

رضى الحمراء إحصائى فى علم النفس الاكلينيكى - المغرب

الشيخوخة، فعند بلوغ سن التقاعد يتراجع دخل المتقاعدين بشكل كبير مما يضطرهم إلى تغيير مساكنهم من بيوت لائقة إلى منازل أقل لياقة، أما فى حالة عدم استفادة بعض المسنين من التقاعد فيتعرضون لفاقة، وعوز مادي يفقدهم المسكن لعدم قدرتهم على أداء واجبات الكراء فيصبحون بالتالى عرضة للتشرد، أمام هذا التدهور المساوى لأوضاع هذه الشريحة الضعيفة من المجتمع يستطيع الشباب الراشدون ممن يسر الله عليهم ووسع لهم أرزاقهم أن يبحثوا عن هؤلاء الشيوخ ويعينوهم قبل أن يطلبوا منهم المساعدة لأنهم كانوا بالأمس القريب يعملون كما يعمل الشباب لكن صحتهم خانتهم حين ضعفت فاضطروا للسؤال ولو كان فيهم رقم من قوة لما لجأوا إلى حرج التسول.

كما أن على مؤسسات الدولة والشركات الخاصة تخصيص برامج لتوظيف هذه الشريحة المحتاجة من المسنين فى وظائف تناسب وتراعى الوضع الصحى لهؤلاء، ونجد هذا الأمر واقعا ملموسا فى بعض الدول الواعية بهذا الشأن كالسويد والولايات المتحدة حيث تقترح على كبار السن أنشطة بديلة عن وظائفهم السابقة خلال فترة التقاعد كصيانة بعض المعدات والآلات فى بعض المصانع والحراسة فى بعض المؤسسات العمومية والخاصة والمساعدة فى بعض الخدمات المنزلية كالتنظيف والتريض وتربية الأطفال.

إن هذه الوظائف تمكن المسنين من استغلال أوقات شيخوختهم فى ممارسة بعض الخدمات التى توفر لهم فرصة الحصول على عائد مادي يضمن لهم حياة كريمة ويقيهم شر السؤال، إنهم بذلك يعيشون كالنحلة التى تعتمد على نفسها لتقف شامخة فى السماء، عكس شجرة العنب التى تستند على دعائم تجلب لها لتضمن بقاءها. أما إذا فقد المسن صحته من جراء مرض أو إعاقة فالواجب على أبنائه وباقي أفراد أسرته العناية به دون قيد أو شرط، لكننا نجد فى بعض الأحيان فئة من كبار السن الذين فقدوا أقاربهم ذويهم وهنا يبرز دور المؤسسات الاجتماعية الحكومية والجمعية فى إنشاء مراكز خاصة برعاية المسنين وتكوين إحصائيين

لقد شهد العالم فى نهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادى والعشرين اهتماما ملحوظا بشئون المسنين حيث أعلنت منظمة الأمم المتحدة سنة ١٩٨٢ فى اجتماع لندوبى مائة وأربع وعشرين دولة أن العقد التاسع من القرن العشرين هو عقد كبار السن، كما تبنى مؤتمر الأمم المتحدة بمديرى سنة ٢٠٠٢م خطة عمل عالمية لمعالجة مشاكل الشيخوخة، لكن هذه الملتقيات الدولية كانت أشبه ما تكون بالتجمعات الفكرية النظرية التى لم يطبق لها قرار ولم تفعل لها خطة إلا فى نطاق ضيق وبشكل جزئى من طرف بعض جمعيات المجتمع المدنى.



منهج المسلمين فى علاج مشاكل المسنين

جزء الإحسان إلى الإحسان الرحمن الآية (٦٠) لتبقى الرحمة دائمة متواصلة بين الأجيال داخل المجتمع إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها. إن السؤال المطروح فى هذا السياق هو: بأى كيفية يستطيع جيل الشباب تطبيق ما تدعون إليه هذه النصوص القرآنية والنبوية فى سلوكهم اليومى تجاه جيل الشيوخ؟ وما هى الطرق والوسائل التى تمكنهم من النجاح فى مساعدة المسنين على مواجهة المشاكل التى يعيشونها فى هذه المرحلة الحاسمة من عمرهم؟

١- تكيف المسنين مع تغير الأوضاع المادية والاجتماعية:

يتعرض عدد لا يستهان به من كبار السن لمشاكل مادية تصاحبهم بمجرد الدخول إلى مرحلة

لونه أبيض أو أسود ومهما كان عرقه عربيا أو أعجميا، ومهما كان دينه مسلما، مسيحيا، يهوديا أو مجوسيا .. إلخ، والشباب المسلم ينبغي أن يكون من أحرص شباب العالم على تطبيق هذه الوصية الغالية لأنه إنسان أصيل يرحم الناس كافة سواء كانوا أطفالا أصغر منه أو شيوخا أكبر منه.

● أما الفائدة الثانية من الحديث فهى تبشير كل شاب طبق هذه الوصية النبوية بطول عمره فى حياته الدنيوية، فما أكرم شاب شيخا لكبر سنه إلا أكرمه الله تعالى أولا بطول العمر حتى يصبح هو بدوره شيخا وثانيا يسخر له فى شيخوخته شابا صالحا يحسن رفقه كما أحسن رفقة الشيوخ فى شبابه، وهذه جائزة مستحقة من الله جل علاه الذى يقول: ﴿هل

لقد كان من الأولى لهؤلاء المسؤولين الدوليين عن قضايا المسنين أن يطلعوا اطلاع المتأمل المتمتع لسلوك النبى صلى الله عليه وسلم فى تعامله مع كبار السن، ليتبين لهم كيف كان منهجه عمليا وعالميا بحيث كان يؤثر ويعالج بفعالية كل مشاكل من بلغ من الكبر عتيا، وتتجسد الطريقة النبوية فى رعاية المسنين فى الحديث الحسن الذى رواه الترمذى عن أنس بن مالك رضى الله عنه : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم « ما أكرم شاب شيخا لسنه إلا قبيض الله له من يكرمه عند

سنه »، إن هذا الحديث يحمل فى طياته فائدتين عظيمتين، أولهما أنه يخاطب كل شبان العالم مهما كانت مرجعيتهم الدينية أو الدنيوية للعناية بأى شيخ مسن مهما كان



استغلال أوقات الشيخوخة في ممارسة بعض الخدمات التي توفر لهم فرص الحصول على عائد مادي يضمن لهم حياة كريمة ويطبقهم شر السؤل

إن هذه الآية تعتبر أن عبادة المؤمن من صلاة وزكاة وصيام وحج لا تكون كاملة ولا يختم الله عز وجل عليهم بخاتم القبول إلا إذا كانت مقترنة بالضرورة مع الإحسان لمن هم أكبر منا سنا وأشرف منا قدرا عند الله تعالى وهم الأشخاص الذين بلغوا من الكبر عتيا.

٤: علاج طول أمل المسنين في الدنيا بالعمل للفضو بالأخرة:

إن الإنسان حينما يبلغ مرحلة الشيخوخة لا يصبح كبير السن دفعة واحدة، بل يتدرج في الكبر شيئاً فشيئاً، وهذا من مظاهر الجمال في اسم الله تعالى: «اللطيف» حيث إنه سبحانه لم يجعل تطور الإنسان في العمر تطوراً سريعاً تفزع له النفوس بل جعله تطوراً لطيفاً متأنياً تستأنس به قلوب عباده، فعين يطل ابن آدم على مشارف الكبر يدخل ابتداءً إلى مرحلة الكهولة في الأربعينات ثم الشيخوخة في الخمسينات ثم يستأسد الشيب فوق رأسه في الستينات ويبلغ بعد ذلك مرحلة الهرم في السبعينات فما فوق، إن هذه المرحلة الأخيرة من الشيخوخة هي أصعب مراحل الكبر على الإطلاق وقد سماها القرآن الكريم «أرذل العمر» قال الله عز وجل ﴿وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعَمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ﴾ النحل: ٧٠ كما تمود من شرها النبي صلى الله عليه وآله وسلم الصلاة والسلام فعن أنس رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم

وتجد الإشارة إلى أن هذا الداء متفش في بعض أسرنا لغياب الدواء الروحي وهو الاعتقاد في كون الزواج في الدنيا هو مقدمة للعشرة الزوجية الأبدية في الآخرة وعدم الاكتفاء بالنظرة الضيقة لهذه العلاقة الرابطة المقدسة على أنها علاقة دنيوية قد تنتهي بنهاية الأدوار الاجتماعية التي لعبها كل من أبطال الحياة الأسرية وهما الأب والأم.

إن تأسيس الأسرة على قواعد دينية أساسها مبدأ: (ما كان لله دام و اتصل وما كان لغير الله انقطع وانفصل) هو السبيل الوحيد لضمان البقاء والاستمرارية للخلية الأسرية في الدنيا والآخرة أما بناؤها على أسس مادية فذلك من شأنه أن يشق أركانها ولو في آخر أيام العمر وهي اللحظات التي يكون فيها الزوجان في أمس الحاجة لبعضهما البعض خصوصاً أن الأبناء يكونون في قمة انشغالهم بأداء مسئوليات جيلهم الصاعد.

٣: علاج اضطراب الدور الاجتماعي للمسنين:

لقد كان المسنون خلال القرن الرابع عشر الهجري يشعرون بتقدير كبير لذواتهم لأنهم كانوا يقدمون النصائح والتوجيهات للأشخاص الأقل منهم سنا، وقد كان الشباب في تلك الفترة يبحثون عن إرشادات كبار السن ويعتزون بتطبيقها، أما الشيخوخة ابتداء من مطلع القرن الخامس عشر الهجري فقلما يقصدهم أبنائهم وأقاربهم لطلب الرأي والمشورة فأصبحوا يشعرون من جراء ذلك بالدونية وبعدم الفعالية في المجتمع الأصغر منهم

في العمل مع هذه الشريحة المباركة من المجتمع.

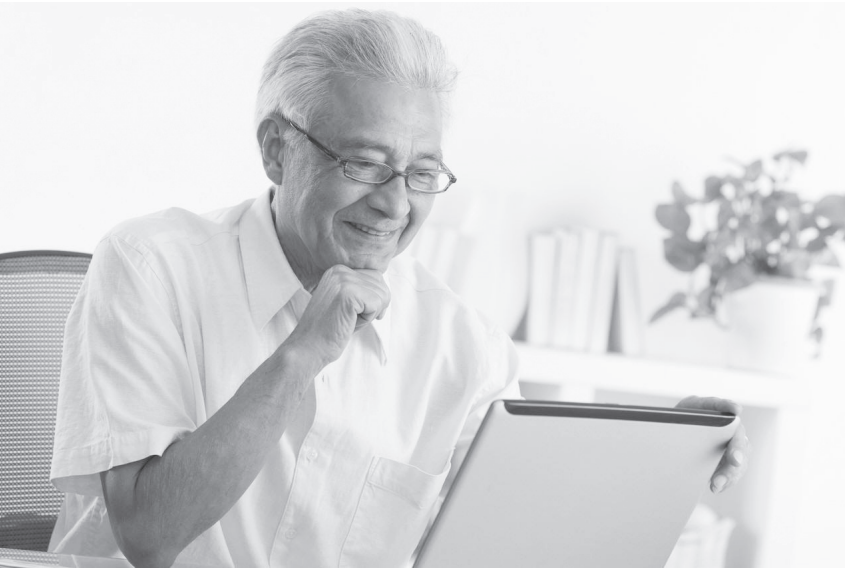
٢: علاج اضطراب العلاقات الزوجية في مرحلة الشيخوخة:

إن أهم علاقة يلحقها الاضطراب في حياة بعض المسنين بعد توقعهم من العمل هي العلاقة الزوجية، فقد تكون نسبة عدم التوافق بين الزوجين في مرحلة شبابهما ورشدتهما قليلة الحدة لانشغال كل منهما بوظيفته، فالمرأة تكون منهكة في أغلب الأوقات بأداء واجباتها المنزلية وتوفير متطلبات أبنائها وشريك حياتها، أما الزوج فتجده في معظم الأحيان منشغلاً بعمله خارج المنزل، لكن بمجرد تقاعد الزوجين عن هذه الوظائف الاجتماعية يصبح لديهما متسع من الوقت للاحتكاك ببعضهما البعض فيشتد الانفعال في العلاقة بين بعض الأزواج ويكثر عدم التفاهم بينهما إلى درجة عالية من الحدة قد تصل أحياناً إلى حد الطلاق.

إن الزوجين في مثل هذا الحال ينسيان ما كان بينهما من مودة وعشرة وما حققاه من إنجازات لسنوات طويلة، حيث أنعم الله عليهم بالمسكن والمأكول والمشرب والملبس والمركب والذرية الطيبة وصدق الله تعالى حين قال في هذا الباب ﴿وَإِنْ تَعَدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ النحل: (١٨) فعوض أن يقبل الزوجين المسنين على شكر الله وحمده حمداً عملياً على ما منعهما به من ثمار الحياة الأسرية بأن يستمررا في التمسك بحبل الله وهو الزواج ولا يتفرقا عنه عبر الشقاق والخلاف،

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم «ما أكرم شاب شيخاً لسنه إلا قبيض الله له من يكرمه عند سنه» رواه الترمذي





علاج طول الأمل في الدنيا عند المسنين إذن ينطلق من تصحيح نظرة هؤلاء لنهاية العمر.. فحين يصبح الإنسان شيخاً يشعر بأن الوقت يمضى بسرعة ويتمنى لو استطاع أن يقلل سرعته

أكثر من موضع في المسجد النبوي في آن واحد وهو يصحح لهم تلاوتهم جميعاً ويسد ما بها من شروء عن قواعد التجويد.

إن طول العمر إذن رغبة لا يدركها طالبها بالبحث عن الأدوية المعالجة لأعراض الشيخوخة بل يبارك الله في أعمار عباد بركة إقبالهم على طاعته واجتهادهم في البعد عن معصيته لذلك كان النبي صلى الله عليه وسلم يحرص على التوجه إلى الله بهذا الدعاء الوارد في حديث ابن عمر رضي الله عنه قال: كلما كان رسول الله يقوم من مجلس حتى يدعو بهؤلاء الدعوات لأصحابه: «اللهم أقم لنا من خشيتك ما تحول به بيننا وبين معاصبيك.. ومتعنا بأسماعنا وأبصارنا وقوتنا ما أحييتنا، واجعله الوارث منا..» حديث حسن رواه الترمذي، إن أول فائدة في هذا الحديث أن دعاء الرسول كان مبتدئاً بطلب العصمة من المعاصي لأنها تقصر الأعمار وتتشرب الأمراض في الأبدان، ثم دعا صلى الله عليه وسلم لأصحابه وكل أفراد أمته بدوام نعمة البصر والسمع والقوة التي بها يسعد الإنسان في كبره، واستعمل كلمة «الوارث» في دعائه ومعناها الباقي» والمراد بها أبق يا رب ما أنعمت به علينا من قوتنا في شبابنا إلى وقت كبرنا من السن، ويضاف إلى ذلك أن النبي صلى الله عليه وسلم دعا لبعض أصحابه بطول العمر، ولو كان طول العمر شراً للمؤمن لما دعا به لأصحابه، وفي نفس السياق سئل رسول الله صلى

الصلوات عليهم أجمعين عن غير ممنون التين: ٤.

لقد أشار الله تعالى في هذه الآية بوضوح إلى أن الشيخوخة تتكون من عدة مراحل وعبر عنها بكلمة سافلين وهي جمع سافل أو أسفل أي أن الإنسان ينزل من قمة قوته في الشباب إلى سفوح الضعف في الشيخوخة ويهبط في دركاتها دركة إلى أن يصل إلى أسفل الدركات على الإطلاق وهي مرحلة أرذل العمر، ثم يضيف الله عز وجل قائلاً: (إلا الذين آمنوا وعملوا الصالحات) أي أنه سبحانه استثنى أهل الإيمان من الوقوع في الخرف وقلة العلم، لهذا قال ابن عباس رضي الله عنه: (إن المسلم إذا طال عمره لا يزداد بذلك إلا كرامة عند الله وعقلاً ومعرفة)، وفي حديث أنس ابن مالك أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «من سره أن يبسط له في رزقه وينسأ له في أثره فليصل رحمه» متفق عليه، قال ابن حجر ينسأ له في أثره أي يؤخر الله أجله ويزيد في عمره.

● لقد تواتر في نفس السياق عند عامة المسلمين وخاصتهم بأن من حرص على حفظ القرآن وداوم على قراءته كل يوم لا يصاب بالخرف ولا بالهذيان ومن الأمثلة الدالة على ذلك القارئ الشيخ حسن بن إبراهيم الشاعر الذي عاش في المدينة المنورة وعمره قد جاوز المائة سنة (ولد عام ١٢٩١ هـ وتوفي سنة ١٤٠٠ هـ) ورغم تقدم سنه كان يقرئ تلاميذه القرآن ويعلمهم القراءات العشر وهو يسمع لأكثر من شخص يقرأون في

«الهرم» رواه أبو داود والترمذي وابن ماجة في كتاب الطب وصححه الألباني، إن هذا الحديث صريح العبارة إذ إنه ينفي بشكل قطعي وجود علاج للهرم والشيخوخة لأنها سنة فطرية خلقها الله تعالى ولا يمكن إيقاف زحفها في تضاريس جسد الإنسان وفي مناخه العقلي والنفسي و لو اجتمع لذلك أطباء البشرية كلها.

لكن لكل قاعدة استثناءات، فقد يحفظ الله جل علاه بعض عباد من الوقوع في هذا التدهور الجسدي والفكري شرط أن يكونوا في مرحلة شبابهم من الذين يبحثون عن سبل التقرب إلى الله بالطاعات المفروضة والمسئونة ويحرصون على تجنب الوقوع في المعاصي المحرمة والمكروهة ويواظبون على مصاحبة القرآن قراءة وحفظاً وتدبراً وتطبيقاً مع الأخذ بزمام الأسباب المادية الأخرى كالاقتصاد في الطعام والشراب والعناية بالتبكير في اليقظة والنوم.. إلخ، إن كل هذه الممارسات الدينية والدنيوية لا تقضي بشكل كامل على أعراض الشيخوخة، لكنها قد تطيل في عمر الإنسان وتخفف من حدة أعراض الهرم وتحفظه من الخرف وقلة العلم.

● ولقد أكد ثلث من المفسرين لكتاب الله تعالى أن بعض المؤمنين يستثنون من حالة الرد إلى أرذل العمر، وقد استدلوا على هذه الحقيقة بالآية الكريمة التي تقول: (لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم ثم رددناه أسفل سافلين إلا الذين آمنوا وعملوا

وسلم كان يقول: «اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل والجبن والهرم» متفق عليه، وفي رواية أخرى وردت في صحيح البخاري تعود صلى الله عليه وسلم من أن يرد إلى أرذل العمر، وأرذل العمر كما ذكره المفسرون هو أخسه وأدناه وآخره وفيه تضعف القوة وتفسد الحواس ويضطرب الفكر ويختل النطق ويقل العلم ويسوء الحفظ وقد يصاب فيه المرء بأمراض خطيرة كالخرف (Alzheimer) أو الرعاش المرضي (Parkinson) وقد يتفاحش الكبر في بعض الأحيان بشكل حاد ليصبح الإنسان كالطفل الصغير معدوم الإدراك حيث قد يصل به الأمر أحياناً إلى عدم التعرف على زوجته وأبناءه وأقاربه.

● وينبغي الإشارة في هذا السياق إلى أن هناك جهوداً علمية مضنية يبذلها بعض علماء وأطباء الدول الغربية لاكتشاف أدوية تطيل العمر وتقضي على أعراض الشيخوخة والهرم، وقد انحرف معهم في هذا الاتجاه بعض الأطباء المسلمين الذين ضعف إيمانهم بالغيب وقوى تأثرهم بالغرب، لكن محاولات كل هؤلاء محكوم عليها بالفشل والخيبة مسبقاً بنص حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم الذي رواه أسامة بن شريك رضي الله عنه: «إن الأعراب قالت يا رسول الله ألا نتداوى؟ قال: نعم يا عباد الله تداووا فإن الله لم يضع داء إلا وضع له شفاء، إلا داء واحداً قالوا: يا رسول الله ما هو؟ قال:

● وهناك فئة أخرى من المسنين يغرمهم الشيطان ويوهمهم بأن أجلمهم لازال بعيدا وبالتالي فلا حرج عليهم إذا تمادوا في اجتراح المعاصي واستمروا في الانغماس في اللذات والله تعالى يبين فساد تصورهم لحقيقة أجلمهم قائلا ﴿ إِنَّهُمْ يَرَوْنَهُ بَعِيدًا

إن دواء طول الأمل فى الدنيا لدى
عباد الله الذين بلغوا من الكبر عتيا هو
دعوتهم إلى تقصير آمالهم فى الحياة
الدنيوية وترغيبهم فى القناعة بما
أعطاهم من نعم كثيرة وحثهم على
شكرها شكرا غزيرا كما ينبغى توجيههم
إلى هجران الأمنى الخادعة فالنينا لا
تساوى عند الله جناح بعوضة ولا
تستحق أن يتعلق بها قلبك أيها الشيخ
الوقور ولا ينبغى لك أن تفنى عمرك
الباقي فيها بالجرى خلف حطامها
الزائل لأن القلوب الصالحة لا تتعلق إلا
بالأمور الخالدة وليس بالأمور الفانية
فلماذا لازت تتزاحم يا أيها الرجل كبير
السن مع صغار السن على متاع الدنيا
من أموال وبيوت ومراكب وهى فى
الحقيقة ليست لك فلو دامت لمن مات
قبلك لما وصلت إليك.

• خلاصة الكلام فإن
الشيخوخة هي مزرعة لغرس
أحسن الأعمال الزكية التي
يختم بها المسنون حياته
الدنيوية، ولا يسهل الله لكبار السن
هذه الخاتمة البهية إلا إذا احسنوا
اختيار أحد الطريقتين في شيخوختهم
فالمسنون الذين يتمسكون بحبل الله في
الدنيا حين يبلغون من الكبر عتيا
يكرمهم المولى سبحانه بأربع كرامات
أولها أنه يقوِّمهم على طاعته فتراهم من
كبار المجتهدين في الأعمال الصالحة
أما الكرامة الثانية فهي فراغ قلوبهم من
هموم الحياة ففهموا أجهوا من خلوب
ومكاره وصعوبات فهم يصبرون على
شدتها لأنهم يعلمون علم اليقين أنها

الهوامش

١- محمود المصري « حق
المستنين » سلسلة الحقوق
الإسلامية ص: عدة صفحات
ط ١ مكتبة الصفا القاهرة .
مصر ١٤٢٩ هـ / ٢٠٠٨ م

٢- ابن رجب البغدادي
جامع العلوم والحكم، ص ٣٧٨
٣٧٩ ط جديدة منقحة. دار
الفكر بيروت. لبنان ١٤١٢ هـ /
١٩٩٢ م

٣- أزهرى أحمد محمود،
جالب الأسقام وداء الأنام
طول الأمل، مطويات
إسلامية، دار ابن خزيمة ،
الرياض. السعودية

