ أُوْحِشَوا مِنْ جَانِبِهِ، وَتَبَاعِدُوا مِنْ قَرْبِهِ، لَا يَسْعَدُ بِاِكِيَا، وَلَا يَجِيدُ دَاعِيَا، ثُمَّ حَمَلَهُ إِلَى مَخْطَطِهِ فِي الْأَرْضِ، فَأَسْلَمَهُ فِيهِ إِلَى عَمَلِهِ، وَأَنْقَطُهُوا

(١) المعجمة البيضاء في تهذيب الإحياء: ج ٨ ص ٢٥٢ - ٢٥٤.

(٢) أخرجه الترمذى وابن ماجة تحت رقم ٤٢٥٣ نقلًا عن المعجمة البيضاء جزء ٨ ص ٢٥٤.

أما نحن فلا نشاهد في صورة الإنسان الذي يعاني من سكتات الموت ، سوى التغيرات والتبدلات الظاهرية التي ذكرناها. أما ما يجري من أمور غيبية لا ندركها أو نراها، فقد وضحها الرسول الأكرم ﷺ والأئمة المعصومون ظبيلاً في أحاديثهم وخطبهم؛ مؤكدين بأنَّ الإنسان لا يتصور هول وعظم خطب سكتات الموت إلا عندما يجرِّبها ويرأها عين اليقين؛ وفي تلك اللحظات الحرجية يكون الإنسان غير قادر على الكلام ، ولا يستطيع توضيح ما يجري عليه. ولكن الثابت لدينا بيان الرسول ﷺ والإمام علي عليهما السلام يحضان عند الذين يعانون سكتات الموت ويتكلمون معهم ، فأن كانوا مؤمنين طمأنوهم وأخبروهم خيراً، وطلبوها من ملك الموت الرفق بهم ، وعند ذلك يقوم ملك الموت بقبض أرواحهم برفق وهدوء . وهكذا تمر الساعات ويبصر الإنسان جثة هامدة تُنقل إلى قبرها ، وتطوى صفحة حياته في الدنيا ، أما في القبر فلا يبقى معه إلا عمله والقبر كما قال رسول الله ﷺ : «القبر إما حفرة من حفر النيران أو روضة من رياض الجنان»<sup>(٢)</sup>. وهذا نص صريح في أنَّ الموت معناه تغيير حال فقط .

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٧ ص ٢٠١ .

(٢) أخرجه الترمذى في سننه ٤: ٢٤٧ - ٢٤٨ / ٢٤٦٠ .



## نصائح وإرشادات علاجية

قال الإمام علي عليه السلام :

«إِمْشِي بِدِائِكَ مَا مَشَنِي بِكَ»<sup>(١)</sup>.

«رَبِّمَا كَانَ الدُّوَاءُ دَاءٌ ، وَالدَّاءُ دَوَاءٌ»<sup>(٢)</sup>.

«لَا يَتَداوِي الْمُسِلِمُ حَتَّى يَغْلِبَ مَرَضَهُ صِحَّتَهُ»<sup>(٣)</sup>.

«شُرْبُ الدُّوَاءِ لِلْجَسَدِ كَالصَّابِيُّونَ لِلثُّوبِ يُنْقِيُهُ وَلَكِنْ يُخْلِقُهُ»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٣٧ .

(٢) المصدر السابق : ج ١٦ ص ٩٧ .

(٣) الخصال للصدوق : ص ٦٢٠ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٠٠ .



بعد أن تكاثر الناس وتحطمت الكثرة الأرضية الستة مليارات نسمة، وأصبح النقل والاتصالات من الأمور البسيطة، وصار الناس في جميع أنحاء العالم في تماشٍ مباشرٍ وسريعٍ، ازدادت الإصابات بالأمراض، وتحولت بعض المخلوقات المجهرية الساكنة إلى موجودات مهاجمة وضارة، وغدت العيکروبات تقاوم الأدوية وتُبطل مفعولها، وهنا بزرت الحاجة إلى صنع واكتشاف أدوية جديدة تحطم هذه المقاومة وتحد من نشاط تلك العيکروبات العنيفة. وبالفعل جهد العلماء والباحثون على صنع مئات المنتجات الجديدة والرخيصة، التي لها القدرة على الحد من إنتشار الأمراض، وتحطيم المقاومة الشرسة التي تبديها هذه المخلوقات التي لا ترى بالعين؛ والتي أصبحت تهدد العالم اجتماعياً واقتصادياً، كالأيدز وجنون البقر، ناهيك عن أن أغلب الأمراض المعدية لازلت متفشية في العديد من الدول، خصوصاً الدول النامية والفقيرة التي تفتقر إلى الثقافة الصحية والبيئة الصالحة والمال. أما الأمراض النفسية التي طفت على المجتمعات الغربية والدول الصناعية كأمريكا واليابان؛ فهي كارثة لا مثيل لها، إذ أصبح الملايين من سكان تلك المناطق يعانون الإدمان على المهدئات والمسكنتات، والأدوية المنومة والمخدرات والمشروبات الكحولية؛ وكانت النتائج مفجعة إذ أصبح الملايين منهم ضحية للإعتياد والقلق.

### **المشكلة الدوائية**

إن مشكلة وصف واعطاء وتناول الدواء ناتجة من عدة عوامل أهمها:

١ - عدم تناول الدواء بصورة صحيحة ومنظمة.

- ٢ - قطع العلاج من قبل المريض قبل حصول الناتج المطلوبه .
- ٣ - تناول العلاج لمدة طويلة دون استشارة الطبيب المعالج .
- ٤ - تناول كميات كبيرة خلافاً للتعليمات .
- ٥ - تناول كميات قليلة غير مؤثرة .
- ٦ - تناول العلاج بصورة كيفية دون مراجعة الأطباء .
- ٧ - تناول العديد من الأدوية في وقت واحد من دون معرفة المضاعفات والتضادات الموجودة في تلك الأدوية .

لذلك أصبحت الحاجة ماسة إلى وضع سياسة دوانية واضحة ومشخصة لجميع الناس ووفق مستوياتهم الثقافية ؛ ليكون الجميع على اطلاع كاف بأهمية وخطورة الدواء المتناول ، والتشديد على وضع برامج ثقافية صحية يتعرف الناس من خلالها كيفية تناوله بصورة علمية ناجحة تقييم خطر المضاعفات الناتجة من سوء الاستعمال .

إن تناول الأدوية بإفراط وإدمان ، يخلق مضاعفات جسمية وروحية كثيرة ، لأن أغلب الأدوية المصنفة لها تأثيرات جانبية سامة على بعض أعضاء البدن ، كالقلب والكليتين والكبد والمعدة والدماغ والرئتين وغيرها . لهذا يجبأخذ الحيطة والحذر ، واتباع الإرشادات الطبية عند تناول أو إعطاء العقارات ، خصوصاً للأطفال ، حيث يكون التأثير كبيراً وخطيراً . ولا ننسى أن بعض الناس صاروا يتناولون الدواء بدل الغذاء وبصورة يومية ؛ متغليين بأعذار شتى ، أبسطها أن حياتهم مهددة بالخطر إذا لم يتناولوا تلك الأدوية .

إن الإحصاءات الرسمية تشير بدلاله واضحة ، بأن الاستهلاك المتزايد للأدوية سيؤدي إلى الواقع في كارثة صحية تحالف العقل والواقع

والتعليمات الطبية الهدافة إلى حماية الإنسان من خطر المضاعفات السمية للدواء .

### هدف الإمام علي عليه السلام :

الإمام علي عليه السلام في هذه الأقوال الحكيمية والأراء السليمة والأسس القوية ، وضع القواعد المحكمة والبنات الصلدة لعلم الأدوية الحديث ، فقد أكد في مختلف المناسبات والخطب ، بأن الدواء لا يخلو من الخطورة ، فهو كالسم أو أشد ، فهو تارة ذو فوائد عندما يستعمل بصورة مؤقتة للقضاء على ظاهرة معينة أو مرض خاص ، ويقطع حال انتفاء الحاجة إليه . وتارة يعرض الإنسان لشتن المشاكل ، كالحساسية والخوف وضعف المقاومة والنسيان .

ومن الحكميات الناطقة للإمام علي عليه السلام قوله بأن المسلم لا يتداوى حتى يغلب مرضه صحته ، أي أن المسلم الوعي يتربى قليلاً قبل الإقدام على تناول الدواء ولا يتناوله إلا بعد الإحساس بأن صحته بدأت تميل نحو النزول والانحدار ، علمًا بأن أكثر الأمراض ، خصوصاً الفيروسية منها تتلاشى ويقضى عليها بعد مرور ثلاثة أو أربعة أيام بفعل المناعة الداخلية للجسم . لذا فإن التريث والصبر على بعض الآلام في بداية المرض ضروري لكل إنسان يعاني منإصابة مرضية . أما العجلة في تناول الدواء من غير ضرورة ، فإنه يولّد مقاومة ميكروبية ضد الدواء ، وبالتالي مضاعفات جسدية ومالية ، فقال الإمام علي عليه السلام : «إمشي بدائلك ما مشن بك» ولا ننسى أن بعض الأدوية تؤذى البدن ، ويستجد منها أمراض عديدة وخطيرة ، وقد حذر الإمام علي عليه السلام من هذه الظاهرة حين قال : «ربما كان الدواء داء ، والداء دواء»

علمًا بأن كثرة تناوله ولمدة طويلة ، يربك ويعرقل ويوقف وظائف وأعمال الخلايا والأنسجة والأعضاء وقد تصل الأمور إلى تلفها ، وعندها يتعرض الإنسان إلى الموت المحتم . لم يكتفي الإمام علي<sup>عليه السلام</sup> بذلك عندما قرب المعنى للأذهان وهو يحذر من خطورة الاستعمال الدائم والمفرط للدواء فقال : «شرب الدواء للجسد كالصابون للثوب ينقيه ولكن يخليقه» .

### ماذا يستفاد من العلاج :

يهدف العلاج إلى منع الإصابة بالمرض والقضاء على الأمراض التي

تحدث نتيجة الإصابة :

- ١ - المنع الحقيقي والواقعي للإصابة بالأمراض ، كحمى الروماتيزم والتهابات المغاربي .
- ٢ - منع نشاط الالتهابات المزمنة ، كالتهابات القصبات والأمعاء .
- ٣ - كبح الأمراض الموجودة التي لا تظهر للعيان في بدايتها وقبل استفحالها ، مثل : مرض التدرن الأولى والمalaria .
- ٤ - منع نشوء الأمراض الاحتمالية كمرض التهاب غشاء القلب الداخلي بعد قلع الأسنان .
- ٥ - منع المضاعفات المرامية بعد العمليات الجراحية .
- ٦ - منع انتشار الأمراض في حالة شيوعها في مناطق معينة .
- ٧ - منع إصابة الأشخاص الذين هم في تماس مع المرضى المصابين بالأمراض المعدية ، كالجدري والأنفلونزا وعجز الكبد .

### تمثيل الدواء :

يتم تمثيل الدواء أساساً في الكبد ، ولكنه يتم أيضاً في جدار المعدة والرئتين من خلال مختلف الفعاليات وهي :

- ١ - تحويل الدواء من مادة فعالة إلى مادة غير فعالة .
- ٢ - تحويل الدواء من مادة فعالة إلى مادة فعالة أخرى .
- ٣ - تحويل الدواء من مادة غير فعالة إلى مادة فعالة .

اما طرح الأدوية فيتم عن طريق :

- ١ - الكلية .
- ٢ - الرئتين .
- ٣ - الكبد .
- ٤ - التعرق .
- ٥ - الحليب عند الأم المرضع .

### كيف تعمل الأدوية المضادة للميكروبات داخل الجسم :

- ١ - أدوية تؤثر على جدار خلية الميكروب .
- ٢ - أدوية تؤثر على غلاف السيتوبلازم للميكروب .
- ٣ - أدوية تؤثر على صناعة البروتين داخل خلية الميكروب .
- ٤ - أدوية تمنع تمثيل الحوامض داخل الخلية مثل حوماض دي . أن . أي و أر . أن . أي .
- ٥ - أدوية تمنع التمثيل العادي داخل خلية الميكروب .

## تأثيرات الأدوية على الجسم تتبع من خلال :

أ - مضاعفات دوائية بسبب :

١ - عوارض جانبية .

٢ - عوارض ثانوية .

٣ - عوارض سمية .

ب - إختيار الدواء .

ج - كيفية استعمال الدواء .

د - التفاعلات بين الأدوية .

هـ - الحساسية الناتجة من الدواء .

و - تناول الدواء أثناء الحمل .

ز - تناول الدواء في حالات اختلال الكلية والكبد .

ح - تناول الدواء أثناء الحمل وتأثيراته على الجنين .

ط - تناول الدواء من قبل الأطفال .

## العارض المضادة للدواء :

العارض المضادة لها أهمية خاصة في علم الأدوية خصوصاً في السنين الأخيرة حيث كثُر استعمال الدواء وصار في متناول الجميع . وتنقسم

العارض المضادة إلى قسمين رئيسيين :

١ - عوارض غير دوائية أي لا ترتبط بخاصية الدواء وهي على

نوعين :

أ - عوارض ليست لها علاقة بالدواء وإنما بذات المريض مثل

العمر ، الجنس ، الجينات ، نوع المرض والقابلية لبروز حساسية داخل البدن .

ب - عوارض خارجية ترتبط بالطبيب ومقدار معلوماته عن الأدوية التي يصفها للمريض ، وكذلك المحيط الذي يعيش فيه المريض .

## ٢ - عوارض دوائية :

العارض الدوائية لها اسباب عديدة أهمها :

أ - عوارض داخلية ترتبط بالدواء نفسه .

ب - عوارض بسبب اختيار نوع الدواء .

ج - عوارض بسبب كيفية استعمال الدواء .

د - عوارض بسبب التفاعلات التي تحدث بين الأدوية في حالة استعمال أكثر من دواء في وقت واحد .

## قواعد عامة للعلاج<sup>(١)</sup>

يجب على كل طبيب أن يلاحظ ويتابع ويدقق في النقاط التالية عندما يقرر إعطاء الدواء للمرضى ، وهي :

١ - هل الدواء ضروري للمريض أم لا ؟ وهل حالة المريض حادة تتطلب التدخل الدوائي السريع أم أن الحالة غير حادة وينزل الدواء إلى ما بعد التشخيص ؟

٢ - أن يختار الطبيب الدواء وفق التشخيص الطبي الدقيق ، أو وفق التشخيص المختبري .

- ٣ - هل يستعمل الدواء بجرعته القصوى وفق طبيعة ونوعية ومقاومة الميكروب وقوة الإصابة؟
- ٤ - يجب التأكد بأن الجرعة الكلية كافية وتعطى في الأوقات المناسبة وبأفضل الطرق.
- ٥ - يجب رفع موانع الشفاء ، كفتح الخراج ورفع انسداد الجهاز البولي والكبدى والتنفسى .
- ٦ - عدم تبديل الدواء بعد الاستعمال ، إلا بعد مرور ثلاثة أيام وعدم حصول تقدم في حالة المريض .
- ٧ - إذا حصل تحسن في صحة المريض يجب الاستمرار في إعطاء الدواء لضمان عدم عودة المرض .
- ٨ - عدم إعطاء الدواء بدون تشخيص .
- ٩ - يجب عدم إعطاء أكثر من مضاد حيوي واحد إلا إذا وجدت أسباب لذلك .
- ١٠ - فحص إستجابة المرض للدواء المعطى ، وهل يجب الاستمرار في إعطاء الدواء .
- ١١ - فحص تركيز الدواء في بلازما الدم خصوصاً في حالة اضطراب الكلن عند استعمال الأدوية السامة التي تطرح عن طريق الكلن .
- ١٢ - يجب الاحتراز في إعطاء الأدوية للمرضى الحاملين للميكروب ، بل التريث لحين قيام الجسم بترميم نفسه وطرد الميكروب أو قتلها ، أما إذا تقرر إعطاء الدواء للأمراض أو الحالات المزمنة ، فيجب استعمال الأدوية القاتلة للميكروب .
- ١٣ - يجب افهام المريض بأن الدواء المستعمل هو مادة سامة ، وأن

استعماله لمدة طويلة من دون استشارة الطبيب يؤدي إلى عاقب وخيمة.

١٤ - يجب إعلام المريض بأن الدواء المعطى له يتناسب مع حالته الصحية ولا يجوز اعطاؤه من قبل المريض إلى مريض آخر.

بعد هذا الاستعراض الموجز ، ألا يحق لنا أن نفتخر أيام المسلمين ، وفخر العالمين ، سليل الطالبيين الإمام علي عليه السلام على مثيله على إرشاداته الدوائية الحكمة .



## الإمام علي عليه السلام أول قاضي وطبيب عدلي في الإسلام

«امرأة تعلقت برجل من الأنصار وكانت تهواه ولم تقدر له على حيلة ، أخذت بيضة وأخرجت منها الصفرة وصبت البياض على ثيابها بين فخذيها وأدعت على الرجل ؛ رفعت القضية إلى الإمام ، وعندما جلبوا المرأة أمامه ، نظر الإمام إلى البياض ، شك فيه وقال : إشتوني بماء حار قد أغلق غلياناً شديداً ، ولما أوتني بالماء أمرهم فصبوه على موضع البياض فأشتوى ذلك البياض ، ثم إن الإمام عليه السلام شمه ، ثم القى جزءاً منه في فمه ، ولما عرف طعمه طعم بعض القاء ثم أقبل على المرأة حتى أقرت وأعترفت بعملها»<sup>(١)</sup>.

---

(١) فضاء أمير المؤمنين للعلامة محمد تقى الشستري : ص ١٤ .



كانت الجزيرة العربية قبل الإسلام تضم تجمعات بدوية متنافرة، تسكن قرب المياه والطرق العامة، وتعيش على الرعي والزراعة والتجارة، وتسودها الحروب الداخلية والغزوات الدائمة.

الحياة الاجتماعية خليط بين الشجاعة والتفاخر، والكرم والضيافة، والحب والغرام، والجنون والهياج، وتناول المشروبات وممارسة المنكرات، ووأد البنات، واتخاذ الخليلات، وسهر الليالي الصاخبات مع ذوات الرأيات، اللائي نصبن الأعلام للمنكرات.

كانت مكة والمدينة والطائف وما حولها، تزخر بمثل تلك النسوة من ذوات الأعلام، التاريخ يحدثنا عن المشهورات منهن من أمثال أم زياد ابن أبيه والنابغة أم عمر بن العاص، وحمامة، جدة معاوية بن أبي سفيان، ومن الطرافة أن تلك الجلسات الليلية الجماعية تعقد في تلك البيوت بصورة علنية، ويحضرها العديد من وجوه القبائل والأحياء وهم يتناولون الخمور ويتسامرون مع تلك المؤمسات بلا خجل أو حياء. (يظهر من خلال مطالعة التاريخ أن حضور شخصيات البلد في هذه الحفلات هو من المسائل العادية التي لا تجلب العار أو الاستنكار).

وعندما جاء الرسول الأكرم ﷺ بالرسالة المحمدية الحالدة وانتشر الدين الإسلامي في كافة أرجاء الجزيرة العربية، دخل الناس في الدين الإسلامي طوعاً أو كرهاً، وصار الجميع يعيش في ظل التعاليم الدينية الرشيدة، إلا بعض ذوي النفوس المريضة التي عاشت سنين طويلة تمارس المنكرات بأنواعها والتي بقيت تحن إلى الماضي الأسود وتتذكر أيامها السالفة.

كان ذلك الحنين ومارسة المجنون يجري بخفاء وسرية كاملة ، خوفاً من وصول الأخبار إلى سمع رسول الله ﷺ وخلفائه . لقد كانت النفوس مريضة وأمارة بالسوء وخاضعة لوسوسة الشيطان ، لم تستضئ بنور الاسلام ، لذلك مارست المنكرات على الرغم من التحريم الصريح الذي جاء به القرآن الكريم والسنة النبوية ، علمًا بأن جميع المسلمين رجالاً ونساءً يعرفون عقوبة العلاقات غير المشروعة التي أوردها القرآن الكريم ، وهي الجلد علينا للزاني والزانية اللذين لم يتزوجا ، والرجم علينا للزناة المتخصصين ورغم ذلك كان البعض يقيم علاقات غير مشروعة ويبدي علامات الحب والغزل لهذه الفتاة وتلك المرأة ، بالرغم من إقامة الحدود العلنية على العديد منهم .

هذه الظاهرة هي شكل من أشكال الإغواء الشيطاني الذي يلعب دوراً كبيراً في علاقة الرجل والمرأة في كافة المجتمعات ، بضمها المجتمع الإسلامي . وقد بلغت موجة التحلل أشدتها عندما استولى الطلقاء وأبناء الطلقاء (بني أمية) على الحكم ، ثم من بعدهم خلفاء السوء والفجور بني العباس ، الذين شجعوا الخمور والفجور ، والغناء والطرب والغواحش ، لقد كان حقاً عصراً ذهبياً لكافة الموبقات والأفكار الشاذة ، لأن الدولة هي التي تشرف على نشر تلك المنكرات بأمر من المسؤول الأول في الدولة ( الخليفة ) ، وتاريخ بني العباس الأسود يحدثنا بإسهاب عن ليالي الطرب التي كانت تقام حتى الصباح في قصور الخلفاء وهم يسهرون مع الجواري والغلمان وفرق الغناء والرقص ؟ وقد سيطرت الخمرة على عقولهم الطائشة فأنستم ذكر الله .

### موقعية الإمام :

الإمام علي عليه السلام الذي عاش مجتمع المدينة وأطلع على أحواله وعاداته وأخلاقه عرف الناس صغيرهم وكبيرهم ، طيبهم وسيئهم ، وماذا يجري في منتدياتهم وأحيانهم جميع أهل المدينة يعرفون الإمام حق معرفته ، لذلك فهم يحترمون رأيه وقضاءه في جميع الأمور التي تواجههم في حياتهم اليومية ، لقناعتهم الثابتة بمقامه من رسول الله عليه السلام ، وسابقته في الإسلام ، وكونه الفاروق الأكبر الذي يفرق بين الحق والباطل .

كان عليه السلام منبع العلوم وكنزها ، فبالإضافة إلى ما حباه الله من علوم إلهية فإنه صاحب علم وفراسة ، وكانت الحكمة تجري على لسانه في كافة القضايا الدينية والإجتماعية والقضائية والطبية .

إن المجتمع الإسلامي الذي تطور وتوسع بعد الفتوحات الإسلامية وجد أمامه الكثير من الحالات الطبية العدلية التي لم تجد لها الحل إلا على يد الإمام علي عليه السلام الذي أصبح فصل الخطاب في تلك القضايا الجديدة والمعقدة حتى أن خلفاء عصره كانوا يهربون إليه في حل المشاكل التي تواجههم ولا يستطيعون حلها ، حتى غدا عليه السلام المنفذ والمرشد للمسلمين ، خصوصاً في القضايا التي كان يشيرها أعداء الإسلام الذين يتربصون الفرص للنيل من عظمة الدين الإسلامي الحنيف . وهذا دليل ساطع ويرهاناً لامع على أن الإمام علي عليه السلام هو القرآن الناطق الذي أشار إليه النبي عليه السلام في مناسبات كثيرة .

لقد كان أمير المؤمنين عليه السلام درع الإسلام الحصين ، والحامى المخلص الأمين لجميع المشاكل التي تعرض لها الدين الإسلامي ، سواء من

الناحية السياسية أو العسكرية أو الطبية وهو الذي قال فيه رسول الله ﷺ :  
 (علي أعلمكم ، أتقاكم ، أفضاكم) .

### ما هو الطب العدلي ؟

هو من العلوم الحديثة التي تجمع بين مختلف العلوم والطب ، كعلم الفيزياء ، والكيمياء ، والسموم ، وعلم النفس ، وعلوم أخرى .

الطب العدلي يعتبر المسؤول عن معرفة أسباب الجريمة والظروف المحيطة بها . كان في بدايته بسيطاً يعتمد على الطواهر والأحداث والشاهدات التي تقع وقت حدوث الفعل أو الجرم .

الطب العدلي له فوائد كثيرة في عصرنا الحاضر ، حيث أصبح يساعد الدوائر القضائية في تشخيص وكشف الجريمة والحدث ، ورفع الالتباس الواقع ، وتعيين زمن الوقوع ، وتشخيص الآلة أو السلاح المستعمل ، والتعرف على المادة الكيمائية في حالات التسمم المختلفة ، وتقدير عمر الجاني والمجنى عليه ، ومعرفة جنسه . كما ويلعب دوراً رئيسياً في كشف الحالات الجنسية وحالات الاختناق .

إن بداية الطواهر الطبية العدلية جاءت على لسان القرآن الكريم في آيات عديدة ذكرناها في كتابنا القرآن والطب الحديث نذكر منها :

**«أَبْحَسْتُ الْإِنْسَانَ أَنَّ نَجْمَعَ عِظَامَهُ \* بِلِنَ قَادِرِينَ عَلَى أَنْ تُسُوِّيَ بَنَائَهُ»** <sup>(١)</sup>.

**«فَالِّيَوْمَ تُنْجِيكَ بِيَدِنَكَ لِتَكُونَ لِمَنْ خَلَقَكَ آيَهُ»** <sup>(٢)</sup>.

(١) سورة القيامة ، الآياتان : ٣ - ٤ .

(٢) سورة يونس ، الآية : ٩٢ .

**﴿وَالَّذِينَ يَرْمَوْنَ الْمُحْصَنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا بِأَرْبَعَةٍ شَهَادَةً فَأَجْلَدُهُمْ ثَمَانَيْنَ جَلَدَةً وَلَا تَقْبِلُوا لَهُمْ شَهَادَةً أَبْدًا وَأُولُوكَهُمُ الْفَاسِقُونَ﴾<sup>(١)</sup>.**  
**﴿وَجَاءُوا عَلَىٰ قَمَبِصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ﴾<sup>(٢)</sup>.**

**﴿قَالَ هُنَّ رَاوِدَتْنِي عَنِ النُّفُسِيٍّ وَشَهِدَ شَاهِدٌ مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ كَانَ قَبِيْصَهُ قَدْ مِنْ قُبْلِ فَصَدَقَتْ وَهُوَ مِنَ الْكَاذِبِينَ \* وَإِنْ كَانَ قَبِيْصَهُ قَدْ مِنْ ذَبِيرٍ فَكَذَبَتْ وَهُوَ مِنَ الصَّادِقِينَ﴾<sup>(٣)</sup>.**

لقد لفت تلك الآيات انتباه الجيل الأول من المسلمين ، وعلى رأسهم معجزة الدهر ومفسر العصر الإمام علي عليه السلام ، الذي يعتبر أول قاضي وطبيب عدل إسلامي ، وضع للMuslimين القواعد العدلية التي يفتخر بها عالمنا القديم والحديث ، كالتفريق بين الشهود وتدوين الإفادات .

لقد كان حقاً معجزة العصر التي انفردت بأراء ونظريات وأساليب طيبة عدلية لا زالت تبهر العقول وتجعل العلماء يقفون بإجلال وتعظيم لتلك الشخصية التي بذلت قصارى جهدها للدفاع عن الحق وردع الباطل ؛ فهو : - أول من فرق بين لbin أم الأنثى وAm الذكر ، وأن لbin أم الأنثى على النصف من لbin Am الغلام ، لكون لbin أم الأنثى خفيف ، ولbin Am الذكر ثقيل . - رفع الجلد عن المجنونة التي فجر بها أحد الرجال .

- إكتشف قاتل الرجل الذي خرج مع جماعة في سفر ولم يعود .

- حكم في قضية المرأة التي زنت وهي حامل .

- قضى في حادثة المرأة التي أنكرت إينها .

(١) سورة النور ، الآية : ٤ .

(٢) سورة يوسف ، الآية : ١٨ .

(٣) سورة يوسف ، الآيات : ٢٦ - ٢٧ .

- حكم في قضية المرأة التي جامعها زوجها ووَقَعَتْ على جارية بكر وساحتها.
- أظهر الحق في قضية المرأة الباكر التي كبرت بطنها وشك إخواتها فيها.
- كان الفيصل في مسألة الإمرأتين اللتين تنازعتا في طفل وتدعي كل واحدة منها إنه ابنها.
- قضى في قضية الجارية التي شهدن عليها عدة نساء بأنها باغية ولم تكن باغية.

الإمام علي عليه السلام في هذه القضية المطروحة أمامه أراد وضع الحق في نصيحته ، واجراء الكشف بطريقة علمية لا تقبل الشك ، وبيان حقيقة ادعاء المرأة بأن الرجل قد اعتدى عليها واغتصبها . هذه القضية وغيرها التي تمس الشرف ، ليست من الأمور البسيطة ، لما يتربّط عليها من قصاصات بدنية وأثار إجتماعية ونفسية ، لذلك قرر الإمام القيام بعملية فحص دقيقة تميز بين الحق والباطل ، من خلال الكشف على المواد البيضاء اللزجة التي جاءت بها المرأة والتي تشبه نطفة الرجل . قام الإمام بإجراء الكشف ، مستعملاً أبسط الأشياء ، من خلال صب الماء المغلي على المواد اللزجة العالقة بملابس المرأة لعلم حقيقتها ، وبالفعل تكشفت الحقيقة ناصعة عندما تحولت تلك المواد إلى مادة بيضاء جامدة تعطي رائحة البيض المسلوق ، وبذلك أسقط ما في يد المرأة من ادعاء كاذب ، وثبتت براءة الرجل من هذا العمل الشيطاني الذي دبرته المرأة العاشقة .  
والآن لنرى ماذا يعمل الطب العدلي الحديث لحالات الاغتصاب التي تحدث بكثرة في الوقت الحاضر .

### تعريف الاغتصاب :

هو الاتصال الجنسي مع إمرأة دون رضاها.

### علامات الاغتصاب عند المرأة :

إما أن تكون موضعية في الجهاز التناسلي للمرأة، أو علامات عامة سببها مقاومة المرأة للاعتداء.

#### ١ - العلامات الموضعية :

أ - تمزق غشاء البكارة الواقع في مدخل المهبل هو العلامة الرئيسية التي تساعد حين وجودها على تشخيص الاغتصاب.

ب - يترافق الاغتصاب عند البواكر بنزف دموي مختلف الشدة مصدره غشاء البكارة، لذلك يجب التفتيش عن البقع الدموية على ثياب الفتاة الداخلية وعلى الفراش أو على الأرض التي تم عليها الاغتصاب.

ج - يترافق الاغتصاب بدقق منوي تظهر آثاره في المهبل وعلى ثياب الفتاة وعلى جلد الناحية التناسلية. على أن فقدان هذه الآثار لا ينفي وقوع الجريمة.

د - يجب التفتيش عما قد يتركه المجرم على الناحية التناسلية للضحية من شعر يكون ذات أهمية كبيرة في إثبات التهمة عليه إذا بين الفحص وجود تماثل تام بينها وبين شعره.

هـ - قد يكون الاغتصاب سبباً في حصول عدوئ سيلانية. أو إفرنجية، إذا كان المعتدي مصاباً بأحد هذين المرضين.

و - قد يتنهى الاغتصاب بحصول الحمل عند المرأة المغتصبة.

### **علامات الاغتصاب العامة :**

تتتج من مقاومة المرأة للرجل حين مواقعتها ، ولذلك فهي تدل على عدم رضا المرأة تبدو هذه العلامات بشكل كدمات أو سحاجات ظفرية وخدوش على الوجه الأمامي الأنسي للفخذين حين محاولة المعتدي إبعاد فخذلي الضاحية ؛ كما ترى على الأيديين والذراعين ، أو على الوجه ، وحول فوهة الأنف والفم إذا حاول المجرم منع الضاحية من الصراخ ، أو على العنق إذا حاول خنقها . وكثيراً ما تفقد هذه العلامات الدالة على المقاومة عندما يتم الاغتصاب بشكل مباغت يشل مقاومة المرأة .

### **الفحص الطبي الشرعي في الاغتصاب :**

يبدأ الفحص باستجواب المرأة ، فتسأل عن سنها وتاريخ الاغتصاب الذي تدعى ، وعن مكان وقوعه وكيفية حدوثه ، وعن مقدار الألم الذي رافقه . ثم تسأله إذا كانت قد قاومت المعتدي وحاولت الاستغاثة والنجاة ، أم إنها استسلمت له ، وعن الآثار التي خلفها الاعتداء من نزف أو غيره . ويلاحظ الطبيب طريقة مشي الفتاة ، وما إذا كانت المشية مؤلمة أم لا ، ويوجه عناية خاصة لاستقصاء الحالة النفسية للفتاة التي تكون مضطربة في حالة الاغتصاب . ثم تفحص المداعنة بعدأخذ موافقتها . تفحص أولاً ملابس الفتاة التي كانت ترتديها حين الاعتداء ، وخاصة الملابس الداخلية ، بحثاً عن البقع الدموية أو المنوية أو تمزقات تدل على مقاومة الضاحية للجاني . ثم يفحص جسم الضاحية بحثاً عن آثار المقاومة من كدمات وسحاجات ، ثم يفحص الجهاز التناسلي بسحب الشفران الكبيران إلى الأمام

والوحشى ، فتبدوا الناحية التناسلية بشكل انخفاض يقع غشاء البكاره في قاعه ، ويبدو الغشاء أكثر وضوحاً وتتسع فوهته إذا ضغطت الفتاة على أسفل البطن كما هي الحال عند التغوط . يفتح الطبيب في الفرج عن آثار العنف ، من كدمات أو سحجات أو تمزقات ، ويستقصى حافة الغشاء الحرة بالإصبع المطلبي بالفالزلين .

وعند انتهاء الفحص تؤخذ عينات من شعر العانة ومن مفرزات المهبل لتحري الحيوانات المنوية فيه .

### علامات الاغتصاب في الرجال :

إذا تم الاغتصاب بعد تغلب الجاني على مقاومة المرأة ، بدت عليه علامات المقاومة بشكل سحجات وكدمات وخدوش وعضات في الوجه واليدين وأي مكان آخر من جسمه . كما تظهر آثار المقاومة على ثيابه بشكل تمزقات وشقوق فيها . ويفتش عما علق بجسمه من شعر المجنى عليها ، فتفحص للتأكد من مصدرها ، وكذلك تفحص البقع الدموية التي ترى على ثيابه ، وتقارن بقعة دم المجنى عليها لمعرفة مصدرها . ويفحص المتهم أيضاً ، للبحث عما قد يحمله من إصابة زهرية وسائلية لمقارنته بما يكشفه فحص الضحية من هذه الأمراض .

### فحص البقع المنوية<sup>(١)</sup> :

ترافق الجرائم الجنسية بدق السائل المنوي الذي يترك آثاره على

---

(١) الطب الشرعي للدكتور زياد درويش : ص ٤٣٣ .

ثياب الضحية وجسمها؛ أو على ملابس المتهم أو على أرض الجريمة. لذلك كان التعرف على البقع المنوية كبير الأهمية في إثبات هذه الجرائم.

### **الفحص الظاهري :**

تمييز البقع المنوية الواقعة على سطوح بيضاء بلونها الأصفر الباهت ويكون رمادياً على الثياب الشديدة اللون. ويشتند لون البقع المنوية قرب حوافها التي تكون واضحة الحدود. كما تعرف البقع المنوية برائحتها الخاصة لاسيما إذا كانت حدثة العهد، وبالصلابة التي تركها في القماش الملوث فتجعله شبهاً بالقماش المنسي. أما إذا وقع السائل المنوي على مادة غير قابلة للامتصاص كالنسج الصوفية أو السطوح الخثبية، فإنه يشكل قشرات رقيقة بيضاء أو سحائب لامعة.

إذا عرضت الألبسة المفحوصة للأشعة فوق البنفسجية أخذت البقع المنوية الموجودة عليها بريقاً أبيض اللون أو مصفرأً يميزها عن بقية السطح المفحوص. وللكشف عن الحيامن هناك نوعان من الاختبارات:

#### **١ - الاختبارات التمهيدية :**

تصف هذه الاختبارات بسهولة وسرعة عملها، فإذا كانت سلبية أكدت أن البقعة المفحوصة ليست منوية، وإن كانت إيجابية وجب على الفاحص إجراء اختبارات أخرى للتأكد من طبيعة البقعة المنوية.

**أ - إختبار فلورانسي .**

**ب - إختبار الفوسفاتاز العامضي .**

#### **٢ - الاختبارات المؤكدة :**

**أ - كشف الحيوانات المنوية .**

إن أفضل دليل يؤكّد البقعة المنوية هو وجود الحيوانات المنوية فيها.

ومن المعروف أن غياب الحيوانات المنوية من السائل المنوي أمر شائع نسبياً، لذلك فإن سلبية الاختبار لا تكفي بشكل قاطع وتحتى للدلالة على أن البقعة المفحوصة غير منوية. يتالف الحيوان المنوي من رأس بيضوي الشكل يتراوح بين (٤ - ٥) ممليرون، ومن ذنب طوله عشرة أضعاف الرأس تقريباً، ويكتفى أن يشاهد الفاحص حيواناً منرياً واحداً برأسه وذنبه ليؤكّد وجود المنوي.

### لأي شخص تعود البقعة المنوية؟

لقد تبيّن أن سوائل البدن ومفرزاته، كاللعياب والبلازما والمني وعصارة المعدة، تحتوي على مولدات الراصة الخاصة بالمجموعة الدموية A أو B.O أي أن شخصاً زمرته الدموية B يحوي مصله ومفرزاته على مولدات الراصة B. وهكذا.

والآن وبعد هذا الاستعراض لكيفية التعرّف على علامات الاغتصاب، تبيّن لنا عظمة الإمام علي عليه السلام الذي تمكن بأبسط الإمكانيات من كشف حقيقة ادعاء الاغتصاب من قبل المرأة، بالرغم من عدم وجود الأجهزة والإمكانيات الطبية التي نشاهدها في الوقت الحاضر. وهذا دليل قاطع يدل على سعة علم الإمام، وصفاته عقله، وسداد رأيه، وقوّة حكمته، وخلوص نيته، ونقاه ضميره، ورشادة إيمانه، وسمو منزلته، وعظيم قدره، ودليل استقامته، وحقيقة زهره، وكمال معرفته، وعلو همته، وشدة بأسه، وبرد نظره، وبيان عدله، وعدالة قضاياه.



## النظافة من الإيمان

قال الإمام علي عليه السلام :

«أخذ الشارب من الجمعة إلى الجمعة أمان من الجذام  
والأمراض»<sup>(١)</sup>.

«تقليم الأظافر في يوم الجمعة قبل الصلاة يمنع الداء  
الأعظم»<sup>(٢)</sup>.

«نعم الطيب المسك ، خفيف محمله عطر ريحه»<sup>(٣)</sup>.

«لا ينبغي للرجل أن يدع الطيب في كل يوم»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) طب الأئمة : ص ١٠٦ .

(٢) المصدر السابق : ص ١٣٨ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٩ ص ٣٤١ .

(٤) الكافي : ج ٦ ص ٥١٠ .



ذكرنا في كتابنا القرآن والطب الحديث بأن الدين الإسلامي هو دين الصحة والنظافة. هذه الحقيقة تبلورت في السنة النبوية الشريفة حين صرخ الرسول ﷺ بأنّ : «النظافة من الإيمان» «ان الله جميل يحب الجمال» «تنظفوا فإنّ الاسلام نظيف» إضافة إلى الأقوال التي وردتنا على لسان الأئمة الأطهار، والتي تتمحور على ضرورة رعاية النظافة العامة ونظافة البدن، كالالتزام بالأغسال المسنونة ، ولبس الملابس النظيفة ، واستعمال الطيب ، وقص الشعر والعناية به ، خصوصاً شعر الرأس والأبطين والشارب والعنة. الإمام علي عليه السلام كان السباق في ابداء تلك النصائح والإرشادات الطيبة التي تقى الإنسان وتبعده عن الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية ؛ وكان صائباً في تشخيص الآفات والأخطار التي يتعرض لها الإنسان في حالة الإهمال وعدم الالتزام بالإرشادات التي هدفها حفظ حياته . الإمام علي عليه السلام هنا تطرق إلى قضياباً جمالية لها تأثيرات مباشرة على نفسية الإنسان وسلامته ، كتقبيل الأظافر وقص الشارب والتطيب بالطيب .

الأظافر تقع في نهايات أصابع اليدين والأقدام ، ويستعملها الإنسان في المشي والطعام والشراب والبيع والشراء ولمس الأشياء النظيفة وغير النظيفة ، من فواكه وأطعمة و المياه وملابس ونقود و مختلف الحاجات الأخرى . فإذا كانت الأظافر طويلة تكذّست والتتصقت تحتها الأوساخ والميكروبات التي تتولد منها الأمراض التي تؤثر على البدن وعلى الناس الذين هم في تماّس مباشر مع المصاب .

أما الشارب الذي يقع في أعلى الفم ، فإنه إذا طال وتدلى داخله أصبح عثاً ووكرأً لذرات الغذاء العالقة والميكروبات المصاحبة ، علمًا بأنّ

القم الذي يظلله الشارب هو الممر الطبيعي الذي تمر من خلاله السوائل والأغذية التي في حالة تلوثها تصبح مصدراً ملائماً ودائماً للأمراض.

أما الأغسال المسنونة والعطور المستحبة، فهي التي تعطي الفرد المسلم الإنارة والمظهر اللطيف، والرائحة الطيبة التي تجذب الناس وتحببهم إليه. لقد كان رسول الله ﷺ يستعمل الطيب يومياً ويوصي به في المناسبات العامة، كأوقات الصلة والأعياد التي يكثر فيها الزحام وتطغى فيها الروائح الكريهة المنبعثة من الأجسام.

لذلك قال الإمام علي عليه السلام: «لا ينبغي للرجل أن يدع الطيب في كل يوم»، وقال الإمام الرضا عليه السلام: «الطيب من أخلاق الأنبياء».

الإسلام ي يريد منا أن تكون ذا ريح طيب ومنظر حسن، أقويه نظيفين، محلقين معطررين، أتقياء مؤمنين، سعداء محبوبين، بالدين متمسكين، ولأوامر الله مطيعين. لهذا نجد أن الرسول وأهل بيته الأطiable عليهم الصلاة والسلام كانوا النموذج الصالح لكل مؤمن ومؤمنة، فكانوا لا يخرجون إلى المساجد إلا بعد الاغتسال والتطيب على الرغم من أن عرق بدن الرسول كان كالمسك الخالص الذي تبقى رائحته تعطر الأجواء لأيام عديدة.

## الأظفار

### فوائد الأظفار:

- ١ - فائدة جمالية.
- ٢ - تعطي الصلابة اللازمة ل نهايات الأصابع .
- ٣ - تساعد الأصابع على الإمساك والعمل .

٤ - تحفظ نهايات الأصابع من التعرض للشدائد والضربات .

### الأضرار الناتجة من طول الأظافر

- ١ - الإرباك أثناء العمل .
- ٢ - التعرض للأكلام أثناء العمل .
- ٣ - حدوث جروح وألام للجسم وتمزقات للأبسة بسبب طول الأظافر ونهايتها الحادة .
- ٤ - مؤذية أثناء العمل مع الآخرين .
- ٥ - مكان صالح للفضلات الغذائية وغيرها .
- ٦ - مصدر من مصادر العدوى للجسم والآخرين .
- ٧ - عش صالح للميكروبات والطفيليات والفiroسات .
- ٨ - طول الأظافر مكره من الناحية الأخلاقية والاجتماعية لأنها تشبه الإنسان بالحيوانات المفترسة .
- ٩ - طولها السمج يدل على الإهمال واللامبالات .
- ١٠ - إهمالها يدل على ضعف الإيمان وعدم الالتزام بوصايا الرسول وآل بيته الأطهار عليهم الصلاة والسلام .  
قال الإمام الصادق عليه السلام :  
«من السنة تقليم الأظافر»<sup>(١)</sup> .  
وقال للمفضل بن عمر الجعفي :  
«يا مفضل تأمل واعتبر بحسن التدبير في خلق الشعر والأظافر ،

---

(١) الكافي : ج ٦ ص ٤٩٠

فإنهم لما كانا مما يطول ويكثر حتى يحتاج إلى تخفيفه أولاً فأول جعلا عديما الحس لثلا يؤلم الإنسان الأخذ منها، ولو كان قص الشعر وتقليم الأظافر مما يوجد الألم وقع من ذلك بين مكروهين: إما أن يدع كل واحد منها حتى يطول فيثقل عليه، وأما أن يخففه بوجع وألم»<sup>(١)</sup>.

### الشارب

قال الرسول ﷺ :

«من السنة أن تأخذ من الشارب حتى يبلغ الأطار ولا يكون الشعر على اللسان»<sup>(٢)</sup>.

«لا يطولن أحدكم شاربه فإن الشيطان يتخذه مخباً يستر به»<sup>(٣)</sup>.

### فوائد الشارب

يقع الشارب أسفل الأنف على اللسان العلية للفم، وهو إحدى العلامات التي تميز الرجل عن المرأة، وله فوائد عديدة:

- ١ - إحدى مظاهر زينة الرجل.
- ٢ - يمنع الرواشح الأنفية من دخول الفم.
- ٣ - يمنع عرق مقدمة الوجه من دخول الفم.
- ٤ - يساعد مع شعر الأنف على منع دخول الغبار والأوساخ والحسيرات الصغيرة إلى الأنف.

(١) توحيد المفضل: ص ٧١.

(٢) الكافي: ج ٦ ص ٤٨٧.

(٣) الكافي: ج ٦ ص ٤٨٨.

## مضار طول الشارب

شعر الشارب الطويل الكث المتدللي داخل الفم له مضار كثيرة أهمها:

- ١ - تجتمع داخله الأتربة وذرات الغبار المتطايرة ، إضافة إلى الأوساخ والميکروبات .
- ٢ - يزاحم الإنسان عند تناول الطعام .
- ٣ - منظر الشارب الطويل لا ينلائم مع جمال الإنسان ولا يدل على الذوق والنظافة .
- ٤ - يؤدي إلى إصابة الشفة العليا بالحساسية .
- ٥ - الشعر المتدللي داخل الفم يشكل حاجزاً ترسب عليه المواد الغذائية السائلة والصلبة ذات الجزيئات الصغيرة ، هذا الترسب يؤدي إلى تعفن تلك المواد مما يشجع الميكروبات على النمو والتكاثر ، وبذلك يصبح شعر الشارب بؤرة لنشر الأمراض إلى اللثة والأسنان واللسان ، إضافة إلى إمكانية تلوث الأنف بتلك الميكروبات العالقة .
- ٦ - يؤدي إلى إصابة الشفة العليا وأطراف الفم بالإمراض الفطرية .
- ٧ - يمكن أن يكون مصدر عدوى للأمراض للأشخاص الذين هم في تماس مباشر في الطعام والشراب .
- ٨ - يشوّه منظر الفم .
- ٩ - يؤدي إلى إنباث روانح كريهة من الفم .
- ١٠ - يدل على الإهمال واللامبالات .

فوائد الطيب:

- ١ - دليل عملي وعلقي على العناية بالمظهر والهندام.
  - ٢ - يؤدّي إلى زيادة محبة الناس وصحابتهم.
  - ٣ - برهان حي على حسن الذوق والسلالة.
  - ٤ - دلالة أكيدة على الالتزام بالسنة النبوية.
  - ٥ - دليل أكيد على طيب النفس وكرمهها.
  - ٦ - يؤدّي إلى زيادة حب الزوجة لزوجها.
  - ٧ - دليل على سمو الأخلاق.
  - ٨ - يقوّي الروح ويشدّ النفس.
  - ٩ - دليل على الكرم والجود.
  - ١٠ - إستعماله يؤدّي إلى تعلق العائلة والأطفال بهذه السنة الحسنة.

أضرار ترك الطيب:

- ١ - إنبعاث الروائح المغززة من الجسم .
  - ٢ - تنفر الناس والأصدقاء من تلك الروائح .
  - ٣ - دليل انعدام الذوق .
  - ٤ - برهان عملي على إهمال النظافة الفردية .
  - ٥ - إعراض الزوجة عن زوجها .
  - ٦ - دليل قاطع على عدم الالتزام بالنسبة النبوية .
  - ٧ - مظاهر من مظاهر البخل .

## الأكثرية الجاهلة

قال الإمام علي عليه السلام :

«... وسائر الناس هم رعاعٌ»<sup>(١)</sup>.

«يا كمبيل إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبُ أَوْعِيَةٌ ، فَخَيِّرُهَا أَوْعَاهَا لِلْعِلْمِ ، فَاحْفَظْ عَنِّي مَا أَقُولُ لَكُ : النَّاسُ ثَلَاثَةٌ : فَعَالَمٌ رَبَّانِي ، وَمَتَعَلِّمٌ عَلَى سَبِيلِ نَجَاهَةٍ ، وَمَمْتَحِنُ رِعَاعًَ أَنْبَاعَ كُلِّ نَاعِقٍ ، يَمْبَلُونَ مَعَ كُلِّ رِيحٍ ، لَمْ يَسْتَضِفُوكُنُوا بِنُورِ الْعِلْمِ وَلَمْ يَلْجُئُوكُنُوا إِلَى رُكْنِ وَثِيقٍ»<sup>(٢)</sup>.

«لَمْ يَسْتَضِفُوكُنُوا بِأَصْوَاءِ الْحِكْمَةِ ، وَلَمْ يَقْدِحُوكُنُوا بِزِنَادِ الْعُلُومِ التَّاقِيَةِ ، فَهُمْ فِي ذَلِكَ كَالْأَنْعَامِ السَّائِمَةِ ، وَالصُّخُورِ الْقَاسِيَةِ»<sup>(٣)</sup>.

(١) النهاية في غريب الحديث لابن الأثير : ج ٢ ص ٢٣.

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٣٤٦.

(٣) تصنيف نهج البلاغة للبيهقي بيضون : ص ٦٩٤.



قال الرسول الأكرم ﷺ : «إن الله تبارك وتعالى خلق العقل من نور مخزون مكتنون في سابق علمه الذي لم يطلع عليه النبي مرسلاً ولا ملك مقرباً ، فجعل العلم نفسه ، والفهم روحه ، والزهد رأسه ، والحياة عينيه ، والحكمة لسانه ، والرأفة فمه ، والرحمة قلبه ، ثم حشأه وقواه بعشرة أشياء : باليقين والإيمان والصدق والسكينة ، والإخلاص والرفق ، والمعطية والقنوع ، والتسليم والشكراً»<sup>(١)</sup>.

وقال الإمام علي ؓ :

«العقل مصلح كل أمر . وصديق كل إنسان عقله ، وعدوه جهله .  
والقول ذخائر والأعمال كنوز»<sup>(٢)</sup> .

أول ما خلق الله العقل ثم أودعه في جسم الإنسان ، وهو من النعم الكبيرة التي منَّ الله بها على العباد . والعقل هو الدليل والهادي للإنسان بكافة أفعاله وأعماله . ومن عمل بعقله سلك طريق الخير وعاش السعادة التي أرادها الله له ، وبالعكس من وضع العقل جانباً وتصرف وفق رغبته وهواء صار جاهلاً سقيماً لا يرى في دنياه إلا الغواية الشيطانية التي تحبب له فعل الشر والمنكرات ؛ وتجعله عبداً مطيناً لشهواته وأماله الزائفة ، وأسيراً لأحلامه الكاذبة التي تستحوذ على فكره وعقله وتجعله مطية تقاد حيثما تشاء ، مثله كمثل الحيوان الذي يقوده الآخرون ، فلا يبقى عنده من صفات الإنسان إلا الهيبة والشكل . لذا فإن أول ما يحاسب الله عليه العباد هو العقل وكيفية الاستفادة منه . قال الإمام موسى بن جعفر ؓ :

(١) معاني الأخبار : ص ٣١٣ .

(٢) كنز الغوايد : ص ١٩٤ .

«إن الله على الناس حجتين ، حجة ظاهرة وحجۃ باطنۃ ، فاما الظاهرة

فالرسُلُ والأَنْبِيَاءُ وَالْأَنْمَاءُ طَبِيعَةٌ ، وَاما الباطنۃ فالعقلُ»<sup>(١)</sup>.

وقال الإمام الرضا عليه السلام :

«صديق كل امرئ عقله وعدوه جهله»<sup>(٢)</sup>.

ولنا أن نتصور حالة الإنسان إذا اجتمع عنده الجهل والهوى والغواية وسار في طريق الشيطان ، وغلبت على عقله الأحلام الكاذبة حيث صار لا يؤمن عليه من عذاب الله الذي إذا جاء لا يردد ولا يبدل .

إن المسألة التي تؤلم القلب وتتوخز الضمير ، هو أن أغلب الناس وضعوا عقولهم جانبًا وصاروا يعيشون الحياة كالبهائم بلا عقل ولا دليل ، يعيشون مع كل ربع فاسدة تؤمن لهم الشهوات والأطعما ، وينعقون مع كل ناعق يطلب الدنيا وزخارفها . ضلوا الطريق فوقعوا أسري في شباك الشيطان الذي قال عنهم : «لَئِنْ أَخْرَتْنَا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ لَأَحْتَكْنَاهُ ذُرِيَّةً إِلَّا قَلِيلًا»<sup>(٣)</sup> .

نفوس فاسدة طبع الله على قلوبها ، فلم تبق فيها إلا وسوسه الشيطان الذي زين لها الباطل فتعمّت عن الحق وتمسكت بالباطل ورفعت راية الضلال والطغيان . نفوس نمت وتغذّت على الباطل والمآل الحرّام ، فتحولت بمرور الزمان إلى أجسام بشرية بقلوب شيطانية .

أكثرية ازدادت عدداً من أيام النبي نوح عليه السلام حيث ، كانوا يعبدون الأصنام ، ولم يستجيبوا لنداء النبي الذي دعاهم إلى التوحيد وعبادة الله بدل

(١) أصول الكافي : ج ١ ص ١٦ .

(٢) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ١٨٦ .

(٣) سورة الإسراء ، الآية : ٦٢ .

الأصنام التي صنعواها بأيديهم ، واستمروا في العnad لمدة ألفاً لا خمسين عاماً ، لم تتفع معهم النصائح والإرشادات بل لجو في عنو ونفور ؛ ولما يأس نوح عليه السلام من قومه قبول الحق وأنه لن يؤمن من قومه إلا من قد آمن **﴿وَمَا آمَنَ مَعْهُ إِلَّا قَلِيلٌ﴾**<sup>(١)</sup> دعى ربه ليهلك تلك الأمة الكافرة التي سخرت منه ومن الذين آمنوا معه ، وحدث الطوفان الذين قضى على جميع الكافرين إلا الفتة المؤمنة القليلة التي كات معه في السفينة .

ويعد مرور مئات السنين عمرت الأرض وازدادت النفوس ، فأرسل الله نبيه موسى عليه السلام لينذر الناس كافة وبني إسرائيل خاصة . وقام موسى بالدعوة لدین الله ، كذبه فرعون أولاً ، فاضطر للعبور مع بني إسرائيل إلى سيناء ، تبعه فرعون وجنوده ، وكان مصيره الغرق . وحين استقر بنو إسرائيل في سيناء طلبوا الماء ، ضرب موسى عليه السلام الحجر فانفجرت منه إثنتا عشرة عيناً باذن الله ، بعد ذلك أنزل الله عليهم المن والسلوى ، وما أن غاب موسى أربعين ليلة حتى انقلبت الأكثرية وأتبعت السامری وعجله ، ولم تكتف بذلك بل طلبت القوم والعدس والقثاء بدل المن والسلوى . هذه القبلات والطلبات تدل بلا ريب على أن الأكثرية من بني إسرائيل سريعة التقلب ، كثيرة الأهواء ، ضعيفة الإيمان ، ومستعدة لاتباع أي دجال يطير الشيطان . تلك الأسباب نزل بهم العذاب الذي استحقوه بسفاهتهم . ومضى موسى إلى ربه ، فأرسل الله عيسى بن مريم عليهما السلام بالأيات والمعجزات الكافية للدلالة على نبوته ؛ إلا أن بني إسرائيل كذبوا وحاربوا بلا هرادة ، وأنهمرت أمه بأبشع الاتهامات ، وأخيراً تآمروا على قتله ، إمعاناً بالكفر والضلال ،

---

(١) سورة هود ، الآية : ٤٠ .

حدث هذا والأغلبية ساكتة أو مؤيدة لما يجري .

وأخيراً ختم الله الرسالات السماوية بمحبيه سيدنا ومولانا الرسول الأكرم محمد بن عبد الله صلوات الله عليه ، الذي بلغ ونصح ، وأرشد وأنذر ، ووضى وحذر ، ووضح بجلاء لا يقبل الشك والنسيان شريعة الله وأوامره . ولكن حدث ما حددت مع سائر الأنبياء ، فقد تركت الأكثريّة أوامر الله ورسوله ، مخالفة حبل الله المตین خليفة النبي أمير المؤمنين علي بن أبي طالب صلوات الله عليه ، وأنكرت بيتها له يوم الغدير ، مفضلة عليه من هو أدنى درجة في العلم والشجاعة والإيمان ، وما ذلك إلا بسبب تفاهة العقول ، وسقم الرأي ، وضعف الإيمان ، فتعرض الإسلام والمسلمون بهذه البيعة إلى هزات ونكبات دينية واجتماعية عنيفة تبعها مذابح كثيرة . ولو أن الأكثريّة اتبعت أوامر الله ورسوله لما آلت الأمور إلى ما عليه الان ، ولكن الله أبى إلا امتحان نعمة العقل ، فكانت نكسات تلوها نكسات حتى تولوها بنو أمية وبنو العباس الذين بدّلوا دين الله وشاعوا الفساد واتبعوا الأهواء ، فصارت إمارة المسلمين ملكية وراثية لا تخضع لعلم أو دين . وهكذا تسلط الطواغيت على رقاب الناس ، لتستمر المأساة من طاغٍ إلى طاغٍ حتى عصرنا الحاضر ، الذي رأينا وسمعنا فيه العجائب والغرائب من تصرفات وعمل الأغلبية التي نست الدين وعبدت الطاغوت والمادة ، واعتقدت الأفكار الالحادية ، وصارت تستخب قادة شيوعيين وملحدين وشواذ جنسياً وأخلاقياً ، كميلاوسوبيغ وشارون وكليتون ، الذين لم يألوا جهداً لمحاربة الأخلاق والفضائل والدين . إنها مأساة حقيقة عندما تقوم الأكثريّة الحمقاء بانتخاب القتلة ورواد الانحلال الجنسي والشذوذ ، فتباً وقبحاً للهمج الرعاع أتباع كل ناعق الذين قال عنهم الإمام علي عليه السلام : «قد تصافيتم على رفض الاجل» .

وَحْبُ العاجِلِ وَصَارَ دِينُ أَخْدِكُمْ لَعْقَةً عَلَى لِسَانِهِ، صَنَيْعٌ مِنْ فَرْغِ مِنْ عَمَلِهِ، وَأَحْرَزَ رَضَا سَيِّدِهِ<sup>(١)</sup>.

إن الله العليم الحكيم ، الخبير الكريم ، العالم بخائنة الأعين وما تخفي الصدور ، الذي خلق الإنسان ويعلم ما توسوس به نفسه ، هو الذي اختار الأنبياء والرسل ، والأوصياء والنقباء ، والمحواريين والأئمة المعصومين ، ولم يجعل ذلك بيد الإنسان اختياراً أو إنتخاباً **«وَرَبُّكَ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَيَخْتَارُ مَا كَانَ لَهُمْ الْخِيَرَةُ»**<sup>(٢)</sup> .

لأن الله بعلمه الذاتي علم بأن الأكثرية ليست مؤهلة للانتخاب أو الاختيار ، لكونها جاهلة لا تعلم الأصلح والأفضل ، لأنها تتبع الهوى فتقع حتماً في الخطأ المحتوم الذي يؤدي بها إلى الهلاك والضياع .

### رأي القرآن بالأكثرية :

القرآن الكريم الذي نزل على قلب الرسول ﷺ ذم الأكثرية الجاهلة التي لم تأخذ من الدين إلا ما يوافق هواها واطماعها في مواطن كثيرة ؛ لعدم إيمانها بالغيبيات الأكيدة التي صرّح بها القرآن والرسول ، وانغماسها في الشهوات والمنكرات ، ونسيانها الموت والحساب والحضر والمعاد والجنة والنار . والقرآن عبر عنهم بآيات عديدة منها :

**«بِلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ»** .

**«وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ»** .

**«وَإِنْ أَكْثَرُهُمْ فَاسِقُونَ»** .

(١) شرح نهج البلاغة أبي العبد : ج ٧ ص ٢٤٧ .

(٢) سورة القصص ، الآية : ٦٨ .

﴿وأكثراهم لا يعقلون﴾.

﴿ولكن أكثر الناس لا يعلمون﴾.

﴿ولكن أكثر الناس لا يؤمنون﴾.

﴿ولقد ضلّ قبلهم أكثر الأولين﴾.

﴿بل أكثرهم لا يعلمون﴾.

﴿وما كان أكثرهم مؤمنين﴾.

﴿كان أكثرهم مشركين﴾.

﴿ولا تجد أكثرهم شاكرين﴾.

﴿وقليل من عبادي الشكور﴾.

﴿ وإن وجدنا أكثرهم لفاسقين﴾.

﴿ولكن أكثرهم للحق كارهون﴾.

﴿وما وجدنا لأكثرهم من عهد﴾.

﴿وما يؤمن أكثرهم بالله إلا وهم مشركون﴾.

﴿وكثير منهم ساء ما يعملون﴾.

﴿وكثير منهم فاسقون﴾.

﴿ضلوا وأضلوا كثيراً﴾.

﴿ وإن كثيراً من الناس عن آياتنا لغافلون﴾.

﴿ وإن كثيراً من الناس لفاسقون﴾.

﴿وترى كثيراً منهم يتولون الذين كفروا﴾.

﴿لأبعتم الشيطان إلا قليلاً﴾.

﴿فلما كتب عليهم القتال تولوا إلا قليلاً منهم﴾.

﴿ولا نزال نطلع على خائنة منهم إلا قليلاً﴾.

﴿وَمَا آمَنَ مَعَهُ إِلَّا قَلِيلٌ﴾ .

﴿لَئِنْ أَخْرَجْنَا إِلَيْنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ لَا حَتَّىَنَّ ذُرِّيَّتَهُ إِلَّا قَلِيلًا﴾ .

﴿وَإِنْ كَثِيرًا مِّنَ النَّاسِ بِلِقَاءَ رَبِّهِمْ لَكَافِرُونَ﴾ .

## لماذا تقف الأكثريّة هذا الموقف ؟

رب سائل يسأل : لماذا تقف الأكثريّة هذا الموقف المخالف للعقل والفطرة والدين ؟ والجواب واضح لكل ذي بصيرة ، فتلك الفئة من الناس ضعيفة الإيمان ، لم تتنور بنور العلم ، ولم تستفيد من عقلها الذي منحه الله لها ، فراحت تخبط في دياجير الظلم ، ومجاهل الدنيا ، وغراها بالله الغرور . هذا الموقف نتج من اسباب عديدة تراكمت وتجمعت لتمردهم إلى هذه النهاية المؤلمة .

## الأسباب

- ١ - حب الدنيا .
- ٢ - زيادة الشهرة .
- ٣ - ضعف الإيمان .
- ٤ - الفقر .
- ٥ - التعرض للأزمات والشدائد .
- ٦ - الجهل .
- ٧ - إنعدام الثقافة .
- ٨ - حب الانتقام .
- ٩ - الطمع .

- ١٠ - حب السلطة والمنصب.
- ١١ - التفاخر.
- ١٢ - الغرور.
- ١٣ - تسلط الطغاة.
- ١٤ - الحسد.
- ١٥ - التعلق بالأمال.
- ١٦ - العداوة والبغضاء.

والآن لتعرف على الأمراض الكامنة والمكتسبة التي ساعدت مع المسببات على جعل الأكثريّة جاهلة عمياًه تلهث وراء منافعها ومصالحها.

#### الأمراض :

- ١ - الغرور.
- ٢ - الأنانية.
- ٣ - الجهل.
- ٤ - داء العظمة.
- ٥ - الهمسريا.
- ٦ - التكبر.
- ٧ - العجب.
- ٨ - الطغيان.
- ٩ - حب المال والمنصب.
- ١٠ - الوسوسة.

من كل ما تقدم يتضح أن أغلب الأسباب التي تجعل الأغلبية أو الأكثريّة تقع مع كل ناعق هي اسباب مرضية نفسية على الأغلب،

خصوصاً مرض حب الدنيا الذي هو رأس كل خطيئة.

### صفات الإنسان المريض :

من المعقول افتراض وجود صفات تكوبية وعاطفية في بعض الناس

يمكن أن تدعى بالشخصية الهستيرية وتتصف بما يلي :

١ - **تقبل الإيحاء** : أي أن الإرادة والثقة بالنفس ضعيفة ، بحيث يمكن بسهولة وبجهد يسير إدخال الأفكار والمؤثرات والانفعالات الخارجية إليها. لذلك نرى الشخصية الهستيرية ساذجة بسيطة ، تخضع بالأخبار والحوادث المثيرة وحتى الكاذبة ، حيث تصدق الإشاعات ، وتسرع باتخاذ القرارات الموجة لها دون تروي أو تدقيق في صحة المعلومات.

### ٢ - الطبع الانبساطي :

إنها شخصية مفتوحة للناس ، ولكن علاقاتها سطحية غير مخلصة ،

وذات عواطف غير ثابتة ومتقلبة .

### ٣ - عدم ضبط الانفعالات :

الشخصية الهستيرية متقلبة تنفصل بسرعة وتخمد بسرعة ، فهي

تذبذب من حب الحياة إلى اندفاع غير صادق لقتل النفس أو الآخرين .

### ٤ - القابلية على التشطير .

من أبرز صفات الشخصية الهستيرية قدرتها على الجلوس على التل ،

أي الانسحاب من ميدان المعركة ، واعتبار المعركة ظاهرة أو مشكلة بعيدة عنـه .

### ٥ - عدم تكامل النضج الوجداني :

أي أن العواطف غير مستقرة عند حدود واضحة المعالم ، فالتأثير في

المواقف سريع ، والأندفاع الأحمق من دون شعور بالخجل والندم أو الذنب تدل جميعها على عدم البلوغ الراجحي ، حتى وإنْ كان الشخص قد تجاوز مرحلة الشباب وقارب مشارف الكهولة .

#### ٦ - الأنانية :

الشخصية هنا تحب نفسها ، وتهوى العبث والدلال ، وتستجدي الاهتمام .

#### ٧ - تعدد الشخصية :

وهو أخطر أنواع الانشطار الروحي ، إذ يتخذ المصاص شخصية تخالف بطبعها وسلوكها الشخصية الأصلية . وهناك حالات شخصية ثلاثة ورباعية .

#### ٨ - الكسب الشخصي :

يتفع المصاص بما يظهره من أعراض غير حقيقة ، كأن تمد له بد المعونة والمساعدة أو إعفائه من بعض الخدمات والأعمال .

تحدث هذه الأعراض في كل الأعمار ، ولكنها غالباً ما تحدث في مقتبل العمر وخاصة في مراحل الشباب ، كما تكثر في نهاية العمر أي آواخر الكهولة والشيخوخة .

## نصائح غذائية

قال الإمام علي عليه السلام :

«لا تطلب العيادة لتأكل ، بل اطلب الأكل لتعيا»<sup>(١)</sup>.

«لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع ، ولا تقم عنه إلا وأنت شتهي ، وجُود المَضْعَفِ ، واعرض نفسك على الخلاء إذا نُمْتَ ، فإذا استعملت هذه استفدت من الطَّبِّ»<sup>(٢)</sup>.

«كثرة الطعام تميت القلب كما تميت كثرة الماء الزرع»<sup>(٣)</sup>.

«من شبع عقوب في الحال ثلاث عقوبات : يلعن النبطاء على قلبه ، والنماش على عينيه ، والكسيل على بدنِه»<sup>(٤)</sup>.

«كم من أكلة منعت أكلات»<sup>(٥)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٣٣ .

(٢) المصال للصدوق : ص ٢٢٩ .

(٣) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٥ .

(٤) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ٢٠ ص ٣٢٠ .

(٥) شرح نهج البلاغة لابن أبي الحديد : ج ١٨ ص ٢٧١ .



### الغذاء المطلوب :

يجب أن يكون متعدد النوع والشكل والطعم ، ومتلائم مع حاجات وفعالية جسم الإنسان وذوقه ، علماً بأنَّ جسم الإنسان المتوسط الحجم بحاجة يومية إلى (٣٠٠٠) سعرة حرارية للرجال و(٢٢٠٠) سعرة حرارية للنساء ، علماً بأنَّ الغذاء الصالح والمطلوب يجب أن تتوفر فيه المتطلبات الضرورية لنمو وبناء الجسم وادامة الفعالية اليومية على أحسن وجه ، مضافاً إليها توفر الشروط الصحية والتوعية والنفسية في الغذاء الذي يُقدم ، كي يتناوله الإنسان بشوق ورغبة وإقبال .

الغذاء المتناول يتطلب أن تراعى فيه جوانب عديدة : كالعمر ، والوزن ، وشروط العمل ، وسلامة الإنسان ، والأجواء التي يعيش فيها ، مضافاً إليها نوع الجنس وحالة الحمل عند النساء .

إن الوراثة تعتبر من العوامل المؤثرة في تناول وهضم وتمثيل المواد الغذائية ، أما حالة الإنسان الصحية وتعرضه للمرض أثناء تناول الغذاء ، فهي عامل آخر يدخل في عملية التمثيل والتصريف .

الإسلام وادراكاً منه لخطورة الموضوع حذر على لسان القرآن الكريم : «فَلَا يُنْهَىٰ إِنَّمَا يَنْهَا عَنِ طَعَامِهِ»<sup>(١)</sup> .

و«يَا أَيُّوبَ أَدْمَنْ خَذُوا زِيَّتَكُمْ هِنَّدَ كُلُّ مَسِيدٍ وَكُلُّوا وَأَشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ»<sup>(٢)</sup> .

وعلى لسان الرسول الكريم ﷺ : «مَا ملأَ آدميٌ وعاءً شرًا من

(١) سورة عبس ، الآية : ٢٤ .

(٢) سورة الأعراف ، الآية : ٣١ .

بطنه»<sup>(١)</sup>.

و«نحن قوم لا نأكل حتى نجوع ، وإذا أكلنا لا نشبع»<sup>(٢)</sup>.

وعلى لسان وصي رسول الله علي عليهما السلام : «كثرة الطعام تميت القلب كما تميت كثرة الماء الزرع»<sup>(٣)</sup>.

والإمام الصادق عليهما السلام يقول : «الأكل على الشبع يورث البرص»<sup>(٤)</sup>.

### كثرة الطعام :

قال أمير المؤمنين الإمام علي عليهما السلام : «إياكم والبطنـة ، فإنـها مـقـسـة للـقـلـب ، مـكـسـلة عـنـ الـصـلـاح ، مـفـسـدـة لـلـجـسـد»<sup>(٥)</sup>.

و«إذا ملأ البطن من المباح عمى القلب عن الصلاح»<sup>(٦)</sup> و«قلة الأكل تمنع كثيراً من أفعال الجسد»<sup>(٧)</sup> و«من قل أكله صفي فكره»<sup>(٨)</sup>.

### الأعراض التي تحدث بسبب كثرة الطعام (السمنة) :

١ - أعراض نفسية تصيب الإنسان بسبب الحسد وزيادة الوزن ، وعدم القدرة على مجاراة الآخرين وانجاز الأعمال الخاصة وال العامة .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣٠ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣٠ .

(٣) مكارم الأخلاق : ١٤٧ .

(٤) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٣١ .

(٥) عيون الحكم والمواعظ : ص ١٠١ .

(٦) غرر الحكم : ص ٢٢٧ حديث ٤٢٢٧ .

(٧) مستدرיך الوسائل : ج ١٦ ص ٢١٣ .

(٨) عيون الحكم والمواعظ : ٤٥٦ .

- ٢ - أعراض عملية وفيزيولوجية : المصاب بالسمنة لا يمكنه القيام بالأعمال العادلة كبقية الناس ، لأنّه بطبيعة الحركة ، سريع التفس ، ترھقه الأعمال البسيطة ويتعرّض بأبسط الأشياء أثناء العمل .
- ٣ - كثير التعرض للإصابة بالأمراض الجلدية .
- ٤ - الاستعداد للإصابة بالأمراض التنفسية .
- ٥ - الإصابة بارتفاع ضغط الدم .
- ٦ - الإصابة بمرض تصلب الشرايين .
- ٧ - الإصابة بمرض تخثر الأوردة الدموية .
- ٨ - الاستعداد للإصابة بالجلطة القلبية والدماغية .
- ٩ - إزداد الإصابة بمرض السكر .
- ١٠ - الاستعداد للإصابة بالأمراض الكلوية المختلفة .
- ١١ - الاستعداد للإصابة بالتهاب المريارة وتتكلس الإفرازات داخلها .
- ١٢ - التهاب المفاصل وضعف العظام .
- ١٣ - التعرض للإصابة بداء النقرس .
- ١٤ - التعرض للخطورة أثناء إجراء العمليات الجراحية .
- ١٥ - قصر العمر والتعرض للمضاعفات .

بعد هذا الاستعراض الموجز لمضار الإسراف في تناول الطعام والمضاعفات الناتجة عنه ندقن بإيمان كثير يقول الإمام علي عليه السلام : «كم من أكلة منعت أكلات» الذي يحذرنا من خطورة الإسراف في تناول المواد الغذائية وعدم الالتزام بالتعليمات الصحية والدينية والتي يتبع عنها أنواع الأمراض جراء الإهمال المعتمد أو غير المعتمد .

إن الأبحاث والدراسات أكّدت بأن بعض الناس الذين ينسون أنفسهم

في كثير من الحالات ، ويقدمون على تناول وجبة غذائية كبيرة ودسمة ، أو مسمومة أو حارة الطعم والمذاق لا تتحملها المعدة والبدن ، يتعرضون إلى صدمات نفسية وطبية آنية وسريعة أو بعد عدة ساعات ، بحيث تصبح تلك الأكلات سبب مباشر أو غير مباشر في إضعاف وتحطيم قابلية الإنسان على تناول الطعام لمدة قصيرة أو طويلة طبقاً للمسبب الذي أدى إلى حدوث الأعراض الناتجة من جراء تناول تلك الوجبة الغذائية المؤذية . ومن المناسب أن نستعرض بعض الأعراض والأمراض التي تحدث نتيجة ذلك الخطأ الغذائي :

### الأعراض والأمراض :

- ١ - الحسد وما يتبعه من أضرار نفسية وجسدية .
- ٢ - أضرار روحية وجسدية نتيجة تناول الطعام الحرام .
- ٣ - العقوبة أو دخول السجن في حالة تناول الطعام المغصوب أو المسروق .
- ٤ - حدوث حرائق وجروح موضعية في جدار القسم نتيجة تناول الغذاء الحار .
- ٥ - حدوث الشرقة أثناء تناول الطعام قد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة أو الموت .
- ٦ - تناول وجبة غذائية كبيرة تحتوي على الدهون بالخصوص ليلاً قد تؤدي إلى حدوث سكتة قلبية قاتلة .
- ٧ - تناول وجبة غذائية كبيرة قد تقود إلى التهاب حاد للمعدة .
- ٨ - حدوث قرحة في المعدة والمرئ في حالة تناول غذاء يحتوى

على توازن وحرامض .

٩ - تناول الأغذية المخدشة (كالتوايل والمواد التي تحتوي على مركبات كيميائية) قد يتبع عنها نزف من المعدة والأثني عشر.

١٠ - قد يؤدي الغذاء الملوث إلى حالة تقي شديدة يصاحبها نزف دموي .

١١ - الغذاء الملوث أو المسموم قد يتبع عنه حالة إسهال شديدة كالثلاث بضمّمات الكولييرا وغيرها .

١٢ - يصاب الإنسان بضعف عام وجفاف شديد للبدن ، نتيجة لفقد الكثير من السوائل وعدم تناول الغذاء .

١٣ - الإغماء في حالات التسمم الشديد بالمواد الكيميائية .

١٤ - الإصابة بأنواع الدزنتري الحاد والمزمدنة .

١٥ - بروز الحساسية الغذائية ، الحادة والمزمدة .

١٦ - إضطراب والتهاب الكلن والمجاري البولية .

١٧ - التهاب فتحة المخرج والبواسير الشرجية .

١٨ - حدوث توسيع حاد في المعدة وما يصاحبها من مضاعفات قد تؤدي إلى الموت .

١٩ - إنفلات المعدة أو الأمعاء .

٢٠ - الإصابة بالجلطة الرئوية نتيجة حدوث تخثرات في القلب أو القدمين .

٢١ - الإصابة بالجلطة الدماغية نتيجة حدوث تخثرات أو إرتفاع ضغط الدم .

٢٢ - التهاب الكبد الحاد أو المزمدنة .

- ٢٣ - الإصابة بحالة إنهايار عصبي .
- ٢٤ - إلتهاب اللثة والأسنان .
- ٢٥ - إلتهاب البنكرياس الحاد .
- ٢٦ - إلتهاب العبرة الحاد .
- ٢٧ - حدوث انفجار معوي حاد .
- ٢٨ - إلتهاب الزائدة الدودية .
- ٢٩ - إصابة الأمعاء بمرض السل في حال تلوث الغذاء بميکروب السل .

٣٠ - حدوث فتور مختلف في الجسم كالفتق السروي والمغبني .  
 من كل ما تقدم نستخلص أن تناول الطعام بنهم وإسراف يؤدي إلى مشاكل كثيرة قد تعرض حياة الإنسان الخطر ؛ ولو تعنا في الحكمة الدينية والنصيحة الطيبة التي أوصى بها الإمام عليه السلام «لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع ، ولا تقم عنه إلا وأنت تشتهي ، وجود المرضع ، وأعرض نفسك على الخلاء إذا نمت ، فإذا استعملت هذه استغنىت عن الطب» لما وقعنا في خطأ أو مشاكل ، ولما احتجنا إلى مراجعة طبيب وتلف الوقت ، وخسران الصحة والمال .

إنها بحق نصيحة طيبة خالدة ، نافعة ، شاملة ، هدفها الأساسي سلامة الإنسان والحفاظ على حياته وصحته وتفكيره ؛ علمًا بأنَّ الذين يتناولون الطعام بكميات كبيرة تتبعهم حالات مرضية عديدة :

أولاً: ضعف القدرة على التفكير والكتابة والأعمال الحسابية التي تحتاج إلى الذكاء والتفكير ، لأن كميات كبيرة من الدم يقوم الجسم بسحبها من الدماغ والرئة والقلب والعضلات إلى المعدة والأمعاء ، للمساعدة على

هضم تلك الكمية الكبيرة من الغذاء الداخل إلى الجهاز الهضمي.

ثانياً: أن نقص كميات الدم التي تزود الدماغ تؤدي إلى الشعور بالنعاس وحب النوم ، والرغبة في تأجيل الأعمال الملقت على عاتق الإنسان ؛ لكون الخلايا الدماغية أصبحت غير قادرة على القيام بوظائفها بصورة صحيحة .

ثالثاً: إن إدخام المعدة بكميات كبيرة من الطعام تقود الإنسان إلى الخمول والكسل بسبب ما ذكرناه ، لذلك نلاحظ أن الإنسان المت陼 يميل إلى التراخي والإهمال بدل النشاط والعزمية .

والأكمل لنمضي قدماً مع الإمام علي عليه السلام في صفحات محددة وهو يصف لنا خواص بعض الأطعمة والأشربة والفاكه .

### البيض

قال الإمام علي عليه السلام : «أن نبياً من الأنبياء شكا إلى الله تعالى قلة النسل في أمتة ، فأمره أن يأمرهم بأكل البيض ، ففعلوا ، فكثر النسل فيهم»<sup>(١)</sup> .

يعتبر البيض غذاءً كاملاً ، لكونه يحتوي على جميع العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم ، وهو غذاء الطبقات الغنية والفقيرة على السواء .

**تركيب البيض :**

بياض البيض يحتوي كل ١٠٠ غم منه على :

---

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٥ ص ٨٠ .

ماء ٨٧,٨ غرام.

كربوهيدرات ١ غم.

حامض نيكوتينيك ٠,٨ ميلليغرام.

حامض بانتوثينيك ٠,٣ ميلليغرام.

كالسيوم ٦ ميلليغرام.

فسفور ١٧ ميلليغرام.

بروتين ١٠,٨ غرام.

فيتامين ب ٢ ٠,٢٣ ميلليغرام.

بوتاسيوم ١٠٠ ميلليغرام.

حديد ٢,٠ ميلليغرام.

كبريت ٢٠٠ ميلليغرام.

صفار البيض: يحتوي كل ١٠٠ غرام منه على ما يلى:

ماء ٤٩,٥ غرام.

كربوهيدرات ٠,٧ غرام.

بروتين ١٦ غرام.

فيتامين ب ١ ٠,٣٢ ميلليغرام.

حامض نيكوتينيك ٠,٠٢ ميلليغرام.

حامض بانتوثينيك ٣ ميلليغرام.

كالسيوم ١٤٧ ميلليغرام.

نحاس ٠,٤ ميلليغرام.

كبريت ١٩٤ ميلليغرام.

حديد ٧,٢ ميلليغرام.

فسفور ٥٦٤ ميلليغرام.

بوتاسيوم ١٠٠ ميلليغرام.

فيتامين ب ٢٠,٥٢ ميلليغرام.

فيتامين (أ) ٣٢١٠ وحدة دولية.

فيتامين (د) ١٠٠٠ وحدة دولية.

البيض غذاء كامل نظراً لاحتوائه على البروتينات والدهون والفيتامينات والهرمونات والأملاح المعدنية وهيدرات الكربون. وهو معتدل الهضم إذا إعطي شيئاً أو مطبوخ أو مسلوق قليلاً، ويتناوله الناس بدون مواعظ طيبة مهمة. والبيض ذو فائدة للأطفال إذ يمنع عنهم الأصابة بالكساح وفقر الدم.

#### استعمالاته :

- ١ - للنقاوة بعد التعرض للأمراض.
- ٢ - للأفراد المصابين بفقر الدم.
- ٣ - للنساء الحوامل.
- ٤ - للأطفال الرضع بعد الشهر الثامن.
- ٥ - للمصابين بضعف الذاكرة.
- ٦ - يستعمل في حالات الانهيار العصبي.
- ٧ - يفيد في حالات ضعف القدرة الجنسية.
- ٨ - يعطى بانتظام للمرضى المصابين بأمراض مزمنة ، كالسل والسكر الشديد والضعف العام.
- ٩ - نظراً لاحتواء بياض البيض على مادة (ليزوتيسيم) المضادة للجراثيم فهو مفيد في أمراض العين والحلق والأنف والأذن.

الحمد

قال الإمام على عليه السلام:

«اللحم سيد الطعام في الدنيا والأخرة»<sup>(١)</sup>.

اللحم من الأغذية الأساسية التي لا يستغني عنها الإنسان في طعامه اليومي ، خصوصاً في أدوار النمو والفعالية والشباب وحين العمل ، لكونه يوفر للإنسان البروتينات الالزامية بالأخص للمرضى وفاقدي الشهية ، والذين يعانون من علل مزمنة ، كأمراض الكلري التي يطرح فيها البروتين عن طريق البول بصورة برمية .

اللحم كبروتين يحتوي على الحجيرات الأولية لبناء الخلايا والأنسجة (الأحماض الأمينية) التي تبني جسم الإنسان، وتساعد خلاياه على النمو وأداء فعاليتها اليومية بأحسن وجه.

## محتويات اللحم :

۱۸ - ۲۲٪ بروتین.

٪ ۲۰ دهیات.

.٪٢ حامض البول (بورك اسيد).

كذلك يحوي أملاح معدنية وكميات من فيتامين بيكومبلекс .

(١) بحار الأنوار: ج ٦٣ ص ٧٣.

## البطيخ

قال الإمام علي عليه السلام :

«البطيخ فيه عشر خصال: طعام، وشراب، وفاكهه، وريحان، وأدم، وحلوا، وأشنان، وخطمي<sup>(١)</sup>، ونقل، ودواء»<sup>(٢)</sup>.

البطيخ من الفواكه المحبوبة، ذات الرائحة الطيبة التي يرغبها ويتناولها الناس في الصيف، لطعمه وفوائده الكثيرة، منها: انه مرطب للبدن، وملين للأمعاء، ويساعد على إطفاء العطش في فصل الصيف، خصوصاً في المناطق الحارة. كما يساعد على إدرار البول، وتحفيظ آلام الروماتيزم التي يعاني منها المريض، كذلك تبين أن البطيخ له دور في الوقاية من الاصابة بمرض التيفوئيد الناتج عن تلوث الغذاء. البطيخ يتكون من:

٪٩٠ ماء.

٪٨ سكر.

وقليل من حامض النيكوتينيك، والفسفور، والكبريت، والبوتاسيوم، والكلور والصودا وفيتامين (A) و(C).

وحامض سترولين ومادة الليكوبين.

و٨ ميلليغرام كالسيوم.

و٢ ميلليغرام حديد.

أما بذوره فتحتوي على:  
٪٤٣ دهنيات.

(١) خطمي: معناها ورد الزينة.

(٢) بحار الأنوار: ج ٦٣ ص ١٩٤.

١٥,٧٪ سكريات.

٢٧٪ بروتين.

وفيتامين (ب ١) و(ب ٢).

### الكمثرى

قال الإمام علي عليه السلام :

«الكمثرى يجلو القلب ويسكن أوجاع الجوف»<sup>(١)</sup>.

قام علماء التغذية بتحليل ١٠٠ غرام من ثمار الكمثرى وكانت النتائج

كما يلي :

٦٣ سعرة حرارية.

٨٢,٧ غرام ماء.

٧٠ غرام بروتين.

٠,٤ غرام دهنيات.

٠,٤ غرام رماد.

١٦ غرام كاربوهيدرات.

١,٤ غرام الياف.

١٣ ميلليغرام كالسيوم.

١٦ ميلليغرام فسفور.

٣,٠ ميلليغرام حديد.

٠,٢ ميلليغرام صوديوم.

---

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨.

- ١٠٠ ميلليغرام بوتاسيوم .
- ١٠٢ ميلليغرام فيتامين (ب ١) .
- ٤٠ ميلليغرام فيتامين (ب ٢) .
- ١٠ ميلليغرام حامض نيكوتينيك .
- ٤ ميلليغرام فيتامين C .

الكمثرى فيها خواص كثيرة ، منها : تنظيف المعدة والأمعاء ، وسكرها كثير ومفيد ولا يضر المرضى المصابين بمرض السكر . أما لها فهو غني بالأملاح المعدنية وخاصة المنغيفي الذي يفيد في فعالية الخلايا العصبية .

#### فوائدها :

- ١ - مدررة للبول .
- ٢ - مدررة للصفراء .
- ٣ - ملينة للأمعاء .
- ٤ - مرمرة لخلايا الجسم
- ٥ - مفيدة للمعدة .
- ٦ - مهدئة للأعصاب .
- ٧ - مرطبة للمزاج .
- ٨ - تفيد الروماتيزم .
- ٩ - تفيد مرضي الصرع .
- ١٠ - تفيد في مرض فقر الدم .
- ١١ - تساعد على التخلص من الوهن الجسمي .

## التين

قال الإمام علي عليه السلام :

«أكل التين يلين السدد ، وهو نافع لرياح القولنج ، فأكثروا منه بالنهار ، وكلوه بالليل ولا تكثروا منه»<sup>(١)</sup>.

التين من الفواكه الصيفية المستحبة والتي تحوي كميات كبيرة من السكريات ، وقد وجد المحللون الغذائيون أن التين يتكون من : ٢٠ - ٣٠٪ سكريات .

.١٪ مواد آزوتية (التين الطري) .

.٥٪ مواد آزوتية (التين اليابس) .

.١٠ - ١٣٪ مواد دهنية (التين الطري) .

.٢٪ مواد دهنية (التين اليابس) .

أما المواد المعدنية المتراجدة فيه فتشمل الحديد والمنغنيز والكلاسيوم والبروم والعديد من الفيتامينات .

## الفوائد :

١ - التين من الأغذية السكرية التي تزود الجسم بالطاقة الازمة نظراً لاحتوائه على كميات كبيرة من المواد السكرية التي يحتاجها الجسم لفعاليته .

٢ - يحسن العملية الهضمية ، ويزيد إفرازات الأنزيمات المعاوية

---

(١) مستدرك الوسائل : ج ١٦ ص ٤٠٣ .

والمعدية .

- ٣ - ينشط العضلات ويزيد من فعاليتها .
- ٤ - ينقى الدم ويقوى الكبد .
- ٥ - يستعمل كفداه مليئاً للأمعاء خصوصاً للذين يعانون من الإمساك المزمن .
- ٦ - يفيد في التهابات الفم وقرحه .
- ٧ - يفيد في حالات الزكام والتهاب القصبات والسعال الديكي .
- ٨ - الحليب الأبيض الذي يفرز من عنق ثمرة التين الغير ناضجة يفيد في معالجة الثالول الجلدي .

### السفرجل

قال الإمام علي عليه السلام :

«أكل السفرجل قوة للقلب الضعيف ، ويطيب المعدة ، ويدركي الفؤاد ، ويشجع الجنان ، ويحسن الولد»<sup>(١)</sup>.

أثبتت التجارب المختبرية والتحاليل الكيميائية بأن السفرجل يتكون

من :

. ٧١٪ ماء .

. ٥٪ بروتين .

. ١٣٪ ألياف .

. ٧,٥٪ سكريات .

---

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨ .

. ٣٪ دهنيات.

. ١٥٪ رماد.

. ١٣ ميلليغرام بوتاسيوم.

. ١٩ ميلليغرام فسفور.

. ٥ ميلليغرام كبريت.

. ١٩ ميلليغرام صودا.

. ٢ ميلليغرام كلور.

. ١٤ ميلليغرام كالس.

وقدار وفير من الفيتامينات (أ، ب، ج، ب، ث) وكثيراً من الأملاح الكلسية والمواد الهضمية، وحامض التفاح.

#### فوائده :

بذور السفرجل تحضر منها عجائن توضع على الأورام لتسكينها وإذابتها، وكذلك تفيد في منع تساقط الشعر. وهي مدررة للبول، وتمتنع التقيء، ومعطرة للجسم، ومربيحة للمعدة، وتخفف العطش، وتستعمل لمعالجة شقوق الجلد والجروح المزمنة والبواسير والحرقوق.

أما ثمرة السفرجل فتفيد ما يلي :

١ - تفيد الحوامل من خلال منع تقلصات الرحم وبالتالي تمنع الإجهاض.

٢ - تزيل خشونة الصوت في النزلات الصدرية، وتساعد على طرح البلغم، وتسكن السعال والربو.

٣ - مقوي للمعدة والأمعاء.

- ٤ - منشط وفاتح للشهية .
- ٥ - منشط للكبد .
- ٦ - يساعد على شفاء المصابين باليرقان .
- ٧ - يخفف حرقة البول .
- ٨ - مقوى للقلب .
- ٩ - يقوى البصر
- ١٠ - يساعد على شفاء الإسهال المزمن .
- ١١ - لب السفرجل يشفي قروح الفم التي تصيب بعض الناس بعد التعرض للإصابة بالأمراض الحادة .
- ١٢ - يساعد على شفاء المرضى المصابين بمرض السل .
- ١٣ - يساعد على التئام جروح المعدة والأثنى عشر ويقلل النزف الحاصل من تلك الجروح .
- ١٤ - يفيد حالات التقني .
- ١٥ - يقلل سيلان اللعاب في الفم .
- ١٦ - يساعد على شفاء الإصابة بالركام الشديد .

### التناخ

قال الإمام علي عليه السلام :

«التناخ ن فهو المعدة»<sup>(١)</sup>.

التناخ من الأغذية المحبوبة الطيبة التي يتناولها الجميع في كافة أنحاء

---

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٦٨ .

العالم ، وهو أنواع وأشكال تبعاً لموطنه وزرعة . وقد وجد العلماء أن التفاح يحتوي على :

١٥٪ كاربوهيدرات (خلط من سكر القصب وسكر الفاكهة وسكر العنب) .

٣٪ بروتينات (الليسين والأرجينين) .

٤٪ دهنيات .

٥٪ بكتين .

٣٠٪ عناصر معدنية كالفسفور والكالسيوم وال الحديد واليود ، وكذلك توجد فيه الفيتامينات (هـ) و(أ) و(ب) و(ج) .

١٪ حامض المماليك .

وكيميات قليلة من حامض التنيك والستريك .

### فوائد التفاح :

١ - يفيد في حالات الإسهال عند الكبار والصغار .

٢ - يستعمل عصير التفاح كمضاد للسموم في حالات التسمم بالمواد الكيميائية .

٣ - يساعد في عملية الهضم داخل المعدة .

٤ - يفيد في حالات الإصابة بالبرد .

٥ - يفيد في تقوية مناعة الجسم ضد إصابات البرد والنزلات الشعيبة .

٦ - يساعد على تقوية الأسنان ويشد اللثة ويقلل من تسوس الأسنان .

٧ - يساعد في بناء وتقوية العظام والأسنان لاحتوائه على الكالسيوم .

٨ - ينشط الأمعاء ويكافح الامساك المزمن .

- ٩ - يساعد في طرد حصيات الجهاز البولي .
- ١٠ - يخفف آلام الحمى والعطش .
- ١١ - ينشط الكبد .
- ١٢ - يهدئ السعال ويخرج البلغم .
- ١٣ - يخلص الجسم من الأحماض والدهون .
- ١٤ - يسهل إفراز غدد اللعاب والأمعاء والكبد .
- ١٥ - ينشط القلب .
- ١٦ - يهدئ الأعصاب .
- ١٧ - يزيل الوهن القلبي .
- ١٨ - يصون الأوعية الدموية .
- ١٩ - يزود الجسم بالطاقة أثناء العمل وينفع كبار السن .
- ٢٠ - يفيد في خفض ضغط الدم .
- ٢١ - يقلل نسبة الكوليستيرول في الدم .
- ٢٢ - مهدئ للأعصاب ، لذلك يساعد على النوم .
- ٢٣ - يحافظ على بشرة الجلد .

### التمر

قال الإمام علي عليه السلام :

«ما تأكل الحامل من شيء ولا تتداوي به أفضل من الرطب»<sup>(١)</sup>.  
 «خالفوا أصحاب المسكر وكلوا التمر ، فإن فيه شفاءً من الأدواء»<sup>(٢)</sup>.

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٢٨ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦٣ ص ١٣٣ .

«كلوا التمر فإن فيه شفاء من الأدواء»<sup>(١)</sup>.

الرسول الأكرم والأئمة الأطهار طبّلُهمُ القرآن والطب القديم والحديث يتحدثون ويؤكدون بأن التمر غذاء متكامل يمكن أن يعيش عليه الناس خصوصاً الطبقات الفقيرة الذين لا يجدون سبيلاً لأنواع الأطعمة المكلفة بالنسبة إليهم.

التحاليل الكيميائية أظهرت بأن التمر يحتوي على:

٧٠٪ كاربوهيدرات.

٢,٥٪ دهنيات.

٣٪ ماء.

١,٣٪ أملاح معدنية.

١٠٪ ألياف سيليلوزية.

وكميات من الكورامين، وفيتامينات مختلفة، وبروتين، وسكر، وزيت، وكلس، وحديد، وفسفور، وكبريت، وبوتاسيوم، ومغنيزيوم، ونحاس، و كالسيوم ، وكلورين ، ومنغنيز .

من كل ما تقدم يتضح أن التمر ذو قيمة غذائية عالية، لذلك فهو نافع ومفيد في بناء وفعالية الخلايا والأنسجة، وله استطبابات عديدة، منها: فائدته الكبيرة للمرضى المصابين بفقر الدم وضعف البنية، وللنساء الحوامل، والأطفال الرضع، والأطفال المصابين بالكساح. أما بالنسبة للعين فالتمر يساعد على رطوبتها ويقلل من غشاوتها، كما يقوى أعصاب العين، والأذن، والأعصاب بصورة عامة. التمر مهدئ للأعصاب، ويخفف من

(١) المصدر السابق: ج ٦٣ ص ١٤١

القلق العصبي ، ويعطي الهدوء والسكينة إلى النفس ، إضافة إلى إنه منشط للغدة الدرقية .

التمر من الأغذية التي ترطب الأمعاء ، وتزيد من حركتها وتقوى جدارها ، وهو سهل الهضم ويساعد العضلات على أداء فعالتها ، وقد لوحظ أن الخلايا العصبية تقوم بتمثيل المواد الموجودة بالتمر بيسر وسهولة وقابلية عالية . كما وجد أن التمر عامل مساعد قوي في تحريك الشهوة الجنسية عند كلا الجنسين . إن تناول التمر بكميات مناسبة عامل مدر للكلئ ومساعد في عمليات الأكسدة التي تحدث في الكبد .

إن الأملاح المعدنية الموجودة في التمر تساعد على تعديل حموضة الدم التي قد يتبع عنها حصيات كلوية أو داء القرس . كما لوحظ أن التمر يفيد في التهاب البواسير وارتفاع ضغط الدم .

الدراسات الأخيرة أكدت أن الرطب يحتوي على مادة مقبضة تقلص الرحم تشبه الأوكسيتوسين الذي يساعد على تقلص الرحم خصوصاً بعد الولادة مما يؤدي إلى تقليل النزف الحاصل .

أما الفسفور الموجود في التمر فهو عامل منشط للخلايا الدماغية . ولا ننسى أن سكريات التمر (الجلوكوز ، واليكولوز والسكروز تمتلك وتمثل بسهولة داخل الجسم وبذلك تستفيد منها الخلايا بصورة سريعة ، وبهذا يحصل الجسم على طاقة حرارية عالية وسريعة .

## اللبن

قال الإمام علي عليه السلام :  
«أليان البقر دواء»<sup>(١)</sup>.

وقال : «اللبن أحد اللحمين»<sup>(٢)</sup>.

اللبن من الأغذية المحببة للجميع صغاراً وكباراً، رجالاً ونساءً، صيفاً وشتاءً. التركيب الكيميائي للبن حسبما أثبته العلماء كما يلي :

.٪٨٧,٥ ماء .

٪٤,٧ كاريوهيدرات (سكر اللاكتوز ، الگلوكوز ، والگالاكتوز) .

٪٣,٥ مواد آزوتية ، تشمل بروتين الكازائين والألبومين والكلوبولين ، ومواد غير بروتينية كالبيوريا وحامض البيوريك وبعض الأحماض الأمينية .

.٪٣,٧ دهنيات .

وكمية من الفيتامينات مثل فيتامين (أ ، د ، هـ ، ك ، ب) .

٪٥٠,٧ أملاح معدنية تتركب من ٪٥٠ كالسيوم وفسفور و٪٥٠ عناصر معدنية ، أهمها : الصوديوم والكلور والحديد والنحاس .

يحتوي اللبن على عدة أنزيمات ، مثل : إنزيم الأوكسیديز ، والبروتينز واللبيز واللاكتيز والقوسفاتين .

## اللن كغذاء :

اللبن غذاً متكملاً بل ويعتبر من أفضل المواد الغذائية ، لاحتوائه على

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٥ ص ١١٣ .

(٢) غرر الحكم : ج ١ ص ٦٢ .

جميع العناصر الالزمة للتغذية ، فهو يحتوي على البروتينات ، والدهنيات ، والكاربوهيدرات ، والأملاح ، والفيتامينات ، وكلها توجد بنسب متوافقة وملائمة لحاجات الإنسان ، إضافة إلى سهولة الهضم والتمثيل .

**الماء البروتينية تمد الإنسان بالأحماض الأمينية التي تشكل الحجيرات الأولية لصنع الأنسجة العضلية وبناء خلايا الجسم .**

أما المواد الدهنية فهي موجودة بصورة ذاتية ، وسهلة الامتصاص والهضم والتمثيل وبالقدر اللازم الذي يحتاجه الإنسان في فعاليته اليومية . السكريات الموجودة في اللبن لا ضرر منها للمرتضى المصابين بمرض السكر ، لأن كمية الكلوكوز الموجودة فيه ضئيلة جداً .

كذلك فإن الفيتامينات الموجودة باللبن لها أهمية خاصة ، ففيتامين (A) هو العامل المساعد في تكوين مستقبلات الضوء في شبكة العين ، وهو المسؤول عن نمو وسلامة الجلد والأغشية المخاطية التي تبطن فتحات الجسم وتجاويفه . إضافة إلى فيتامين (D) والكالسيوم اللذين يشكلان العنصر الأساسي في نمو وتكون وقوف العظام خصوصاً عند الأطفال ؛ ونقصهما يؤديان إلى الإصابة بمرض الكساح عند الصغار .

### **فوائد اللبن :**

١ - يفيد في معالجة الاضطرابات الهضمية .

٢ - يفيد في ضعف الأعصاب .

٣ - يفيد في حالات الأرق .

٤ - يفيد في عسر الهضم .

٥ - يفيد في حالات الاسهال .

- ٦ - يفيد المصابين بالحساسية من الحليب.
- ٧ - يفيد في تقوية العظام والأسنان.
- ٨ - يفيد في القضاء على микروبات الموجودة في الأمعاء الغليظة.

### العنب

قال الإمام علي عليه السلام :

«العنب أدم ، وفاكهه ، وطعم ، وحلواء»<sup>(١)</sup>.

التحليلات المختبرية للعنب أثبتت أنه يحتوي على :

٪٨ كلوكوز .

٪٠٠,٨ بروتين .

٪٠٠,٥ دهنيات .

٤,٣٪ ألياف تساعد على مكافحة الإمساك . وقد لوحظ أن تلك

الألياف تساعد على عدم إصابة الأمعاء بالسرطان .

كذلك يحتوي العنب على أملاح البوتاسيوم والكلاسيوم ، والفسفور ،

والحديد ، وأنواع مختلفة من الفيتامينات .

إن تناول ١٠٠ غم من العنب يعطي البدن طاقة حرارية تعادل ٦٨

سرعة حرارية نتيجة احتراق وتمثيل المواد السكرية الموجودة في العنب .

يستخدم العنب طبياً في الحالات التالية :

١ - يستخدم كملين في حالات الإمساك .

---

(١) الكافي : ج ٦ ص ٣٥١

- ٢ - يستخدم كعامل مساعد في علاج مرض التقرس الذي ينشأ من زيادة حامض البوليك في البدن.
- ٣ - يستعمل كمادة مدرّزة في حالات توقف البول.
- ٤ - يساعد الكبد على أداء فعالته نظراً لاحتوائه على كميات كبيرة من المواد السكرية.
- ٥ - تناول العنب يساعد على تلطيف السعال المزمن ويطرد البلغم المتكون في القصبات.
- ٦ - أكد الباحثون وجود علاقة بين عدم تناول العنب بكميات كبيرة وبين الإصابة بسرطان الأمعاء، وقد استخدم كعامل مساعد للمصابين بمرض السرطان القابل للشفاء.
- ٧ - يساعد المرضى المصابين بال بواسير من خلال تليين الفضلات المعوية.
- ٨ - في حالات التسمم ينصح بشرب كميات كبيرة من عصير العنب.
- ٩ - عصير العنب يفيد في ترطيب جلد الوجه في حالات يبوسة الجلد.
- ١٠ - يستخدم عصير العنب عند الكثير من الذين يعانون من الإدمان على المخدرات والخمور والتدخين والشاي والقهوة، لكونه يصفي وينقي الجسم من المخلفات الضارة، ويعرضه عن نقص التغذية العاصل بسبب فقدان الشهية وتناول المسكرات.
- ١١ - يعتبر العنب منشطاً جنسياً نظراً للطاقة الكبيرة التي يزود بها الجسم.
- ١٢ - يفيد العنب في حالات ضعف الرؤية الناتجة من قلة

الفيتامينات.

١٣ - يساعد عصير العنب الذي يتناول بصورة يومية والمعدة فارغة على التئام قرحة المعدة.

### زيت الزيتون

قال الإمام علي عليه السلام :

«إدهنوا بالزيت واتندموا به ، فإنه دهنة الأخبار ، وأدام المصطفين ، مسحت بالقدس مررتين ، بوركت مقبلة وبوركت مدبرة ، لا يضر معها داء»<sup>(١)</sup>.

أكَّد العلماء والباحثون في حقول التغذية والكيمياء بأَنَّ الزيت المستخرج من الزيتون هو من أَفضل وأَحسن أنواع الزيوت السريعة الهضم ، الغنية بالفيتامينات ، والأملاح المعدنية ، والأحماض الدهنية الغير مشبعة ، التي تحافظ على سلامة الإنسان.

### المحتويات الكيماوية :

١٤٪ حامض بالمتيك.

٢,٥٪ حامض ستريلك.

١٨٪ حامض أوليك.

١٣٪ حامض ليتولينك.

٤٪ حامض أرشيرك.

---

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٨٢

إن حامض لينولنيك وحامض أرشيريك يسهلان عملية التمثيل الغذائي بالجسم ، علاوة على أن حامض أرشيريك يدخل في تركيب مادة البروستاكلاندين التي تلعب دوراً هاماً في تنظيم ضربات القلب والسيطرة على ضغط الدم وسلامة عمل الجهاز العصبي المركزي . إن حدوث نقص في تلك الأحماض الدهنية يؤدي إلى ضعف المناعة الداخلية للجسم ، علماً بأن زيت الزيتون قادر على إنتاج طاقة حرارية ملائمة للجسم .

الدراسات الطبية أكدت أن زيت الزيتون يساعد على تأخير ظهور أعراض الشيخوخة ، ويساعد الجهاز الهضمي على أداء عمله ، كما أنه فعال في تخفيف أعراض التسمم .

#### **فوائد زيت الزيتون :**

- ١ - مفيد لأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم .
- ٢ - يساعد على تقليل نسبة الكوليستيرول في الدم .
- ٣ - يزدوج إلى تقليل نسبة الإصابة بسرطان الثدي عند النساء .
- ٤ - مفيد لتنشيط فعالية الكبد .
- ٥ - يساعد على تفتيت حصيات المرارة .
- ٦ - نظراً لاحتوائه على فيتامين (D) فهو مفيد في وقاية الأطفال من مرض الكساح .
- ٧ - عامل مساعد في زيادة القدرة على التفكير .
- ٨ - بالنظر لكون زيت الزيتون يحتوي على كميات في فيتافين (E) فهو مفيد في زيادة القوة الجنسية والنسل .
- ٩ - يساعد على توقف سقوط شعر الرأس .

- ١٠ - يستعمل لمعالجة حالات الإمساك المزمنة .
- ١١ - يستعمل لمعالجة حالات التسمم بالفسفور والرصاص ، كعامل مساعد مع المضادات الكيميائية الخاصة .
- ١٢ - عامل مساعد لمكافحة الأمراض الجلدية كالأنكراخ وداء الصدف .

### الملح

قال الإمام علي عليه السلام :

«إبدأوا بالملح في أول طعامكم ، فلو يعلم الناس ما في الملح لأنختاره على الترياق المجرب»<sup>(١)</sup> .  
وقال : «من بدأ بالملح اذهب الله عنه سبعين داء ما يعلم العباد ما هو»<sup>(٢)</sup> .

وقال الإمام الصادق عليه السلام : «إنما نبدأ بالملح ونختتم بالخل»<sup>(٣)</sup> .  
الملح هو أساس الحياة للإنسان ، إذ لا يمكن الاستغناء عنه ، لكونه أغلب التفاعلات الكيميائية والشحنات الكهربائية في الخلايا والأنسجة لا تتم إلا بوجود الأملاح المتعددة التي تلعب دوراً رئيسياً في كافة الفعاليات التي يقوم بها الجسم ، وبدونه تصبح الحياة مستحيلة بل وأن نقصانه يؤدي إلى مضاعفات وأمراض متعددة قد تجر إلى موت الإنسان .

إن أغلب الأغذية التي تناولها تحتوي على نسب مختلفة من الملح ، والإنسان العادي يستطيع تأمين الملح الذي يحتاجه البدن من خلال تناول

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٩٦ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٣٩٧ .

(٣) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ٢٩٩ .

الأغذية والملح الطبيعي، علماً بأنَّ تلك الكميات تكفي فيزيولوجياً لعملية تبادل السوائل داخل وخارج الخلايا، والمحافظة على سيولة وكثافة الدم وقوية العضلات، لذلك يحتاج العمال الذين يعملون في المناطق الحارة حيث التعرق الشديد إلى كميات أكبر من الأملاح خصوصاً ملح الطعام.

## السمك

قال الإمام علي عليه السلام :

«لا تدمروا أكل السمك فإنه يذيب الجسد»<sup>(١)</sup>.

السمك غذاء طيب يحتوي على كمية كبيرة من البروتين السهل الهضم بما فيها الأحماض الأمينية المهمة كالألarginine ، والتربروفان ، والفالين ، والكلوتامين ، وغيرها .

وكذلك يحتوي على مقدار لا بأس به من المواد الدهنية التي تعتبر من مصادر الطاقة للجسم . وهو مصدر غني من مصادر الفسفور الذي يلعب دوراً هاماً في فعالية الأنسجة عند الإنسان ، ويساعد العظام على النمو والصلابة كما ويتحقق التوازن الحامضي في الدم واللمف والبول .

ومن المواد المهمة التي يحتويها السمك الكالسيوم الذي يشترك مع الفسفور في بناء الهيكل العظمي للإنسان ، والسمك معروف باحتوائه على مادة اليودضرورية لعمل الغدة الدرقية .

أما الفيتامينات الرئيسية الموجودة في السمك فهي فيتامين (A) و(D).

---

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٥ ص ٧٧

### فوائد زيت السمك :

- ١ - يعمل على تقليل نسبة الدهون في الدم وخاصة الكوليستيرول .
- ٢ - يعمل على منع تخثر الدم .
- ٣ - يعمل على خفض ضغط الدم .
- ٤ - يساعد على منع وشفاء بعض الأمراض الجلدية .
- ٥ - يساعد على منع وشفاء التهابات المفاصل .

### الرمان

قال الإمام علي عليه السلام :

«كلوا الرمان بشحمة ، فإنه دباغ للمعدة»<sup>(١)</sup> .

و«أطعموا صبيانكم الرمان فإنه أسرع لأستتهم»<sup>(٢)</sup> .

الرمان من الفواكه الطيبة المذاق التي يطلبها الصغير والكبير وله فوائد عديدة في معالجة حالات مرضية كثيرة منها :

- ١ - مقوي للقلب .
- ٢ - قابض في حالات الاسهال .
- ٣ - طارد للديدان .
- ٤ - مفيد في حالات الزحار المزمن .
- ٥ - يفيد في حالات الوهن العصبي .
- ٦ - ينظف المجاري التنفسية .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٤ .

(٢) المصدر السابق : ج ٦٣ ص ١٥٥ .

٧ - ينقي الدم من الشوائب .

٨ - يساعد في التخلص من عسر الهضم .

٩ - يساعد في هضم المواد الدهنية .

١٠ - يفيد في شدّ وتنقية اللثة .

وقد وجد العلماء أنَّ الرمان يتكون من :

١٠٪ مواد سكرية .

١٪ حامض الليمون .

. ٨٤٪ ماء .

. ٣٪ رماد .

. ٣٪ مواد بروتينية .

. ٣٪ ألياف .

ويحتوي على مواد عفصية وأملاح معدنية قليلة كالحديد ، والفسفور ، والكبريت ، والكلس ، والبوتاسيوم ، والمنغنيز ، وبعض الفيتامينات .

## الزبيب

قال الإمام علي عليه السلام :

«إحدى وعشرون زبيبة حمراء في كل يوم على الريق تدفع جميع الأمراض إلا مرض الموت»<sup>(١)</sup> .  
و«الزبيب يشد القلب ، ويذهب المرض ، ويطفئ الحرارة ، ويطيب النفس»<sup>(٢)</sup> .

(١) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٢ .

(٢) بحار الأنوار : ج ٦٣ ص ١٥٢ .

إن التحليل الكيميائي للزبيب أثبت وجود ما يلي :

- ٢٤ غرام ماء.
- ٢,٢ غرام بروتين.
- ٠,٥ غرام دهنيات.
- ٧١,٢ غرام كاربوهيدرات.
- ١٥ ميلليغرام فيتامين ب ١.
- ٠,٠٨ ميلليغرام فيتامين ب ٢.
- ٧٨ ميلليغرام كالسيوم.
- ١٣٩ ميلليغرام فسفور.
- ٣,٣ ميلليغرام حديد.

### فوائد الزبيب :

- ١ - يفيد في النزلات الصدرية.
- ٢ - يفيد في اضطراب المعدة والأمعاء.
- ٣ - يفيد في اضطرابات الجهاز البولي.
- ٤ - يفيد في فعالities الجسم المختلفة خصوصاً العضلات.
- ٥ - يفيد في سرعة إزالة الكدمات الجسمية عن البدن.

### العسل

قال الإمام علي عليه السلام :

«العسل فيه شفاء»<sup>(١)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة ج ٢٥ ص ٩٩

و «لم يستشف مريض بمثل شربة عسل»<sup>(١)</sup>.

وقال الرسول ﷺ :

«من أراد الحفظ فليأكل العسل»<sup>(٢)</sup>.

و «العسل شفاء يطرد الريح والحمى»<sup>(٣)</sup>.

القرآن الكريم صرخ بأن العسل فيه شفاء للناس «يخرج من بطونها شراث مختلف ألوانه فيه شفاء للناس إن في ذلك لآية لغور ينكرون»<sup>(٤)</sup> وقد أثبت العلم الحديث أن العسل يدخل في تركيبه ما يقارب سبعين مادة مختلفة لها خواص كثيرة، وهو من الأغذية التي تدخل في فعالية الأنسجة والأعضاء، وهو ذو طاقة حرارية عالية لما يحتويه من نسبة كبيرة من السكريات.

### تركيب العسل :

العسل ذو تركيب معقد ويتألف من السكريات على الغالب وقد اكتشف منها ما يقارب خمسة عشر نوعاً أهمها:

١ - سكر الفواكه بنسبة٪٤.

٢ - سكر العنب بنسبة٪٣٠.

٣ - سكر القصب بنسبة٪٤.

٤ - سكر الشعير والدكسترين والأرلوز.

(١) برسائل الشيعة: ج ٢٥ ص ١٠٠ .

(٢) بحار الأنوار: ج ٦٣ ص ٣٩٠ .

(٣) المصدر السابق: ج ٦٣ ص ٣٩٦ .

(٤) سورة النحل، الآية: ٦٩.

يحتوي العسل على أحماض عضوية عديدة منها:

- حامض النمل.
- حامض الليمون.
- حامض التفاح.
- حامض الطرطير.
- حامض الحماض.
- حامض العنبر.
- حامض اللبن.
- حامض گلوكوتينك.
- حامض گلوتامينيك.

كذلك يحوي العسل العديد من الخمائر التي تلعب دوراً كبيراً في فعالية الجسم وتمثل الغذاء أهمها:

- ١ - خميرة القلايين.
- ٢ - خميرة الشعير.
- ٣ - خميرة الكاتاليز.
- ٤ - خميرة الفوسفاتيز.
- ٥ - خميرة البيروكسيديز.
- ٦ - خميرة اللايبير.

ويحوي العسل على العديد من الفيتامينات أهمها:

- فيتامين ب ٢ بنسبة ١,٥ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.
- فيتامين ب ١ بنسبة ٠,١ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.
- فيتامين ب ٣ بنسبة ٢ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.

فيتامين ب٥ بنسبة ١ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.

فيتامين ب٦ بنسبة ٥ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.

فيتامين C بنسبة ٣٠ - ٥٤ ميلليغرام في الكيلو غرام من العسل.

وتوجد كميات قليلة من الكاروتين والبيوتين وفيتامين K وE.

للحظ أن الفيتامينات الموجودة في العسل تبقى محفوظة بفعاليتها

وكميتها رغم مرور فترة من الزمن ، على العكس من الفيتامينات الموجودة

في الفواكه والخضروات والتي تفقد جزء منها في حالة خزنها ويقانها مدة

طويلة .

العسل يحتوي على أملاح معدنية عديدة أهمها:

١ - الكالسيوم .

٢ - الصوديوم .

٣ - البوتاسيوم .

٤ - المغنيز .

٥ - الحديد .

٦ - الكلور .

٧ - الفسفور .

٨ - الكبريت .

٩ - اليود .

١٠ - الراديوم .

إن وجود الأملاح المعدنية والخمائر والفيتامينات والهرمونات في

العسل ، لها تأثير كبير على الخلايا العصبية في المخ وكافة أنحاء الجسم

خصوصاً عنصر المغنيز الذي يقوى الخلايا العصبية وينشطها ، وقد أشار

القرآن الكريم إلى هذه الخاصية المهمة حين قال تعالى: «إِنَّ فِي ذَلِكَ  
لَا يَأْتُهُ لِقَوْمٍ يَنْفَكِرُونَ»<sup>(١)</sup>. لهذا لوحظ أن تتعذر تلك المواد العضوية بؤدي  
إلى ضعف فعالية خلايا الدماغ، وحصول فتور وضعف عام في نشاط  
وحيوية الإنسان، وحصول خلل في عملية تبادل الغازات داخل وخارج  
خلايا الجسم، كما لوحظ تأثيرها المباشر على إنتاج مكونات الدم داخل  
نظام البدن.

### إِسْطِبَابَاتُ الْمُسْلِ :

- ١ - يستعمل كمضاد للعفونة ومبطِّن ومهدِّد للجراثيم.
- ٢ - غذاء شبه متكامل لجسم الإنسان ولذلك يعتبر من العناصر  
الغذائية الضرورية لإدامة فعالية وحيوية البدن.
- ٣ - يمكن استعمال العسل الجبلي بالخصوص للمرضى المصايبين  
بمرض السكر.
- ٤ - السكريات الموجودة في العسل لا تؤثر على الأسنان بل العكس  
تنوي الأسنان وتزخر التixer وتطهر جوف الفم.
- ٥ - بالنظر للعناصر المضادة للجراثيم الموجودة في العسل فإنه  
يساعد صغار الأطفال على مقاومة الأمراض وتجنب الإصابة بالأمراض  
الجرثومية والعدنات المعوية.
- ٦ - العسل يفيد كبار السن نظراً لوجود السكريات والمعادن  
والأنزيمات والخumar التي تجلد فعالية الأنسجة والأعضاء وتزود كبار السن

---

(١) سورة النحل، الآية: ٦٩.

### بالطاقة الازمة والمعادلة.

- ٧ - يفيد في معالجة العديد من الأمراض الجلدية إذا استعمل كمرهم جلدي.
- ٨ - أثبت العديد من أطباء العيون بأن العمل فوائد كبيرة في معالجة بعض أمراض العين.
- ٩ - أكد كبار الأطباء بأن العمل مفيد في أمراض الجهاز الهضمي كالإمساك وعسر الهضم وزيادة ترشحات حموسة المعدة.
- ١٠ - العمل عامل مساعد في خفض حرارة المرضى المصابة بالنزلات الشعية والتهاب اللوزتين والبلعوم لوجود الأحماض العضوية فيه.
- ١١ - العمل دواء نافع وناجع في معالجة أمراض الأنف والأذن والحنجرة خصوصاً إذا استعمل على صورة مستنقعات، إذ تبين أنه ذو مفعول جيد في وقف نمو الجراثيم وتكلرها.
- ١٢ - العمل بما يحرره من مركبات مفيدة ومؤثرة في أمراض الجهاز التنفسى، فإن الأشريه المحضرة منه تتصدى الإفرازات التنفسية وتهدمى من أثر السعال الحاد. إن مزج العمل مع الجوز يفيد في علاج ظاهرة السعال المزمن، ولا يزال العمل يعتبر من العوامل المساعدة في الشفاء من السل.
- ١٣ - الدراسات الحديثة أكدت على أهمية العمل كفداء مفيد في معالجة قفر الدم الذي يصيب مختلف الأعمار، وقد دلت الأبحاث بوضوح على أن العمل يزيد كريات الدم الحمراء وخصاب الدم.
- ١٤ - أثبت العمل على أنه غذاء وعلاج فعال لقوى عضلة القلب الضئيفة أو المصابة بتليفات عضلية بعد الإصابة بالجلطة القلبية، لكونه يساعد على توسيع الأوعية والشرايين التاجية وبذلك يتحسن عمل القلب.

وضربياته .

١٥ - علماء الجملة العصبية أكدوا من خلال إعطاء العسل للمرضى المصابين ب مختلف الأمراض العصبية بأنه مؤثر على صحة المرضى الذين يعانون من تلك الأمراض ، وكانت النتائج حسنة في كثير من الحالات التي وصف فيها العسل مع بقية العلاجات الأخرى .

١٦ - العسل كمادة غذائية تكاد تكون خالية من البروتينات والأملاح لذلك فهو مفيد في معالجة المرضى المصابين بأمراض الكلي . وقد دلت التجارب على كونه مفيد إذا أعطي مع سائر الأدوية التي تعالج أمراض الكلي .

١٧ - فوائد العسل في معالجة الأمراض النسائية :  
يُستعمل العسل كعلاج مهدئ لتخفيض الألام الحاصلة أثناء عملية الولادة ، كما استفيد منه في معالجة الجروح الناتجة من العمليات النسائية المختلفة . كذلك أثبت العسل فعاليته في معالجة الإصابات بالدوبيات الشعرية والتهابات الإحليل والمثانة .

وردت روايات كثيرة من الإمام علي عليه السلام عن فوائد ومزايا بعض الأغذية والأعشاب نوردها هنا يا ياجاز<sup>(١)</sup>:

- ١ - الجوز: أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر في الجوف ، ويهيج القروح على الجسد ، وأكله في الشتاء يسخن الكليتين ، ويدفع البرد .
- ٢ - الأترج : كلوا الأترج قبل الطعام وبعده فإنَّ آل محمد عليهما السلام يفعلون ذلك .
- ٣ - القرع : كلوا الدباء فإنه يزيد في الدماغ ونحن أهل البيت نحبه .
- ٤ - الهندباء : كلوا الهندباء فما من صباح إلا وعليها قطرة من قطرة الجنة فإذا أكلتموها فلا تنفسوها .
- ٥ - الفجل : الفجل أصله يقطع البلغم ، ويهضم الطعام ، وورقه يدرر البول .
- ٦ - الكمة : الكمة من المن ، ومازها شفاء العين .
- ٧ - الخس : قال : قال رسول الله عليهما السلام : كلوا الخس فإنه يورث الناس ، ويهضم الطعام .
- ٨ - الثوم : لا يصلح أكل الثوم إلا مطبوخاً .
- ٩ - العدس : أكل العدس يرق القلب ويسرع الدمعة .
- ١٠ - العناب : العناب يذهب بالحمى .
- ١١ - اللبان : مضغ اللبان يشد الأضراس ، ويقلل البلغم ، ويذهب بريح الفم .

---

(١) يتصرف من كتاب طب الإمام علي عليه السلام للأستاذ محسن عقيل : ص ٤٤١ .

١٢ - **البنسج**: اكسروا حرّ الحمن بالبنسج والماء البارد فيان حرها

من فتح جهنم.

١٣ - **الحرمل**: في أصل الحرمل نترة، وفي فرعها شفاء إثنين

وبسبعين داء.

١٤ - **الحناء**: العثاء بعد النزرة أعنان من الجذام والبرص.

١٥ - **السعن**: قال سعن البقر حواء.

١٦ - **الخل**: نعم الأدام الخل يكسر العرقة، ويعي القلب.

١٧ - **الثربد**: الثربد طعام العرب.

١٨ - **العلاء**: قال: العلاء سيد الشراب في الدنيا والآخرة.

وقال: صبوا على المحموم العلاء البارد فيانه يطفئ حرها.

وقال: يشربوا عاء السعاء فإنه يظهر البدن، ويندفع الأسقام، قال الله

تبارك وتعالى ﴿وَسِرْكَلْ عَلَيْكُم مِّنَ السَّعَاءِ عَاءُ الْيَظْهَرِ كُمْ بِهِ وَنَذْهَبُ عَنْكُمْ

رِحْزُ الشَّيْطَانِ وَلِرِحْزِهِ عَلَى خَلْوِيْكُمْ وَيَشْتَيْتُ بِهِ الْأَقْدَام﴾.

## الحمد

قال الإمام علي عليه السلام :

فالحمد رائد الموت ، وهي سجن الله في الأرض ، وهي  
تحت الشفاعة كما يتحاصل المؤمن من شمام التعبير<sup>(١)</sup> .  
«جعل الله ما كان من شكوكك حطاً لسيئاتك ، فإن المرض  
لا أجر فيه ولكنه يحطُّ السينات ويحيطها حتى الأوراق»<sup>(٢)</sup> .

---

(١) الخصال للشيخ الصدوق : ص ٦٢٠ .

(٢) شرح نهج البلاغة : ج ١٨ ص ١٦٨ .



قال الله تعالى من كتابه الكريم :

**«وَخَلَقَ الْإِنْسَانَ ضَعِيفًا»** <sup>(١)</sup>.

وقال الرسول الأكرم ﷺ :

«المرض سوط الله في أرضه يؤذب به عباده» <sup>(٢)</sup>.

وقال الإمام علي عليه السلام :

«الحمى رائد الموت» <sup>(٣)</sup>.

بعد أن إزدادت مسببات المرض كثرة الأمراض وأصبح الإنسان معرض للإصابة بالأمراض المختلفة . الأمراض أنواع ، منها : البسيط الخفيف القصير المدة ، ومنها : الصعب الشديد الطويل المدة . لكن النقطة المشتركة التي تلتقي فيها جميع الأمراض هي حالة الضعف التي تنتاب المريض وارتفاع حرارته ، هذا الارتفاع إما أن يكون بسيطاً يعالج ويختفي بالحمية والسوائل والأدوية الخافضة للحرارة ، أو كبيراً له مضاعفات وأضرار كثيرة وكبيرة لا تختفي بيسير وسهولة بالرغم من استعمال الكمادات المائية والسوائل والحقن الخافضة للحرارة والأدوية الطبية المختلفة ، وعندما تصبح حالة المريض معقدة وخطيرة تتطلب تدخل أهل الخبرة والتجربة ، وإذا لم يتم التشخص تدهور حالة المريض وتستمر حرارته بالارتفاع لدرجة قد تؤدي به إلى الموت . الإنسان معروف بحبه للدنيا وللملائكة والرئاسة إلا ما رحم الله ، وعليه فإن المرض وما يصاحبه من حمى وألم هو وسيلة لجعل

(١) سورة النساء ، الآية : ٢٨ .

(٢) الجامع الصغير للسيوطى : ج ٢ ص ٦٦٦ .

(٣) الخصال للشيخ الصدوق : ص ٦٢٠ .

الإنسان ريق القلب ، متواضع ، متعلق بحبل الإيمان مطيناً لأوامر الرحمن ، وخلاف ذلك يصاب الإنسان بالكثير والغثرة الذي يقوده بالتدرج إلى التجبر والطغيان (لولا الموت والمرض لنفع بن آدم برأسه الجبال) .

الحمد من الناحية الطبية تعتبر وسيلة من وسائل الدفاع الذاتية التي يديها الجسم تجاه الأمراض ، فإذا تمكن الجسم بوسائله الداعية الأولية التي من ضمنها الحمى من دفع المرض والسيطرة عليه ، إنخفضت الحرارة وعادت الأمور إلى حالتها الطبيعية . أما إذا كان المسبب المرضي قوياً وفعلاً وذا سمية شديدة ، إذدادت الأعراض وارتفعت درجة الحرارة ارتفاعاً كبيراً لتدل على شدة الإصابة وقوّة المرض ، وكون الأمور تتطلب تدخل الأطباء واعطاء العلاج اللازم .

من هنا نفهم أن الحمى هي دليل ومنبه وعلامة ورائد تحذيري على شدة وخطورة المرض التي تتطلب التدخل الطبي السريع واعطاء العلاج الملائم ؛ ناهيك عن أن الحمى إذا ترافقت مع ضعف بدني عام وهبوط في المناعة مع بيئة غير ملائمة مضافاً إليها عدم وجود وسائل صحية وبيئية ، أصبحت الحالة خطيرة قد تقود المريض نحو الموت المحتم . لذلك تعتبر الحمى إنذاراً عملياً وعلنياً على كون الحالة تتطلب التدخل العاجل وعدم الانتظار لنزلول لوحدها ، علمًا بأن الحمى ظاهرة بائولوجية يعرفها الجاهل والعالم ، الأعمى والبصير ، الصغير والكبير .

روحياً الحمى تنبه الإنسان وتذكره بضعفه الجسمي واحتمال الموت الذي يتنتظره ، فهي إذن علامة طيبة وإنذار مؤذب لكل عاقل يضع الموت واليوم الآخر نصب عينيه ، وهذا يتطلب منه العمل بكتاب الله وسنة نبيه التي تضمن له الخير والسعادة . الإنسان العاقل من فكر بعقله وأخذ العبرة عند

الاصابة بالحمدى ولو لوقت محلود ، حيث الآلام وفقدان النوم والهدىان ، فكيف به حين خروج الروح والحضر والنشر يوم لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلب سليم . وعليه فإن للحمدى فوائد كثيرة ، كتهذيب النفوس ، وغسل الذنوب ، وصفاء القلوب التي دنسها وساوس الشيطان ، لذلك يتوجب على كل ذي بصيرة الحذر من طغيان بضاعة الشباب وفضارة الصحة وعظيم النعمة ، والحضور والتسليم الكامل لرب العالمين . إن الإنسان المتفاخر بقوته وحاله تستطيع أصغر المخلوقات (الميكروبات) أن تذله وتتكبّه وتقلّه عن العمل ، من خلال الحمدى التي تجعله يتضاعر طالباً العون والمساعدة والعلاج وكأن الدنيا صارت ظلام دامس لاأمل فيها ولا مستقبل . الإمام على عليه السلام أشار بتلك الحكمة إشارة الطبيب الخبير الذي شخص وأبصر وحذر وأنذر من خطر الحمدى ، بالأخص عندما تكون عالية ومزمنة وترافقها أخطار جسمية ، فهي بالنسبة للإنسان تمثل رسالة واضحة وصربيحة وذات دلالة اكيدة على خطورة الحال وسوء الأحوال التي لا بد من مراجعة أهل الخبرة والصلاح لأجلها . الإمام عليه السلام وصف الحمدى بالسجن وهو وصف جميل له دلالة بالغة ، لأن الإنسان المحموم مجمد الفعالية وغير قادر على أداء أعماله الاتهبادية ، وأحياناً لا يمكن حتى من تناول طعامه ، فهو أذن بمثابة سجين في البيت أو المستشفى ، وهذا السجن والمعاناة الناتجة من الحمدى لها ثواب وحسنات كبيرة لا تعد ولا تحصى ، وإنها تسقط الذنوب التي في ذمة المريض بالأخص المؤمن كما يتسلط الوبير من سنام البعير .

أما بالنسبة لنغير المؤمن فإنها بمثابة عقوبة يقضيها في سجن الدنيا من دون أجر أو ثواب . أما وصف تساقط الذنوب كتساقط الوبير من سنام البعير

فهو وصف جميل ولطيف يتعاشن مع عقول الناس في تلك المرحلة الزمنية خصوصاً العرب الذين يعيشون حياة الريف والبداوة.

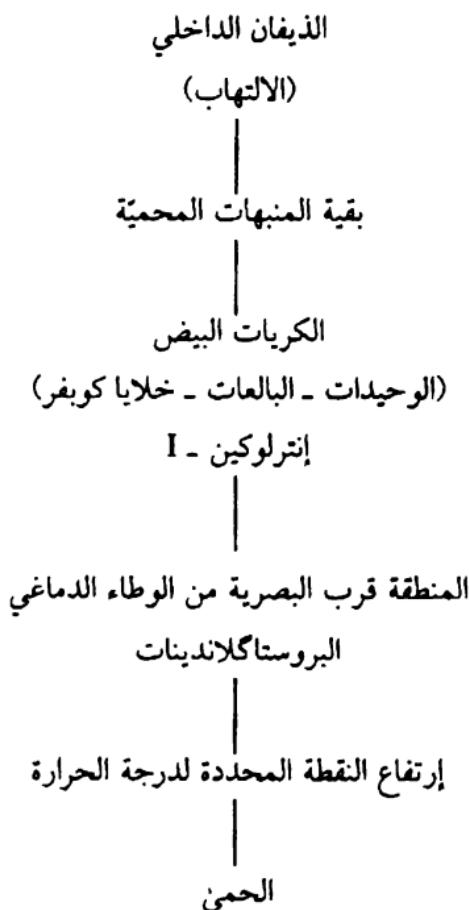
### حرارة الجسم :

قبل التحدث عن ميكانيكة حصول الحمى والخطوات الباثولوجية التي تتعاقب لحدوثها نتعرف بإيجاز على حرارة الجسم وكيفية حصولها: تنتج الحرارة في الجسم بالتمرين العضلي والتتمثل الغذائي وكل العمليات الحيوية التي يدخل فيها التمثيل الغذائي كعامل مؤثر. الحرارة تفقد من الجسم عن طريق الإشعاع والنقل والتاخر المائي عن طريق التنفس والجلد والبول والبراز. إن التوازن بين إنتاج وفقد الحرارة هو الذي يقرر حرارة الجسم.

### الحمى :

هي الصفة الأكثر شيوعاً للمرض، وهي لا تحدث في الثدييات فقط بل في الطيور والزواحف والبرمائيات والأسمك، وعندما تحدث في الحيوانات الثابتة الحرارة تتصرف آليات تنظيم الحرارة كما لو أنها نظمت لحفظ الحرارة الجسمية في مستوى أعلى من المستوى الطبيعي - كما لو كانت منظم أعيد ضبطه إلى نقطة جديدة فوق ٣٧ درجة مئوية - وبعدها تصل مستقبلات الحرارة إشارات بأن الحرارة الحالية أقل من النقطة المحددة الجديدة، وهذا يؤدي لتفعيل آليات ارتفاع الحرارة، مما يسبب احساس القشعريرة عند التقلص الجلدي ويحدث بين الحين والأخر ارتجاف كافي لينتزع اهتزاز القشعريرة.

إن باثولوجيا (نشوء) الحمى لخصت كالتالي<sup>(١)</sup>:



تعمل سموم البكتيريا مثل الذيفان الداخلي (سم داخلي) على الوحدات والبالغات الكبيرة من الكريات البيضاء وخلايا كوبفر لإنتاج الإنترلوكين - I الذي يسبب الحمى وتأثيرات واسعة في الجسم، وهو يدخل الدماغ مباشرة ويصل المنطقة حول البصرية تحت المهداد. إن الحمى

(١) مبادئ الفيزيولوجيا الطبية للدكتور جو خدار: ص ٣٣٩.

الناتجة من إنتروكين - I قد تكون ناتجة عن تحرر محلبي للبروستاكلاندينات فحقن البروستا كلاندينات تحت المهداد يسبب الحمى. إضافة لهذا فإن تأثير الإسبرين المضاد للحرارة هو بالعمل على تحت المهداد مباشرة ، فالإسبرين يبطئ تركيب البروستا كلاندين . إن منفعة الحمى للمخلوقات غير محددة لكن يعتقد أنها ناقعة حيث إنها توجد وتستمر كاستجابة للأمراض المختلفة . وقد أدخلت الحمى قبل إنتاج الأدوية كعلاج للسفلس العصبي وأبدت منفعة . لهذا فالحمى تفيد الأشخاص المصابين بالأمراض البكتيرولوجية والفطريات والأمراض الفيروسية ، كما وتبعد زبادى الحمى نمو بعض الأورام ، لكن على العموم إن ارتفاع الحرارة مؤذى ومزعج للإنسان خصوصاً عندما تصل إلى (٤٠) درجة مئوية ، وعندما تصل فوق (٤٣) درجة مئوية تحصل ضربة الحرارة التي تعرض الإنسان للموت .

## علاج الحمى

- ١ - الكمامات الباردة .
- ٢ - إستعمال الماء البارد والسوائل .
- ٣ - إستعمال الأعشاب ذات الطبيعة الباردة .
- ٤ - الصبح بالمحاليل الطيارة .
- ٥ - الحبوب الخافضة للحرارة .
- ٦ - إستعمال السراويل التزديةقة .
- ٧ - الأشربة الخافضة للحرارة .

٨ - الحقن العضلية والوريدية الخافضة للحرارة.

٩ - الحقن الشرجية (الماء والسوائل الباردة).

١٠ - التحاميل الشرجية الخافضة للحرارة.

١١ - القطرات الخافضة للحرارة (للأطفال خصوصاً).

وصدق الإمام جعفر الصادق عليه السلام حين قال : الماء البارد يطفئن

الحرارة ، ويسكن الصفراء ، ويندب الطعام في المحلة ، وينهش بالحمى .



## **الحمية**

قال الإمام علي عليه السلام :  
«لا تناول الصحة إلا بالحمية»<sup>(١)</sup> .  
و «صلاح البدن الحمية»<sup>(٢)</sup> .

---

(١) مستدرك الوسائل : ج ١٦ ص ٤٥٣ .

(٢) هداية العلم في تنظيم غير الحكم : ص ١٦٩ .



لارجمنن دا پاکستان

قال الله تعالى في كتابه العزيز: «يَا أَئِمَّةِ الْذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولَئِكُمْ أَنْهَاكُمْ»<sup>(١)</sup>.

وقال رسول الله ﷺ:

«المعلدة بيت الداء والحمية رأس كل دواء»<sup>(٢)</sup>.

وقال الحكماء: «الوقاية خير من العلاج».

الأية الشريفة واضحة المعالم والتفسير بوجاءت بصفة الأمر، فبعد طاعة الله والرسول يأمرنا الباري جل وعلا باطاعة أولي الأمر (عليه وابنه) المعصومين عليهما السلام الذين اورثوا الكتاب والحكمة، والعلم والاستقامة. وعلى هذا فكل كلمة يقولها سيدنا وموانا أمير المؤمنين عليهما السلام هي بمعناية دستور واجب الطاعة والعمل، لكون الإمام وصي رسول الله عليهما السلام، وباب علمه، وفتح حكمته، كلامه كلام رسول الله وكلام رسول الله كلام الله، لذلك فإن جميع الأحكام الدينية والطبية التي نطق بها الإمام عليهما السلام ما هي إلا أحكام الهمة فيها خير ومنفعة المسلمين خاصة والبشر عامة.

من تلك الارشادات الهامة (للحمية) التي اعتبرها النبي عليهما السلام رأس كل دواء وعلاج يفيد الأصحاء والمريضى.

الإمام علي والأئمة المعصومون من لبنته عليهما السلام وحكماء الطب القديم وأطباء الطب الحديث، يؤكدون بإصرار على الحمية، ويعتبرونها للخطورة الأولى والحجر الأساس في علاج الكثير من الأمراض ومنع حدوثها

(١) سورة النساء ، الآية : ٥٩.

(٢) هولبي اللاقى : ج ٢ ص ٣٠.

والقليل من مضاعفاتها؛ لأن الحمية تضمن سلامة المريض وتدفع عنه الخطر. لتك الأسباب أكد الإمام عثيمان على هذه الحكمة الصحية والطبية والغذائية، فكما أن المواد الغذائية والعمل اليومي ضروري لبناء وفعالية الجسم، فإن الحمية واجبة وضرورية أيضاً، لكون عدم الالتزام بها يؤدي بالإنسان السالم والمريض إلى مضاعفات عديدة وخطيرة قد تهدد سلامته وتتعده عن العمل؛ إضافة إلى أن الحمية والابتعاد عن التفكير الزائد والقلق الكبير يجنب الإنسان من الوقوع في شباك الأمراض النفسية التي تؤثر على سلامته الروحية والجسدية.

والآن وبعد أن اكتشفت الشبكة الجينية للإنسان، وشخصت الجينات بصورة واضحة اتضح للعلماء والباحثين بأن الجينات تحمل علامات وصفات معينة تدل على الاستعداد للإصابة بأمراض خاصة. هذا الإكتشاف فتح باباً علمياً واسعاً للتعرف على كيفية حدوث الأمراض والوقاية منها قبل وقوعها أو تأخيرها على أقل تقدير.

اليوم وبعد أن تقدمت العلوم الطبية تقدماً مذهلاً أقيمت المختبرات الطبية في أرجاء عديدة من العالم، وغايتها إسداء الخدمات والمشاورات الطبية لجميع الناس بالأخص الشباب الذين ينون الزواج؛ حيث يستطيع العلماء التعرف بسهولة على ما يحمله الزوج أو الزوجة من أمراض كامنة ووراثية أو أمراض مستقبلية، وبذلك أمكن التحكم بالأمراض الوراثية والمحتملة لدى الجنسين والتي ستظهر أعراضها على أطفال المستقبل في حالة الزواج من أبوين مصابين بأمراض وعاهات مختلفة. إن أخذ نموذج واحد من خلية إنسانية كاف لإعطاء معلومات كاملة ومفصلة عن الحالة

الصحية والمرضية للإنسان.

هذا الاكتشاف العلمي الحديث يعتبر بحق جزءاً مهماً من الوقاية والحمية التي يتوجب العمل بها خصوصاً عند الزواج؛ لأنَّ اختيار زوجة سالمة من الأمراض بالأخص الوراثية، له أهمية خاصة على الحياة الزوجية والعائلية وأطفال المستقبل. إن ترك العمل بهذه النصيحة الطبية سيعرض الزوجين والأطفال إلى مشاكل صحية ومالية ونفسية، قد تؤدي إلى الطلاق وما يتبعه من مساوئ ومصاعب وأمراض نفسية وعاطفية. لذا يعتبر الفحص الجيني من الضروريات الملزمة ومن أفضل الوسائل للوقاية من الأمراض على اختلاف أنواعها.

### الحمية

تعني توقى الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية. وهذا يتطلب العمل بها من قبل الصغار والكبار، النساء والرجال، الأصحاء والمرضى، فالحمية يتتجنب الإنسان الوقوع بالمرض، وبالحمية يتشفى المريض من مرضه بسرعة وبأقل الخسائر المادية والجسدية. الحمية تختلف باختلاف الأعمار ونوع المرض وشدته وطول الإصابة به ولها تعلميات وشروط يحددها ذوي الخبرة والاختصاص، فقد تطول أو تقصر حسب نوع المرض وظروف المريض الصحية والنفسية.

الحمية نوعان:

- ١ - حمية يطبقها الأصحاء الذين لا يعانون من الأمراض، لضمان عدم الإصابة والمحافظة على الصحة والسلامة.

٢ - حمية يطبقها ويلتزم بها المعرضون المصابون بالأمراض لضمان عدم تدهور حالة المريض وسرعة الشفاء من المرض .  
في كلتا الحالتين يعتبر الإفراط أو الاستمرار بالحمية له مضاعفات كبيرة أقلها الإصابة بفقر الدم والضعف العام .  
الحمية تشمل حالات وأمراض كثيرة ، روحية وجسدية منها :

- ١ - الإفراط بالعمل .
- ٢ - الإفراط بالشهوة الجنسية .
- ٣ - الإفراط بالسهر .
- ٤ - الإفراط بالتفكير والخوف والقلق والوسوسة .
- ٥ - الإفراط بالطعام كماً ونوعاً .
- ٦ - الإفراط باستعمال الأدوية .
- ٧ - الإفراط باستعمال العنبهات كالشاي والقهوة وغيرها .
- ٨ - الإفراط بالتدخين .
- ٩ - تناول السكريات والمخدرات .
- ١٠ - تناول المواد الغذائية المحمرة .
- ١١ - عدم رعاية الشروط البيئية .
- ١٢ - عدم العناية بالنظافة العامة .
- ١٣ - عدم العناية بالنظافة الشخصية .
- ١٤ - إهمال العناية بالملابس والهندام .
- ١٥ - إهمال العمل بالأغسال الراجحة والمستحبة .
- ١٦ - عدم انتخاب الزوجة الملائمة .

- ١٧ - نقص الثقافة الصحية.
- ١٨ - عدم وجود السكن الجيد.
- ١٩ - عدم ممارسة الرياضة.
- ٢٠ - إرتكاب الفواحش.
- ٢١ - السعي وراء المهمليات كالغرور والكبر والمعاصي والفسوب.
- ٢٢ - إهمال التلقيح البووري باللقاحات الضرورية التي تمنع الكثير من الأمراض.

### نماذج من الحمية لبعض الأمراض الشائعة

#### ١ - أمراض القلب:

تحظى أمراض القلب عموماً بالأهمية من تنوع الدهنيات والأملاح بكثرة وترك التدخين والمنبهات والعصبية والتفكير وتحريف الوزن، وعلم القيلم بأعمال ذات مجهود ضئلي كبير والنوم المبكر، كما وتحظى مكملة الأمراض المرافقة للأمراض القلب كمرض السكر والتهابات الرئة. ومن الآذى المهمة الأخرى المرواغطة على تناول الأدوية المعطلة لأمراض القلب بصورة منتظمة ووفقاً للتعليمات التي يعطيها الطبيب.

#### ٢ - أمراض الرئة:

الأمراض التي تصيب الرئة والقصبات تحظى الاستراحة وعلم بتناول مجهود كبير أثناء خبرة المرض، كذلك تناول الأدوية المعطلة بصورة منتظمة حسب تعليمات الطبيب المعالج، والامتناع عن تناول الأكلات الفعلية التي تحتوي على المواد الدهنية والحرامض والمهيجات والتوليل، والامتناع عن

تناول السوائل الباردة أو التعرض إلى الأجواء ذات البرودة العالية .

### ٣ - أمراض الجهاز البولي :

إن أمراض الجهاز البولي والكلن بصورة خاصة سواء عند الصغار أو الكبار تتطلب الاستراحة الكاملة وعدم التعرض للهواء البارد وتدفئة منطقة الكلن مع تناول كميات كبيرة من السوائل في بعض الأمراض والأمنتع عن الاملاح والسوائل في أمراض أخرى ؛ كذلك تتطلب بعض الأمراض الامتناع عن تناول المواد البروتينية بصورة مؤقتة مع التأكيد على إتباع التعليمات الطبية وتناول الدواء الخاص بصورة منتظمة ووفق التعليمات الطبية .

### ٤ - أمراض الجهاز الهضمي :

الإنسان مجبور على تناول الغذاء لإدامة الفعالية والبناء ، لذلك فإن أمراض الجهاز الهضمي على العموم تتطلب الحمية من تناول الأغذية المهيجة والحرارة التي تحتوي على التوابل والحوامض والدهنيات ، أو تناول كميات كبيرة من الأغذية خصوصاً لكتار السن أو المصاين بمرض عجز القلب .

إن الحمية يجب أن تكون شديدة وفعالة في حالات التهاب المعدة والأمعاء ، وهذا يتطلب التقييد الشديد بنظام التغذية الذي يعطيه الأطباء وعدم تناول أكثر من ثلاثة وجبات باليوم . أما في حالات التهاب القولون وتهيجه فهناك حمية خاصة كعدم تناول الحليب ومركباته وترك المواد الغذائية المهيجة والتفكير الزائد الذي يؤدي إلى الإسهال والضعف العام .

### ٥ - ضغط الدم :

تعتبر الحمية من الأسس المهمة لحفظ ضغط الدم والسيطرة عليه

بالأخص أثناء ارتفاعه حيث يعاني المريض من مشاكل كثيرة . وأهم وسيلة للحماية هي عدم تناول الأملام والدهونات بكثرة ، والامتناع عن بذل المجهود الزائد عن قدرة البدن ، وترك القلق النفسي والاضطراب ، ومكافحة الأمراض الموجودة كالسكر وغيرها ، وكذلك الاستمرار على تناول الأدوية المعطاة بصورة منتظمة .

#### ٦ - الإصابة بمرض السكر :

السكر من الأمراض اللعينة التي تهدم وتدمير كافة أنسجة وأعضاء بدن الإنسان ، ويؤدي إلى مضاعفات شاملة وخطيرة قد ينجم عنها السكتة القلبية والكأنغرين (تفسخ الأنسجة) والموت ، لذلك يتوجب على المصاب أن يتلزم بالحمية (وهي الأساس) التزاماً تاماً ومنظماً وأن يمتنع عن تناول المواد النشوية والسكرية والدهون ، وان يترك الأعمال المرهقة والشاقة والتفكير والقلق والوسوسة ، مضافاً إليها الالتزام الكامل بتناول العلاج بصورة يومية حسب التحاليل الطبية والتوجيهات التي يقدمها الأطباء .

#### ٧ - الإصابة بمرض ارتفاع نسبة الدهنيات في الدم :

إن إرتفاع نسبة الدهون في الدم تؤدي إلى مضاعفات عديدة وخطيرة ، منها: تصلب الشرايين ، وعجز القلب ، والإصابة بالجلطة القلبية . إن تصلب الشرايين يؤثر على كافة شرايين وأنسجة الجسم ، والحماية هي حجر الأساس الفعال في مكافحة هذا المرض ، وهي عبارة عن عدم تناول الدهنيات بكثرة بالأخص الدهون الثقيلة ، وينصح بتناول العلاج اللازم الذي يؤدي إلى خفض نسبة الدهنيات في الدم . علمًا بأن العمل اليومي والرياضة هي من العوامل المهمة في تقليل نسبة الدهون في الدم .

## ٨ - داء التقرس :

داء التقرس مرض يصيب المفاصل الصغيرة أولاً ثم الكبيرة، ويصحبه آلام ومضاعفات عديدة، منها: تكون حصيات صغيرة في الكلن، وإذا لم يكافع يصيب المفاصل الكبيرة. أما أساس مكافحته فهي الحمية من تناول اللحوم الحمراء بصورة مطلقة، والامتناع عن تناول الألبان والخضروات والطماطم بكثرة، مع الاستمرار على تناول العلاج في حالة عدم استجابة المرض للحمية.

## ٩ - الحساسية :

الحساسية تظهر بصورة مختلفة، فهي: إما حساسية جلدية، أو حساسية داخل الدم أو تبدو فقط كضيق في التنفس في حالة إصابة القصبة الهوائية، أو كسهال في حالة إصابة الأمعاء. العوامل المباعدة للحساسية كبيرة، منها: عوامل بيئية وغذائية ودوائية، لذلك تجب الحمية من:

- أ - الأجهزة الحارة والملوحة.
- ب - بعض أنواع الأغذية.
- ج - بعض أنواع الأدوية.
- د - العمل في المعامل الكيميائية.

إضافة إلى استعمال العلاجات المضادة للحساسية إما بشكل دوري أو

فصلي حسب ظروف المريض.

## ١٠ - أمراض تكسر الدم :

هذه الأمراض إما وراثية تنتقل عن طريق الآباء والأمهات، أو تنشأ عن طريق الإصابة بالأمراض، أو نتيجة تناول بعض المواد الغذائية كالباقلاء.

والسمك وغيرها.

**الحمية في حالة تكسر الدم تشمل:**

- أ - للشخص الجيني الكامل قبل الزواج ، وعدم الزواج من إمرأة تحمل جينات الأمراض الوراثية كأمراض تكسر الدم.
- ب - عدم تناول المولاد الغذائية التي هي عامل مساعد ومحرك لشدة الحساسية .
- ج - مكافحة الأمراض التي تؤدي إلى تكسر الدم.
- د - الابتعاد عن العمل المجهد.

#### **١١ - أمراض العين :**

أمراض العين بعضها وراثي وبعض الآخر مكتسب . الأمراض الوراثية يتوقع منها عدم للزواج من نساء يحملن الجينات المرضية ، أما المكتسب فالحمية منها من خلال استعمال الدواء و اختيار البيئة الصالحة كما في حالة الإصابة بالحساسية . كذلك تتطلب الحمية استعمال العدامت الخاصة بكل مرض وعدم تركها . أما مرض السكر المؤثر على العين فيجب مكافحته بصورة فعالة ، وكذلك ضغط الدم وزيادة فعالية الغدة الدرقية التي توثر تأثيراً كبيراً على العين . وفي حالة ارتفاع ضغط العين يقلل من تناول الأملاح .

#### **١٢ - الغدد الصماء :**

أمراض الغدد الصماء إما وراثية حيث يتطلب ذلك الاختيار الصحيح للزوجة ، أو مكتسبة وتطلب ذلك معالجة كل مرض على حدة ، كعدم تناول الأملاح بكثرة أو استعمال بعض الأدوية المعروضة كأمللاح اليود

وغيرها بصورة دائمة ، والامتناع عن تناول بعض الأغذية التي تؤثر على عمل بعض الغدد .

#### ١٣ - التهاب اللوزتين :

اللوزتان حارس أمين تقعان في مقدمة البلعوم ، ووظيفتهما اقتناص العوامل المرضية التي تحاول الدخول إلى الجسم عن طريق الفم . في حالة إصابة اللوزتين بأمراض حادة أو مزمنة وأصبحتا مريضتين ، فالحمية هنا ضرورية وواجبة ويجب الاستمرار فيها كمكافحة الأمراض الموجودة والامتناع عن تناول الأكلات والسوائل الباردة والمثلجة والحوامض المخدشة التي تساعد على الإصابة بالمرض .

#### ١٤ - التهاب اللثة والأسنان :

أمراض اللثة والأسنان لها أسباب كثيرة ، منها : عدم العناية بتنظيف الأسنان ، ومراجعة الأطباء وقت الضرورة ، أو عدم تناول الدواء والغذاء اللازم الذي يقوى الأسنان ويعافظ عليها . وحمية الأسنان تأتي من خلال ترك الأغذية المخدشة ، وعدم تناول الحلويات بكثرة ، وتنظيف الأسنان واستعمال السواك يومياً ، ومعالجة الأمراض والتسممات التي تحدث ، مع تناول الأغذية التي تقوى اللثة والأسنان كفيتامين C ومركبات الكالسيوم .

#### ١٥ - الأمراض العصبية :

الأمراض العصبية كثيرة ومتعددة ، ولها أسباب عديدة . أما طرق الوقاية والحماية من الإصابة بها فهي التوكل على الله ، والإيمان بقضائه ، وترك الحسد والغرور والتكبر ، والرضا بقضاء الله الذي يعود إلى الصبر والشكر حيث الهدوء والسكنية وراحة البال وصفاء الضمير . هذه الأمور

كلها تمنع الإنسان من الوقوع في حبائل الأمراض النفسية والعصبية .

#### ١٦ - تساقط الشعر :

تساقط الشعر إما وراثي أو مكتسب نتيجة الجهد والتعب والأمراض والفكر الكبير والإصابة بالأمراض العصبية . إن أفضل الطرق للوقاية والحماية هي الاعتناء بالشعر ، خصوصاً شعر الرأس وغسله وتنظيفه بصورة منتظمة ، وتناول المواد الغذائية التي تساعد على تقويته ونموه والابتعاد عن المهيجات العصبية والنفسية .

#### ١٧ - الضعف الجنسي :

المقاربة الجنسية مطلوبة ومرغوبة من كلا الجنسين . زيادتها فيهاضرر ، وقلتها مكرورة لأسباب عديدة حتى أن بعض الحكماء قالوا : «كثرتها تورث الجنون ، وقلتها تورث العنة» .

الضعف الجنسي له أسباب عديدة ، أهمها : التفكير ، والقلق ، والإصابة ببعض الأمراض الهرمونية كالسكر وأمراض الغدة الدرقية والنخامية ، أو نتيجة إستعمال بعض الأدوية المثبتة للرغبة الجنسية ، أو عدم تناول المواد الغذائية المقوية .

إن أفضل حمية للخلاص من الضعف الجنسي هي محاربة ظاهرة القلق ومكافحة الأمراض الهرمونية والسكر عند الأشخاص المصابين ، وقطع الأدوية التي تؤثر على القوة الجنسية ، مع تناول الأغذية التي تساعد على زيادة الرغبة عند كلا الطرفين .

#### ١٨ - السمنة :

السمنة لها أسباب ، منها : الاستعداد الوراثي ، وعدم قيام الإنسان

البيدين بفعاليات يومية لصرف الغذاء المستهلك ، وزيادة تناول الطعام خصوصاً المواد الدهنية والسكرية ، إن السمنة تؤدي إلى حدوث أمراض مختلفة ، منها: تصلب الشرايين ، والذبحة الصدرية ، والتهابات الرئة والجلد ، والاستعداد للإصابة بمرض السكر .

أما الحمية من الإصابة بالسمنة فهي الفحص الجيني قبل الزواج ، والرياضة اليومية ، والقيام بفعاليات المنتظمة ، والامتناع عن تناول المأكولات الدهنية والسكريات والنشريات ، وجعل وجبات الطعام ذات طاقة محدودة .

#### ١٩ - الفوائح:

أنواعها كثيرة ، ولأسبابها ملبدة ، ولمراحلها متنوعة ، وعواقبها معروفة لكل ذي عقل وبصيرة ولكل إنسان يخاف الله واليوم الآخر . لذلك في أي الوقاية والحمية واجبة . وضرورية للتجنب الوقوع في جنائل تلك الموبقات ، خصوصاً إذا حلمت أن الفوائح لها مضار صحية ونفسية واجتماعية ودينية ، وإنها قد تجر الإنسان إلى دخول النار .

الحمية هنا تتطلب الزواج المبكر للخلاص من حبائل الشيطان ، والابتعاد عن الأجهزة الفلستدة المتجللة ، ومحارحة الأمراض الجنسية وفق الإرشادات والتعليمات الطبية .

#### ٢٠ - التدخين ، المنيهات ، المشروبات الكحولية والمخدرات :

هذه العوامل والعادات لها أضرار صحية ونفسية والجتماعية كبيرة لا تعد ولا تحصى : كما ولها أضرار دينية قد تجعل الإنسان بعيداً عن العائلة والمجتمع والدين ، لا يهمة شيئاً من دنياه سوى إطاعة الشيطان والعمل بناؤله ..

الحمية في هذه المخاطر واجبة شرعاً وعرفاً وعقلاً من خلال ترك تلك العادات وعدم الرجوع إليها ، والابتعاد عن الأجهزة الفاسدة المضللة ، وتحكيم العقل والذات ، والتمسك بالتعاليم الدينية السمحاء ، والاستماع إلى نصائح الأئمة المعصومين عليهما السلام .

٢١ - الإسهال : مرض شائع والمعروف بين أواسط المجتمع وهو عبارة عن زيادة عدد الدفعات ويظهر إما بشكل حاد أو مزمن . وأسباب الإسهال المزمن إما الإصابة بالطفيليات أو الحساسية للمواد الغذائية ، أو أسباب نفسية وعصبية . الإسهال الحاد له أسباب عديدة منها : عدم الhydrate ، والإفراط بال الطعام ، والتلوث الغذائي بالفيروسات والبكتيريا والضمادات والعصيات المرضية ، وهذا النوع من الإسهال يتطلب التدخل الطبي السريع من خلال إعطاء العلاج اللازم ، والبحث عن السبب أو الأسباب التي أدت إلى ظهور الأعراض .

الحمية في حالات الإسهال تتطلب ما يلي :

- ١ - عدم الإفراط بالطعام .
- ٢ - ترك تناول أنواع معينة من المواد الغذائية وبكميات كبيرة .
- ٣ - عدم تناول المواد الغذائية التي تسبب الحساسية .
- ٤ - ترك التفكير الزائد وعدم التعرض للأمور التي تثير العصبية .
- ٥ - حفظ المواد الغذائية بطرق صحية وعلمية .
- ٦ - تعقيم المواد الغذائية الطازجة كالخضراوات وغيرها بصورة دائمة .
- ٧ - طهي المواد الغذائية يجب أن يتم بصورة علمية ، يحافظ فيها

- على الفيتامينات والمواد الغذائية الأخرى من التلف .
- ٨ - يجب مراعاة النظافة العامة داخل البيت والمطبخ وتصريف الفضلات ، الأزبال بصورة صحية .
- ٩ - عدم تناول المواد الغذائية المطبوخة والمحفوظة لمدة طويلة لاحتمال تلوثها وفسادها .
- ١٠ - مكافحة الأمراض الحادة والمزمنة عند الأفراد المصابين .
- ١١ - مكافحة الحشرات الضارة والناقلة للأمراض .
- ١٢ - التثقيف الصحي الغذائي .
- ١٣ - تنويع المواد الغذائية للحصول على الطاقة اللازمة وما يحتاجه الجسم .
- ١٤ - الاستفادة الدائمة من الماء الصحي الخالي من البكتيريا .
- ١٥ - عدم الاستفادة من المواد الغذائية التي تباع في الأسواق والمعرضة دائماً للتلوث بالميكروبات .

## الزنا

قال الإمام علي عليه السلام:

«ما زنى غيورٌ قطٌ»<sup>(١)</sup>.

«لَيْسَ يُزَنِي فَرَجُوكَ إِنْ عَصَيْتَ طَرْفَكَ»<sup>(٢)</sup>.

«وَقَدْ عَلِمْتُمْ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ رَجَمَ الزَّانِي الْمُحْمَنَ وَجَلَّدَ الزَّانِي غَيْرَ الْمُحْمَنِ»<sup>(٣)</sup>.

«فَرَضَ اللَّهُ الْإِيمَانَ تَطْهِيرًا مِّنَ الشَّرِكِ ، وَتَرْكَ الزِّنَا تَحْمِيلًا  
لِلنَّسِبِ وَتَرْكَ الْلَّوَاطِ تَكْثِيرًا لِلنَّسِيلِ»<sup>(٤)</sup>.

(١) شرح نهج البلاغة لأبي الحميد: ج ١٩ ص ٢١١.

(٢) المصدر السابق: ج ٢٠ ص ٣٢٤.

(٣) المصدر السابق: ج ١ ص ١٢٢.

(٤) المصدر السابق: ج ١٩ ص ٨٦.



خلق الله الإنسان وأودع فيه العقل والشهوة، وميزه عن الملائكة الذين يملكون عقلاً بلا شهوة، وعن الحيوانات التي تملك شهوة بلا عقل. وعلى هذا المعيار فإن الإنسان الذي يعيش ويتصرف بعقله بعيداً عن الشهوات والفواحش وحب الدنيا، إنما يعيش الحياة بلذتها وسعادتها متظللاً بستائر الإيمان وعزائم الشكر لله الذي سخر له كل شيء «سبحان الذي سخر لنا هذا وما كنا له مقربين»<sup>(١)</sup> ليعيش حياته كريماً متحصناً بتقوى الله وایمان الصادقين.

إن الإنسان العارف، المسلم لله بكل جوارحه وأعضائه، المتقى من وساوس وهمزات الشياطين إنما يسير في الطريق الصحيح وفق الفطرة الإلهية التي أرادها الله لعباده ووفق العقل الذي حباه الله بالعنابة والحب. هكذا إنسان هدفه رضى الخالق والعمل على طاعته تصبح حياته جنة ومسيرته آمنة سعيدة لا يطمع إلا رضى الله والتمسك بأوامره الرشيدة.

من تلك الألطاف الإلهية والتعليمات الربانية التي هدفها صلاح الإنسان وتقويم مسيرته، تحذيره من إرتكاب المنكرات والفواحش التي تدمر الحياة وتخطىط رب، وهذا يتطلب التحصن منها بوسائل كثيرة: منها الزوج وغض البصر عن مصادف الشيطان التي تقود إلى الفضال والهلكة والانحطاط الروحي والعائلي والإجتماعي؛ لذا قال الإمام علي عليه السلام: «ولم يغُرَّنَّكَ مَصَادِفُ الشَّيْطَانِ». وعلى العكس من ذلك ، فإن الإيمان ينقى النفس من الشوائب والأذان الشيطانية ، ويبعدها عن المهالك التي تسلب الغيرة والحمية والإيمان والدين ، وتجعل الإنسان حيواناً أو أوطاً من ذلك . المصائد الشيطانية كثيرة في مقدمتها النساء ، لذلك نرى الشيطان

(١) سورة الزخرف ، الآية : ١٣ .

يزين للإنسان حب النساء والوقوع في شباكهن وغرامهن وسحر عيونهم ، وما أن يقع في المصيدة حتى يصبح صيداً سهل القيادة كثیر الطاعة ، مستعداً لارتكاب المعاصي الواحدة تلو الأخرى ، وعليه فإن الزواج هو المفتاح الصحيح الذي يأخذ بيد الإنسان نحو شاطئ الأمان ، نحو الاستقرار ، حيث الحياة الزوجية السعيدة وحلوة الأطفال ، قال تعالى في كتابه الكريم : «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً \* إِنَّ فِي ذَلِكَ لِآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ»<sup>(١)</sup> .

وقال الرسول ﷺ :

«من تزوج أحرز نصف دينه»<sup>(٢)</sup> .

وقال : «من كان يحب أن يتبع سنتي فإن من ستي التزوج»<sup>(٣)</sup> .

وقال الإمام علي عليه السلام :

«أفضل الشفاعات أن تشفع بين إثنين في نكاح حتى يجمع الله

بينهما»<sup>(٤)</sup> .

فالزواج إذن فريضة الهيبة مؤثرة على سلوك الإنسان المسلم وغير المسلم ، وهو ركيزة قوية ودعامة ضامنة لتقويم المجتمع ومنعه من الانهيار ، فهو بهذه المواصفات محافظ أمين على الأوصاف العائلية والاجتماعية ، ومانع قوي ضد الفساد والتردي والشذوذ والانهيار ، لهذا يعتبر العزوف عن الزواج خطأ كبيراً وخسارة فادحة تشمل جميع جوانب المجتمع .

وقد أكد العلماء والباحثون على أن الزواج عامل اساسي من عوامل

(١) سورة الروم ، الآية : ٢١ .

(٢) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ١٧ .

(٣) المصدر السابق : ج ٢٠ ص ١٥ .

(٤) المصدر السابق ج ٢٠ ص ٤٥ .

الاستقرار الروحي والعائلي والاجتماعي ، ومنفذ فعال لأغلب الناس من شر الأعمال المنكرة للدين والضمير .

«إن الزواج من الجانب الاجتماعي يعتبر اللبننة الأولى لبناء الأسرة الفاضلة والحجر الأساس للحياة العائلية السعيدة التي تجعل الإنسان يشعر بالراحة والاستقرار والسكنية والأمان . وقد وصف القرآن المرأة بأجمل وصف وأحللني بлагعة ، وهو يمثلها تارة باللباس للرجل وتارة بالسكن الذي يجلب السكينة والأطمئنان . ومما لا شك فيه أن الزواج هو من أسمى وأقدس الروابط البشرية التي تربط بين الرجل والمرأة ، لأنه تبادل روح بروح ، وعاطفة بعاطفة ، وحب بحب ، وتضحية بتضحية ، لكي تظلل السعادة الدائمة والحياة الجميلة بظلالها الوارفة على الحياة الزوجية فتحيلها إلى جنة غناء مفعمة بالولد والإخلاص»<sup>(١)</sup> .

وعليه فإن الزنا جريمة بشعة ينكرها الإسلام والعقل والمنطق وينكرها المسلمون وغير المسلمين على السواء . الإسلام أنكر وحذر وهدد وعاقب الزناة بأشد العقوبات ، واعتبرها جريمة وتحدد لحدود الله الذي أراد الخير للناس ، لذلك جعل عقوبتها شديدة رادعة وعلنية في الحياة الدنيا ، أما في الآخرة فالعقوبة أشد وأقسى ، ووويل للزناة من غضب الله وعقوبته . فالزنا رأس الفواحش وقائد كل خطيبة .

والزنا عنوان صحيفـة الفاسقـين والمنحرـفين .

والزنا بـاب الشـيطـان الأـكـبـر ومـدخل مـصـانـدـه .

والزنا دليل ذهاب الغيرة والإيمان .

لذلك قال الرسول ﷺ :

---

(١) السنة النبوية والطب الحديث : للمؤلف : ص ٦٧ .

«الزاني لا يزني حين يزني وهو مؤمن»<sup>(١)</sup>.

الزنا يهدم النفس ، ويحطم الروح ، ويقوض بناء الأسرة ، ويحطم كيان المجتمع ، ويغضب رب ، ونهيته الخلود في نار جهنم ، جزاءً لهذا العمل الشنيع الذي حذر منه القرآن والرسول الأكرم حين قال : «في الزنا خمس خصال : يذهب بماء الوجه ، وبورث الفقر ، ويقص العمر ، ويُسخط الرحمن ، ويخلد في النار ، نعوذ بالله من النار»<sup>(٢)</sup>.

أما القرآن فيقول : **«فَلْ إِنَّمَا حَرَمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ وَالْإِنْمَاءُ وَالْبَغْيُ بِغَيْرِ الْحَقِّ»**<sup>(٣)</sup>.

وقال : **«وَلَا تَقْرِبُوا الزَّنْنِ إِنَّهُ كَانَ فَاجِحَةً وَسَاءَ سَبِيلًا»**<sup>(٤)</sup>.

لتلك الأسباب ولهمول الجريمة كانت عقوبة الزنى شديدة وعلنية يشهدها طائفة من المؤمنين ، كي تكون عبرة يتعرض بها الجميع ، ورادع يروع كل نفس بوسوس لها الشيطان عمل السوء والفحشاء ، فكان القانون الإلهي الذي هو أفضل وأحسن وأصلح قانون تأدبي يقوم سلوكه ومسيرة الإنسان الجاهل ، ويجعل حياته فاضلة كريمة بعيدة عن السوء والمنكرات . قال الله في كتابه العزيز : **«الْزَانِيُّ وَالْزَانِي فَاجْلِدُوهُ كُلُّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مائةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذُكُمْ بِمَا رَأَفْتُمْ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ، وَلَيَشَهَدَ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ \* الزَانِي لَا يَنْكُحُ إِلَّا زَانِيَةً أَوْ مُشْرِكَةً وَالْزَانِيَةُ لَا يَنْكُحُهَا إِلَّا زَانِيًّا أَوْ مُشْرِكَةً وَحَرَمَ ذَلِكَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ»**<sup>(٥)</sup>.

(١) وسائل الشيعة : ج ٢٠ ص ٣١٠ .

(٢) المصدر السابق : ج ٢٠ ص ٣٠٩ .

(٣) سورة الأعراف ، الآية : ٣٣ .

(٤) سورة الإسراء ، الآية : ٣٢ .

(٥) سورة الأعراف ، الآيات : ٢ - ٣ .

الإمام علي عليه السلام : وصي رسول الله عليه السلام قال : «وقد علمنا أن رسول الله عليه السلام رجم الزاني المحسن وجلد الزاني غير المحسن». وقال : «ما زنى غيور قط».

لأن الزنى عملية قبيحة ينكرها كل شريف ، مؤمن ، غيور ، يخاف حساب الله وعذاب اليوم الآخر ، حذر الإمام عليه السلام من الزنا الذي لا يرتكبه الإنسان العفيف الشريف الذي يكون موضع العناية الإلهية التي تحفظه وتحفظ عائلته من الأذى . في مزاق الشر التي يزينها الشيطان فقال : «ليس يزني فرجك إن غضضت طرفك».

### الأثار الاجتماعية للزنا :

لا شك فيه أن الزنا يهدم الأسر ويفكك العوائل ، وتنعكس آثاره بصورة سلبية على المجتمع ، ومن تلك السلبيات :

- ١ - إزدياد حالات الطلاق بين أفراد الأسر التي تمارس الزنا .
- ٢ - إزدياد المشاكل والشجار بين الأفراد والعوائل التي تسلك هذا الطريق .
- ٣ - بروز ظاهرة الشذوذ الجنسي بين النساء والرجال .
- ٤ - إزدياد حالات الإصابة بالأمراض النفسية .
- ٥ - إنحراف الأطفال نتيجة سوء التربية العائلية .
- ٦ - الزنا يقود إلى الإدمان على المسكرات والمخدرات .
- ٧ - إزدياد ظاهرة الأعتداء والقتل والانتحار ودخول السجون بين الأشخاص المنحرفين .
- ٨ - كثرة حالات الإجهاض في أواسط الطبقات المنحرفة .
- ٩ - حدوث تشوهات جينية عند الأطفال المولودين نتيجة الشذوذ

### الجنسى وال العلاقات المحرمة .

- ١٠ - تدنى المستوى الدراسي والعلمي عند الأشخاص الذين يمارسون الزنا والشذوذ .
- ١١ - تدنى مستوى العمل والإنتاج لدى المصاين بالانحراف والزنا .
- ١٢ - الزنا أحد وسائل الصيد للخيانة والتجسس واعتناق المبادئ الشاذة والهداة .

### الأثار الطبية للزنا :

إن الذين يمارسون الزنا معرضون للإصابة بالأمراض الزهرية والجسدية والنفسية . هذه الظاهرة واضحة عند الكثير من الشاذين ، ولعل الإحصاءات التي نشرت وتنشر في صحف ومجلات العالم خير دليل على ما نقول . ومن أهم تلك الآثار .

#### أ - الأمراض الزهرية :

- ١ - مرض السيلان .
- ٢ - مرض السفلس .
- ٣ - مرض الحمن الراسحة .
- ٤ - الإصابة بالفطريات الجلدية والتناسلية .
- ٥ - الإصابة بالجرب .
- ٦ - الإصابة بقمل العانة .
- ٧ - الإصابة بالديدان الخيطية والحلزونية وغيرها .
- ٨ - الإصابة بمرض الدوبيات الشعرية .
- ٩ - الإصابة بالثألول الجلدي .
- ١٠ - التعرض للإصابة بمرض الورم الحبيبي الليمفاوي المغبني .

- ١١ - الإصابة بالورم الحبيبي الأربى .
  - ١٢ - الإصابة بمرض الأيدز أو مرض نقص المناعة المكتسب .
  - ١٣ - الإصابة بالقرحة الرخوة .
  - ١٤ - الإصابة بمرض الكلاميديا المهبليه .
- ب - الأمراض النفسية :**

- ١ - القلق .
- ٢ - الخوف .
- ٣ - الوسوسة .
- ٤ - التوهم .
- ٥ - الإنقسام .
- ٦ - حب الاعتداء .
- ٧ - القسوة .
- ٨ - الانتحار .
- ٩ - الأرق .
- ١٠ - بروز ظاهرة الشك .
- ١١ - ضعف الإيمان .
- ١٢ - الإصابة بالحصر القهري .

**ج - الأمراض الجسدية :**

«نظراً للأجواء الخاصة التي يكثر فيها الزنا ، وسرية الحياة التي يعيشها أولئك الذين يمارسون هذا العمل ، إضافة إلى الأجواء النفسية المعقدة ، والسهر الدائم ، والتخبط في دوامات الفكر والخوف من المستقبل المجهول والقانون والعقاب يجعلهم في شroud فكري وقلق شديد . هذه الأسباب المتعددة والمتضاربة تؤدي إلى نشوء أمراض جسدية

عديدة بين صفات تلك الشريحة الشاذة من المجتمع، خصوصاً وإن عادة التدخين وشرب المسكرات والمخدرات شائعة بينهم، مضافاً إليها عقدة الشعور بالذنب والخروف من المجتمع يجعلهم لا يراجعون الأطباء والمراكز الصحية بالسرعة المطلوبة، مما يساعد على تفشي الأمراض بينهم بصورة كبيرة»<sup>(١)</sup>.

### ومن هذه الأمراض :

- ١ - الإصابة بالسل الرئوي .
- ٢ - الإصابة بالتهاب اللوزتين المزمن .
- ٣ - الإصابة بالتهاب القصبات الحاد والمزمن .
- ٤ - الإصابة بحساسية القصبات .
- ٥ - الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية المزمن .
- ٦ - الإصابة بحساسية الجلد المزمنة (الأكزما) .
- ٧ - الإصابة بالأمراض المعوية كالتهاب المعدة والأمعاء واضطراب القولون .
- ٨ - الإصابة بالأمراض الجلدية المتنوعة .
- ٩ - الإصابة بالسكتة القلبية .
- ١٠ - الإصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم .
- ١١ - الإصابة بمرض السكر .
- ١٢ - الإصابة بمرض تصلب الشرايين .
- ١٣ - الإصابة بالسرطانات المختلفة .

---

(١) القرآن والطب الحديث للمؤلف : ص ٢٠٦ .

## مسك الختام

قال الله جلت قدرته في محكم كتابه الكريم :

**﴿أَلَّا نُورٌ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورٍ كَمِشْكُوَةٍ فِيهَا مِضْبَاحٌ  
الْمِضْبَاحُ فِي زُجَاجَةِ الرُّجَاجَةِ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرْئِيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ  
رَبِّيَّوْنَةٍ لَا شَرِقَيَّةٍ وَلَا غَرْبَيَّةٍ يَكَادُ زَيْنَهَا يَغْسِيُهُ وَلَوْلَمْ تَنَسَّنَهُ نَازَ نُورٌ عَلَى  
نُورٍ يَهْدِي أَلَّا نُورٍ مَنْ بَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ أَكْمَلَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ يَكُلُّ شَيْءٍ  
عَلَيْهِ﴾<sup>(١)</sup>.**

وقال الرسول الأكرم ﷺ :

«خلقت أنا وعلي من نور واحد»<sup>(٢)</sup>.

وقال الإمام السجاد عن أبيه عن جده عن رسول الله ﷺ :

«يا نور النور، يا منور النور، يا خالق النور، يا مدبر النور، يا نوراً  
النور، يا نور كل نور، يا نوراً قبل كل نور، يا نوراً بعد كل نور، يا نوراً  
فوق كل فوق نور، يا نوراً ليس كمثله نور»<sup>(٣)</sup>.

سلام على أنوار الله في السموات والأرضين ، وله الحمد حمد  
الشاكرين ، حمداً يعجز عنه لسانه وجوارحي إلى يوم الدين ، والصلوة  
والسلام على سيدنا وحبيبنا رسول رب العالمين وعلى أهل بيته الطاهرين .  
وبعد فليعلم المؤمن عن يقين ، وليرؤمن كل ذي بصيرة ودين ، بأن

(١) سورة النور ، الآية : ٣٥ .

(٢) علل الشرائع : ص ١٣٤ .

(٣) من دعاء الجوشن الكبير .

الأنوار القدسية التي خلقها بارئ الخلائق أجمعين قبل خلق آدم بآلاف السنين هي أنوار ربانية ، سماوية ، علوية ، لا تدركها العقول البشرية ، ولا تحيط بها الأ بصار الدنيوية التي لم تأت من العلم إلا قليلاً، فسبحان الله الملك ، القدس ، السلام ، المؤمن ، المهيمن ، العزيز ، الجبار ، المتكبر ، الذي خلق تلك الأنوار وجعلها في صلب آدم وذريته عليه السلام فكان:

نور محمد بن عبد الله .

نور حبيب الله .

نور رسول الله .

نور الوحي .

نور الرسالة .

نور القرآن .

نور النذير الشير .

نور خاتم الأنبياء والمرسلين .

نور الخلق العظيم .

نور علي .

نور الولاية .

نور الوصاية .

نور الهدایة .

نور من ذكره عبادة .

نور عنوان صحيفة المؤمن .

نور هارون أمّة الإسلام .

نور من ضربته يوم الخندق تعادل عبادة الثقلين .

نور من لولاه لما وجد كفأة لنور فاطمة .

ونور فاطمة بنت محمد .

نور سيدة نساء العالمين .

نور البتوح .

نور الطاهرة .

نور الصديقة الكبرى .

نور الزهاء .

نور الحوراء الإنسية .

نور مريم الكبرى .

نور الراضية المرضية .

وأراد الله لتلك الأنوار المقدسة التي لولاهما لما خلق الأفلاك ، أن تدلل دلاله على عظمته ومطلق إرادته ، وتحدد استجابة لقدرته وحكمته ، فجمع في زواج الهي نور علي وفاطمة ، فتعالى التكبير والتسبيح والتهليل من ملائكة العزيز الجليل ، فعمت الفرحة جميع السموات العلي ، وأشرقت وأزهرت الجنان ، وفرحت واسترثت الحور الحسان لأمر الواحد المنان ، وهبط جبرائيل بالأمر العظيم ليزف البشرى إلى نبيه الكريم وأن يشرق النور في السموات والأرضين بزواجه علي من فاطمة ، لأن الله قد زوجهما في السماء قبل الأرض ليجتمع بأمر الله نور الرسالة مع نور الولاية . وكان الزواج العيمون الذي نص به علم الله المكنون ، فأثمر عن أنوار علوية حفظت الإسلام وصانت المسلمين ، وقادتهم نحو الخير والسعادة والأمان ، إنها أنوار أئمة أهل البيت الذين أذهب الله عنهم الرجس وطهرهم تطهيراً . هكذا كانت مشيئة الله وإرادته ، وصار نور علي وفاطمة عليهم السلام يستقل من صلب شامخ إلى رحم طاهر حتى استقر في صلب الإمام الثاني عشر المهدي المنتظر الذي لولاه لساخت الأرض بما عليها ، وما ذلك إلا منة

ورحمة ، وبذلك أبصت الحكمة الربانية أقوال وأفعال وزهد وتفوى  
وعلم وارشادات وسيرة ونور على عليه السلام يظلل الأرض ويرعنى الكون  
ويحفظه من الزوال ، من خلال إشعاعات نور بقية الله الأعظم العجّة بن  
الحسن العسكري ، نور الهي ، أبيدي ، سرمدي شمل ببركته جميع  
المخلوقات التي خلقها الله . فسلام عليك يا أمير المؤمنين .

يا نور الله الدائم .

يا نور الله الساطع .

يا نور الله الشامل .

يا نور الله الذي استقامت به الأرض .

يا عبد الله وأخا رسوله .

يا من عنده علم الكتاب .

يا من حبه شفاء للقلوب والأجساد .

يا نور الله الذي يفرح به المؤمنون ويذلّ به الكافرون ورحمة الله

وبركاته .

قال  
الفقير  
والشاعر  
الصاحب  
ابن عباد  
رحمة الله عليه

أنا وجميع من فوق التراب      فداء تراب نعل أبي تراب



## فهرس المصادر

- ١- القرآن الكريم .
- ٢- الإرشاد؛ للشيخ المفيد : ٢٥ .
- ٣- أصول الطب النفسي؛ للدكتور فخرى الدباغ : ١٣٢ .
- ٤- أصول الكافي ١: ١٦ .
- ٥- بحار الأنوار؛ للمجلسي ٢: ٥٥، ٤٤؛ ٣: ٦٣، ٤٤؛ ٤: ٣٣٠ .
- ٦- التداوي بلا دواء؛ للدكتور أمين روحة .
- ٧- الترغيب والترهيب ٣: ٥٣٦، ٥٣٦ .
- ٨- تصنيف نهج البلاغة؛ للبيب بيضون: ٣٤٠، ٦٧٧، ٦٨١، ٨٨٦، ٦٨٢ - ٩٠١ .
- ٩- توحيد المفضل: ٤٨، ٥٨، ٧١ .
- ١٠- الجامع الصغير؛ للسيوطى ٢: ٦٦ .
- ١١- الخصال؛ للشيخ الصدق: ٦٢٠ .
- ١٢- ديوان الإمام علي عليه السلام: ١٧٩ .
- ١٣- ذم الحسد؛ لابن أبي الدنيا .

- ٤٠٦ ..... نهج البلاغة والطب الحديث
- ١٤ - روضة الكافي : ١٤٣ .
- ١٥ - روضة الوعاظين : ٤٣٤، ٤٧٢ .
- ١٦ - السنة النبوية والطب الحديث ؛ للدكتور صادق دستغیر : ٦٧ .
- ١٧ - سنن ابن ماجة .
- ١٨ - سنن الترمذی ٩: ٢٠٧ .
- ١٩ - سنن النسائي ٨: ٩٨ .
- ٢٠ - شباب في الشیخوخة ؛ للدكتور أمین رویحة .
- ٢١ - شرح نهج البلاغة ؛ لابن أبي الحدید ١: ٩٧، ٩٦، ٣١٨، ٣، ١٢٠، ١٣٨، ١٣٨، ١٥٣، ١٥٤، ٦، ٢٥٧، ٩٦، ٢٦٩، ٣٥٤، ٧، ٢٣٧، ١٩٤، ٨، ٢٦٩، ٩، ٢٢٦ .
- ٢٢ - شعب الإيمان ؛ للبيهقي ١: ٤٧١ .
- ٢٣ - صحيح البخاري ٧: ٢ .
- ٢٤ - طب الأئمة : ١٠٦ .
- ٢٥ - طب الإمام علي عليه السلام ؛ لمحسن عقيل : ٤٤١ .
- ٢٦ - الطبع الشرعي ؛ للدكتور زياد درويش : ٤٣٣ .
- ٢٧ - الطبع محراب الإيمان ؛ للدكتور خالص جلبي .
- ٢٨ - الطفل بين الوراثة والتربية، لمحمد تقى الفلسفى ١: ١٠٦ .
- ٢٩ - علل الشرائع : ١٣٤ .
- ٣٠ - عوالي الآلي ٢: ٣٠ .
- ٣١ - عيون الحكم والمواعظ : ١٠١ .
- ٣٢ - غرر الحكم ودرر الكلم، للأمدي ١: ٨٥، ٢٢٧ .

- ٣٣- القرآن والطب الحديث؛ الدكتور صادق دستگیر: ٢٠٦.
- ٣٤- قضاة أمير المؤمنين طه: محمد تقى التسترى: ١٤.
- ٣٥- الكافى؛ للشيخ الكليني ١: ٢، ٣٠٢، ١٢١، ٥٠، ٢، ٣٠٧، ٣٠٢، ٤١٥، ٤١٥: ٦.
- ٣٦- كشف الغفاء؛ للعجلونى ١: ٢٨٨.
- ٣٧- كنز العمال؛ للمتنبى الهندى ٣: ٧٢٠.
- ٣٨- كنز الفوائد؛ للكراجى: ٩٤.
- ٣٩- مبادئ الفيزيولوجيا الطبية؛ للدكتور جو خدار: ٣٣٩.
- ٤٠- مجمع الزوائد؛ للهيثمى ٢: ٣٢٠.
- ٤١- المحجة البيضاء فى تهذيب الأحياء ١: ٢٣، ١٧٣، ١٧٢، ١٩٠، ٩٥: ٥.
- ٤٢- مستدرک الحاکم؛ للحاکم النیسابوری ٤: ٢٤٣.
- ٤٣- مستدرک الوسائل؛ للنوری ١: ٦١، ١٦: ٢١٣.
- ٤٤- معانی الأخبار: ٣١٣.
- ٤٥- مقدمة نهج البلاغة؛ للشيخ محمد عبده: ٥٠٧.
- ٤٦- مكارم الأخلاق؛ للطبرسى: ١٤٧.
- ٤٧- من لا يحضره الفقيه؛ للشيخ الصدوق ٢: ٤، ٣٠٧، ١٥٦: ٣، ٤٩: ٤، ٣٧٦.
- ٤٨- منية المرید: ١٥٦.
- ٤٩- النهاية في غريب الحديث؛ لابن الأثير ٢: ٢٣.
- ٥٠- نهج البلاغة؛ لصباحي صالح.
- ٥١- وسائل الشيعة، للحر العاملى ٢٠: ٤٥، ٤٥: ٢٥، ٨٠.
- ٥٢- هداية العلم في تنظيم غرر الحكم: ١٦٩.

## المصادر الأجنبية

- 1- Clinical dermatology.
- 2- Clinical pharmacology page 217.
- 3- Current medical diagnosis and treatment page 1196.
- 4- Davidson's principles and practice of medicine.
- 5- Illustrated physiology.
- 6- Review of medical physiology.
- 7- Samson Wright's Applied physiology.

## **الفهرس الموضوعي**

٧	سطور عن الإمام علي بن أبي طالب عليهما السلام
٨	ضوء من الضوء
١٥	<b>المقدمة</b>
٢٠	الإمام علي عليهما السلام وموقعه الإلهي
٢٣	ما جاء في علي عليهما السلام على لسان القرآن
٢٧	ما جاء في علي عليهما السلام على لسان علي
٢٩	نهج البلاغة من تراث الإمام الخالد
٣٩	ما في هذا الكتاب
٤١	<b>معجزات إلهية</b>
٤٣	أيتها المخلوق السوي والمنشأ المرعى
٤٣	في ظلمات الأرحام ومضااعفات الأستار

٤٤	بُدِئتْ مِنْ سَلَالَةٍ مِنْ طِينٍ
٤٥	وَضَعَتْ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ
٤٦	إِلَى قَدْرِ مَعْلُومٍ وَأَجْلٍ مَقْسُومٍ
٤٧	تَمُورَ فِي بَطْنِ أَمْكَ جَنِينًا ...
٤٨	ثُمَّ أَخْرَجَتْ مِنْ مَقْرُوكَ إِلَى دَارٍ ...
٤٩	فَمَنْ هَذَاكَ لِاجْتِرَارِ الْغَذَاءِ ...
٥٠	هَيَاهَا أَنْ مَنْ يَعْجَزُ عَنْ صَفَاتِ ذِي الْهَيْئَةِ ...

### الْهَمُّ وَالْكَآبَةُ

٥١	أَنْوَاعُ الْهَمُومِ
٥٤	الْهَمُّ أَوْ الْكَآبَةُ
٥٥	الْأَسْبَابُ
٥٦	الْأَعْرَاضُ
٥٧	التَّشْخِيصُ
٥٨	التَّشْخِيصُ التَّفَرِيقِيُّ
٥٩	الْعَلاجُ
٥٩	١ - العلاج بالعقاقير طاردة الكآبة
٦٠	٢ - العلاج النفسي
٦٠	٣ - العلاج الاجتماعي
٦٠	٤ - العلاج بالصدمة الكهربائية

### الْأَمْلُ

٦٣	أَنْوَاعُ وَحَالَاتُ الْأَمْلِ
٦٧	

٦٩	الأمل حسب الجنس والعمر
٧١	وصف الإنسان
٧٧	الجهاز العظمي
٧٧	أنواع العظام
٨١	ضعف الإنسان
٨٤	حقيقة الكبر
٨٥	المتكبر
٨٥	بعض صفات المتكبر
٨٦	المتكبر عليه
٨٧	أسباب انحراف الخلق
٨٧	العجب
٨٨	الغرور
٩٣	أعصاب الجلد
٩٥	تركيب البلعوم
٩٦	عملية البلع
٩٧	الاضطرابات الحركية في الابطاع
٩٧	الاضطرابات الحركية في المريء
٩٩	فوائد عرق البدن
١٠٠	مضار عدم إزالة وتنظيف عرق البدن
١٠٠	تنظيم حرارة البدن
١٠١	حرارة الجسم الطبيعية

١٠٣	الخوف
١٠٧	أقسام الخوف
١١٠	الأثار السلبية للخوف
١١١	الأثار الاجتماعية
١١٢	دراسة الخوف من الجوانب النفسية
١١٤	فلسفة الخوف
١١٥	العلاج
١١٧	أسباب الأمراض
١٢٥	علم المناعة
١٢٧	أنواع المناعة
١٣٣	العالم الأكبر
١٤٥	الحسد
١٤٩	حقيقة الحسد
١٥٠	أسباب الحسد
١٥١	دواء الحسد
١٥٢	الأفاف الطبية والنفسية للحسد
١٥٣	الأفاف الاجتماعية للحسد

١٥٥	<b>الصحة العامة</b>
١٦١	الفوائد الصحيحة للهواء النقي والتنفس الصحيح
١٦٢	كيفية التنفس الصحيح
١٦٢	التعرض إلى الهواء الطلق
١٦٣	وسائل تنقية الدم ...
١٦٤	الجرعة اليومية للعصير
 _____	
١٦٧	<b>الزواج والرضاعة</b>
١٦٩	فوائد الزواج
١٧٣	لمحة عن خلايا جسم الإنسان
١٧٥	أسباب الأمراض النفسية والعقلية
١٧٦	١ - الأسباب الحياتية
١٧٨	٢ - الأسباب النفسية
١٧٩	٣ - الأسباب الثقافية
 _____	
١٨١	<b>الشيخوخة</b>
١٨٤	ما هي الشيخوخة
١٨٦	سبب الشيخوخة
١٨٧	أعراض الشيخوخة
١٩٠	علاج أعراض الشيخوخة
١٩٢	أضرار التدخين على الجسم
١٩٣	الأمراض الشائعة في سن الشيخوخة

نهج البلاغة والطب الحديث ..... ١٩٤	أعراض سن اليأس
١٩٧	معجزات ربانية
٢٠١	حاسة البصر
٢٠١	النور والتمييز
٢٠٢	كرة العين
٢٠٤	حدود الرؤية
٢٠٥	تكوين اللسان
٢٠٥	حاسة الذوق
٢٠٩	الأذن الداخلية
٢١١	حاسة الشم
٢١٣	العلاج
٢٣١	العلاج الطبيعي
٢٣٥	الاسترداد
٢٤٠	اللون
٢٤١	الصورة والشكل
٢٤١	الصوت
٢٤١	صيوان الأذن
٢٤٢	رائحة الجسم
٢٤٢	D.N.A حامض

٤١٥	الفهرس.....
٢٤٣	بصمات الأصابع
٢٤٤	الشعر
٢٤٥	علوم البيئة والحيوان
٢٤٩	البيئة
٢٥٠	مقومات البيئة
٢٥١	الحيوانات أو البهائم
٢٥٢	الأمراض التي تصيب الحيوانات
٢٥٦	الأمراض المشتركة التي تصيب الحيوان والإنسان
٢٥٩	النفس والروح وسكرات الموت
٢٦٢	من هي الدنيا المذمومة
٢٦٣	الناس في الدنيا وفق ثلاثة خطوط
٢٦٤	حالات النفس
٢٦٦	الروح
٢٦٨	صحوة الموت
٢٧٥	نصائح ويرشادات علاجية
٢٧٧	المشكلة الدوائية
٢٧٩	هدف الإمام طه
٢٨٠	ماذا يستفاد من العلاج
٢٨٣	قواعد عامة للعلاج

٢٨٧	الإمام علي عليه السلام أول قاضي وطبيب عدل في الإسلام
٢٩١	موقعية الإمام
٢٩٢	ما هو الطبيب العدل؟
٢٩٥	تعريف الاغتصاب
٢٩٥	علامات الاغتصاب عند المرأة
٢٩٦	علامات الاغتصاب العامة
٢٩٦	الفحص الطبي الشرعي في الاغتصاب
٢٩٧	علامات الاغتصاب في الرجال
٢٩٧	فحص البقع المنوية
٢٩٨	الفحص الظاهري
٢٩٩	لأي شخص تعود البقعة المنوية
٣٠١	النظافة من الإيمان
٣٠٤	الأظفار
٣٠٦	الشارب
٣٠٩	الأكثريّة الجاهلة
٣٢١	نصائح فذائية
٣٢٣	الغذاء المطلوب
٣٢٤	كثرة الطعام
٣٢٤	الأعراض التي تحدث بسبب كثرة الطعام

٤١٧	البيض
٣٢٩	اللحم
٣٣٢	البطيخ
٣٣٣	الكمثرى
٣٣٤	التين
٣٣٦	السفرجل
٣٣٧	التفاح
٣٣٩	التمر
٣٤١	اللبن
٣٤٤	العنب
٣٤٦	زيت الزيتون
٣٤٨	الملح
٣٥٠	السمك
٣٥١	الرمان
٣٥٢	الزبيب
٣٥٣	العسل
٣٥٤	روايات الإمام علي عليه السلام عن فوائد الأغذية ...

٣٦٣	الحمى
٣٧٠	علاج الحمى

٣٧٣	الحمبة
-----	--------

٤١٨ ..... نهج البلاغة والطب الحديث

٣٧٩ نماذج من الحمية لبعض الأمراض الشائعة

٣٨٩ الزنا

٣٩٥ الآثار الاجتماعية للزنا

٣٩٦ الآثار الطبية للزنا

٣٩٩ مسك الختام

٤٠٥ فهرس المصادر

٤٠٩ الفهرس الموضوعي