

يقولون أنى مياه ترى
على البعد للعين فى يقظة
إليها يغزون فى سيرهم
لنيل المآرب فى لحظة

فينشط قلب الطموح بيا
كأنى أنا البلسم أو ثمر
ومن يعشقون وجودى هنا
يكدون كذا طوال العمر

عرفنا المرام وقدر العمل
فكونى الملاذ وكونى

؟؟

طفل :

- متع شبابك بالأمل واشغل حياتك بالعمل

طفلة :

- اعتقد أنك نطقت اسمى

أمل

(ما أضيق العيش لولا فسحة الأمل)

طفلة :

- إنه اسمى:

آمال

(بلوغ الآمال " فى ركوب الأهوال)

- وأنا اسمى :

منى

(كم تعللت " بالمنى و "المنى " كلها علل)

ربما اسمى أنا:

أمانى

(الأمانى " حلم فى يقظة والمنايا يقظة من حلم)

فوازيرو:

هو كل هذه الأسماء التي تحمل معنى الأمل والتمنى والمنى.
من سيفتح القاموس.

أمل:

أمل: والجمع آمال.
أمل: رجاء (يقال: أمل خيره).

فوازيرو:

إذا معنا اسم رجاء أيضا.

رجاء:

- وأنا هنا .. قال الشاعر:

يا " رجاء " العيون في كل أرض
لم يكن غير أن أراك " رجائي "

فوازيرو:

- والأمل دائما يأتي بمحاولة معرفة الغيب عن طريق الأحلام.

رجاء:

- روى ابن سيرين عن امرأة يقال لها رجاء أنها قالت:
- كنت عند النبي (صلى الله عليه وسلم) فجاءته امرأة بابتها.. فقالت:
- يا رسول الله، أَدع الله لي فيه بالبركة، فإنه توفي لي ثلاثة. فقال لها(صلى الله عليه وسلم):
- "منذ أسلمت؟" .. قالت :
- نعم. فقال (صلى الله عليه وسلم):
- "جُنة حصينة".
- فقال: لي رجل عنده: اسمعي ما يقول رسول الله (صلى الله عليه وسلم)

فوازيرو:

- كان الإمام محمد بن سيرين البصري إمام وقته في علوم الدين في البصرة وهو من التابعين.
- اشتهر بالورع والتقوى واشتهر بتفسير الأحلام.
- وكان له في تفسير الأحلام عجائب وغرائب.

أمل:

- وطبعاً لا ننسى اسم الشاعر العربي المهم :

أمل دنقل



الشاعر أمل دنقل

فوازيرو:

- هو شاعر مصري مشهور ومفكر قومي عربي.
- ولد في عام 1940 بقرية القلعة، مركز قفط بمحافظة قنا - في صعيد- مصر.
- له خمس مجموعات شعرية مطبوعة .
- كان والده عالما من علماء الأزهر الشريف مما أثر في شخصية أمل وقصائده بشكل واضح.

أمل:

- دائما هذا السؤال يحيرنى.. لماذا سمي بهذا الاسم؟

فوازيرو:

- سمي أمل دنقل بهذا الاسم لأنه ولد بنفس السنه التي حصل فيها والده على إجازة_العالميه فسماه باسم أمل تيمنا بالنجاح الذي حققه.
- (رغم أن اسم أمل شائع بالنسبه للبنات في مصر).

أثر الوالد

منى:

- ورث أمل موهبة الشعر عن والده الذى كان يكتب الشعر_العمودي .

- وكان يمتلك مكتبة ضخمة تضم كتب الفقه والشريعة والتفسير وذخائر التراث العربي.

- أثر ذلك كثيرا في أمل دنقل وساهم في تكوينه الأدبي.

- فقد أمل دنقل والده وهو في العاشرة من عمره فاكسبه هذا مسحه من الحزن تجدها في كل أشعاره.

حياة أمل دنقل

آمال:

- رحل أمل دنقل إلى القاهرة بعد أن أنهى دراسته الثانوية.

- في القاهرة التحق بكلية الآداب ولكنه أنقطع عن الدراسة منذ العام الأول لكي يعمل.

- ولكنه كان دائما يترك العمل وينصرف إلى كتابة الأشعار كمعظم أهل الصعيد.

أمنية:

- شعر أمل دنقل بالصدمة عند نزوله إلى القاهرة في أول مره ، ويظهر هذا واضحا في أشعاره الأولى.

- فكان مخالفا لمعظم المدارس الشعرية في الخمسينيات.

- وقد استوحى أمل قصائده من رموز التراث العربي.

- وكان السائد وقتها التأثير بالميثولوجيا الغربية عامة واليونانية خاصة.

فوازيرو :

- عاصر أمل دنقل عصر أحلام العروبه والثورة المصرية مما ساهم في تشكيل نفسيته.

- صدم ككل المصريين بانكسار مصر في 1967 وعبر عن صدمته في رائعته.

"البكاء بين يدي زرقاء اليمامة"

وها أنا في ساعة الطعان

ساعة أن تخاذل الكماة .. والرماة .. والفرسان

دُعيت للميدان !

أنا الذي ما ذقت لحم الضأن ..

أنا الذي لا حول لي أو شأن ..

أنا الذي أقصيت عن مجالس الفتیان..

أدعى إلى الموت.. ولم أدع إلى المجالسة !!
تكلمي أيتها النبوة المقدسة..

رجاء:

- شاهد أمل بعينيه النصر وضياعه وصرخ ضد معاهدة السلام، وأطلق رائحته .

"لا تصالح"

- والتي عبر فيها عن كل ما جال بخاطر المصريين.. يقول:

لا تصالح!
ولو منحوك الذهب
أترى حين أفقأ عينيك
ثم أثبت جوهرتين مكانهما..
هل ترى..؟
هي أشياء لا تشتري..:

أمانى:

- اشعاره كانت تقال في المظاهرات على ألسن الآلاف.

- عرف القارئ العربي شعره من خلال ديوانه الأول "البكاء بين يدي زرقاء اليمامة" 1969.

- جسد فيه إحساس الإنسان العربي بنكسة 1967 وأكد ارتباطه العميق بوعي القارئ ووجدانه.

صدرت له ست مجموعات شعرية هي:

- البكاء بين يدي زرقاء اليمامة - بيروت 1969.
- تعليق على ما حدث - بيروت 1971.
- مقتل القمر - بيروت 1974.
- العهد الآتي - بيروت 1975.
- أقوال جديدة عن حرب بسوس - القاهرة 1983.
- أوراق الغرفة 8 - القاهرة 1983.
- وهناك كلمات سبارتكوس الأخيرة.
- من أوراق أبي نواس.

مرضه الأخير

فوازيرو:

- أصيب أمل دنقل بالسرطان وعانى منه لمدة تقرب من ثلاث سنوات.
- وتتضح معاناته مع المرض في مجموعته "أوراق الغرفة 8"
- وهو رقم غرفته في المعهد القومي للأورام.
- عبرت قصيدته السرير عن آخر لحظاته ومعاناته.
- وهناك أيضا قصيدته "ضد من" التي تتناول هذا الجانب.
- ولكن آخر قصيدة كتبها "الجنوبي" – عبر فيها عن مصر وصعيدها وناسه :

هل أنا كنت طفلاً
أم أن الذي كان طفلاً سواي
هذه الصورة العائلية
كان أبي جالساً، وأنا واقفُ

تتدلى يداي

أمل:

- رحل أمل دنقل في 21 مايو عام 1983م لتنتهي معاناته في دنيانا.

الإرادة يصنعها الأمل هيلين كلر

فوازيرو:

- هيلين ادمز كيلر (مواليد 1880 - 1968)
- أعجوبة المعاقين في كل العصور.
- أديبة ومحاضرة وناشطة أمريكية، وهي تعتبر إحدى رموز الإرادة الإنسانية،
- كانت فاقدة السمع والبصر، واستطاعت أن تتغلب على إعاقته وتم تلقيبها بمعجزة الإنسانية لما قاومته من إعاقته.

رجاء:

- أعرف الكثير عن هيلين كيلر.

فوازيرو:

- أدلى بدلوك.

رجاء:

- ولدت هيلين كيلر في مدينة تسكمبيا بالولايات المتحدة الأمريكية عام 1880 م.

آمال:

— هل ولدت هيلين عمياء وصماء.. ؟

- لا .. بعد بلوغها تسعة عشر شهرًا أُصيب بمرض التهاب السحايا والحمى القرمزية.
- هذا المرض أفقدها السمع والبصر.
- في ذلك الوقت كانت تتواصل مع الآخرين من خلال (مارتا واشنطن)

آمال:

- مارتا هذه ابنة طبخة العائلة التي بدأت معها لغة الإشارة.
- وعند بلوغها السابعة أصبح لديها 60 إشارة تتواصل بها مع عائلتها.

رجاء :

- في سنة 1886 ذهبت الأم إلى مدينة بالتمور لمقابلة طبيب مختص بحثًا عن نصيحة،
- توصلت إلى طبيب كان يعمل آنذاك مع الأطفال الصم.
- فنصح بالتوجه إلى معهد بركينس لفاقدي البصر حيث تعلمت لورا بردهام.

فوازيرو:

- لورا بردهام كانت أيضا عمياء وصماء واستطاعت الحصول على شهادة في اللغة الانجليزية .

رجاء:

- تم اختيار المعلمة آن سوليفان التي كانت في العشرين من عمرها لتكون معلمة هيلين وموجهتها ولتبدأ معها علاقة استمرت 49 سنة.

أماني:

- حصلت آن على إذن وتقويض بنقل هيلين إلي بيت صغير في حديقة المنزل بعيدا عن العائلة.
- لكي تعلّم الفتاة المدللة بطريقة جديدة.

منى:

- بدأت التواصل معها عن طريق كتابة الحروف في كفها وتعليمها الاحساس بالأشياء عن طريق الكف.
- فكان سكب الماء على يدها يدل عن الماء.
- وهكذا بدأت معرفة الأشياء الموجودة حولها ومنها لعبتها الثمينة.
- في سنة 1890 عرفت هيلين بقصة فتاة نرويجية صماء وبكماء لكنها تعلمت الكلام.
- فطلبت من معلمتها تعليمها الكلام.

أمنية:

- استعانت آن بمنهج تادوما عن طريق لمس شفاة الآخرين وحناجرهم عند الحديث وطباعة الحرف على كفها.
- بعد ذلك تعلمت هيلين طريقة برايل للقراءة فاستطاعت القراءة من خلالها.

رجاء:

- المعجزة أن هذا كان ليس فقط باللغة الانجليزية ولكن أيضا بالألمانية واللاتينية والفرنسية واليونانية.

- بعد مرور عام تعلمت هيلين تسعمائة كلمة.

- واستطاعت كذلك دراسة الجغرافيا بواسطة خرائط صنعت على أرض الحديقة كما درست علم النبات.

- وفي سن العاشرة تعلمت هيلين قراءة الأبجدية الخاصة بالمكفوفين وأصبح بإمكانها الاتصال بالآخرين عن طريقها.

أعظم الانجازات الفردية

فوازيرو:

- ثم في مرحلة ثانية أن تسلمتها معلمة قديرة تدعى (سارة فولر) تعمل رئيسة لمعهد (هوارس مان) للصم.

- بدأت المعلمة الجديدة مهمة تعليمها الكلام، بوضعها يديها على فمها أثناء حديثها لتحس بدقة طريقة تأليف الكلمات باللسان والشفيتين.

- وانقضت فترة طويلة قبل أن يصبح باستطاعة أحد أن يفهم الأصوات التي كانت هيلين تصدرها.

- لم يكن الصوت مفهوماً للجميع في البداية، فبدأت هيلين صراعا من أجل تحسين النطق واللفظ.

- وأخذت تجهد نفسها بإعادة الكلمات والجمل طوال ساعات مستخدمة أصابعها لالتقاط اهتزازات حجرة المدرسة وحركة لسانها وشفتيها .

- وتحسن لفظها وازداد وضوحاً عاماً بعد عام وهو من أعظم الانجازات الفردية في تاريخ تربية وتأهيل المعوقين.

أمل:

- أتقنت هيلين الكتابة وكان خطها جميلاً مرتباً.

- ثم التحقت بمعهد كامبردج للفتيات، وكانت الأنسة سوليفان ترافقها وتجلس بقربها في الصف لتتنقل لها المحاضرات.

- وأمكنها أن تتخرج في الجامعة عام 1904م حاصلة على بكالوريوس علوم في سن الرابعة والعشرين.

- ذاعت شهرة هيلين كيلر فراحت تنهل عليها الطلبات لالقاء المحاضرات وكتابة المقالات في الصحف والمجلات.

منى:

- بعد تخرجها عازمت على تكريس كل جهودها للعمل من أجل المكفوفين.

- وشاركت في التعليم وكتابة الكتب ومحاولة مساعدة هؤلاء المعاقين قدر الإمكان.

- وفي أوقات فراغها كانت تخطط وتطرز وتقرأ كثيراً.

- وأمكنها أن تتعلم السباحة والغوص وقيادة العربات ذات الحصانين.

- بعد ذلك دخلت كلية لدراسة العلوم العليا.

- كما درست النحو وآداب اللغة الانجليزية

- ودرست أيضا اللغة الألمانية والفرنسية واللاتينية واليونانية.
- ثم قفزت قفزة هائلة بحصولها على شهادة الدكتوراة في العلوم، والدكتوراة في الفلسفة.

النشاط السياسي

فوازيرو:

- هل أحد يصدق أن لهذه المعجزة أيضا نشاطا سياسيا.
- ففي الثلاثينات من القرن الماضي قامت هيلين بجولات متكررة في مختلف أرجاء العالم في رحلة دعائية لصالح المعوقين للحديث عنهم.
- وجمع الأموال اللازمة لمساعدتهم،
- كما عملت على إنشاء كلية لتعليم المعوقين وتأهيلهم.
- حصلت على الدرجات الفخرية والأوسمة من مختلف البلدان.

كتابتها

أمل:

- ولها العديد من المؤلفات منها (أضواء في ظلامي)
- وكتاب (قصة حياتي في 23 فصلا)
- وكانت وفاتها عام 1968م عن ثمانية وثمانين عاماً.
- واحدة من عباراتها الشهيرة:

(عندما يُغلق باب السعادة ، يُفتح آخر)

- فلو لا الأمل ما تعلمت هيلين ولا وصلت لهذا القدر من الثقافة.



هیلین کیلر عام 1905



هیلین کیلر ومعلمتها آن سولیفان



هيلين كيلر في عمر السابعة



هيلين كيلر أثناء التخرج من كلية رادكليف عام 1904

"فى الرجاء أمنية"

فوازيرو:

- قصص التحدى كثيرة كلها تقدمت بالأمل والمنى .

- لدينا قصه الفتاة اللبنانيه كريستينا أمهز.

- وهى أكبر دليل على قوه إرادة الحياة لدى الانسان.

رجاء :

- هذه الفتاه تكتب وترسم وتعبر عن نفسها برجلها.

- نعم أنا أعرف عنها معلومات كثيرة .
- فيعد أن أصابها شلل دماغي منذ ولادتها.
- هذا الشلل حرّمها نعمة النطق والمشي.
- وأيضا حركة اليدين.

أمنية :

- لكن ارادتها كانت أقوى فهي تعبر عن ذاتها باستخدام رجلها اليسرى.
- فهي تقدر أن تكتب برجلها وتتواصل مع رفاقها ومعلماتها.
- وتستطيع أن توصل أفكارها عبر تحريك رجلها اليسرى وهي تعبر عن فرحتها بالرسوم.

- وتعيش حياتها كأنسانه لديها حقوق.
- وهي تبدو متفائلة تحب من فصول السنه الربيع والطقس المشمس.

"درب التحدي"

منى :

- "تقول معلمتها على الرغم من معاناتها من شلل دماغي منذ الولادة فإنها تواظب على الحضور إلى الصف لتطویر مهاراتها.
- أما أصدقاء كريستينا في الصف فيحاول كثير منهم تناسي ما أصابه
- فرغبة كريستينا على الحياة صارت عاملا ملهما لغيرها.
- هذا الواقع دفع أصدقاء كريستينا الأكبر سنا إلى اصدار كتاب اسموه "درب التحدي"
- وفيه خلاصه تجربتهم وتغلبهم على ما أصابهم به الدهر من إعاقه ولذا كتبوا فيه:
- "ان الذي لا يعرف الألم لا يعرف معنى الحياه ولقد علمتني الحياه ان الألم ليس ألم الجسد وإنما هو ألم الفكر والروح"



عربة على شكل سمكة

عروسان داخل سمكة

فوازيرو:

- ظل الحلم يراود هذا المهندس حتى أصبح حقيقة.
- عروسان يقضيان شهر العسل داخل سيارة تسير بالزيت النباتي
- بدأ مهندس استرالي وعروسه الانجليزية رحلة شهر العسل بعربة صديقة للبيئة.
- تجوب أنحاء استراليا مستخدمة زيت القلي النباتي المستعمل في محلات الأسماك والرقائق كوقود.
-
- ويأمل المهندس جيرالد ميمو (36 عاما) وزوجته ريتشيل (28عاما) في قطع مسافة (30 ألف) كيلومتر بهذه السيارة المعدلة خصيصا لهذا الغرض.
- والتي أطلقا عليها اسم (السمكة المتفسخة)
- بسبب الرائحة النفاذة للدخان المستنفذ المنبعث منها .

أمل :

- قطع الزوجان أكثر من ألف كيلومتر من سيدني إلى برزبين عاصمة ولاية كوينزلاند الشمالية.
- بهذه السيارة التي يمكن أن تسير بزيوت الديزل والزيت النباتي.
- وقال ميمو لصحيفة برزبين تايمز:
- يمكن التحول من زيت الديزل إلى الزيت النباتي بمحرك بارد.
- يجب البدء بالديزل وبمجرد ارتفاع الحرارة يمكن التحويل.
- وذكر الزوجان أنهما يأملان في شهر عسل "خال من الكربون"

رجاء:

- وهما يعتمدان على ما تقدمه لهما المطاعم من زيت القلي.
- ويستخدمان الطاقة الشمسية والمنتجات الحيوية.
- ويساهمان في زرع الأشجار لمعادلة أي تلوث كربوني لقضاء شهر عسل صديق للبيئة.

بدون تردد

فوازيرو:

- ماذا تتمنى ؟ هذا سؤال وجه للعريس فقالا بدون تردد:
- نتمنى أن يأتي اليوم الذي يعيش فيه العالم كله بسلام، وأمان ،وتنتهي فيه محنة إخواننا في فلسطين.

أمل :

- وهذا هو أملنا جميعا في المستقبل

الأطفال:

- وماذا أيضا يا عم فوازيرو؟

فوازيرو:

- نكتفى اليوم.

الأطفال:

- كلنا نشكر عم فوازيرو لأنه أتاح لنا فرصة الاطلاع على قدر مهم من المعلومات عن الأمل والأمان في حياتنا.

فوازيرو:

- غنو معايا .

وبكرة لسه في اسم جاى
إن كان أسامة أو كان لوى
قمر الليالى ملاها ضى

واحنا تحت الضي نطوف
نفتح القواميس ونشوف
معنى اسمى واسم خى

الاسم اليوم يدعونا إلى السرور لكي تعتدل صحتنا

وفزورته:

يا فرحتى يا فرحتى
نجحت عند الامتحان
من يجتهد يلقى المنى
ومن ينم حتما يهان

سعادتى فى ضحكى
وصحتى فى الانتشاء
تضحكوا يا إخوتى
فى سهرتى هذا المساء

قد تجد فى اسمى إشارة
أنا التى أسمونى

؟؟

طفل:

- فرحة وابتسامة

- سعيدة وتسعد غيرها

- هو اسمى أنا :

- ما اسم الحلوة؟

سارة

- وأنا اسمى.

سعيد.

- وأنا اسمى.

فرحة

فوازيرو:

- الاسم سارة لغيرها بتشديد الراء ومعناه اشاعة السرور فى المكان وعلى النفس.

- ومنها المسرة:

- ومسرور.

- ربما أن الابتسامة تعبر عن السرور فمن يعرف أشهر ابتسامة فى التاريخ.

سارة:

- هى ابتسامة الموناليزا

أو الجيوكوندا وتعنى المرأة المبتهجة.

ابتسامتها الغامضة

فوازيرو:

- الموناليزا.. ماذا وراء ابتسامتها الغامضة؟

توصل العلماء إلى فهم سر نصف الابتسامة الغامضة المرتسمة على وجه مونا ليزا. والتي أثارت فضول متذوقي لوحة "الجوكندا" لقرون من الزمن.

قال علماء هولنديون إن السر الكامن وراء الابتسامة غير المكتملة لم يعد عصيا على الفهم.

ورأى علماء من جامعة أمستردام أن سر نصف ابتسامتها يكمن في سعادتها.

- وقام العلماء بمسح ضوئي باستخدام برنامج كمبيوتر متطور للغاية، يتيح تحليل العواطف المرتسمة على الوجه بدقة.

- أظهرت النتائج أن مونا ليزا كانت سعيدة بنسبة 83 في المائة.

- ومشمئزة بنسبة 9 في المائة.

- وخائفة بنسبة 6 في المائة، وغاضبة بنسبة 2 في المائة.

- كما بينت النتائج أن قسمات وجهها تعكس أقل من 1 في المائة من الحياد،

- بينما اختفت من وجهها أي علامات تدل على الدهشة والمباغطة.

من هي

- يُعتقد أن هذا العمل، صور زوجة فرانسيسكو ديل جيوكوندو، تاجر حرير ثري.

- وعنوان اللوحة المشهورة ما هو إلا تحريف بسيط لاسم زوجها ويعني باللغة الإيطالية السيدة المبتهجة.

- ويبقى سر الابتسامة الغامضة والمحيرة للمونا ليزا التي رسمها الفنان الإيطالي ليوناردو دافينشي رمزا للأنوثة.

- ومع ذلك هناك عدد من الأسئلة المحيرة: هل المونا ليزا من اختراع دافينشي؟

- هل هي سيدة من شوارع فلورنسا أصبحت ملهمته في القرن الخامس عشرة؟

- واختلف المؤرخون لقرون عديدة فمنهم من قال إنها والدته، أو رسم شخصي له.

- وعلى ذلك فإن الغموض حول ابتسامة المونا ليزا سيستمر.

- كي يمكن للمؤرخين والشعراء ولقرون مقبلة، مواصلة حيرتهم.



لماذا نضحك؟

سارة:

- للضحك أهمية كبيرة حتى أننا لا بد أن نضحك أو حتى نفتعل الضحك؟

فوازيرو:

- هذا سؤال مهم.. فمن أقوال الفلاسفة القدامى عن الضحك:

أرسطو يقول:

"نحن نضحك على من هم أقل منا وعلى القبحاء من الأشخاص، والفرح يأتي من الشعور بأننا طبقة أعلى من منهم".

سارة:

- ولكن هذا رأى مخالف لديننا .. قال تعالى:

(لا يسخر قوم من قوم ولا نساء من نساء)
سقراط يقول :

"السخرية تنبع من تجاهل الذات".
أما هيجل فيقول:

"ينشأ الضحك نتيجة لوجود التناقض بين المفهوم والمعنى الحقيقي الدفين الذي يقدمه هذا المفهوم".

سعيد :

- وكأنه يشير إلى المفهوم بـ"المظهر" الشيء الظاهر لنا وبالضحك يُنكر وجوده كلية.

يقول فرويد :

"الضحك ظاهرة، وظيفتها إطلاق الطاقة النفسية التي تم تعبئتها بشكل خاطئ أو بتوقعات كاذبة".
سارة :

عندنا الفيلسوف جون موريال الذي يقول :

"الضحك الإنساني له أصوله البيولوجية كنوع من أنواع التعبير عند المرور بخطر ما".
بيتر مارتينسون :

"الضحك هو الاستجابة للإدراك الذي يقر بأن الكينونة الاجتماعية ليست شيئاً حقيقياً".

تعريف الضحك

فوازيرو:

- الضحك هو شكل من أشكال التعبير الذي يظهر خارجياً على الإنسان في صورة مرح وفرح.

- وتتعدد أسباب الضحك، الذي يوصف بأنه رد فعل فسيولوجي.

- يأتي نتيجة للمرور بخبرة ما مثل سماع نكتة أو عند سماع مداعبة ... وغيرها من الأسباب الأخرى.

"الغاز المضحك"

فرحة :

- هل فعلا هناك غاز يسبب الضحك؟

فوازيرو:

- قد يحفز استنشاق الإنسان لبعض المواد الكيميائية مثل الأكسيد النترى (Nitrous oxide)

- ويُطلق عليه أيضاً "الغاز المضحك" على إطلاق نوبات من الضحك الهستيري.

- أو للاعتماد على بعض العقاقير مثل

سعيد:

- لكن أنا عندما أضحك كثيرا عنية تبكى.

فوازيرو:

- قد تتسبب نوبات الضحك القوية في إفراز العين للدموع، وبعض الآلام البسيطة في العضلات كاستجابة لهذه الحالة الشعورية القوية.

العظمة المرحة

فرحة :

- ومتى يشعر الإنسان بالرغبة في الضحك..؟

فوازيرو:

- يشعر الإنسان بالرغبة فى الضحك عندما يتعرض لموقف هزلياً يحدث أمامه أو يقع فيه ..

- أو يضحك عندما يداعبه شخص باللامسة الجسدية.

- أو بإحداث ألم بسيط على منطقة فى جسم الإنسان، مثال: الضغط على عصب الزند (عظم الزند أو العظمة المرحة)

- وقد يكون الضحك نتيجة لوجود شخصية سادية تهوى التحكم وإيقاع الآخرين فى صدمات مؤلمة تحفزهم على الضحك العصبي.

سارة:

وهناك شر البلية ما يضحك !!

فواز يرو:

- الضحك جزء من السلوك الإنساني الذي ينظمه المخ.

- وتساعد هذه العاطفة الشعورية الإيجابية الإنسان على أن يوضح نواياه فى إطار التفاعل الاجتماعي.

- كما يتبلور بالضحك إحدى جوانب الاتصال والمشاركة مع الآخرين.

- فهو العلامة التي تشير إلى تواجد الإنسان فى المجموعة الاجتماعية.

- قد يكون الضحك فى بعض الأحيان ظاهرة مُعدية.

- إذا ضحك شخص يحفز على ضحك الآخرين من حوله.

اختلاف الضحك

فواز يرو:

- قامت دراسة عن الضحك والدعابة ومدى تأثيرهما النفسى والفسىولوجى على جسد الإنسان.

- أظهرت الدراسات أن الضحك يوجد فيه اختلاف حسب نوع الإنسان،
 - أي أنه يختلف ما بين الذكور والإناث من حيث تقبل مثيراته أو اختلاف في طريقة الضحك نفسها.
- سعيد :

- هذا أكيد فالمرأة تُصدر أصواتاً للضحك فيها نغم وصوت حاد.
- أما الرجل فأصوات ضحكاته غليظة غير منتظمة.

الضحك الإنكارى

فوازىرو:

- عندما نضحك على موقف أو شخص فهذا يعنى إنكاره .

(وهذا يتساوى فيه كل من الرجل والمرأة)

هذا النوع من الضحك الإنكارى يعد وسيلة من وسائل تطهير العقل من الأفكار السلبية المحتمل وقوع النفس فيها.

ومثال للتوضيح:

- عندما يرى شخص شخصاً يقع على الأرض ينفجر فى الضحك.
- بهذا الضحك يحاول أن يبعد الفكرة السلبية للوقوع على الأرض عن ذهنه وتفكيره.

الضحك بين الحيوانات

فرحة:

الفيلسوف "أرسطو" يقول:

"الذي يضحك فقط هو الحيوان البشرى".

لكننى أشعر أن الحيوانات تضحك..؟

وأن الضحك لا يقتصر على الجنس البشرى فقط.

فواز يرو:

- قد يكون الفارق بين ضحك الإنسان والحيوان مثل الشمبانزى، هي التكيفات التي توضع للإنسان من أجل أن يصدر الكلام.

- وكان هناك رأى لبعض الإخصائيين النفسيين المختصين بالسلوك.

- وهم يرجعون خروج الضحك من الإنسان يعتمد على الإدراك الذاتي بموقف أو بالقدرة على التنبؤ بسلوك شخص آخر.

- لذا فإن الحيوان لا يضحك بنفس الطريقة التي يضحك بها البشر.

- كما توصلت بعض الأبحاث التي أجريت عن الضحك بين الحيوانات، إلى وجود بعض الجزئيات التي تخفف من حدة الاكتئاب.

- وبعض الاضطرابات المتصلة بالقصور فى وظائف المخ وتغير فى الحالات المزاجية.

- الثدييات بخلاف الإنسان من القردة مثل: الشمبانزى والغوريلا وإنسان الغاب

- تصدر أصواتاً للضحك استجابة لبعض الملامسات الجسدية مثل المداعبة أو اللعب.

- وقد لا يستطيع الإنسان معرفة ضحك الشمبانزى لأنه فى مجمله عبارة عن إخراج الأنفاس وإدخالها (الشهيق والزفير)

- أي أن ضحكها شبيه بعملية التنفس أو اللهاث.

الطفل والقرد

سارة:

١- القردة :

- وهناك أمثلة عديدة توضح أن القردة تعبر عن مرحها مثل الإنسان.

- تم إجراء دراسة على أطفال بشرية حديثة الولادة وعلى صغار الشمبانزى والذين تمت مداعبتهم جسدياً.

- وعلى الرغم من اختلاف نغمة الصوت التي كانت نبرتها أعلى عند صغار الشمبانزى إلا أنهما تشابهتا في التعبيرات الوجهية.

- كما أن الطفل البشرى الصغير يستنثر من نفس المناطق التي تحفز الشمبانزى على الضحك تحت الإبط ومنطقة البطن.

- والاستمتاع بالمداعبة الجسدية لا تقل عند الشمبانزى كلما تقدم به العمر.

السقسقة

فوازيرو:

ب- الفئران:

تم اكتشاف أن الفئران تصدر صوتاً أثناء فترات اللعب والمرح وفي حالة المداعبة الجسدية.

- ووصف الصوت الذي تصدره بـ "السقسقة" وهو صوت ضعيف جداً لا يستطيع الإنسان سماعه إلا بأدوات خاصة.

- وتم اكتشاف أن الفأر مثل الإنسان يستنثر بالمداعبة الجسدية من خلال جلده في مناطق معينة من جسده.

- وهذا الضحك مرتبط بوجود مشاعر وعواطف وروابط إيجابية بين الحيوان وبين الإنسان الذي يقوم بمداعبته، مما يؤدي إلى بحث الفأر عن مزيد من هذه المداعبة.

- والاستجابة الإيجابية تُرجمت في شكل رغبة الفئران لمزيد من المرح واللعب مع الفئران الأخرى الضاحكة.

- والفئران عكس الشمبانزى، فكلما تقدم العمر بالفئران قلت حساسية الجلد عند المداعبة الجسدية.

سعيد:

- تم عمل بحث لتتبع المنشأ البيولوجى للفرح وللعمليات الاجتماعية فى المخ .

- وهذا من خلال مقارنة الفئران بمجتمع الأطفال الصغار وممارستهم للمرح فى مناخ اللعب.

- وعلى الرغم من عدم مقدرة البحث على إثبات أن الفئران لديها روح المداعبة، إلا أنه أشار إلى قدرة الفئران على الضحك .
- وفي دراسة أخرى، توصل إلى أن الفئران تُصدر أصوات "السقسقة" قبل اللعب ويُفسر هذا على أنه توقع لشيء إيجابي يتم مكافأتهم به.



حتى الكلاب

سارة:

ج- الكلاب:

- ضحك الكلاب يشبه إلى حد كبير اللهات الطبيعي.
 - ولكن وُجد أن طريقة التعبير عن اللهات له درجات مختلفة .
 - مجموعها ينتج عنه ما يسمى بضحك الكلب.
 - وتم تسجيل الأصوات الضاحكة لبعض الكلاب وبمجرد إعادة تشغيلها لهم يبدأون في اللعب والمرح وتخف من معدلات الضغوط لديهم.
- فوازيرو:
- قام بعض من العلماء بإجراء ملاحظة على حوالي (120) كلباً تتراوح أعمارهم ما بين (4) أشهر إلى (10) سنوات .
 - الفريق الأول قام بسماع ما تم تسجيله من ضحك الكلاب والفريق الثاني لم يسم بسماع مثل هذا التسجيل.
 - وفي هذا البحث تم قياس السلوكيات التالية للكلاب:
 - (اللهات، التذمر، سيلان اللعاب، العدو، النباح، الجلوس خوفاً من شيء أو من البرد، الاندفاع، اللعب بالمخالب)

- أسفرت الملاحظة بالنسبة للفريق الأول على:
- انخفاض ملحوظ في السلوك المتصل بالضغط.
 - زيادة حركة الذيل في الارتفاع والانخفاض.
 - حركة الوجه (كأن الكلب في حالة مرح) بمجرد سماع صوت الضحك.
 - إظهار سلوك اجتماعي إيجابي بشكل متكرر.
 - ومن هنا توصل البحث إلى أن الضحك يزيد من هدوء الكلب، ويسهل حينها السيطرة عليهم وتلقى التدريبات.

الضحك عند الإنسان

فرحة:

- حديثاً توصل باحثون أن الطفل الرضيع يبدأ في الضحك بعد مرور (17) يوماً من ميلاده.
- هذه الحقيقة تتعارض مع الدراسات السابقة التي تقول أن الرضيع يبدأ في اكتساب مهارات الضحك عند بلوغ أربعة أشهر من العمر.

قال أحد العلماء:

- "الضحك يمتلكه كل واحد منا، فهو جزء من مجموع الكلام البشرى على مستوى العالم.
- رغم وجود الآلاف من اللغات ومئات الآلاف من اللهجات، لكن الكل يضحك بطريقة واحدة. فكل واحد بوسعه أن يضحك.
- كما أن الرضيع لديه القدرة على الضحك قبل أن يبدأ في تعلم الكلام.
- حتى الطفل الأصم أو الأعمى يحتفظ بقدرته على الضحك".

"توأم جيجل"

فوازيرو:

- يستمر "بروفين" فى حديثه عن الضحك قائلاً:

- "إن الضحك شيء بدائي كما أنه تعبير غير واع، وإن كان هناك أناس يضحكون أكثر من غيرهم فهذا من المحتمل رجوعه إلى العوامل الجينية".

- ولإثبات ذلك قام "بروفين" بالإشارة إلى دراسة اسمها "توأم جيجل".

- وهما توأم من الإناث ابتعدا عن بعضهما منذ الميلاد ولمدة أربعين سنة.

- وعند التقائهما كانت لديهما قدرة على الضحك كبيرة وبدرجة متساوية،

- على الرغم من أن الآباء بالتبني كانت لديهم طبيعة صارمة غير محبة للضحك.

- ومن هنا أكد "بروفين" أن التوأم ورثا نفس الصفات الجينية من الضحك، كما يرثا أيضاً الاستعداد للضحك.

الضحك والمخ

سعيد :

- أظهر بحثاً من البحوث أن أجزاء فى المخ لها دور كبير فى عملية الضحك.

فوازىرو:

- فسيولوجيا الأعصاب تربط الضحك بتنشيط القشرة الأمامية الوسطى للدماغ التي تفرز مادة "الإندروفين".

- بعد نشاط يشعر فيه الإنسان بالمكافأة، بعد تناول وجبة لذيذة، أو بعد فهم نكتة.

سارة :

"على الرغم من أن مركز الضحك بالمخ غير معلوم أو محدد.

إلا أن التعبير عنه يعتمد على المسارات العصبية المتصلة بالدماغ المتوسط والخلفى.

أى تتواجد بالقرب من مراكز التنفس"

الضحك والجسم

فوازيرو:

- كيف الضحك يحمى القلب..؟

- السبب أن الضغوط العقلية تسبب خللاً في البطانة الحامية للأوعية الدموية.

- وبمجرد أن تتأثر هذه البطانة ينجم عنها عدداً من ردود الفعل من الالتهابات التي تؤدي إلى تراكم الكوليسترول على جدار الشرايين التاجية

- والنتيجة النهائية حدوث الأزمات القلبية.

- "عندما يضحك الإنسان من قلبه يفرز هرمون الكورتيزول.

- كما "أن الضحك يقوى الجسم من خلال إفراز الأجسام المضادة التي تحارب العدوى.

- والتي تمنع تصلب الشرايين، ومن ثم إصابة الإنسان بالذبحة الصدرية أو الأزمات القلبية، أو السكتة الدماغية.

- والشخص الذي يعيش دائماً في حالة وجدانية يحيطها الإحباط هو أكثر الأشخاص تعرضاً لأمراض القلب.

والشخص الذي يعاني من الغضب المزمن والكراهية لغيره أكثر عرضة أيضاً للأزمات القلبية.

- والأشخاص الذين يعيشون حياة قلقه ويسلكون نمط حياتي به ضغوط تتعرض شرايينهم للانسداد ... الخ"

لذا استمتع باللحظة التي تعيشها فالضحك هي البطارية التي تشد عقولنا وأجسامنا ومشاعرنا.

سارة وفرعون مصر

سارة:

- أكيد لا ننسى اسم سارة زوج إبراهيم عليه السلام.

- خرجت مهاجرة في سبيل الله مع زوجها وابن أخيه لوط -عليهما السلام- إلى فلسطين.

- ولما اشتد الجفاف في فلسطين هاجرت مع زوجها مرة أخرى إلى مصر.

- وسرعان ما انتشر خبرهما عند فرعون مصر الذي كان يأمر حراسه بأن يخبروه بأى امرأة جميلة تدخل مصر.

سعيد:

- وذات يوم، أخبره الجنود أن امرأة جميلة حضرت إلى مصر.

فلما علم إبراهيم بالأمر قال لها:

"إنه لو علم أنك زوجتى يغلبنى عليك (أى يقتله)، فإن سألك فأخبريه بأنك أختي، وأنت أختى فى الإسلام، فإنى لا أعلم فى هذه الأرض مسلماً غيرك وغيري".
فرحة:

- وطلب فرعون من جنوده أن يحضروا هذه المرأة.

ولما وصلت إلى قصر فرعون دعت الله ألا يخذلها، وأن يحيطها بعنايته، وأن يحفظها من شره.

وأقبلت تتوضأ وتصلى وتقول:

"اللهم إن كنت تعلم أنى آمنْتُ بك وبرسولك، وأحصنتُ فرجى إلا على زوجي، فلا تسلط على هذا الكافر.

- فاستجاب الله دعاء عابده المومنة فثَلَّ يده عنها -حين أراد أن يمدّها إليها بسوء-

فقال لها :

"ادعى ربك أن يطلق يدى ولا أضرك".

فدعت سارة ربها؛ فاستجاب الله دعاءها، فعادت يده كما كانت.

لكنه بعد أن أطلق الله يده أراد أن يمدّها إليها مرة ثانية؛ فَشَلَّتْ، فطلب منها أن تدعو له حتى تُطلق يده ولا يمسها بسوء، ففعلت، فاستجاب الله دعاءها.

لكنه نكت بالعهد فَشَلَّتْ مرة ثالثة. فقال لها :

"ادعى ربك أن يطلق يدي، وعهدٌ لا نكت فيه ألا أُمسك بسوء، فدعت الله فعادت يده سليمة.

فقال لمن أتى بها:

"اذهب بها فإنك لم تأتِ بإنسان، وأمر لها بجارية، وهى "هاجر" -رضى الله عنها- وتركها تهاجر من أرضه بسلام.
- ورجع إبراهيم وزوجه إلى فلسطين مرة أخرى.

سارة :

- تزوّج إبراهيم -عليه السلام- "هاجر"

فلما وضعت هاجر طفلها إسماعيل - عليه السلام .

أخذ إبراهيم كما أمره ربه هاجر وابنها الرضيع إلى وادٍ غير ذى زرع من أرض مكة عند بيت الله الحرام، فوضعهما هناك مستودعاً إياهما الله.

وداعيا لهما بأن يحفظهما الله ويبارك فيهما، فدعا إبراهيم -عليه السلام- ربه بهذا الدعاء:

(رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِّنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُمْ مِّنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ)
[إبراهيم: 37] .

- عاد إلى سارة لكن آيات الله لا تنفذ، فأراد أن يظهر آية أخرى معها.

سارة أم اسحاق

فوازيرو :

- ذات يوم، جاء نفرٌ لزيارة إبراهيم عليه السلام؛ فأمر بذبح عجل سمين، وقدمه إليهم.

لكنه دهش لما وجدهم لا يأكلون،

وكان هؤلاء نفر ملائكة جاءوا إلى إبراهيم -عليه السلام- فى هيئة تجار، ألقوا عليه السلام فرده عليهم .

- وأخبرت الملائكة إبراهيم - عليه السلام- أنهم ذاهبون إلى قوم لوط؛ لأنهم عصوا نبي الله، ولم يتبعوه.

وقبل أن تترك الملائكة إبراهيم -عليه السلام- بشروه بأن زوجته سارة سوف تلد ولدًا اسمه إسحاق،

وأن هذا الولد سيكبر ويتزوج، ويولد له ولد يسميه يعقوب.

ولما سمعت سارة كلامهم، لم تستطع أن تصبر على هول المفاجأة، فصرخت تعجبًا مما سمعت، وقالت:

(قَالَتْ يَا وَيْلَتَى أَأَلِدُ وَأَنَاْ عَجُوزٌ وَهَـذَا بَعْلَى شَيْخًا إِنَّ هَـذَا لَشَيْءٌ عَجِيبٌ. قَالُواْ أَتَعْجَبِينَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ رَحْمَتُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ عَلَيْكُمْ أَهْلَ الْبَيْتِ إِنَّهُ حَمِيدٌ مَّجِيدٌ)
[هود: 72-73]

- وحملت سارة بإسحاق - عليه السلام - ووضعت، فبارك الله لها ولزوجها فيه ؛ ومن إسحاق انحدر نسل بنى إسرائيل .

- هذه هى سارة زوجة نبي الله إبراهيم -عليه الصلاة والسلام- التى كانت أول من آمن بأبى الأنبياء إبراهيم حين بعثه الله لقومه يهديهم إلى الرشد.

ثم آمن به لوط ابن أخيه - عليه السلام -، فكان هؤلاء الثلاثة هم الذين آمنوا على الأرض فى ذلك الوقت.

وماتت سارة ولها من العمر 127 عامًا .

الأطفال:

وماذا أيضا يا عم فوازيرو؟

فوازيرو:

نكتفى اليوم.

الأطفال:

كلنا نشكر عم فوازيرو لأنه أتاح لنا فرصة الاطلاع على قدر مهم من المعلومات عن السرور وفوائده.

فوازيرو:

غنو معايا .

وبكرة لسه فى اسم جاى
إن كان أسامة أو كان لوى
قمر الليالى ملاها ضى

واحنا تحت الضي نطوف
نفتح القواميس ونشوف
معنى اسمى واسم خى