بحث عن الأسباب..

قبل الإفطار ... رصيد الابتسامة ينفد..!!

مع اقتراب ساعة الافطار في شهر رمضان المبارك يأخذ المارة في الشوارع والباعة في المحلات الحيطة والحذر حتى لا تخرج كلمة - وإن لم تكن مسيئة - فيغضب من انتهى رصيده من الابتسامة الساعة الرابعة عصرا فتكون العاقبة إما مشادات كلامية أو اشتباكات لا يحمد عقباها... الأسر هي الأخرى تعلن في هذا التوقيت حالة الطوارئ فالنساء يعملن في المطبخ ولكن بصمت رهيب بينما الرجال محشورون في الزاوية ليتمنى هؤلاء أن يمضي عليهم الشهر بسرعة لأنه تحول من شهر الخير والاطمئنان إلى حالة من الهول والفزع والشد والجذب..

تحقيق/ هشام المحيا

عندما يعزم رب الأسرة على الخروج من البيت إلى السوق يحدث موقف لا يتكرر إلا خلال أيام الشهر المبارك حيث الزوجة تودعه والبنت تقبله في رأسه أما الأبناء فلا تنفك أياديهم من أبيهم يودون الخروج معه ليعايشوا الفرحة بالشهر الكريم مع كل الناس فيخرج الرجل ويتبادل مع الناس الأحاديث والابتسامات وكل الصفات الطبية تعلو جباههم ووسط هذا الزخم مع اقتراب ساعة الإفطار يحدث شيء يعكر صفو الجو الرمضاني حيث ينتهي رصيد الابتسامة عند بعض الناس فتراه لا يطيق أحدا سواء في الشارع أو البيت فإن لمسه أحد في الشارع من غير قصد نهره ونعته بأشد الكلمات بذاءة متناسيا تلك الابتسامة التي كان يتحلى بها قبل هذا التوقيت.

البعض الآخر يأتي إلى بقالة أو مجمع تجاري فإذا طلب شيئا ما وقد نفد من المحل يفقد أعصابه ويسأل أسئلة غريبة لماذا انتهى هذا الشيء وكيف ومتى ولمن ومع زحمة هذه الأسئلة تكثر الأجوبة من البائع فيغضب المشتري ولا يدري صاحب المحل إلا والكلمات البذيئة تنهال عليه كالمطر وربما حصل على ضربة في رأسه أو لكمة في وجهه.

طوارئ

بعض الأسر هي الأخرى تعاني في هذه الساعة العويصة وتعلن فيها حالة الطوارئ القصوى فرب البيت خرج قبل العصر ساليا وعاد قبل المغرب غاضبا مكتئبا لا لشيء سوى أن رصيده من الابتسامة انتهى ولم يعد رصيده كافيا لإجراء أي حوار.

مع عودة الأب الغاضب إلى المنزل تذهب الأم وبناتها يعملن في المطبخ بجهد جبار، والخوف يجلدهن حتى لا تزداد الأوضاع سـوءاً، الأبناء أيضا يشاركون في هذه الأجـواء حيث يسكتون التلفاز والمذياع وينحشرون في الزوايا وهم في حالة صمت مطبق حتى لا يتفجر بركان غضب أبيهم أو أخيهم الأكبر الذي من نفس الفصيلة.

الأسباب

حرصنا في هذا التحقيق أن نبحث عن أسباب العصبية في رمضان خصوصا في الساعة التي قبل الإفطار فالتقينا ببعض الأشخاص الذين يعانون منها في هذه الساعة فكانت البداية مع مهدي عبده مقبل صاحب محل تجاري حيث اعترف وبكل شفافية أنه لا يستطيع أن يحدث أحدا قبل الإفطار لأنه يحس بحالة نفسية لا يقدر على التخلص منها.

وعن أسباب العصبية عند بعض الناس يقول " الأسباب كثيرة وتختلف من رجل لآخر فأحيانا تكون المشاكل اقتصادية بامتياز وأحيانا مشاكل في المجتمع أو في الأسرة " وعن نفسه يقول " أنا لا أعاني من أي من هذه المشاكل كل ما في الأمر هو الدخان "السيجارة" حيث أكون بانتظار المغرب لأدخن وتحصل حالة من التوتر في هذا الوقت فإن كلمني أحد لا أستطيع الرد عليه بالطريقة المناسبة".

أمـا تامر الحربي شـاب في الخامسة والعشرين من عمره فيعقد نية العنف والغضب مع نية الصيام ــ قبل صلاة الفجر فهو غضبان طوال اليوم ــ لأنه لا يملك حق القات لليوم التالي وبخصوص ساعة ما قبل الإفطار يقول " يكون الغضب والتوتر في هذه الساعة أكثر من أي وقت لأني أبدأ بفقدان الأمل في الحصول على حق القات وبالتالي تحصل مشاكل لا إرادية سواء في السوق أو في البيت ".

محمود أحمد رب أسرة مكونة من ثمانية أفراد كان لا يؤمن بما تسمى ساعة الغضب فهو في حالة مرح مستمر إلا أنه في هذه السنة آمن بما كفر به سابقا والسبب يعود إلى تدهور الأوضـاع الاقتصادية، يدخل محمود المطبخ ولا يجد التنوع في المأكولات التي عهدها سابقا أيضا تكالبت عليه المطالب من الزوجة والأبناء وكلها تطلب قبل المغرب ـ كما يقول ــ محمود كان يعمل في إحدى الشركات المرموقة في اليمن ومع الأزمة التي حدثت في اليمن خلال الفترة السابقة تم الاستغناء عنه.

حسين عبدالكريم أحد الذين تضيق بهم الدنيا في هذه الساعة وغالبا ما تكون ضحاياه أدوات المطبخ أو إخوانه الذين هم أصغر منه وكان آخر ضحاياه جواله الخاص به حيث لقي الجوال حتفه - حد تعبيره ــ حسين لا يعلم سبب غضبه كل ما يعرفه أنه يمر بحالة نفسية عصيبة.

مجنون

كم أدهشني ذلكم الموقف ــ يا للعجب ــ إنه حوار بسيط جدا يدور بين رجل يقود سيارته الفخمة مسرعا يريد الوصول إلى المنزل قبل المغرب وبين رجل مختل عقليا "مجنون" هو الآخر يقطع الشارع مسرعا يود الوصول إلى الجانب الآخر من الشارع تفاجأ قائد السيارة بوجود المجنون أمامه فأوقف السيارة بسرعة حتى لا يدهسه وانهال على المجنون بالسب والشتم واللعن ــ ما أدهشني ــ رد المجنون للرجل حيث قال " أنا سألعنك وأسبك وأشتمك بعد العشاء الآن أنا صائم" إذن لم يسلم حتى المجنون من هذه الساعة المجنونة وبذلك تنقلب المعادلة فالمجنون صار عاقلا.

ضحايا

خلال الأسبوع الأول من هذا الشهر تم رصد ضحايا هذه الساعة في كل من صنعاء وتعز وكان الرصد حافلا بالقصص الطافحة بالألم واختلفت هذه الحالات باختلاف مـصـادر العنف وأشـكـالـه، وكـانـت أول القصص مع عامر عبدالله حيث فقد عمله الذي كان في أحد محلات الملابس بعد أن وجده بشق الأنفس ولم يكن هناك سبب رسمي يجعل صاحب المحل يستغني عن عامر سوى النرفزة اللاإرادية والغضب قبل الإفطار قابله رد من عامر مما أدى إلى طرده وترتب على هذا الطرد فقدان الطفلة مروة الأمل في حصولها على فستان العيد بعد أن وعدها به أخوها عامر وكذلك حزن الوالد على ابنه الذي كان سيساعده في مصروف العيد، وبهذا يكون عامر ضحية العصبية في اليوم الأول من رمضان.

سلمى من ضحايا اليوم الثالث من الشهر الفضيل حيث ترقد ابنتها خديجة في إحـدى مستشفيات محافظة تعز فيما سلمى على وشك الانفصال عن زوجها والسبب في ذلك العنف من زوجها وأبو إبنتها حيث اعتدى على ابنته بالضرب وعليها بالسب والشتم وعلى إثر ذلك قامت الأم بإسعاف ابنتها إلى المشفى بعد فقدانها للوعي وقررت الأم أن تفارق زوجها، كل هذا لأن العشاء تأخر خمس دقائق لا غير مما أثار بركان الغضب عند الرجل "حسب إفادة الأم وابنتها".

> **مشاكل أسرية قبل الافطار أبرزها حالات طلاق وضرب للأبناء**

> **المشاكل الاقتصادية هذا العام في مقدمة أسباب العصبية قبل الافطار**

> **أطباء: مع الصيام تقل نسبة المياه والجلوكوز في الدماغ فتزداد الانفعالات**

الحالة الثالثة كانت عبارة عن حادثتين اتفقتا ــ بالصدفة ــ بكل التفاصيل مع اختلاف الأشخاص الأولـى كانت في أحد أسواق صنعاء وكانت الثانية والتي شاهدتها مصادفة في أحد أسواق محافظة تعز حيث جاء شاب لشراء حاجته من أحد الباعة في السوق وأثناء الأخذ والرد في البيع والشراء لم يعجب الشاب السعر المعروض وبدأت ماكينة الغضب تتحرك في البائع والمشتري ولم تهدأ ثورة الغضب هـذه إلا بعد اشتباكات استمرت قرابة النصف ساعة، مثل هذه القصة حصلت في تعز بكل التفاصيل.

رجل المرور

أكثر الناس عرضة لمخاطر العصبية قبل الإفطار هم رجال المرور حيث الناس على عجلة من أمرهم للوصول إلى المنازل فتزدحم الـجـولات ويقف رجـل المرور في وسط الزحام لتسهيل عملية سير المركبات وهنا ينظر الكثير من الناس إلى رجل المرور بغضب وكأنه المتسبب الأول في الزحمة الحاصلة فالبعض يلعنه جهراً أما الذي يخاف على صيامه فيلعنه سرا.

توفيق الحاج يعمل في شرطة المرور، لا يهم هذا الرجل الشمس إن ضربته أو الرياح إن أتعبته، كل ما يفكر فيه هو أداء واجبه بإخلاص وتفانٍ، توفيق يرى أشكال الناس وأسلوبهم يتغير كليا في الساعة التي قبل الإفطار فيجد من الكلمات البذيئة ما لا يجد في غير رمضان ــ كما يقول ــ ويضيف " أدعو الله باستمرار في نهار رمضان أن يجنبني شر الساعة الأخيرة من الصيام فهي مليئة بالمشاكل والناس في هذه الوقت سريعوا الغضب "

الإتجاه المعاكس

ليس كل الناس يتسمون بالعصبية قبل المغرب في الشهر الفضيل فهناك الكثير من الذين ينكرون هذه القاعدة ويعتبرون الأمر عبارة عن حالة يتعود عليها الشخص لا أقل ولا أكثر.

سامي على شاب في العشرين من عمره لا يعترف بما يسمى ساعة الغضب ويضرب مثالا بنفسه فهو من الناس الذين يغضبون بسرعة وسهولة في أي وقت إلا في شهر رمضان وخصوصا قبل المغرب فهو وقت قـراءة الـقـرآن والـذكـر ويضيف " الـذي يصنع المشاكل في هذه التوقيت دليل على ضعف شخصيته وأنه غير قادر على التحكم بنفسه.

حسام حمود يوافق سامي بكل التفاصيل ففي هذا التوقيت يكون أكثر انشراحا ومزاجه أكثر رواقا ولا يود إثارة المشاكل في رمضان رغم الصعوبات التي يواجهها في عمله.

دراسات

أثبتت الـدراسـات العلمية الحديثة أن حالة الانفعال والعصبية التي تنتاب بعض الصائمين ترجع إلى نقص نسبة المياه والجلوكوز في الدماغ كذلك عندما تقل نسبة المياه فـي جسم الإنـسـان يبدأ الشعور بالتوتر ثم تعتريه حالة من الغضب والانفعال، إضافة إلى ذلك تناول المشروبات المنبهة والغازية سبب رئيس للانفعال حيث يؤدي الانقطاع عن تناولها فجأة إلى الشعور بالإجهاد في نهار رمضان وكذلك الشعور بالنعاس والعصبية وتقلب المزاج.

هـذا ما أكـده الدكتور محمد القاسمي ويضيف " أكثر الناس عرضة للعصبية هم المدخنون لأن انقطاع مادة الكوكايين لمدة 14 ساعة يسبب لهم العصبية وكذلك يعاني مرضى السكر والغدة الدرقية أو الذين يعانون من الإضطرابات النفسية من نفس المشكلة.

ختاما

ما رصدناه من المشاكل التي تواجه الكثير كالرعب في المنازل أو المشادات في الأسواق كلها تدخل تحت ذمة العصبية فلو تكرم من يعانون من هذه المشكلة بتخفيف حدة التوتر لكانت العواقب طفيفة.