

أثر نور الشمس على النبات والحيوان والإنسان

قلما تكتب الحياة لنبات اخضر ينبت في الظلام حتى النباتات النامية في اعماق البحار تستمد نموها من نور الشمس والنباتات التي تنبت عادة في المغاور والكهوف تتجه نرى اغصانها دائما نحو الفتحة المنيرة في الكهف لتتنسم من النور عبر الحياة وكذلك فان نور الشمس يهب للنبات الاخضرار المسمى «كلوروفيل» وبواسطته يتكون الفيتامين بالتماس اشعة الشمس والزيوت الحديثة اذا عرضت لاشعة الشمس اكتسبت خاصية الاشعاع ويتكون فيها الفيتامين د. وان السمن النباتي غني بالفيتامين المذكور. واذا كان عن تحضير معاملة حيث الشمس المشرقة لتعرضه الى نورها اثناء تجهيره بينما السمن النباتي المحضر في المعامل الاوروبية خال من الفيتامين لان الشمس بعيدة عن هؤلاء ومن الثابت ان الزيوت اذا تقادم العهد عليها فقدت خاصيتها المشعة وتبدل طعمها وعلى هذا فالسمن النباتي المحضر في بلادنا يفوق مثيله المحضر في البلاد الغربية لغناه بالفيتامين اولاً.. ولا مكان استهلاكه جديداً ثانياً وايضا خلوه من جميع خواصه وفعاليته والتجارب كلها اثبتت ان المواد الدسمة وحليب البقر واللبن المجفف تكتسب كلها صفة الاشعاع وتصبح غنية بالفيتامين «د» بعد عرضها على نور الشمس مدة ٣٠ دقيقة فاذا زاد التعرض لها عن ٣ ساعات تفقد هذه الخاصية الحيوية وثبت ان نور الشمس يؤثر في جسم الانسان ويحول مادة التيرول الموجودة في الفيتامين «د».

وزيت السمك المستخرج من كبد الحوت يعد من اقوى الاغذية والادوية الغنية بالفيتامين المذكور فنور الشمس النافذ الى مياه البحار يكسب النباتات البحرية الخضراء صفات الاشعاع فيتكون فيها الفيتامين «د» الذي ينتقل الى كبد الاسماك التي تتغذى بهذه النباتات والحياتان تتغذى بهذه النباتات والاسماك الصغيرة فيضطر كبد الحوت لاختران الفيتامين الوفير الوارد اليه من هذه التغذية ويستخدم نور الشمس في معالجة فقر الدم وهو زال الجسم. اذ تبين ان وزن الخنازير والثيران المعرضة الى نور الشمس يزداد عن مثيلاتها من الحيوانات الحبيسة ويعالج بأشعة الشمس المصابون بالآفات الموضوعية والمصابون بالكساح ويعالج بعض الآفات الجلدية كالقوباء والاكزيما. وان الفيتامين الطبيعي المجاني الناجم عن تماس اشعة الشمس لإيهاب الانسان اجدى للمرضى من عشرات الأربطال من زيت السمك او من خلاصته التي ترهق المعدة وتقرض النفس وتفقد الشهية الى الطعام وعلى الامهات ان يتعلمن ضرورة عرض اطفالهن على اشعة الشمس قبل الظهيرة او بعدها عراة ما امكن ولمدة قصيرة تزداد يوماً بعد يوم دون افراط فذلك يقي الاطفال شر الكساح ويجنبهم خطر تقوس الساقين. والخلاصة ان نور الشمس لا يستغني عنه اي انسان او حيوان او نبات فهو اكسير الحياة لكل حي وهو من اسباب استمرار الوجود في كل موجود.

وصفية قاسم الجرجاوى

جامعة قطر