

تعبير عن التدخين

تعتبر مواضيع التعبير من أهم النشاطات التي يكلف بها المعلمون طلابهم في المدرسة في مختلف المناسبات وحول مختلف المواضيع، إذ تساعد تلك المواضيع على تقوية وتنمية الأسلوب اللغوي والكتابي عند الطلاب، إضافة إلى تدريبهم على التعبير بأسلوب أدبي بليغ، كما تساعد في حصول الطلاب على معلومات متنوعة ومهمة عن المناسبة أو الموضوع الذي يكتبون عنه، ويجب أن يحتوي موضوع التعبير على العديد من العناصر حتى يكون شاملاً وكاملاً، حيث يحتوي على مقدمة وعرض وخاتمة، والعرض هو الذي يحتوي على صلب الموضوع الرئيسي المراد الحديث عنه، أما المقدمة فتمهد للدخول في المقال، والخاتمة تنهي المقال بكلمات مختصرة، وسوف يتم إدراج عناصر موضوع تعبير عن التدخين بشكل مفصل ووافٍ.

مقدمة موضوع تعبير عن التدخين

لقد انتشر التدخين بشكل كبير في العصر الحديث، ورغم كثرة انتشاره يعتبر أفة من آفات العصر، لأنه من أكثر الأسباب التي تؤدي إلى تدمير صحة الإنسان وهلاكه، كما أنه أحد أكبر التهديدات الصحية العامة على مر التاريخ، حيث أن التدخين يسبب الموت لأكثر من 8 ملايين إنسان في كل عام، كونه يسبب كثير من الأمراض الخطيرة، وحسب منظمة الصحة العالمية فهو أحد العوامل الرئيسية المسببة لأمراض قاتلة مثل سرطان الرئة المنتشر بشكل كبير بين المدخنين إضافة إلى أنواع أخرى من السرطانات والنوبات القلبية، ويعتبر أيضاً أحد أسباب الموت البطيء للإنسان، ولا شك بأن الصحة هي أتمن ما يمكن أن يمتلكه الإنسان في حياته، والواجب على الإنسان أن يحافظ عليها من كل ما يؤذيها ولا يلقي بها في التهلكة.

عرض موضوع تعبير عن التدخين

فالتدخين أحد أسوأ العادات التي ترافق الإنسان الحديث، رغم كل الاكتشافات الطبية والعلمية، ورغم الخطوات الهائلة التي خطاها على طريق الحضارة والتقدم، وتسعى الحكومات في معظم دول العالم للحد من انتشار هذه الظاهرة والسيطرة عليها، فأحد مساوئ التدخين أنه يسبب الإدمان ويجد المدخن صعوبة كبيرة في الابتعاد عنه بسبب نسبة النيكوتين التي يمنحها له وتسبب إدماناً كبيراً بالإضافة إلى العادة التي لازمتها، ولن يستطيع الإفلات منها بسهولة، ولكن كل ذلك يأكل من صحة الدخن، وكثيراً ما نرى أحد المدخنين وقد بلغ من العمر أوج الشباب في الثلاثين أو الأربعين عاماً ولكنه يبدو هراً وقد أنهكه المرض بسبب التدخين.

فكيف يمكن للإنسان أن يفرط بصحته وهي أعلى ما يملك في حياته مقابل أدخنة وسموم تعزو جسده دون أية فائدة أو متعة حقيقية يحصل عليها، وقد ذكرت منظمة الصحة العالمية أخطار التدخين وفصلت في ذلك كثيراً، كما تعمل وسائل الإعلام بشكل كبير من أجل القضاء على التدخين وإنقاذ البشر، كما أنه أحد المحرمات في الشرع الإسلامي، فقد حرم الله تعالى أن يهلك الإنسان نفسه وجرم عليه أن يلقي بنفسه في الأمور التي تسبب الهلاك، كما أكدت ذلك أحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم، فالمسلم لا يؤذي نفسه ولا يؤذي غيره، ولا يسبب الضرر لنفسه ولا لغيره، ولذلك أجمع الفقهاء من أهل العلم في الإسلام على تحريم التدخين لأنه يؤذي الإنسان ويهلكه.

ولا شك بأن العزيمة والإرادة هي أهم الوسائل التي يمكن للإنسان أن يتبعها من أجل الإقلاع عن التدخين، فكثير من المدخنين يحاولون الإقلاع ولكن دون جدوى، حيث أن الإرادة لديهم تكون ضعيفة، ولكن الإرادة القوية وعقد العزم على الإقلاع عن التدخين كفيلة بأن تبعد المدخن عن السجائر، ومن الوسائل المساعدة في ذلك الابتعاد عن كل ما يشجع الشخص على التدخين مثل الأشخاص المدخنين أو الأجواء التي اعتاد المدخن على التدخين فيها، وملء وقت الفراغ بالرياضة والنشاطات التي تبعد الإنسان عن التدخين، ويجب الإكثار من تناول الفواكه والخضروات والمكسرات للمحافظة على صحة الجسم بعيداً عن سموم ومخاطر التدخين.

خاتمة موضوع تعبير عن التدخين

إن التدخين أفة خطيرة من آفات العصر، والإنسان هو حكيم نفسه وطبيبهها، فمن عرف الخطر ابتعد عنه، فعلى الإنسان أن يسعى قدر الإمكان إلى الابتعاد عن التدخين والدخان الذي ينطلق من حرق التبغ، حتى لو كان من مدخنين آخرين حتى لا يكون مدخناً سلبياً فخاطر التدخين تمتد إلى الناس الذين يجالسون المدخنين، فعلينا الحذر والتعقل أمام هذه الظاهرة، ونفس الإنسان هي أمانة بين جنبيه يجب أن يحافظ عليها كما أمره الله تعالى، وأن يبعدها عن كل ما يؤذيها، ولن يعرف الإنسان قيمة الصحة التي ينعم بها إلا بعد أن يصاب بالمرض وتقع الفأس في الرأس، فالصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى.