الشيخوخة .. وبعض القضايا المهمة

سوف نستعرض خلال الصفحات التالية الشيخوخة وبعض القضايا المهمة:

هل يمكن إعادة الشباب؟

إنه سؤال ذو شقين فلنجب عنه ونقول:

إذا كان السؤال يعنى عدد سنين العمر فالجواب عليه يكون قطعا بالنفى؛ لأن ابن ال ٧٠ مثلاً سيظل ابن السبعين ولا يمكن أن يعود بعمره فيجعله ستين مثلاً.

أما إذا كان السؤال يعنى العمر البيولوجى أى: حالة أعضاء الجسم من الوجهة البيولوجية فالجواب عليه يكون بكل تأكيد بالإيجاب فقد أثبت الكثير من الأطباء المختصين بالشيخوخة ومعالجتها أن شيوخا تولوا معالجتهم منذ خمس أو عشر سنوات أصبحوا بعد مضى هذه المدة أقرب إلى الشباب بكثير مما كانوا عليه عند بداية العلاج سواء فى منظرهم أو فى نشاطهم وبيولوجية أعضائهم وأن المعالجة قد أعطت من النتائج الإيجابية بمثابة تجديد فى الجسم أى: أنها بكلمة أخرى إعادة للشباب فيه.

ومن المؤسف حقًّا أن يعالج هذا الموضوع الفنى المحض فى الجرائد

والمحلات غير المختصة؛ مما أدى إلى حصر مفهوم إعادة الشباب فى مدلول إعادة القوى الجنسية بصرف النظر عن باقى القوى الحيوية فى الجسم وذلك فى حين أن المعالجة الطبية لإعادة الشباب تهدف إلى إعادة الحيوية لكل عضو من أعضاء الجسم بما فيها أعضاء الجنس وردها إلى الحالة البيولوجية التى كانت عليها فى سن الشباب وطبيعى أن تكون القوى العقلية ضمن ذلك بحيث يحتفظ الشيخ بقوة الذاكرة وسلامة التفكير وسرعة الخاطر والقدرة على استيعاب المعضلات التى تعترض الحياة وحلها. وكذلك القدرة على العمل وتحمل مسئولياته والابتهاج به وبدون كل هذا ولن تكون لإعادة الشباب فائدة معنوية إذ ليس المهم فى الأمر إطالة العمر عددًا من السنين بل المنشود أن يحتفظ الشيخ أبان السنين المضافة إلى عمره بكامل نشاطه وقواه العقلية، كى يظل عضوًا عاملاً منتجًا فى المجتمع يفيد ويستفيد مما اكتسبه من خبرة ونضوج فى سنين عمره المديد.

علاج الشيخوخة... ودوائها:

هل للشيخوخة علاج؟... نعم، هل للشيخوخة دواء؟... لا

لا شك أن الشيخوخة طور من أطوار العمر تزعج الإنسان المقبل عليها وتكدر الإنسان الذى هو فيها... وعبر الشاعر العربى عن ذلك بقوله:

ذهب الشباب فما له من عودة وأتى الشيب فأين منه المهرب

وشاعر آخر:

ألا ليت الشباب يعود يومًا فأخبره بما فعل المشيب.

لذا اهتم الناس منذ آلاف السنين بهذا الموضوع... وبذلوا الكثير من الجهد فى البحث عن شفاء للشيخوخة أو حتى علاج يعيد جانبًا من شباب الجسم أو يدفع عجز الشيخوخة... وكان ذلك جهدًا منطقيًّا نابعًا من غريزة حب الدنيا وطول الأمل... وطول العمر مطلب للإنسان لكنه مشروط بتوفر الصحة والعافية... لذلك كان الجهد الذى بذله الناس منذ فجر التاريخ فى البحث عن علاج للشيخوخة لا يزال مستمرًّا حتى اليوم... ولكن تبين أن الجهد كان بدون جدوى وكان الناس فى بحثهم عن شفاء من الشيخوخة إنما كانوا يسعون وراء سراب.

والإنسان فى هذه المحاولات يريد أن يخرج من نسق التغير إلى نسق الثبات ويحيا فى شباب دائم بلا شيخوخة.. وهذا أمر مستحيل الوقوف... لأن ذلك لو تحقق وقف الزمن .. ولا يتوقف الزمن أبدًا فى الحياة الدنيا...وإنما يتوقف فى الحياة الآخرة فذلك حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الجنة: (إن لكم أن تصحّوا فلا تسقموا أبدًا.. وأن لكم أن تشبوا لا تهرموا أبدًا) . وروى مسلم عن السيدة عائشة رضى الله عنها: أن الأعراب سألوا رسول الله صلى الله عليه وسلم عن

الساعة فنظر إلى أحدث إنسان فيهم وقال: (إن يعش هذا لا يدركه الهرم قامت عليكم ساعتكم).

وإذا عاش إنسان ولم يدركه الهرم فإن هذا يدل على أنه يعيش فى اللازمن ... ولا يكون ذلك فى عالمنا هذا وإنما فى العالم الآخر حيث تقوم الساعة... ونفهم من الحديث النبوى الشريف أيضًا: أن كل إنسان طال به العمر لا بد أن يدركه الهرم؛ لأن الزمن يجرى فى الإنسان والإنسان يجرى فى الزمن لا يتوقف أبدًا فى هذه الدنيا...ولا يتوقف الزمن إلا فى الحياة الأخرى... لذلك فإن فيها الخلود ولا يحرم الناس فيها أبدًا...

إرهاق كبار السن:

لا يعرف أحد بالتدقيق سبب الشيخوخة. فبعض العلماء يقولون: إنه تجاوز الجسم لسن الإنجاب فإن النشاط بالنسبة للسنوات اللاحقة يكون محدودًا، وبالتالى يصاب بالذبول.

وبمقدور علماء آخرين أن يصفوا بشكل عام كيف يتغير الجسم مع تقدمه فى السن، لكن ليس من الواضح ما الذى يقع للخلايا بحيث يجعلها تتصرف على هذا النحو.

وهناك العديد من النظريات، وأكثرها انتشارًا هى تلك التى تؤكد أنه مع تقدم الخلايا فى السن، فإن فعاليتها تقل وتتراجع قدرتها على التخلص من النفايات والمواد السامة العالقة بها.

يرى جيمس لوند وزملائه فى مركز ستانفورد الصحى الجامعى فى الولايات المتحدة، أنه" يمكن القول: إن الشيخوخة تأتى نتيجة لسنوات من الإرهاق، وبالتالى فإن الجينات المتأثرة بالإرهاق يمكن أن تظهر عليها أعراض مرتبطة بالسن".

وما زال سر الشيخوخة غامضًا ومعقدًا... وهناك نظريات كثيرة تشير إلى أسباب تتعلق بالخلية وأسباب تتعلق بالنظام الوراثى وعوامل الوراثة وأسباب تتعلق بالزمن البيولوجى بالأجسام... وتؤثر على كل هذه العوامل عوامل البيئة وعوامل المرض وعوامل معاناة الحياة وأغلب الظن أن سر الشيخوخة يكمن فى كل تلك الأسباب مجتمعة... لكن ما هو علاج الشيخوخة؟ لا يوجد للشيخوخة شفاء ولكن لها أنواعًا كثيرة من العلاج التى تخفف من آلامها وتحافظ على صحة أعضاء الجسم فى أثنائها.

الذكريات الجميلة عند المسنين... لماذا يتذكر المسنون الذكريات الجميلة فقط؟!

تساءل العلماء عن سبب تذكر الأشخاص الكبار فى السن للذكريات الجميلة وعدم تذكرهم للذكريات السيئة. لقد أثبت الدراسات الحديثة أن الإنسان مع السن تصبح ذاكرته انتقائية أكثر بحيث تركز على الذكريات الإيجابية وتستبعد الذكريات السيئة.

طبعًا هذا يفسر كلام الأجداد عن الأيام الخوالى وعن الأيام الجميلة التى عاشوها فى السابق. ولكن السؤال الذى يبقى: لماذا تختفى بعض الذكريات الجميلة من ذاكرة البعض، فى الوقت الذى تظل عالقة بها بعض الذكريات المؤلمة التى كنا نتمنى نسيانها؟ يجيب على هذه التساؤلات د. دانيال شاكر رئيس قسم علم النفس فى جامعة هارفارد فى كتابه أخطاء الذاكرة فيقول: إن الذاكرة مع الوقت تنسى تفاصيل بعض الأحداث مما يسبب بعض الإزعاج لصاحبتها، لأن هذه الذكرى يمكن أن تحمل قيمة رمزية معينة كانت تود الاحتفاظ بها.

ويمكن تفادى هذا الموقف عن طريق بذل بعض الجهد فى محاولة تثبيت الشىء المراد الاحتفاظ به كذكرى فى الذاكرة وذلك أثناء حدوثه.. ويساعد على تثبيت الحدث التركيز على التفاصيل..فإذا كان المطلوب تذكر الأسماء فيجب ربطها بالشخصية والتركيز على السمات المميزة لها ومحاولة إيجاد أوجه شبه بينها وبين شخصيات معروفة وشهيرة ليسهل استدعاء الاسم بعد ذلك .. ويمكن تدريب النفس على محاولة تذكر هذا الاسم فى اليوم التالى ومحاولة تذكر تفاصيل صغيرة فى مظهرها العام.

أما مشكلة شرود الذهن التى كثيرًا ما يسبب الإزعاج والضيق للمرأة والتى تظهر فى شكل البحث عن النظارة وهى فى يديها أو التوجه إلى المطبخ لإحضار شىء معين فتكشف أنها قد نسيت هذا الشىء الذى تبحث عنه.. وأمثلة كثيرة أخرى.

ويرجع العلماء حالات شرود الذهن هذه إلى عدم التركيز فى الأشياء الصغيرة التى تقوم بها المرأة فى أثناء أدائها لمهامها اليومية. هناك أيضًا مشكلة النسيان فيقول: إنها تصيب المرأة بنوع من الإزعاج والضيق، إلا أن أكثر ما يزعجها هو عدم القدرة على نسيان شىء ترغب بالفعل فى نسيانه وعدم تذكره على الإطلاق مثل حالة تعثر وسقوط مربك على الأرض أمام الناس، فى الوقت الذى تتلاشى فيه ذكريات سعيدة كانت تتمنى أن تعيش معها إلى الأبد.

ويفسر بعض العلماء هذه الحقيقة بأن الذاكرة تعطى الأولوية دائمًا للأحداث التى يمكن أن تهدد البقاء على قيد الحياة.. وذلك حتى نتعلم من هذه الأحداث ونتبه لأخطارها.. مع الأخذ فى الاعتبار أن محاولات عدم التركيز على حادث مؤلم بهدف نسيانه يأتى بنتيجة عكسية إذ يظل عالقًا فى الذهن على الدوام.. لذا ينصح بمواجهة التجارب المؤلمة والتحدث عنها؛ لأن ذلك أفضل سلاح لمقاومتها ونسيانها.

المرأة والشيخوخة:

يكذب القائلون إن المرأة تبلغ سن الشيخوخة مبكرًا عن الرجل فالعكس صحيح. إن المرأة التى تصبح غير قادرة على الإنجاب لا تعتبر أنها دخلت مرحلة الشيخوخة بل هى إحدى المراحل العادية لتطور المرأة ففى هذه الفترة وهى ما بين٤٥ – ٥٠ سنة، تكون الطبيعة

مسخرة لخدمة المرأة وحمايتها حتى تصبح فى هذا السن متفرغة تمامًا لتربية أبنائها ورعاية منزلها كأم وربة منزل.

بل إن الطبيعة حريصة على بقاء الانثى أكبر مده ممكنة من الزمن فعمر المرأة غالبا أطول من عمر الرجل بفترة تصل إلى عشر سنوات وهذه ميزه منحها الله لها أيضا لأن المرأة بحكم تكوينها هى التى تحافظ على كيان الأسرة وترعاها وهذا هو السر فى أن ملكة النحل هى أيضا التى تعيش بينما تموت بقايا الخلايا.

وتتمتع السيدات أيضا بميزات أكثر فمثلا لا تصاب المرأة بمرض تصلب الشرايين أو الذبحة إلا إذا كانت مريضة بالقلب والسكر أو الضغط.

والمرأة أيضًا فوق كل هذه الصفات فهى تتحمل المرض أكثر من الرجل نظرا لصبرها الذى يصل إلى درجة الإيمان.

النسيان والمسنين:

يؤكد الأطباء والعلماء على ضرورة التفريق بين ضعف الذاكرة المرتبطة بتقدم العمر وهذا مقبول اجتماعيًّا وبين ضعف الذاكرة بسبب الإصابة بالزهايمر وقد تبين أن هذا المرض قد يصيب أشخاص فى سن الأربعين بسبب حدوث ضمور فى خلايا المخ فى سن مبكرة ويتم علاج المرض دوائيًّا ونفسيًّا من خلال توفير الدعم الاجتماعى للمريض ووجود من يرعاه.

أما النسيان المتكرر وهو شكوى عامة لدى الكثيرين فعلاجها سهل وهو تنشيط الذاكرة ببعض التمرينات مثل حل الكلمات المتقاطعة أو ممارسة بعض العمليات الحسابية لأن شغل المخ ينشطه مثلما تنشط الرياضة الجسم وتزيد من لياقته.. وكذلك يمكن إيجاد مفاتيح للتذكر بوضع علامات محددة لكل ما تريد تذكره فيما بعد ويجب أيضًا تنظيم المعلومات فى صيغة واضحة حسب الأهمية حتى تكون مرتبة داخل المخ، وأخيرًا يمكن تنظيم حاجاتك فى المنزل ووضعها فى أماكن ثابتة تجنبًا للنسيان والبحث عنها دائما.

ويوضح د. عبد الحميد هاشم أستاذ الأمراض النفسية بطب القاهرة ورئيس وحدة الطب النفسى للمسنين أن هناك دواءً جديدًا فى مصر لتحسين الحالات المتأخرة والمتوسطة من مرض الزهايمر وذلك بعكس الأدوية الأخرى التى تقتصر فعاليتها على المراحل الأولى والمبكرة من المرض. وحاليًا لا توجد إحصائيات فى مصر عن المرض لأن تكاليفه باهظة.. كما أن الشريحة العمرية التى تصاب عادة بالمرض وهى فوق سن ٦٥ عاما لن تسمح بإجراء أى اختبارات لها.

التوازن الروحى:

إن الابتسامة السعيدة تنتقل أثرها إلى الآخرين.. والمرح يبعث على الارتياح، والكلمة اللطيفة تنقى الجو ولكن يجب أن يكون هناك من

يبتسم، ويكون مزاجه مرحًا.. ويلفظ الكلمة اللطيفة فى وقتها ومكانها، أى أن المرح الروحى لا يأتى من نفسه.. إنما ينبغى أن نهيئ له للمجيء. فالشكوى المستمرة لا تمحو الاكتئاب إنما تزيد من شدته. والهموم لا تزول بإكثارنا التحدث عنها.. وعلينا أن نعود أنفسنا على أن نرى الجانب الحسن وحده فى الأشخاص والأحوال. وإذا تعودنا على هذا ومارسناه بعض الوقت، أصبح ذلك عندنا عادة وطبيعة..وهذه طريقة من طرق العلاج النفسى الحديث..وتساعد الابتسامة السعيدة والكلمة الطيبة الإنسان الشاب والمسن على مواجهة صدمات الحياة والكوارث، وتعيد إلى النفس التوازن.

المكتبات العامة وكبار السن:

تعدُّ المكتبات من أهم المرافق العامة التى يمكن الاعتماد عليها لتحسين نوعية حياة كبار السن لا سيما الذين يعانون من فراغ ممل ووحدة قاتلة، فهى تساعدهم على قضاء وقت ممتع مفيد دون الشعور بالوحدة ودون أية كلفة مادية كما أن هذه المكتبات يمكن أن تنَمَّى وتطورَّ بعض إمكاناتهم الثقافية أو الأدبية وغيرها فينتفعوا منها وينتفع المجتمع منهم، وقد تبين أن إقبال كبار السن على المكتبات والمراكز الثقافية عامةً يساعد فى الحفاظ على صحتهم النفسية والعقلية والجسمية، وبالتالى فى تحسين نوعية حياتهم، وهكذا من الضرورى تأهيل المكتبات والعاملين فيها بما يناسب حاجات كبار السن وخاصة

من المعاقين ويمكن ذكر أمثلة عن كل نوع من أنواع الإعاقة والحاجات المطلوب توافرها.

كذلك لا بد من تسهيل وصول ما فى المكتبات ونشرات المعلومات الدورية وغيرها إلى كبار السن الذين لا تمكنهم أوضاعهم الصحية من الوصول إلى المكتبات من خلال تسهيلات خاصة بالإعارة، وبالتعاون مع الجمعيات والمؤسسات الأهلية ومن خلال مجموعات من الشباب المتطوعين (أصدقاء المسنين) مثلاً وغيرها..

علمًا بأن التعلم عملية مستمرة تبدأ مع الحياة وتستمر حتى مرحلة الشيخوخة وتنتهى بانتهاء الأجل، وأن عملية التعليم يمكن أن تكون مفيدة وميسرة لدى البعض فى مرحلة الشيخوخة.. وركز البعض على أهمية قيام الشيوخ والمسنين بممارسة التعليم والتجربة والخبرة.. بل يعتبر البعض أن مرحلة الشيخوخة لدى البعض قمة الإنتاج العلمى ومرحلة العلم والخبرة والإتقان.

قصص وحكايات وروايات واقعية

المسنون جزء لا يتجزأ من تاريخنا وماضينا وجزء من تكويننا وشخصياتنا وأفكارنا وأفعالنا واعتناقاتنا أحيانًا..

ويعتبر المسنون ثروة بل كنزًا ونجاحًا نتزود منهم من خبرات قد نحتاج إليها وعلوم لم نكن نعرفها فهم من يهبوننا هذه الأشياء من غير مقابل فقط؛ لأنهم عاشوا أيامًا ولحظات: بنصحهم، وأفكارهم، وأخبارهم، والأهم عن طريق تربيتهم، ولو لم يدخل البعض منهم أى مدرسة أو دار علم يتعلمون منها فيكفى أنهم مدرسة فى الحياة.

وأنه من المؤسف أن نرى من كانوا رجال الأمس ومن كن سيدات الماضى قد أصبحن على هامش الحياة، على جانب المجتمع، من يكونون اليوم مجرد أناس أراد الله لهم الحياة ورؤية أبنائهم وأحفادهم وما بنته أيديهم فى يوم من الأيام، وهم من لا يرد لهم أى فضل فيما فعلوه وبنوه وتعبوا من أجله.

ومن ثم يجب علينا أن نعتنى بهم ليس العناية الجسدية فقط من أكل وشرب ونوم بل العناية النفسية والفكرية، علينا أن نجعلهم يعيشون حياة مستقلة آمنة تملؤها الفرحة والسرور والرضا..

وسوف نستعرض خلال الصفحات التالية بعض القصص

والحكايات الواقعية لبعض الشيوخ والمسنين (دون تعليق). ثم يتلو ذلك عرض لحكايات وآلام المسنين بدار المسنين والتى أخذت من موقع (الإسلام اليوم) بالإنترنت.

الحالة الأولى:

الحاج (م) والحاجة (أ) .. لهم من الأبناء خمسة أبناء ـ تخرجوا جميعا من الجامعة وأكرم الله الأبناء بالسفر للخارج وبسط لهم الرزق ـ أصيب الوالد وعمرة (٦٢ عامًا) بجلطة بالمخ وشلل، وشفى من الشلل إلا أن جلطة المخ تركت آثارها عليه فأصبح يحتاج إلى رعاية كاملة لمدة ثمانى سنوات تخدمه زوجته، ولم تتركه يومًا لواحدة من بناته أو أولاده.. وكان عندما يتعرض لنكسه من النكسات يحضر له أخصائى المخ والأعصاب فى المنزل ويتم له العلاج فى المنزل، وكانت ترفض زوجته أن تدخله المستشفى خوفًا عليه.. ولم يتأخر الأبناء عن مساندة الوالد خلال فترة مرضه إلى أن توفاه الله ـ وبعد الوفاة بشهور تعرضت الأم للإصابة بورم خبيث وأجريت لها جراحة وتدهورت حالتها وازدادت سوءًا ـ ولم يتركها الأبناء وكانوا بجوارها بالحب والمودة والرحمة والمساندة.. إلى أن توفاها الله وهى على سريرها وبجوارها الأبناء.. وهم جميعًا يعيشون الآن فى خير ويسر ببركة رضا الله أولاً ثم رضا الوالدين ودعائهم لهم ورعايتهم لهما... علمًا بأن هذا الأب جاهد فى تربية أبنائه جهادًا كبيرًا. وساندته الأم فى رعاية الأبناء

وكافحت بجوارة وأحسنت تربية الأبناء حتى تزوجوا جميعًا، وتحملت الكثير من أجلهم وكانت مثالاً للحب والحنان والصلاح والتقوى.

الحالة الثانية:

الحاج (أ) والحاجة (ن).. لهما خمسة أبناء، كان الأب يعمل بإحدى الوظائف الحكومية، والأم ربة بيت، جاهد الأب من أجل تربية الأبناء وتزوجوا جميعًا ولهم الكثير من الأحفاد، يبلغ الأب الآن حوالى ٨٦ عامًا والأم ٧٤ عامًا تقريبًا، وتكاتف الأبناء وساعدوا والدهم وأدى فريضة الحج من عدة سنوات.. وبعدها أكرم الله الأم أيضا بمساعدة الأبناء من أداء فريضة الحج أيضًا.. ويعيش الآن الأب فى ضعف ووهن ومصاب بالزهايمر منذ أكثر من ست سنوات، والأم أيضا مريضة وتتعرض لازمات صحية وقد يستدعى الأمر أحيانا دخول المستشفى.. لم يترك الأبناء الأب والأم وهم جميعا دائما إلى جوارهم فالمعاش الذى يتقاضاه الأب لا يكفى الإعاشة والدواء.. إلا أن الأبناء يتكفلون بالوالدين وهم يعيشون تحت رعاية الله سبحانه وتعالى ثم رعاية الأبناء والأحفاد بكامل احترامهم ووقارهم، وهما داخل شقتهما ويقيم معهما أحد الأبناء وزوجته وأولادهم بشكل مؤقت من أجل رعاية الأب والأم.

الحالة الثالثة:

الحاج (م) والحاجة (ع) رحمهما الله.. كان لهما ولد وثلاث بنات ـ

مات الأب وهو فى الثمانين من عمره، وماتت الأم وعمرها (٨٢) عامًا.. كانت إمكانات الأسرة محدودة، وتحمل الابن الأكبر والوحيد مسئوليات الأسرة وجهاز البنات بجانب الوالد والتحق بالعمل بعد حصوله على الثانوية العامة وأكمل دراسته الجامعية وأكرمه الله وأصبح فى مركز مرموق وتزوج متأخرًا نسبيًّا ـ ووفقه الله بالعمل بإحدى الدول العربية هو وزوجته التى تعمل أستاذًا بالجامعة ـ وظل هذا الابن البار يتحمل كل مسئوليات الأب والأم المادية والمعنوية وكانوا يعيشون فى يسر ورغد، ويدخرون من المصروف الذى يعطيه لهما الابن الأكبر، ووفقه الله فى تأدية فريضة الحج للوالدين.. ثم سافروا مرة ثانية لأداء العمرة.. وتوفى الوالد، وعاشت الأم بعدها حوالى ثمانى سنوات كانت تتنقل بين البنتين الكبيرتين والابن الأكبر.

وبدأت الأم توزع بعض ما تملك من ذهب على البنتين خلال حالات الرضا..

كانت الأم تتردد على شقتها وتمكث بها فترة من الوقت أحيانًا ـ وفى أحد الأيام وهى عند إحدى البنات ـ ذهبت ابنتها الكبرى وأخذت عفش الأم، وتركت ملابس الأم على بطانية مفروشة على الأرض. (وذلك دون علم الأم والأخوات) حزنت الأم حزنًا شديدًا ـ وكان قبل ذلك قد اختفت تحويشة العمر من دولاب الأم.. ولم يعلم أحد من الذى أخذها وما قيمتها وظلت الأم تبكى على حاجاتها وتدعو

على من أخذها وهى تتحسر عليها.. ومرضت الأم مرض الموت لمدة شهر واحد.. وتوفاها الله رحمها الله رحمة واسعة.. وأكرم الله هذا الابن حتى الآن ببركة رضا الله سبحانه وتعالى ثم رعايته طول حياته لوالديه.

الحالة الرابعة:

الأستاذة الدكتورة (س).. كانت من أكبر أساتذة الجامعات المصرية توفاها الله وعمرها أكثر من ثمانين عاما.. أصيبت بالزهايمر.. وأولادها يعيشون بالخارج.. وهى من عائلة عريقة وميسورة الحال.. حاولوا أن يدبروا لها شغالة مقيمة ترعاها فى غياب الأبناء والأقارب.. ونظرًا لعدم أمانة الشغالات.. أدُخلت فى إحدى دور الرعاية للمسنين، وأمضت بها عدة سنوات حتى توفاها الله، وشيعت جنازة أستاذة الجامعة التى ربت أجيال وأجيال من دار المسنين.

الحالة الخامسة:

السيدة (ـ) لها من الأبناء ولد وبنت.. وقد بلغت من الكبر عتيًّا والأبناء ميسورى الحال، لم تسعها شقة ابنها الفاخرة، ولم تتحملها ابنتها خافت من أنها تفتح البوتاجاز أثناء غيابها خارج المنزل، أو أنها تفتح الباب لأحد.. وأدخلت الأم إحدى دور الرعاية للمسنين.. وقضت فيها باقى سنوات عمرها حتى توفاها الله، وخرجت من الدار

إلى القبر لترتاح الراحة الأبدية.. ولم يرق لها قلوب الأبناء أو أزواجهم أو حتى قلوب الأحفاد.

الحالة السادسة:

الحاج (ج.ع).. له من الأبناء ثلاثة ذكور، وثلاث إناث يعملون جميعًا فى أعلى المراكز وميسورى الحال.. مات هذا الأب وعمره (٨٥) عاما تقريبًا... توفت زوجته منذ زمن بعيد، وكان يتنقل بين الأبناء وله المعاش الذى يكفيه ويعطى منه أحبائه وأحفاده وأولاده أيضا.. وكان يتعرض من وقت لآخر إلى بعض الأزمات الصحية ثم يعافيه الله مرة أخرى.. إلا أنه كان يتنقل من هنا إلى هنا، ويطيل المكالمات التليفونية مع الأقارب والأصدقاء ويشكو من الأبناء ، وكان يعتبر بعض الأبناء ذلك ليس له لزوم.. ومع ظروف عمل البنات وجميعهم فوق الخمسين من العمر ـ أدخل الأب إحدى دور الرعاية للمسنين بالإكراه أى وهو رافض تمامًا، وهو فى كامل وعيه، كان الأب يتحدث مع جميع الأقارب والحبايب بالتليفون ويشكو لهم ما فعله الأبناء، ويدعو على من أدخله دار المسنين دعاء تدمى له العيون دمًا.. ولم يتحمل الأب أن يعيش داخل دار المسنين وهو رافض لها رفضًا تامًّا عده شهور حتى مرض مرضًا شديدًا ونقل للمستشفى، وتوفى الأب وهو حزين وغضبان على أبنائه.

الحالة السابعة:

السيدة (ز).. لها من الأبناء ثلاث بنات وثلاثة ذكور ـ كان الأب رحمه الله يعمل ليلا ونهارًا من أجل أبنائه وتزوجوا جميعًا، مات الأب بعد صراع مع المرض والضعف والوهن.. أما الأم والتى تبلغ من العمر (٧٥) عاما أصبحت وحيدة فى شقتها وتعانى من بعض الأمراض والضعف، ويتردد عليها الأبناء بين حين وحين.. أما الابن الأكبر الذى يقترب عمره من الستين يذهب للوالدة يوميًّا بعده عودته من العمل وقبل ذهابه إلى بيته يقضى لها حاجاتها ويطمئن عليها.. إلى أن وفق الله الأبناء إلى ترك شقة الوالدة مقابل مبلغ من المال من صاحب العمارة واستأجروا شقة أخرى فى نفس الحى الذى يسكن فيه الأبناء جميعا، وفى نفس العمارة التى تسكن فيها إحدى البنات، بحيث أصبحت الأم المسنة الآن تحت رعاية دائمة على مدار (٢٤) ساعة من الأبناء.

الحالة الثامنة:

السيدة (هـ).. لها ثلاثة أبناء وعدد كبير من الأحفاد تبلغ من العمر حوالى (٧٢) عامًا.. كانت حياتها مليئة بالمشكلات وعدد من الزيجات غير المستقرة.. وهى الآن تعيش فى شقة فى إحدى المدن الجديدة.. ويذهب لها الابن الأكبر اليوم الأول من كل شهر ليحضر لها خزين البيت من الطعام ويعطيها مصروف الشهر.. وهى تعيش الآن وحيدة

تتصارع مع الأمراض (القلب والسكر والضغط) وتستعين بالعصا عند خروجها من البيت لزيارة بعض الأهل ثم تقدم بها الحال وأصبحت الآن مقعدة على كرسى لا تقوى على القيام على قدميها [بعد أن كان تعيش فى أول حياتها فى يسر ورغد ويخدمها ٣ شغالات.. إلا أنها لم تحافظ على البيت والزوج والأبناء].. وهى تقضى كل وقتها الآن فى الصلاة والعبادة. عافاها وعافانا الله.

الحالة التاسعة:

الحاج أبو (أ) كان رجلاً كبير السن.. ضعيفًا.. له أبناء ميسورى الحال.. أخذ له ابنة الأكبر شقة صغيرة فى إحدى العمارات التى يمتلكها هذا الابن بأحد الأحياء الشعبية، ويتردد عليه من وقت إلى آخر لقضاء حاجاته والاطمئنان عليه، وفى إحدى الزيارات فتح الابن باب الشقة فوجد والده مستلقى على السرير ـ نصفه على السرير والنصف الآخر على الأرض وقد فاضت روحه إلى ربِّه ـ ولا يعلم أحد كيف ومتى مات هذا الأب المسكين؟ رحمه الله رحمة واسعة وأسكنه فسيح جناته.

آلام المسنين.. وحكايات دار المسنين!

سنعرض خلال العرض التالى بعض الروايات والحكايات عن بعض المسنين فى إحدى دور الرعاية فى بغداد، وذلك نقلاً عن موقع (الإسلام اليوم) بالإنترنت.

هكذا ينتهى قطار العمر على الناس مثلما انتهى بكثيرين قبلهم، فبعدما ربت الأم وسهرت وأعطت كل ما تملك لأبنائها من عمرها وشبابها، منتظرة بفارغ الصبر أن يكبر، يومًا بعد يوم وساعة بعد ساعة ولحظة بعد لحظة، وكذلك الأب الذى أمضى حياته جاهدًا من أجل لقمة عيشهم، يتنكر بعض الأبناء لآبائهم، ويُرمى الأب وتُرمى الأم إلى درب مجهول ليذهب بعضهم ممن يحالفهم الحظ إلى دور المسنين.

دار الدولة أفضل من منزل العائلة:

تتحدث لـ(الإسلام اليوم) السيدة (إنعام على) مديرة دار المسنين فى بغداد عن حال هذه الدار، وخاصة بعد الأوضاع الأخيرة، فقالت: احتضنت هذه الدار مجموعة كبيرة من المسنين بعد أن ضاقت بهم الأيام وتركهم أبناؤهم، وهذه الدار تتضمن مسنين لا توجد لديهم معيل، وتحتوى على (٦٠) رجلاً و (٤٠) امرأة، يعاملون معاملة جيدة جدًّا، ولهم أوقات زيارات وأوقات للتنزه، لكن المشكلة التى تواجهنا

هى الحالة النفسية الصعبة التى يعانيها المسنين جراء ترك أولادهم لهم، وعن سؤالنا لها حول حالة الدار قبل وبعد الحرب؟

فأجابت بأن الحال فى السابق كان أفضل من حيث الوضع الأمنى، فبعد فترة السقوط وضعنا طوقًا أمنيًا مشددًا على الدار للحيلولة دون تعرضها لعمليات سطو، والآن أصبح الوضع أصعب من حيث عدم توفر الأجواء المناسبة لخروجهم للترفيه عن أنفسهم، ويصعب وصول بعض المنتسبين إلى الدار بسبب الوضع الأمنى المتردى فى الشارع العراقى.

هل سيحصل يومًا لى هذا...؟

قصص وحكايات مؤلمة استمعنا لها ونحن نتجول فى أروقة الدار، صعبت علينا قصص مؤلمة، حينما تسمعها يتبادر إلى ذهنك أولاً سؤال: هل سيحصل يومًا لى هذا؟

خلف عيونها الدامعة حملت (أم حسين) آهات كثيرة، فبعدها أصابها المرض انزعجت زوجة ابنها مها، فطلبت من زوجها أن يخرج أمه من المنزل، لم تستطع تكملة حديثها كتلك وتلك كغيرها، فأم عمر الغنية جدًّا فى الواقع، لكنها تعرضت لنصب واحتيال من قبل حفيدها، وقد تنازلت له عن كل ما تملك، وتغيرت بها الأحوال بعد أن كانت فى عز ونعيم لا يوصف، وهناك امرأة تشارك والدتها المكان

حيث تبلغ الأم من العمر (٧٠)، والبنت تبلغ عمرًا يناهز الأربعين ولم يحالفها الحظ بالزواج. لديهم ابن واحد تركهم ليعيش مع زوجته بسلام، ويأتى فى كل شهر ليأخذ من الأم نقودًا تعطيها إياها الدولة، وبرغم النصائح التى يقدمها لها الكثيرون بعدم إعطائها نقودًا لابنها العاق تقول الأم: "أحزن حينما يقول لى بأنه يحتاج النقود" نعم هذا قلب الأم الذى يسامح مهما أدمته قسوة قلوب الأبناء.

ازرع تحصد:

أخبرت (الإسلام اليوم) السيدة هدى المسئولة والباحثة الاجتماعية لهذه الدار فقالت: إن الجميع هنا يعيشون حالاً أفضل من السابق، فإحدى المقيمات تقول بأنها تحس بالكرامة هنا على عكس إحساسها بالذل فى بيت ابنها أو أقاربها، وغيرها كثير، إلا أنهم هنا وجدوا الراحة والأمان حتى إن بعض المسنين تزوجوا من مسنات هنا، وأقمنا لهم عرسًا بسيطًا.

وهكذا.. تعايشنا مع هذا الوضع منذ زمن، ومشكلاتهم قليلة جدًّا؛ إذ إنهم ينامون كثيرًا، ويجلسون بهدوء أيضًا، أما عن سبب ترك بعض الأبناء لآبائهم فهو نتيجة تربية خاطئة، وكما يقال (ازرع تحصد) أو سوء تصرف من قبل الأهل؛ إذ إنهم يثقون ثقة عمياء بأولادهم ويسلمونهم كل ما يمكلون من أموال، فيجب أن تراعى مبادئ وأسس صحيحة فى التربية كعدم التدليل والإسراف فيه إلى حد كبير.

ليس كل ما يتمنى يدرك:

ولا يختلف حال الرجال عن النساء كثيرًا، فعند دخولنا إلى ردهة الرجال كان الوضع أكثر حزنًا؛ لأنه يصعب عليك رؤية دموع الرجل على اعتبار كرامته وهيبته، فـ (كمال ٨٠ سنة) أب لأربع فتيات وولدين، تزوجت بناته ورحلن خارج الوطن، بينما بقى ولداه وهمهم الوحيد المال، فحينما أحس كمال بأن أولاده يريدون أن يرثوه حيًّا تنازل لهم عن كل ما يملك وترك لهم الجمل بما حمل، وأتى إلى هذه الدار التى يحس فيها بالأمان والاطمئنان، وهذا (أبو يوسف) الذى كان يعمل ضابطًا مرموقًا، وجلس يتكلم طويلاً عن حياته فى الجبهة، وعن حروبهم مع الإسرائيليين حينما أرسلهم الجيش فى الزمن الماضى إلى فلسطين، وغيرها من القصص، إلا أن الزمن انتهى به إلى هذا المكان، فقد سافر أولاده إلى خارج القطر بعد وفاة زوجته، وهم يعملون هناك إلا أنه لم يشأ إخبارهم بحقيقة كونه فى هذه الدار.

نستعرض لكم قصة تلو الأخرى، ولكن هذه أكثر إيلامًا قصة يوسف فقد تزوج من امرأة مطلقة ولديها طفل، فأخبرها بأنه مهدد بالعمى فقالت له بأنها ستعتنى به، ولكن بعد أن حصل ما حصل بعد فترة طويلة، وأصيب بالعمى ذهب كلامها أدراج الرياح وصارت تحتقر وجوده، وتعيره بمرضه وتذكره بأنها تتحمله وهو أعمى إلى أن أصبحت حياته جحيمًا بعد أن كانت جنة بالنسبة له، ويضيف بأنها أخذت أجمل سنين عمرى هى وابنها، وكانت الزوجة المدللة لكن ما

الفائدة؟ طلبت منى الطلاق وتركتنى وحدى هنا، إلا أننى آسف على شئ واحد هو أننى أحببتها من كل جوارحى..

موت الضمير:

الموضوعات كثيرة والقصص الغريبة أكثر فمرة تجد أختًا تخلت عن أختها وأناس تخلوا عن أقاربهم، ولكن أن تجد أناسًا يتخلون عن أمهم وأبيهم بطريقة صلبة، هذا أمر نادر الحصول وأسبابه معقدة، كما قال الدكتور كمال أحمد الطبيب النفسى: إنه يجب أن تراعى فى تربية الأبناء التربية الإسلامية الصحيحة، ويجب زرع مبادئ الدين الإسلامى الحنيف فى الأبناء والذى يغرسه فى النفس البشرية منذ الصغر يربى فى الأنباء حب الوالدين وطاعتهما، ولكن على العكس من ذلك، فالتربية المنفلتة والأسر المفككة والمشكلات التى تغزو حياتهم تؤثر تأثيرًا مباشرًا فى النفس وتجعلها قاسية وصلبة، فتتراكم هذه السلبيات وتتحول إلى كره وأنانية ونرجسية كبيرة، فتتغلب المصلحة الشخصية على مصلحة الكل، فيفضل الولد زوجته على أمه، وتوحى له نفسه بأن هذا شىء عادى، وللآسف إذا وصل الإنسان إلى هذه المرحلة فعلاجه صعب جدًّا ويكاد مستحيلاً.

سلبيات وإيجابيات

لا يرضى أى شخص فى الدنيا أن يحبس فى دار لرعايته بعيدًا عن أهله، ولكن فى نفس الوقت لا يرضى أى شخص أن يعيش فى بيته،

وهو ذليل وغير مرحب فيه، وبعض الشر أهون كما يقولون، ولكن من الجدير بالذكر بأن هذه الحالات هى نادرة جدًّا فى العراق ونحن نتكلم هنا عن دار واحدة فى كل محافظة بغداد، وفى المحافظات الأخرى بصورة أقل؛ لأن الشعب العراقى ـ وكما هو معروف ـ مجتمع ذو روابط أسرية ودينية، فلذلك هذه الحالات نادرة جدًّا، وقلما سمع الكثير من الناس عن وجود أبناء تبرءوا من آبائهم فالزمن الصعب علمهم المثابرة والمرابطة، والتكاتف مع بعضهم والوقوف جنبًا إلى جنب فى وجه الأزمات.