

فلو فرضنا ان ما تفضلوا بشرو منذ بدء النهضة هوربع هذا العدد او ثمنه كل سنة فكم تبلغ كتبنا المطبوعة عندهم يا ترى . وما يُخجل ان احد الاصدقاء اعز الي منذ مدة ان اكتب نبذة في عمران دمشق فظفقت اصفح اقوال المترضين لذلك من المؤرخين والجغرافيين فلم اظفر من الاسفار المتداولة بطائل ولا نائل ونولا كتب حجة في هذين النوعين طبعت في اوربا بالعربية فخرجت الرسالة بتراء جذماء بالمرّة لان ما يتعلق بهذه الحاضرة من الآثار قل ان تجد له فيها ذكراً فقد ألف الحافظ الذهبي دمشقي من علماء القرن الثامن مثلاً عشرات من المجلدات في التاريخ ومن الاسف انك لا تكاد تجد في هذه البلاد ورقة واحدة منها ولا غضاضة اذا نودي غريب ما تقدم ان بعيداً يحسن القيام على هذا التراث الوافر لآخري به من قريب يبدده جزافاً وان اتواكاً كالفريين عرفوا الحق فقال احدهم ان بعض علماء العرب وضعوا من صنوف المصنفات ما لا يستطيع احدنا ان يقرأه كل عمره جديرون بآرث الشرق في ماديته واديته وان الانكليز ليعذرون على قانونهم الذي لا يورث الابكر الاولاد تقادياً من ان لا يثر المال في ايدي غير الاكفاء . وخلق بالعائل والحكمة خائفة ان لا يعلم ايضاً بان حسنت بغداد بماؤها فوق حسنت اثينا ببركيسها ورومة باغسطها الا بعد تمييز الزيوف من النقد العزيز والمفاضلة بين مناجم النعم وركاز الابرئ

محمد كرد علي

تربية الاولاد

من كتاب تدبير الاطفال في الصحة والمرض مؤلفه الدكتور امكندر بك جريديني
التربية علم واسع الاطراف نذكر من اساليبه وكنياتيه ما يسمح به غرض الكتاب وقد قسمنا الكلام عليها الى قسمين

اولاً : التربية البدنية . وثانياً : التربية الذهنية ولادية

فالتربية البدنية او الرياضة الجسدية تقوم بحريك عضلات الجسم والنزاه في الجنائن البعيدة عن مجامع الناس واقذار المدن . ولا بد للولد من تربية بدنيه وهذا فرض واجب على الوالدين لان نجاح كل امة موقوف على افرادها والافراد بصحة ابدانهم وشدة بأسهم وجدهم . ومن كان مسقماً مراضاً قصر عن القيام بواجباته نحو وطنيه ونفسه وكان حملاً ثقيلاً على أهله ووقراً على الانسانية

وتبندئ التربية البدنية من الاسبوع الثاني من الولادة وهو الزمن الذي بشرع فيه

الطفل بتحريك يديه ورجليه ولذلك لا يجوز أن يقطع من رأسه الى الخمص قديمه او يلبس ثياباً زائفة في طولها عن الحد الذي يطالبه قانون الصحة لئلا يمتنع عن الحركة كما يهوى فيتعرق ثمرة . هذه اول خطوة من خطوات التربية البدنية والخطوة الثانية هي ان تحمل الطفل على اليدين مستلقياً نحو مرتين في اليوم وتحمته عدة من الريش الناعم كأنه نائم في سريره . ولا بأس اذا كان يحمل في اثناء الشهر الثاني من غير مخذلة على الطريقة التي تقدم ذكرها وبعد ذلك يحمل منتصباً على الذراع الواحدة ويسند ظهره ورأسه بالذراع الاخرى . ولا يجوز ان يخرج به الى النزهة قبل الزمن الذي يؤهل جسمه لتحمل الهواء . وثم عادة مسحة وهي انهم يعرضون الطفل الصغير للهواء باكراً بحجة ان ذلك يقوي بدنه ويعوده تحمل الخشونة وهي حجة واهية لان مس البرد ولا سيما في الطور الاول من الطفولية يؤثر في اجسام الاطفال البضة معها كان الطقس معتدلاً او حاراً فيضرب بصحتهم ضرراً جسيماً كما ان التائق والتحفظ الزائدين يورثان الضعف والسقام وخير الامور الوسط

والافضل ان يخرج بالطفل الى الهواء تدريجياً فيؤخذ حيناً يصير ابن اسبوعين من غرفة الى غرفة اخرى هواؤها ابرد من هواء الغرفة الاولى بقليل حتى يتدرج على تحمل الهواء من غير ان يلحق به ضرر من التعرض له دفعة واحدة

ويجوز من الشهر الثاني فصاعداً ان يخرج به الى الغلاء في الايام الصحية فيمكث من ١٠ الى ١٥ دقيقة في الدفعة الاولى واكثر من ذلك في الدفعات التالية . ويحتس من الخروج به في الايام الباردة قبل الشهر الثالث من عمره . واذا صادفت ولادته في فصل الشتاء فالاولى ان يبقى في البيت الى فصل الربيع حتى يدفأ الجو ويكون الطفل في مأمن من مضار البرد . ومع ذلك فان الحكم في هذه الحالة عائد الى تدبير الام وحكمتها وحالة الطفل من القوة والصحة . واذا كانت ولادته في فصل الخريف فيعود الخروج الى النزهة قبل مجيء الشتاء واما في ايام البرد والارياح الشديدة فيكفي ان يلف ببلاءة ثم تتيج نوافذ الغرفة التي ينام فيها حتى يتجدد هواؤها ويستشفق تقياً خالياً من الفساد وذلك افضل من الخروج من المنزل في مثل هذه الاحوال . وانما يجب ان يوضع في اثناء ذلك في مكان منحرف عن مجاري الهواء لتلا بهرد وحتى في الايام الحارة يجب ان يبتدئ في النزهة فاذا بردت رجلاه او يداؤه رداً الى البيت حالاً

ويحسن ان يخرج به في الدفعة الاولى على ذراع امه او حاضنته لان حرارة بدنهما تحفظ الطفل دافئاً فضلاً عن ان اسنادهما يدها الاخرى يريحه راحة كبرى

وبعد الشهر الثالث وذلك حسب الطقس يؤخذ الى النزعة على عربة الاطفال ويجب ان تكون العربة مستوية اي غير مائلة الى جهة من الجهات ورفاعها لينا ورفاعها ناعما من الريش او الشعر وان يكون لها وسادة يجلس عليها الطفل حينئذ يبلغ العمر الذي يؤهله لذلك . ومظلة لمنع حرارة الشمس والاخيرة لازمة جداً وبدونها لا تنفع العربة شيئاً . وكثيراً ما تشاهد هذه العربات في شوارع المدن تسوقها الخادمة من غير مظلة والشمس تلمع وجه الطفل فحرقته او تكون سبباً لاعتلاله او هلاكه .

والافضل ان يكون لون العربة من الظاهر اسود او اسمر وكذلك بطانتها ورفشها لان اللون الابيض ولا سيما الالوان البراقة كالاحمر والاخضر تعكس نور الارض الى العينين فنفسر بهما ضرراً جسيماً .

ويضع العربة سير من الجلد يربط الى جانبيها من الامام لوقاية الطفل من السقوط . على ان وضعه على هذه الصورة لا يخلو من الخطر لانه اذا اصطدمت العربة او كان الطفل كثير الحركة وخادمتها لاهية عنه وقع وتهشم كما حدث ذلك كثيراً . ولذلك يجب ان نتدارك هذه المخاطر بت تركيب السير الى جانبي العربة بملاصقين من الجلد حتى يحيط بالطفل ويحصره داخل منطقة حريضة تضمن له السلامة من السقوط .

ومن الشهر السادس فصاعداً يميل الطفل الى القعود في العربة عوضاً عن وضعه فيها مستلقياً وحينئذ يدعّم ظهره وجانباه بالبخاد الى ان يبلغ الشهر السابع من العمر فيجلس على مقعد العربة وحده . ويناسب ان يوضع من الشهر الثالث فصاعداً على فراش او ملاة وثيابه مرتبة على طريقة تسهل عليه الحركة كما يهوى في قلب تارة على جنبه وتارة على بطنه وظهره وبهذه الوساطة يقوى عضله فيهون عليه الجهد (الدبدبة) والمشى حينئذ يجيئ اوانهما . ولا يخفى ان الولد يسر بالجهد ويكده كثيراً واذا رابته يجبو بكثرة زائدة فلا تتمتع لان الحركة تقوي بدنه وهي دليل الصحة والعافية . ويجب ان لا يغفل في اثناء ذلك عن مراقبته لئلا يذهب الى مكان مرتفع فيسقط وينكسر عظمه او تسحج بشرته او يلتقط من الارض شيئاً مضرّاً او تحرقه نار او يفرز بآبرة اودبوس كما يحدث ذلك كثيراً . وقد تشغل الام في تدبير منزلها فلا تستطيع مراقبة ولدها وعندئذ يوضع ضمن سياج او اطار من خشب مؤلف من اربع اضلاع متصل بعضها ببعض بواسطة شتا كل من حديد ثم تفصل وتحمم عندما لا يراد استعماله .

والمشي كالجهد يروض الجسم ويجب ان يترك الطفل الى ان يقدم عليه من تلقاء نفسه ولا يكره على المشي قبل ان تقوى قائمته ويتصلب عظمه لئلا يكون سبباً لاعرجاج ساقيه ولا سيما

إذا كان معداً المرض الكساح أي رخاوة العظام على أنه يجوز حالما يقوى الطفل أن يسير كل يوم على قدميه نحو ١٠ دقائق أو أكثر حسب قوته وسنّه . وبدوام على النزهة في عربة الاطفال الى ان يبلغ السنة الرابعة من عمره وبعدئذ يركب عربة يجرها حشش او حصان صغير (يوفى) على نحو ما ترى في شوارع القاهرة وكلما تقدم الولد في السن زاد ميله الى اللعب فلا تمل ولا بكل وهذا من غرائب ما يشاهد في الاولاد . ومن الواجب ان لا يسمح له بترويض بدنه الى حد الجهد والاعياء لئلا تكون الرياضة وبالاً عليه

واولاد المدارس من احوج الناس الى ترويض ابدانهم لان ازدحامهم في المدرسة واشتغالهم في درس العلم كثيراً ما يفضيان الى انحطاط العقل وربما احدثا امراضاً عصبية يصعب برؤها واشدها وطأة المرض المعروف برقص القديس الطوبىوس الذي يكثر حدوثه في اولاد المدارس من اعمال الفكرة والتقاعد عن الرياضة البدنية كما ينبغي

ولا بد للتلميذ من ساعة او ساعتين يروض فيها بدنه باللعب في الهواء المطلق . وانفع الالعاب للتلاميذ ما يلعبونه من تلقاء انفسهم لانهم يعتبطون به ويمجدون فيه من اللذة ما لا يجودونه في غيره من الالعاب التي تقترح عليهم او يكرهون عليها

ومن صنوف الرياضة المنبذة للاحداث ركوب الخيل والحمير والرقص والسباحة وكرة القدم والتنس وركوب الدراجة (البيسكل) كل هذه تحسن آثارها لا في الصبيان فقط بل في البنات ايضاً . ولست أرى مانعاً ادبياً ولا غير ادبي يمنع البنات عن ترويض بدنهن بجميع الالعاب التي يثرن عليها الذكور في الهواء وحرارة الشمس وهذا خير لها من الاختباء في بيتها لان الرياضة على الطريقة التي تقدم ذكرها تكسبها صحة وجمالاً وبالتالي فلا تكون من انكاسات في سوق الزواج

وقد اخترع الافرنج العاباً كثيرة لترويض ابدانهم وأنشأوا النوادي والجمعيات من رجال ونساء للمسابقة في فنون الرياضة الجسدية وقد جرت الحكومة المصرية هذا التجري في مدارسها وكثيراً ما يلعب تلامذتها على رهن او جائزة لان ذلك يرغبهم في ترويض اجسادهم وينشطهم على المباراة فيكون لهم نفع صحي يعتبطون به طول حياتهم ولا يجد فيهم من المترهلين والقصعين ما تجد في من سواهم من الذين لا يراعون قانون الرياضة كما ينبغي

﴿ التربية الذهنية والادبية ﴾ هي ان تنور ذهن الولد وتثقف عقله وتهذب اخلاقه وتقوم سيرته لكي يصير رجلاً بالحق متصفاً بصفات الانسانية

ويزعم أكثر الناس ان التربية العقلية قائمة بتعليم الولد في انكتب ولذلك يسرعون بوضعه في المدرسة حالما ينطق ببعض اللفاظ فيكرهونه على تعلم قواعد العلوم او بالاحرى على حفظها غيباً كاليفاء من غير فهم ولا لذة ترغبه فيها لانه لا يترشح لادراك معانيها بالوسائط العملية اى بتقوية ذهنه وتويره بالخطاب قبل الكتاب. ولهذا السبب ينفر الولد من المعلم والعلوم وتصير المدرسة محتماً مطلقاً في عينيه.

ويبدأ بالتربية من الشهر الخامس وصاعداً وفي هذا الزمن يسر الولد بالاعيب الاطفال واطفلها ما كان من الجلد او انكروتشوك وغيرها من المواد اللينة لانها اذا كانت من المواد السهلة الانكسار كالجلبس والفخار فلا تلبث ان تنكسر فتضطر الام الى ابدالها بلعبة اخرى جديدة . ولا يخفى ان الرزق الكثير يودي الى الاسراف والتبذير وهكذا حال الطفل من هذه الالاعيب فانه اذا رأى انها توارد عليه من غير حساب قل حرصه عليها وفاته الفائدة منها. وبناء عليه يجب ان يكون للولد لعبة واحدة من المواد الغير السهلة الانكسار حتى تبقى عنده مدة طويلة ويتعلم ان يحرص عليها ويعتني بتنظيفها وتديريها لان الولد قابل للتعليم والتهديب بها كان صغيراً.

ومن جملة الملاهي العقلية التي تنور عقل الولد ان يكون في البيت كتب موضحة بصور مشاهير الرجال وبعض اشكال الانسان والحيوان والنبات فتشرح له امة او خاصته شيئاً عنها على مقدار سنه وفهمه حتى يتبهاً عقله تدريجياً لقبول المعارف التي تلقى عليه في المدرسة وتما يسر الولد كومة من الرمل الخفاف يلعب بها في ايام البرد في يتو فتارة بسطحها فيجعل منها سهلاً وطوراً يكرمها فيمثل جبالاً او اكمة وبهذه الوساطة يدفع عنه الملل والضجر ويثبأ عقله لقبول العلوم الجغرافية وقس على ذلك سائر العلوم.

ولا تخاطب الولد بالناط لا معنى لها وهي اللغة التي تستعملها الام في مخاطبة اولادها ومعظمها كلام غير مفهوم تلتفه الولد كأنه لغة اعجمية ولكن لا معنى لها ولا وجود سوى في تظية الامهات . والافضل ان تخاطبه من بدء الامر بكلام واضح وعبارة جلية حتى يتعود من صفوه طلاقة الحديث وقصاحة اللسان.

ومن عادة الاولاد ان يسأروا عن كل غريب يشاهدونه وهذا طبيعي فيهم يدفعهم اليه حب الاستطلاع والوقوف على كل شيء مجهول. بدلنا على ذلك انك اذا ذهبت بالولد الى الجائن والقط زهرة او شاهد طيراً الى غير ذلك مما يقع تحت يده او يستلفت نظره أتى اليك يسأل عن هذا وذلك ويتنظر الجواب بشوق زائد على انه كثيراً ما تعد الام هذه الاسئلة

ضرباً من التطاول والفضول فتزجره عنها او تجعل جوابها قليل الفائدة . ومن اوجب على المرابي كائناً من كان ان يجاب عن كل سؤال يطرحه عليه الولد ويشرح له كل غوامض حتى يشربه ويرسخ في ذهنه . ولا يخفى ان ما يتعلمه الولد من الاسئلة او يسعى في تحصيله من عند نفسه اختياراً لا قسراً واضطراراً يكون احب اليه وابقى في حافظته مما لو اخذه عن الكسب في المدرسة .

على انه اذا سأل الولد سؤالاً في غير محله او لا يليق بين كان في سنه فيجب ان يمنع عنه ولكن باللفظ والملاينة لا بالتسوة والخاشنة

والقدوة من اكثر ذرائع التعليم والتعلم فائدة للاولاد بل هي افضل معلم لهم وذلك لبراعتهم في التقليد والاقتناس وبناء عليه يجب ان يكون الوالدون قدوة حسنة لا اولادهم في القول والفعل ولا يسمحوا لهم بمعاشره الاولاد الناقصي التربية لئلا تسوء تربيتهم وآدابهم ولا بد من تدريب الولد على الطاعة حتى يمثل لا وامر والديه حياً بهما لا طمعا في جائزة او فراراً من عقاب . ولا يخفى ان الطاعة من اكثر ذرائع التربية فائدة ولا سيما في وقت المرض لان الولد الذي لم يتعلم لطبع والديه وبذعن لا وامرهما يرفض الدواء ولا يأخذه الا قهراً بعد عراك طويل ربما ينجي عن اضطراب العليل واشتداد العلة لما يصيبه على اثر ذلك من الانفعالات النفسانية

واحذر من معاقبة الولد اذا تكلم بالصدق لئلا يعتصم بالكذب في المرة التالية ولا تعاقبه ما لم يرتكب ذنباً . ويجب ان يكون العقاب نجافاً للذنب . وفي اثناء ذلك يحسن ان تخاطبه بنعمة معززة وتبين له السبب الذي من اجله استحق القصاص لكي يعرف غلطة ولا يعود اليه ومن اشده انواع العقاب تأثيراً في نفوس الاولاد منعهم من اللعب او ايقافهم في زاوية البيت او حرمانهم من التزهة او بعض الهدايا والجوائز وما شاكل ذلك واياك ان تعاقبه في ساعة الغضب او تلطمه على خده او تجذب اذنه او تجلسه في غرفة مظلمة لان هذا النوع من العقاب يضر بالصحة ضرراً شديداً . ولا يجوز ان تعاقب الولد بالقساوة عند اقل ذنب يرتكبه او زلة تفرط منه لئلا يفقد الشعور ولا يثر فيه القصاص او تثرى بسبب ذلك جرائم الخلد والبغضاء في قلبه فينسب اليك القساوة والخشونة وتصبح في عينيه عدواً ظالماً ومنتهكاً لا معداً ومهذباً

ومن الصفات المكروهة حب الذات وهي غريزية في الانسان واشدها قوة في الاولاد ولذلك لا يسهل على المرابي ان يحمل الولد على الاقلاع عنها ويحمله يفكر ويعمل لغيره ولاننا

مفتضرون على حجة انفسنا وقل يعمل الانسان عملاً لغيره صغيراً كان او كبيراً ما لم يكن له منة نفع ولو شي من اللذة او المسرة

على انه لا يصعب على المرابي العارف باصول التربية الحق ان يقوم ويمدّل هذه الصفة في الولد وذلك بانماء الصفات المضادة لها كحب الخير والشفقة والحنان وامثالها . كل هذه اذا تمت فيه تعلبت على صفة محبة الذات وتعلم الولد ان يعمل ويفكر لغيره ولو حياء . ويجب ان يمنع الاولاد من حضور الافراح والاجتماعات في الكنائس والمرايح كلاً لتتهيج اعصابهم فيصابون بالارق في نومهم . ولا بأس اذا كانوا يترددون اليها في اواخر سني الحداثة وذلك قبل وقت النوم بساعات قليلة منعاً للارق

ويمنع الولد ايضاً عن مجالسة الزوار ومحادثةهم كلاً ليكون مثقلاً عليهم او يتجادي في البذاءة فيقاطعهم في الحديث او يكثر من كلام الفضول الى غير ذلك من الافعال التي ياباها النوق السليم وتشجيعها آداب الزيارة واصول التربية الحقة

وعلى الوالدين ان يكونوا قدوة لاولادهم في آداب الحديث والمائدة . ولا يجوز الاعتمادي ذلك على الخادمة او الخاضعة الا اذا كانت مئة بأساليب التربية . وحينما يبلغ الولد السنة الرابعة يجلس بجانب امه الى المائدة على كرسي عالٍ ولا يسمح له بالجلوس مع الضيوف الا متى بلغ السن الذي يؤهله لذلك

وتم عادة ذميمة وهي ان الام تخوف ولدها بحكايات الجن والعفاريت ومن ايسر مضار هذه العادة ان الولد ينفو في قلبه اثر من الخوف لا يزول طول الحياة بل كثيراً ما تفضي به الحال الى الاضطرابات العقلية بسبب ما يعلق على ذهنه من آثار تلك الحكايات الخرافية التي تمثل له الرعب حقيقة . وكذلك يجب الاحتراس من تخوفه بالمناظر الغريبة الشكل والالاعاب التي تحدث فرقة واصراً عالية فجائية لما ينجم عنها من الضرر بالصحة وقد تقتل الطفل . ومن الوسائل التي يحسن اثرها في الولد ان يعلم لكي يألّف الحيوانات غير الضارة كالقطران وبعض الديدان والزيزان وان يألّف الظلّة ايضاً كما يألّف نور النهار حتى يتساوى الاثنان في عينه ولا يكون ظلام الليل سبباً لخوفه

واخيراً يبلغ الولد السن الذي يخرج فيه من ايالة امه ويدخل في ايالة المعلم . ويوجد طريقة جديدة لتعليم الاولاد قبل وضعهم في المدرسة وهي الطريقة المعروفة في لغات الافرنج (بانكتن رجاتن) وينصطح عليها في هذه الايام لتتوير ذهن الولد وتهذيب اخلاقه وعوائده وذلك باللعب والخطاب قبل الدرس في الكتب

فمن جملة أساليبها انهم يقرنون اللعب بالاعاني والحركات الجسدية التي لا تتخلر من معنى
 يفيد الولد ويلدوه . فبالاعاني مثلاً يقلد تعريف الطيور وبالحرركات الجسدية يقلد طيراتها
 ويتعلم حروف الهجاء على قطع خشب مزينة بالصور بحيث يحفظها وتتطبع صورتها في
 ذهنه من غير خوف من المعلم وعقابه . وقس على ذلك تعلم الاعداد وتمييز الالوان بعضها من
 بعض . كل هذه يترن عليها الولد وهو يابم وبهذه الوساطة تترقى مفاصلة شيئاً شيئاً ويتبها
 ذهنه لقبول العلوم التي تلي عليه في المدرسة عند ما يبلغ السن الذي يؤهله لذلك . وقد انقوا
 لها الكتب العديدة في اغلب اللغات وساروا على هذا الاسلوب الجديد في تعليم اولادهم
 فصادفوا نجاحاً عظيماً . وباليات في اللغة العربية كتباً ترشد الوالدين الى كيفية التعليم على
 هذا الاسلوب الحديث فتكون لهم خبر معين على تربية اولادهم وتهذيبهم قبل وضعهم في المدرسة
 وبعد ما يتقن عقل الولد على الطرق التي تقدم شرحها يوضع في المدرسة ويختبر من
 وضعه فيها قبل السنة السابعة من العمر لئلا تقضي به الحال وهو لم يزل رخص العقل غض
 العود الى امراض عصبية تضطره الى الاعتزال عن المدرسة وتكون سبباً لاطفاء نور حياته العلمية
 ويكفي ان يتعلم الولد اربع ساعات كل يوم حتى يبلغ السنة العاشرة من عمره . ولا يجوز
 ان يرغم على الدرس في البيت لان ساعات المدرسة كافية ولا ان يضغط المعلم عليه ويشغل
 عقله بمواضيع مختلفة لا قبل له على تحملها لئلا تخط فواه العقلية والبدنية وتسلط عليه امراض
 عصبية على نحو ما سبق بيانه في موضعه

ولما كانت البنت قليلة الحركة كان الخوف على صحتها من الامراض المذكورة اكثر منه
 على الذكور . ولذلك يجب ان تروض بدنها ويعنى بصحتها كما يعنى بصحة الذكور
 وينبغي الاولاد عن القراءة على نور ضعيف لئلا يكون سبباً لقصر البصر . اما وضع
 المصباح فالاصح ان يكون مرتفعاً عن مؤازاة العين او مائلاً الى جهة الوراء ما امكن حتى لا
 تقع اشعة على الحدقة مباشرة

ويجب ان يتخلل الدرس فترات من اللعب لترويض ابدان التلامذة وشرح مدورهم
 وراحة عقولهم من عناء القراءة والحصر في المدرسة

وسواء كان الاولاد في المدرسة او في مدرسة عالية داخلية فهم في خطر من الامراض
 المعدية كالخناق والجدرى والحى القرمزية والحصبة وغيرها من العلل الخبيثة التي تنتشى في
 المدارس من ازدحام التلامذة وملامستهم بعضهم البعض في مثل هذه الاحوال يجب ان
 ننقل المدارس منعاً لانتشار المرض