

# هل الشمس مفيدة للعينين ام مضره

## للعينين ؟ جامعة 7:11

Holy\_bible\_1

الشبهة

جامعة 7/11: النور حلو و خير للعينين ان تنظروا الشمس

هل الطب الحديث يقول لنا أن الأفضل للعينين أن تنظروا للشمس ؟؟ , إن كثرة النظر إلى الشمس

يسبب العمى وهذا معروف حتى لعوام الناس وليس للأطباء فقط فهل يقبل العلم بهذا ؟

الرد

الحقيقه هي شبهة يرددها الغير مؤمنين بدون فهم ورغم ان تم الرد عليها في اماكن مختلفه الا  
ان اخذ بركة الاشتراك في هذا الامر

وساقسم الرد الي

لغويا

علميا وطبيا

سياق الكلام

المعني الروحي

اولا الجزء اللغوي

سفر الجامعة 11

11: 7 النور حلو و خير للعينين ان تنظرا الشمس

اولا كلمة النور ( او )

H216

אור

'ôr

ore

From **H215**; *illumination* or (concretely) *luminary* (in every sense, including *lightning, happiness, etc.*): - bright, clear, + day, light (-ning), morning, sun.

الانوار او لمعان للنجوم الاضائه وسعادة واضح نهار ضوء صباح يوم شمس

عين

**H5869**

עַיִן

'ayin

ah'-yin

Probably a primitive word; an *eye* (literally or figuratively); by analogy a *fountain* (as the *eye* of the landscape): - affliction, outward appearance, + before, + think best, colour, conceit, + be content, countenance, + displease, eye ([brow], [-d], -sight), face, + favour, fountain, furrow [from the margin], X him, + humble, knowledge, look, (+ well), X me, open (-ly), + (not) please, presence, + regard, resemblance, sight, X thee, X them, + think, X us, well, X you (-rselves).

من جذر بمعني عين لفظيا او مجازيا وبمعني نافورة وفتنة ومظهر خارجي وعرض ووجه

ونعمة وينبوع ومتعة ورؤية وفكر

كلمة تنظروبالفعل اتت 218 مره بمعني نظر و12 مره بمعني الوان و10 مرات بمعني وجه

كلمة تنظر

قاموس سترونج ( رائ )

H7200

ראה

râ'âh

raw-aw'

A primitive root; to *see*, literally or figuratively (in numerous applications, direct and implied, transitively, intransitively and causatively): - advise self, appear, approve, behold, X certainly, consider, discern, (make to) enjoy, have experience, gaze, take heed, X indeed, X joyfully, lo, look (on, one another, one on another, one upon another, out, up, upon), mark, meet, X be near, perceive, present, provide, regard, (have) respect, (fore-, cause to, let) see (-r, -m, one another), shew (self), X sight of others, (e-) spy, stare, X surely, X think, view, visions.

جذر بدائي بمعني رؤية لفظيا او مجازيا ويستخدم استخدامات عديدة يظهر, يوافق, يعتبر,

نظرات خاطفه , يحذر ممتع , نظر, علامه, يقابل, يحضر, تبعاً, يحترم, يظهر, تجسس, سرح ,

تفكير, منظر, رؤية ,



الشمس

قاموس سترونج

**H8121**

שמש

shemesh

*sheh'-mesh*

From an unused root meaning to be *brilliant*; the *sun*; by implication the *east*; figuratively a *ray*, that is, (architecturally) a notched *battlement*: - + east side (-ward), sun ([rising]), + west (-ward), window. See also **H1053**.

من جذر بمعني روعة وشمس وضمنا شروق وشعاع وجانب شرقي وغروب ونافذه

والكلمه استخدمت ( شيميش ) بمعني الشروق

**sunrising, 7**

**Num\_21:11, Jos\_1:15, Jos\_13:5, Jos\_19:12, Jos\_19:27, Jos\_19:34,  
Jdg\_20:43**

وبالطبع اي معني من هذه المعاني كافي بنسف الشبهة لان معني الاشعه مفيده للوجه هذا

صحيح

ولهذا تقريبا كل التراجم الانجليزيه للعدد العبري كتبت

ומתוך האור וטוב לעינים לראות את־השמש: (HOT)

Ecc 11:7

(ACV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(AKJ) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun:

(AMP) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(ASV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(VW) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(CEV) Nothing on earth is more beautiful than the morning sun.

(ERV) It is good to be alive. It is nice to see the light from the sun.

(GNB) It is good to be able to enjoy the pleasant light of day.

(IAV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun:

(ISRAV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun:

(JST) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun;

(JOSMTH) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun;

(JPS) And the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(KJ2000) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun:

(KJV) Truly the light *is* sweet, and a pleasant *thing it is* for the eyes to behold the sun:

(KJV-1611) Truly the light is sweet, and a pleasant thing is it for the eyes to behold the sunne.

(KJV21) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun;



(KJVA) Truly the light *is* sweet, and a pleasant *thing it is* for the eyes to behold the sun:

(LITV) Also the light *is* sweet; yea, *it is* good for the eyes to behold the sun.

(MKJV) Also the light *is* sweet, and a pleasant thing *it is* for the eyes to behold the sun;

(MSG) Oh, how sweet the light of day, And how wonderful to live in the sunshine!

(NCV) Sunshine is sweet; it is good to see the light of day.

(NIRV) Light is sweet. People enjoy being out in the sun.

(NKJV) Truly the light is sweet,  
And *it is* pleasant for the eyes to behold the sun;

(RNKJV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun:

(RSVA) Light is sweet, and it is pleasant for the eyes to behold the sun.

(RV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.



(TMB) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun;

(UPDV) Truly the light is sweet, and a pleasant thing it is for the eyes to behold the sun.

(Webster) Truly the light *is* sweet, and a pleasant *thing it is* for the eyes to behold the sun:

فتراجم كتبت

خير للعين ان تلمح بالشمس

خير للعين ان تري الشروق

خير للعين ان تري الصباح

خير للعين ان تري النور

خير ان تعيش في اشعة الشمس

خير للعين ان تري نور النهار

وايضا التراجم العربي بعضها كتبت تبتهج

السارة

7 النور بديع، والعين تبتهج برؤية الشمس.

المشتركة

جا-11-7: النورُ بديعٌ، والعينُ تبتَهِجُ برؤيةِ الشَّمْسِ.

وترجمه اخيره قبل ان انتهي من الجزء اللغوي

السبعينية

(LXX) καὶ γλυκὺ τὸ φῶς καὶ ἀγαθὸν τοῖς ὀφθαλμοῖς τοῦ βλέπειν σὺν τὸν ἥλιον·

(ABP-G+) καὶ<sup>G2532</sup> γλυκὺ<sup>G1099</sup> το<sup>G3588</sup> φῶς<sup>G5457</sup> καὶ<sup>G2532</sup> ἀγαθὸν<sup>G18</sup> τοῖς<sup>G3588</sup> ὀφθαλμοῖς<sup>G3788</sup> τοῦ<sup>G3588</sup> βλέπειν<sup>G991</sup> σὺν<sup>G4862</sup> τὸν<sup>G3588</sup> ἥλιον<sup>G2246</sup>

(ABP+) Moreover<sup>G2532</sup> [<sup>2</sup> *is* sweet<sup>G1099</sup> <sup>1</sup> *the* light],<sup>G5457</sup> and<sup>G2532</sup> *it is* good<sup>G18</sup> to the<sup>G3588</sup> eyes<sup>G3788</sup> to see<sup>G991</sup> with<sup>G4862</sup> the<sup>G3588</sup> sun.<sup>G2246</sup>

اي

النور حلو وخير للعينين ان تري بالشمس

إذا لغويا العدد لا يقصد ان يخلق الانسان في قرص الشمس حتي تحترق الشبكية ولكن فقط  
المتع به بنور الشمس والرؤية بنور الشمس

ودليل ان الكتاب قال عن

إنجيل لوقا 23: 45

وَأَظْلَمَتِ الشَّمْسُ، وَأَنْشَقَّ حِجَابُ الْهَيْكَلٍ مِنْ وَسْطِهِ.

وبالطبع الشمس لم تنطفئ ولكن فقط اشعتها اختفت قليلا

علميا وطبيا

في البداية ان لا انكر المشاكل الطبية من التعرض الي اشعة الشمس فتره طويله علي العين  
والجلد ولكن العدد لا يتكلم عن النظر والجلوس في اشعة الشمس فتره طويله جدا ولكن يتكلم  
عن رؤية اشعة الشمس ( يقصد حتي ولو قليل ) هو مفيد للعين والصحة عامة  
لو نتكلم عن فوائد اشعة الشمس لصحة الانسان كثيره جدا وملخصها

- A definite plus of sunshine is that it gives you a healthy looking complexion. It will make your skin smooth with an irresistible healthy glow.
- If you get regular exposure to sunlight, it will help protect your skin in the long run. That is because your body will build up a natural resistance to the harmful effects of ultraviolet light.
- If you allow your skin to get moderately tanned, it will be more resistant to infections and sunburns than if your skin is not tanned.
- The ultraviolet rays in sunshine act as a natural antiseptic. These rays can kill viruses, bacteria, molds, yeasts, fungi, and mites in air, water, and on different surfaces including your skin.
- Getting some sun tends to help clear up different skin diseases such as acne, boils, athletes foot, diaper rash, psoriasis, and eczema.
- Another of the main benefits of sunlight is that it stimulates your appetite and improves your digestion, elimination, and metabolism.
- Getting your daily dose of sunshine will enhance your immune system. It increases the number of white blood cells in your blood. It also helps them to be better fighters in their mission to destroy germs.
- Sunshine encourages healthy circulation. It also stimulates the production of more red blood cells which increases the amount of oxygen in your blood.
- Sunlight is one of the most effective healing agents that exists.



•Feeling down? One of the major benefits of sunlight is that it will soothe your nerves and boost your mood leaving you with a renewed sense of well-being. Sunlight increases the production of endorphins and serotonin in your brain which will definitely leave you feeling much better.

•Getting enough sunlight during the day can help you sleep better at night. If you are exposed to natural light during the day, it will increase your melatonin output at night. Melatonin is a natural hormone made by our bodies. It enhances sleep and slows down the aging process.

•The healing properties of the sun are excellent for people who are suffering from various diseases and ailments.

•Sunlight helps to balance out your hormones. It may even help to relieve certain symptoms of PMS.

•Sunlight improves the function of your liver and helps it to break down toxins and wastes that could lead to cancer and other diseases.

•If you've got swollen, arthritic joints, sunlight may help lower your pain levels.

•Sunlight is an effective treatment for jaundice.

•According to some studies on the benefits of sunlight, exposure to the sun may decrease your risk of breast, colon, and prostate cancers.

•Sunlight helps your body convert a form of cholesterol that is present in your skin into vitamin D. This results in lower blood cholesterol levels.

•Other benefits of sunlight include the life-giving energy it gives to your organs and the way it helps to strengthen and vitalize your body.

وبالطبع المقدار المتزن من اشعة الشمس لا بكثره ولا بقلة

ولكن اركز شئى مهم جدا وهو فائدة الشمس للعين

اشعة الشمس التي تصل للعين تحفز غدة الهيبوثلامس في المخ والمتصله بالبينيال وغدة

البينيال هي التي تنظم النوم واليقظه من خلال افراز هرمون الميلاتونين

والتفاصيل في هذا اللنك

<http://www.wayfinding.net/pineal.htm>

وايضا ليس النوم فقط بل امور كثيره متعلقه بدخول الاشعه من العين لفتهه قليله تفيد في دوره

التغذيه وايضا مفيد للدم ونشاط المخ

والذي يعمل في مكتب او مكان مظلم طول النهار عادة يعاني من مشاكل في النوم وقد يصل

الامر الي مراحل الاكتئاب

ولهذا في الماطق القطبيه شئى يسمى ساد

SAD

وهو التأثيرات الموسمية علي الصحة ففي الشتاء في المناطق الشماليه حيث يكون النهار قصير جدا وايام كثيره مظلمه بسبب السحب الكثيفه تزداد حالات الاكتئاب وايضا زيادة امراض نقص فيتامين د وبالطبع يعالج بالرياضه مع ادوية مضادة للاكتئاب وايضا بوضع اضائه قويه التي تسمى Daylightتسمي

وهي لمبات تصدر اضائه مشابهة لاشعة الشمس

وايضا في دراسة باسم

### **Full Spectrum Sunlight and Inner Health**

اثبتت تاثير اشعة الشمس التي تدخل الجسم من العينين علي النوم المنتظم والحيماية من بعض انواع السرطان وتفيد ايضا في بعض انواع الروماتزم

ودراسه مختصره عن السرطان واشعة الشمس التي تدخل العين

### **Full-spectrum sunlight and cancer**

Despite what we are led to believe about sunlight, cancers don't seem to survive for long in it. In one experiment, a tumour-susceptible strain of mice lived more than twice as long under full-spectrum light as they did under standard lighting, and rats exposed to full-spectrum light had



significantly lessened tumour development. <sup>(5)</sup> Six major medical centres confirmed these findings . <sup>(6)</sup>

Dr Jane C Wright, directing cancer research at Bellevue Memorial Medical Center in New York City in 1959, was fascinated by Ott's ideas. Advised by Ott, Dr Wright instructed fifteen cancer patients to stay outdoors as much as possible that summer in natural sunlight without wearing their glasses, and particularly without sunglasses. By that Autumn, the tumours in 14 of 15 had not grown, and some patients had got better. Ott wondered why the fifteenth had not benefited. He discovered that this woman had not fully understood the instructions - while she had not worn sunglasses, she had continued to wear her prescription glasses. This blocking of UV into her eyes was enough to stop the benefits enjoyed by the other fourteen. <sup>(7)</sup>

## Conclusion

Because of the lack of clinical studies, all the above cases are regarded as being merely anecdotal. However, there are so many examples of the benefits of ultraviolet light through the eyes, that we would be foolish to disregard them. Our irrational fear of ultraviolet light may well do us far more harm than good.

Under these circumstances, it might be a good idea to wear prescription glasses made of material that does not cut out ultraviolet light, and wear sunglasses which have a neutral grey shade to reduce the amount of light across the whole spectrum equally.



**Note:** the sign UV400 on sunglasses means that they cut out all wavelengths shorter than 400 nm, but for our health we really need to allow UV down to 315 nm.

## References

1. Ott, JN. *Light, Radiation and You: How to Stay Healthy* . Devin-Adair Publishers, Greenwich, CT, 1990.
2. Ott JN. Interview by Bland JS. *Prev Med Update* 1991; (Jan).
3. Ceder K. Healthy office lighting: A bright idea. *Healthy Office Rep* 1992; 2: 3-4.
4. Kime Z. *Sunlight* . World Health Publ, Penryn, CA, 1980. And Downing D. *Daylight Robbers* . Arrow Books, London, 1988.
5. Ott JN. Lecture to Society for Clinical Ecology, 1974.
6. Ott, JN. *Light, Radiation and You: How to Stay Healthy* .
7. Ott JN. *Health & Light* . Devin-Adair Publishers, Greenwich, CT, 1973. p 60.
8. Ott JN. *Health & Light* .
9. Ott, JN. *Light, Radiation and You*.
10. Ott, JN. *Light, Radiation and You* . Op cit

فبالفعل الشمس طبيا مفيدة للعينين

وبعد ان تاكدنا ان اشعة الشمس التي تدخل العين لفتره قليله كل يوم مفيده جدا في اشياء كثيره

لصحة الانسان اقدم الجزء الثالث

## سياق الكلام

### سفر الجامعة 11

11: 6 في الصباح ازرع زرعك و في المساء لا ترخ يدك لانك لا تعلم ايهما ينمو هذا او ذاك او

ان يكون كلاهما جيدين سواء

يقصد بالصباح هو وقت النشاط والفرح والعمل وهو يشير الي وقت الشباب لانه بعد ذلك يكلم

الشباب

وفي المساء يقصد وقت الخمول وهو يقصد وقت الشيخوخة

ويتكلم عن ان الانسان يخدم باستمرار في شبابه وفي شيخوخته ويعمل في شبابه ولا يضيع

الوقت ويعمل ايضا في شيخوخته ولا يتحجج بالوهن لانه ( لا ترخ يدك لانك لا تعلم ايهما ينمو

هذا او ذاك او ان يكون كلاهما جيدين سواء ) نعلم أي عمل هو العمل الذي سيباركه الله

وينميه، لذلك لنعمل دائماً. "وبخ انتهر عظ.. في وقت مناسب ووقت غير مناسب أكرز بالكلمة

(2تي2:4). ولكن عمل التوبيخ هو للرعاة، أما عمل الجميع فهو المحبة العملية والصادقة

والخدمة لكل إنسان.

والمهم من هذا العدد في سياق الكلام انه لا يقصد صباح كشروق الشمس وليل كغروبها ولكن

يقصد به شباب وشيخوخة

ثم يكمل

## 11: 7 النور حلو و خير للعينين ان تنظرا الشمس

اذا فهنا لا يتكلم عن شمس النهار الطبيعي ولكن يشير الي خدمه في الشباب والعمل في فترة الشباب مفرح قبل ان يشيخ الانسان و هي نصيحة من سليمان بالاستعداد للموت والدينونة، والبدء بهذا الاستعداد في الوقت المناسب وهو وقت الشباب. وأن نقضي شبابنا في جهاد روحي واستعداد. هي ليست دعوة لعمل شاق فيه حرمان. بل دعوة للفرح الروحي الحقيقي، ودعوة للتمتع بالنور الحلو مبكراً فنفرح بنور الله فينا كل سنين حياتنا، يعطي إستنارة للعينين فنرى بعيوننا الروحية بهاء مجد الله.

فمن سياق الكلام العدد لا يقصد ان ينظر انسان بعينه الي قرص الشمس ويحدق فيه ساعات طويله حتي يصاب في عينه ولكن يقصد به زمن الشباب المفرح

وتاكيد لهذا المعني يكمل ويقول

## 11: 8 لانه ان عاش الانسان سنين كثيرة فليفرح فيها كلها و ليتذكر ايام الظلمة لانها تكون

كثيرة كل ما ياتي باطل

وهنا يتكلم عن ايام الظلمه الكثيره التي تاتي بعد عمر الانسان سواء طال ام قصر فهو يقصد الموت بالايام المظلمه

وبعد هذا يكشف المعني تماما بقوله

11: 9 افرح ايها الشاب في حدثتك و ليسرك قلبك في ايام شبابك و اسلك في طرق قلبك و

بمراى عينيك و اعلم انه على هذه الامور كلها ياتي بك الله الى الدينونة

وهنا يعل القصد انه يكلم الشبابوالعمل في فترة الشباب بمعنى العين التي تنظر نور الشمس

والغروب هو الشيخوخه والليالي المظلمه الكثيره هو الموت والرقاد قبل يوم الدينونة

اذا تاكدنا ان الكلام في سياقه لا يقصد به المعني الحرفي ولكن يقصد به مراحل العمر

اذا فهمنا ان حتي معني الاعداد في سياقه الواضح لا يحمل اي خطأ علمي

المعني الروحي

اولا من هو الشمس الذي اعطانا نوره

هو المسيح شمس البر

سفر ملاخي 4: 2

«وَلَكُمْ أَيُّهَا الْمُتَّقُونَ اسْمِي تُشْرِقُ شَمْسُ الْبَرِّ وَالشَّفَاءُ فِي أَجْنِحَتِهَا، فَتَخْرُجُونَ وَتَنْشَأُونَ

كَعُجُولِ الصَّيِّرَةِ.



### إنجيل يوحنا 3: 19

وَهَذِهِ هِيَ الدَّيْنُونَةُ: إِنَّ النُّورَ قَدْ جَاءَ إِلَى الْعَالَمِ، وَأَحَبَّ النَّاسُ الظُّلْمَةَ أَكْثَرَ مِنَ النُّورِ، لِأَنَّ أَعْمَالَهُمْ كَانَتْ شَرِيرَةً.

### إنجيل يوحنا 8: 12

ثُمَّ كَلَّمَهُمْ يَسُوعُ أَيْضًا قَائِلًا: «أَنَا هُوَ نُورُ الْعَالَمِ مَنْ يَتَّبَعْنِي فَلَا يَمْشِي فِي الظُّلْمَةِ بَلْ يَكُونُ لَهُ نُورُ الْحَيَاةِ.»

### إنجيل يوحنا 12: 46

أَنَا قَدْ جِئْتُ نُورًا إِلَى الْعَالَمِ، حَتَّى كُلُّ مَنْ يُؤْمِنُ بِي لَا يَمُوتُ فِي الظُّلْمَةِ.

### إنجيل يوحنا 1: 9

كَانَ النُّورُ الْحَقِيقِيُّ الَّذِي يُنِيرُ كُلَّ إِنْسَانٍ آتِيًا إِلَى الْعَالَمِ

وايضا من تفسير ابونا تادرس واقوال الاباء

إنها ليست دعوة عمل شاق فيه حرمان، بل دعوة تمتع بالنور العلوي، الذي يُعطي استنارة  
للعينين فيتطلع إنساننا الداخلي بهاء مجد الله ويدرك سماواته المفرحة  
. نراه شمس البر .

\* مدينة الإنسان الطاهر النفس هي في أعماقه، والشمس التي تسطع فيه هي نور  
الروح القدس[219].

\* اهرب من شهوات العالم ليلاقيك النور النابع من الآب، ويوصي بك ملائكته  
الخادمين لأسراره فيحرروك من قيودك، وتمشي مقتفياً خطواته إلى (حُضن)  
الآب[220].

\* الإيمان بالمسيح نور مُحيي وعقلي[221].  
مار إسحق السرياني

\* طوبى لمن استحق الدخول إلى هناك (بلد الروحانيين)، حيث تنظر النفس وجه  
ربها، وتذوق حلاوة إلهها وتبتهج، وتستنشق رائحته الطاهرة، وتحبس في عمق  
عظمته، وتستضيء بشعاع حُسنه، وتلتصق به، ولا تُريد الخروج من هناك.  
هذا هو الاختطاف الذي يسميه آباؤنا نظر مجد الله. هذا هو عربون العالم الجديد[222].

\* أنت يا ربي شمس المتعقلين، ومنك يستضيئون بغير انقطاع[223].

\* طوبى للذي يشخص إليك دائماً في داخله، فإن قلبه يضيء لنظر الخفايا[224].

\* لا نقدر أن نعاين الشمس بدون الجو الصافي والعيون السليمة من المرض، هكذا لا

نقدر أن نعاين شمس البر وهو في سماء القلب بدون الإيمان والمحبة والصبر [225].

القديس يوحنا سابا

السيد المسيح هو نور العالم، ينير العينين، ينير العين اليمنى فتتطلع إلى الأبديات

والروحيات من خلاله، وينير اليسرى فتتطلع إلى الزمنيات أيضاً من خلاله، فيرى المؤمن السيد

المسيح متجلياً في حياته وتطلماته الأبدية والزمنية، أو في عبادته وعمله اليومي... يرى كل شيء

مقدساً فيه.

**والمجد لله دائماً**