

(١٢)

لا تأخذه سنة ولا نوم

حتى إذا سجد الليل وهذا الكون، وخفتت الأصوات، وداعب الكرى الجفون، واستسلم كل منا لفرشه، وبات في نوم عميق لا فرق بين هذا وذاك، ولا فرق بين إنسان وحيوان، فكل كائن حي ينام، بل لابد أن ينام لأن النوم من صفات المخلوقات فهو ضروري للحياة، وأنها لتتقدم إذا استحال على الإنسان أو الحيوان ولازمته اليقظة أياما، والنوم باعتباره حدثا عاديا يحدث في كل يوم على الأقل ولو مرة واحدة ليس من البساطة كحدوثه، ولا من السهولة كما نتصور وقد تبين ذلك عندما يسأل نفسه لم ننام، ومتى ننام.

كان النوم شاغلا لكثير من العلماء ولو أن حقيقته والباعث إليه لم يهتد العلم إليه برأى قاطع حتى الآن، وقد عملت كثير من التجارب على الإنسان والحيوان فاتضح منها أهمية النوم للحياة وأنه أسرع في القضاء على الحياة من الجوع، ومن التجارب التي أجريت على الكلاب أمكن إثبات أنها تستطيع أن تعيش لمدة ثلاثة أسابيع بلا طعام، ولكن الأجل لا يمتد بها إلى أكثر من خمسة أيام إذا امتنعت عن النوم.

أما الإنسان فقد أجرى العالمين باتريك (Patrick) وجيلبرت (Gilbert) التجارب على ثلاثة شبان تطوعوا لهذه المهمة، ولقد استطاعوا أن يعيشوا بلا نوم لمدة تسعين ساعة هبطت في أثنائها درجة الحرارة وضعفت الأعصاب والعضلات وإذا زادت كمية

النوم زيادة بسيطة تلاشت كل هذه العوارض. وللنوم كما يقولون سبيان أولهما ضعف المؤثرات أو المنبهات الواصلة إلى المخ كأن نغمض أعيننا أو ندخل في حجرة مظلمة هادئة.

وثانيهما التعب وهو يضعف استعداد الجهاز العصبي للاستجابة للمؤثرات الخارجية.

ويعزو البعض النوم إلى تغيرات في كمية الدم الواصل الى المخ، وهذا يؤدي إلى التعب. وبالكشف على ذراع رجل نائم اتضح أن حجم الذراع يقل في كل مرة يحدث له فيها اضطراب، ولو لم يكن هذا الإضطراب كافيا ليقاظه من نومه. وهذا يدل على نقص كمية الدم في الجسم وزيادة كميته الذاهبة إلى المخ، ويذهب بعض العلماء أمثال هاول (Howell) إلى أن النوم الذي يعقب أكلة ثقيلة هو نتيجة لذهاب الدم إلى الجسم ونقصان كميته في المخ.

وتدعى بعض النظريات أن النوم نتيجة لتكوين مواد كيميائية أثناء الحياة اليومية لها تأثير منوم على المخ، وعلى هذا القياس قالوا أن الاستيقاظ من النوم هو نتيجة لتأثير مواد أخرى كيميائية مضادة تحدث أثناء الراحة. وقد ذهبوا في هذه النظريات إلى حد أن قالوا أن المواد المنومة حامضية والمواد المنبهة قاعدية، ولكن هذه النظرية لا تعتمد على أسس من التجارب العلمية.

والرأى السائد الآن هو أن النوم يحدث من تغيرات كيميائية في الأنسجة تحدث من الحركة، ومن المجهود في الحياة اليومية فإذا استمرت هذه التغيرات ومنع النوم بالقوة استحال على الجسم الحياة. أما إذا ترك الإنسان وشأنه فإنها تؤدي الى النوم وبه تستعيد الأنسجة قوتها، وتعود إلى ما كانت عليه قبل الحركة وقبل التعب، وهكذا تستمر الحياة عمل بالنهار ونوم بالليل.

ولا نتعلم الحياة بالنوم انعداما كلياً، فالقلب لا يزال يدق وينبض دافعا الدم إلى جميع أجزاء الجسم، والجهاز التنفسي مستمر بشهيقه وزفيره. والجهاز العصبي مستمر

فى عملية الإمتصاص والجهاز البولى مستمر فى العمل والإفراز، كل هذا والإنسان فى عالم آخر أقرب إلى الموت منه إلى الحياة.

ولا يقتصر النوم على تلك الساعات القصار، بل ربما يمتد إلى أيام وأشهر، ففى الصحراء عندما يشتد الحر، ويقل أو قل يندر الماء فتقسو الحياة، تنام كثير من الحشرات والقواقع نوما عميقا طيلة أشهر الصيف، حتى إذا جاء الشتاء وصفا الجو، وسهلت الحياة صحت القواقع والحشرات من نومها، وهبت من رقادها تواصل السعى وتسعى للرزق، وهكذا تكون هذه الحيوانات فى الصيف فى عداد الموتى اللهم من تنفس بطئ هو دليل الحياة بين جنبيها.

وهناك نوع من الأسماك الرئوية تعيش فى أنهار المنطقة الحارة فى أفريقيا وأمريكا وأستراليا، وهذه الأنهار معرضة للجفاف فى وقت انقطاع الأمطار، فإذا جف النهر تدفن السمكة نفسها فى طين القاع الذى تمزجه بمادة مخاطية تفرزها غدد فى الجلد، ومن هذا الخليط تتكون علة من الطين المتين تعيش فيها السمكة هادئة ساكنة طيلة مدة الجفاف مهما طال.

وفى هذا الوقت تكون قد تحول كيس الهواء فيها إلى عضو يشبه الرئة يمكنها من تنفس الهواء الجوى مباشرة (ولهذا سميت بالأسماك الرئوية) فإذا هطلت الأمطار وامتلأت الأنهار تهدمت تلك العلة الطينية، ودبت الحياة فى السمكة من جديد.

ولقد أمكن نقل هذه العلب الطينية، وفى كل سمكتها من أواسط أفريقيا إلى أوروبا فى رحلة استغرقت ستة أسابيع عادت بعدها إلى السمكة الحياة بعد وضعها فى الماء.

ولا يقتصر النوم فى الحيوانات على شدة الحر، وصعوبة الحياة فى الصيف، بل فى المناطق الباردة حيث تقسو الحياة شتاء، ولكن تبقى الحياة طيلة أشهر الشتاء وتبقى الأسماك مدفونة فى الجليد حتى إذا كان الصيف وذاب صحت السمكة وسبحت وابتدأت الحياة.

وهاذان النومان أو كما يسميهما العلماء البيات الصيفى والبيات الشتوى هما عقدة العقد. وظاهرتان غريبتان لم تنجح كل الأبحاث التى أجريت عليها حتى الآن فى كشف سرهما أو معرفة كنههما.

وهذا النوع من النوم الطويل فى مملكة الحيوان يذكرنا بما هو أطول منه مدة بل وأعجز منه وأدهش فى قوله تعالى:

أَوْ كَالَّذِي مَرَّ عَلَى قَرْيَةٍ وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَى عُرُوشِهَا قَالَ أَنَّى يُحْيِي هَٰذِهِ اللَّهُ بَعْدَ مَوْتِهَا فَأَمَاتَهُ اللَّهُ مِائَةَ عَامٍ ثُمَّ بَعَثَهُ ۖ قَالَ كَمْ لَبِثْتَ ۖ قَالَ لَبِثْتُ يَوْمًا أَوْ بَعْضَ يَوْمٍ ۖ قَالَ بَلْ لَبِثْتَ مِائَةَ عَامٍ فَانْظُرْ إِلَى طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهْ ۖ وَانْظُرْ إِلَى حِمَارِكَ وَلِنَجْعَلَكَ آيَةً لِلنَّاسِ ۖ وَانْظُرْ إِلَى الْعِظَامِ كَيْفَ نُنْشِزُهَا ثُمَّ نَكْسُوهَا لَحْمًا ۖ فَلَبَّاتُ بَيْنَ يَدَيْهِ ۖ قَالَ أَلَمْ أَنْ أَلَّهِ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿٢٥٩﴾

(البقرة ٢٥٩)

سبحانك ربى نام مائة عام حتى إذا قيل له كم لبثت: قال لبثت يوما أو بعض يوم وهكذا حتى فى نومنا القصير لا نعرف بالضبط مقداره، وعلينا أن نعتمد على ما تقوله الساعة وما يقوله من حولنا.

وأن قصة أهل الكهف والرقيم التى نسمعها كل جمعة لمن آيات الله العجبية كما أخبرنا بها القرآن الكريم:

أَمْ حَسِبْتَ أَنَّ أَصْحَابَ الْكَهْفِ وَالرَّقِيمِ كَانُوا مِنْ آيَاتِنَا عَجَبًا ﴿٩﴾ إِذْ أَوَى الْفِتْيَةُ إِلَى الْكَهْفِ فَقَالُوا رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا ﴿١٠﴾ فَضَرَبْنَا عَلَىٰ آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا ﴿١١﴾ ثُمَّ بَعَثْنَاهُمْ لِنَعْلَمَ أَيُّ الْحِزْبَيْنِ أَحْصَىٰ لِمَا لَبِثُوا أَمَدًا ﴿١٢﴾ (الكهف ٩-١٢)

إلى أن قال - جلّت قدرته -:

وَكَذَلِكَ بَعَثْنَاهُمْ لِنِيسَاءِ لُوايَيْنَهُمْ قَالَ قَائِلٌ مِّنْهُمْ كَمْ لَبِثْتُمْ قَالُوا لَبِثْنَا يَوْمًا أَوْ بَعْضَ يَوْمٍ
 قَالُوا رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا لَبِثْتُمْ فَابْعَثُوا أَحَدَكُمْ بِوَرِقِكُمْ هَذِهِ إِلَى الْمَدِينَةِ فَلْيَنْظُرْ أَيُّهَا أَزْكَى طَعَامًا
 فَلْيَأْتِكُمْ بِرِزْقٍ مِّنْهُ وَلْيَتَلَطَّفْ وَلَا يُسْعِرَنَّ بِكُمْ أَحَدًا ﴿١٩﴾

(الكهف ١٩)

ويحدثنا الطبرى فى تاريخه عن ذلك الرسول (اذ دخل على رجل فقال يعنى بهذه الدراهم طعاما قال من أين لك هذه الدراهم، قال خرجت وأصحاب لى أمس فأوانا الليل حتى أصبحنا فأرسلونى. فقال هذه كانت على عهد الملك فلان فأتى لك بها، فرفعه إلى الملك.. إلى آخر القصة حتى انطلقوا معه إلى الكهف).

أما عن مدة نومهم فيخبرنا الله فى كتابه العزيز وفى نفس السورة:

وَلَبِثُوا فِي كَهْفِهِمْ ثَلَاثَ مِائَةٍ سِنِينَ وَازْدَادُوا تِسْعًا ﴿٢٥﴾ قُلِ اللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا لَبِثُوا لَهُ غَيْبُ
 السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ أَبْصِرْ بِهِ وَأَسْمِعْ مَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِن وَلِيٍّ وَلَا يُشْرِكُ فِي حُكْمِهِ
 أَحَدًا ﴿٢٦﴾

(الكهف ٢٤، ٢٦)

تلك قصة النوم ليوم ولأيام ولأشهر ولسنين ولقرون. ثم يقوم الإنسان والحيوان من نومه صحيحا معافى ليستأنف الحياة من جديد لا يدرى كم من الزمن نام، وكم من الأيام مرت عليه. ذلك هو النوم فيه تهدأ الحياة الظاهرة كلها فتسكن الأصوات وتكون أقرب إلى الموت منها إلى الحياة. ذلك النوم الذى احتار فيه العلم والعلماء وتلك أهميته للإنسان فيه تستعيد الخلايا نشاطها إذا فالنوم هو أسرع فى القتل من الجوع، فإذا علمنا كل ذلك أدركنا وعرفنا حقيقة أن من هذه صفاته وتلك قدرته لا يشبه شيئا ولا يشبهه شئ بل هو الحى القيوم ليس كمثله شئ.

فانعدام النوم دليل على اليقظة المستمرة، واليقظة المستمرة لا بد أن تكون من صفات مبدع ذلك الكون وخالقه وإلا فإن من يأخذه النعاس فينام كان مألوف الحياة قاصرا عن الحفظ والتدبير والله يقول فى سورة البقرة:

لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾
(البقرة ٢٥٥)

ويقول في سورة الأنعام:

وَهُوَ اللَّهُ فِي السَّمَوَاتِ وَفِي الْأَرْضِ يَعْلَمُ سِرَّكُمْ وَجَهْرَكُمْ وَيَعْلَمُ مَا تَكْسِبُونَ ﴿٤﴾
(الأنعام ٣)
وَلَهُ مَا سَكَنَ فِي اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴿١٣﴾
(الأنعام ١٣)
وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٌ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٌ وَلَا يَابِسٌ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ ﴿٥٩﴾ وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّاكُم بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُم بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿٦٠﴾
(الأنعام ٥٨-٥٩)

تلك قوته وهذه عظمته فسبحانه وتعالى جلّت قدرته.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ﴿٧﴾

(سورة السجدة)