

نماذج سلوكية



د. يوسف عثمان محمد

خواطر حول الاستقلال (٤)

سلف أنه باكمال الطور الانتقالي من أطوار نظام الإدارة في الإسلام يكون المشروع قد استقر في موطن تكتنفه حماية ترعى المشروع حتى يبلغ تمامه ويؤتي ثماره، وفي الطور التالي من أطوار المرحلة النبوية على صاحبها أفضل الصلاة وأتم التسليم، تبدأ القيادة في إرساء قواعد دولة الإسلام : بادئة ببناء المسجد في إشارة إلى أنه شعار نظام الإسلام ومنطلق كل نشاط ومنتهى كل هدف.

ثم صهرت القيادة عنصري المجتمع المسلم في أخوة فاقت في قوتها أخوة اللحم والدم، فتماسكت الجبهة الداخلية في لحمتها، وتماسكت كسبيكة واحدة تعجز أقوى المعاول عن كسرها.

وكانت الخطة في هذا الطور هي تثبيت قواعد الدولة، وتوضيح العلاقات، وبيان الحقوق والواجبات لكل الأطراف المنضوية تحت مظلة الدولة الوليدة، وتوجيه كل صغير وكبير ليصب في بحري الهدف النهائي للنظام الإسلام، (طاعة الله ورسوله) والسير نحو تطهير الأرض من الشرك، وإفراد الله بالعبادة.

استمرت وظائف الإدارة في هذا الطور كما كانت السابقة، التخطيط والتنظيم، والرقابة، والتوجيه بما فيه من قيادة واتصالات، ومن هنا يتضح أن نظام الإدارة في الإسلام قد مارس جميع وظائف الإدارة، وإن لم تكن مسماة بأسمائها المعروفة الآن، وسنفرده في الحلقة القادمة-بعون الله- مساحة للتنظيم، ولكن نقول هنا إن من شعارات الجودة الشاملة- أو مبادئها- أن يكون القائد أنموذجاً لمعايير الجودة وهل يعني ذلك شيئاً غير أن يكون القائد أسوة؟ وهل نجد أنموذجاً للإسلام أحسن من صاحب الرسالة (صلى الله عليه وسلم) الذي زكاه ربه قائلاً: (وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ) وأمر باتباعه وطاعته بقوله: (وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ) وجعله أسوة في قوله: (لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا).

وبعد، فإن صدر الإسلام المتمثل في حقبة النبوة على صاحبها أفضل الصلاة وأتم التسليم قد أرسى الأساس النظري والتطبيقي العملي الواقعي لنظام الإدارة العامة في الإسلام، وتمثل حقبة الخلافة الراشدة الفهم الواعي المنضبط للانموذج الكامل وتطبيقاته في الممارسة الواقعية.

ولأن أحداث هاتين الحقيبتين متناهية، وظروف الزمان والمكان ممتدة في كافة بقاع الدنيا، وسائر في الزمان إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها، صارت الأحكام والأصول الإدارية في هاتين الحقيبتين بمثابة الإطار الثابت المرن الذي يقاس عليه ما يتجدد من أحداث، وسنفرده بعون الله مساحة للحديث عن هذا الإطار تحت عنوان إطار القيم الإسلامية.

تشديد على الحذر عند تعاطي المضادات الحيوية



إلى أن هناك في الغالب إمكانيات علاج لمعظم أنواع البكتيريا الحالية التي تنتقل بين الإنسان والحيوان وذلك لصعوبة تمتع البكتيريا بمقاومة ضد عدد من المضادات الحيوية في الوقت نفسه، ومع ذلك فإن كثرة البكتيريا المقاومة للمضادات الحيوية تدعو للقلق.

حذر خبراء أوروبيون من تزايد أعداد البكتيريا المستعصية على المضادات الحيوية (المقاومة للمضادات الحيوية)، وأوضحوا في التقرير الذي أعلنت عنه الهيئة الأوروبية لسلامة الأغذية (إيفسا) أن هناك بكتيريا مثل السالمونيلا وبكتيريا كامبي لوباكتر أصبحت تستعصي على معظم المضادات الحيوية الشائعة.

وأعلن عن التقرير اليوم الثلاثاء في مدينة بارما الإيطالية، واعتمد الباحثون في تقريرهم على تحليل بيانات تعود لعام ٢٠١٢ من ٢٩ دولة أوروبية.

وجاء في التقرير أن مثل هذه البكتيريا المستعصية، التي تعيش داخل حيوانات أو في مواد غذائية، يمكن أن تحد من العلاج الفاعل للعدوى حتى لدى الإنسان نفسه، لذلك فإن الاستخدام الحذر للمضادات الحيوية ليس بالغ الأهمية بالنسبة للإنسان فقط بل بالنسبة للحيوانات أيضاً، وذلك حسبما أوضحت رئيس قسم تقييم المخاطر لدى منظمة «إيفسا» مارنا هوجاس.

وشارك في إعداد التقرير باحثون من الهيئة الأوروبية لسلامة الغذاء وباحثون من مركز «إي سي دي سي» الأوروبي للوقاية من الأمراض والسيطرة عليها.

غير أن معدي التقرير أشاروا في الوقت ذاته

عصائر الفاكهة تحتوي على كميات «مرعبة» من السكر



يوميًا على ١٥٠ ملل، وألا تشكل سوى واحدة من الخمسة أجزاء الموصى بها يوميًا. يشار إلى أن المشروبات التي تحتوي على كميات كبيرة من السكر يمكن أن تلحق الضرر بالإنسان، لذلك تنصح الأستاذة الدكتورة سوزان جيب، وهي مستشار الحكومة في أمراض السمنة، باستبدال العصير بقطع الفواكه أو على الأقل تخفيفها

وتتزامن هذه الدراسة مع تحذيرات الخبراء بضرورة اتباع نظام غذائي صحي يشمل ١٠ حصص من الفاكهة والخضروات يوميًا، وذلك بعد أن كان الحد الموصى به سابقًا ٥ حصص في اليوم.

ووجدت الدراسة أن نوعًا من العصير الذي يتم تقديمه في بعض مقاهي، يحتوي على ما لا يقل عن ٢٣ ملعقة شاي في كوب واحد ووصف خبراء الصحة هذه النتائج بأنها «مرعبة»، مشددين على أن المستويات العالية من السكر تسهم في التسبب بأمراض خطيرة مثل السكري وأمراض القلب، تسوس الأسنان وحتى السرطان

تحتوي بعض عصائر الفاكهة على أربعة أضعاف كمية السكر التي توصي بها منظمة الصحة العالمية للشخص العادي في اليوم الواحد ووجدت دراسة حديثة شملت أكثر من ٥٠ منتجًا من محلات السوبر ماركت والمقاهي والمطاعم، أن أكثر من نصف العصائر تحتوي على ما لا يقل عن ستة ملاعق من السكر، وهو الحد الموصى به يوميًا

لماذا يكون الماء لذيذًا للغاية عند العطش؟



منهم الاستمرار بشرب الماء برغم عدم حاجتهم إليه، وهو أمر أشعر المشاركين بالانزعاج، ولاحظ العلماء أن النشاط الدماغي تغير وأصبح في المنطقة المسؤولة عن التحكم بالحركات وتنسيقها، إذ إن هذه المناطق هي المسؤولة عن إجبار الشخص على شرب الماء حتى لو كان عقله يخبره أنه ليس عطشًا.

ومن الملاحظ أن بعض الأشخاص المصابين بالفصام -وهو مرض عقلي- قد يشربون في بعض الأحيان كميات مفرطة من الماء وقد يطورون مشاكل ناجمة عن ذلك، مما يشير إلى أن وضع الدماغ يؤثر على قدرة الجسم على التحكم بشرب الماء.

ولذلك فإن شرب الماء عندما تكون عطشًا يكون نوعًا من العاطفة الجميلة، أما بعد ذلك فإنه يصبح إجبارًا لك على فعل لا تريده، وهذا يفسر تحول الماء من عذب زلال إلى كرهه كأنه مخلوط بصلصال.

إلى انخفاض مستوى الصوديوم في الدم بشكل كبير، كما قد يقود إلى أزمة دماغية، أي تجمع السوائل في المخ. في دراسته التي نشرت نتائجها في دورية «وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم»، قام عالم الأعصاب باسكال سكر-من جامعة ملبورن في أستراليا- وزملاؤه بإجراء تجربة على مجموعة من عشرين رجلًا وامرأة، إذ جعلوهم يتمرنون على الدراجة الثابتة لمدة ساعة، ثم درسوا أدمغتهم وطريقة تفاعلها مع شرب الماء باستخدام التصوير بالرنين المغناطيسي.

نشاط الدماغ وقام العلماء بالتجربة على مرحلتين، في الأولى طلبوا من المشاركين الذين لعبوا على الدراجة حتى أصابهم العطش أن يشربوا الماء حتى يشعروا بالارتواء فقط. ولاحظوا هنا أن الدماغ أظهر نشاطًا في المنطقة الأمامية المسؤولة عن اتخاذ القرارات العاطفية. أما في المرحلة الثانية فقد طلبوا

عندما تكون عطشًا فإن طعم الماء الذي تشربه يكون شهيقًا ولذيذًا، مع أن الماء ليس له طعم أو لون أو رائحة، فإنك تشعر بلذة من الصعب وصفها. ولكن بعد الارتواء من الماء فأنت لن تعود لتشعر بأنه لذيذ، وإذا شربت المزيد فقد تشعر بانزعاج شديد وكان الماء أصبح سمًا زعافًا. ولكن لماذا؟

وللإجابة عن هذا السؤال قام علماء من أستراليا بدراسة النشاط الدماغي أثناء شرب الماء، ولاحظوا أنه في البداية عندما يكون الشرب بدافع العطش فإن النشاط الدماغي يكون في منطقة مسؤولة عن اتخاذ القرارات العاطفية، أما عندما تستمر بالشرب بعد الارتواء فإن النشاط الدماغي ينتقل إلى مناطق أخرى مسؤولة عن الحركة وإجبار الجسم على شرب الماء مع أن الدماغ يطلب منه العكس.

يقوم الدماغ بإخبار الجسم متى يشرب ومتى عليه التوقف، إذ إن شرب الشخص كميات كبيرة من الماء يؤدي