

قضية وحوار:

التسوق الشره في رمضان.. بين الحاجة الملحة والإرهاق المادي والتلهي عن العبادة

عبدالعزیز بوهميل

الدمام - من أبرز الظواهر التي تصاحب شهر رمضان المبارك حتى نهايته ظاهرة التسوق الشره، التي تبدأ قبيل مطلع الشهر بالمواد الغذائية، وتنتهي بملابس العيد، أو الأعراس التي تعقبه مباشرة. ولا شك أنها حاجات تستدعي التسوق لا محالة، ولكن المشكلة تكمن في قضية كبرى وقع فيها كثير من الناس اليوم، وهي وهم التساوي بينهم في قدر الدخل، الذي يجعل متوسط الحال ينفق ويشترى بقدر الثري في جميع مظاهر الحياة اليومية. ويظل بعد ذلك يعاني من سداد ديونه التي لا ترحم حاله، فلا يهنا بنوم، ولا يسعد بلقاء أحد، فكل من حوله قد أصبح مديناً لهم، يده هي السفلى، وأيديهم هي العليا، والهدف من وراء ذلك ترف يمكنه أن يستغني عنه.

ولبحث هذه الظاهرة والوقوف على تداعياتها؛ التقت القافلة الأسبوعية د. خالد بن سعود الحليبي، مدير مركز بيت الخبرة للبحوث والدراسات الاجتماعية. وحاورته حول هذا الموضوع، فالتقط لب القضية قائلاً: «لقد ساعد في تفاهم ذلك ما تقوم به المحلات التجارية من عمليات تسويقية قادرة على إقناع المستهلك بأن إقدامه على الشراء منها سيوفر له كثيراً من أمواله، فالتخفيض يصل إلى 60% أحياناً، والتقسيم مريح جداً لا يتعدى ثلاث تسعات متجاورة، ولا يحتاج إلى كفيل، ومثل هذه التصفية لن تتكرر مرة أخرى، وإذا اشترت ثلاث قطع فالرابعة مجاناً، ولنا في كل يوم متسوق لا يدفع ثمن مشترياته، والمسابقات تستمر، ويظل أحدهم يجري وراء كل نور من أشعة الليزر التي تشق عنان السماء، لعله يحظى بصفقة العمر، فيشتري أضعاف ما كان ينوي شراءه، فتصبح التخفيضات رفعا في الأسعار.»

● **ألا يحمي وطيس تسوقنا إلا في العشر الأواخر التي كان ينبغي فيها أن نتفرغ للعبادة، ألم نكن نعلم بقدوم العيد من أول الشهر بل قبل هلاله؟**

لقد تعودنا أن نلوم أنفسنا على تأجيلنا شراء اللوازم المدرسية إلى أن تفتح المدارس، وعلى تأجيلنا المذاكرة إلى



د. خالد الحليبي

قرب الامتحان، وعلى تأجيلنا الاستعداد للمناسبات الشرعية والاجتماعية إلى حين قدمها، وفي كل مرة نعزم على تلافي ذلك مستقبلاً، ولكننا نعود إلى التأجيل مرة أخرى.. فمتى نأخذ بالحزم والعزم؟ وقد يؤدي التسوق إلى انشغال الآباء والأمهات عن تربية أطفالهم، وإهمالهم في الشوارع أو أمام الشاشات المفتوحة على كل محطات الدنيا أو الأجهزة اللوحية صغرت أم كبرت، دون رقابة أو اهتمام، كل ذلك من أجل التخلص من ضوضائهم ومشكلاتهم التي لا تكاد تنتهي حتى تبدأ من جديد.

● **هل نحن في حاجة إلى أن ننشئ في بيوتنا مخازن للطعام من أجل شهر واحد؟**

من أضرار التسوق الشره الإسراف في إعداد مائدة الإفطار، فقبيل شهر رمضان المبارك تشهد أسواق المواد الغذائية تدفقاً بشرياً هائلاً، يحدث إرباكاً كبيراً في التسوق، كما يحدث اختناقات خطيرة في المرور، ويجعل المجتمع كله في هيئة استعداد ضخم لموسم غذائي، وليس لموسم عيادي، فتزداد التكاليف وتتضاعف على كاهل راعي الأسرة وعائلها، وتتراكم المواد الغذائية في المنازل، وتبدأ رحلة العذاب لرعاية المنزل في إعداد وجبة الإفطار التي تقضي على جميع فوائد الصوم الصحية!!



فلا وقت لديها لتلقت إلى تربية أولادها، ولا تملك الزمن الذي تقرأ فيه وردها، ولا تخشع في صلاتها.. ولا تسلم عن مفاصلها، ولا عن نفسياتها حين تنتهي المهمة مع الأذان أو بعده بقليل، وقد اشتعلت أعصابها وهي تصارع الوقت مخافة أن يصرعها، فلا يبقى لها جسد ولا تهدأ لها روح.

فهل نحن حقاً نحتاج إلى كل هذه الإمدادات الغذائية الشرهة إذا صمنا؟ لا أظن ذلك. فبطن الإنسان لا يتوسع إذا صام، بل يضيق. ولكن الذي يتسع هو عينه فقط، ولا سيما حين يتسوق بعد العصر، وقد بدأت أسرة الجهاز الهضمي تتناوب في إرسال الاستغاثات إلى الدماغ لطلب الغذاء، فيذهب صاحبنا يلبي رغبة كل فرد في هذه الأسرة الهضمية على حدة، كما يحرص أن يلبي جميع رغبات أسرته الكريمة.

والسؤال: لماذا لا نوقف تسلط هذه العادة على حياتنا، ولتكن وجبة الإفطار كغيرها من الوجبات التي كنا نتناولها قبل رمضان، تتنوع موادها الغذائية وتتكامل ولا تتضخم، فتشبعنا وتمتعنا ولا تتخمننا، وتغذيها ولا ترهقنا. ولنتذكر دائماً وصية خالقنا في محكم التنزيل: {وكلوا واشربوا ولا تسرفوا}. وما أجمل أن يرحل رمضان عنا وقد تحسن وزننا، وصحت أجسادنا كما تصح فيه

أرواحنا، إذًا لاستقبلنا عيدنا ونحن في غاية السعادة والعافية.

● **ماهي الطرق لتنظيم الوقت للالتزام بالعبادة في شهر رمضان لا سيما أمام حاجة التسوق بوصفه موسماً للعروض؟**

أولاً: استشعار أن شهر رمضان شهر عبادة، وأن كل دقيقة فيه تذهب هدراً ستكون خسارة على صاحبها، ولذلك فلا بد من النظر إلى التسوق في رمضان أنه للحاجة فقط، وليس للترفيه، فيقلل منه قدر المستطاع. ثانياً: تحديد وقت للتسوق اليومي للأغراض الغذائية الصغيرة خلال الذهاب والإياب من العمل أو من المسجد، إذا احتاج إلى ذلك فقط.

ثالثاً: تحديد يوم واحد في الأسبوع يخرج فيه الزوجان للتسوق، تُجمع فيه كل الاحتياجات خلال الأسبوع؛ مما يمكن تأجيله، ولو طال وقته؛ لأنه يحفظ بقية الأيام من الضياع، ولو تعودت الأسرة على ذلك فسوف تكون عادة جميلة لها طوال السنة.

رابعاً: الاستفادة من المتاجر الإلكترونية، وتطبيقات التوصيل للتفرغ للعبادة، وهو ما وجدته، شخصياً، مفيداً للغاية، على أن ينتبه الإنسان إلى قضية علمية، وهي أن الدفع الإلكتروني أهون على النفس من الدفع الورقي، فقد يشتري ما لا يلزمه، أو ما يزيد على السعر الذي اعتاده.

● **كلمة أخيرة للعاملين في شهر رمضان لتحقيق التوازن بين العبادة والتسوق؟**

شهر رمضان يأتي مرة واحدة في العام، كل ما فيه مبارك، موسم عظيم من تجاوزه دون أن يتعرض لمغفرة الله ورضوانه فقد باء بالدعاء عليه من نبي الله محمد صلى الله عليه وسلم وتأمين الروح الأمين جبريل عليه السلام، كما في الحديث الصحيح: «... أتاني جبريل فقال: يا محمد! من أدرك رمضان فلم يغفر له فأبعده الله. فقلنا: (أمين).»

فالأصل هو واجبات العبادة، والعمل، والدراسة، وأما التسوق فلا يكون له إلا ما فضل من الوقت، وإلا فسوف يأكل علينا أياماً ما هي من أعظم أيام حياتنا كلها.