

الكلية الطبية

www.alkalemeh.com السنة السابعة/المحرم الحرام ١٤٢٨ هـ

ثقافة - اجتماعية - منوعة

الصفحة

60



الكاروشي

الموت \longleftrightarrow العمل



هل



تعرف ما هو التنويم المغناطيسي؟



الإنكار القاتل 51
تجارة الأدمغة 61
تجريم الإسلام 69
المجاعة التي غيرت حياتي
77

ثقافتنا وثقافة الغرب: مشترك
واحد 87
حتى نلتقي 93



من رئيس التحرير 3
الكاروشي 5
البصل 11
الروماتزم 15
هل تعرف ما هو التنويم المغناطيسي ؟ 23
مشاكل الإجراءات العالمية حيال الأوبئة
القاتلة 29
الماكروبيوتيك 35
الفطور... أهم وجبة في اليوم 41
عندما تصبح الأشجار عدوة البيئة 47

الإشراف العام

مصطفى نصر الله

رئيس التحرير

محمد الأديب

كتاب المجلة

سارة الموسوي

فخر الملوّك البغدادي

زينب العسكري

إستبرق الحائري

جمانة علي الوائلي

شرف الدين البغدادي

هاجر العسكري

مؤيد سليم

عبد العزيز البدري

محمد خليل

طيبة عبد العلي

1428

60

العدد

alkalemeh@alkalemeh.com

القصة

خديجة أحمد

الترجمة

د. علي الحارس

النشر الإلكتروني

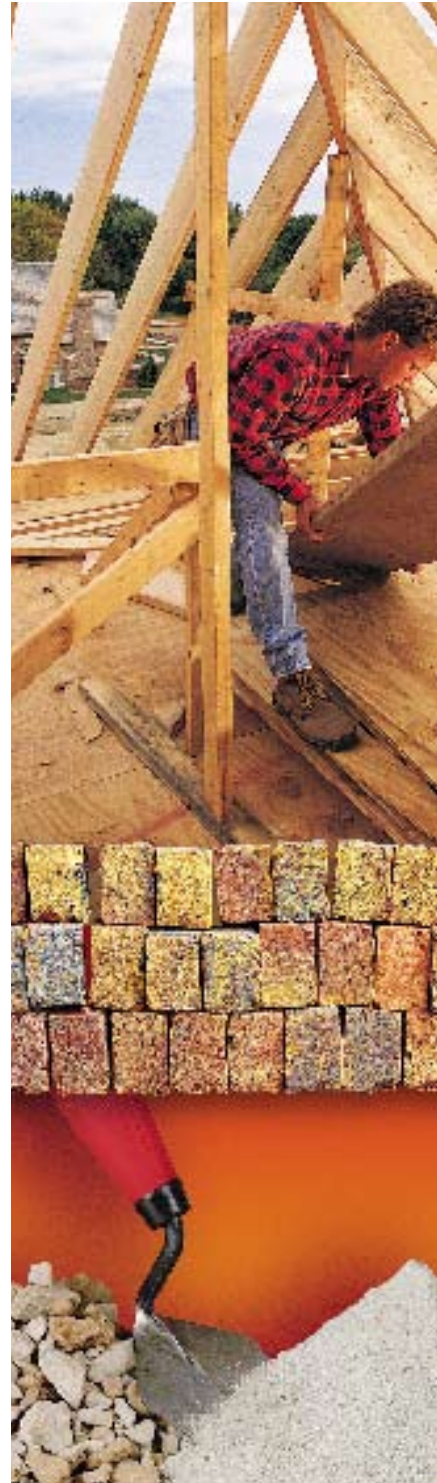
محمد الحسيني

الإخراج الفني والإلكتروني

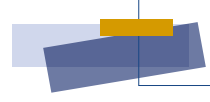
مناف البغدادي

المراجعة اللغوية

علي السعدي



من رئيس التحرير



أنشودة الحرية

مما كتبہ الإمام الحسين (ع) بدمائه النبوية المراقبة ظلماً وقسوةً ووحشية على صحراء كربلاء ...
أنشودة إنسان والحرية... تمحوا حروفها الثائرة ما حضره الـ (لا زمن) في النفوس من جهل وخوف
وظلام. كي تشرق في الوجدان والضمير شمس العقل والإيثار والمحبة والحياء ...
فلقد علمنا الحسين (ع) في كربلاء...

كيف ينتصر المظلوم من الظالم فيسترجع حقه المغتصب في الوجود والحياء. لا أن يخضع للطغاة
فيخسر نفسه، ويخسر كل شيء، ويخسر الحياة.

وعلمنا الحسين (ع) في كربلاء...

كيف ينتصر المستضعفون من المستبدين ليقيموا دولة العدل والإنسان والحياء ...

وعلمنا الحسين (ع) في عاشوراء...

كيف ينتصر دم المظلوم على سيف القهر والموت والاستعباد...

وكيف يهزم الأحرار جهل وشعوذة مرتزقة الدين، ونفاق علماء السلاطان والدينار. وكيف يحطم
الإنسان الأصنام فيعرف بالحق معادن الأمراء والعلماء.. ولا يخدع عن الحق بالعباد والزهاد
والزعماء...

وعلمنا أن نحطم قيود الذل وأغلال الهوان ... لنعيش أحراراً .. ونعلن رفضنا للذين يريدون سلبنا
الحياة ..

ومثلما علمنا الحسين (ع) أن نعيش حياتنا بعزّة وأن نعيش قيمنا بجدارة ... لم يعلمنا الحسين (ع)
البكاء للبكاء... وإنما لكي تغتسل قلوبنا بدموع محبة المظلوم، فنمسح دموع المقهورين من أطفال
ونساء، ومحطمين وجياع ...

ولم يعلمنا الحسين (ع) أن نندب حظنا لنركن إلى أسى مآسينا، ومعاناة أزمتنا فنموت ونحن في
ربيع الحياة...

بل علمنا أن نقهر الآلام وما يعوق حلمنا نحو السعادة والنجاح والكمال... وأن نتطلع لـ (صبح)
قريب تشرق شمس بتحقيق الأمنيات والآمال.

ولم يعلمنا الحسين (ع) أن نعيش ذكره دون ذاكرته حيث تدعونا لتغيير حالنا إلى أحسن حال ...
ف(قيم كربلاء) نبراس للمجاهدين والمناضلين والأحرار، وسراج للأمم والشعوب، ومدرسة تصنع
إنسان عشق وحضارة .. ودنيا وآخرة ...

وستبقى نهضة كربلاء.. قيماً متوقدة في ضمير الإنسانية رغم كل أفعال العتاة والطغاة، فقد
قالت بطلة عاشوراء زينب (ع) مخاطبة الإمام زين العابدين (ع):

« وينصبون لهذا الطف علماً لقبر أبيك سيد الشهداء (ع) لا يدرس أثره ولا يعزو رسمه على
كرور الليالي والأيام، وليجتهدن أئمة الكفر وأشياع الضلالة في محوه وتطميسه فلا يزداد أثره
إلا ظهوراً وأمره إلا علواً ».

وكما سقط الظلمة والعتاة الذين حاربوا كربلاء.. سقط الطاغية صدام في أنكر هزيمة، وأخزى
فضيحة، ذهب وذهب شره وظلمه معه، بعد أن نال حكم الضمير والملايين من ضحاياه، وعن
قريب سيلحق به آخرون .. فكربلاء باقية .. وأعداؤها يزولون ..»

محمد الاديبي

Aladeeb.m@gmail.com

الكاروشي

عندما يكون العمل قاتلاً

هارفي ب. سيمون (أستاذ في كلية الطب، جامعة هارفارد)

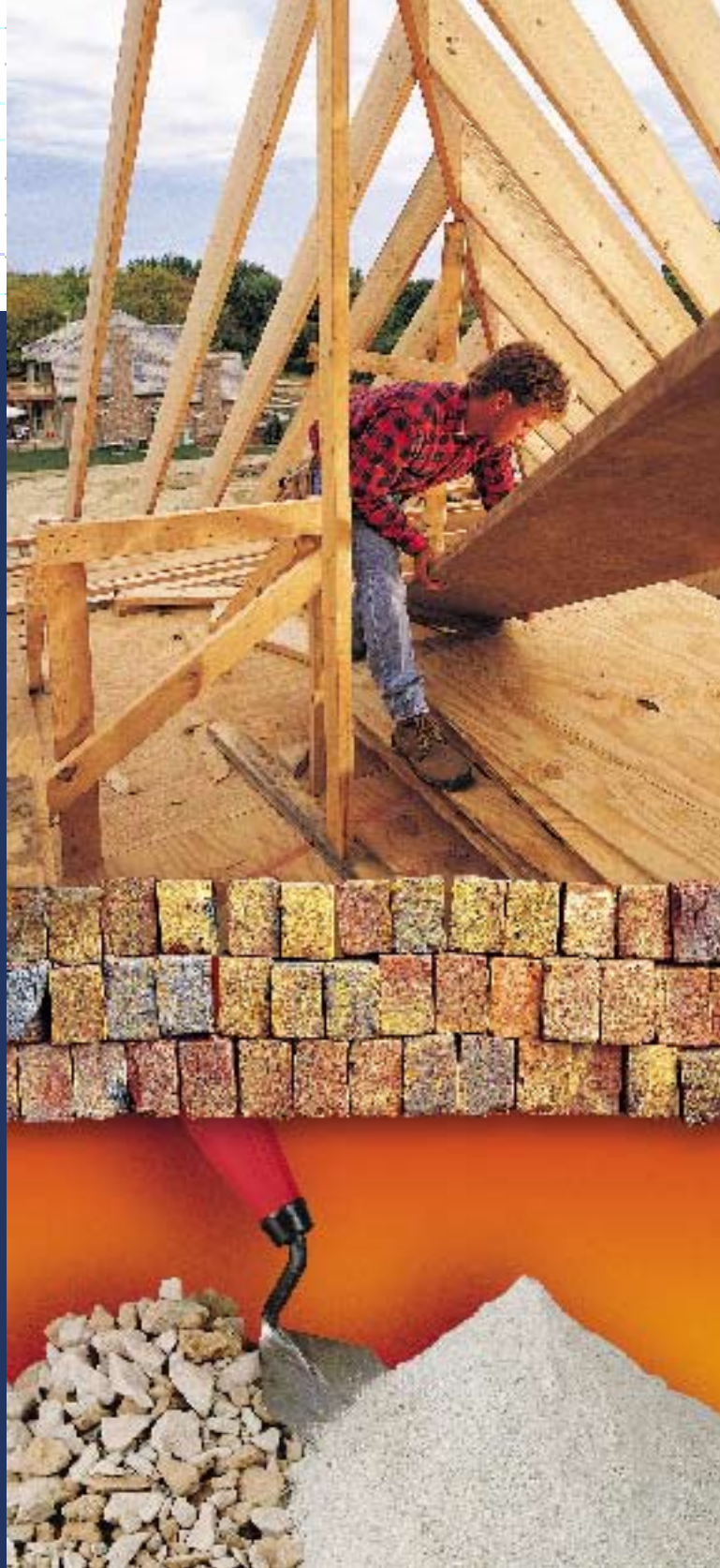
ترجمة / فخر الملوک البغدادی



وسنعرض في ما يلي أهم الحقائق التي
توصل إليها الباحثون حول أخطار العمل
الشاق

ونقترح بعدها بعض الإجراءات التي تؤدي
إلى نشوء عادات عمل أكثر عناية بالصحة.

أظهرت مجموعة من الدراسات في عدد من
الدول أن بعض الناس يقومون فعلاً بقتل
أنفسهم عندما يستمرون بالعمل، وذلك
ناتج عن عدة عوامل من بينها مكان العمل
والإنهاك وساعات العمل الطويلة





* أظهرت دراسة دانمركية أجريت على 2465 شخصا من

سائقي الحافلات أن ازدحام الطرق يؤدي إلى تضاعف خطر

الإصابة بتوقف القلب عندهم، ويتفاقم هذا الخطر في حالة

نقص الدعم الاجتماعي .

* إن العامل الذي لا يحظى بدعم اجتماعي مقبول معرض

لمرض قلبي أكثر من غيره

في اليوم هم معرضون للإصابة بالنوبات القلبية أكثر بمرتين ونصف تقريبا من الذين عملوا بمعدل 7-9 ساعات في اليوم، وذلك دون تفريق بين من أصيب بها سابقا ومن لم يصب.

قد يكون الإجهاد النفسي سببا منطقيا لما حدث، ولكن الأسباب النفسية أو ما يطلق عليه الأطباء اسم (مؤشر الإجهاد) لا تقدم التفسير الكافي لهذه الحالة.

وحتى عند تحري وجود حالات ارتفاع ضغط الدم وارتفاع نسبة الكوليسترول والسكري والسمنة والتدخين، فقد تبين أن عدد ساعات العمل هو العامل الوحيد الذي كان يؤثر على نتائج الدراسة في ترجيح احتمال حدوث النوبات القلبية.

ومن المعلوم عن اليابانيين أنهم مدمنون على العمل، وقد تم تهيئة ظروف العمل

هل يمكن أن يصل العمل إلى حد القتل ؟

يجيب اليابانيون عن هذا السؤال بأنهم يعيشون في مجتمعهم ظاهرة الـ(كاروشي)، وهو اصطلاح يشاربه إلى حالات الموت الناتجة عن الإسراف في العمل، ويستحق عندهم الناجون من الكاروشي الراتب التقاعدي.

وفي دراسة أجريت على 526 رجلا يابانيا تتراوح أعمارهم بين 30 و 69 سنة تم التأكيد على صحة القول بأن ساعات العمل الطويلة تؤدي إلى أضرار شديدة في صحة العامل، وقد ضمت هذه الدراسة رجالا أصيبوا بنوبات قلبية مع آخرين سليمي البنية وينتمون إلى ذات الفئة العمرية ونوع الوظيفة .

وجاءت النتائج كالصدمة :.....

فتبين أن كل الذين عملوا بمعدل 11 ساعة



بالإضافة إلى عمره وفيما إذا كان يدخل أم لا، وممارسته للرياضة ومستواه الثقافي والاجتماعي.

جاءت النتائج لتؤكد على الدور الخطير لأمرين اثنين يؤديان إلى حصول الوفاة بمرض قلبي ما، وهما:

1. ظروف العمل السيئة: فالعامل في وسط ظروف سيئة معرض لمرض قلبي أكثر من غيره بمرتين تقريباً.

2. نقصان الدعم الاجتماعي (غياب الأسرة أو الأصدقاء): فالعامل الذي لا يحظى بدعم اجتماعي مقبول معرض لمرض قلبي أكثر من غيره بمرتين ونصف تقريباً.

كما أظهرت دراسة دانمركية أجريت على 2465 شخصاً من سائقي الحافلات أن ازدحام الطرق يؤدي إلى تضاعف خطر الإصابة بتوقف القلب عندهم، ويتفاقم هذا الخطر في حالة نقص الدعم الاجتماعي.

واستنتجت دراسة أخرى في السويد أن

عندهم لتكون مرنة وقادرة على التخفيف من تعبهم، وعندما يطلع العمال من باقي الشعوب على ظروف عملهم يعجبون كيف أن العامل يصاب بالإنهاك مع كل هذه المرونة؛

في عام 1997م قام فريق عالمي بدراسة النتائج التي توصل إليها عدد من الأبحاث التي أجريت حول علاقة العمل بالصحة، وقد تفاوتت الأبحاث في دراستها لحالات متنوعة كالنوبات القلبية والإجهاد النفسي والإنهاك، وكان استنتاج الفريق أن علاقة صغيرة - لكنها ثابتة ومهمة - تربط بين ساعات العمل وحدوث المشاكل الصحية عند كلا الجنسين.

لقد ركزت الدراستان السابقتان على دور ساعات العمل، ولم تعرباً إلى ظروف العمل، لكن دراسة سويدية في عام 1996م فعلت ذلك، فقامت باستقصاء مجموعة من العمال الذين مضى على بداية عملهم أكثر من 14 سنة وبلغ تعداد أفراد المجموعة 12500 عامل، وسجلت الحاجات الجسدية والنفسية التي تحتاجها وظيفة كل عامل



وسرعة القلب ويؤثر على انتظامه (اضطراب النظم القلبي)، كما يؤدي الإجهاد إلى تفعيل عمل الصفائح الدموية مما يؤدي إلى تشكيل خثرات قد تسد الشرايين التاجية المنهكة، وعلاوة على ذلك يعلم الأطباء منذ سنين عديدة أن الغضب خصوصاً يحدث نوبات قلبية، وأن اختبارات الإجهاد النفسي أدق من اختبارات الإجهاد الجسدي في التنبؤ بحدوث المشاكل القلبية.

إن الغضب سبب أساسي من أسباب الإجهاد الناتج عن العمل، والأشخاص الذين تتسم شخصياتهم بقدر كبير من الغضب والعدائية يصنفون ضمن الزمرة الأكثر تعرضاً لأمراض القلب.

وفي عام 1986م انتهت دراسة دامت 25 سنة على 1305 من الرجال (معدل أعمارهم 61 سنة) حيث خضعوا لاختبار (MMPI-2) وهو اختبار يتم فيه تقدير الغضب بشكل كمي، حيث تم تسجيل مستوى الغضب والعدوانية لكل شخص، ثم خضعوا لفحوص طبية شاملة دقيقة كل سبع سنوات وذلك لتقصي وجود مسببات لحدوث المشاكل القلبية والوعائية كالتدخين وارتفاع الضغط والكوليسترول.

الإجهاد في العمل هو السبب المحتمل لوفاء 500 عامل خلال سبع سنين وذلك لظروف عملهم السيئة.

وفي إيطاليا بين المسح الشامل لـ 99092 عامل في السكك الحديدية أن حدوث النوبات القلبية لديهم يزداد بازدياد مسؤولية الوظيفة ونقصان الجهد الجسدي.

مع أن الأبحاث السابقة تحتاج إلى أبحاث أخرى تدعم نتائجها، فإن النتائج التي تتوفر لدينا الآن كافية للادعاء بأن الإجهاد في العمل قد يؤدي زياده خطر حصول الوفاة إثر مرض قلبي، وإلى جانب هذا يجب النظر باهتمام إلى الدور الخطير لتراكم الإجهاد مع الضغط النفسي وظروف العمل السيئة ونقصان الدعم الاجتماعي.

كيف يقوم الإجهاد في العمل بالتأثير على الصحة ؟

لا أحد يعرف، لكن الذي نعرفه أن الإجهاد النفسي يزيد مستوى الأدرينالين والكورتيزون في الدم وهما الهرمونان اللذان يعرفان بهرموني الإجهاد .

ويزيد الإجهاد الجسدي من ضغط الدم



قراءة الحقائق السابقة، لكن هذا خطأ، فمن الممكن تلافي الخطر باتباع بعض النصائح المفيدة ومنها:

- الحفاظ على سلامة القلب: عن طريق تناول الأطعمة المناسبة، والابتعاد عن التدخين.
- المداومة على مراجعة الطبيب بشكل دوري، والتأكد من بقاء ضغط الدم ومستوى الكوليسترول ضمن الحدود الطبيعية.

- من المهم جداً تنظيم بيئة العمل بحيث تضمن التحكم بنسبة الإجهاد الحاصل عنها وتعتمد على الاستقلالية دون الاستغناء عن دعم المحيطين بك. فالعمل المثالي يتميز بأنه يبعث التحدي في النفس دون أن يكون مجهداً، كما يحتوي على مقدار مواز له من التسلية.



وكان كل أفراد الدراسة سليمين من المشاكل الوعائية عند بداية الدراسة، لكنه خلال سبع سنين أصيب 110 منهم بمشاكل قلبية، وتبين أن مستوى الغضب العالي عند أي منهم ينذر بتزايد احتمال ظهور مشكلة قلبية لديه، وظهر أن خطر الإصابة بمشكلة في الشريان التاجي أكبر بثلاث مرات عند شديدي الغضب منه عند غيرهم، وبدا بشكل جلي أن الغضب يستطيع لوحده أن يؤدي إلى الإصابة بأفة قلبية دون تدخل عوامل مساعده كالتدخين واضطراب ضغط الدم.

ليس القلب هو المتأثر الوحيد بتأثيرات الغضب، بل إن الدماغ يقع تحت تأثير مشابه، وهذا ما أكدت عليه دراسة أجريت على 2000 رجل لمدة سبع سنوات، حيث أظهرت النتائج أن معدل الإصابة بالسكتة الدماغية عند الأشخاص شديدي الغضب هو ضعف المعدل عند غيرهم، دون أن يكون هناك دور للعوامل الأخرى المحتملة كارتفاع ضغط الدم والتدخين وإدمان المسكرات والسكري والسمنة وارتفاع نسبة الكوليسترول.

قد يفكر بعض الأشخاص بالتقاعد بعد

البصل

البروفسورة

ريبيكا فري، تيش ديفيدسون

ترجمة واعداد: زينب الجعفري





لقد استعمل البصل كغذاء منذ القدم، واكتشف تفضيل مختلف حضارات العالم له على نحو منفصل في عدد من القارات. فقد ورد ذكره في المدونات المصرية القديمة، كما كان معروفا للحضارة اليونانية، واستعمل استعمالا فاشلا في أوروبا العصور الوسطى من أجل دفع خطر الطاعون.

وفي أمريكا الشمالية، استعمل السكان الأصليون البصل في معالجة لسعات الحشرات وتخفيف الزكام. كما استخدم الطب الشعبي الصيني خلاصة البصل في المعالجة المثلية لأمراض وأعراض عدة كالزكام والسعال والاسهال واللقوة وحمى القش والفتاق والتهاب الحنجرة وذات الرئة والرضوض.

بالرغم من أن البصل ينتمي إلى عائلة الخضراوات، فإنه يحتل حيزا كبيرا في تاريخ المداواة الطبية. وهو يعتبر من المحاصيل الزراعية التي تتم زراعتها على مدار العام لأغراض غذائية على امتداد العالم، ويتوفر بأنواع متعددة وألوان تختلف بين الأبيض والأصفر والأحمر. أما أوراقه وسيقانه الخضراء فهي جوفاء وقد يصل ارتفاعها إلى متر واحد في بعض الأنواع، وله أزهار صغيرة بيضاء أو أرجوانية، أما «رأس» البصل فهو ينمو تحت الأرض ويعرف باستعماله كغذاء ودواء في نفس الوقت. وهذا النبات عضو في الفصيلة الزنبقية، حيث يدعى باسمه الطبي اللاتيني: أليوم سيبا.

الاستعمال العام



الرأس كمعرض على نمو الشعر، ووصل استخدامه من التوسع إلى حد الاستعانة به في إزالة العيوب الجلدية. واستخدم عصير البصل الساخن كقطرة أذنية لتسكين آلام الأذن، واستعين بالبصل المشوي لاستخراج القيح من الدمامل.

إن الأبحاث العلمية الحديثة تؤيد الكثير من الاستعمالات الشعبية للبصل، فقد وجد أن البصل يحتوي على مادة كيميائية تعرف باسم الثيوسولفينات وهي فعالة في قتل العديد من الجراثيم الشائعة مثل: السالمونيلا التيفية، والزوائف الزنجارية، والإشريكية القولونية، وهذا يدعم الوصفة الشعبية للبصل في معالجة الجروح، وربما حتى في معالجة تلبك المعدة.

وثمة دراسات سريرية صغيرة تدعم الاستعمال الطبي الشعبي للبصل، فقد اكتشفت هذه الدراسات أن البصل الطازج وخلصات البصل التجارية تقوم بتخفيض فعلي لنسبة الكوليسترول في الدم، وتخفيض ضغط الدم، والوقاية من تشكل الجلطات

ولم يقتصر استعمال البصل تاريخيا على المداواة الداخلية، فتعداها إلى المداواة الخارجية. فداخليا نصح الأطباء باستعماله للعلاج من الزكام والسعال والتهاب القصبات والسعال الديكي والربو وما إلى ذلك من العلل التنفسية. كما يتم إعداد مزيج من البصل ونبات السذاب للقضاء على الطفيليات الموجودة في الجهاز الهضمي، وإضافة إلى ذلك، يعتبر البصل فاتحا للشهية.

ويظن بأن للبصل تأثير إيجابي على الدورة الدموية، وقد استفيد من تأثيره المدر في تخفيف التورم، ويعتقد بأنه يساعد في التخفيف من تصلب الشرايين من خلال تخفيضه لنسبة الكوليسترول في الدم ومنعه لتشكل الجلطات الدموية. كما استعمل البصل دواء للسكري حيث يعتقد بأنه يقوم بتخفيض نسبة السكر في الدم.

أما خارجيا، فقد استخدم عصير البصل الطازج للوقاية من العدوى بالإصابات الجرثومية والفطرية، فطليت به الجروح واللسعات، وأزيلت به الثآليل، ووضع على

الدموية. وعلى الرغم من أن هذه الدراسات قد تمت على نطاق ضيق من الناس، فإنها تتلقى الدعم من دراسات أخرى منها ما أجري على الحيوانات ومنها ما أجري بشكل مخبري. كما وجد بأن هذه الخواص تتوفر في أحد أقارب البصل: وهو الثوم.

وفي عام 1990 اكتشف العلماء وجود مادة كيميائية في البصل تساهم في إيقاف نمو الالتهابات، كما تم الاستعانة بعصير البصل الطازج في وقاية حيوانات الاختبار من الربو التحسسي، وهذا التأثير لوحظ عند البشر حيث أدى تناولهم خلاصة البصل إلى تخفيف تقلص المجاري التنفسية في الربو التحسسي، وهذا الاكتشاف يؤيد الاستعمال الشعبي التقليدي للبصل في معالجة الربو والعلل التنفسية.

وقد أظهرت بعض التجارب الكيميائية في الزجاج وعلى الحيوانات أن زيت البصل ذو مقدرة على إيقاف نمو الأورام، ولا يعرف مدى تأثير هذه المادة على الإنسان في هذا المجال لحد الآن، لكن دراسة صينية وجدت

في عام 1989 أن الأشخاص الذين يتناولون كميات كبيرة من الخضراوات التي يبدأ اسمها بكلمة أليوم (كالبصل والثوم) يتناقص معدل إصابتهم بسرطان المعدة بشكل ملحوظ.

كذلك يحتوي البصل على مضادات الأكسدة التي تحمي الجسم من مخاطر الجذور الحرة (الجذور الحرة مزاد كيميائية نشيطة جدا تقوم بتخريب مواد كيميائية أخرى لتؤدي إلى مجموعة من الأمراض التنكسية).

وقد قامت اللجنة (E) التابعة للوكالة الاتحادية الألمانية للصحة، وهي لجنة أنشئت عام 1978 لإعطاء تقارير وتقييمات حيادية عن الدراسات والكتابات العلمية المتعلقة بالتداوي بالأعشاب والنباتات، باعتبار البصل دواء مضادا للجراثيم.

التحضير

البصل من الخضراوات الشائعة على الموائد، ويمكن تناوله نيئا أو مطبوخا، كما تتوفر مستحضرات طبية من البصل على شكل



التأثيرات الجانبية

لم تسجل لحد الآن حالات تحسسية في ما يتعلق بالتعامل مع لب البصل، لكن أوراقه تسببت بحالات من الطفح التحسسي لبعض من تعامل معها، كما لوحظ حدوث حالات تخرش في عيون العاملين في حصاد البصل نتيجة لتعرضهم لجزيئات بقايا أوراق البصل وقشوره التي تذررها الرياح.

التنافرات

لا تتوفر دراسات تتعلق بتنافر البصل مع الأدوية الشائعة، ويمكن القول استنادا إلى الانتشار الواسع والتاريخي لاستعمال البصل كأحد خضراوات المائدة، بأنه من المستبعد وجود حالات تنافر خطيرة عند استعمال هذا الغذاء.

كبسول أو حبوب تحتوي مسحوق البصل الجاف أو خلاصة البصل. فقد اكتشفت دراسة حديثة حول مضادات الأكسدة الموجودة في البصل أن هذه المواد لا تتأثر بالتسخين أو الغلي. أما استعمال البصل للتطبيق الخارجي فيكون بشكله كعصير. ويمكن تحديد جرعة البصل الدوائية بـ (0.25-1) كوب من البصل يوميا أو ملعقة شاي واحدة من عصير البصل ثلاث مرات يوميا، وفي الطب الشعبي توجد وصفة للسعال هي عبارة عن مزيج البصل والعسل.

الاحتياطات

لا توجد احتياطات خاصة يجب مراعاتها عند تناول البصل كدواء.



الروماتيزم

صحة - أمراض شائعة

يعتبر مرض التهاب المفاصل الرثياني (الروماتيزم) من أمراض المناعة الذاتية المزمنة، وهو يسبب التهاب وتشوه المفاصل، بالإضافة إلى تأثيرات جهازية كالتهاب الأوعية الدموية، وظهور درنات في أجزاء مختلفة من الجسم، ومشاكل في الرئة، واضطرابات دموية، وترقق في العظام.

ليزميزاروس

ترجمة واعداد: د. علي الحارس

الغشاء الليفي من الخارج، والغشاء الزليلي من الداخل. قد يحتوي الغشاء الليفي على أشرطة قوية من الأنسجة تدعى بالأربطة وهي مسؤولة عن تدعيم المفصل. أما الغشاء الزليلي فيحتوي على خلايا خاصة والكثير من الشعيرات الدموية، وهو ينتج سائلا زليلا يقوم بملء التجويف المفصلي وتزليقه ومساعدته العظام المتمفصلة على الحركة بنعومة عبر المفصل.



الوصف

يتكوّن

الهيكل العظمي

للإنسان من أنواع

مختلفة من الأنسجة

الليفية القوية التي تدعى بالأنسجة الضامة؛ وهذه الأنواع هي: العظام والغضاريف والأربطة والأوتار، التي تعتبر أنسجة ضامة تختلف في ما بينها بالتركيب والخصائص.

تتصل العظام مع بعضها البعض بواسطة بنى تدعى المفاصل، ومن هذه المفاصل ما يسمح بالحركة للعظام المتصلة بواسطتها (وتدعى بالمفاصل الزليلية).

وأبسط بنية مفصليّة تنتمي إلى هذه المجموعة هي التي تقوم بالوصل بين عظمين ليفصل بينهما فجوة صغيرة تدعى بالتجويف المفصلي، وتكون كل من نهايتي العظمين المتصلين مغطاة بطبقة من النسيج الغضروفي، ويحيط نسج قوي (يدعى بالمحفظة المفصليّة) بنهايتي العظمين المتمفصلين والمحفظة المفصليّة، وتتكون المحفظة المفصليّة بدورها من مكونين رئيسيين هما:

عند الإصابة بالتهاب المفاصل الرثياني (الروماتزم)، يلتهب الغشاء الزليلي بشدة، ويصبح ثخيناً متصلباً بعد أن كان دقيقاً رقيقاً، بالإضافة إلى ظهور الكثير من التجاعيد على سطحه، كما تغزوه كريات الدم البيضاء التي تفرز أنواعاً من المواد الكيماوية المدمرة. ويتعدى الأمر هذا الغشاء إلى السطوح المفصليّة التي يهاجمها المرض ويدمرها، كما تبدأ مظاهر التآكل تبدو على العظم والمحفظة المفصليّة والأربطة. وتتبدي نتيجة هذه الإصابة بشكل ملحوظ على حركة المفصل.

إن مرض الروماتزم منتشر عبر دول العالم ولا يتوقف عند عائق اختلاف الجنس أو العرق، وفي الولايات المتحدة الأمريكية لوحدها، يوجد مليوناً شخص يعانون منه. وقد تبين أن النساء يصبن به أكثر من الرجال بثلاثة أمثال العدد، كما أظهرت الإحصائيات أن 80% من المصابين به تتراوح أعمارهم بين (35-50) عاماً. كما تلعب بعض العوامل البيئية دوراً في تطور هذا المرض.

الأسباب والأعراض

لا يعرف لحد الآن ما هي الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بالتهاب المفاصل الرثياني، ويرى بعض الباحثين بأن هذا المرض يحدث إثر استعداد مسبق متواجد ضمن جينات المصاب، ويبقى على الطبيب أن يعرف ماهية العامل الخارجي الذي أدى إلى بدء عجلة المرض بالدوران. وينكب هؤلاء الباحثون حالياً على التحقق من فرضية تفسر حدوث المرض اعتماداً على آليات المناعة الذاتية الناجمة عن مهاجمة الجسم من قبل كائن حي (جرثوم أو فيروس)؛ ففي هذه الحالة تتمثل الاستجابة الطبيعية لجسم الإنسان في إنتاج خلايا تهاجم هذا الكائن وتقتله. أما في أمراض المناعة الذاتية، كما هو الحال في الروماتزم، فتخرج عملية المناعة عن السيطرة، ويقوم الجسم بإنتاج خلايا مناعية تائهة تتعرف على عناصر من أعضاء الجسم بوصفها أجساماً غريبة، فتهاجمها وتدمرها.

قد يبدأ ظهور هذا المرض بشكل تدريجي، وقد يهجم على المريض فجأة. وتتمثل أولى أعراضه بالألم والتورم وتصلب المفصل. وأكثر ما يصيب مفاصل اليد والقدم والمعصم والمرفق والكاحل بالإضافة إلى مفاصل الجسم الأخرى. وعادة ما تصاب المفاصل بشكل متناظر؛ فإذا أصيب المعصم الأيمن، فسيتلو نظيره الأيسر. وكثيراً ما يعاني المرضى من

تصلب مفصلي مؤلم عند النهوض من الفراش صباحاً، ليستمر الألم حوالي الساعة. وبمرور الزمن، تتشوه المفاصل، وقد يصبح من الصعب تقويمها، وربما تصاب أصابع اليدين والقدمين بانحراف دائم، أو تنثني اليدين والقدمان بعيداً عن الجسم على نحو غير طبيعي.

يلاحظ الكثير من المرضى أيضاً أن الشعور بالتعب يزداد لديهم، بالإضافة إلى فقدان الشهية، وانخفاض الوزن، والحمى أحياناً. تبرز درنات التهاب المفاصل تحت الجلد في المناطق المحيطة بالمفاصل وأعلى الذراع والساق، كما يمكن أن تحدث هذه الدرنات في الغشاء الذي يغطي الجزء الخارجي للثنتين والمبطن للتجويف الصدري (الجنب) لتتسبب بقصور تنفسي يشاهد عادة عند الرجال، بالإضافة إلى إمكانية حدوثها في النسيج المغطي للدماغ والحبل الشوكي (السحايا). وقد يصاب

المريض بالتهاب الأوعية الدموية مما ينتج عنه تقرح جلدي، وتموت النسيج (الغفرينة)، والنخز والتنميل.

قد يحدث التهاب المفاصل الشبابي عند الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 16 عاماً، ويبلغ عدد المصابين





وعندما يصاب أكثر من 4 مفاصل بالتهاب المفاصل الشبابي فيدعى المرض حينئذ بالتهاب المفاصل المتعددة الشبابي، أما إذا أصيب أقل من ذلك العدد فإنه يدعى حينئذ بالتهاب المفاصل القليلة الشبابي، وهنا يصنف المرض إلى نمطين: يحدث الأول منهما لدى الفتيات في المرحلة العمرية (1-4 سنوات) ويبدأ في الركبة أو الكاحل أو المرفق، أما الثاني فيحدث عند الفتيان بدءاً من السنة الثامنة ويصيب المفاصل الكبيرة كمفاصل الورك والساقين.

التشخيص

لا يمكن القول بوجود فحص مخبري مطلق يمكنه تحديد الإصابة بالتهاب المفاصل، لكن يوجد عدد من الفحوص المخبرية يستطيع الطبيب بموجبها أن يقترح إصابة المريض بهذا المرض، ومن هذه الفحوص ما يسمى باختبار معدل تثفل كريات الدم الحمراء (ESR) الذي يعطي نتيجة إيجابية في 100% تقريباً من الحالات، لكنه يعطي نتيجة إيجابية أيضاً عند الإصابة بأمراض أخرى. وهناك أيضاً اختبار فقر الدم ويعاني من نفس الإشكالية حيث يعطي نتيجة إيجابية في عدد من الأمراض من بينها الروماتزم. ويضاف إلى الاختبارات السابقة: اختبار العامل الرثياني (RA) والذي يقيس نسبة وجود العامل الرثياني في الدم، وهذا العامل يعتبر جسماً مضاداً ذاتياً يتواجد في دماء 80% من المصابين بالتهاب المفاصل الرثياني، ولكن هذا الاختبار ليس اختباراً حاسماً، لأن العامل الرثياني موجود في دماء 5% من البشر الأصحاء وترتفع هذه

بهذا النوع من التهاب المفاصل في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها حوالي ربع مليون طفل. وتشير الإحصائيات إلى أن معظم الأطفال المصابين بهذا المرض تبدو عليهم أعراضه مباشرة، وهو يصيب عدداً مفاصل في الجسم في 50% من الحالات، أو يقتصر على مفصل واحد في 30% منها. وفي 20% من الحالات يلاحظ بأن الطفل تبدو عليه أعراض بدنية حادة تتمثل بالحمى، والتهاب المفصل المصاب، والطفح الجلدي، واعتلال الكبد والجهاز الهضمي.

لقد تبين من خلال الأبحاث أن التهاب المفاصل الشبابي يكثر حدوثه في مرحلتين عمريتين محددين هما: مرحلة تبدأ من السنة الأولى إلى الثالثة، ومرحلة تبدأ من السنة الثامنة إلى الثانية عشرة.





مضادات الالتهاب غير الستيروئيدية (NSAIDs) كالنابروكسين والايبوبروفين والايثودولاك والأسبرين، والتي تستعمل من أجل تقليص الالتهاب والقضاء على الألم. إن هذه الأدوية مفيدة، لكنها لا تعترض تماذي المرض وتطوره، لذا يمكن الاستعانة بجرعات منخفضة من مضادات الالتهاب الستيروئيدية لإبطاء مسيرة المرض والتخفيف من الأعراض. وبالإضافة لما سبق تذكر الأدوية المضادة للريثية كمركبات الذهب والديبنسيلامين والأدوية المشابهة لمضادات الملاريا، والسلفاسالازين، والتي تعتبر أول الأدوية المستخدمة لمعالجة الروماتزم، لكن المرضى الذين يعانون من حالات روماتزمية شديدة يحتاجون إلى أدوية أبطأ عملاً. أخيراً تذكر الأدوية المثبطة للجهاز المناعي كالميثوتركسات والأزاثيوبرين والسيكلوفوسفاميد وهي تملك أثراً مخفضاً للالتهاب. إن جميع الأدوية المذكورة في ما سبق تملك آثاراً جانبية مؤذية تتطلب من الأطباء أن يفاضلوا بين المنافع والمضار المتأتية عن استعمالها قبل وصفها للمريض.

لقد تم مؤخراً تطوير أصناف جديدة من الأدوية لمعالجة الروماتزم، وأولها صنف يدعى بمغيرات الاستجابة الحيوية، وهي تعمل على تخفيف التهاب المفصل من خلال إيقاف عمل مادة كيميائية تدعى بعامل

النسبة إلى 10-20% عند من تتجاوز أعمارهم الخامسة والستين، إضافة إلى وجود العامل الرثياني في دماء المصابين بعدد من الأمراض التي تندرج في فئة أمراض المناعة الذاتية والأمراض الخمجية (النتيجة عن العدوى الجرثومية) مثل: الذئب الحمامي الجهازى، والتهاب الشغاف القلبي الجرثومي، والملاريا، والزهري. ومما يعاب على هذا الاختبار أنه لا يعطي نتيجة إيجابية في مجال تشخيص التهاب المفاصل الشبابي.

أخيراً، قد يلجأ الطبيب إلى فحص السائل الزليلي، وذلك بإدخال إبره دقيقة ضمن الغشاء الزليلي، ثم يأخذ السائل ويفحص، فإذا كان متعكراً ويحتوي نسبة عالية من البروتينات ونسبة منخفضة من الغلوكوز والكثير من كريات الدم البيضاء، فعند ذلك تعتبر المفاصل ملتهبة، ولكن، لا يعد ذلك دليلاً كافياً على الإصابة بالتهاب المفاصل الرثياني.

العلاج

ليس ثمة علاج لالتهاب المفاصل الرثياني، ولكن توجد أدوية لمعالجة الالتهاب من أجل الوقاية من حدوث تخريب في بنية المفاصل وأية مضاعفات أخرى قد تنتج عن هذا المرض، بالإضافة إلى القيام بإجراءات للحفاظ على مرونة المفصل وحركيته.

ويتمثل الخط العلاجي الأول في

العظمي، بالإضافة إلى دواء الروفيكوكسيب الذي وافقت نفس الجهة على استعماله في معالجة المرضى السابقين ولتسكين الألم الناتج بشكل رئيسي عن عسر الطمث أو العمليات الجراحية.

قد ينصح الطبيب بملازمة السرير في الأطوار الشديدة المؤلمة من الروماتزم، وقد يوصي باستعمال الجبائر لدعم وتمهدة المفاصل المؤلمة. وبعد أن يخف الألم يمكن للمريض أن يتبع علاجاً فيزيائياً للحفاظ على أكبر مقدار ممكن من مرونة المفصل وقابليته للحركة. أما إذا كان المفصل قد تعرض إلى أضرار كبيرة نتيجة للالتهاب، فربما يرى الطبيب ضرورة إجراء عملية لاستبدال المفصل، خاصة في إذا كان الوضع المصاب هو الركبة أو مفاصل الورك.

العلاج البديل

يمكن وصف أنواع كثيرة من علاجات الطب البديل في مجال تخفيف الآلام الناتجة عن الروماتزم: كالتأمل، والتنويم المغناطيسي،

النخر الورمي (TNF) وهي بروتين يطلق عمل الفعالية الالتهابية خلال الاستجابة المناعية الطبيعية للجسم نتيجة لزيادة تركيزه عن الحد الطبيعي. إن أدوية «الخط الثاني» التي تعتمد على هذه الآلية يلجأ الطبيب إلى استعمالها عند فشل الأدوية السابقة في إحداث التأثير المطلوب، وينبغي التنبيه إلى أن الآثار الجانبية لهذه الأدوية ما تزال قيد الدراسة.

ويضاف صنف آخر من الأدوية إلى ما ذكر سابقاً، وهو مجموعة مثبطات أنزيم (COX-2) الذي يحرض على حدوث الاستجابات الالتهابية في الجسم، ليشبه تأثير الصنف (NSAIDs)، ولكنه يختلف عن الأخير في عدم احتوائه على مخاطر الإصابة بقرحات في الجهاز الهضمي، وذلك لأنه لا يثبط الأنزيم (COX-1) الذي يعتبر مسؤولاً عن حماية الجدار الداخلي للمعدة. وينتمي إلى هذا الصنف دواء السيليكوكسيب الذي وافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية على استعماله في معالجة الروماتزم والتهاب المفاصل

*** إن مرض الروماتزم منتشر عبر دول العالم ولا**

يتوقف عند عائق اختلاف الجنس أو العرق،

*** لا يعرف لحد الآن ما هي الأسباب التي تؤدي**

إلى الإصابة بالتهاب المفاصل الرثياني، ويرى

بعض الباحثين بأن هذا المرض يحدث إثر استعداد

مسبق متواجد ضمن جينات المصاب



المعالجة بالتغذية باتباع حمية غذائية معتمدة على الخضار وقليلة المشتقات الحيوانية والسكر من أجل تخفيف الالتهاب والألم في حالة الإصابة بالروماتزم، ومن الأغذية التي ينصحون بتناولها: أسماك المياه الباردة (الاسقمري، الرنكة، السلمون، السردين)، والثمار اللبية الغنية بالفلافونويدات (الكرن، العنبية، الزعرور البري، العليق).

وبما أن الروماتزم يعتبر من أمراض المناعة الذاتية، فقد يكون ناتجا عن تحسس تجاه نوع من الأطعمة، لذا ينبغي اتباع حمية لتجنب تناول الطعام المسبب للتحسس للتخلص من تفاقم الحالة ورجوعها. وثمة من يلجأ إلى المعالجة بالماء، والحرارة الرطبة (أكثر فعالية من الحرارة الجافة)، والكمامات الباردة.

التنبؤ بالمرض

يدوم الروماتزم عند 15% من

والتخيل الموجه، وتقنيات الاسترخاء، والضغط بالإبرة، والوخز بالإبر. كما يذكر التدليك هنا كتقنية مسكنة للألام ومخفضة للجهد والتوتر، ويعتقد بأن لها تأثير آخر يتمثل في تحسين أو استعادة التوازن الكيميائي للجسم.

ثمة إضافات غذائية متنوعة يمكن استعمالها في هذا المجال، ويذكر منها بشكل رئيسي: زيت السمك، أنزيمات البروميلاين والبانكرياتين، ومضادات الأكسدة كـ بعض الفيتامينات (A, C, E) والمعادن (السيلينيوم، والزنك). وذلك بالإضافة إلى العلاج بالأعشاب المضادة للالتهاب مثل: الكركم، والزنجيل، والأقحوان، وعرق السوس، واللوبيليا، بحيث تستخدم بشكل موضعي على المفاصل المصابة.

وهناك اليوغا: التي تستعمل من أجل التحكم بعملية الاسترخاء والتخلص من الإجهاد وتحسين حركية المفصل المصاب. كما ينصح خبراء

*** قد يحدث التهاب المفاصل الشبابي عند الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 16 عاما، ويبلغ عدد المصابين بهذا النوع من التهاب المفاصل في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها حوالي ربع مليون طفل**

*** لقد تبين من خلال الأبحاث أن التهاب المفاصل الشبابي يكثر حدوثه في مرحلتين عمريتين محددتين هما: مرحلة تبدأ من السنة الأولى إلى الثالثة، ومرحلة تبدأ من السنة الثامنة إلى الثانية عشرة**

- المصابين لفترة قصيرة وتحسن أحوالهم دون أن يترك المرض مشاكل طويلة الأمد، ويمكن أخذ عدة ظروف بعين الاعتبار للتنبؤ بإمكانية تطور المرض إلى درجة أسوأ، ومن هذه الظروف:
- العرق والجنس (حيث يكثر عند العرق القوقازي والإناث عند المقارنة بغيرهم).
- إذا كانت المفاصل الملتهبة أكثر من 20 مفصلاً.
- ارتفاع معدل تثفل كريات الدم الحمراء (ESR).
- ارتفاع معدل العامل الرثياني (RA).
- عندما يكون الالتهاب مستمراً ومقاوماً.
- وجود آثار على حدوث تآكل للعظم أو المفصل أو الغضاريف في الصورة الشعاعية.
- الفقر.
- السن الكبير عند التشخيص.
- التدرن الروماتزمي.
- إصابة المريض بأمراض أخرى.
- استعداد جيني خاص يمكن معرفته بإجراء الفحوص المخبرية.
- ويتصف مرضى الروماتزم بأنهم أقصر أعماراً من غيرهم بمعدل (3-7) سنوات، وقد يموتون عند اشتداد المرض، أو العدوى، أو النزف الهضمي، وتلعب الآثار الجانبية لبعض الأدوية دوراً في حدوث الوفيات في صفوف هؤلاء المرضى.

الوقاية

- ليست ثمة طريقة معروفة لتجنب الإصابة بالروماتزم، وكل ما يمكن عمله هو اتباع الوسائل المقيده للمرض أو المبطنة لتطوره.

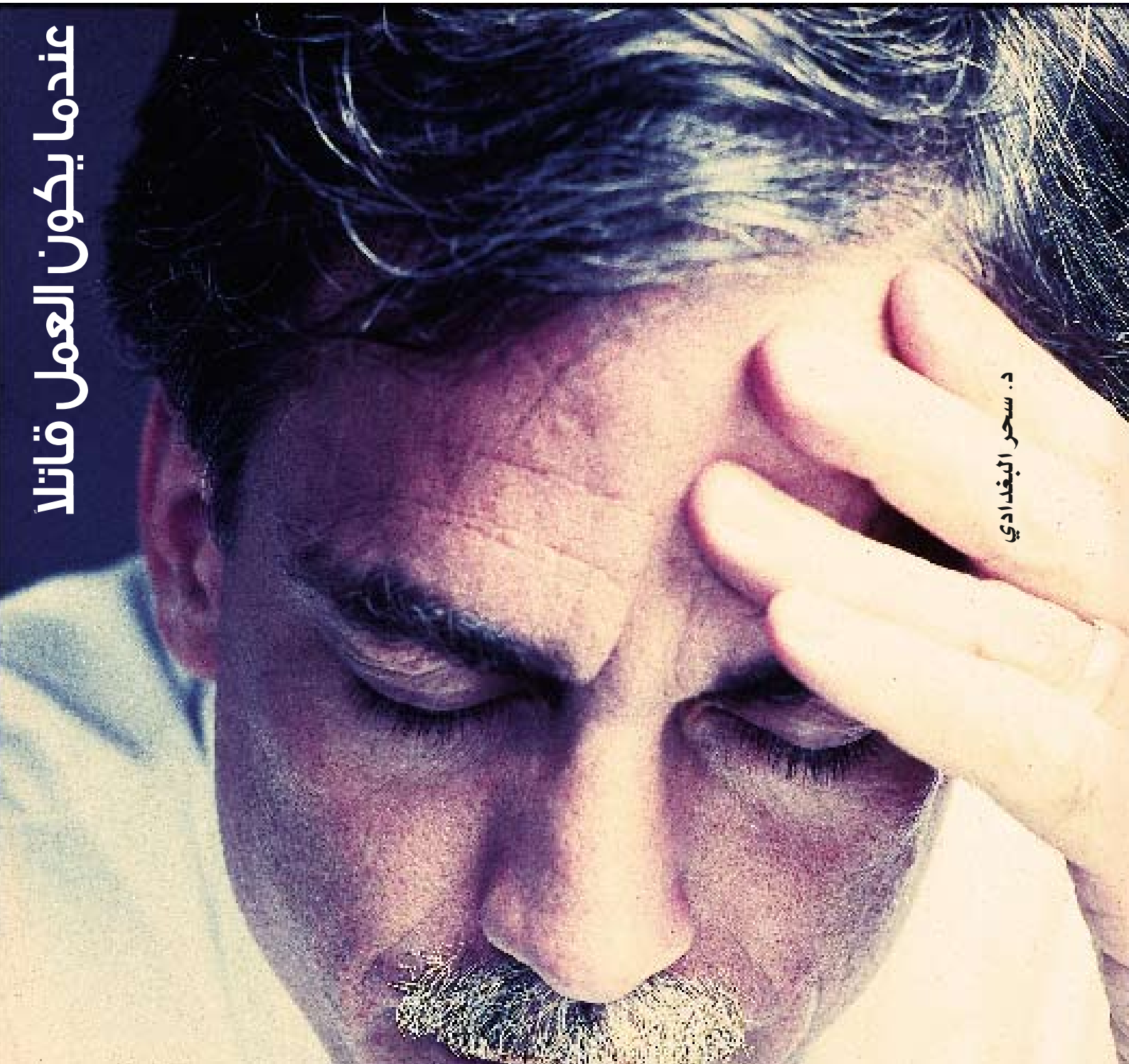
- * لا يمكن القول بوجود فحص مخبري مطلق يمكنه تحديد الإصابة بالتهاب المفاصل، لكن يوجد عدد من الفحوص المخبرية يستطيع الطبيب بموجبها أن يقترح إصابة المريض بهذا المرض،
- * ليس ثمة علاج لالتهاب المفاصل الرثياني، ولكن توجد أدوية لمعالجة الالتهاب من أجل الوقاية من حدوث تخريب في بنية المفاصل وأية مضاعفات أخرى قد تنتج عن هذا المرض، بالإضافة إلى القيام بإجراءات للحفاظ على مرونة المفصل وحركيته
- * بما أن الروماتزم يعتبر من أمراض المناعة الذاتية، فقد يكون ناتجاً عن تحسس تجاه نوع من الأطعمة، لذا ينبغي اتباع حمية لتجنب تناول الطعام المسبب للتحسس للتخلص من تفاقم الحالة ورجوعها

هل

تعرف ما هو التنويم المغناطيسي ؟

عندما يكون العمل قاتلا

د. سحر البغدادي

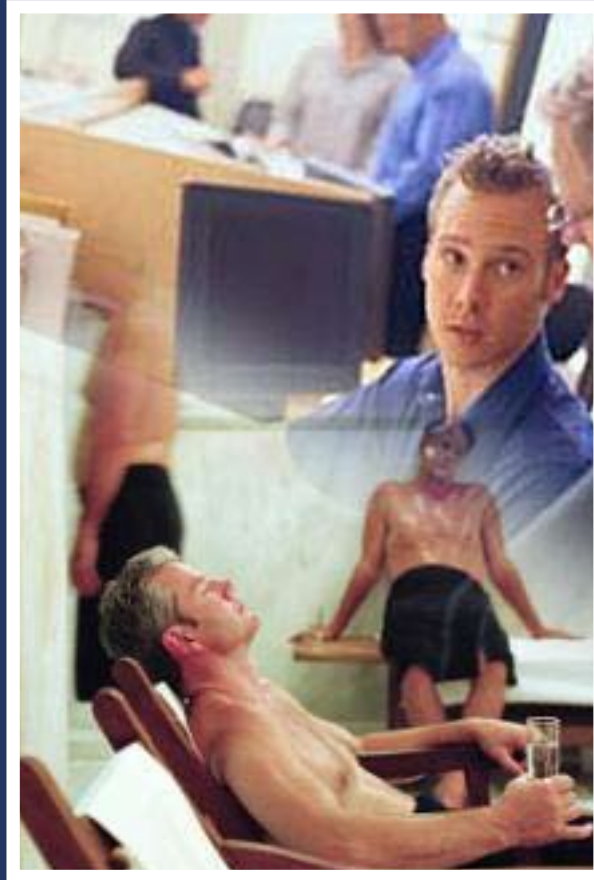


يعتبر التنويم المغناطيسي من الظواهر الطبيعية العادية التي يمكن أن تساعد الإنسان فيما إذا استخدمت بطريقة واعية. وقد بدأ التنويم المغناطيسي يظهر على ساحة الأحداث منذ 30 عاما ومنذ ذلك الوقت استمر في تلقي الاستحسانات من الأوساط الطبية لما له من دور أثبتته الدراسات في قدرته على معالجة النفس والجسد.

وفي وقتنا الحالي يستخدم التنويم المغناطيسي في كثير من المستشفيات كبديل عن مواد التخدير في الحالات التي

يكون فيها المريض لديه حساسية تجاه تلك المواد. عندما يطبق التنويم المغناطيسي على شخص ما فسيصل إلى حالة تدعى بالغشية، وفي هذه الحالة يكون الجسد والنفس في استرخاء شديد، ويمكن تفسير ما يحدث بالفرضية التالية:

إن الدماغ يقوم بمعالجة المعلومات التي يستلمها من البيئة المحيطة أو الجسم أو الحواس عبر طريقتين اثنتين هما طريق الوعي وطريق اللاوعي. ويعتبر طريق اللاوعي مسؤولا عن الجهاز العصبي ووظائف





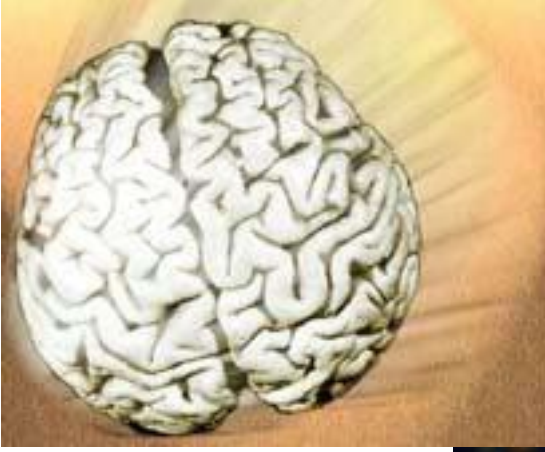
يعطي المجال لطريق اللاوعي كي يعالج المعلومات الجديدة ويستخلص منها أنماطا جديدة من السلوك والتفكير، ويمكن الوصول إلى هذه الحالة باستخدام مبادئ التنويم المغناطيسي والتصور الموجه.

نظرا للكسل الذي يصيب الوعي نتيجة غشية التنويم المغناطيسي، يفضل أن يكون مجال العمل متعلقا بالأمور التي يتحكم بها اللاوعي، فعلى سبيل المثال يعتبر الألم من الأمور الخارجة عن سيطرة الوعي، إذ لا يستطيع الإنسان أن يأمر نفسه بالتوقف عن التألم، لكنه سيستطيع ذلك باستخدام التنويم المغناطيسي الذي يعطيه السيطرة على اللاوعي الذي يتحكم بالألم.

يمكن القول بأن الإنسان يخضع يوميا إلى

الجسم وجريان الدم وضربات القلب والذاكرة طويلة الأمد وحتى الشخصية فالمعتقدات والقيم والعواطف والسلوك التلقائي والرغبات كلها مخزنة في البنى العصبية المكونة لطريق اللاوعي.

وعندما يكون الشخص في حالة اليقظة الكاملة فإن وعيه سيسجل ويراقب كافة الأعمال التي يقوم بها أو تحصل في محيطه كما يقوم باسترجاع الذكريات السابقة وتفسيرها ومن ثم عكس نتائج التفسير على التصرفات الحالية، وعندما تصل هذه العملية إلى النقطة الحرجة يقوم الإنسان بتصرفات شديدة كالعداونية والقلق والمماطلة. أما أثناء غشية التنويم المغناطيسي فيتم الابتعاد عن هذه النقطة الحرجة وتقل سرعة الدماغ في تسجيل البيانات، وهذا



التنويم المغناطيسي العلاجي تختلف عن الحالات السابقة بأنها مخصصة لأداء هدف معين، فتختلف الأساليب العلاجية أثناء الجلسة من خلال التحكم باللاوعي من أجل تغيير صفة في الشخصية أو تعديل الوضع الجسمي والنفسي وذلك بحسب التأثير

حالات تنويم مغناطيسي منها ذلك الخمول الذي نحس به بعد الاستيقاظ من النوم مباشرة، وأحلام اليقظة، وفقدان إحساسك بالوقت عندما تمارس هواية معينة ، أو عدم ملاحظتك لمناداة الآخرين لك عندما تشاهد برنامجا تلفزيونيا معيناً. لكن جلسة

*** يمكن القول بأن الإنسان يخضع يوميا إلى حالات تنويم مغناطيسي منها ذلك الخمول الذي نحس به بعد الاستيقاظ من النوم مباشرة، وأحلام اليقظة، وفقدان إحساسه بالوقت عندما يمارس هواية معينة ، أو عدم ملاحظته لمناداة الآخرين له عندما يشاهد برنامجا تلفزيونيا معيناً**

*** أثبتت التجارب بأن نشاط الدماغ أثناء غشية التنويم المغناطيسي هو أكبر مما هو ملاحظ في حالة النوم، لكنه أقل مما هو عليه**



**في وقتنا الحالي يستخدم التنويم
المغناطيسي في كثير من المستشفيات
كبديل عن مواد التخدير في الحالات التي
يكون فيها المريض لديه حساسية تجاه تلك
المواد**

*** يعتبر الألم من الأمور الخارجة عن سيطرة
الوعي، إذ لا يستطيع الإنسان أن يأمر نفسه
بالتوقف عن التألم، لكنه سيستطيع ذلك
باستخدام التنويم المغناطيسي الذي يعطيه
السيطرة على اللاوعي الذي يتحكم بالألم**

المرغوب.

يختلف التنويم المغناطيسي عن النوم
العادي في مدى نشاط الدماغ أثناء حدوثهما،
وقد أثبتت التجارب بأن نشاط الدماغ أثناء
غشية التنويم المغناطيسي هو أكبر مما هو
ملاحظ في حالة النوم، لكنه أقل مما هو
عليه في حالة اليقظة، إذ لا يمكن القول
عن الشخص في حالة الغشية هذه بأنه
مستيقظ، وفي نفس الوقت لا يمكن القول

بأنه نائم لأنه يستطيع أن يسمع ويرى
ويحس ويتكلم. ويتفاوت الناس في عمق
الغشية أثناء التنويم المغناطيسي، وقد تصل
الغشية إلى عمق تتحول فيه إلى نوم لإرادي،
وهنا تتوقف استجابة المنوم إلى توجيهات
الذي يقوم بالتنويم. وهنا ينبغي التنكير
بأن عمق الغشية المناسب لا يمكن تحديده،
لأنه يتغير بتغير التأثير المراد إحداثه، كما
يختلف باختلاف الآليات التي يستعملها
المنوم بحسب خبرته.

أخيرا ينبغي التذكير بأن تقنيات العلاج بالتنويم المغناطيسي ليست بديلا عن العلاج الطبي التقليدي، وينبغي استشارة الطبي دائما قبل الإقدام على أي معالجة، وستلاحظ أن المنوم المغناطيسي سيطلب منك إحالة طبية رسمية إذا ذهبت إليه من تلقاء نفسك.

وإذا ما كنت تريد أن تقوم بتنويم نفسك ذاتيا دون استعانة بأحد ولأغراض غير علاجية، فاستغرق بالاسترخاء إلى عمق بحيث تحس بأنك لا تبدل أي جهد أو تحس بأي توتر، وهنا يقوم اللاوعي بتحديد زمان وعمق الغشية المناسبة، ويجب توفر عدد من الشروط لنجاح التنويم المغناطيسي الذاتي كالتغذية الصحيحة ودرجة الحرارة الملائمة والثقة بما تفعله، أما في التنويم المغناطيسي العلاجي فسيقوم المنوم بتوفير كافة الشروط اللازمة لنجاح العملية فيما عدا ما يتعلق بالتغذية الصحيحة فهذا يعتمد على أداء المريض.

بما أن المنوم يكون غير نائم وغير مستيقظ في الوقت ذاته، فإنه يكون مدركا لما يجري حوله، وسيتذكر في ما بعد أكثر الكلام الذي قيل له أثناء جلسة التنويم. أما تخوفات البعض من فقدان الذاكرة نتيجة التنويم المغناطيسي فهي ليست كاملة المصادقية، لأن فقدان الذاكرة يحصل لدى المنوم في حالة واحدة فقط هي إذا كان قد طلب إجراء التنويم المغناطيسي لهذه الغاية طلبا لنسيان حادث معين أو ذكريات أليمة.

كما يتخوف البعض بشكل كبير من إمكانية قيام المنوم بالتحكم بهم، وهؤلاء عليهم أن يطمئنوا بأنه لا يمكن لأحد أن يتحكم بغيره وإن كان منوما، فهو كما في حالة اليقظة لا يمكن إجباره على أداء فعل لا يرغب به، وحتى الذين يستجيبون بسرعة لتوجيهات المنوم فإنهم لن يفعلوا أي شيء يناقض معتقداتهم وثوابتهم (يذكر أن حوالي 10% من البشر يمكن تنويمهم بإشارة واحدة من منوم بارع).

ترجمة وإعداد: جمانة الوائلي

مشاكل الإجراءات العالمية حيال الأوبئة القاتلة

تتركز الأنظار

حاليا على الولايات المتحدة

الأمريكية، التي ساهمت سابقا بثلاث التبرعات

المقدمة لهذا الصندوق وقامت حينها بحث دول أخرى على زيادته ما

تقدمه. أما الآن، فسيحدد الكونغرس قريبا مقدار مساهمة الولايات المتحدة

الأمريكية في الصندوق لعام 2006، وقد يتفاوت المبلغ بين 300 مليون دولار

اقترحها الرئيس الأميركي جورج بوش، وبين 600 مليون دولار اقترحها

مجلس الشيوخ، لكنه يظل بعيدا عن الرقم الذي اقترحتة مجموعة

الأيديز في الكونغرس على أساس أنه يعكس حجم أمريكا

دوليا، وهو 1.2 بليون دولار

إضاءة على تجربة الصندوق العالمي لمكافحة الإيدز والسل والملاريا



بالعجز عن تأمين التمويل المخطط له.
لقد قدر هذا الصندوق احتياجاته بـ 7.1
بليون دولار ينبغي توفيرها من المتبرعين
لتمويل مشاريعه التي ستتم في العامين
القادمين. لكنه لم يتمكن من تأمين سوى
3.7 بليون دولار في مؤتمر عقد في لندن
من أجل هذا الغرض، وقد اعتبر الصندوق
هذا المبلغ كافيا لسد عجز هذه السنة البالغ
350 مليون دولار تقريبا، ودفع تكاليف
استمرار المشاريع التي بوشر العمل بها
سابقا. إن هذا يعني بأن أية مشاريع جديدة

عندما تستمع إلى قادة الدول الغنية
يتحدثون كثيرا عن حاجة أفريقيا إلى
المساعدة ورفع سوية مكافحة الأوبئة
الخطرة كالإيدز والسل والملاريا، فإنك قد
تعتقد بأن أية هيئة عالمية تخصص للقيام
بهذا العمل ستصاب بالثخمة من التبرعات.
لكن هذا الاعتقاد غير صحيح، إذ تذكر
في هذا المجال تجربة الصندوق العالمي
لمكافحة الإيدز والسل والملاريا، وهو منظمة
أنشئت عام 2002 لجمع التبرعات وصرفها
في مجال مكافحة هذه الأوبئة الثلاثة،
حيث انتهت آخر محاولاته لجمع التبرعات



ما تقدمه. أما الآن، فسيحدد الكونغرس قريبا مقدار مساهمة الولايات المتحدة الأمريكية في الصندوق لعام 2006، وقد يتفاوت المبلغ بين 300 مليون دولار اقترحه الرئيس بوش، وبين 600 مليون دولار اقترحه مجلس الشيوخ، لكنه يظل بعيدا عن الرقم الذي اقترحه مجموعة الايدز في الكونغرس على أساس أنه يعكس حجم أمريكا دوليا، وهو 1.2 بليون دولار. ويرى برنارد ريفرن وهو مدير مركز ايدسبان لمراقبة هذا الصندوق، بأنه من الصعب الحصول على أكثر من 5 بلايين دولار للعامين القادمين.

طبعاً، ليس هذا الصندوق الوحيد في مجال تمويل الرعاية الصحية في البلدان الفقيرة، حيث يقدم ربع التكلفة اللازمة لمكافحة الايدز وكذلك، يساهم بأكثر من نصف تكاليف معالجة مشكلة الملاريا، وثلاثي

للعامين القادمين لن يمكن البدء بها ما لم يتم تأمين التمويل اللازم لإقامتها.

في النهاية، أصيبت الكثير من المنظمات العاملة في مجال التنمية الدولية بخيبة الأمل، ومن بينها أكثر من خمسمئة منظمة قدمت استغاثات لهذا الصندوق تطالبه بالمزيد من المال. لكن رئيس الصندوق، ريتشارد فيتشم، لا يزال مضعماً بالأمل جراء إمكانية سد العجز، وهو يقول بأنه يمكن العثور على متبرعين جدد ضمن الدول العربية النفطية ومن الدول الفقيرة أيضاً. في الواقع، قدم العديد من الدول الداعمة للصندوق حالياً، مثل كندا، ضمانات قوية حول العاملين القادمين.

تتركز الأنظار حالياً على الولايات المتحدة الأمريكية، التي ساهمت سابقاً بثلاث التبرعات المقدمة لهذا الصندوق وقامت حينها بحث دول أخرى على زيادة



بها، ففى هذا العام، أوقف الصندوق الهبات المقدمة إلى أوغندا بشكل مؤقت، وذلك إثر تساؤلات حول طريقة تعامل بعض الهيئات المحلية مع هذه الهبات. لقد خصص الصندوق 200 مليون دولار كمهبات لأوغندا، وتم صرف 45 مليوناً منها، لكن مدقق حسابات الصندوق في أوغندا اكتشف حالات عديدة من سوء المحاسبة والقصور الإداري، لذا يقوم الصندوق حالياً بالعمل مع الحكومة الأوغندية من أجل تحديد أبعاد المشكلة، على أمل استئناف تقديم الهبات.

إضافة لذلك، يواجه الصندوق تحديات على المستوى الداخلي. فالعلاقات ليست على ما يرام دائماً بين الأمانة العامة في جنيف، وجسم الصندوق المنتشر في أنحاء العالم المختلفة، وتوجد حالياً حالة اختصام بين الطرفين حول تجديد المنحة المقدمة إلى جنوب إفريقيا، إذ ترى الأمانة العامة بأن هذا

تكاليف مكافحة السل. بالإضافة إلى أنه يمثل نوعاً مبتكراً من الجهود، حيث يجمع التبرعات من مختلف المتبرعين محاولة منه في التخلص من التكاليف التي تقع على عاتق المستفيد من المعونة عند تولي شركات جمع التبرعات لهذه المهمة. إن قيام هذا الصندوق بتلبية طلبات الدول المحتاجة يعطي هذه الدول دوراً كبيراً في إدارة عملية التنمية الخاصة بها، بدلاً من مجرد إخبارها بكيفية صرف هذه الأموال، وهذه السياسة تفرز نتائج واعدة على المدى البعيد. ولحد الآن، ضخ هذا الصندوق بليوناً ونصفاً من الدولارات في هذا المجال، ليتمكن 220 ألف مصاب باللايدز من تلقي العلاج، بالإضافة إلى 600 ألف مصاب بالسل، و1.1 مليون مصاب بالمalaria.

إن طريقة تناقل المسؤولية المتبعة في هذا الصندوق تتصف بمخاطرها الخاصة



الصندوق قد زادت من ثقة المتبرعين به.

مع كل المشاكل التي تعترض أية عملية في طور النمو، فإن هذا الصندوق أثبت بأنه طريقة ناجعة لضمان التزام قادة العالم بتعهداتهم إزاء تقديم المزيد من أجل الصحة البشرية العامة. لكن، يمكن تحسين أداء هذا الصندوق من خلال إضفاء الاحترافية على فعالياته والاستعانة بأشخاص أكثر من ذوي الخبرة العالية في مجال إدارة الأعمال والشؤون المالية من أجل تنظيم صرف هذه البلايين من الدولارات، تحقيقاً للهدف المتمثل في تغيير المستقبل.

عن مجلة الايكونوميست البريطانية

البلد لم يؤد عملاً من شأنه ضمان تجديد الهبة، وهذا ما يعارضه جسم الصندوق الذي يتكون من ممثلين عن مبرات ودول تعاني من مشكلة الايدز. كذلك، طلب الصندوق من دائرة الرقابة الداخلية في منظمة الصحة العالمية أن تنظر في شأن الاتهامات المتعلقة بسوء الإدارة داخل الصندوق.

طبعاً، إن هذه المشاكل ليست أمراً يفرد به الصندوق العالمي لمكافحة الايدز والسل والملاريا، لكن غير الطبيعي هو المدى الذي وصل إليه التعامل الشديد مع هذه المشاكل على الصعيد الشعبي. وفي الواقع، وكما تؤكد هيلاري بن، وزيرة الدولة البريطانية لشؤون التنمية العالمية، فإن الطريقة المكشوفة والمتسمة بالشفافية التي تعامل بها

زينب سعيد

الماكروبيوتيك



الماكروبيوتيك من الأمور التي
يدور حولها جدل كبير هذه
الأيام

فمن مؤيد يعتبرها قمة ما
توصل إليه عقل الإنسان

إلى معارض لا يرى فيها إلا
خليطاً لا معنى له بين العقائد
البوذية وعلم الحميات.



فقام ساغان إيشيزوكا (طبيب عسكري ياباني 1850-1910م) بدراسة التقاليد الصحية والغذائية، وبدأ بالتحرك نحو هدف أسماه شوكويوكاي (مجتمع التداوي بالغذاء)، ثم تطورت هذه النظرية وانتشرت في أنحاء أخرى من العالم تحت اسم آخر هو الماكروبيوتيك (كلمة إغريقية تعني الحياة الأفضل) بواسطة جورج أوساوا (1893-1966م) وهو رجل أعمال ومعلم أصيب ذات مرة بالسل وشفي منه باتباع تعاليم إيشيزوكا.

يعرف الماكروبيوتيك بأنه حمية تعتمد على تناول الحبوب الكاملة - أي دون نزع قشورها- بالإضافة إلى البقوليات والخضراوات. وهذه العناصر تمثل مكونات الطعام الياباني التقليدي، وتتجانس مع نمط الحياة الذي تدعو إليه فلسفات الشرق الأقصى والتي تبحث عن الانسجام والتوازن ما بين الجسد والعقل والروح.

عندما بدأت رياح التأثيرات الغربية تهب على اليابان، خاف بعض اليابانيين من أن يضيع تراثهم الطبي والأخلاقي،



عليها عندما يتبع حمية تبقي هذه الطاقة متوازنة ومتدفقة بانسجام.

ومن أجل تحقيق ذلك يتجنب الذين يتبعون حمية الماكروبيوتيك تناول الأغذية ذات طاقة الين العالية كالفاكهة الاستوائية والبهارات، والأغذية ذات طاقة اليانغ العالية كاللحم ومشتقات الحليب.

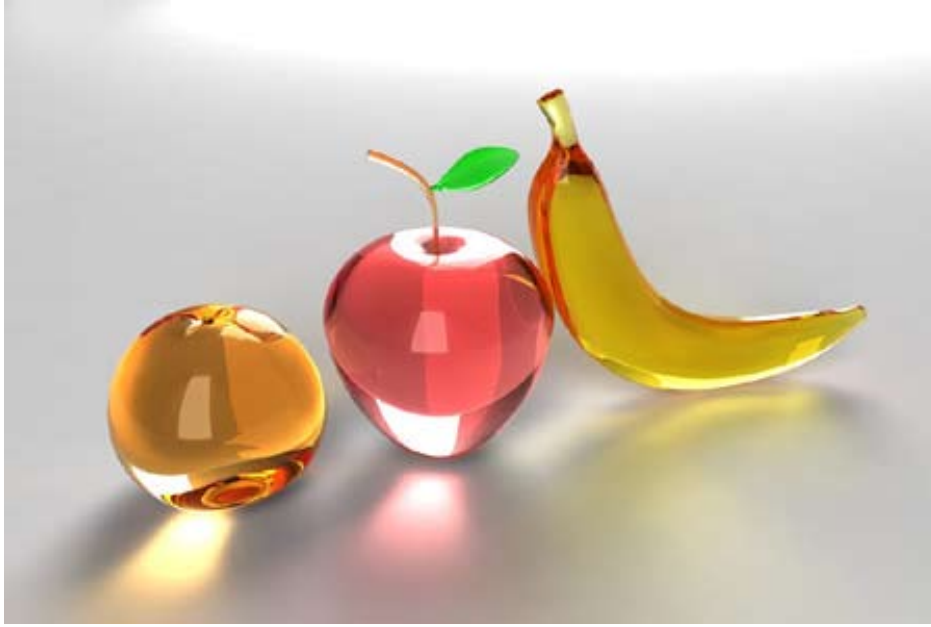
ويعتمدون في غذائهم بشكل أساسي على الأغذية التي تحتوي على طاقات ين ويانغ معتدلة ومنسجمة كالحبوب الكاملة والخضراوات الطازجة والبقوليات، وهم لا يقتصرون على الأغذية النباتية لأنهم أحيانا يتناولون السمك قليل الدهون والمأكولات البحرية، وتحتل المأكولات اليابانية جزءا كبيرا من لائحة الطعام لديهم؛ ومن هذه المأكولات:

- الميزو: من الصويا أو الحبوب.

ثم قام كل من ميشيو وايفيلين كوشي بإدخال هذه التعاليم إلى الولايات المتحدة الأمريكية بعد الحرب العالمية الثانية، وانتشرت المراكز التي تعنى بهذا المجال في معظم المدن الأمريكية، وهي تمارس الآن نشاطات متنوعة كالمحاضرات والدورات التدريبية ولقاءات الطبخ وغيرها.

إن من يبحث عن جذور الماكروبيوتيك سيجدها في الفكر الصيني القديم الذي يبحث عن التجانس بين التغذية والعناصر الأساسية في الكون ويتضمن ذلك نظرية الين واليانغ في مفهوم الطاقة.

فالغذاء- كأى شيء آخر- يحتوي على هاتين الطاقتين، ودور مبادئ حمية الماكروبيوتيك أن تنظم عملية التغذية بحيث تبقي هاتين الطاقتين في حالة تكامل، وهنا يعتبر المرض حاجزا يمنع تدفق طاقة الحياة الطبيعية، ويستعيد المرء صحته ويحافظ



يكون تناول الوجبات عند أتباع هذه المدرسة أشبه بأداء طقوس معينة منه بعملية الأكل المألوفة؛ فالطعام يطبخ ويقدم ببطء، وهم يوصون بتجويد المضغ (يقوم المحترفون منهم بمضغ كل لقمة حوالي 50 مرة)، ويسود المائدة جو من التأمل والتناسق في الأداء.

لا تقتصر (مبادئ الماكروبيوتيك) على مجال الحمية فقط، بل تتعداه إلى مجالات أخرى فهي تشجع:

❖ على التمارين الرياضية ...

❖ والاتصال الدائم مع الطبيعة ...

❖ وتقليص استعمال الأدوية ...

❖ وتجنب الحقول المغناطيسية المنطلقة من أجهزة التلفزيون وأفران المايكروويف والحواسيب.

❖ وإضفاء مسحة من الوقار والانسجام على

• التوفو: من الفاصولياء

• الناتو والتاماري: من الصويا

• الأعشاب البحرية

• مخلل الخوخ، مخلل الفجل

ويتحاشى الطهاة عندهم استعمال المواد الغذائية المعالجة صناعياً، أو المجمدة، والإضافات الكيميائية، والمحليات الصناعية، ويستعيضون عن ذلك بالخضار المحلية الطازجة التي لم تتعرض للرش بمبيدات الحشرات، ويقدمونها للتناول نيئة أو محمصة أو مغلية أو مشوية أو مقلية.

كما لا يستعملون السكر العادي للتحلية بل شراب الرز البني ومنقوع الشعير، وعوضاً عن القهوة والشاي الأسود يتناولون الشاي الأخضر الفاتر والشعير المحمص. وتتم عملية الطبخ عندهم في أنية خزفية أو من الحديد الخالص دون استعمال أنية مصنوعة



الفعاليات اليومية للمرء.
بهما المختصون بالرعاية الصحية والغذائية.

وتجري الآن دراسات لتقييم الأثر الذي تحدثه هذه الأغذية على السرطان. لكن بعض التطبيقات المبالغ فيها للمبادئ الماكروبيوتيكية تؤدي إلى خطر نقص إمداد الجسم ببعض العناصر المهمة كالبروتينات والكالسيوم وفيتامين ب12، وينصح الأطباء بالحد والإدراك أن أي حمية يجب أن تكون متوازنة لكي تقدم للجسم ما يكفي من البروتينات والفيتامينات والمعادن والسعرات الحرارية خاصة عند الأطفال والحوامل.

إن هذه التوصيات تعتبر لدى هذه المدرسة طريقاً إلى تعزيز عافية الجسد والعقل والروح، وصولاً إلى أفراد متوازنين ينشئون المجتمع المسالم المتوازن.

هناك من يدعي بأن مبادئ الماكروبيوتيك تقى أو تشفي من العديد من المشاكل الصحية والأمراض كالسرطان والأمراض النفسية، لكنه لا يوجد دليل علمي قوي على صحة هذا الادعاء. لكن الواقع أن الأغذية الماكروبيوتيكية قليلة الدسم وكثيرة الألياف، وهذان المؤشران ينصح

**الحبوب الكاملة بالإضافة إلى البقوليات والخضراوات.
تتجانس مع نمط الحياة الذي تدعو إليه فلسفات الشرق
الأقصى والتي تبحث عن الانسجام والتوازن ما بين
الجسد والعقل والروح.**

*** من يبحث عن جذور الماكروبيوتيك سيجدها في
الفكر الصيني القديم الذي يبحث عن التجانس بين
التغذية والعناصر الأساسية في الكون ويتضمن ذلك
نظرية الين واليانغ في مفهوم الطاقة.**

الفطور...

أقم وجبة فني اليوم



ترجمة / فخر الملوك البغدادي

ينسى الكثيرون - ومنهم الطلاب- أن يتناولوا أهم وجبة طعام خلال اليوم وهي الفطور وذلك بتأثير نمط الحياة السريع في وقتنا الحاضر، فالذي يأكل في الصباح سيبدأ يومه وفق الطريقة الصحيحة.

لا تأتي أهمية الفطور من الوقاية من المشاكل الصحية فقط، بل من أثره على عمل الدماغ أيضا، لذا نستطيع أن نقول مرة أخرى لكن بطريقة أخرى: إن من يأكل في الصباح سيبدأ يومه مفعما بالذكاء.

وإذا أردنا أن نتكلم بشكل خاص عن الأطفال،

فإنه من الملاحظ أن التلميذ الذي يتناول فطوره بانتظام يتميز بالصفات التالية:

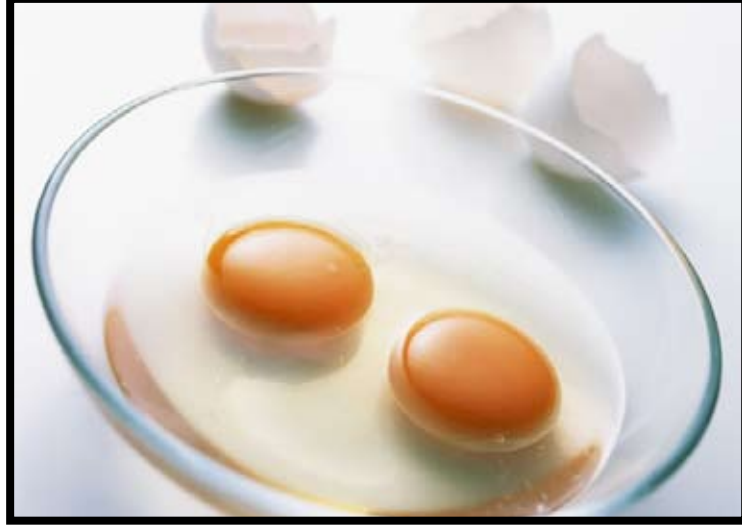
- يحصل عادة على نتائج عالية في الرياضيات
- نشيط وقلم يصاب بالاكنتاب أو القلق
- يحضر دروسه دائما
- يصل في الوقت المناسب إلى المدرسة





الغذائية المهمة كفيتامين سي والكالسيوم، وقد دلت الدراسات على أن المراهقين الذين لا يتناولون الإفطار ينخفض الوارد إلى أجسامهم من الكالسيوم وفيتامين سي بنسبة 40% من النسبة التي يتمتع بها أقرانهم الذين يتناولون الإفطار، ومن المعلوم أن وارد الكالسيوم مهم في عملية النمو أثناء هذه المرحلة العمرية.

- قابلية التعلم لديه متزايدة
 - يحافظ على انتباهه طويلا
 - قلما يصاب بالسمنة
- كثيرا ما يصادف أن يكون الفطور هو المناسبة الوحيدة التي يتم فيها تناول العصير أو الحليب أو المواد التي تحتوي على العناصر



يحب تقليد والديه فسيقوم تلقائيا بتناول الفطور يوميا، والفطور مفيد لكلا الطرفين، فلماذا لا يكون الفطور اليومي مناسبة تجتمع فيها العائلة وتقليدا أسرويا ثابتا يتكرر كل يوم.

قد يكون الفرد مستعجلا في ساعات الصباح، وهذا يتنافى مع عملية تحضير الفطور التي تعتبر آخر ما يفكر به المستعجلون، لكن ينبغي التأكيد على أن هذه الفعالية الصباحية تضمن للأبوين والأطفال على

وقد ورد في تقرير للأكاديمية الوطنية للعلوم أن من هم في أعمار بين 9-18 سنة يحتاجون يوميا إلى 1.3 غرام من الكالسيوم يوميا، فعظام الإنسان الكامل النمو يصنع نصفها تقريبا أثناء هذه الفترة، وهذا السبب يوجب أخذ هذه الكمية بأية وسيلة كانت، ومن يحصل على الكمية الكافية سيتمتع في ما بعد بهيكل عظمي قوي.

على الأبوين أن يكونا قدوة لأطفالهما فيتناولوا الفطور يوميا أمامهم، وبما أن الطفل



حد سواء بداية يومهم بالطاقة الكافية والتغذية المناسبة، ونستطيع أن نوفر بعض الوقت ونحظى بالبهجة من خلال إشراك كافة أفراد الأسرة في إعداد الفطور، والتحضر لإعدادته بتهيئة كافة مستلزماته من الليلة السابقة.

كما يمكن أن نخصص ركنًا في المطبخ ندعوه الكافتيريا الصباحية ونضع به بعض الفواكه والخبز والمربى والحرص على استدراك ما ينضد منها أسبوعيا.



عندما

تصبح الأشجار عدوة البيئة

ترجمة وإعداد: استبرق الحائري

عن الإيكونوميست



من المتعارف عليه تقليدياً أن الأشجار صديقة البيئة، فهي تمتص غاز ثاني أكسيد الكربون المسبب لظاهرة البيت الزجاجي من الغلاف الجوي وتخزنه على شكل كربون، بينما تقوم بإصدار الأكسجين في نفس الوقت، وهي عملية أدت إلى إطلاق تسمية «رئات الكوكب» على الغابات. وكما هو معلوم، فإن جذور الأشجار تقوم بالتقاط الشوائب والمواد



الغابات والماء. فعلى سبيل المثال، تقوم الأشجار، في المناطق الجافة وغير الجافة على حد سواء، باستهلاك كميات من الماء أكثر مما تختزن، كما كشفت الدراسة بأن العامل الذي يؤدي إلى التقاط المواد الغذائية والشوائب وتنظيم جريان الأنهار، إنما هو التربة غير المنضغطة، وليس الأشجار.

تقدر المفوضية العالمية ازدياد حاجة البشرية للماء خلال الأعوام الثلاثين القادمة بحوالي 50%، وعندها سيعيش نصف البشرية تقريبا في أوضاع يصعب

الغذائية مما ينقي مياه الأنهار المجاورة، وكذلك فالأشجار تحافظ على جريان هذه الأنهار ثابتا نسبيا خلال الفصول الحارة والباردة مما يقف حائلا دون وقوع الجفاف أو الفيضان. لكن دراستين حديثتين تدعيان أن ما سبق من كلام هو محض هراء خبيث.

الدراسة الأولى هي ثمرة بحث عالمي دام أربع سنوات تعاونت فيه جامعة نيوكاسل البريطانية مع جامعة أمستردام، وقد خلصت هذه الدراسة إلى أنه ثمة الكثير من الخرافات التي تساق حول الصلة بين



توفير الماء فيها، حيث سيكون من العسير
ليهم أن يحصلوا على الماء الكافي للشرب
والغسيل بحلول عام 2025.

لقد قامت حكومة جنوب أفريقيا بخطوات
جديدة لمكافحة هدر الماء منذ أن أصبحت
الدولة الأولى التي تعتبر أن الماء هو أول حق
من حقوق الإنسان الأساسية عام 1998. وقد
تبين لها أن معدل هدر الماء في الأراضي
المشجرة نتيجة التبخر بظاهرة النتج
يبلغ ضعفي مثيله في الأراضي المرجية أو
الشجيرية، لذا أطلقت مشروعاً نال إطراء
علماء الماء، حيث قاموا بمعاينة أي شركة
تشجير تقوم باستعمال مياه الأنهار أو المياه
الجوفية.

وفي الهند، أدت المشاريع الضخمة لزراعة
الأشجار إلى فقدانها المياه اللازمة لها، كما
فاقمت المشكلة الحقيقية التي حددها
علماء الماء: وهي الاستمرار غير المنظم

للمياه الجوفية بهدف ري المحاصيل.
فالفلاحون هناك، لا يلزمهم أخذ إذن
لحفر الآبار، وبما أن معظمهم يتلقى
طاقة كهربائية بالمجان، فإن هذا يجعل
عملية استخراج الماء غير مكلفة، وبالتالي
ليس هناك مانع مالي يحدد كمية الماء
المستهلك، لكن ضريبة هذا الإسراف جاءت
باهظة، ففي منطقة كولامثال، جفت
الآبار بسبب انخفاض مستوى المياه الجوفية
من 6 أمتار إلى 150 متراً!

في بريطانيا، أصدرت وزارة التنمية الدولية
تقريراً عنوانه «من الجبل إلى الصنبور:
استخدام الأراضي والإدارة المائية في حل
أزمات المناطق الريفية الفقيرة»، وفيه
ورد استنتاج بأنه ما من دليل علمي يؤيد
مقولة أن الغابات تزيد أو تثبت جريان الماء
في المناطق الجافة أو غير الجافة، كما نصح
الحكومات التي تعاني من مشكلة مائية، بأن



البيئي، وأوضح مثال على ذلك هو منتزه أرينال الوطني في كوستاريكا، فالغابات المطرية الاستوائية المرتفعة هناك، تقوم بحصد الماء من السحاب الذي تلامسه ولا تفقد إلا القليل من مائها بظاهرة النتج، وعندما ينحدر الماء من هذه الغابات يقوم بتشغيل مولدات الكهرباء التي تؤمن ثلث حاجة كوستاريكا، ويسقي الحقول والمستنقعات التي تؤوي الطيور المهاجرة، لينتهي أخيرا في مصائد الأسماك الغنية، وبهذا أصبحت كوستاريكا مقصدا للسياحة البيئية، التي تدر عليها كما كبيرا من العملة الأجنبية.

تقوم بوضع قيود على زراعة الغابات.

أما الدراسة الثانية، والتي نشرتها مجلة نيتشر (الطبيعة) مؤخرا، فقد تناولت المدة التي تحتفظ فيها أشجار حوض الأمازون بالكربون الجوي، إذ كان يظن بأن الشجرة تستهلك غاز ثاني أكسيد الكربون وتحتفظ به خلال سنين حياتها، وقد يعود هذا الكربون إلى الجو ولكن بعد مئات الأعوام من موتها، لكن الدراسة الأخيرة أثبتت بطلان هذا الرأي، حيث اكتشف فريق من العلماء الأمريكيين والبرازيليين أن الأشجار تعيد الكربون إلى الغلاف بعد خمسة أعوام فقط، لا المئات كما كان يظن.

أخيرا، ينبغي التمييز بين حالة وأخرى وعدم اعتبار الأشجار كلها عدوة للنظام

الإنكار

القاتل

إرشاد منجي

ترجمة وإعداد / د. علي الحارس



بوصفنا مسلمين ذرائعيين، ما
نزال نثبت للآخرين بأن لدينا
ما نخفيه، وليس كافيا أن نعارض
المتطرفين الذين يوظفون
الإسلام كسيف، بل علينا -
كمسلمين معتدلين - أن نتوقف
عن توظيف الإسلام كدرع، هذا
الدرع الذي يقف حائلا دون أن
نتأمل حالنا بشكل عميق، ودون
أن نستطيع الآخر فهمنا بشكل

صحيح



تفجير أنفسهم في حشد من الأبرياء.

أكدت المحررة في حديثها معي على «الحرمان الاقتصادي النسبي» فرددت عليها بأن آباء أولئك الفتية من المهاجرين الذين عملوا بجد ليصنعوا من أنفسهم شيئا معتبرا، وذكرت أنها بأن عددا من منفذي هجمات 9/11 ينتمون إلى عوائل غنية لا تترك أبناءها بعيدا عن ثرواتها. ثم أخبرتها أخيرا عن حوارى قبل ثلاثة أعوام مع أحد القادة السياسيين لحركة الجهاد الإسلامي في غزة حيث سألته: «ما الفرق

أصبت الأسبوع الماضي بالدهشة عندما علمت كم هو من السهل لبعض الغربيين أن يقوموا بتفسير ظاهرة الإرهاب، وقد تبين لي هذا بعد أن رأيت ذلك الوجه الحزين لإحدى طالبات جامعة أكسفورد، فبعد أن ألقيت عليهم محاضرة عن الإسلام، التقت بهذه المحررة الشابة للحديث حول تقاليد الإسلام الضائعة في التفكير النقدي والحوار العقلاني، لكن الحديث جرى بعيدا عن هدفه ليتناول تفجيرات 7/7 في لندن والأسباب التي دعت أربعة من الشباب المسلمين النابهيين والذين نشؤوا في بريطانيا إلى



بين الانتحار، الذي يدينه القرآن، والشهادة؟» فقال لي: «الانتحار ناتج عن اليأس، ولكن أكثر شهدائنا اليوم كانوا يعيشون حياة ناجحة عمليا»، وبوجيز العبارة، كان لديهم مستقبل ليعيشوه، لكنهم فجروه.

عندما ذكرت لها ذلك، بدت الكآبة على وجه الطالبة، وكان من الواضح أنني أحبطتها، لأنني لم أقدر فكرتها التي تفترض أن أولئك الفتية هم ضحايا المجتمع البريطاني. وحتى أكون عادلا معها أقرب بصواب رأيها في أن التهميش، الواقع أو المفترض، يؤدي إلى خدش عزه النفس، وهذا الأمر قد يؤدي بدوره إلى تهيئة الشباب المستعدين إلى أن ينشروا رسالة متطرفة تعلن انتماءهم المباشر. لكن إذا افترضنا أن هذه الرسالة مغذاة بالخطاب الديني، فهل يمكن القول حينها بأن الدين يلعب دورا ما في التحريض على ارتكاب هذه الفضائح.

انسحبت الطالبة من أمامي دون ارتياح، فهي لم تستطع أن تقوم بمحاولة لنهم اقتراحي بجدية، وأفترض أنني لم أكن أتوقع منها أن تفعل ذلك، لأن قاده المسلمين أنفسهم لا يفعلون ذلك، فهذا إقبال ساكارني مثلا، وهو الأمين العام للمجلس الإسلامي البريطاني، يعدد لي في نقاش معه مجموعة من الدوافع المحتملة للقيام بالتفجيرات كالانعزال والتمييز، فماذا عن الإسلام؟ إن الله حرم الاقتراب من هذا الموضوع:

هذا هو الإنكار الذي ينبغي أن يتخلى عنه عامة المسلمين، فبينما يتكلم المتحدثون باسم الإسلام عن براءة الإسلام من الإرهاب، نسمع كلاما معاكسا ممن يقوم بالأعمال الإرهابية، فهذا محمد عطا، زعيم منفذي هجمات 9/11 يقول في رسالة تركها خلفه:

« يكفي لنا أن نعرف بأن آيات القرآن هي كلمات خالق الأرض وجميع الكواكب.»



لكي نحجب الضجة التي تثار حول كتابنا المقدس، دون أن نعترف بوجودها على الأقل. إن فهم القرآن، دون حذف أو تعديل، يصل بنا إلى الانضمام إلى معتدلي اليهود ومعتدلي المسيحيين الذين أقر أحد أساقفتهم بوجود «أخطاء الكتاب المقدس» في إشارته إلى الإنجيل، وإذا ما قام المسلمون بهذا، فهم سيقدمون جانباً متفهماً للإسلام يبني الثقة مع المجتمعات الغربية، وعندها يمكننا أن نحصل على الدفع اللازم لنشر التفاهم بين الثقافات. كأن تقوم مثلاً مدارس العالم الغربي بتدريس الطلاب كيف ساهمت الحضارة الإسلامية في ولادة النهضة الأوروبية، وكيف انطلقت أولى الجامعات من إيران القرن الثالث، وبغداد القرن التاسع، وقاهرة القرن العاشر، وكم لديهم الآن من

وهنا يشير إلى الوصف القرآني للجنة. كما نجد في شريط إعدام المقاتل الأمريكي نيك بيرغ عام 2004م، إشارات إلى آيات قرآنية عديدة منها: (من قتل نفساً بغير نفس أو فساد في الأرض فكأنما قتل الناس جميعاً)، ومع أن روح الآية تحرم شن الحرب العدوانية، يجد المقاتلون الإسلاميون في كلمة (بغير) منفضاً للتهرب منها، فإذا أردت أن تقتل نفساً بغير نفس أو تمارس الفساد في الأرض فما عليك إلا أن تبحث عن الأمريكيين في أرض العرب.

لزمنا طويل مضي، كنا نضع - نحن المسلمين - أصابعنا في آذاننا ونهتف:

« الإسلام يعني السلام »

معتدلين - أن نتوقف عن توظيف الإسلام كدرع، هذا الدرع الذي يقف حائلاً دون أن نتأمل حائناً بشكل عميق، ودون أن نستطيع الآخر فهمنا بشكل صحيح.

مجلة تايم الأمريكية

❖ مؤلف كتاب: (مشكلة الإسلام اليوم: دعوة للصحو من أجل الصدق والتغيير)

أمور جاءت من العالم الإسلامي كالتهموه وبعض مضردات اللغة. وفي نفس الوقت يجب على الطلاب المسلمين أن لا يجدوا حرجاً في الدفاع عن مفاهيم التعددية، كما على الطلاب غير المسلمين أن يتعلموا أن جزءاً من هذه المفاهيم مستلهم من الثقافة الإسلامية، وعلى الجميع أن يتعلموا أن الإسلام والغرب يعتمد كل منهما على الآخر دون انعزال.

لحد الآن، بوصفنا مسلمين ذرائعيين، ما نزال نثبت للآخرين بأن لدينا ما نخفيه، وليس كافياً أن نعارض المتطرفين الذين يوظفون الإسلام كسيف، بل علينا - كمسلمين



تجارة

إن جماهيرية التعليم العالي قد أدت إلى إجبار الجامعات على أن تكون أكثر تنوعا وعالمية وتنافسا

بالنسبة لهؤلاء الذين ينتمون إلى عمر محدد وخلفية تعليمية خاصة، فإنه من الصعب التفكير بالتعليم العالي دون التفكير بالهيئات التعليمية القديمة. فبعض الجامعات بلغ من العمر أمدا طويلا، كما هو الحال في جامعة بولوغنا الإيطالية التي تأسست عام 1088م وجامعة أوكسفورد البريطانية التي تأسست عام 1096م، والكثير منها يتمتع بمراعاة شديدة للتقاليد. وبينما تعمل الجامعات القديمة على التأكيد على عراقتها، تقوم الجامعات الحديثة ذات الصيت الحسن بالعمل جاهدة من أجل صنع هالة من الأصالة حولها.

الأدوية

ليز ميزاروس

ترجمة واعداد: د. علي الحارس

ظاهرة الجماهيرية الجامعية في دول العالم النامي؛ حيث تضاعفت نسبة الطلاب الجامعيين في الصين أواخر تسعينات القرن الماضي، كما تحاول الهند أن تلحق بالركب.

أما السبب الثاني فهو نهوض اقتصاد المعرفة؛ حيث يعيش العالم اليوم تحت سيطرة «ثورة سلمية» حلت فيها المعرفة محل المصادر المادية كمحرك رئيسي للنمو الاقتصادي. ففي دول منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية وخلال الفترة 1985-1997 ارتفعت نسبة مساهمة قطاع التعليم العالي في الناتج العام من 51% إلى 59% في ألمانيا، ومن 45% إلى 51% في بريطانيا. ويلاحظ بأن أهم الشركات تركز ما لا يقل عن ثلث استثماراتهما في حقول معرفية مكثفة ودقيقة: كالبحث والتطوير، والترخيص، والتسويق. إن الجامعات تعتبر من بين أهم محركات اقتصاد المعرفة، وليس ذلك لأنها تنتج الأدمغة العاملة التي توفر العنصر البشري فحسب، بل لأنها أيضا تقوم بدور معظم العمود الفقري الذي يقوم عليه، بدءا من المخابر والمكتبات وانتهاء

ويلاحظ في هذه الأيام أن هذه الجامعات التي تحافظ على عراققتها (أو تصنعها بالعراقلة) تكابد عاصفة قوية من التغييرات الأساسية إلى حد قول البعض بأن جوهر فكرة الجامعات يتعرض إلى تحدٍّ. حيث تجرب الجامعات حاليا طرق التمويل الجديد (أكثرها ملاحظة طريقة الأقساط)، والدخول في شراكات مع مؤسسات خاصة، والاتحاد مع جامعات أخرى أو الاستحواذ عليها. ومثل هذه التغييرات كفيل بهز البنية الجامعية من جذورها.

إن هذا يحدث بتأثير أسباب أربعة: أولها دخول الديمقراطية إلى التعليم العالي أو ما يدعى بظاهرة الجماهيرية حسب التعبير الجامعي المختص. فقد تضاعفت نسبة حاملي المؤهلات الجامعية في دول منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية في الفترة 1975-2000 من 22% إلى 41%. لكن أكثر الدول الغنية ما زال يحاول توفير الوظائف اللازمة لهؤلاء. وفي الوقت الراهن تنتشر

*** في الوقت الراهن تنتشر ظاهرة الجماهيرية الجامعية في دول العالم النامي؛ حيث تضاعفت نسبة الطلاب الجامعيين في الصين أواخر تسعينات القرن الماضي، كما تحاول الهند أن تلحق بالركب**

*** في دول منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية وخلال الفترة 1985-1997 ارتفعت نسبة مساهمة قطاع التعليم العالي في الناتج العام من 51% إلى 59% في ألمانيا، ومن 45% إلى 51% في بريطانيا.**

بشبكات الكمبيوتر.

وثالثا تأتي العولمة؛ حيث أدى القضاء على عامل بعد المسافة إلى تغيير التقاليد الأكاديمية بنفس القدر الذي غير فيه تقاليد التجارة، ويذكر هنا أن عدد الطلاب من دول منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية الذين يدرسون في الخارج قد تضاعف خلال الأعوام العشرين الماضية ليلبلغ 1.9 مليون، وبات الحرم الجامعي مفتوحا يستقبل الطلاب من جميع أنحاء العالم، إضافة إلى ما يلاحظ من تزايد عدد الدول التي تحاول جعل التعليم العالي شكلا من أشكال الصادرات الصناعية.

أما السبب الرابع فهو المنافسة، حيث أجبرت الجامعات التقليدية على الدخول إلى حلبة المنافسة من أجل الحصول على الطلاب والمنح الدراسية، بينما تحاول الشركات الخاصة اقتحام ميدان جديد أسموه «الرعاية الصحية الجديدة». وقد أصدر البنك الدولي إحصائية حول الإنفاق العالمي على

التعليم العالي، حيث جاء

فيها أنه بلغ 300 بليون

دولار سنويا، أي ما يقارب 1%

من مجموع مداخيل العالم.

يذكر أن هناك 80 مليونا من الطلاب

من بين سكان العالم، وهؤلاء

يقوم على تعليمهم وإدارة شؤونهم

3.5 مليون شخص غيرهم.

يبدو مما سبق أن الجامعات تعيش

عصرها الذهبي، لكننا إذا طالعنا

الأمر عن قرب في الجامعات،

وبخاصة في أوروبا، فلن نشعر بذلك؛

حيث يشكو الأكاديميون من انهيار

«سلطة البروفسور»، والنزاعات التي

تنشب بين الإداريين والسياسيين

الذين يمولونهم. إذن، أين الخطأ؟

إن المشكلة الأكبر تتمثل في سلطة

الدولة، فمع تزايد الحكومات التي

تعتنق مبدأ جماهيرية التعليم، تجد

القليل منها يستمد من حماسه

هذه تصورا ملائما؛ فلا هي تمول

الجامعات (كما هو الحال في الدول

*** تجرب الجامعات حاليا طرق التمويل الجديدة، والدخول**

في شراكات مع مؤسسات خاصة، والاتحاد مع جامعات

أخرى أو الاستحواذ عليها ومثل هذه التغييرات كفيل بهز

البنية الجامعية من جذورها

*** تضاعفت نسبة حاملي المؤهلات الجامعية في دول**

منظمة التعاون والتنمية الاقتصادية في الفترة 1975-

2000 من 22% إلى 41%. لكن أكثر الدول الغنية ما

زال يحاول توفير الوظائف اللازمة لهؤلاء.

إذ كانت أقلية محدودة تدخل التعليم العالي حينها، كما كان الكثير من الأكاديميين يحاولون دون تحقيق أي مظهر من مظاهر جماهيرية التعليم العالي. وعلى سبيل المثال، لا تزال الجامعات الإيطالية تصر على أن يجري الطلاب امتحانا شفويا أمام بروفيسور محنك ولمدة خمس دقائق فقط.

إذن، هل ثمة ما يمكن أن يفعل لحل المشكلة؟ إن المثاليين التكنوقراطيين يؤمنون أن التعليم العالي ناضج بما فيه الكفاية ليمر بعملية ثورية، وبرأيهم أن الجامعات الحالية ما هي إلا مؤسسات قديمة ميؤوس منها تتبع أساليب تعليمية عفا عليها الزمن، وهي عاجزة عن خدمة العالم الجديد الذي يتصف بالجمهور الكبير والمعلومات اللحظية.

يقول بيتر دراكر وهو أحد الخبراء في إدارة الجامعات: «بعد ثلاثين عاما من الآن سيتحول الحرم الجامعي إلى خربة. إنني أعتقد بأن بنية الجامعة البحثية الأمريكية التي استمرت 40 عاما ستنتهي بالفضل.» ولحسن الحظ، فإن الحل قادم

الاسكندنافية)، ولا هي تسمح للجامعات بفرض رسوم واقعية على الطلاب، بل تقوم بعملية تنظيم إداري للجامعات، ولكن، ما نفع هذا الإجراء إن كانت الإدارة نفسها مصابة بنقص التمويل؟

يمكن تلخيص مشكلة الجامعات في مقولة «كلمة (أكثر) تعني أن (الأسوأ) قادم في الطريق»؛ فالرواتب في بعض الجامعات منخفضة إذا قارناها بمثيلاتها في دول أخرى، والأبنية والمكتبات مهترئة. وفي الجامعات العملاقة كجامعة روما (180.000 طالب) وجامعة المكسيك الوطنية (أكثر من 200.000 طالب) وجامعة الأناضول التركية (530.000 طالب) لا يستطيع الأستاذ أن يولي الطلاب وقتا كافيا إذا لم يتخل عن الاهتمام بالشؤون الإدارية.

إن الطبيعة التقليدية للمهن الأكاديمية لا تساعد في حل المشكلة، لأن الجامعات الحديثة ولدت في عصر مختلف عن العصر الذي ولدت فيه الجامعات القديمة،

*** تعتبر الجامعات من بين أهم محركات اقتصاد المعرفة، وليس ذلك لأنها تنتج الأدمغة العاملة التي توفر العنصر البشري فحسب، بل لأنها أيضا تقوم بدور معظم العمود الفقري الذي يقوم عليه، بدءا من المخابر والمكتبات وانتهاء بشبكات الكمبيوتر.**

*** أصدر البنك الدولي إحصائية حول الإنفاق العالمي على التعليم العالي، حيث جاء فيها أنه بلغ 300 بليون دولار سنويا، أي ما يقارب 1% من مجموع مداخل العالم.**

بواسطة انتشار التعليم عبر الانترنت والجامعات الخاصة.

أما في الجهة الأخرى فيرى المثقفون التقليديون بأن أفضل طريقة للتقدم إلى الأمام هي بالرجوع إلى الخلف، وأن المبدئين المحركين لسياسات التعليم العالي الحالية (الديمقراطية والمنفعة) يؤديان إلى تدمير العرف الأكاديمي، وأنه من حماقة إهدار طاقات التعليم العالي على أشخاص يفضلون دراسة حياة ممثلي السينما عوضاً عن حياة سقراط، وأن البحث عن المنفعة يشوش على البحث عن المعرفة.

لكن هذه الادعاءات مردود عليها، فحجة المثقفين المحافظين تسقط عند أول حاجز تتعرض له: الواقع العملي للجامعات، فالتعليم العالي يندفع بالسرعة ذاتها التي اندفع بها التعليم الثانوي في ما قبل، ليصبح طموحاً عالمياً. أما حجة المثاليين التكنوقراطيين فهي جذابة من الخارج فقط، لأن الانترنت سيلقي بتأثيره على التعليم دون ريب، وستقوم الشركات الساعية إلى تحقيق الأرباح بهز الأسواق المحتضرة، لكن حدوداً ستحكم هذا التوسع.

قبل عدة سنوات صدر عن مؤسسة كوبرز وليبراند تصريح جاء فيها أن التعليم عبر الانترنت سيزيل أكبر عنصرين مكلفين في ميزانيات الجامعات: «الأول هو أنه لم تعد هناك حاجة للحرم الجامعي التقليدي،

والثاني هو أن الجامعات ستعمل على مدار الساعة.

إن التعليم عبر الانترنت لا يتطلب إلا عدداً صغيراً من الأساتذة المختصين، ولكنه في نفس الوقت يحمل إمكانية الوصول إلى أكبر عدد من الطلاب..» إن هذا الكلام عبارة عن هراء، لأن اللمسة الإنسانية أكبر تأثيراً في التعليم العالي من اللمسة الالكترونية: فالتعليم ليس مجرد عملية نقل لمجموعة من الحقائق (وهي المهمة التي يؤديها الانترنت بفعالية كبيرة)، بل هو تدريب المتعلم على المناقشة والاستنباط، وهو أمر يتم بأحسن صوره في مجتمع من العلماء.

إن الواقع الحالي للجامعات يشير إلى أن التغير الأهم في التعليم العالي يتعين بظهور نخبة قوية من الجامعات على الصعيد العالمي، وهذا التغير جذري من منظور أن هذه الجامعات تعتبر ساحة عملها تشمل العالم ككل، ويمكن النظر إلى هذا التغير على أنه تطوري من منظور بقاء هذه البنى التعليمية محكومة بشكلها التقليدي: مجموعة من العلماء الذين يجمعون بين التعليم والبحث.

تتمثل مشكلة صناع القرار في وضع نظام للتعليم العالي يوازن بين الإلتقان والجاهزية، مما يفسح المجال لنخبة الجامعات العالمية بالعمل، ولتزويد عدد كبير من

وهذان العنصران يدعم كل منهما الآخر: فكلما كثر مشاريع الدولة، انبثقت أنواع جديدة من التخصصات الجامعية. تصنيف جامعات العالم بحسب كفاءتها اعتمادا على أدائها الأكاديمي والبحثي بما في ذلك جوائز نوبل والأبحاث الواردة في نشرات مرموقة

الطلاب بفرص إكمال تعليمهم، وهذا يؤدي إلى استثمار الفرص التي يتيحها التقدم التكنولوجي، مع مراعاة فكرة احتياج التعليم إلى اللمسة الإنسانية.

إن النموذج الأمثل للجامعات موجود في الولايات المتحدة الأمريكية، فهذه الدولة تحتوي على أفضل جامعات العالم، وتوفر التعليم العالي لشريحة كبيرة من الطلاب، وهذا النجاح لا يعود إلى توفر التمويل اللازم (رغم أنه عنصر مساعد)، بل هو نتيجة التنظيم. إن الجامعات هناك لا تعتمد على الجذب المحلي بقدر ما تعتمد على الجذب الخارجي، وهي تستمد تمويلها من مصادر مختلفة: كالأقساط الجامعية، وتبرعات الطلاب القدامى، ورجال الأعمال العاطفيين، والمحسنين الكرام. كما تتعدد أشكالها وأحجامها: بدءا من جامعتي برنستون ويال، وانتهاء بكلية كالامازو الاجتماعية.

إن الاقتصاد المتطور يحتاج إلى تنوع كبير من الجامعات التي تقوم بمهام مختلفة:

* بالرغم من تزايد الحكومات التي تعتنق مبدأ جماهيرية التعليم، تجد القليل منها يستمد من حماسه هذه تصورا ملائما؛ فلا هي تمول الجامعات (كما هو الحال في الدول الاسكندنافية)، ولا هي تسمح للجامعات بفرض رسوم واقعية على الطلاب!!

* إن المثاليين التكنوقراطيين يؤمنون أن التعليم العالي ناضج بما فيه الكفاية ليمر بعملية ثورية، وبرأيهم أن الجامعات الحالية ما هي إلا مؤسسات قديمة ميوّس منها تتبع أساليب تعليمية عفا عليها الزمن، وهي عاجزة عن خدمة العالم الجديد الذي يتصف بالجمهور الكبير والمعلومات اللحظية.

الترتيب	الجامعة	الدولة
1	جامعة هارفارد	أمريكا
2	جامعة ستانفورد	أمريكا
3	جامعة كامبرج	بريطانيا
4	جامعة كاليفورنيا (بيركلي)	أمريكا
5	معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا	أمريكا
6	معهد كاليفورنيا للتكنولوجيا	أمريكا
7	جامعة برينستون	أمريكا
8	جامعة أكسفورد	بريطانيا
9	جامعة كولومبيا	أمريكا
10	جامعة شيكاغو	أمريكا
11	جامعة يال	أمريكا
12	جامعة كورنيل	أمريكا
13	جامعة كاليفورنيا (سان دييغو)	أمريكا
14	جامعة طوكيو	اليابان
15	جامعة بنسلفانيا	أمريكا
16	جامعة كاليفورنيا (لوس انجلس)	أمريكا
17	جامعة كاليفورنيا (سان)	أمريكا
18	جامعة ويسكونسين (ماديسون)	أمريكا
19	جامعة ميشيغان (آن اربور)	أمريكا
20	جامعة واشنطن (سياتل)	أمريكا

عن مجلة الايكونوميست البريطانية

* هناك 80 مليوناً من الطلاب من بين سكان العالم، وهؤلاء يقوم على تعليمهم وإدارة شؤونهم 3.5 مليون شخص غيرهم

* يبدو أن الجامعات تعيش عصرها الذهبي، لكننا إذا طالعنا الأمر عن قرب في الجامعات، وبخاصة في أوروبا، فلن نشعر بذلك؛ حيث يشكو الأكاديميون من انهيار «سلطة البروفسور»، والنزاعات التي تنشب بين الإداريين والسياسيين الذين يمولونهم. إذن، أين الخطأ؟

تجريم

دعوة للتنقيب بحثاً عن كل جذور العنف في العراق

سعدون محسن ضمد ❖

❖ مؤسسة مدارك للبحوث

يخطيء كثيراً من يحسب أن الموجّهات المتحكمة بالمجتمع يمكن إجمالها بعامل واحد. ويخطئ أكثر من يحسب أن العلاقة بين بعض الموجّهات أو المحركات - في حال أنها اكتشفت - وبين سلوك اجتماعي ما، ستظل ثابتة إلى الأبد. في العراق خرج المجتمع في سلوكه عن حدود المعقول، صار فريداً في غرابته، وحشيته، بشاعته، وصار على هذا الأساس بحاجة ماسة لدراسته، دراسة سلوكه الدموي، من أجل تشخيص جذور هذا السلوك القديم، ومحفزاته ودوافعه الحالية، وغاياته المستقبلية.

في العراق هناك نكوص حضاري واضح، تراجع واضح عن القيم المدنية لحساب قيم الريف، أو حتى لما دونها من القيم. في العراق انقلاب مخيف على مستوى الوظيفة، بين المعايير المتحكمة بالسلوك من جهة، وبين نفس السلوك من جهة أخرى، فبدل أن تكون وظيفة

المعايير ضبط المجتمع والتحكم بسلوكه، صار السلوك الاجتماعي هو المتحكم بخريطة القيم والمعايير، لدرجة أن هذه المعايير صارت تتبع تلونات هذا السلوك وتناقضاته، وتلهث وراء شرعنة جميع جرائمه. الأمثلة على ذلك كثيرة، فالدين (وباعتباره منظومة قيم ومعايير) صار يرضخ لضغوط واملاءات ومستجدات

الواقع الاجتماعي ويتزيا بزيها، لقد تحول الدين لمركب غايات شتى. الجميع يقتل باسم الدين، ينهب باسم الدين، ويحكم باسم الدين. وبدل أن يكون الدين هو الحكم بين هذه المتناقضات، تحول لمجموعة مراكب تحمّل عليه

*** في العراق خرج المجتمع في سلوكه عن حدود المعقول، صار فريداً في غرابته، وحشيته، بشاعته، وصار على هذا الأساس بحاجة ماسة لدراسته، دراسة سلوكه الدموي، من أجل تشخيص جذور هذا السلوك القديم، ومحفزاته ودوافعه الحالية، وغاياته المستقبلية.**

حمولاتها البشعة،

وما ذلك إلا لأن

منظومة المعايير

المخزونة في هذا

الدين، خضعت

لهذا (الانقلاب

الوظيفي) وما

عادت بالتالي

تستطيع أن تؤدي

دورها، الأمر الذي

يستدعي منا

التوقف للكشف

عن أسباب ذلك.

الأيديولوجيا

وبوصفها منظومة معيارية ثابتة،

هي الأخرى نال منها هذا المرض

(الانقلاب)، وبدل أن

تعمل الأيديولوجيا

على ضبط إيقاع

الواقع السياسي، صارت

تنضبط بحسب متحكماته، لدرجة

أن تصبح الأيديولوجيا في الأحزاب

الدينية أكثر علمانية من العلمانية

نفسها، والثانية أكثر

تديناً من الأولى، وهكذا...

كما قلت في البداية، فإن

إلقاء كل المشاكل في سلة

عامل واحد خطأ فادح، أن نقول

أن الدين وحده هو السبب، خطأ،

أو البيئة أو العوامل الاقتصادية

أو السياسية.. الخ.

الدين فاعل مهم، بكل تراثه الذي

يملي التطرف ويستدعي الفردانية

ويسبغ بالتالي القدسية. البيئة

كذلك (الاجتماعية والطبيعية)

أيضاً بكل مؤثراتها، ابتداء بجفاف

الصحراء وما تنتجه من جفاف في

الأرواح وانتهاء بكل التخلف والجهل

الذي تسبب به فعاليات التعليم أو

التنشئة الاجتماعية وما إلى ذلك،

العامل الاقتصادي هو الآخر يلعب

بنفس الساحة التخريبية، خاصة

وهو يعود بالمدينة لأخلاق الريف،

من خلال عجزه عن ترسيخ معايير

المجتمع الحديث التي تتأسس

* الأيديولوجيا وبوصفها منظومة معيارية ثابتة،

هي الأخرى نال منها مرض (الانقلاب)، وبدل أن تعمل

الأيديولوجيا على ضبط إيقاع الواقع السياسي، صارت

تنضبط بحسب متحكماته، لدرجة أن تصبح الأيديولوجيا

في الأحزاب الدينية أكثر علمانية من العلمانية نفسها،

والثانية أكثر تديناً من الأولى، وهكذا...

وهنا تكون الحاجة للدقة بالتحليل
ملحة، إذ الدين هنا - وباعتباره محرك
سلوك - ليس فاعلاً بقدر ما
أنه مُنْفَعِل، مُنْفَعِل بباقي
عناصر البيئة (طبيعية/
اجتماعية/ اقتصادية).
أي أنه يتعرض لعملية
إعادة إنتاج، طبعاً لا
يخرج منها بريئاً تماماً،
لكنه لا يتحمل من وزرها
الحصة الأكبر. فالتخلف
الاجتماعي يؤثر ولا شك
على عملية قراءة الدين،
إذ من الواضح أن الإنسان
- ومن خلاله المجتمع -
يتعامل مع مواضيع إدراكه
بشكل انتقائي، وهو في
سياق حكمه على أي موضوع
لا يأخذ بنظر الاعتبار جميع الحشيات
التي يجب أن يلاحظها في حكمه،
بل فقط تلك التي يريد أن يلاحظها،
بالتالي فإن القراءة - التي تتحكم بها
الذات بكل خزنها العقائدي والتراثي

على حراك اقتصادي يتقاطع
بقوة مع أنساق القرابة، وما
تمليه من عصبية مريضة.
ولو أننا رسمنا خريطة لواقع
العنف الحالي في العراق لوجدنا أن هذه
العوامل الثلاثة تتركز وبشكل
يثير الحفيظة في جميع مناطق
التوتر. معظم - إذا لم يكن كل -
مناطق التوتر في العراق تنتمي لبيئة
ثقافية متشابهة، ولواقع اقتصادي
متماثل ولمستوى ديني (راديكالي)
متقارب. لا بد من الإشارة إلى أن المبرر
الذي يسمح بإخراج الدين من البيئة
الاجتماعية - باعتباره أحد مكوناتها
- ومحاكمته منفصلاً عنها، هو أنه، ومن
خلال المؤسسات الدينية، تحول لمركب
غايات مريضة، وبشكل مخيف، فليس
هناك خطر كخطر اللصوص الذين
يرتدون أزياء دينية، ولا أزمة كأزمة قتل
وتخريب يتخذ من الدين استراتيجية،
ولا هول كهول جماعة تتخلى عن جميع
ثوابت دينها الاخلاقية ولا تحتفظ إلا
بشعارات الحق التي يراد بها الباطل.

*** عملية تجريم الدين التي تحولت لبضاعة
رائجة في سوق الفكر العراقي، تفتقر لدقة
القراءة (التحليلية / الانثروبولوجية) ...
القراءة التي تتأسس على النظرة الشاملة
التي تأخذ بنظر الاعتبار جميع مظاهر الأزمة،
جميع المتحكمات فيها، لتصل من خلال ذلك
لكل الجذور التي تتولى عملية تغذيتها.**

تغذيتها.

بما أن الدين يُقرأ بصيغ مختلفة ويُنتج من ثم نتائج مختلفة، فعلياً أن نبحث عن المتحركات بهذا الموضوع. لقد كان الكثير من أجدادنا ممن يمتهنون رعي الحيوانات، يجدون في الغارة على الآخرين وسرقة أموالهم، فضيلة حقيقية وعنوان للرجولة؛ وكان سبب اعتبارها كذلك، أنها السبيل الوحيد لكسب الرزق بالنسبة للكثير منهم. والسؤال المهم هو: كيف استطاعوا أن يجمعوا بين كونهم مسلمين وبين كونهم لصوصاً؟

لقد فعلوا ذلك لأن الثقافة وهي تستقبل الدين وتنفعل به لا تتنازل له عن جميع فعالياتها، بل فقط عن تلك التي تستطيع أن تتخلى عنها، وعلى هذا الأساس يكون الدين ملزماً بالتنازل أيضاً، وبما أن الدين (كبنية نصوص ثابتة) لا يمكن

والعاطفي - ستكون

في نهاية المطاف

انتقائية... في الدين

مجموعتين من

النصوص المتعارضة،

نصوص تدعو

للغلظة والخشونة،

وأخرى تدعو للرافة

والإحسان، والمجتمع

وهو يختار، يمارس

نوع من أنواع التعسف،

الذي تمليه الثقافة

وربما البيئة أو

الظرف السياسي أو

الاقتصادي. إذن عملية تجريم الدين

التي تحولت لبضاعة رائجة في سوق

الفكر العراقي، تفتقر لدقة القراءة

(التحليلية/ الانثروبولوجية).

القراءة التي تتأسس على النظرة

الشاملة التي تأخذ بنظر الاعتبار

جميع مظاهر الأزمة، جميع

المتحركات فيها، لتصل من خلال

ذلك لكل الجذور التي تتولى عملية

*** إن إلقاء كل المشاكل في سلة عامل**

واحد خطأ فادح، كأن نقول أن الدين وحده

هو السبب، خطأ، أو البيئة أو العوامل

الاقتصادية أو السياسية.. الخ.

له أن يفعل ذلك، إذن تعمل الثقافة ومن خلال الانتقاء على خلق دينها الخاص، الدين الذي يقبل بالأمر الواقع، واقع أن السرقة ضرورية للمجتمع البدوي. وهكذا تجري عملية مصالحة بين الثقافة ونفسها، فهي لا تستطيع أن تقمع الدين الوافد، وهي من جهة أخرى لا تستطيع أن تتخلى عن ضروريات وجودها، إذن فلا بد من عملية إعادة انتاج للدين، لإرغامه على القبول بـ(الذبح والتفخيخ والتعذيب والتفجير والتهجير).

لقد قامت الثقافة التي أنجبت التطرف السلفي، بعملية بحث في كل التاريخ الإسلامي سعياً وراء فكريتلاءم وتوجهاتها، وهكذا إلى أن وجدت ابن تيمية، أي أنها نجحت بالتالي من إيجاد ثوب إسلامي يناسب مقاسات واقعها (القبائلي/ الصحراوي). إذن الثقافة لا تتلقى الدين تلقياً سلبياً، والسلوك المجتمعي الذي يتزيا بزّي ديني لا

يكون أبناً شرعياً لهذا الدين فقط، بل هو يتزياً بالزّي الديني فقط عندما تكون الشرعية الوحيدة المقبولة اجتماعياً هي الشرعية الدينية، ولو لم يكن المجتمع متديناً، لبحث التطرف عن شرعية أخرى، أيديولوجية مثلاً، وهذا ما حدث فعلاً بالنسبة للتطرف البعثي بحق الشيوعيين، أو التطرف الشيوعي بحق البعثيين، فكل السلوكين كانا يتعكزان على الشرعية الأيديولوجية، فقط لأن المجتمع آنذاك كان قليل التدين، والآن عندما عاد المجتمع متديناً بشدة، نجد أن كلا الحزبين أخذاً يقتربان من التوجه التديني

*** ليس هناك خطر كخطر اللصوص الذين يرتدون أزياء دينية، ولا أزمة كأزمة قتل وتخريب يتخذ من الدين استراتيجية، ولا هول كهول جماعة تتخلى عن جميع ثوابت دينها الاخلاقية ولا تحتفظ إلا بشعارات الحق التي يراد بها الباطل... وهنا تكون الحاجة للدقة بالتحليل ملحة!!**



للمجتمع، وما هذا الاقتراب إلا سعيًا مكشوفًا للشرعية الاجتماعية، فلم يعد هناك حاجزًا (كونكريتي) بين الدين والشيوعية، ولا بين البعثية (العربية) وبين شعارات الجهاد في سبيل الله. في نهاية المطاف ما السبب وراء ما يحدث، الدين؟ الثقافة؟ الفقر؟ الإقصاء؟ أم الإنسان؟

في النهاية مهما كانت الإجابة على مثل هذا التساؤل صعبة فإن دراسة هذه الإجابة والبحث عنها بحثًا علميًا لن تكون صعبة بنفس القدر. نحن بحاجة لأن ندرس الأسباب بصورة علمية. لقد

أثبتت الأيام أن سياسة حرق المراحل كانت وما تزال غير مجدية، وهي تثبت لنا أيضًا بأن تجاهل ضرورات الدراسات البحثية العلمية لمشاكلنا سيوقعنا بمطبات لا يمكن تصورها. فقد يكون من السهل علينا أن نتهم الدين بكل مشاكلنا، وننتظر بالتالي اليوم الذي نضغ فيه من (بلواه)، كما كان سهلاً علينا أننا توكلنا على الله وشرعنا بتطبيق الديمقراطية، هكذا وكيفما اتفق. لكن إذا كان للأزمة جذور أعمق، فلن تكون عملية حشر الدين وحده في قفص الاتهام غير ممارسة أخرى من ممارساتنا الارتجالية غير المدروسة

* **التخلف الاجتماعي يؤثر ولا شك على عملية قراءة الدين، إذ من الواضح أن الإنسان - ومن خلاله المجتمع - يتعامل مع مواضيع إدراكه بشكل انتقائي، وهو في سياق حكمه على أي موضوع لا يأخذ بنظر الاعتبار جميع الحثيات التي يجب أن يلاحظها في حكمه، بل فقط تلك التي يريد أن يلاحظها، بالتالي فإن القراءة - التي تتحكم بها الذات بكل خزائنها العقائدي والتراثي والعاطفي - ستكون في نهاية المطاف انتقائية**

المجاعة

التي
جبابرة
غير

عمر فاروق - الشرق الأوسط

محمد يونس نال الجائزة التي
رشح لها هتلر وموسوليني
وستالين لأنه وثق.. في النساء
النساء والجوع، هذا هو سر
البروفيسور محمد يونس الحائز
جائزته نوبل للسلام لهذا العام
فحلله منذ كان صغيرا كان القضاء
على الفقر في بنغلاديش، ثم كبر
الحلم ليصير القضاء على الفقر في
العالم

كانت وسيلة يونس الى ذلك شيئين
بسيطتين: قرض صغير جدا، يعطى
للنساء. ولا بد ان تأثير والدته عليه
كان كبيرا، ولا بد أنها كانت شخصية
غير عادية، لأنه خلال سنوات عمله
منذ أنشأ بنك «غرامين» للاقراض
الصغير وحتى الآن، ذهبت أكثر من نسبة
94% من القروض الصغيرة الى النساء،
ويرى البروفيسور يونس ان منح القروض
للنساء ضمان نجاح، وهو توجه انتقل
من تجربته في بنغلاديش الى عشرات

التجارب المماثلة في
العديد من انحاء العالم.
غير ان الجوع كان ايضا
محركا لعمال يونس،
فما دفعه الى تطوير فكرة
القروض الصغيرة للفقراء،
كان مجاعة مفعجة
ضربت قرى بنغلاديش
وأدت الى موت الالاف
امام عينيهِ. ولهذا أعطى
فوز البروفيسور يونس
بنوبل للسلام الجائزة
«معنى آخر»، فالجائزة لا
ينبغي ان تكون للسياسيين،

او للناشطين في مجال حقوق الانسان
والحريات والترويج للديمقراطية، بل
ينبغي ان تفتح للأفراد الذين يغيرون
وجه الحياة للأفضل من كل التخصصات.
وهذا ما حدث هذا العام، اذ ذهبت
الجائزة، التي رشح لها هتلر وموسوليني
وستالين سرا، الى شخص لم يكن يوما

* ان غرامين هو «رسالة أمل وبرنامج لوضع التشرد والعوز
في المتحف، بحيث يمكن لابنائنا، في يوم من الايام زيارة
المتحف ويتساءلون كيف سمحنا لمثل هذا المرض الفظيع
بالاستمرار»

* علماء اجتماع واقتصاديون: ان ما فعله يونس هو اعادة
تفكير جذري في العلاقة الاقتصادية بين الاثرياء والفقراء
وبين حقهم والتزاماتهم



مغرما او منخرطا
في السياسة. وهو
حصل عليها، ليس
فقط لان فكره
القروض الصغيرة
نجحت نجاحا
منقطع النظير في
بنغلاديش وفي
البلدان النامية،
بل لانها نجحت
بنفس الدرجة
في اميركا وكندا
والنرويج وروسيا،
وغيرها من البلدان
الغنية. فالمقر ظاهره عالمية،
وفكره يونس للتغلب عليه اتضح،
بعد 30 عاما من العمل المتواصل،
انها ايضا عالمية ويمكن تطبيقها
في كل مكان.

ولد يونس في عام 1940 في قرية
باثوا ببنغلاديش. وقضى المرحلة

الاولى من طفولته
في القرية، ثم تلقى
تعليمه الاولي في قرية
تشيتاغونغ. وبعد انتهاء
المرحلة المدرسية درس في
جامعة «داكا» وعمل مدرسا.
وقد اثبت قدراته في مجال
الاعمال، بتأسيس شركة تعبئة
الى جانب عمله في التدريس.
غير انه لاحقا حصل على منحة
«فولبرايت» الدراسية وتلقى درجة
الدكتوراه من جامعة «فندربيلت»
في ناشفيل بولاية تينيسي. وهو
متزوج من افروجي يونس، وهي
بروفسوره في الفيزياء في جامعة
«جاهنغيراناغار». ويعيش يونس،
طبقا لالاشخاص الذين عملوا معه،
حياة متواضعة وبسيطة مع ابنتيه
دينا ومونيكا، بالرغم من انه
ينتمي لطبقة اجتماعية مميزة،
فهو ابن صاحب محل مجوهرات.
وهو الابن الثالث من بين 14 ابنا،

* مصرف يونس يقدم قروضا صغيرة، وإذا كانت القروض
الكبيرة تتطلب ملء طلبات ووثائق، فإن مصرف يونس يقرض
الاميين، بدون وثائق او ضمانات. مصرف غرامين ليس فيه
مديرون يرتدون البذلات، كما ان مصرفه هو الذي يذهب
الى الناس، وليس العكس، كما يناقش معهم احتياجاتهم
للقرض داخل اكوأخهم وبيوتهم، وغالبية زبائنه لا
يملكون شيئا.

الفقر مشكلة هيكلية وليست شخصية». وقد بدأ حملته للقضاء على الفقر قبل ثلاثين سنة في منطقة كان يعيش فيها، وقد حصل بمقتضى هذه التجربة على لقب «مصرفي الفقراء»، فقد شارك يونس للمرة الاولى في معركة القضاء على الفقر، اثناء المجاعة التي تعرضت لها بنغلاديش عام 1974. فقد اكتشف ان القروض الصغيرة للغاية يمكن ان تؤدي الى نتائج اكبر بكثير من القرض الكبير. وفي عام 1976 قاد تلاميذه في جامعة تشيتاغونغ الى رحلة ميدانية، حيث اجروا مقابلة مع امرأة تصنع مقاعد من «البامبو»، وعلموا ان عليها اقتراض مبلغ صغير من المال لشراء البامبو الخام

مات منهم خمسة في مرحلة الطفولة، وحقق العديد منهم انجازات في عالم الاعلام والمجال الاكاديمي. فشقيقه محمد ابراهيم، بروفيسور في الفيزياء في جامعة دكا، وشقيقه الاصغر محمد جاهنجير، مقدم برامج تلفزيوني شهير. ووسط أسرة متدينة وابوين يعملان بكد، تعلم يونس أهمية المساواة وتوفير الفرص لحياة كريمة. وقال سرتاج عزيز وزير مالية باكستان السابق لـ«الشرق الاوسط»: «اعرفه منذ اكثر من 24 سنة والتواضع هو سمته الاساسية. يعيش حياة بسيطة. ولم يغير اسلوب حياته حتى بعدما حقق هذا النجاح العظيم». ويمكن تلخيص 30 سنة من النضال لمساعدة الفقراء في تلك العبارة التي قالها: «ليس الناس فقراء لانهم كسالى او اغبياء. الناس فقراء لعدم وجود بنية مالية لمساعدتهم.

* ان النظم المصرفية في العالم كله تقصر القروض على الاغنياء، وتتجاهل مطالب الفقراء، بالرغم من ان الفقراء يحتاجون القروض اكثر البروفيسور محمد يونس * عندما بدأ يونس مصرف غرامين كان هدفه التخلص من المعاملات المصرفية التقليدية، وكانت اولى اجراءاته التركيز على النساء، لأنهن الاكثر حرصا على احتياجات الاسرة، وأكثر حكمة في التعامل مع المال، كما ان دخلهن من القروض يذهب كله للأسرة، وهذا شيء غير مضمون لدى الرجال

لكل مقعد تصنعه. وبعدما تدفع عمولة للوسيط بنسبة تصل في بعض الاحيان الى 10 في المائة اسبوعيا، لا يزيد ربحها عن قرش واحد. وتوصل يونس الى قناعة بأنها اذا كان في امكانها الحصول على قروض بمعدلات بفائده افضل، فيمكن ان تحقق لنفسها معدلات ربح افضل وتبتعد عن حد الكفاف، الذي لا تغادر ضفافه ويكاد يفرقها وعائلتها. ولهذا بدأ فكرة القروض الصغيرة للفقراء. وقال في هذا مرارا، ان الفقراء غير المتعلمين تعليما عاليا يمكنهم ان يتحركوا بقروض صغيرة لتحسين حياتهم، أكثر مما يمكن ان يتحركوا بقروض كبيرة. كما قال ان النظم المصرفية في العالم كله تقصر القروض على الاغنياء، وتتجاهل مطالب الفقراء، بالرغم من ان الفقراء يحتاجون القروض اكثر. وفي عام 1976 اقترض يونس اول مبلغ من جيبه الى مجموعة من الحرفيين الفقراء. اذ اقترض ما يوازي 27 دولارا من جيبه الى 42 من صانعي السلال في بلدة جوبرا. ووجد انه من الممكن بمثل هذا المبلغ البسيط مساعدتهم على

الاستمرار في الحياة، بل اطلاق المبادرة الشخصية لديهم لاجراج انفسهم من دائرة الفقر. ولدعم تأثير هذا المبلغ الصغير، تطوع يونس كضامن لقرض اكبر من مصرف تقليدي. ولم يتصور البروفيسور ان مثل هذه الخطوة ستؤدي الى اسلوب جديد في الاقراض، وتضعه على قمة مؤسسة مالية قوية هي «غرامين بنك»، تشكل الان أكثر من 1% من نتاج الدخل القومي في بنغلاديش. واستمر يونس، ضد نصيحة المصارف والحكومة، في تقديم «قروض صغيرة»، وفي عام 1983 شكل «مصرف غرامين» أي «مصرف القرية» منطلقا من مبدأ الثقة والتضامن.

وفي بنغلاديش اليوم، يوجد لمصرف غرامين 1084 فرعا، يعمل فيه 12500 موظف يخدمون 2.1 مليون مقترض في 37 ألف قرية. وفي أي يوم من ايام العمل يجمع المصرف 1.5 مليون دولارا قساط تسديد القروض. و94 في المائة من اصحاب القروض من النساء و98 في المائة من القروض ترد، وهو معدل اعلى من أي معدل اخر في النظم المصرفية الاخرى. ويطبق نظام غرامين في مشروعات في

58 دولة، بما فيها الولايات المتحدة وكندا وفرنسا وهولندا والنرويج، بالإضافة الى غالبية دول اسيا وافريقيا واميركا الجنوبية.

عندما بدأ يونس مصرف غرامين كان هدفه التخلص من المعاملات المصرفية التقليدية. وكانت اولى اجراءاته التركيز على النساء، لأنهن الأكثر حرصا على احتياجات الاسرة، وأكثر حكمة في التعامل مع المال، كما ان دخلهن من القروض يذهب كله للأسرة، وهذا شيء غير مضمون لدى الرجال. وكانت خطوة اقراض النساء خطوة راديكالية في مجتمع تقليدي مسلم. واستغرق يونس فترة ست سنوات للوصول الى هدفه الاساسي في التوزيع المتساوي للرجال والنساء (50 - 50). اما اليوم، فإن 94% من المقترضين من مصرف غرامين نساء. اذا كانت المصارف الكبيرة تقدم القروض الكبيرة

فإن مصرف يونس يقدم قروضا صغيرة، واذا كانت القروض الكبيرة تتطلب ملء طلبات ووثائق، فإن مصرف يونس يقرض الاميين، بدون وثائق او ضمانات. مصرف غرامين ليس فيه مديرون يرتدون البذلات، كما ان مصرفه هو الذي يذهب الى الناس، وليس العكس، كما يناقش معهم احتياجاتهم للقرض داخل اكواخهم وبيوتهم، وغالبية زبائنه لا يملكون شيئا. هناك اختلافات كثيرة بين المصارف التقليدية ومصرف يونس، وهي اختلافات لم تحدث عن طريق الصدفة. ويصف البروفيسور يونس نفسه مصرف غرامين قائلا: «نظرنا الى ما تفعله المصارف الأخرى وفعلنا عكسه. المصارف التقليدية تقدم قروضها لمن لديهم مال، اما في غرامين فإننا نفعل

* «ليس الناس فقراء لأنهم كسالى او اغبياء... الناس فقراء لعدم وجود بنية مالية لمساعدتهم. الفقر مشكلة هيكلية وليست شخصية» البروفيسور محمد يونس

* ان الفقراء غير المتعلمين تعليما عاليا يمكنهم ان يتحركوا بقروض صغيرة لتحسين حياتهم، أكثر مما يمكن ان يتحركوا بقروض كبيرة.

البروفيسور محمد يونس

العكس، إذ نقدم قروضنا للمعدمين».

في بعض الحالات استطاع يونس اجتذاب رأسمال خاص لتمويل بعض الأعمال التجارية الاجتماعية. هناك مشروع «غرامينزون» الذي تملك شركة «تيلينور» النرويجية 51 بالمائة منه، وهو مشروع جرى تمويله بقروض الى نساء، ويعمل بطريقة الهواتف العامة في المناطق الريفية. وتلقى فكرة «سيد هاتاف القروية» رواجاً في الوقت الحالي الى جانب نظم اخرى متقدمة في أجزاء اخرى من آسيا وأفريقيا.

آخر ابتكار للبروفيسور يونس في مرحلة التجربة، وهو «غرامين دانون فود»، وهو مشروع بالتعاون بين

مصرف غرامين وشركة دانون الفرنسية، لصناعة حليب للأطفال بأسعار معقولة، ويحتوي على مواد غذائية كافية وفيتامينات لمعالجة الانيميا لدى الاطفال من عائلات فقيرة. ويفكر يونس في إنشاء برامج لعلاج العيون ومستشفيات رياضية العلاج فيها غير مكلف، وتحتوي على اتصال عن طريق الفيديو بين القرويين والأطباء في دكا. وكان الرئيس الأميركي السابق بيل كلينتون من مؤيدي منح محمد يونس جائزة نوبل. وعبر عن ذلك في سيرته الذاتية «حياتي». وفي خطاب القاه في جامعة كاليفورنيا عام 2002 وصف كلينتون الدكتور يونس بأنه «رجل كان من المفروض ان يفوز من زمن بعيد بجائزة نوبل. وسأستمر في قول ذلك حتى يحصل عليها». وقالت

* أعطى فوز البروفيسور يونس بنوبل للسلام الجائزة «معنى آخر»، فالجائزة لا ينبغي ان تكون للسياسيين، او للناشطين في مجال حقوق الانسان والحريات والتمويل للديمقراطية، بل ينبغي ان تفتح للأفراد الذين يغيرون وجه الحياة للأفضل من كل التخصصات... وهذا ما حدث هذا العام.

* الفقر ظاهرة عالمية، وفكرة يونس للتغلب عليه اتضح، بعد 30 عاما من العمل المتواصل، انها ايضا عالمية ويمكن تطبيقها في كل مكان!!

هيلاري كلينتون

عام 2000 ان يونس

ساعدها وزوجها،

الرئيس الاميركي

السابق، في إدخال مشاريع

للائتمان المحدود لعدد من اكثر

المجموعات فقرا في

آركنسو. وقال الدكتور اكمل

وهو اقتصادي باكستاني

مع البروفيسور يونس، ان

على جائزة نوبل للسلام

تفسيره على مستويين. اولا

مسلم يحصل على جائزة

وثانيا هو من جنوب اسيا وهو

عظيم للمنطقة. وحلم محمد

الان هو القضاء تماما على

من العالم. وقال ان غرامين هو

أمل وبرنامج لوضع التشرد

في المتحف، بحيث يمكن

في يوم من الايام زيارة

ويتساءلون كيف سمحنا

المرض الفظيع بالاستمرار.

عندما نال يونس الجائزة،

الكل سعيدا، فالرئيس

لحركة التضامن العمالية

ليخ فالينسا الحاصل على

نوبل للسلام، اعترض على

الجائزة، على أساس انه لم

اقتصادية جديدة. غير

الاجتماع واقتصاديون

ويقولون ان ما فعله

هو اعادة تفكير

في العلاقة

الاقتصادية بين الاثرياء والفقراء

وبين حقهم والتزاماتهم. وقد اعترف

المصرف الدولي اخيرا بأن «هذا

المنطلق للقضاء على الفقر سمح

لملايين من الافراد بالخروج من دائرة

الفقر. الائتمان هو آخر أمل للذين

يواجهون الفقر المطلق». ولهذا السبب

يعتقد محمد يونس «ان الحق في

الحصول على ائتمان يجب ان يكون

معترفا به كحق اساسي للفرد».

وتقول بانيسا خاتون، ان برنامج

القروض الصغيرة غير حياتها، حيث

تحولت الى امرأة محترمة قادرة على

الاعتماد على نفسها بعد أن كانت أفقر

الفقراء. وكانت بانيسا المتزوجة منذ عشرة

أعوام غارقة في اليأس عندما فشل زوجها

في العثور على عمل وتراكمت المشاكل

المالية. وقالت في قرية باستا الواقعة

على بعد 45 كيلومترا شمال دكا عاصمة

بنغلاديش: «كانت حياتي تتحول الى الاسوأ.

حلمي بحياة جميلة محبة تلاشى تقريبا».

ولكن بصيصا من الامل لاح. سمعت بانيسا

بحملة القروض الصغيرة، التي ينظمها

يونس، من نساء في قرى مجاورة، وخلال

شهر اقترضت ألفي تاكا (30 دولارا) من

فرع قريب لبنك غرامين. وتمكنت بانيسا

بفضل المال الذي اقترضته من شراء عربية

ريكشو لزوجها، وبدأت عملا صغيرا في

مجال تربية الدواجن. وبعد عقد من الزمان

أصبحت بانيسا الان ثرية بمعايير الريف

في بنغلاديش.

وقالت «لدي 27 عربية ريكشو ومزرعة دواجن

و لا ية

حسين

عمل

حصوله

يمكن

هو ثالث

نوبل،

انجاز

يونس

الفقر

«رسالة

والعوز

لابنائنا،

المتحف

لمثل هذا

لكن

لم يكن

السابق

في بولندا

جائزة

منح يونس

يطور نظرية

ان علماء

يختلفون،

يونس

جذري



لـ 5.3 مليون شخص من افقر الفقراء. وهناك ايضا مشروع اطلق عليه «برنامج الأعضاء

المحتاجين» الذي يخدم 55000 متسول. ويقول يونس انه في البداية لم يكن يعتقد ان ما يفعله له اهمية على نطاق واسع، إلا ان المشروع بدأ في الاتساع وفي نفس الوقت بات يونس مدركا لمختلف جوانب الفقر على المستوى العالمي، إذ ان حوالي 1.2 مليار نسمة في العالم يفتقرون الى الاحتياجات الضرورية، ومن الممكن ان يصبح نظام القروض الصغيرة مخرجا لهم من حالة الفقر والعوز التي يعيشون فيها. وفي عام 1997 قاد البروفيسور يونس اول قمة للقروض الصغيرة بواشنطن، وفي نفس العام كان عدد الاسر المستفيدة من نظام القروض الصغيرة 7.6 مليون في مختلف الدول. واعتبارا من 31 ديسمبر (كانون الاول) 2004 أكدت 3200 مؤسسة للقروض الصغيرة انها استطاعت الوصول الى 92 مليون شخص، نسبة 73 بالمائة منهم تعيش في فقر مدقع عندما تسلموا اول قرض. وبرغم كل النجاح والصيت العالمي والجوائز، ظل الاحساس الاساسي الذي ينتاب الذين يقابلون «مصرفي الفقراء» هو الاحساس بالطيبة والثقة حيال الرجل الذي يحترمه الاقتصاديون الكبار، ويحبه الفقراء.

بها ثلاثة الاف دجاجة وبركة سمك. أحدث مبلغ الالفي تاكا الذي اقترضته من بنك غرامين الفارق». وقالت بانيسا «نحن سعداء لان الرجل الذي أعاد الينا الامل وقدم لنا حياة جديدة أصبح معترفا به عالميا. الدكتور يونس هو من قدم لنا المال حتى نتجو». أما زليخة فتعيش على بيع حليب بقره اشترتها بعد الحصول على قرض من بنك غرامين. وتدير جارتها ساميران بيبي متجرا صغيرا اشترته بالقرض الذي حصلت هي عليه. وتملك زليخة وساميران الان منزليهما الخصوصيين كما تملكان ماشية وأرضا لزراعة الارز والخضر. وروت ربيعة وراضية ومزارعات أخريات في باستا روايات مشابهة، عندما تجمعن أمس الاحد لسداد أقساط من قروضهن.

واحتفل سكان باستا وقرى في شتى أنحاء بنغلاديش بفوز يونس بجائزة نوبل للسلام بتوزيع الحلوى والغناء والرقص. وقال عبد الكلام ا زاد مدير فرع بنك غرامين في باستا، ان فرعه لديه 80 مقترضا وكلهن من النساء في هذه القرية. وتابع «كلهن تمكن من تغيير حياتهن خلال بضعة أعوام باستخدام القروض الصغيرة». ويدير يونس اليوم مصرف غرامين، الذي اقرض ما يزيد على 5.1 مليار دولار

ثقافتنا وثقافة

الغريب: مشتري واحد

قضية الحضارة أصبحت اليوم أكثر تعقيداً من ذي قبل...
 فلا يوجد اليوم حضارة تحمل جنسية أو أثنية...
 حضارة اليوم صنعها ويصنعها كل البشر، من مختلف
 الأصقاع والبقاع...
 لهذا كيف نفهم من يروج لما يسمى صراع الحضارات؟
 الثقافة المشتركة بيننا والغرب ثقافة واسعة، جذورها
 ضاربة في العمق...
 الناس عادة ما يظنون أن ثقافتنا مختلفة كثيراً عن
 ثقافة الغرب...
 والسبب أن الناس يعدون المكون الديني هو لب الثقافة...
 وهذا غير صحيح فالثقافة وعاء واسع، يحوي مكونات
 كثيرة...

وفي هذه الأسطر أدون بعض ما عنّ لي عن مشتركنا الثقافي مع الغرب.

بداية لا بد من القول إن ثقافتنا العربية، التي بلغت سن الرشد في العصر العباسي، كانت ذات مكون يوناني. ذلك أن التراث اليوناني شكل في ذلك العصر طيفاً من الجماليات والفنون وتعميق المدرك العقلي. ثم هي أيضاً ساهمت في تأصيل العلم التطبيقي العربي. هذه حقائق لا أظن أننا نختلف عليها. ثم نأتي للمكون الروماني الذي يمكن تلمس أثره الواضح في العمارة العربية الإسلامية. وفي ميدان العسكرية، والسلاح، وفي ميدان الإدارة.

هذان المكونان هما أس الثقافة الغربية. لذا يصحح أن نقول أننا وهم نمتج من بئرين مشتركين، ثم جاءت الترجمة في العصر العباسي ومابعده، وهي

ترجمة بلغت من الرقي والسمو والإبداع ما جعلها تتعدى كونها ترجمة، ونقل علوم إلى كونها مكوّناً ثالثاً ساهم في تقريب الثقافة العربية بالثقافة الغربية.

كيف تم ذلك؟

الجواب هو أننا عند نقلنا لعلوم ومعارف اليونان، ومن لف لف لفهم من ذوي الثقافات اليونانية لم نكتف بالنقل الحرفي المجرد، بل أعدنا صياغة المنقول بدرجة جعلته وكأننا أصحاب المشروع الثقافي، لا ناقلينه فقط. وزدنا بأن حفظنا ذاك التراث الغني والمهم من الضياع. وعندما فاقت أوروبا، أعادت ترجمة تراثها المكتوب بالعربية. ولكنه تراث هجين: يوناني وعربي في

*** مما يجمع ثقافتنا العربية والغربية مبدأ حرية الإنسان واختياره، والتسامح وقبول الآخر**

*** إن الاختلاف هو شريعة وسنة كونية... بل هو الزاد المعرفي، والمحرك العلمي لتفاهم الثقافات وتواصلها، ومن ثم السعي لعالم يسوده الحب والتعاون**



ومسؤولية أدبية وذهنية
تجاه هذه الحضارة.

علينا أن نبني مع الغرب،
فوق ما بنى اوائلنا ... نحن
مشاركون في حضارة واحدة،
لهذا لا يجوز أن نصنع لأنفسنا
حضارة خاصة بنا، ومن ثم
نصنع لغيرنا حضارة خاصة
به، ثم نعمد إلى تصادم بين
الحضارتين...

فكرة هنتجتون فكرة تعدت اطارها
النظري، هو كان يفكر في الدين
عندما قال بتصادم الحضارات... أما
نحن فنقول إن مشاركتنا الحضاري
مع الغرب هو مشترك واحد... ولو
عمدنا قسراً وجزأناه إلى قسمين
أو فسطاطين. فلا يمكن أن يتصادم
القسمان أو الفسطاطان... لأن
بدايتهما ووسطهما واحد.

على أن قضية الحضارة أصبحت

الوقت نفسه. لهذا
يصح أن نقول إننا
نشترك مع الغرب
في هذه الخاصية،
وفي هذا المكون
الثقافي. لا يمكن
للمثقف الغربي
أن ينكر أن كثيراً
من تراثه القديم،
نُقل إليه بثوب
عربي قشيب،
بل بروح عربية
لصيقة بالروح
اليونانية.

ومما نشترك فيه مع الغرب صفة
إنسانية قديمة جديدة... وهي
التراكم الحضاري. فلا يمكن أن
نكون بمعزل عن الثقافة الغربية
القديمة والحديثة. وهم لا يمكن
أن يكونوا بمعزل عنا. لقد نتج من
التلاحم والتثاقف تراكم حضاري،

* مما نشترك فيه مع الغرب النزعة المعرفية والعلمية
المتأصلة في تراثنا منذ نزول آية (اقرأ). وهم لديهم
هذه النزعة المتجذرة في قلوبهم وعقولهم... الفرق، إن
كان ثمة فرق هنا هو: أننا أنسينا إلى حين هذه النزعة
المعرفية، وركضنا إلى الدعة، بينما هم جادون،
نشطون!!

أما في الثقافة الغربية فإن المكونات السابقة هي من الأسس التي قامت عليها ثقافة الغرب اليوم. ولا يمكن أن ننازع في هذا... بل يجب أن نجعل هذا المكون المشترك سبيلاً من سبل التسامح وقبول بعضنا البعض، التسامح دليل ذهني على قبول الآخر، كما هو، لا كما نريده، ونحن في عصرنا الذهبي في العصر العباسي ما كان بوسعنا أن نبني حضارة فوق الحضارات السابقة لولا هذا المكون المتجذر في ثقافتنا، فما دعاوى القوم اليوم... وما يريدون من... هل يريدون أن ننسى مكونات ثقافتنا لأسباب سياسية آنية، أو لأسباب أيولوجية مقبلة.

اليوم أكثر تعقيداً من ذي قبل، فلا يوجد اليوم حضارة تحمل جنسية أو أثنية... حضارة اليوم صنعها ويصنعها كل البشر، من مختلف الأصقاع والبقاع... لهذا كيف نفهم من يروج لما يُسمى بصراع الحضارات.

ومما يجمع ثقافتنا العربية والغربية مبدأ حرية الإنسان واختياره، والتسامح وقبول الآخر. نعم لدينا في تراثنا كما هائلاً يصب في هذا المنحى. تجده في تراثنا الديني، وتجده في علم الأخلاق العربي القديم، هذا المكون واضح في ثقافتنا العربية، والدليل أننا استطعنا أن ندمج أثنيتي عديده تربو على الثقافة العربية الإسلامية... وكان من الممكن أن نمحو الاثنيتي والألوان البشرية لولا تداخل المصالح السياسية، ونزوع البشر إلى الفردية والأنانية.

* مما نشترك فيه مع الغرب صفة إنسانية قديمة جديدة... وهي التراكم الحضاري. فلا يمكن أن نكون بمعزل عن الثقافة الغربية القديمة والحديثة... وهم لا يمكن أن يكونوا بمعزل عنا



ومما نشترك فيه
مع الغرب النزعة
المعرفية والعلمية
المتأصلة في تراثنا
منذ نزول آية (اقرأ).
وهم لديهم هذه
النزعة المتجذرة في
قلوبهم وعقولهم.
الفرق، إن كان ثمة
فرق هنا هو: أننا
أنسينا إلى حين هذه
النزعة المعرفية،
وركضنا إلى الدعة،
بينما هم جادون،
نشطون، ومع هذا فلا مساحة
في التباين الحاصل الآن. لأننا إذا
عرفنا أننا نشترك مع الغرب في
هذه النزعة، عندئذ يمكن أن نعمل
سويًا. ويقبل بعضنا نتائج عملنا
المشترك أو المفترق.

آفة القضية، وسوستها
هو أن نجد بيننا ونجد
بين الآخر من ينزع إلى
ما اسميه بالحوار الذاتي،
بمعنى الانكفاء على الذات...
ونسيان أن الأرض والعلم والدين
والآخرة والدنيا تسع الناس
كلهم. وإن الاختلاف هو شريعة
وسنة كونية... بل هو الزاد
المعرفي، والمحرك العلمي لتفاهم
الثقافات وتواصلها، ومن ثم السعي
لعالم يسوده الحب والتعاون.
❖ نقلا عن جريده «الرياض»
السعودية

* علينا أن نبني مع الغرب، فوق ما بنى اوانلنا... نحن
مشاركون في حضارة واحدة، لهذا لا يجوز أن نصنع لأنفسنا
حضارة خاصة بنا، ومن ثم نصنع لغيرنا حضارة خاصة به،
ثم نعهد إلى تصادم بين الحضارتين



حقیقی فائز



www.alkaleme.com