الوشَائِجُ الغَائِبَةُ لِلكَائِنِ البَشَرِيّ مَعَ مُحيطه العُضَوِيّ (عَدْوَى التَّثَاؤُبِ، وحَنِينُ التُّرَابِ، ووَئَامُ الرَّضَاعِ) (أُنْمُوذَجًا) - "دِرَاسَةٌ تَحْلِيلِيَّةٌ"

The Absent Bonds of the Human Being with His Organic Environment (Yawning Contagion, Soil Nostalgia, and Nursing Harmony) as a Model – An Analytical Study

10.35781/1637-000-178-002

د. قاسم مهدي أحمد قاسم النفيعي*

*أستاذ علم اللغة، وعميد الكلية الأسبق، ورئيس قسم اللغة العربية بكلية التربية والعلوم التطبيقية- ريمة- جامعة الحديدة، اليمن.

الملخص

تناولت هذه الدراسة التحليلية: الوشَائِجُ الغَائِبَةُ لِلكَائِنِ البَشَرِيّ مَعَ مُحيطه العُضَوِيّ (عَدْوَى التَّثَاؤُبِ، وحَنِينُ التُّرَابِ، ووَئَامُ الرَّضَاعِ) (أُنْمُوذَجًا).. وقد جاءت هذه الدراسة استجابةً لتنامي ظاهرة الوشائج الغائبة،(كعدوى التثاؤب، وحنين الكائن البشري لأصله في التكوين الأول- التراب- ، وارتباط إدرار الحليب لدى الأمهات بيقظة أطفالهن حين يكنّ في مهمات خارج المنزل أو داخله، والأطفال نيام)، وما يترتب على ذلك من وشائج عميقة، وقوية، وغائبة واسترداد لبعض الوشائج في حياة الكائن البشري، سواءً على المستوى، الفردي، أو الجماعي، أو الأسرة، أو الوطن أو الدولة. وتتجلى مشكلة الدراسة في الافتقار إلى إطار نظري موحّد يُفسر طبيعة وشدة العلاقات الخفية واللاشعورية التي تربط الكائن البشري بمحيطه العضوي.

وتهدف هذه الدراسة إلى كشف وتحليل طبيعة "الوشائج الغائبة" التي تربط الكائن البشري بمحيطه العضوي، وهي روابط عميقة تتجاوز العلاقات الظاهرة لتكشف عن تشابك وجودي وحسي، ونفسي، وعصبي.

كما يتبيّن أن الكائن البشري ليس كيانًا منعزلاً، بل هو نسيج من هذه العلاقات الخفية مع محيطه، التي تشكل سلوكه وتواجده. ولا سيما في ظل قصور الباحثين، والدراسات، وعدم الالتفات لمثل هذه الوشائج، والتي تعد ظواهر حية، مألوفة، وفاعلة، وملموسة، ولها حضور يومي في، وعند جل شرائح المجتمعات أيًا كان نمطها.

كما تبنى الدراسة المنهج الوصفي التحليلي في تقصي مظاهر هذه الوشائج في إطار ثلاث وشائج بارزة هي: (عدوى التثاؤب كظاهرة عصبية- اجتماعية، وحنين التراب كاشتراط جيولوجي- نفسي، ووئام الرضاع كرابطة كيميائية-وجدانية). وقام برصد وجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بكل ظاهرة من الظواهر المختارة من مصادرها المكتبية والإلكترونية. وقي إطار الدراسة توصلنا إلى: تأكيد صحة وجدوى المفهوم النظري "للوشائج الغائبة" كإطار تفسيري جامع لظواهر كانت تدرس بشكل منفصل. وكذا إثبات أن هذه الوشائج تقوم على آليات بيولوجية ملموسة (كيمياء الدماغ، الهرمونات، العمليات العصبية اللاشعورية). وأيضًا الكشف عن البعد الوجودي للعلاقة مع المحيط العضوي، الذي يتجلى في أشكال من "الحنين" أو "الاشتياق" الغريزي، كما في حالة حنين التراب.

الكلمات المفتاحية: (الوشَائِجُ- الغَائِبَةُ - الكَائِنِ البَشَرِيّ- مَعَ مُحيطه- العُضَوِيّ- (عَدْوَى التَّثَاؤُبِ- وحَنِينُ التُّرَابِ- ووَئَامُ الرَّضَاعِ)).

ISSN : 2410-1818

The Absent Bonds of the Human Being with His Organic Environment (Yawning Contagion, Soil Nostalgia, and Nursing Harmony) as a Model – An Analytical Study

Dr. Qasim Mahdi Ahmed Qasim Al-Nufai,i*

*Professor of Linguistics, and forem Dean of Raymah college, and Head of the Arabic Language Department the College of Education and Applied Sciences –Rayam , University of Al Hudaydah

Abstract

This analytical study addresses: *The Absent Bonds of the Human Being with His Organic Environment (Yawning Contagion, Soil Nostalgia, and Nursing Harmony) as a Model*. The study emerges in response to the growing phenomenon of absent bonds—such as yawning contagion, the human being's longing for his primordial origin in soil, and the linkage between milk secretion in mothers and the awakening of their children during tasks away from or at home while the children sleep—and the profound, powerful, latent bonds that ensue, alongside the recovery of certain bonds in human life at individual, collective, familial, national, or state levels. The research problem manifests in the lack of a unified theoretical framework to explain the nature and intensity of the hidden, subconscious relations binding the human being to his organic environment.

The study aims to uncover and analyze the nature of these "absent bonds" linking the human being to his organic environment—deep connections that transcend apparent relations to reveal existential, sensory, psychological, and neurological entanglements. It becomes evident that the human being is not an isolated entity but a fabric woven from these hidden relations with his surroundings, which shape his behavior and presence, particularly amid researchers' and studies' oversight of such bonds. These are living, familiar, active, tangible phenomena with daily presence across nearly all societal strata, regardless of their patterns.

The research adopts the descriptive-analytical method to investigate manifestations of these bonds through three prominent examples: (yawning contagion as a neuro-social phenomenon, soil nostalgia as a geological-psychological condition, and nursing harmony as a chemical-emotional bond). It involved surveying and gathering data and information related to each selected phenomenon from library and electronic sources. Within the study's framework, the findings confirm the validity and viability of the theoretical concept of "absent bonds" as a comprehensive interpretive framework for phenomena previously studied in isolation. They also demonstrate that these bonds rely on tangible biological mechanisms (brain chemistry, hormones, subconscious neural processes). Furthermore, they reveal the existential dimension of the relation with the organic environment, manifested in

ISSN : 2410-1818

forms of instinctual "nostalgia" or "yearning," as in the case of soil nostalgia.

The recommendations include: advocating the adoption of the "absent bonds" concept in curricula for environmental psychology, anthropology, and neuroscience; and encouraging further experimental studies to quantitatively measure these bonds, such as assessing synchronous physiological changes among individuals during yawning contagion.

Keywords: (Absent Bonds – Human Being – Organic Environment – (Yawning Contagion – Soil Nostalgia – Nursing Harmony)).

مقدمة

أن فكرة "الوشائج الغائبة" ليست مجرد استعارة أدبية، بل هي حقيقة قابلة للرصد والتحليل العلمي. كما كشفت الدراسة أن الكائن البشري منغرس في محيطه العضوي انغراسًا عميقًا يتجاوز حاجزي الوعي والشكل. وفي إطار دراسة تلك الوشائج يتجلى لنا أن الإنسان كيان بيولوجي ونفسي مشكّل بواسطة شبكة معقدة من الإشارات الكيميائية، والاستجابات العصبية، والروابط التطوّرية التي تربطه بالآخرين، وبالطبيعة من حوله. وأن هذه الوشائج ليست ترفًا فكريًا، بل هي جزء من تكويننا، وإدراكها يساهم في فهم أعمق لأمراض العصر، وكيفية بناء حياة أكثر توازنًا وانسجامًا مع محيطنا الحيوي الذي نحن جزء لا يتجزأ منه.

مشكلة الدراسة وتساؤلاته:

وتكمن المشكلة الأساسية لهذا الدراسة في الافتقار إلى إطار نظري موحِّد يُفسر طبيعة وشدة العلاقات الخفية واللاشعورية التي تربط الكائن البشري بمحيطه العضوي. ويتجلى هذا في التساؤلات الآتية: ما المفهوم النظري الشامل "للوشائج الغائبة" الذي يمكن في إطاره تفسير ظواهر متنوعة مثل عدوى التثاؤب وحنين التراب ووئام الرضاع؟

ما الآليات البيولوجية والنفسية المشتركة التي تكمن وراء هذه الوشائج الغائبة؟

إلى أي مدى يمكن لهذا المفهوم أن يوسع فهمنا لموقع الإنسان في الشبكة الحياتية، ويتجاوز التفسيرات المادية السطحية لهذه العلاقات؟

كيف يمكن تفسير ظواهر ارتباطية يومية (كالتثاؤب المعدي، والحنين للأرض، والتزامن بين الأم ورضيعها) تفسيراً علمياً يتجاوز المصادفة؟

ISSN : 2410-1818

أهمية الدراسة:

تبرز الأهمية في جوانب نظرية وأخرى تطبيقية:

أولًا: الأهمية النظرية:

والتي تعني سد الثغرة الكامنة في الدراسات الإنسانية والبيئية التي تفتقر إلى مفهوم موحد يجمع ظواهر متنوعة تبدو غير مترابطة. وكذا تعمل على تقديم إطار نظري جديد بسم (الوشائج الغائبة) والتي يمكن من خلاله إعادة قراءة العديد من الظواهر الإنسانية. وأيضًا تعمل على الربط بين حقول معرفية متباينة (عصبونية، نفسية، بيئية، اجتماعية).

ثانيًا: الأهمية التطبيقية:

وتتمثل في فهم أعمق للأمراض النفسية والاجتماعية المرتبطة بفقدان الاتصال مع المحيط العضوي (كاكتئاب الطبيعة). وتعمل على تفعيل هذا المفهوم في سياسات التخطيط العمراني والصحة العامة لخلق بيئات أكثر انسجامًا مع الطبيعة البشرية. وكذا تعزيز الوعي البيئي من خلال إظهار أن حماية الطبيعة هي في جوهرها حماية لجوهر الإنسان المتصل بها.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

1. تحديد المفهوم النظري "للوشائج الغائبة" بين الكائن البشري ومحيطه العضوي.
2. تحليل مفهوم "عدوى التثاؤب" بوصفه وشيجة عصبية-اجتماعية غائبة.
3. تحليل مفهوم "حنين التراب" بوصفه وشيجة نفسية-جيولوجية غائبة.
4. تحليل مفهوم "وئام الرضاع" بوصفه وشيجة كيميائية-وجدانية غائبة.
5. وأخيرًا استخلاص الآليات المشتركة التي تحكم تكوُّن هذه الوشائج وآثارها على السلوك البشري.

منهجية الدراسة:

تبنى الدراسة المنهج الوصفي التحليلي في تقصي مظاهر هذه الوشائج في إطار ثلاث وشائج بارزة هي: (عدوى التثاؤب كظاهرة عصبية-اجتماعية، وحنين التراب كاشتراط جيولوجي-نفسي، ووئام الرضاع كرابطة كيميائية-وجدانية). وقام برصد وجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بكل ظاهرة من الظواهر المختارة من مصادرها المكتبية والإلكترونية. وفي إطار التحليل: عمل على تفكيك كل ظاهرة إلى عناصرها المكونة (بيولوجيًا، ونفسيًا، واجتماعيًا) لفهم آلية عملها كـ "وشيجة غائبة". ومن ثم جاء التركيب: الذي عمل على إعادة صياغة النتائج في إطار مفهوم "الوشائج الغائبة" لاستنباط الرؤى، ومن ثم النتائج، والتوصيات.

ISSN : 2410-1818

خطة الدراسة:

انتظم عقد هذه الدراسة في ملخص باللغتين العربية، والإنجليزية، ومقدمة، وتمهيد، يتمثل في تحليل مصطلحات عنوان الدراسة لغةً، واصطلاحًا. وثلاثة مباحث، وكل مبحث يحتوي على عدد من النقاط، ، ورؤى الباحث، ففي المبحث الأول: تم دراسة (وشيجة التثاؤب المعدي)، وفي المبحث الثاني: تم دراسة (وشيجة حنين الإنسان إلى التراب)، وفي المبحث الثالث: تم دراسة (وشيجة ارتباط صوت الطفل بإفراز الحليب).وتم التعزيز بخاتمة، وقائمة المصادر، والمراجع.

ISSN : 2410-1818

التمهيد

مفهوم الوِشَائِجُ:

الوشائج لغةً: مفردها "وِشَاج" أو "وِشَاجَة"، وهي: من الفعل "وَشَجَ" بمعنى ربط وشدّ وعقد، فيقال: "وَشَجَ الأمْر" أي اشتبك وتعقد. وهي: ما يرتبط به شيء آخر ارتباطًا وثيقًا[1].

واصطلاحًا: تعني الروابط الخفية والمتشابكة التي تصل الكائن البشري بمحيطه العضوي على مستويات بيولوجية ونفسية ووجودية. وجاء في المادة (وشج): "الوَشِيجةُ: كلُّ عُرْوَةٍ تشبك بها الأَعْطِيةُ في القتاد... والجمع وِشاجٌ ووِشَجٌ. والوِشَاجُ: الخَلَقُ في العُنق. ووَشَجَ الأَمرَ يَشِجُهُ وَشْجاً: أَعْقَدَه. وتَشابَكَ وَتَوَشَّجَ: التَأَبَّدَ"[2]. والوشائج في نظر الباحث هي: العلاقات التي تربط الإنسان ببعض السلوكيات الخارجة عن الإرادة بفعل عوامل خارجية.

مفهوم الغَائِبَةُ:

الغائبة لغةً: من الفعل "غَابَ" وهو ضد حضر. والغائب: ما لا تراه العين أو لا يدركه الحس مباشرة[3].

واصطلاحًا: نعني بها أن هذه الوشائج غير ظاهرة للعيان، ولا يدركها الإنسان إدراكًا مباشرًا في معظم الأحيان، بل تحتاج إلى تحليل علمي للكشف عنها. وجاء في المادة (غ و ب): "غَابَ الشَّيْءُ يَغِيبُ غَيْبَةً وَغِيَابًا وَمَغَابًا: اخْتَفَى، وَبَعُدَ عَنِ الْعُيُونِ. وَغَابَ عَنِ الْأَبْصَارِ: احْتَجَبَ"[4].

مفهوم المُحِيطُ العُضَوِيّ:

المُحِيطُ العُضَوِيّ لغةً: "المحيط" ما أحاط بالشيء، و"العضوي" منسوب إلى "العُضْو" وهو كل جسم له حياة[5].

واصطلاحًا: يقصد به العالم الحي المحيط بالإنسان، من حيوانات ونباتات وكائنات دقيقة، التي تتفاعل معه بشكل مباشر أو غير مباشر. وجاء في المادة (ح و ط): "أَحَاطَ بِهِ: أَدَارَ بِهِ وَأَحْدَقَ. وَالْمُحِيطُ: الْبَحْرُ الْعَظِيمُ الَّذِي يُحِيطُ بِالْأَرْضِ. وَكُلُّ شَيْءٍ أَحَاطَ بِشَيْءٍ فَهُوَ مُحِيطٌ بِهِ." وفي المادة (ع ض و): "الْعُضْوُ: كُلُّ ذِي حَيَاةٍ"[6].

---

[1] انظر: لسان العرب، جمال الدين محمد بن مكرم ابن منظور، دار المعارف، القاهرة،، مادة "وشج".

[2] لسان العرب، جمال الدين محمد بن مكرم، ابن منظور، (د.ت)، دار صادر، بيروت، المجلد 2، ص.: 367..

[3] المعجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، ط4، 2004م القاهرة، مصر: مكتبة الشروق الدولية (مادة "غاب").

[4] مجمع اللغة العربية بالقاهرة، 2004م، والمعجم الوسيط. مكتبة الشروق الدولية، ص: 657.

[5] المعجم الوسيط، مادة "حوط" و "عضو".

[6] المعجم الوسيط، ص: 197م (حوط)، ص: 60 2 (عضو).

ISSN : 2410-1818

ثانيًا: توضيح المعلومات الخاصة بكل وشيجة:

مفهوم عدوى التثاؤب (Contagious Yawning):

عَدْوَى التَّثَاؤُبِ (Contagious Yawning) لغةً: "العَدْوَى" ما ينتقل من مرض أو حالة من شخص إلى آخر. و"التثاؤب" فتح الفم عند النعاس أو الملل[1].

واصطلاحًا: ظاهرة عصبية لا إرادية يتم خلالها تحفيز التثاؤب لدى فرد بمجرد رؤية أو سماع أو حتى التفكير في تثاؤب شخص آخر. و"تعد الخلايا العصبية المرآتية (Mirror Neurons) أساسًا عصبيًا لظاهرة عدوى التثاؤب، وترتبط بقدرات التعاطف." و"تشير الدراسات الحديثة إلى أن نظام الخلايا العصبية المرآتية... يلعب دورًا محوريًا في فهم أفعال الآخرين وتقليدها لا إراديًا، كما في حالات عدوى التثاؤب، مما يربط هذه الظاهرة بالأسس البيولوجية للتعاطف" [2]."

مفهوم حنين التراب (Geophagy / Pica):

حَنِينُ التُّرَابِ (Geophagy / Pica) لغةً: "الحنين" الشوق والاشتياق. و"التراب" الأرض. (لسان العرب، مادة "حنن" و "ترب").

واصطلاحًا: هو رغبة الجلوس على الأرض أيًا كان نمطها صخورًا، أو رمالًا، أو ترابًا، والاحساس بالراحة التامة، وانسجام يكتمل بين الكائن البشري، والتراب بالتمام، وكذا رغبة قهرية في أكل المواد الترابية أو الطينية. يمكن تفسيره كاشتياق غريزي لا واعي للاتصال بالأرض كمصدر للأملاح المعدنية أو كعلاج. و"حنين التراب (Pica) قد يكون آلية تعويضية لنقص المعادن أو وسيلة للحماية من السموم". و"يظهر اضطراب بيكا (Pica) بشكل شائع عند الأطفال والحوامل... وقد يُعزى هذا السلوك، مثل أكل التراب أو الطين (الجيوفاجي)، إلى محاولة الجسم التعويض عن نقص حاد في عناصر مثل الحديد أو الزنك"[3] وكثيرًا ما يكون عند بعض الحوامل خاصة التي تكون في بداية أشهر الحمل، و عند بعض الأطفال.

مفهوم وئام الرضاع (Lactation Harmony):

وِئَامُ الرَّضَاعِ (Lactation Harmony) لغةً: "الوئام" الاتفاق والانسجام. و"الرضاع" مص الثدي للحليب[4]،

---

[1] لسان العرب، مادة "عدو"، و "ثأب".

[2] العقل والسلوك: مدخل إلى علم النفس الفسيولوجي، فتحي مصطفى زكريا،، عالم الكتب، 2010م، ص: 218.

[3] الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية: تشخيصها وعلاجها، عبد المنعم العلي، دار الزهراء، 2015م ص: 182).

[4] (المعجم الوسيط، مادة "وائم" و "رضع").

ISSN : 2410-1818

واصطلاحًا: حالة التزامن والتواصل الكيميائي والهرموني والعاطفي العميق بين الأم ورضيعها خلال عملية الرضاعة الطبيعية، والتي تنشئ رابطة فريدة تتجاوز التغذية. مع العلم أن "هرمون الأوكسيتوسين، الذي يفرز خلال الرضاعة، لا يحفز إدرار الحليب فحسب، بل يعزز المشاعر الإيجابية ويقوي الرابطة بين الأم والرضيع." "خلال الرضاعة، يلعب هرمون الأوكسيتوسين دورًا مزدوجًا؛ فهو لا يسبب فقط انقباضات تدفع الحليب، بل يغمر الأم بمشاعر من الحب والاسترخاء والارتباط بطفلها، مما يخلق دائرة إيجابية من التواصل العاطفي"[1].

" Oxytocin, released in response to suckling and other sensory stimuli, has been shown to induce anti-stress-like effects, such as reductions in blood pressure and cortisol levels. It also promotes growth and healing, and increases social interaction and bonding .[2]"

"الوشائج، وتأثيرات الاسترداد وموائمة الاستعداد:

"ثلاثية الاسترداد الوجودي: دراسة موائمة الاستعداد بين الإنسان، والآخر والأرض - نماذج التماهي التثاؤبي، والحنين الترابي، والوئام الرضاعي" واللافت للنظر: أن الكائن الحي يسعى لا شعوريًا لاسترداد حالات اتحاد أولية من خلال آليات موائمة مستعدة لها تكوينيًا. وفي المقدمة التأسيسية: أنطولوجيا الاسترداد

ويصنف ذلك أبعادً:

البعد الأول: استرداد الوحدة الجماعية - التماهي التثاؤبي. وهنا يكون الاستعداد العصبي: الذي نعني به الخلايا العصبية المرآتية كبنية تحتية جاهزة للاتحاد[3]. وتأثير الاسترداد هو: العودة إلى حالة التزامن ما قبل الوعي[4].

في حين يمثل البعد الثاني: استرداد الجذور التكوينية - الحنين الترابي: الاستعداد الكهرومغناطيسي: وهو ما نعني به تناغم الشحنات بين الجسم والأرض[5]. أمّا الاستعداد الكيميائي: فهو تقابل كيمياء التراب مع كيمياء السعادة[6]. وتأثير الاسترداد هنا هو: العودة إلى حالة الاتزان

---

[1] الصحة النفسية للأم والطفل: من الحمل حتى السنوات الأولى. دار المعرفة، هدى قزق، 2018م، ص: 101.

[2] Uvnas-Moberg, K. (1998). Oxytocin may mediate the benefits of positive social interaction and emotions. Psychoneuroendocrinology, 23(8), 819–835. (ص: 819).

[3] Rizzolatti & Craighero (2004) – Annual Review of Neuroscience

[4] Platek et al. (2003) – Evolution and Human Behavior

[5] Chevalier et al. (2012) – Journal of Environmental and Public Health

[6] Uvnas-Moberg (1998) – Physiological Reviews :Lowry et al. (2007) – Neuroscience

ISSN : 2410-1818

الأيوني والفطري.

أمّا البعد الثالث فهو: استرداد الوحدة البيولوجية - الوئام الرضاعي، ونعني به الاستعداد الهرموني الأوكسيتوسين كوسيط اتحادي[1]. وتأثير الاسترداد هنا هو: استعادة الوحدة الجسدية الأمومية-الطفلية.

ولذا يمكننا القول: أن المفهوم الحقيقي يرتقي بهذه الوشائج من مجرد "عدوى" إلى فلسفة وجودية للاتصال: ولذا نعني بتأثيرات الاسترداد: أنها ليست مجرد تفاعل، بل هي عودة إلى حالة أصلية مفقودة. فالإنسان يسترد توازنه الكهروكيميائي من الأرض (استرداد الطاقة). والأم تسترد اتصالها البيولوجي بطفلها (استرداد الوحدة). والمتثائب يسترد انسجامه مع الجماعة (استرداد الانتماء). في حين موائمة الاستعداد: فهي ليست مجرد استجابة، بل هي تهيئة متبادلة: مثل: الأرض مهيأة بشحناتها السالبة لاستقبال شحنات الإنسان الموجبة. ومثل: ثدي الأم مهيء هرمونياً لاستجابة نداء الطفل. ومثل: الدماغ مهيء عصبياً لمحاكاة سلوك المقربين.

أمّا الحي والجماد: فليست علاقة انفصال، بل اتحاد ديناميكي: ونعني بذلك الجماد (التراب) ليس مادة ميتة، بل نظام طاقي كيميائي حي. والعلاقة بينه وبين الحي علاقة تبادل وتكامل، لا استغلال. وأخيرًا نخلص إلى أن التحليل التكاملي: هو أن الاسترداد آلية الموائمة لمستوى الاتحاد، وهذا ما يعني أن التماهي التثاؤبي وحدة جماعية عصبية-مرآتية اجتماعي-نفسي، وأن الحنين الترابي جذور تكوينية فيزيوكيميائية وجودي-طاقي، وأن الوئام الرضاعي وحدة بيولوجية هرمونية-غريزية عضوي-نفسي.

أضف إلى ذلك أن الكائن البشري تعتريه شحنات كهربائية إثر كثرة مشاهدته للتلفون، أو من كثرت احتكاكه وهو نائم بمادة بترولية تكمن في البطانيات، والأغطية، وبعض أنواع الملابس التي من خلالها تُكسب الجسم شحنات كهربائية، وقد لا تُعالج هذه الشحنات إلا من خلال المشي على التراب حافيًا، فإذا مشى حافيًا تقوم التربة بسحب تلك الطاقات من الشحنات، وتعمل على توازن الطاقة في جسم الكائن البشري وهذا ما يثبت أن ثمة اتحاد ديناميكي بين الجماد الذي يمثل التراب، والحي، الذي يمثل الكائن البشري.

1 Uvnas-Moberg (1998) - Physiological Reviews

ISSN : 2410-1818

المبحث الأول

الوشيجة الأولى: وشيجة التثاؤب المعدي

تمهيد وتقسيم:

الوشيجة الأولى: التثاؤب المُعدِي (contagious yawning)

طريقة التثاؤب المُعدِي (contagious yawning). لماذا يتثائب شخص ثم يتثاءب من بجانبه (في نفس الوقت أو مُتتابع)؟

مفهوم عدوى التثاؤب: ظاهرة معقَّدة متعددة الأسباب - تجمع أدلة على مكوّنات عصبية (شبكات مرآتية مِرْوِر نيوترونز)، ومكوّنات انفعالية اجتماعية-(التعاطف والقرابة)-، ومكوّنات فيزيولوجية وظيفية (تنظيم اليقظة، وأو تبريد الدماغ). والزمن الذي يفصل بين تثاؤب المصدر وردّة الفعل لدى المُشاهِد يمكن أن يكون فوريًا (ثوانٍ) أو يمتد لبضع دقائق؛ الاختلاف في التوقيت يعكس عوامل انتباهية، فردية، وظروف بيئية[1]. تفصيل الآليات المقترحة:

1. ومما ورد في شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية) - الإدراك الحركي والاجتماعي: كمشاهدة حركة (فتح الفم، استنشاق عميق) تُنَشّط مناطق عصبية تشارك أيضاً عند قيام الشخص بنفس الفعل - ما يسهّل تكرار الحركة. دراسات تصوير دماغي (fMRI) أظهرت نشاطًا في مناطق حسّية-حركية وشبكات ارتبطت بالتثاؤب عند مشاهدة الآخرين يتثاءبون[2].

2. مكوّن التعاطف / العدوى العاطفية: ثمة نتائج كثيرة تُشير إلى أن التثاؤب العدوي أقوى بين أفراد أقرب اجتماعياً (أصدقاء، أفراد عائلة) - وهذا يُقترح أنه شكل أولي من أشكال «العدوى الانفعالية» أو الأساس التطوري للتعاطف الاجتماعي. لكن الأدلة متباينة فبعض المراجعات تقول: أن العلاقة ليست حاسمة تمامًا. القاعدة العملية: القرابة والاهتمام يزيدان احتمال «الالتقاط»[3].

3. الوظيفة الفسيولوجية - تنظيم اليقظة، وتبريد الدماغ: نظرية ترمورية: التثاؤب يساعد على تبريد أو تعديل تدفّق الدم والحرارة في الدماغ؛ ولهذا يَحدُث في ظروف معينة من الحرارة أو حالة اليقظة. تجارب تظهر أن تغيير نمط التنفّس أو تبريد الجبهة يقلّل قابلية الالتقاط - ما يدعم دور وظيفة فيزيولوجية/تنظيمية. لا تُبرهن هذه النظرية كل الحالات لكنها مكمِّلة[4].

4. الانتباه والزمان (temporal dynamics): التثاؤب العدوي لا يحدث دائماً فوراً؛ دراسات ميدانية ومخبرية وجدت أن استجابة المُشاهِد قد تظهر خلال ثوانٍ أو تمتد حتى خمس دقائق بعد رؤية التثاؤب؛

---

1. شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية) — الإدراك الحركي والاجتماعي. موقع: Deep SKeep
2 شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية. موقع: Deep SKeep
3 شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية موقع: Deep SKeep
4 شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية موقع: Deep SKeep

ISSN : 2410-1818

ذروة الاستجابة عادة خلال 1–3 دقائق. لذلك ملاحظة: «يحدث التثاؤب في نفس اللحظة أو يليه مباشرة» ليست متعارِضة – كلا النمطين ممكنان بسبب اختلاف التركيز، حالة اليقظة، وطبيعة المحفّز (واقعي أم مرئي بالفيديو) [1].

العلاقات والمقاربات والمفارقات الهامّة:

علاقة التعاطف: بعض الأشخاص ذوي مستويات أعلى من سمات «الانتباه الاجتماعي» أو التعاطف أكثر عرضة للالتقاط؛ وفي المقابل الأشخاص ذوو سمات اضطراب وظيفي (مثلاً بعض السمات النفسية المرتبطة بانخفاض التعاطف) يظهرون قابلية أقل. لكن هذه علاقة إحصائية وليست سببًا صارمًا.

مفارقة الانعكاس الزمني: أحيانًا تَتزامَن الحركات (الكِلاب، والزواحف تُظهر سلاسة؛ أو مجموعة تتثاءب معًا) وهذا يدعم فكرة أن التثاؤب قد يعمل كوسيلة لمزامنة حالَة اليقظة ضمن المجموعة (تكيف اجتماعي). لكن في نفس الوقت التثاؤب له خصائص فيزيولوجية بحتة (تبريد) – أي: الوظيفة الاجتماعية والوظيفة الفسيولوجية يمكن أن تتعايش أو تتداخل. ولعلنا نتساءل **ماذا نفسّر بالضبط عندما يـ«يبدأ الآخر بعدما انتهى الأول» أو «في نفس الوقت»؟** إذا كان التوقيت قريبًا (ثوانٍ): غالبًا ناتج عن استجابة مرآتية/انتباهية فورية (محاكاة تلقائية). وإذا كان هناك تأخر أطول (دقائق): قد يكون حَدَثَ نتيجة تراكم الانتباه أو استجابة فيزيولوجية أبطأ (مثلاً: بعد عدة تثاؤبات ضمن المجموعة يزداد احتمال التثاؤب لاحقًا عبر تغيير في حالة اليقظة). دراسات ميدانية تُسجِّل أنّ نافذة الاستجابة قابلة للامتداد حتى –5 دقائق.

المسألة الأولى: التثاؤب المُعدي " يشير إلى (الاشتراك في الفعل والحالة النفسية بين البشر):

واللافت للنظر: أن التثاؤب ينتقل بالعدوى عبر شبكات المرآة العصبية والتعاطف الانفعالي. الروح: القرآن يؤكد على وحدة الخلق، وتشابه الانفعالات، واتصال النفوس بعضها ببعض في بني الإنسان. ﴿وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي﴾(ص: 72)، والمعنى: جميع البشر يشتركون في أصل روحي واحد؛ الروح الإلهية التي وهبها الله للإنسان.

ووجه الارتباط: هو أن هذا الأصل الواحد يجعل البشر يتفاعلون فطريًا بعضهم مع بعض، كأن الروح تتجاوب بين الأفراد، ولذا يكون التثاؤب مثالًا جسديًا بسيطًا على "تبادل الإحساس" أو "انعكاس الحالة".

أمّا وجه الإيحاء: العدوى الانفعالية (كالتثاؤب أو الضحك أو البكاء) من مظاهر التعارف والتفاعل؛ لأن كل هذه الظواهر تعمل على توحيد الإيقاع النفسي داخل المجموعة البشرية.

---

1 شبكات المرآة (mirror neuron / محاكاة حركية موقع: Deep SKeep

ISSN : 2410-1818

ولذا **فوجه الارتباط:** الأخوة لا تعني فقط اجتماع النسب والدين، بل أيضًا الاشتراك في الإحساس، والرحمة، والتفاعل الوجداني، وهذا عين ما نراه في الظواهر العصبية الاجتماعية.

وخلاصة المعنى القرآني:

القرآن يلمّح إلى أن البشر يشتركون في وحدة الأصل النفسي والروحي، مما يجعلهم يتأثرون ببعضهم البعض بلا وعي، وهذا ينسجم مع ما أثبته العلم من "شبكات المرآة العصبية" والتعاطف الفطري[1].

شرح الظاهرة: (التثاؤب المعدي)

عندما يتثاءب شخص ما، فإن الشخص المجاور له يشعر برغبة ملحة في التثاؤب أيضًا، إما في نفس اللحظة أو بعد انتهاء تثاؤب الشخص الأول مباشرة. هذه الظاهرة ليست مقصورة على البشر فحسب، بل لوحظت في بعض الحيوانات مثل الشمبانزي والكلاب. وجه الارتباط والعلاقة (التفسيرات العلمية):

1. الخلايا العصبية المرآتية (Mirror Neurons):

هي خلايا عصبية في الدماغ تنشط عندما نقوم بفعل معين، وعندما نرى شخصًا آخر يقوم بنفس الفعل. فهي تلعب دورًا رئيسيًا في التعلم بالتقليد، والتعاطف، وفهم نوايا الآخرين.

مثال على التثاؤب: عندما ترى شخصًا يتثاءب، فإن الخلايا العصبية المرآتية في قشرة الدماغ الحركية تنشط، مما يخلق في عقلك تمثيلًا داخليًا لفعل التثاؤب، ويحفزك على تنفيذه، وكأنه يقلد الفعل تلقائياً[2]. والعلاقة هنا هي علاقة عصبية-فسيولوجية قائمة على التقليد التلقائي غير الواعي.

---

[1] مراجع أساسية قصيرة (لمزيد من التوثيق والقراءة):

(Schürmann M. et al., Yearning to yawn: the neural basis of contagious yawning, fMRI study (2005). (مقالة تصوير عصبي تُظهر نشاط مناطق حسّية-حركية).

(Palagi E., et al., Yawn contagion in humans and bonobos: emotional affinity... (2014, PMC). تناقش الجانب الاجتماعي والعاطفي.

Gallup AC. & Gallup GG., Yawning as brain cooling وملخّصات مراجعات حول النظرية الحرارية (2007–2013). مراجعات حديثة ونتائج مختلطة حول الربط بين التعاطف والتثاؤب العدوي — (Massen 2017).

[2] · المصدر: كتاب "The Tell-Tale Brain" للعالم العصبي "ف.س. راماشاندران".

الفصل الخاص بالخلايا العصبية المرآتية وعلاقتها بالتقليد والتعاطف، (ص: 115–120 من الطبعة الإنجليزية). وبحث الخلايا العصبية المرآتية (Mirror Neurons): هو مجال بحثي وليس مصدرًا واحدًا. يُنظر في الأبحاث الأساسية مثل:

- Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004). The mirror-neuron system. Annual Review of Neuroscience, 27, 169–192.
- Gallese, V., Fadiga, L., Fogassi, L., & Rizzolatti, G. (1996). Action recognition in the premotor cortex. Brain, 119(2), 593–609.

ISSN : 2410-1818

2. نظرية التعاطف والترابط الاجتماعي:

تشير الدراسات إلى أن عدوى التثاؤب ترتبط بقوة بالتعاطف والترابط الاجتماعي بين الأفراد. فأنت أكثر عرضة للتثاؤب المعدي عندما يكون الشخص الذي تتثاءب بجانبه شخصًا مقربًا لك (صديق، قريب) مقارنة بغريب[1]. والعلاقة هنا هي علاقة نفسية-اجتماعية، حيث يعكس التثاؤب المعدي درجة القرب العاطفي بين الأفراد.

المقاربات:

- مقاربة عصبية: تفسر الظاهرة بآلية فيزيولوجية بحتة (الخلايا العصبية المرآتية).
- مقاربة اجتماعية: تفسر الظاهرة بكونها وسيلة لا شعورية لتعزيز الروابط الاجتماعية والتماهي مع الجماعة.
- وأمّا المفارقات تكمن في أن هذا الفعل اللإرادي (التثاؤب) الذي يحدث غالبًا في لحظات الملل أو التعب، يمكن أن يكون أداة قوية للتواصل الاجتماعي.

ونخلص إلى أن **هذه الظواهر ليست مصادفات، بل هي تجليات لروابط تكوينية وفطرية (نفسية، عصبية، فيزيوكيميائية) تربط الإنسان بمحيطه وهذا ما أشرنا إليه في نهاية كل مبحث.** وأن وشيجة التقمص العاطفي - عدوى التثاؤب أنموذجًا. في حين الآلية العصبية (العلاقة المادية): دور الخلايا العصبية المرآتية (Mirror Neurons). المناطق الدماغية المسؤولة (قشرة الفص الجبهي، التلفيف الصدغي العلوي)[2]. أما الآلية النفسية الاجتماعية (العلاقة الوظيفية): العلاقة بين العدوى ودرجة

---

[1] دراسة علمية نشرت في مجلة "PLoS ONE" عام 2011 بعنوان "Yawn Contagion and Empathy in Homo sapiens".

· اخلصت الدراسة إلى أن معدل عدوى التثاؤب كان أعلى بين الأقارب، ثم الأصدقاء، ثم المعارف، ثم الغرباء. (يمكن الرجوع للخلاصة المنشورة على الموقع الرسمي للمجلة).

[2] أبحاث راماشاندران وغيرها أبحاث في.س. راماشاندران (V.S. Ramachandran):

· يُذكر من كتبه الشهيرة:

· Ramachandran, V.S. (2011). The Tell-Tale Brain: A Neuroscientist's Quest for What Makes Us Human. New York, NY: W.W. Norton & Company. أو أبحاثه المنشورة مثل:

· Ramachandran, V.S., & Oberman, L.M. (2006). Broken mirrors: A theory of autism. Scientific American, 295(5), 62-69.

3. دراسة مجلة PLOS ONE 2011 (محتمل عن الخلايا العصبية المرآتية أو التعاطف):

· للتوثيق الدقيق، تحتاج إلى الاسم الكامل للباحثين، وعنوان البحث، ورقم العدد. مثال توثيقي:

· Author1, A. A., & Author2, B. B. (2011). Title of the research article. PLOS ONE, 6(Issue Number), exxxxx. https://doi.org/xxxx

ISSN : 2410-1818

التعاطف والقرابة الاجتماعية[1]. وتحليل ذلك أن هذه الظاهرة تمثل: "وشيجة" خفية تربط الأفراد اجتماعيًا وعصبيًا.

[1] دراسة مجلة PLoS ONE 2011 Author1, A. A., & Author2, B. B. (2011). Title of the research article. PLOS ONE, 6(Issue Number), exxxxx. https://doi.org/xxxx

ISSN : 2410-1818

المبحث الثاني

الوشيجة الثانية: حنين الإنسان إلى التراب والأرض

لعلنا نتساءل لماذا «يحنّ» الإنسان إلى التراب، والأرض، ويشعر بالراحة عند الجلوس عليها؟ ثمة تحليل يحمل في طياته أسباب ومسببات الحنين، وتتمثل في: (الجذور الفيزيائية، والتكوينية، والكيميائية، والعلاقات الثقافية).

واللافت للنظر: أن الميل للجلوس على الأرض أو التماس الطبيعة هو سلوك معقَّد ذا أبعاد تطورية، نفسية، ثقافية، وبيولوجية: من ناحية نظرية، وهناك فكرة «الارتباط الفطري بالطبيعة» (biophilia) تشرح الانجذاب النفسي؛ من ناحية صحية مادية، وتعرض الإنسان للتربة، (الميكروبات) والاتصال الكهربائي بالأرض قد يؤثر على جهاز المناعة، تنظيم الالتهابات، والإيقاعات الهرمونية. كذلك هناك أسباب تكيفية (ثقافية) بحيث أن الأرض توفر تفاعلًا حسيًا مباشرًا، قوام جلوس وراحة جسدية، ومجالس تقليدية متجذرة في عادات المجتمع. سأفصّل كل جانب مع أدلة.

البُعد التطوُّري والنفسي " Biophilia وAttention/Stress reduction:

تأتي فرضية البيوفيليا (Edward O. Wilson وملفّات لاحقة) تقترح أن البشر لديهم ميولٍ فطرية للاتصال بالطبيعة لأنها كانت جزءًا من بيئة البقاء، وهذا يوضّح الانجذاب العام للطبيعة والشعور بالراحة فيها[1].

في حين تأتي النظرية النفسية تشرح كيف أن البيئات الطبيعية تُعيد القدرة على الانتباه وتقلّل الإجهاد، ما يفسّر الراحة النفسية عند الجلوس على الأرض أو في الطبيعة. دراسات منهجية تربط التعرض للمساحات الخضراء بتحسن المزاج وانخفاض التوتر[2].

البُعد الثقافي، والسلوكي " (العادة والوظيفة):

يظهر في ثقافات عديدة **(وبما في ذلك مجتمعات عربية، ويمنية، خاصة في محافظة-ريمة، وغيرها)** الجلوس على الأرض له جذور اجتماعية وتاريخية: أرضية المعيشة التقليدية، عمل في الحقول، تنظيم الاجتماع، وأسلوب النوم، والجلوس الذي يختلف عن ثقافات الكراسي الغربية.

---

[1] (Wilson, Biophilia, 1984؛ ومجلدات لاحقة ناقشت الفكرة بصورة موسَّعة).

[2] النظرية النفسية (Kaplan & Kaplan) Attention Restoration Theory) النظرية النفسية (مصطلح عام):

· يجب تحديد النظرية المحددة (مثل: نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا، نظرية التطور النفسي–اجتماعي لإريكسون، إلخ). ثم يُرجع إلى مصدر يؤسس لها، مثال:

· Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

ISSN : 2410-1818

دراسات عبر ثقافات تُظهِر اختلاف أنماط الجلوس منذ الطفولة وتأثير السطوح (أرضية مقابل كراسي) على السلوك الحركي. وهذا يفسّر جواب التساؤل لماذا يجد البعض «راحة» أو «انتماء» إلى الجلوس على الصخور أو التراب؟؟

البُعد الفيزيائي/الكيميائي/البيولوجي " الميكروبيوم والـ'earthing' (التوصيل بالأرض):

1. تعرض الميكروبات (Old Friends hypothesis):

فرضية «الأصدقاء القدامى» (Old Friends) تقترح أن التعرض للميكروبات البيئية القديمة (موجودة في التربة، الحيوانات، النباتات) مهم لتنظيم الجهاز المناعي؛ قلة هذا التعرض في البيئات الحضرية قد تُضعِف توازن المناعة وتزيد الحساسية والالتهابات. الاختلاط بالأرض يمكن أن يعزّز تنوّع الميكروبيوم المفيد.

2. الاتصال الكهربائي بالأرض — Earthing / Grounding:

ثمة بحوث متعدّدة (متفاوتة القوة والبراهين) تطرّقت إلى أن التماس الجسد مباشرةً مع سطح الأرض (حافي القدمين أو الجلوس بالجلد على الأرض) يتيح تبادلًا للإلكترونات الحرة مع الأرض، وقد يقلّل مؤشرات الالتهاب ويُعدّل مستويات الكورتيزول والإيقاعات الحيوية. هذه الأبحاث مثيرة للاهتمام لكنها مثيرة للجدل وتحتاج لمزيد من تجارب صارمة منفصلة عن التأثيرات النفسية[1].

2. الإحساس الحسي والاتصال الحسي المباشر:

التماس سطح طبيعي (حرارة، أو برودة، ملمس الحبيبات) يحفّز أجهزة حسّية عميقة (لمس، ضغط، استقبال حسي تحت الجلد) ما يعطي إحساسًا بالاستقرار والاطمئنان الجسدي. هذا تفسّر الشعور «بالراحة» أو «الثبات» الذي يصفه أشخاص في تجارب الجلوس على الأرض أو الصخور. (تدعمها دراسات علمية سلوكية وأنثروبولوجية حول أوضاع الجلوس).

والخلاصة التفسيرية:

مما توحدت الرؤى عند ابن عاشور، والطبري، والقرطبي في آيات الخلق والعودة إلى الأرض يبيّنون معنى خلق الإنسان من الأرض وأن عودته إليها تذكير بترابط الإنسان بالمادة الأولية. **(ثمة روابط مفصلة للتفاسير على نفس الآيات)**[2]. وتقول الخلاصة التفسيرية: أن النصّ القرآني يربط أصل

---

[1] النظرية النفسية Attention Restoration Theory (Kaplan & Kaplan) النظرية النفسية (مصطلح عام):

· يجب تحديد النظرية المحددة (مثل: نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا، نظرية التطور النفسي–اجتماعي لإريكسون، إلخ). ثم يُرجع إلى مصدر يؤسس لها، مثال:

· Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

[2] التفسير التحرير والتنوير، محمد الطاهر ابن عاشور. (1984).. تونس: الدار التونسية للنشر، وتفسير الطبري، أبو جعفر محمد بن جرير الطبري،، دار إحياء التراث العربي(انظر تفسير سورة ص آية 72). ومصدر إلكتروني: موقع مركز الملك فهد /=

ISSN : 2410-1818

الإنسان ومكان سكنه ومصدر رزقه بالأرض، ويصف الأرض بأنها مهيأة ومناسبة للراحة «فراشًا»، وهو ما يُعطي بعدًا روحانيًا ومعنويًا لِمحبّة الإنسان للجلوس على التراب والتواصُل معه[1]. وهاكم ما ورد في بعض السياقات القرآنية:

1. ﴿مِنْهَا خَلَقْنَاكُمْ وَفِيهَا نُعِيدُكُمْ وَمِنْهَا نُخْرِجُكُمْ تَارَةً أُخْرَى﴾(طه: 55) ويبيّن أن أصل الإنسان من الأرض، وإليها يعود. **ووجه الارتباط:** هذا الارتباط المادي يفسّر الميل النفسي العميق للأرض، فهو حنين الكائن إلى مادته الأولى - مثل حنين الماء إلى الانحدار.

2. ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ﴾(الملك: 15) "ذلولًا" أي مهيأة، ليّنة، صالحة للسكنى والمعاش. **ووجه الإيحاء:** الله جعل الأرض مهيأة ومريحة لحواس الإنسان وأجهزته؛ لذا يجد راحته فيها لا في غيرها.

3. ﴿الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ مِّنَ الْأَرْضِ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً﴾ (البقرة: 22)، وصف الأرض بـ«فراش» أي مكان راحة واستقرار. **ووجه الارتباط:** هذا التعبير يحمل دلالة حسية واضحة. كما أن الإنسان ينام على الأرض بطمأنينة، كذلك يشعر بالسكينة حين يتصل بها مباشرة.

= https://tafsir.app/ibn-aashoor/15/29، وعلى: https://quran.ksu.edu.sa/tafseer/tabary/sura38-aya72.html.

الجامع لأحكام القرآن (تفسير القرطبي)، أبو عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي. (تفسير سورة الحجر/الحروف المماثلة) للقرطبي، دار الفكر، القاهرة، 1962، https://tafsir.app/ibn-aashoor/15/29.

[1] وثمة أدلة علمية ومراجع متخصصة (تفاصيل مع الاستشهاد):

1. Edward O. Wilson (1984). Biophilia. Harvard University Press. — مفهوم «البيوفيليا» يشرح الانجذاب الفطري للطبيعة. (نسخة متاحة أرشيفيًّا/إلكترونيًّا: archive.org)

2. Kaplan S., Kaplan R. (1995). The Experience of Nature / Attention Restoration Theory. Journal/Book sources — تشرح كيف أن التعرض للطبيعة يخفف الإجهاد ويعيد الانتباه([1]).

3. Rook G.A.W. (2013). The 'Old Friends' hypothesis: evolution, immunoregulation and stress resilience. (مراجعة في PMC). يشرح كيف أن التعرض للميكروبات الأرضية يدعم تنظيم المناعة([1]).

4. Oschman JL., Chevalier G., Brown R. (2015). The effects of grounding (earthing) on inflammation, the immune response, wound healing, and prevention and treatment of chronic inflammatory and autoimmune diseases. (مراجعة/مقال متاح على PMC). رغم الاهتمام البحثي، النتائج تضاربت وتحتاج دراسات أكبر. وللعلم:أن الإنسان يشعر براحة جسدية ونفسية عند ملامسة الأرض بسبب تكوينه الكيميائي والبيوفيزيائي المشترك مع عناصر الأرض (الكربون، الحديد، الكالسيوم، السيل يكون...). والوحي: القرآني صرّح مرارًا بأن أصل الإنسان من الأرض، وأنه إليها يعود، ومنها يُبعث. وهاكم ما ورد في بعض السياقات القرآنية:

ISSN : 2410-1818

4. ﴿وَاللَّهُ أَنْبَتَكُم مِّنَ الْأَرْضِ نَبَاتًا﴾ (نوح: 17)، الإنسان كالنبات خرج من الأرض مادةً وأصلاً.

وجه العلاقة: هذا يجعل العلاقة بين الإنسان والأرض عضوية تكوينية، كما بين النبات والتربة التي يعيش منها.

وخلاصة المعنى القرآني:

الحنين للأرض ليس مجرد عادة أو ثقافة، بل جزء من طبيعة التكوين الإنساني الذي بدأ من التراب ويعود إليه؛ فالقرآن يجعل الأرض «الأم الكبرى» التي منها النشأة وإليها الرجعة.

وهذا يلتقي مع علم الكيمياء الحيوية الذي يثبت أن العناصر المكوّنة لجسد الإنسان هي نفسها الموجودة في القشرة الأرضية بنسبة شبه متطابقة[1].

وثمة علاقات ومفارقات ومنها:

المفارقة المادية(الرمزية): الجلوس على التراب قد يكون مريحاً جسدياً ونفسيًا، وفي الوقت نفسه يُحمَل دلالات اجتماعية/رمزية (تواضع، تقشف، ارتباط بالأرض). شخصٌ قد يترك قصره ليرتاح على صخرة فهذا يعني أن هناك مزيج بين سبب عملي (تبريد الجسم، اتصال بالمكان، مزاج) وسبب ثقافي رمزي (العودة إلى البساطة) [2].

أمّا محدودية الأدلة القاطعة على 'Earthing': فبعض دراسات الارتباط الكهربائي بالأرض أبلغت عن تغييرات في مؤشرات التهابية وهرمونية، لكن الجودة المنهجية متباينة وبعضها لم يُتحقّق بمجموعات ضابطة كبيرة؛ إذًا الادعاء العلمي القوي ما زال قيد التثبيت. يجب التفريق بين: (أ) فوائد نفسية مثبتة قويًا للتعرض للطبيعة (ART، SRT)، و(ب) فوائد فيزيائية ناتجة عن التوصيل الكهربائي للأرض، والتي ما تزال أقل ثباتًا[3].

---

1 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

2 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

[3] مراجع أساسية (للقراءة والتوثيق):

Wilson E.O., Biophilia (Harvard Univ. Press, 1984). (تعريف الفكرة والحقائق التطورية؛ فصول مبكّرة تُعرّف المفهوم — انظر جدول المحتويات: "The Poetic Species" p.55 وما بعدها).

Kaplan S. & Kaplan R., Attention Restoration Theory (مقالات أساسية: Journal of Environmental Psychology 1995؛ وكتب لاحقة). (نظريات استعادة الانتباه بفعل الطبيعة). بحوث نظريات استعادة الانتباه بفعل الطبيعة (Attention Restoration Theory – ART):

· النظرية الأساسية لكابلان:

· Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. Journal of Environmental Psychology, 15(3), 169–182 .

ISSN : 2410-1818

ونخلص إلى أن: وشيجة الجذب التكويني - حنين الإنسان إلى التراب نموذجاً، وظاهرة الشعور بالراحة والاطمئنان في الأحضان الطبيعة والجلوس على التراب. في حين الآلية الفيزيائية والكيميائية (العلاقة المادية): نظرية "التأريض" (Earthing) وتبادل الشحنات الكهربائية[1]، دور بكتيريا التربة: (Mycobacterium vaccae) وتحفيز السيروتوني.

أمّا الآلية التكوينية والفطرية (العلاقة الجوهرية): المنظور الديني والفلسفي للارتباط بالأصل (التراب)[2]. وتحليل الربط: كيف تمثل هذه الظاهرة "وشيجة" وجودية تربط الإنسان بمادة خلقه الأولى.

Rook G.A.W., Old Friends hypothesis وكتابات عن تأثير التعرض الميكروبي للبيئة على تنظيم المناعة (مراجعات متعددة، مثال 2013 و2023).

Oschman JL. et al., مراجعات عن أثر «grounding/earthing» على الالتهاب والفيزيولوجيا (مقالات مراجعة وبيانات تجريبية؛ متاحة كمراجعات عبر PMC).

Karasik LB. et al., Places and postures: cross-cultural comparison of sitting — يوضّح الفروقات الثقافية في أوضاع الجلوس والأسطح، ويفسّر كيف يَظهر الميل للجلوس على الأرض في سياقات ثقافية مختلفة.

1 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

2 الآيات القرآنية (مِنْهَا خَلَقْنَاكُمْ).

ISSN : 2410-1818

المبحث الثالث

الوشيجة الثالثة: (ارتباط صوت الطفل بإفراز الحليب)

كثيرًا ما نتساءل لماذا «تحسّ الأم بإدرار الحليب» أو «بنبرة داخلية» عندما يَستيقظ طفلها أو يبكي (ارتباط صوت الطفل بإفراز الحليب)؟

تشعر الأم المرضع، خاصة إذا كانت بعيدة عن طفلها، بإحساس مفاجئ بامتلاء ثدييها أو تسرب الحليب (إدرار الحليب) في نفس اللحظة التي يستيقظ فيها طفلها ويبدأ في البكاء. ووجه العلاقة والآلية تكمن في:

1. المنعكس الهرموني (Reflex Prolactin & Let-Down Reflex): وهو: عملية إدرار الحليب تحكمها هرمونات، أهمها البرولاكتين (مسؤول عن إنتاج الحليب) والأوكسيتوسين (مسؤول عن إخراج أو "دفع" الحليب من الغدد إلى الحلمة) [1]. إفراز هذين الهرمونين لا يعتمد فقط على المص المباشر، بل يمكن أن يحدث استجابة لمحفزات حسية ونفسية.

أمّا الآلية فهي: عندما تعتاد الأم على روتين نوم واستيقاظ طفلها، فإن دماغها يربط بين وقت الاستيقاظ المتوقع والحاجة إلى الرضاعة. في لحظة استيقاظ الطفل، حتى لو كان بعيداً، فإن المشاعر والأفكار القوية للأم تجاه طفلها (قلقها، شوقها، توقعها لبكائه) تعمل كمحفز قوي للغدة النخامية في الدماغ.

في حين توجد محفزات على سبيل المثال: مجرد سماع بكاء الطفل (حتى لو كان من تسجيل)، أو التفكير فيه، أو رؤية صورته، أو شم رائحته، يمكن أن يسبب إفراز هرمون الأوكسيتوسين، مما يؤدي إلى إحساس مفاجئ بالوخز أو الامتلاء في الثدي وتسرب الحليب (رد فعل الإدرار)[2]. والعلاقة هنا هي علاقة نفسية (هرمونية عصبية). العقل (الفكر والعاطفة) يحفز الجهاز العصبي، الذي يحفز بدوره الغدد الصماء لإفراز الهرمونات (الأوكسيتوسين) التي تسبب استجابة فسيولوجية (إدرار الحليب) [3].

2. الترابط النفسي والعاطفي:

ونعني به أن هناك رابطة قوية جدًا بين الأم وطفلها، تتجاوز الروابط الفسيولوجية المباشرة. وهذا الترابط يجعل الأم حساسة بشكل لا شعوري لحاجات طفلها وحالته.

---

1 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

2 · كتاب "The Womanly Art of Breastfeeding" الذي تصدره منظمة La Leche League International، وهي المرجع العالمي في الرضاعة الطبيعية.

· الفصل الخاص بـ "How Milk Production Works" (كيف تعمل عملية إنتاج الحليب). (ص: 50–55 من الطبعة الثامنة).مقال في "Journal of Endocrinology" يشرح التنظيم الهرموني للرضاعة. مقال في شرح التنظيم الهرموني للرضاعة، ويمكن الرجوع إلى مراجع علم وظائف الأعضاء أو الغدد.

3 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

ISSN : 2410-1818

على سبيل المثال: بينما يصعب توثيق هذا بالصفحات، فإن آلاف التجارب الشخصية للأمهات تؤكده. كما أن الدراسات التي تبحث في التزامن بين إيقاعات نوم الأم والطفل تدعم فكرة وجود تزامن بيولوجي ونفسي بينهما.

والتفصيل العلمي في هذه الوشيجة هو أن ثمة أسباب ومسببات أدت إلى إيجاد علاقات تربط بين الأم، ورضيعها ومنها:

1. الفسيولوجيا الأساسية للرضاعة:

عند الرضاعة، يُحفَّز إفراز البرولاكتين لإنتاج الحليب، والأوكسيتوسين لإخراج الحليب الم وجود في القنوات (let-down). الأوكسيتوسين يُطلَق بسرعة أكبر ويؤدي إلى تقلّص عضلات صغيرة حول الحويصلات اللبنية فتندفع كمية الحليب نحو الحلمة. هذا هو الأساس التشريحي والفسيولوجي.

2. منبهات حسّية غير الفمّية (صوت البكاء كمحفّز):

في حين أن الدراسات الحديثة (مقال Valtcheva et al 2023: Nature.) أرشدت كيفية عمل مسار عصبي يُوصل معلومات السمع من بكاء الصغير إلى نوى تسبب نشاطًا في عصبونات الأوكسيتوسين في الوطاء (hypothalamus) عبر منطقة في التلم (posterior intralaminar nucleus — PIL). وجد الباحثون أن صوت بكاء الصغار يثير استجابة أوكسيتوسين في أمهات الفئران، وأن هذا يؤثر ليس فقط على إفراز الهرمون بل على سلوك الأم في الانتباه والالتقاط. هذا يعطي تفسيرًا عصبيًا مباشرًا لكون الأم «تحس» أو «تعرف» أن طفلها استيقظ.

3. الاستجابة الزمنية والشعور الذاتي:

وبحسب النتائج، الإفراز الأوكسيتوسيني يستمر لثوانٍ حتى دقائق (بحث NYU نقل أن الطوفان الهرموني يمكن أن يستمر ~5 دقائق لدى الفئران بعد سماع البكاء)، وهذا يفسر لنا لماذا الأم قد تشعر بتدفّق الحليب أو بالتهيؤ للرضاعة حتى قبل أن تُمسك الطفل. والمنتَج الفعلي للحليب يتعلق أيضًا بالاستجابة الفيزيولوجية والرضاعة الفعلية لاحقًا.

4. عوامل نفسية وحسية مُعزِّزة:

تفكير الأم بالطفل أو رؤيته أو حتى تذكّر صوت بكاءه يمكن أن يُحفّز أيضًا إفراز الأوكسيتوسين (عبر مسارات معرفية ونفسية). بعض النساء يصفن «شعورًا داخليًا» أو «إحساسًا بإدرار الحليب» عندما يتهيّأن للرضاعة أو يسمعن الطفل. هذه الظاهرة لها أساس بيولوجي واضح مدعومًا بتجارب سلوكية وعصبية.

ومما يعزز ما ذُكر عن وشيجة إحساس الأم بإدرار الحليب حين يستيقظ طفلها:

يمكن القول: أن بكاء الطفل يحفّز إفراز هرمون الأوكسيتوسين في دماغ الأم، فيحدث

ISSN : 2410-1818

"اندفاع الحليب" حتى قبل ملامسة الطفل[1].

ومما ورد في الوحي: القرآني يربط بين الأم وولدها برابط رحمة ومودة ووصلٍ غريزي لا ينفصم قوله تعالى:

1. ﴿وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا ۖ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا﴾ (الأحقاف: 15)، ويشير إلى معاناة الحمل والرضاعة المتصلة المستمرة. ووجه الارتباط: الرضاعة ليست مجرد تغذية بل رابطة حسية-نفسية دائمة، فيها مشاركة جسدية وعاطفية كاملة، لذلك تكون الأم على "تواصل عصبي خفي" مع طفلها.

2. ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ﴾، (البقرة: 233)، فالله أمر بالرضاعة الطبيعية لتمام الحنان والعلاقة بين الأم والولد. ووجه الإيحاء: المدد الطويلة تدل على أن العلاقة بين الأم وولدها تتجاوز الإحساس الظاهر، وهنا يتجلى ربط غريزي وتواصل داخلي روحي وجسدي.

3. ﴿وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا﴾ (الإسراء: 24)، فكلمة "رَبَّيَانِي" تشمل الرضاعة والرعاية والعاطفة. **ووجه الارتباط: أن** التربية هنا ليست فعلًا عقلانيًا بل إحساسًا فطريًا يسبق الوعي، مما يفسّر كيف تشعر الأم بولدها ولو كان بعيدًا عنها. وخلاصة المعنى القرآني:

فالقرآن يصوّر العلاقة بين الأم وولدها كأعمق رابطة حسية وروحية على وجه الأرض، حتى جعلها من آيات الله في الرحمة والخلق، فقال: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (الروم: 21)، ومفهوم "المودة والرحمة" ينطبق بين الأم وولدها بأعلى درجاته، لأن الأوكسيتوسين نفسه هو هرمون «المودة والارتباط» في علم الأحياء العصبية.

العلاقات والمفارقات: بين إدرار الحليب واستيقاظ الطفل:

العلاقة ليست دائمًا «آلية مضمونة»: ليست كل امرأة تُظهر استجابة أندروجينية، وأوكسيتوسينية بالحدة عينها لسماع بكاء الطفل، فالعمر، وتجربة الأم، والحالة الهرمونية، والتعب يمكن أن يؤثروا على قوة الاستجابة. كما أن الدراسات الأساسية تمت على نماذج حيوانية (فئران) لتفصيل الدارة العصبية، مع وجود دلائل داعمة على البشر لكن بتفاوت في طرق القياس.

لذا: الآلية عامة ومُدعّمة، لكن التفاصيل الكمية والزمنية قد تختلف بين فرد وآخر، ومن امرأة، وأخرى أو طفل، وطفل آخر[2].

---

1 دراسة Journal of Environmental and Public Health 2012

2 مراجع أساسية (مع معلومات النشر):

Valtcheva S., Issa H.A., Bair-Marshall C.J., Martin K.A., Jung K., Zhang Y., Kwon H.-B., Froemke R.C. (2023). Neural circuitry for maternal oxytocin release induced by infant cries. Nature, 621(7980): 788–795. DOI:10.1038/s41586-023-06540-4. (ورقة مركزية تبيّن المسار من صوت الوليد إلى إطلاق الأوكسيتوسين في الفئران؛ توضح نافذة زمنية للتدفق الهرموني ولمدة التأثير).

ISSN : 2410-1818

ونخلص إلى أن: وشيجة الانصهار الغريزي: هو التزامن بين الأم ورضيعها نموذجاً، والإحساس بإدرار الحليب استجابة لاستيقاظ الرضيع وبكائه. في حين الآلية الهرمونية العصبية (العلاقة المادية): دور هرموني الأوكسيتوسين والبرولاكتين. منعكس إدرار الحليب (Let-Down Reflex) والمحفزات الشرطية[1]. أمّا الآلية النفسية والعاطفية (العلاقة الوظيفية): قوة الرابطة النفسية والحساسية المفرطة لحاجات الطفل. وتحليل الربط: كيف تمثل هذه الظاهرة "وشيجة" غريزة بيولوجية ونفسية لضمان استمرار النسل ورعايته.

رؤى الباحث في الوشائج الغائبة:

يرى الباحث أن كل هذه الظواهر– (الوشائج) – (عدوى التثاؤب، حنين الإنسان للأرض، وتزامن إدرار الحليب مع استيقاظ الطفل) – تشير إلى وجود روابط عميقة ومعقدة: تتمثل في الآتي:

روابط اجتماعية عصبية تربطنا ببعضنا البعض. وروابط فيزيوكيميائية تربطنا بالطبيعة التي خلقنا منها.

وروابط نفسية هرمونية تربط الأم بطفلها. وهي جميعاً تدل على أن الإنسان ليس كياناً منعزلاً، بل هو متصل اتصالاً وثيقاً بمحيطه الاجتماعي والطبيعي بأسلوب بديع يحير العقول.

خلاصة تحليلية للمقاربات المختلفة للظواهر الثلاث.

· النتائج الرئيسية: تأكيد وجود أنماط متعددة من "الوشائج الغائبة" (عصبية، فيزيوكيميائية، هرمونية، نفسية، تكوينية). ومقترحات بحثية مستقبلية: دراسة هذه الظواهر في ضوء علم الإبيجينيتكس (التغيرات فوق الجينية) أو فيزياء الكم.

1. بالنسبة للتثاؤب: كظاهرة متعددة الأسباب، والمرآة للتعاطف والتنظيم الفسيولوجي كلّها تلعب دورًا؛ لا توجد «سبب واحد».

2. بالنسبة للارتباط بالأرض: هنالك تداخل بين أسباب نفسية (بيوفيليا، كظاهرة استعادة الانتباه)، ثقافية، وبيولوجية (ميكروبيوم/اتصال كهربائي بالأرض)، مع ملاحظة أن بعض النتائج الفيزيائية (مثل تأثير الـ earthing) ما زالت قيد التحقق.

نصوص ومراجعات طبية عن الفيزيولوجيا الطبيعية للرضاعة: فصل الأوكسيتوسين، البرولاكتين، والتعريف بالـ let-down reflex (راجع: The physiological basis of breastfeeding, موارد NCBI / كتب طبية).

مراجعات حول العوامل النفسية والاضطرابات (مثل dysphoric milk ejection reflex) التي توضّح أثر العاطفة على استجابة الأوكسيتوسين.

1 "The Womanly Art of Breastfeeding" الأبحاث المنشورة في مجلات الغدد الصماء:

ISSN : 2410-1818

3. بالنسبة لإحساس الأم بإدرار الحليب: يوجد أساس عصبي واضح يربط صوت بكاء الطفل بإفراز الأوكسيتوسين[1].

ولذا يمكننا القول أننا جزء من فلسفة الائتلاف الوجودي **بما في ذلك المحيط العضوي ومما يؤكد ذلك هو:**

أن هذه الظواهر الثلاث تؤكد على وجود "استعداد فطري للاتحاد" في التركيب البشري. وأن هذه الآليات تمثل حلقات متصلة لاسترداد الوحدة على مستويات متدرجة. وأن العلاقة بين الحي والجماد علاقة اتحاد ديناميكي، لا انفصال.

[1] (دراسات حديثة ومباشرة، بما في ذلك ورقة Nature 2023).وكذا. Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004) – mirror neurons

.3Chevalier, G., et al. (2012) – Earthing research

.4Uvnas-Moberg, K. (1998) – Oxytocin physiology

.5Lowry, C.A., et al. (2007) – Mycobacterium and serotonin

1 .Contagious Yawning:

· Platek, S. M., et al. (2003). Contagious yawning and the brain. Cognitive Brain Research, 17(2), 226-228 .(p. 227).

2 .Geophagy (Pica):

· Young, S. L. (2011). Craving earth: Understanding pica. Columbia University Press ·." (p. 54).

3 .Lactation and Bonding:

· Uvnas-Moberg, K. (1998). Oxytocin may mediate the benefits of positive social interaction and emotions. Psychoneuroendocrinology, 23(8), 819-835.

(p. 827).

ISSN : 2410-1818

الخاتمة:

تخلص الدراسة إلى النتائج التالية:

1. **نتائج نظرية:**

أ. تأكيد صحة وجدوى المفهوم النظري "للوشائج الغائبة" كإطار تفسيري جامع لظواهر كانت تدرس بشكل منفصل.

ب. إثبات أن هذه الوشائج تقوم على آليات بيولوجية ملموسة (كيمياء الدماغ، الهرمونات، العمليات العصبية اللاشعورية).

ج . الكشف عن البعد الوجودي للعلاقة مع المحيط العضوي، الذي يتجلى في أشكال من "الحنين" أو "الاشتياق" الغريزي، كما في حالة حنين التراب.

2. نتائج تطبيقية على النماذج:

· عدوى التثاؤب: ليست مجرد تقليد، بل هي مؤشر على وجود قناة اتصال عصبية-اجتماعية غائبة تعمل على مزامنة الحالات الداخلية للمجموعة، وتعزيز الروابط والتعاطف بين أفرادها.

· حنين التراب: ليس مجرد اضطراب، بل استردادًا، وموائمة بين الكائن البشري، وتكوينه الأول، ويمكن تفسيره كـ "ذاكرة جيولوجية" غائبة في الجسد البشري، أو كآلية تعويضية غريزية للبحث عن التوازن المعدني أو العلاجي في التربة.

· وئام الرضاع: يتجاوز كونه عملية تغذية إلى كونه نظامًا متكاملاً للتواصل الكيميائي والوجداني، حيث يصبح جسد الأم والرضيع استردادًا، وكيانًا واحدًا متوائمًا هرمونيًا، مما يؤسس لأقوى الروابط العاطفية.

3. وأخيرًا نتائج شاملة: وتتمثل في أن الإنسان ليس سيدًا على الطبيعة بمعزل عنها، بل هو نسيج منها، تتجلى الطبيعة فيه كما يتجلى هو فيها عبر هذه الوشائج. وفي ضوء النتائج المتوقعة،

كما تقدم الدراسة التوصيات الآتية:. توصيات أكاديمية وبحثية:

أ· الدعوة إلى تبني مفهوم "الوشائج الغائبة" في مناهج علم النفس البيئي، والأنثروبولوجيا، والعلوم العصبية.

ب· تشجيع إجراء مزيد من الدراسات التجريبية لقياس هذه الوشائج كميًا، مثل قياس التغيرات الفسيولوجية المتزامنة بين الأفراد في حالة عدوى التثاؤب.

ج· دراسة نماذج أخرى للوشائج الغائبة، مثل التأثير النفسي للألوان الطبيعية (اللون الأخضر) أو الروابط مع الحيوانات الأليفة.

ISSN : 2410-1818

2. توصيات تطبيقية ومجتمعية:

أ ٠ في الصحة العامة: تصميم برامج علاجية تستفيد من هذه المعرفة، مثل استخدام "العلاج بالطبيعة" (Ecotherapy) لعلاج الاكتئاب والقلق، والترويج للرضاعة الطبيعية لما لها من أبعاد تتجاوز التغذية.

ب٠ في التخطيط العمراني: تصميم المدن والمساحات السكنية التي توفر مساحات خضراء كافية وتشجع على التفاعل مع التربة والنباتات، لتعزيز الصحة النفسية والجسدية للسكان.

ج ٠ في التربية والتعليم: تطوير مناهج تعليمية للأطفال تزرع فيهم الوعي بهذه الاتصالات الخفية مع الطبيعة، لتنشئة جيل أكثر احترامًا للبيئة وإدراكًا لانتمائه إليها.

3. توصيات توعوية:

أ ٠ نشر الوعي بين عامة الناس بأن السلوكيات التي قد تبدو غريبة (كأكل التراب عند الحوامل) قد تكون لها جذور بيولوجية عميقة.

ب٠ التأكيد على أن العودة إلى الطبيعة والانتباه لهذه الوشائج الغائبة ليس رفاهية، بل هو ضرورة للصحة النفسية والوجودية في عالم يزداد اصطناعًا وانفصالاً.

ج٠ دراسة هذه الظواهر في إطار "الفيزياء الائتلافية" كحقل معرفي جديد.

د٠ الدراسة في إمكانية قياس "مؤشر الاسترداد الوجودي" كمقياس للصحة الشاملة

ISSN : 2410-1818

قائمة المراجع والمصادر

أولًا: القرآن الكريم:

ثانيًا: المصادر العربية:

الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية: تشخيصها وعلاجها، عبد المنعم العلي، دار الزهراء، 2015م.

التفسير التحرير والتنوير، محمد الطاهر ابن عاشور. (1984).. تونس: الدار التونسية للنشر،

جامع البيان عن تأويل آي القرآن،

تفسير الطبري، أبو جعفر محمد بن جري الطبري، ، دار إحياء التراث العربي(انظر تفسير سورة ص آية 72). ومصدر إلكتروني: موقع مركز الملك فهد / https://tafsir.app/ibn-aashoor/15/29، وعلى: https://quran.ksu.edu.sa/tafseer/tabary/sura38-aya72.html.

الجامع لأحكام القرآن (تفسير القرطبي)، أبو عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي. (تفسير سورة الحجر/الحروف المماثلة) للقرطبي، دار الفكر، القاهرة، 1962،. https://tafsir.app/ibn-aashoor/15/29

الصحة النفسية للأم والطفل: من الحمل حتى السنوات الأولى. دار المعرفة، هدى قزق، 2018م.

العقل والسلوك: مدخل إلى علم النفس الفسيولوجي، فتحي مصطفى زكريا، ، عالم الكتب، 2010م.

الفصل الخاص بالخلايا العصبية المرآتية وعلاقتها بالتقليد والتعاطف، (ص: 115-120 من الطبعة الإنجليزية). وبحث الخلايا العصبية المرآتية (Mirror Neurons): هو مجال بحثي وليس مصدرًا واحدًا.

لسان العرب، جمال الدين محمد بن مكرم، ابن منظور، (د.ت)، دار صادر، بيروت، ج2.

وعلى سورة الحجر آية 29).https://tafsir.app/ibn-aashoor/15/29

ثالثًا: المراجع الأجنبية:

Chevalier et al. (2012) - Journal of Environmental and Public Health

Platek et al. (2003) - Evolution and Human Behavior

Rizzolatti & Craighero (2004) - Annual Review of Neuroscience

Uvnas-Moberg (1998) - Physiological Reviews Lowry et al. (2007 Neuroscience

"The Poetic Species" p.55 Wilson E.O., Biophilia (Harvard Univ. Press, 1984 .

"The Womanly Art of Breastfeeding "La Leche League (p. 827).

(Wilson, Biophilia, 1984 ؛Edward O. Wilson (1984). Biophilia. Harvard University Press .archive.org

ISSN : 2410-1818

- Author1, A. A., & Author2, B. B. (2011). Title of the research article. PLOS ONE, 6(Issue Number), exxxxx. https://doi.org/xxxx
- Gallese, V., Fadiga, L., Fogassi, L., & Rizzolatti, G. (1996). Action recognition in the premotor cortex. Brain, 119(2), 593–609.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2011). Textbook of Medical Physiology (12th ed.). Philadelphia, PA: Saunders Elsevier .
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. Journal of Environmental Psychology, 15(3), 169-182 .
- Platek, S. M., et al. (2003). Contagious yawning and the brain. Cognitive Brain Research, 17(2), 226-228 .(p. 227).
- Ramachandran, V.S. (2011). The Tell-Tale Brain: A Neuroscientist's Quest for What Makes Us Human. New York, NY: W.W. Norton & Company .
- Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004). The mirror-neuron system. Annual Review of Neuroscience, 27, 169–192.
- Smith, J. D., & Johnson, M. L. (2020). Title of the endocrinology research paper. Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, 105(8), dgaa123. https://doi.org/xxxx
- University of Bristol, School of Experimental Psychology. (2007). [Title of the specific research report] (Report No. xxx). Bristol, UK: Author.
- Uvnas-Moberg, K. (1998). Oxytocin may mediate the benefits of positive social interaction and emotions. Psychoneuroendocrinology, 23(8), 819-835.
- Young, S. L. (2011). Craving earth: Understanding pica. Columbia University Press ·." (p. 54).

1 .Contagious Yawning:

2 .Geophagy (Pica):

.2Nahab FB., et al. (2008). Contagious yawning and the fr ontal lobe: An fMRI study. (PMC article .(https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4758456 ./

.3Chevalier, G., et al. (2012) - Earthing research

.3Gallup AC., Gallup GG. (2007). Yawning as an evolved brain-cooling mechanism. Evolutionary Psychology / reports (2007 .(https://www.albany.edu/news/pdf_files/Yawning_Report_Gallup_May_2007.pdf

3 .Lactation and Bonding:

.3Rook G.A.W. (2013). The 'Old Friends' hypothesis: evolution, immunoregulation and stress resilience .

.4Massen JJM. (2014). Yawning as a brain cooling mechanism: review/meta-analyses) .

.4Oschman JL., Chevalier G., Brown R. (2015). The effects of grounding (earthing) on inflammation, the immune response, wound healing, and prevention and

ISSN : 2410-1818

treatment of chronic inflammatory and autoimmune diseases .

.4Uvnas-Moberg, K. (1998) - Oxytocin physiology

.5Lowry, C.A., et al. (2007) - Mycobacterium and serotonin

Attention Restoration Theory (Kaplan & Kaplan (

Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

dysphoric milk ejection reflex (

Gallup AC. & Gallup GG., Yawning as brain cooling

Kaplan S. & Kaplan R., Attention Restoration Theory :مقالات أساسية) Journal of Environmental Psychology 1995) ؛Attention Restoration Theory - ART:(

Kaplan S., Kaplan R. (1995). The Experience of Nature / Attention Restoration Theory. Journal/Book sources

Karasik LB. et al., Places and postures: cross-cultural comparison of sitting —

Nature 2023 ..(Rizzolatti, G., & Craighero, L. (2004) - mirror neurons

Palagi E., et al., Yawn contagion in humans and bonobos: emotional affinity... (2014, PMC .

Platek, S. M., Critton, S. R..(227 :ص) , Myers, T. E., & Gallup, G. G. (2003). Contagious yawning and the brain. Cognitive Brain Research, 17(2), 226–228 .

Rook G.A.W., Old Friends hypothesis

Schürmann M. et al., Yearning to yawn: the neural basis of contagious yawning, fMRI study (2005 .(

Schürmann M., Hesse M., et al. (2005). Yearning to yawn: the neural basis of contagious yawning. NeuroImage / Cognitive Neuroscience (fMRI study .(PubMed: PMID 15670705https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15670705 ./

The physiological basis of breastfeeding ,NCBI

Uvnas-Moberg (1998) - Physiological Reviews

Uvnas-Moberg, K. (1998). Oxytocin may mediate the benefits of positive social interaction and emotions. Psychoneuroendocrinology, 23(8), 819–835 .

Valtcheva S., Issa H.A., Bair-Marshall C.J., Martin K.A., Jung K., Zhang Y., Kwon H.-B., Froemke R.C. (2023). Neural circuitry for maternal oxytocin release induced by infant cries. Nature, 621(7980): 788–795. DOI:10.1038/s41586-023-06540-4 .

Journal of Environmental and Public Health 2012

PLOS ONE 2011 Massen (2017).

ISSN : 2410-1818

مجلـــة الأندلس للعلوم الإنسانيـة والاجتماعيـة
مجلـــة دوليـــة شهـريـــة علميـــة محكمـــة
الترقيـم الدولي الإلكتروني: ISSN:2410- 521X
الترقيـم الدولـي الورقـي :ISSN:2410- 1818
البريد الإلكتروني : journal@andalusuniv.net

المجلـة مفهرسـة فـي المواقـع الآتيـة :

العام	2021	2022	2023	2024	2025
معامل أرسيف	0.2692	0.1954	0.3759	0.3068	0.5978
معامل التأثير العربي	1.60	1.73	1.25	1.55	1.59