

الحلقة الثلاثون

سلسلة مواضيع عملية

برنامج أنوار كاشفة

أهلاً ومرحباً بك صديقي المستمع في هذا اللقاء الجديد من برنامج أنوار كاشفة. هل أنت تدخّن منذ فترة طويلة؟ وهل تعلم ما هي نتائج التدخين على حياتك؟ تحت عنوان "التدخين لسنوات طويلة يسبب الغباء" جاء التقرير التالي:

على الأشخاص الذين دخنوا السجائر لمدة طويلة الاهتمام بقواهم العقلية جيداً. فقد كشفت دراسة جديدة أن التدخين يعيق قدرتهم على التفكير السليم، ويمنعهم من التركيز وينقص من ذكائهم، ويعرضهم لتبدل الذهن. وأظهرت الدراسة التي أجراها الباحثون في جامعة ميتشيغان الأمريكية، أن السنوات الطويلة من تدخين التبغ تضعف قدرة الفرد على التفكير، وتبطئ سرعته الذهنية ودقته، إلى جانب دورها في إنقاص معدل ذكائه.

وبيّنت الدراسات التي أجريت على مئة واثنتين وسبعين رجلاً من متعاطي الكحول وغير المتعاطين، أن استهلاك هذا المشروب لمدة طويلة إلى جانب التدخين، قد أثر بصورة خطيرة على القدرات الذهنية، وقدرات التفكير والإدراك عند الإنسان. وقال الباحثون أن التدخين سبب تراجعاً في القدرات الذهنية عند الرجال الذين لا يعانون من مشكلات الكحول أيضاً. وتبين أيضاً أن للتدخين تأثيرات تقدمية على الذاكرة والقدرة على حل المشكلات والمسائل، ودرجة الذكاء عند من دخنوا السجائر لسنين طويلة.

ويرى العلماء أن انخفاض معدل الذكاء وضعف القدرة على التفكير، من أهم الأسباب التي تدعو المدخنين إلى ترك هذه العادة فوراً، مشيرين إلى أن آلية تأثير التدخين على عقل الإنسان ووظائف الدماغ لم تتضح بعد. ولكن يُعتقد أنها تشمل التأثيرات الكيميائية والعصبية وتلف الأوعية الدموية المغذية للمخ.

وفي تقرير آخر تحت عنوان: التدخين أكبر سبب للوفاة بالسرطان يمكن تجنبه، جاء التقرير التالي: قال الدكتور ماجد عزتي بكلية هارفارد للصحة العامة في بوسطن، أن التدخين تسبب في وفاة نحو مليون وأربعمئة ألف مريض بالسرطان في عام ٢٠٠٠ ألفين. ووصلت بذلك نسبة الوفاة بسبب التدخين وحده إلى واحد وعشرين بالمئة من إجمالي الوفيات بالسرطان في أنحاء العالم. أي وفاة أكثر من حالة من كل خمس حالات وفيات بالسرطان، على مستوى العالم، مما قد يجعل التدخين أكبر مسبب للوفاة بالسرطان يمكن تجنبه.

وقال الدكتور التونسي فرحات بن عياد رئيس قسم أمراض السرطان، بمستشفى صالح عزيز بالعاصمة تونس، أنه يتم تسجيل نحو عشرة آلاف إصابة بمرض السرطان في تونس سنويا، وأن سبعين ألف شخص يصابون بهذا المرض في بلدان المغرب العربي. وأضاف أن السبب الرئيسي الذي تتجم عنه أغلب الإصابات بالسرطان هو التدخين، الذي يبقى العامل الأكثر تدميرا لجسم الإنسان. ويأتي الأطفال والشبان وعمال الوسط الفلاحي في صدارة الفئات الأكثر إصابة بهذا المرض، نتيجة اللامبالاة أحيانا، والإقبال الكبير على التدخين.

إذن إن نتائج التدخين على الإنسان خطيرة للغاية يا صديقي، فهي من جهة، تؤثر على قدرات التفكير والإدراك، وتتقص من ذكاء الإنسان. ومن جهة أخرى يعتبر التدخين هو السبب الرئيسي للإصابة بالسرطان، لاسيما سرطان الرئة.

بعد أن سمعت كل هذه التقارير يا صديقي ما هو موقفك؟ هل تتأثر على التدخين بالرغم من كل مخاطره ونتائجه الخطيرة؟ أولا تبدو في هذه الحالة، مثل هذا الشخص الذي تمّ تحذيره عدة مرات من الهوة السحيقة التي أمامه، لكنه أصرّ على متابعة السير، فكانت النتيجة أنه وقع وخسر حياته.

مستمعي العزيز، كثيرا ما يحاول الإنسان إيجاد وسائل عديدة لكي يروّج عن نفسه، ويدخل السرور إليها. فتراه يدخن أو يشرب الكحول أو يلعب القمار، أو يشاهد أفلام الفيديو الخلاعية، أو حتى يقوم بأعمال شريرة فاسدة. صحيح أن كل هذه الأمور قد تدخل السرور إلى قلبه للحظات معدودة، لكنه سيكتشف وبعد فوات الأوان أنها قد جلبت الدمار إلى حياته والأمراض إلى جسده. وهو ما تؤكد لنا كل الأبحاث الطبية والعلمية.

هل تعلم يا صديقي أن سليمان الحكيم ومنذ مئات السنين، قد جرّب أموراً كثيرة لعلها تدخل السرور إلى قلبه، لكنه اكتشف بطلانها الكامل. ولهذا كتب في سفر الجامعة قائلا: "قلت أنا في قلبي هلمّ أمتحنك بالفرح فترى خيراً. وإذا هذا أيضا باطل.. افكرت في قلبي أن أعلل جسدي بالخمر.. فعظمت عملي. بنيت لنفسي بيوتا غرست لنفسي كروما. عملت لنفسي جنات وفرايس وغرست فيها أشجاراً من كل نوع ثمر.. جمعت لنفسي أيضا فضة وذهبا وخصوصيات الملوك والبلدان. اتخذت لنفسي مغنين ومغنيات، وتنعمات بني البشر سيدة وسيدات.. ومهما اشتتهه عيناى لم أمسكه عنهما. لم أمنع قلبي من كل فرح.."

بالرغم من كل هذه الأمور التي قام بها الملك سليمان الحكيم ليفرح نفسه ماذا كانت النتيجة؟ كتب قائلاً: "ثم التفت أنا إلى كل أعمالها التي عملتها يداي وإلى التعب الذي تعبته في عمله، فإذا الكلب باطل وقبض الريح ولا منفعة تحت الشمس." (سفر الجامعة ٢:١، ٣، ٤، ٨، ١٠، ١١)

صديقي المستمع، إذا كان الملك سليمان الحكيم بالرغم من الأمور الكثيرة التي جرّبها قد وصل إلى هذه النتيجة: أن الكلب باطل وقبض الريح! فماذا عنّا نحن البشر العاديين؟ بالطبع إنّنا لن نحصد سوى الخيبة والمرارة والأمراض المميّنة. هل تفكر صديقي جدياً بتغيير حياتك؟ اسمع ماذا كتب سليمان الحكيم في نهاية سفر الجامعة، كتب قائلاً: "فأذكر خالقك في أيام شبابك قبل أن تأتي أيام الشر أو تجيء السنون إذ تقول ليس لي فيها سرور.." ثم ختم سفره قائلاً: "فلنسمع ختام الأمر كله. اتق الله واحفظ وصاياك لأن هذا هو الإنسان كله. لأن الله يحضر كل عمل إلى الدينونة على كل خفي إن كان خيراً أو شراً." (سفر الجامعة ١٢:١، ٣ و١٤)

اذكر خالقك في أيام شبابك، هذه هي وصية سليمان الحكيم لك يا صديقي اليوم. لكن كيف يستطيع الشاب أن يذكر خالقه؟ وكيف بإمكانه أن يتقي الله ويحفظ وصاياها؟ تدعونا كلمة الله في العهد الجديد من الكتاب المقدس لكي نتوب عن ذنوبنا، ونؤمن بالمخلص المسيح الذي وحده يستطيع، لا أن يهبنا الغفران الكامل فحسب، بل السرور الحقيقي والراحة القلبية من الداخل.