

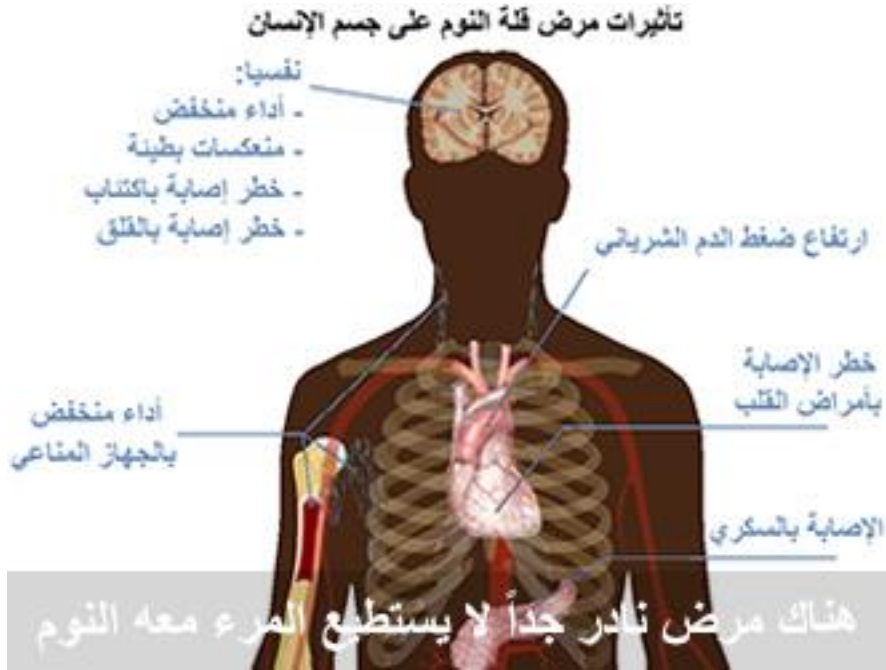
بسم الله الرحمن الرحيم

الرائعة الصحية : 09 - التقلب أثناء النوم

النوم آية من آيات الله تعالى :

الدكتور راتب :

بسم الله الرحمن الرحيم، الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد الصادق الوعد الأمين. مرة زارني أخ كريم في مكتبي في دمشق، وشكا إليّ شكوى لم أسمع مثلاً إطلاقاً، قال لي: أنا لا أنام، وأقسم بالله يميناً معظماً، يدفع على كل ليلة مليون ليرة لكي ينام.



مرض نادر جداً، سألت عنه، لا ينام، يدفع مليون ليرة فقط لينام، يوجد نعم ألفت فنسيت، يأتي الدعاء النبوي: " اللهم أرنا نعمك بدوامها لا بزوالها ". أن تضع رأسك على الوسادة وتنام نعمة كبيرة جداً، النوم عملية معقدة جداً، الأعصاب أثناء النوم تتباعد، فالسيالة العصبية تنقطع.



كساقية عريضة جداً و شخص لم يستطع أن يقفز فوقها، فالسيالة تقف لأن المسافة كبيرة، اليقظة هذه الأعصاب تقترب، الخلية العصبية هيولى واستطالة، والثانية كذلك لكن غير متصلة، النوم يباعد هذه الخلايا فالأصوات تنتقطع، لكن إن سمع الإنسان صوت مدفع يقفز



إذا شخص لحقه عدو، والمسافة عريضة يقفز، الخوف يدفعه، يوجد أصوات كبيرة جداً يقفز الإنسان منها، الخوف يدفعه، فهناك أصوات كبيرة جداً يسمعها الإنسان ويستيقظ أما العادية فيألفها، أغرب من ذلك يوجد اصطفاء للسمع، وضعوا آلة تسجيل على النافذة جلس رجلان يتحدثان ساعة، سئلاً آخر سؤال، ماذا سمعتم في الطريق خلال هذه الساعة؟ ما ذكروا شيئاً إطلاقاً، عند سمعوا المسجلة كان هناك أصوات .



السمع اصطفاي مرتبط باهتمام الشخص

واصطدام سيارة، وصفارة شرطي، شيء غير معقول، الله عز وجل من كمال خلقه للإنسان عندما يهتم بشيء يبعد عنه كل الأشياء التي لا علاقة لها بهذا الشيء، والآن الشيء الذي يركز فيه يصل إلى كل تفاصيله حتى ذاكرته، حتى خياله، حتى معلوماته السابقة، هناك حالة اسمها التركيز، وحالة اسمها الاعتياد، فهناك أعمال ذكية جداً تنتقل إلى الاعتياد .



كأن تعرف بيتك وأنت تقود سيارتك، لا تشعر بحالك، من طريق إلى طريق إلى منعطف يمين إلى يسار، أو أنت تبدل الحركات بالسيارة، هذا كله أشياء اعتيادية، لو كان كل شيء نفعله بالتفكير حياتنا تصبح شقاء، و لكن هناك أعمال معقدة جداً تنتقل إلى الاعتياد، هذه من نعم الله عز وجل، فالإنسان عندما يستقر بمعرفة الله عز وجل يفهم الأمور فهماً عميقاً جداً.

الدكتور بلال:

أستاذنا الفاضل، قال تعالى:

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ ﴾

[سورة الروم:23]

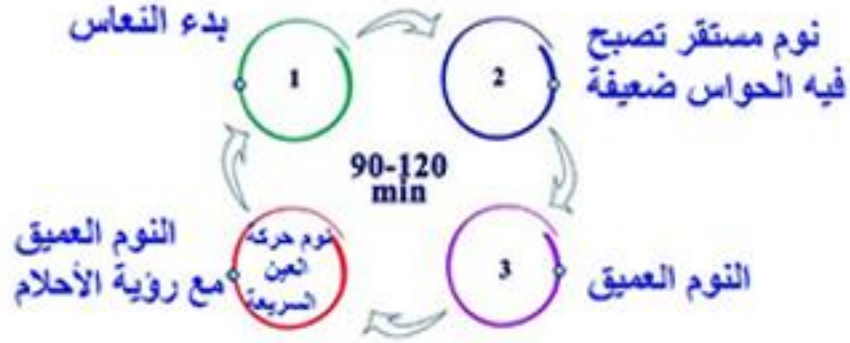
ذكرتم آية النوم، أحياناً الإنسان يقول لك: أنام نوماً عميقاً، والآخر يقول: أنام نوماً خفيفاً.

حكمة الله من النوم العميق و النوم الخفيف :

الدكتور راتب :

قالوا: الإنسان ينام ساعتين أو ثلاث نوماً عميقاً، النوم الخفيف من دخل تشعر به، شخص تكلم كلاماً تسمعه، طفل بكى تسمعه، هذا النوم الخفيف

مراحل النوم



هناك نوم عميق ونوم خفيف

النوم العميق لا تشعر بشيء إطلاقاً، إلا أن الحكمة لله كبيرة جداً أن الأم حينما تنام لا تستمع إلى أكبر الأصوات إلا ابنها إذا بكى بغرفة ثانية تسمعه، هذه قضية خاصة بالمرأة، مصممة أن الصوت الأول الذي يوقظها صوت ابنها الرضيع.



صوت الرضيع يوقظ الأم مهما كان عمق نومها

أصوات عشرة أضعاف صوت ابنها لا تستيقظ، فالإنسان مصمم تصميمياً مذهباً.

تقلب الإنسان أثناء نومه من آيات الله الدالة على عظمته :

الدكتور بلال:

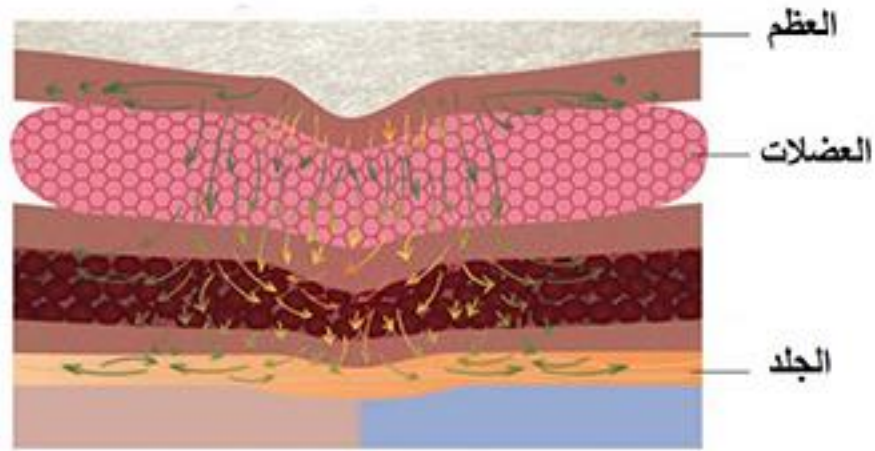
سيدي أثناء النوم يتقلب الإنسان، قال تعالى:

﴿وَنُقَلِّبُهُمْ﴾

[سورة الكهف: 18]

الدكتور راتب :

شيء لا يصدق، الإنسان عندما ينام الهيكل العظمي له وزن، فوق الهيكل يوجد عضلات لها وزن، الهيكل والعضلات التي فوق الهيكل تضغط على ما تحت الهيكل، فإذا ضغطت هذه العضلات تضيق لمعة الأوعية الدموية



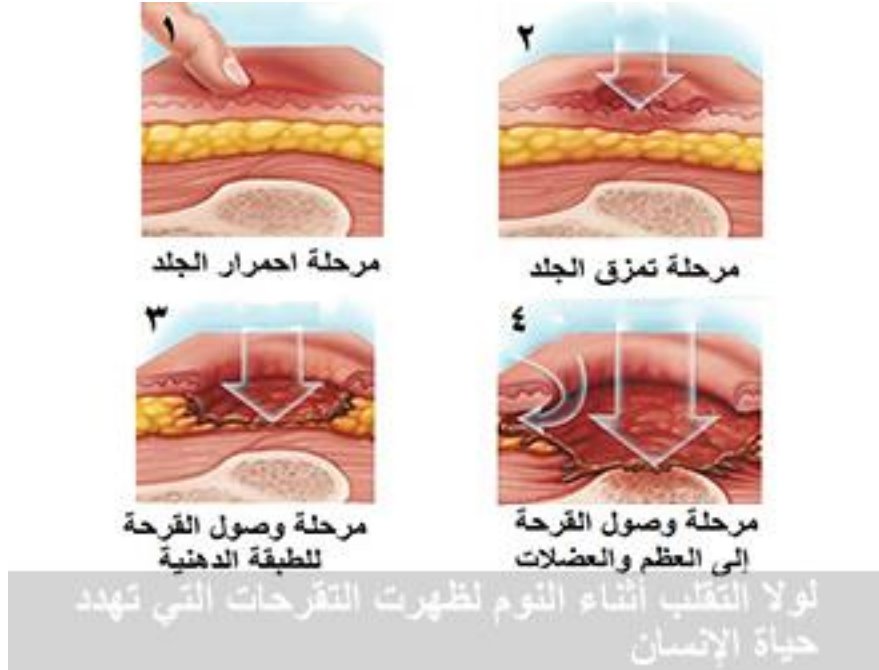
عند النوم يضغط الهيكل والعضلات على الجلد

اللمعة أي القطر، وإذا ضاقت لمعتها شعر الإنسان بالخدر، قال تعالى:

﴿وَنُقَلِّبُهُمْ﴾

[سورة الكهف: 18]

الآلية مذهلة، الله وضع عدداً كبيراً من مراكز الضغط بالإنسان، الإنسان عندما ينام على ظهره مثلاً يوجد هيكل عظمي، وعضلات الخلايا تحت الهيكل فيها مراكز ضغط ترسل للدماغ رسالة، انضغطنا، يأتي أمر من الدماغ فيقلب



وهو نائم نوماً عميقاً أما تصور إنساناً نائماً من أربعين إلى خمسين قلبة يتقلب في الليلة، قال تعالى:

﴿وَنُقَلِّبُهُمْ﴾

[سورة الكهف: 18]

ولكن عظمة الله عز وجل:

﴿وَنُقَلِّبُهُمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَذَاتَ الشِّمَالِ﴾

[سورة الكهف: 18]

لو ذات اليمين وذات اليمين يصبح على الأرض، الإنسان نومه آية من آيات الله الدالة على عظمته.

المصدر

ندوات تلفزيونية - برنامج ويتفكرون - قناة ندى - الحلقة : 06 - آية النوم - ظاهرة عدم السماع - ظاهرة التقلب - الأوامر غير الإرادية.