Health culture in the Baghdadi community: an analytical anthropological view of Baghdadi proverbs

Assist. Prof. Shalal Ali Khalaf (Ph.D)
Tikrit University / College of Arts / Sociology Department
shalalali@tu.edu.iq

DOI: https://doi.org/10.31973/aj.v1i145.3874

Abstract:
The current research aims to identify

1. Recognizing the image of health culture in the light of the popular Baghdadi proverbs
2. Directing our gaze to the popular Baghdadi proverbs that we can benefit from
3. Examination of the raw material, which is the many and varied examples
4. The research was based on the method of analyzing the scientific material to be studied (Al-Baghdadi Proverbs)

The research reached to the most important results

1. Folk proverbs are a means of delivering a message in the field of healthy culture to individuals that helps them to know a lot of information about the spread of diseases and limit their confrontation.
2. Popular proverbs for any society express the intellectual system that forms the cultural framework for them

keywords: Culture, health culture, popular culture, popular proverbs.

الثقافة الصحية في المجتمع البغدادي
رؤية أنثروبولوجية تحليلية للأمثال الشعبية البغدادية

أ.م.د. شلال علي خلف
جامعة تكريت / كلية الآداب
قسم علم الاجتماع

(مُلَخَّصُ البَحث)

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على

١- التعرف على صورة الثقافة الصحية في ضوء الأمثال الشعبية البغدادية.

٢- توجيه النظر إلى الأمثال الشعبية البغدادية التي يمكن أن نستفيد منها.

٣- استنطاق المادة الخام وهي الأمثال الكثيرة والمتنوعة.

٤- وقد استند البحث الى منهج تحليل المادة العلمية المراد دراستها (الأمثال البغدادية)

وقد توصل الباحث إلى أهم النتائج وهي:

١- إن الأمثال الشعبية وسيلة لإيصال رسالة في مجال الثقافة الصحية للأفراد التي تساعدهم على معرفة الكثير من المعلومات عن انتشار الأمراض والحد من مواجهتها

٢- الأمثال الشعبية لأي مجتمع تعبر عن منظومة فكرية تشكل الإطار الثقافي لهم.

الكلمات المفتاحية: (الثقافة، الثقافة الصحية، الثقافة الشعبية، الأمثال الشعبية).

مقدمة:

تُعد صحة الفرد والمجتمع في مقدمة اهتمامات الإنسان على مدار التاريخ؛ لذا سعى الإنسان منذ القدم إلى المحافظة على صحته باجتناب ما يؤذيها والعمل على ما يديمها. وعلى هذا الأساس أصبحت الثقافة الصحية تؤدي دوراً مهماً في إيجاد بيئة صحية عن طريق إيجاد مجتمع متفهم لأخطار الأمراض العامة المحتملة المعدية وغير المعدية، واتباع الطرائق والأساليب الصحية لتفادي هاجساً يودي بالشعوب، إذ نسجت حولها أمثالاً لأي شعب أو مجتمع تؤدي الأمثال دوراً كبيراً في رسم صورة الحياة الاجتماعية في الواقع اليومي لما يحويه من أفكار ومفاهيم وتصورات وخبرات تحدد ميكانزمات السلوك، وطرائق التفكير، وأنماط التفاعل؛ لذا تعد الأمثال جزءا مهما من المنظومة الفكرية التي تشكل ثقافة الشعوب، إذ ترك السلف البغدادي خلفهم منجماً من التراث الفكري غنياً بنفائس عظيمة يمكن استخراج الكثير منها على شكل مادة علمية تحتوي على جوهر ثمين من الأمثال ليس في جملته إلا ما يثير الإعجاب ويدعو إلى الاحترام.

وقد عملنا في بحثنا هذا على تحليل ما استقيناه منها لتكون إطاراً مرجعياً للسلوك يستمده الإنسان في مواجهة المشكلات لتتضح قيمتها؛ لكونها جزءاً من الذاكرة الجماعية وعلى هذا الأساس، يمكن اعتمادها دليل عمل نافع في الحياة، وهو ما دفعني إلى القيام بهذا البحث الذي اخترت له من بين الآلاف الأمثال البغدادية التي اطلعت عليها، ولكي أبين للقارئ دلالاتها الصحية، أي حكمة أسلافنا الذين امتازوا في جوانب كثيرة من تفكيرهم بنفاذ البصيرة، وأصالة الاستنتاج، وصواب الحكم ،وقد كان انتقائي لهذه الأمثال على وفق خطة تتناول أهم ما يرتبط بالناس في ثقافتهم الصحية.

المبحث الأول

الإطار العام للبحث ومفاهيمه

أولاً : عناصر البحث:

١- موضوع البحث:

نظراً للأخطار التي تهدد حياة الإنسان وصحته وتزايد الأمراض بشكل غير ملحوظ وبعد اطلاع الباحث على الكثير من المصادر العلمية. وجد أن هناك قصوراً كبيراً في إدراك الأفراد محددات الثقافة الصحية ومعاييرها التي تشمل جميع جوانب الحياة الاجتماعية ؛لأن صحة أفراد المجتمع ولاسيما المجال الوقائي هي مسؤولية الجميع. وتقتضي المشاركة الفاعلة من أفراد المجتمع أنفسهم، إذ يعد غرس الثقافة الصحية في أذهان الأفراد ضرورة ملحة ليصبحوا قادرين على تفهم حاجاتهم وإدراكهم هذه المعلومات لمعرفة الوضعيات الصحية وتفسيرها تفسيراً علمياً ملائماً؛ لأن الأمثال الشعبية في بنيتها اللغوية ودلالتها الرمزية ومضامينها النفسية والاجتماعية والثقافية تؤدي دوراً مهماً ومؤثراً في توجيه المناشط الاجتماعية والثقافية لأفراد المجتمع، لما تمتاز به من سمات وخصائص ؛لهذا يعد المثل الشعبي من أكثر الأشكال الادبية اكتنازاً وثراء وفي معظم الحالات يعبر عن نتاج تجربة شعبية طويلة تخلص إلى عبرة وحكمة. فهو جزء مهم لملامح الشعب وأسلوب عيشه، وقد لاحظت في أثناء تعاملي مع الأمثال الشعبية البغدادية أن بعضا منها انطوى على مضامين بالغة في الدقة والمصداقية في الثقافة الصحية الحديثة .وانطلاقاً من هذه المعطيات حاولت في هذا البحث التعرض بالدراسة والتحليل لأهم الأمثال الشعبية السائدة في المجتمع البغدادي ولاسيما ما يتعلق بالثقافة الصحية على وفق المعلومات الطبية الحديثة.

٢- أهمية البحث:

تنقسم أهمية البحث إلى قسمين رئيسين هما:

١- الأهمية النظرية:

تتركز أهمية البحث على نشر الثقافة الصحية التي تساعد على تخفيف حدة المشاكل الصحية المتفاقمة. كظهور بعض الأمراض الخطيرة، وسهولة انتشار العدوى، إذ تعد دراسة الأمثال الشعبية صورة صادقة للمجتمع الذي عاشت به؛ لأن المثل حصيلة تجارب واقعية عاشها المجتمع وصاغها أمثالاً وارسلها حكمة وعلى هذا الأساس يمكن أن يقال إن الأمثال الصناعة المحلية الخالية من كل غريب مستورد تتجلى فيها أهمية البحث ودرجة تأثير الأمثال الشعبية في رسم صورة الحياة الاجتماعية والثقافية والصحية للمجتمع. والتأكيد على أهمية تلاحم الجميع للحفاظ على صحة المجتمع والعمل على مواجهة هذه الأوبئة.

٢- الأهمية التطبيقية :

أما الأهمية التطبيقية للبحث فيمكن أن تكون ميدانا مهما من ميادين الأنثروبولوجيا، فضلاً عن الأهمية العلمية للبحث التي تتجلى في التصدي لموضوع مهم يمس الجانب الصحي للمجتمع.

٣- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف الآتية:

١- التعرف على صورة الثقافة الصحية في ضوء الأمثال الشعبية.

٢- التعرف على مجالات الثقافة الصحية ووسائلها وأهميتها.

٣- توجيه النظر إلى الأمثال التي يمكن الاستفادة منها.

٤- التعرف على مراكز اهتمام الشعب البغدادي كما تفصح عنها الأمثال الشعبية.

٥- استنطاق تلك المادة الخام وهي الأمثال الكثيرة والمتنوعة التي تسنى جمعها على أيدي بعض المهتمين بالتراث الشعبي والذين وقفوا على حد جمعها.

٤- منهجية البحث:

لا بد لكل بحث أن يعتمد منهجا علميا يشكل القاعدة الرئيسة التي يستند إليها البحث(بدوي، ١٩٧٨، ص٢١٣). وقد استند هذا البحث الى منهج تحليل المادة العلمية المراد دراستها (الأمثال) مما يمكننا من وصف محتواها بطريقة موضوعية (الجوهري وآخرون، ٢٠٠٢، ص ١٩٨)؛لأن منهج تحليل المضمون هو الطريقة التي نقوم عن طريقها تحليل مضمون الأمثال الشعبية لاستخلاص ما يمكن استخلاصه من بيانات واتجاهات في باطن النص أو ظاهرة داخل إطار أو خارجه، إذْ يعرفه هولستي: بأنه الأسلوب العلمي الذي يستعمله الاجتماعيون في تحليل الأبحاث والمؤلفات الاجتماعية مثلما جرى في دراسة

الحكايات الشعبية والأمثال الشعبية وقد تكون البيانات في مجال العادات أو التقاليد، ونحن نتكلم عن النص الفولكلوري فإن هذا النص عادة ينتمي إلى الأدب التراثي أو الشعبي ،لأن مثل هذه النصوص عادة ما تصلنا متكاملة أو صالحة للتحليل والدراسة (أبو الحمام، ٢٠٠٧، ص ٣٦).

أما مصادر الحصول على الأمثال فاعتمد الباحث مصدرين هما :الأمثال البغدادية تأليف جلال الحنفي (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ٣٥)، وجمهرة الأمثال البغدادية تأليف عبد الرحمن التكريتي (التكريتي، ١٩٨٦، ص ٤٠).

ثانياً : المفاهيم والمصطلحات الأساسية للبحث :

١- الثقافة :

عرف مالينوفسكي الثقافة على أنها ميراث شعبي يشمل عناصر مادية موروثة والعمليات التقنية والأفكار والعادات والقيم (هولنكرانس، ١٩٧٢، ص١٤٧). ويرى لينتون بأن الثقافة المجموع الكلي لأنماط السلوك المكتسب والاتجاهات والقيم والمعايير التي يشترك فيها وينقلها إلى أفراد المجتمع (يونس، ١٩٧٤، ص٢٢٦)، أي أنها الكل المركب من العناصر الناتجة عن النشاط الاجتماعي منها ما هو لا مادي كالمعرفة، والعقائد، والتقاليد، والقيم، والفن، والأخلاق، والقانون، والعرف (معجم المصطلحات الأنثروبولوجيا، ٢٠١٣، ص٥٥).

اما تايلور فقد عرفها على أنها ذلك الكل المركب من المعرفة والمعتقدات والفن واللغة والعادات والتقاليد التي يكتسبها الإنسان من حيث هو عضو في مجتمع(اسماعيل، ١٩٧٤، ص١٩). أما شاكر مصطفى سليم فينظر إلى الثقافة على أنها ما يرثه المجتمع من أجياله السابقة من نظم، وقيم، ومعتقدات اجتماعية وفكرية، وممارسات فنية (سليم، ١٩٨١، ص ٢١٤).

وكذلك لينتون عرفها على أنها طريقة الأفراد في الحياة التي تتكون من الأفكار والعادات التي تعلموها، وساهموا فيها ثم نقلوها من جيل إلى جيل آخر(هاريس وهوليردن، ٢٠١٠، ص ١٠). أما ليفي شتراوس فعرفها على أنها مجموعة من المنظومات الرمزية التي تحتل المرتبة الأولى فيها اللغة، والفن، والعلم، والدين وهذه المنظومات كلها تهدف إلى التعبير عن بعض أوجه الواقع المادي والواقع الاجتماعي وكذلك العلاقات التي يقيمها هذان النمطان مع بعضهما البعض التي تقوم بين المنظومات الرمزية نفسها(مارشال، ٢٠٠٠، ص٥١٤).

أما كلكهون فعرف الثقافة بأنها وسائل الحياة المختلفة التي توصل الإنسان إليها عبر تاريخه الطويل، والتي توجه سلوك الإنسان في وقت معين، وترشد خطواتهم في مجتمعهم (ادجاز و جويك، ٢٠٠٩، ص٢٣٦)، أما الثقافة عند فيرث فتعني المظاهر التراكمية المادية

واللامادية التي يتوارثها الناس ويستعملونها و يتناقلونها وينظر لها على انها محتوى فكري ينظم الأفعال الإنسانية (ملحمس، ٢٠٠٨، ص ٢٣٠).

أما اليونسكو فعرف الثقافة على أنها مجموعة مميزة عن النواحي الدينية والعقلية والمادية والعاطفية للمجتمع أو لجماعة من الناس فهي تشمل الفن والأدب فضلا عن اسلوب الحياة وطريقة المعيشة معاً (الجوهري و الجوهري، ٢٠٠٩، ص٣٨).

٢- الصحة:

هي حالة التحسن الجسمي والعقلي والاجتماعي التي تمكن الفرد من تحقيق طموحاته وإشباع حاجاته كما عرفتها منظمة الصحة العالمية (علي وآخرون، ١٩٨٧، ص٢١)، كما تعرف بأنها قدرة الإنسان صحياً على التفاعل مع محيطه الاجتماعي وتمكنه من أداء واجباته بشكل فاعل وفقا لمقتضيات بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها (الخميس، ١٩٩٩، ص ٨٩). فالصحة هي اكتمال السلامة بدنياً واجتماعياً وعقلياً لا مجرد خلو الجسم من المرض أو العجز (فضة وآخرون، ٢٠٠٢، ص ١٥).

٣- الثقافة الصحية:

تعرف الثقافة الصحية بأنها عملية ترجمة الحقائق الصحية المعروضة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة على مستوى الفرد والمجتمع بهدف تغيير الاتجاهات والعادات السلوكية غير السوية وكذلك مساعدة الأفراد على اكتساب الخبرات وممارسة العادات الصحية التي تعني سلوك مكتسب بالتعلم. والإنسان يكتسب عاداته الصحية لحماية نفسه من الأوبئة والأمراض المعدية ومشاكل البيئة المحيطة به (بدح وآخرون، ٢٠٠٩، ص١٥)، كما تعرف بأنها عملية تحفيز الأفراد وإقناعهم لتعليم ممارسة صحية صحيحة(محمد، ٢٠٠٧، ص١٩٠). لذلك ينظر لها على أنها المعارف والاتجاهات الصحية التي تدفع الأفراد إلى ممارسة السلوكيات، واتخاذ القرارات الصحية المناسبة ،وتصحيح المعتقدات الخاطئة المنتشرة في واقعنا الاجتماعي (عبد المهدي وآخرون، ٢٠١٨، ص٨٢).

٤- الثقافة الشعبية:

تعرف الثقافة الشعبية على أنها التعبير المكثف عن طموحات الناس والأمم التي أسهم وجودهم الاجتماعي في صياغتها (عبد الحكيم، ١٩٨٤، ص ١٢). وقد تشير الثقافة الشعبية إلى الابداعات الفردية التي تعالج في كثير من الأحوال بوصفها نصوصاً منها مثلاً الأمثال الشعبية وأنها تشير إلى اسلوب معيشة خاصة بجماعة ما ومن ثم فإنها تشير إلى نمط الابداعات والممارسات وأشكال التفاهم التي تساعد على تثبيت دعائم الهوية المميزة لهذه الجماعة(العمد، ١٩٨٦، ص٣٨).

وعرفها آخرون بأنها الثقافة التي تميز شعبياً ما التي قبل بها وتبناها وحملها(الخوري، ١٩٧٩، ص ١٢٠)، فهي تمثل ثقافة العوام، أي أنها ثقافة متكاملة يشارك فيها كل فرد من أفراد المجتمع (العمر، ٢٠٠٦، ص٣٣٩)؛ لذلك عرفها عاطف وصفي بأنها طريقة معيشة مجتمع ما(وصفي، ١٩٧٥، ص ٨٧).

٥- الأمثال الشعبية :

يعرف المثل على أنه تعبير عن حقيقة مألوفة صيغت بأسلوب مختصر حتى يتناوله جمهور من الناس (العبيدي، ٢٠١٢، ص٢٣٦). لذلك يكون على شكل عبارات قصيرة ترسلها البيئة الشعبية التي انبثقت عنها وتدور على ألسنتها من دون أي تبدل نصها أو تحرفه وهي غالباً ما تكون مرتبطة بحادثة أو قصة مؤثرة فيخرج المثل ليلم بالحادثة في كلمات قصيرة يسهل حفظها وتناولها بين الناس(العبيدي، ٢٠١٢، ص٢٣٦).

واستنادا لما تقدم فالأمثال أقوال انتشرت وسرت على ألسنة الناس لتعرف الشيء بما سبقه من أشياء أو حوادث متشابهة(كاظم، ٢٠٠٧، ص١٠)؛ لهذا يرون الأمثال بأنها جمل قصيرة موجزة غزيرة المعنى قد تكون نثراً أو شعراً ولها دلالة تضرب لها مناسبة تقال فيها وغالباً ما تنشأ عن قصة أو اسطورة ذات دلالة(الكعبي، ٢٠١١، ص ١٤).

المبحث الثاني

الثقافة الصحية والأمثال الشعبية

أولاً : الثقافة الصحية أهميتها. عناصرها. أهدافها:

١- أهمية الثقافة الصحية:

الصحة حق من حقوق الإنسان وضرورة ومسؤولية تقع على عاتق مؤسسات الدولة من حيث اهتمامها بالجانب الصحي لشرائح المجتمع، ويعود الاهتمام حالياً بالثقافة الصحية كونها الوسيلة الأهم والأكثر فاعلية في الحد من انتشار الأوبئة والأمراض والارتقاء بحياة الإنسان(الكناني والدجيلي، ٢٠١٨، ص٣١).

التي تعمل على تقليل حدة المشكلات الصحية التي تنتج عن وجود بعض العوامل، وذلك على الرغم من التطور المستمر للطب إلا أنها لا تزال غير متمكنة من إيجاد علاجات لبعض الأمراض الخطيرة والمنتشرة بشكل كبير مثل Covid ١٩ ،إذ أصبح العالم قرية صغيرة ومن ثم يسهل انتشار الأمراض المعدية بشكل كبير والتي تنتقل بالعدوى مثل :فايروس كورونا حيث انتشار مجموعة من العادات غير السليمة والخاطئة مثل :تناول الأطعمة في الاحتفالات، والمناسبات ،وإهمال ممارسة الرياضة بشكل مستمر واعتماد وسائل الراحة مثل :ركوب السيارة دائماً ،وعدم ممارسة رياضة المشي مما يؤدي إلى الإصابة ببعض الأمراض المنتشرة في الوقت الحالي.

٢- عناصر الثقافة الصحية:

١- الشخص المثقف صحياً:

هو الفرد أو الشخص الذي لديه المعلومات الصحية، والكفاءة العلمية المناسبة ،والخبرة العملية حول الثقافة الصحية، والذي يقوم بتقديمها للفرد والمجتمع على حد سواء بالطريقة التي يراها مناسبة لهم والتي توافيهم بالمعلومة الصحية.

٢- الرسالة الصحية:

هي عبارة عن المحتوى الذي يتم تقديمه من الشخص المثقف صحياً لأفراد المجتمع عبر تخصصه العلمي ،والتي تعمل على وصف الحالات الصحية للأفراد عبر تجارب أجدادنا القدامى في أمثالهم الشعبية (هلاب، ٢٠١٨، ص٣٩).

٣- الأشخاص المستهدفين من الثقافة الصحية :

هم أفراد المجتمع الذي يقوم الشخص المثقف صحياً بتقديم الرسالة الصحية لهم حتى يتمكنوا أفراد المجتمع من فهم محتوى الرسالة واستيعابها(هلاب، ٢٠١٨، ص٣٩).

٣- أهداف الثقافة الصحية :

إن الهدف من نشر الثقافة الصحية ودراستها مساعدة الفرد والمجتمع على تحقيق السلامة، ورفع اللياقة البدنية والنفسية والاجتماعية بجهود ذاتية؛ لتحقيق مجتمع ينعم بالصحة هذا الهدف الأسمى وتحقيق أهداف أخرى لعل أهمها:

١- تغير المفاهيم والعادات السائدة في المجتمع بما يتعلق بالصحة والمرض وجعل الصحة المجتمعية هدفاً ذا أولوية عند أفراد المجتمع.

٢- تغيير اتجاهات الأفراد وسلوكياتهم؛ بهدف تعزيز صحة المجتمع (مزاهرة، ٢٠٠٠، ص ١١٩).

٣- زيادة الوعي بالمحافظة على الصحة والتمتع بها غاية وهدفاً يسعى جميع أفراد المجتمع إلى تحقيقه، وجعل الرقي بالمستوى الثقافة الصحية لدى المجتمع للاستفادة من خبرات الآخرين في المجال الصحي (بدح وآخرون، ٢٠٠٩، ص١٧).

٤- تشجيع أفراد المجتمع وإشراكهم في تنمية الخدمات الصحية وتطويرها ورفع المستوى الصحي لمواجهة انتشار الأوبئة.

٥- جعلت عملية التثقيف الصحي أحد أركان التنمية الصحية للمجتمع لمواجهة الأمراض المعدية في المجتمع(بدح وآخرون، ٢٠٠٩، ص١٧).

٦- بناء جسور الثقة بين العاملين في المؤسسات الصحية وبين أفراد المجتمع ،وتعريف المواطنين بأهداف الخدمات الصحية(مزاهرة، ٢٠٠٠، ص ١٢٠).

٧- خلق وعي صحي وإدراك المواطنين بمسؤولياتهم من أجل صنع بيئة صحية تتوافر فيها الشروط الصحية الإيجابية(بدح وآخرون، ٢٠٠٩، ص٢٠).

ثانياً: الأمثال البغدادية أصولها وخصائصها:

١- العوامل الأساسية في أصول الأمثال البغدادية.

على الرغم من أن الطبيعة الإنسانية واحدة، إلا أن لكل شعب فلسفته المحددة التي ينظر بها إلى نفسه في مواجهة الأزمات، وإحدى الطرائق التي ينظر بها الشعب نفسه هي الأمثال الشعبية، إذْ نشأت الأمثال؛ لكي تعبر عن حقائق أصبحت معروفة لدى الجميع، لقد كانت التجربة مصدراً مهماً لنشوء المثل الشعبي البغدادي حيث الشعب يتخذ أمثاله من صميم واقعه وكثيراً ما ينشأ المثل من حادثة معينة يتأثر الشعب بها ويتفاعل معها (شعلان، ١٩٧٣، ص٣٩). فالأمثال وليدة الواقع المعاش واستخلاص حوادثه، فهي حصيلة مكثفة لتجارب العصور، فهي نتاج ظروف كل عصر متأثرة بتحولات اجتماعية وثقافية اضافت اليها الأجيال ما استحدث لديها، فهي تعكس تجربة متواصلة تمتد في البعد التاريخي لدى شعب من الشعوب كونها نتيجة تجارب الأمة وتراث تاريخها الطويل (باشا، ١٩٥٦، ص٥٣)، إذ نستطيع أن نعد المصادر التي تطلعنا على أخلاق الأمة وتقاليدها، وإن هذه الحقائق التي ترتبط بها الأمثال تصبح أحد العوامل المهمة في أصول تكوين المثل وانتشاره، وتبقى حقيقة قائمة ،وترتبط بالعرف الاجتماعي أو الموقف العام، وتظل ذات بعد تاريخي يرتبط بعملية التطوير الاجتماعي وحقائق التغيير تبعاً للتطور الزمني(شعلان، ١٩٧٣، ص١٧).إذ يقول كراب المثل في شكله الأساس يعبر عن حقيقة مألوفة صيغت في أسلوب مختصر حتى يتداوله جمهور واسع من الناس، وهذا ما جعل الأمثال تنتشر بين الناس بصورة كبيرة(التكريتي، ١٩٨٦، ص ٧)، بل نستطيع القول بأن الطبيعة الفنية لجملة الأمثال القصيرة والموجزة كانت قد تشكلت بهذا القالب لكي تشبع بين الناس ويسهل حفظها.

٢- خصائص الأمثال البغدادية :

إنَّ الأمثال جزء لا يتجزأ من حياة كل شعب وتاريخه فهي فكر جماعي يعكس تجارب الشعوب والمجتمعات ليتمثل اطاراً مرجعياً للسلوك ،وتصور الجانب الصحي عند الناس وذلك لما تتصف به من خصائص منها (العبيدي، ٢٠١٢ ، ص٢٣٩).

١- إيجاز اللفظ وإصابة المعنى:

إذ تمتاز الأمثال الشعبية بإيجاز اللفظ وتركيزه، وإصابة المعنى ودقته ،وببعد مغزاها، فهي تعبر عن المعنى الكثير في كلمات قليلة لتصبح شعبية (التكريتي، ١٩٧٢، ص ١٣٥). ومن هنا اكتسبت الأمثال الشعبية مكانة راسخة واضحت جزءاً من الثقافة العامة،

ويكون له تأثير بالغ في نفوس المتلقين والسامعين بأرشق لفظ وأوجز عبارة (الكعبي، ٢٠١١، ص١٦).

٢- الواقعية:

تمتاز الأمثال الشعبية بواقعيتها وهذا ما جعل الناس يحفظونها بسهولة، لأنها تشكل انعكاسا طبيعيا لحياة الناس بخيرها وترحها حلوها ومرها أي نعيش جزءاً من مصائرنا في عالم الأمثال وهذا ما يفسر استعمالنا الدائم لها(العبيدي، ٢٠١٢، ص٢٤٠).

٣- البلاغة:

لقد قيل إن الأمثال نهاية البلاغة؛ لأنها تمثل أعلى مراتب البلاغة العربية؛ لقصرها وغزارة دلالتها فهي تعكس مقدار ما وصل اليه العربي من قوة التعبير، وجمال البيان، وفصاحة اللسان، إذ أصبحت رصيداً معرفياً يغني عن كثير من الكلام (الكعبي، ٢٠١١، ص١٦).

المبحث الثالث

الجوانب الصحية في الأمثال الشعبية

تنطوي الأمثال الشعبية على معارف وخبرات وتجارب عدة تراكمت على مر السنين وتعد ثروة حكمية تناقلتها الأجيال، وتضم مبادئ أولية أو قوانين عامة تصلح أن تشكل قاعدة صحية للجميع وسبيلاً للعيش السليم بالأساليب الطبيعية المناسبة لا بمراعاة الأصول الاجتماعية وما تزخر به من تقاليد وأعراف، ولا يزال الكثير منها حياً في الفكر المعاصر وتحولاته، إذ اعتمدنا في عرضنا لهذه الثقافة استقراء منظومتها الفكرية وتحليل مضمونها تحليلاً علمياً بجمع الشتات المتنوع والمتراكم من الأمثال الشعبية البغدادية ولاسيما المتعلقة بالصحة والوصايا الصحية مع ذكر مدلولاتها الصحية على وفق المعلومات الطبية الحديثة ومن الأمثال الشعبية البغدادية التي صورت عادات المجتمع البغدادي المتوارثة في مجال المعالجات الطبية التقليدية.

١- الطقس والصحة في الأمثال البغدادية:

تناولت الأمثال البغدادية أثر الطقس على صحة الفرد والمجتمع.

١- البيت التطبله الشمس ما يطبله طبيب (التكريتي، ١٩٨٦، ص ٧٠):

تكون الشمس في هذا المثل مرادفة للتهوية والحرارة كما في المثل (تبديل الهوة أحسن من روحة حكيم) (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ١١٢) ،إذ أثبت الطب الحديث أن التعرض لأشعة الشمس والتهوية الصحيحة تنعكس ايجاباً على الفرد من الناحية الصحية؛ لذا البيت الذي تدخله أشعة الشمس نسبة الرطوبة فيه قليلة مما ينعكس على صحة الأفراد

الذين يسكنونه وعلى نفسيتهم فلا يصابون بالإحباط، إذ اثبت الاطباء النفسانيون بأن أشعة الشمس لها دور كبير في معالجة الإحباط.

٢- برد الصيف احد من السيف:

يحذرنا أجدادنا السلف في هذا المثل الشعبي من التعرض للبرد في ليالي الصيف ؛لأن هذا التعرض ينعكس سلباً على صحة الإنسان وهذا ما نلاحظه بان من يتعرض لانفلونزا في الصيف تكون أكثر تأثيراً على جسم الإنسان من تعرضه في أيام الشتاء، إذ في ايام الصيف تحتاج إلى مدة طويلة حتى يتخلص جسم الإنسان من هذه اللانتكاسة التي تعرض لها في الصيف عكس ما تصيب جسم الإنسان في الشتاء التي لا تحتاج لهذه المدة أو تكون آثارها ضعيفة على جسم الإنسان، ولاسيما في هذا الوقت الذي ينتشر فيه وباء كورونا ،إذ أغلب من يصاب بهذه البردة في فصل الصيف بكون أحد المشتبهين بإصابتهم بهذا الوباء وقد يتعاطى أدوية لعلاجه وهو غير مصاب بهذا الوباء سوف يؤدي إلى آثار سلبية على جسم الإنسان وهذا ما حذرنا منه اجدادنا في احد أمثالهم عندما قالوا في هذا الصدد (ترك الدواء عند أهل المعارف دوا) (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص١٢١) أي عدم الاكثار من مراجعة الاطباء فقد يتوهم أحد الاطباء بإعطاء المريض علاج لا يتوافق مع جسم الإنسان أو مع المرض الذي يعاني منه هذا الشخص مما يؤدي إلى آثار سلبية على صحة الانسان لهذا نصح اجدادنا السلف خلفهم بعدم الإكثار من زيارة الطبيب، لهذا نصحوا السلف بعدم التعرض للبرد في الصيف ؛لأن هذا يجنبنا من زيارة الاطباء.

٣- البرد والقلة سبب كل علة (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ٩٢):

يرى السلف بأن البرد يقابل الزكام في الطب الحديث وهو عبارة عن التهاب فيروسي حاد يصيب الجهاز التنفسي العلوي ولاسيما الأنف والبلعوم وهو فايروس شديد العدوى الذي يشابه فيروس كورونا اليوم؛ لأن هذا الفايروس مشابه لأعراض فايروس كورونا وهذا سوف ينعكس سلباً على تشخيص هذا المرض ؛لذا يعد هذا أحد مصادر القلق وعدم الراحة خوفاً من الإصابة بهذا الفيروس سريع العدوى بين أفراد المجتمع. والقلة يعني الحرمان أو سوء التغذية وهذان العنصران هما سببان لكل علة أو مرض، فعدم علاج الزكام قد تترتب عليه مضاعفات حادة وأمراض خطيرة تتطور من عدم معالجة هذه الأسباب البسيطة التي سوف تنعكس على صحة الإنسان.

٢- الطعام والصحة:

هناك علاقة واضحة بين الغذاء والصحة مؤكدة، فالغذاء ضروري لحياة الانسان ونموه وحيويته ونشاطه ومقاومته للأمراض التي يتعرض لها، إذ ذكر السلف بعض الأمثال الشعبية التي تدل على هذه العلاقة (المعدة بيت الداء) (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ١١٧)، إذْ

يدل هذا المثل الشعبي البغدادي الذي نطقه السلف ليجعل منه الخلف خارطة طريق نحو الصحة لينعموا بهذه النعمة الخفية.

١- قلل طعامك تحمد منامك (التكريتي، ١٩٨٦، ص٣٢):

يرى السلف من تجربتهم في الحياة أن الفرد الذي يقلل الطعام قبل النوم تكون لها انعكاسات ايجابية على صحة الإنسان وتكون سببا رئيسا في الخلود إلى النوم براحة واطمئنان، إذ يدل هذا المثل الشعبي على الفرد أن يقلل من تناول وجبة العشاء لانعكاسها الواضح على الصحة، إذ أثبت الطب الحديث بأنه كلما خفف الفرد من هذه الوجبة (العشاء) نام بأمان وسعادة وانعكس هذا على صحة الفرد.

٢- تغدي وتمدي وتعش وتمش (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ١١٩):

يرى السلف في هذا المثل الشعبي بأن الامتداد في هذا المثل هو القيلولة التي تعني الركون إلى الراحة بعد تناول وجبة الغداء، وهو المعتاد عند المجتمع العراقي القيلولة في فصل الصيف ،إذ تساعد القيلولة على رفع اللياقة البدنية لجسم الإنسان، وتقوي التركيز لدى الفرد حتى لا تسبب الأرق في الليل بشرط أن لا تكون طويلة، والمشي هو النشاط البدني للجسم ،إذ ينصح السلف بأن على الإنسان أن يمشي بعد تناول العشاء وقبل الخلود إلى النوم حتى لا يؤثر على صحة الإنسان، ويساعد على عملية الهضم، إذ أثبت الطب الحديث بأن تناول الأطعمة الدسمة ليلاً تؤدي إلى صعوبة في عملية الهضم، وتضر عند النوم لهذا أوصى السلف عبر تجاربهم في الحياة بان على الفرد بعد وجبة العشاء القيام بالمشي؛ ليسهل عملية هضم الطعام الذي تناوله في وجبة العشاء ليحمد منامك.

٣- بلاو*[١] ولبن عافية للبدن (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ١١٠):

يرى السلف في هذا المثل الشعبي بأن الأطعمة البسيطة تضمن صحة الجسم بخلاف الاطعمة الدسمة ومتنوعة الألوان ،إذ يدعو إلى حمل النفوس على تقبل المأكل المتواضع لما له انعكاس واضح على صحة الإنسان.

٤- لا تأكل إلا جوعان ولا تشرب إلا عطشان (التكريتي، ١٩٨٦، ص٢٧٠):

حث السلف الخلف على وجوب عدم التسابق على الطعام، أي لا نأكل إلا عندما نشعر بالجوع ؛لأن الإنسان عندما يفرط في تناول الطعام سوف ينعكس على صحة الجسم مما يؤدي إلى تضرر أعضاء جسم الإنسان مما يؤدي إلى عدم راحة الإنسان، وهذا ما أثبته الطب الحديث بأن تناول الطعام بكميات كبيرة يؤدي إلى بعض الأمراض مثل :السمنة، وزيادة ضغط الدم وانعكاسات عديدة على صحة جسم الإنسان.

---

*[١] بلاو : هو التمن المطبوخ.

٥- كبل متوصلها أكل من بصلها (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ٨):

البصل نبتة عشبية منتفخة ذات رائحة قوية وهي مستحسنة بخصائصها الطبية، إذ ضرب السلف هذا المثل الشعبي ،لأن للبصل دورا كبيرا في مواجهة العدوى فإذا سافر الشخص إلى مكان آخر وجب عليه تناول بصلها ،لأنه خير وقاية له من الأمراض المتفشية في هذا المكان، إذ أثبت الطب الحديث هذه الفائدة التي تمتاز بها نبتة البصل ،وأرشد أفراد المجتمع الى ضرورة وضع نبتة البصل على مداخل البيوت وشبابيكها ؛للوقاية من دخول الأمراض المعدية التي تنتقل في الهواء ولاسيما في هذا الوقت مع انتشار فايروس كورونا ،إذ وجه البعض الى ضرورة تناول البصل وذلك لما له من فوائد في معالجة الإصابة بفيروس كورونا.

٣- النظافة والصحة:

إن الأمراض التي تنتقل بالعدوى مسؤولة عن ارتفاع معدل المرض والوفيات ولاسيما بعد تفشي فايروس كورونا (Covid ١٩) في الأماكن التي توجد فيها الفقر، ونقص التعليم، وانخفاض مستوى النظافة الشخصية وهي شروط مؤاتية لانتقال الكائنات العضوية المسببة للمرض وتفشيها ،ويؤدي تكرار الاتصال المباشر بين الأشخاص وطوله وأسلوبه دوراً اساسياً في نقل الأمراض المعدية، كما يحدث عند استعمال الإنسان للمياه الملوثة أو الطعام الملوث أو عند الجراثيم الهوائية المنشأ، إذ حث السلف على وجوب نظافة الطعام وأوانيه.

١- العين تأكل مع الحلك (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ٢٧٢):

ضرب السلف هذا المثل الشعبي في وجوب العناية بنظافة أوعية الطعام ونظافة الطعام الذي يتناوله الشخصي ،إذ أدرك السلف اهمية النظافة في توفير الصحة وعدم التعرض لبعض الأمراض التي تكون عدم النظافة أحد أسباب تفشيها بين الناس أو الأمراض التي تنتقل بالعدوى، إذْ تعد الأواني أحد عوامل انتقال هذه الأمراض المعدية.

٢- نظف الزاد يزداد (الحنفي البغدادي، ١٩٦٢، ص ١٤٢):

ضرب السلف هذا المثل الشعبي لوجوب نظافة الطعام وذلك ؛لما له فوائد على جسم الإنسان أي كلما نظف طعامك ازدادت فائدة الجسم من هذا الطعام النظيف وقلت آثار هذا الطعام على الجسم؛ لهذا حث السلف على وجوب تنظيف الطعام لما له من فوائد كبيرة على صحة الإنسان.

المبحث الرابع

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

١- الاستنتاجات :

١- إن البحث الحالي بين موضوعات مهمة في مجال الثقافة الصحية لم يلتفت لها الباحثون السابقون.

٢- وضع السلف تجاربهم و خبراتهم وأفكارهم وفلسفاتهم على شكل أمثال ؛ليسهل نقلها للخلف لتكون خارطة تنير طريقهم في الحياة.

٣- الأمثال الشعبية لأي مجتمع تعبر عن منظومته الفكرية التي تشكل الإطار الثقافي لهم.

٤- للأمثال الشعبية دور كبير في رسم جوانب الحياة الاجتماعية والثقافية والصحية في أي مجتمع.

٥- أوضح البحث أن الأمثال الشعبية وسيلة لإيصال رسالة في مجال الثقافة الصحية للأفراد التي تساعدهم على معرفة الكثير من المعلومات عن انتشار الأمراض والحد من مواجهتها.

٦- للثقافة الصحية أهمية كبيرة في توعية الأفراد بمخاطر الأمراض المنتشرة في الوقت الحاضر.

٢- التوصيات :

١- على أفراد الأسر اتباع عادات صحية سليمة وعدم ممارسة عادات سلبية.

٢- يجب الاهتمام بصحة البيئة.

٣- إشراك أفراد المجتمع في تنمية الثقافة الصحية وتطويرها .

٤- جعل عملية التثقيف الصحي أحد الأركان الأساسية لتنمية المجتمع من الناحية الصحية لمواجهة الأمراض والاوبئة.

٥- العمل على جعل المحافظة على الصحة والتمتع بها غاية وهدفاً يسعى جميع أفراد المجتمع إلى الوصول إليه.

٦- تغير المفاهيم والقيم السائدة في المجتمع فيما يتعلق بالصحة والمرض وجعل الصحة العامة هدفاً ذا أولوية عند الناس.

٣- المقترحات :

١- ضرورة إجراء بحوث و دراسات انثروبولوجية واجتماعية في مجال الأمثال الشعبية؛ لاستلهام الدروس والعبر لفهم الواقع.

٢- إقامة ندوات ومؤتمرات علمية تهتم بالتراث الشعبي ؛لأهميته في مجالات الحياة كافة.

٣- تعميم الفائدة من الأمثال الشعبية بين الأطفال والشباب عبر وسائل الإعلام كافة.

٤- إيجاد أساليب علمية لنشر الأمثال الشعبية ذات الفائدة المحققة في الحياة اليومية.

المصادر

١. أبو الحمام. عزام. (٢٠٠٧). الفولكلور (التراث الشعبي) الموضوعات، الأساليب المنهج، ط١، دار أسامة، الأردن.

٢. ادجاز. اندرو و جويك. بيتر سيد (٢٠٠٩). موسوعة النظرية الثقافية، المفاهيم والمصطلحات، ترجمة هناء الجوهري، ط ١، المركز القومي للترجمة، القاهرة.

٣. اسماعيل. قباري محمد. (١٩٧٤). الانثروبولوجيا العامة، منشأة المعارف الاسكندرية، مصر.

٤. باشا. احمد تيمور. (١٩٥٦). الأمثال العامية، ط٢، مطابع دار الكتاب العربي، القاهرة.

٥. بدح. د. أحمد محمد وآخرون. (٢٠٠٩). الثقافة الصحية، دار المسيرة، الأردن.

٦. بدوي. د. أحمد زكي. (١٩٧٨) معجم المصطلحات الاجتماعية، بيروت.

٧. التكريتي. عبد الرحمن. (١٩٧٢). مدلولات فولكلورية المثل، مجلة التراث الشعبي، السنة الرابعة، العدد الأول، بغداد.

٨. التكريتي. عبد الرحمن. (١٩٨٦). جمهرة الأمثال البغدادية، ط١، دار الحرية للطباعة، وزارة الثقافة العراقية، بغداد.

٩. الجوهري. د. محمد و الجوهري. حمد، (٢٠٠٩). الثقافات والحضارات اختلاف النشأة والمفهوم، ط١، دار المصرية اللبنانية، القاهرة.

١٠. الجوهري. عبد الهادي محمد وآخرون. (٢٠٠٢). المدخل إلى المناهج وتصميم البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، مصر.

١١. الحنفي البغدادي. الشيخ جلال. (١٩٦٢). الأمثال البغدادية، ج١، ج٢، مطبعة أسعد، بغداد.

١٢. الخميس. ندى عبد الرزاق. (١٩٩٩). مبادئ التربية الصحية، دار ذات السلاسل، الكويت.

١٣. الخوري. لطفي. (١٩٧٩). في علم التراث الشعبي، السلسلة الثقافية، دار الحرية للطباعة والنشر، بغداد.

١٤. سليم. شاكر مصطفى. (١٩٨١). قاموس الانثروبولوجيا، ط١، جامعة الكويت.

١٥. شعلان. إبراهيم. (١٩٧٣). الشعب المصري في أمثاله العامية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٧٣.

١٦. عبد الحكيم. شوقي. (١٩٨٤). السير والملاحم الشعبية العربية، دار الحداثة، بيروت.

١٧. عبد المهدي. عباس وآخرون. (٢٠١٨). واقع الثقافة الصحية لدى معلمي العلوم في المرحلة اللابتدائية، مجلة القادسية، المجلد (١٨)، العدد (٢)، العراق.

١٨. العبيدي. حارث علي. (٢٠١٢). دراسات سوسيوانثروبولوجية، ط١، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان.

١٩. علي. محمد وآخرون. (١٩٨٧). دراسات في علم الاجتماع الطبي، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

٢٠. العمد. هاني . (١٩٨٦). في التراث الشعبي واشكالية تصنيفه، مجلة المأثورات الشعبية، مركز التراث الشعبي لدول الخليج العربي، العدد (٢)، السنة الأولى.

٢١. العمر. د. معن خليل. (٢٠٠٦). معجم علم الاجتماع المعاصر، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.

٢٢.فضة. وفاء وآخرون. (٢٠٠٢). تمريض صحة المجتمع، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، الأردن.
٢٣.كاظم. ماجد (٢٠٠٧). الأمثال الشعبية في ذي قار، ط١ن دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد.
٢٤.الكعبي. علي موسى. (٢٠١١). الأمثال في الحديث الشريف مفهومها واقسامها ودلالاتها، المركز العلمي العراقي، دار مكتبة البصائر، لبنان.
٢٥.الكناني. محسن جلوب و الدجيلي. احمد مهدي (٢٠١٨). التلفزيون وتعزيز الوعي الصحي، دار امجد للنشر والتوزيع، الأردن.
٢٦.مارشال. جوردن. (٢٠٠٠). موسوعة علم الاجتماع، ترجمة محمد الجوهري واحمد ابو زيد وآخرون، المجلس الاعلى للثقافة، القاهرة، مصر.
٢٧.محمد. علي رحيم. (٢٠٠٧). مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية، مجلة القادسية، المجلد (٦)، العدد ١٠٢، العراق.
٢٨.مزاهرة. ايمن. (٢٠٠٠). الصحة والسلامة العامة، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.
٢٩.معجم المصطلحات الانثروبولوجيا. (٢٠١٣). ط١، مجمع اللغة العربية، القاهرة، مصر.
٣٠.ملحمس. دلال. (٢٠٠٨). التغيير الاجتماعي والثقافي، ط٢، دار وائل للنشر والتوزيع، الاردن.
٣١.هاريس وهوليردن. (٢٠١٠) سوسيولوجيا الثقافة والهوية، ترجمة حاتم حميد محسن، ط١، دار كيوان للطباعة والنشر، دمشق، سوريا.
٣٢.هلاب. رباب. (٢٠١٨). مستوى الوعي الصحي وكيفية الحصول على المعلومات الصحية لدى طلبة جامعة محمد بو خايف، رسالة ماجستير، جامعة مسيلة، جزائر.
٣٣.هولنكرانس. ايكه. (١٩٧٢). قاموس مصطلحات الاثنولوجيا والفولكلور، ترجمة محمد الجوهري، دار المعارف مصر، القاهرة.
٣٤.وصفي. عاطف. (١٩٧٥). الانثروبولوجيا الثقافية، دار المعارف، مصر.
٣٥.يونس. د. انتصار. (١٩٧٤). السلوك الإنساني، دار المعارف، القاهرة.