

## الحلقة الخامسة والخمسون

## مواضيع عملية

## برنامج أنوار كاشفة

نرحب بك مستمعي العزيز في هذا اللقاء الجديد من برنامج أنوار كاشفة. كنا قد تحدثنا في الحلقة السابقة عن آثار التدخين السلبية على صحة الإنسان. وسنتابع الحديث اليوم عن هذا الموضوع، فحت عنوان تزايد أعداد الشباب الأردنيين المصابين بالجلطات جاء التقرير التالي:

تبحث السلطات الصحية الأردنية عن جواب لسؤال يتردد حول انتشار إصابة الشباب الأردنيين بالجلطات القلبية رغم أنهم صغار في السن. ووفقاً لمعلومات رسمية فإن ثلث حالات دخول غرفة العناية المركزة في مستشفى البشير وصلت عام ٢٠٠٥ إلى ١٢٠٠ هم من فئة الشباب، وهي نسبة متقاربة مع باقي مستشفيات المملكة. واحتل الشباب الذكور النسبة الأكبر في هذه الحالات التي تتسبب في أغلب الأحيان بالوفاة، بحسب إحصائي أمراض القلب والشرابين في مستشفى البشير الدكتور فخري العكور، كون قدرة أفراد هذه الفئة على احتمال الإصابة أقل من كبار السن.

وعزا هذه الظاهرة إلى الإقبال الملحوظ لأفراد هذه الفئة من الجنسين على التدخين، خصوصاً الأراجيل لساعات طويلة وبشكل شبه يومي، والذي يزيد من تركيز نسبة النيكوتين في دمهم، فضلاً عن احتواء التبناك في الأراجيل على مادة كيميائية سامة مثل الغلسترين والمواد العطرية المختلفة. وأضاف أن التوتر النفسي والانفعال العاطفي وعدم ممارسة رياضة المشي الذي تشهده المجتمعات العصرية، وضغوطات العمل والبطالة والخلافات الزوجية، عوامل أخرى للإصابة بأمراض القلب.

ومن بين المسببات التي أوردتها الدكتورة العكور تناول الوجبات السريعة التي تحتوي على الدهون المشبعة والغنية بالكوليسترول الذي يؤدي إلى إصابة الشرايين بالتصلب والانسداد. إضافة إلى الجلوس لفترات طويلة في مقاهي الانترنت، وهذا يهدد بشكل كبير القلب والشرايين. وأشار إلى أن الإحصائية الأخيرة الصادرة عن وزارة الصحة أفادت أن ٧٣ بالمئة من سكان الأردن مصابون بزيادة الوزن، مؤكداً أن هذا الأمر يشكل تهديداً مباشراً للتعرض للأمراض القلبية والجلطات.

ظاهرة جديدة انتشرت مع الأسف بين الشباب والشابات في عالمنا العربي لا سيما في بلدان المشرق العربي، ألا وهي ظاهرة تدخين الأرجيلة في المقاهي. على زعم أن تدخين الأراجيل لن يكون له الأثر السلبي الكبير كتدخين السجائر، بسبب الماء الذي يكون بالأرجيلة. لكن الإحصائيات بينت كما لاحظنا من التقرير الأثر السلبي الخطير للأراجيل على صحة الإنسان، وخاصة بالنسبة لضررها الكبير على القلب، بزيادة نسبة النيكوتين في الدم، مما أدى لحدوث الجلطات القلبية.

وهذا يشير أيضاً أن ليس كل عادة منتشرة في المجتمع هي عادة جيدة، فكثيراً من العادات الاجتماعية تكون عادات سيئة، يقوم بها الفرد تقليداً لغيره. لكي يبرهن أنه ليس مختلفاً عنهم، وقادراً بالتالي على محاكاتهم والاندماج معهم. وعادة التدخين هي إحدى هذه العادات الاجتماعية.

صديقي المستمع، هناك عادات اجتماعية كثيرة نعتاد عليها منذ الصغر، والمهم أن يعرف المرء كيف يميّز بين الجيد منها والسلبى. وهذه ليست بالمهمة السهلة، لا سيما عندما يكون المجتمع يضغط عليه ويحاول جرّه إلى تبني مواقفه وعاداته. فإلى أي حد يستطيع الفرد أن يقف صامداً ضد أمواج العادات الاجتماعية الفاسدة؟ وهل بإمكانه أن يسيطر على نفسه ويمنعها من الانجراف وراء مثل هذه العادات التي تتعكس سلبياً على صحته وحياته؟

صنع مرةً المخلص المسيح أعجوبة إطعام الجموع الغفيرة، التي تبعته لأنه كان يشفي المرضى ويقوم بالمعجزات، ولم تتيسر لهم فرصة للأكل. حيث أطعم المسيح من خمسة أرغفة شعير وسمكتين فقط، خمسة آلاف رجل ما عدا النساء والأطفال. وبقي اثنتا عشرة قفة من الكسر. فلما رأت الجموع العجيبة التي صنعها المسيح قالوا: "إن هذا هو بالحقيقة النبي الآتي إلى العالم." (يوحنا ٦: ١٤) وأما المسيح فإذ علم أنهم يريدون أن يجعلوه ملكاً، ذهب إلى الجبل وحده. وفي اليوم التالي وجدت الجموع المسيح في سفينة بعرض بحر الجليل أو بحيرة طبرية.

وعندها قالوا له: "يا معلم متى صرت هنا؟ أجابهم يسوع وقال: الحق الحق أقول لكم أنتم تطلبونني ليس لأنكم رأيتم آيات (أي عجائب) بل لأنكم أكلتم من الخبز فشبعتم. اعملوا لا للطعام البائد بل للطعام الباقي للحياة الأبدية، الذي يعطيكم ابن الإنسان لأن هذا الله الآب قد ختمه... فقالوا له: فأية آية تصنع لنرى ونؤمن بك. ماذا تعمل؟ آباؤنا أكلوا المنّ في البرية كما هو مكتوب أنه أعطاهم خبزاً من السماء ليأكلوا. فقال لهم يسوع: الحق الحق أقول لكم ليس موسى أعطاكم الخبز من السماء بل أبي يعطيكم الخبز الحقيقي من السماء. لأن خبز الله هو النازل من السماء الواهب حياة للعالم. فقالوا له: يا سيّد أعطنا في كل حين هذا الخبز. فقال لهم يسوع: أنا هو خبز الحياة. من يقبل إليّ فلا يجوع ومن يؤمن بي فلا يعطش ابداً. ولكني قلت لكم إنكم قد رأيتموني ولستم تؤمنون. كل ما يعطيني الآب فإليّ يقبل ومن يقبل إليّ لا أخرجه خارجاً. (يوحنا ٦: ٢٥ و ٢٧، ٣٠-٣٧)

يبدو واضحاً من هذه الحادثة أن الجموع أرادت إتباع المسيح لأنه أطعمها، وليس لأنها آمنت به. لكن المخلص المسيح وجّه اهتمام الجموع إلى الطعام أو الخبز الحقيقي الذي يبقى إلى الأبد. أي أراد منهم أن يسعوا وراء الطعام الروحي الذي يُشبع القلب من الداخل. أما مصدر هذا الطعام أو الخبز فهو المسيح المخلص نفسه. إذ قال لهم انه هو خبز الحياة، أي خبز الحياة الحقيقي، الذي عندما يقبل إليه الإنسان فلا يجوع، وعندما يؤمن به فلا يعطش أبداً. لكن ماذا كان رد فعل الجموع على كلام المسيح هذا؟ وهل قبلته؟

نجد بعد قليل أن الناس تذرمت من كلام المسيح هذا، وكيف يقول عن نفسه أنه هو الخبز النازل من السماء. لا بل أن كثيرين من تلاميذ المسيح قد تذرمتوا أيضاً. وعندها قال لهم المسيح: "الروح هو الذي يحيي. أما الجسد فلا يفيد شيئاً. الكلام الذي أكلكم به هو روح وحياة." (يوحنا ٦: ٦٣) صديقي المستمع، إن هذا يؤكد أن جموع الناس تذهب عادة في الاتجاه الخاطئ، فليس ما تتجه نحوه الأكثرية، أو حتى ما تمارسه من عادات هو صحيح وإيجابي دائماً، ولصالح الأفراد، لا بل نستطيع القول أنه غالباً ما يكون سلبياً وضاراً وغير صحي أيضاً.

وأنت صديقي، ما هو قرارك؟ هل تتبع الأغلبية في قراراتها وعاداتها؟ أم أنك تطلب كما دعا المخلص المسيح الطعام أو الخبز الروحي الحقيقي الذي يُشبع قلبك ويُروي ظمأك؟ لما لا تأتي الآن إلى المخلص المسيح، الذي قال عن نفسه: "أنا هو خبز الحياة. من يُقبل إليّ فلا يجوع ومن يؤمن بي فلا يعطش أبداً." (يوحنا ٦: ٣٥)