



حقوق الأبناء

نفسه في الحاضر والمستقبل. قال رسول الله ﷺ: «أدبوا أولادكم على ثلاث خصال: حبّ نبيكم، وحبّ أهل بيته، وقراءة القرآن» (كنز العمال: ٤٥٦/١٦، ٤٥٤٠٩). ويجب تربية الأطفال على طاعة الوالدين.

٤- ويجب الإحسان إلى الأبناء في هذه المرحلة وتكريمهم من أجل تعميق أواصر الحبّ بينهم وبين الوالدين؛ وذلك ضروري في كمالهم اللغوي والعقلي والعاطفي والاجتماعي، فالطفل يقلد من يحبه، ويتقبل التعليمات والنصائح والأوامر منه.

والمنهج الإسلامي في التعامل مع الأبناء يؤكد على التوازن بين اللين والشدّة في التربية، ويؤكد على العدالة بين الأطفال في الحبّ والتقدير وفي العطاء واشباع الحاجات لكي يترعرعوا متحابين متآزرين لا عداً بينهم ولا شحناً.. ويجب على الوالدين وقاية الأبناء من الانحراف الجنسي والانحراف السلوكي، وتنمية عواطفهم اتجاه الأعمال الصالحة، وتوجيهها توجيهاً سليماً يقوم على أساس المنهج الإسلامي في التربية والسلوك، ويجب الاهتمام بالطفل اليتيم ورعايته رعاية حسنة لكي يكون رجلاً صالحاً في المستقبل.

للأبناء حقوق على الوالدين، وقد لخصها الإمام زين العابدين عليه السلام بالقول: «وأما حق ولدك فإنك تعلم أنه منك ومضاف إليك في عاجل الدنيا بخيره وشره، وأنت مسؤول عما وليته به من حسن الأدب والدلالة على ربه عزّ وجلّ والمعونة له على طاعته، فاعمل في أمره عمل من يعلم أنه مثاب على الإحسان إليه، معاقب على الإساءة إليه» (بحار الأنوار ٧٤: ٦).

ويمكن تحديد أهم حقوق الأبناء بما يلي:

١- ينبغي على كل من الوالدين اختيار شريك الحياة على أساس الإيمان والتدين والصلاح والسلامة من العيوب العقلية كالجنون والحمق؛ لأن ذلك يؤثر على تنشئة الجيل وسلامته. وينبغي الاهتمام بالصحة الجسدية والنفسية للأم أثناء الحمل، لكي يخرج الأبناء إلى الدنيا وهم يتمتعون بالصحة الجسدية والنفسية لانعكاسها عليهم أثناء الحمل.

٢- يستحب تسمية الأبناء بأحسن الأسماء، ورعاية الأم رعاية صالحة، وتوفير حاجاتها اللازمة للتفرغ إلى رعاية الأبناء في مهدهم، ويجب على الوالد إشباع حاجات الوليد من الرضاعة، وذلك بالاعتماد على حليب الأم أو اختيار المرضعة الصالحة، وإشباع حاجاته المادية والمعنوية في فترة الحضانه.

٣- يجب على الوالدين تعليم الطفل معرفة الله تعالى، وتعميق الإيمان في قلبه وجوارحه، وتعليمه سائر أصول الدين ليتعرع على الإيمان بالله وبرسوله وبالأئمة عليه السلام ويوم القيامة، ليكون الإيمان عوناً له في تهذيب

(انظر: آداب الأسرة في الإسلام: ص ٧٧)



الاتفاق بين الوالدين على منهج مشترك

إن العلاقات الأسرية القائمة بين أفراد الأسرة، والمنسجمة مع المنهج التربوي السليم، لها دور كبير في توثيق بناء الأسرة، وتقوية التماسك بين أعضائها، ولها تأثيراتها على نمو الطفل وتربيته، وإيصاله إلى مرحلة التكامل والاستقلال.

إن الأجواء الفكرية والنفسية والعاطفية التي تؤمنها الأسرة للطفل، تمنحه القدرة على

التكيف الجدي مع نفسه ومع أسرته ومع المجتمع. ومن هذا المنطلق فإن الأسرة بحاجة إلى منهج تربوي ينظم مسيرتها، فيوزع الأدوار والواجبات، ويحدد الاختصاصات



للمحافظة على تماسكها المؤثر في انطلاقة الطفل التربوية. ومن معالم المنهج التربوي:

* الاتفاق على منهج مشترك

إن للمنهج المتبع في الحياة تأثيراً على السلوك، فهو الذي يجعل الإيمان والشعور الباطني به حركة سلوكية في الواقع، ويحول هذه الحركة إلى عادة ثابتة، إن وحدة المنهج تؤدي إلى وحدة السلوك، فالمنهج الواحد هو المعيار والميزان الذي يوزن به السلوك من حيث

الابتعاد أو الاقتراب من التعاليم والبرامج الموضوعة؛

فيجب على الوالدين الاتفاق على منهج واحد مشترك يحدد لهما العلاقات والأدوار والواجبات في مختلف الجوانب.

والمنهج الإسلامي بقواعده الثابتة من أفضل المناهج التي يجب تبنيها في الأسرة المسلمة، فهو منهج رباني موضوع من قبل الله تعالى، المهيم على الحياة بأسرها،

لا لبس فيه ولا غموض ولا تعقيد ولا تكليف بما لا يُطاق، وهو موضع قبول من الإنسان المسلم والأسرة المسلمة، فجميع التوجيهات والقواعد السلوكية تستمد قوتها وفعاليتها من الله تعالى.

وهذه الخاصية تدفع الأسرة إلى الاقتناع باتباع هذا المنهج، وتقرير مبادئه في داخلها؛ فلا مجال للنقاش في خطته

أو محدوديته أو عدم القدرة على تنفيذه؛ فهو الكفيل بتحقيق السعادة الأسرية التي تساعد على تربية الطفل تربية صالحة وسليمة.

وإذا حدث خلل في العلاقات أو تقصير في أداء بعض الأدوار، فإن تعاليم المنهج الإسلامي تتدخل لإنهائه وتجاوزه. (تربية الطفل في الإسلام: ص ٩)



التنمر الإلكتروني

* علامات التنمر الإلكتروني

يميل العديد من الأطفال أو المراهقين الذين يتعرضون للتنمر الإلكتروني إلى عدم مشاركة ما يحدث معهم مع والديهم أو مع المدرسين، بسبب الشعور بالحرج أو الخوف من فقدان هواتفهم أو الكمبيوتر الخاص بهم، لذا توجد بعض العلامات التي قد تساعدكم في معرفة ما إذا كان ابنك أو ابنتك يتعرضون للتنمر، ومن ضمنها ما يلي:

- الشعور بالضيق أثناء وبعد استخدامهم الهاتف أو الكمبيوتر.
- التصرف بخصوصية شديدة فيما يتعلق بأنشطتهم الإلكترونية.
- قضاء وقت أطول من المعتاد في غرفهم.
- فقدان الاهتمام بالأنشطة العائلية، والابتعاد عن أفراد العائلة والأصدقاء المقربين.
- تجنب أي تجمعات، وخاصة في المدرسة.
- انخفاض في المستوى التعليمي، والتمرد.
- تغيرات في المزاج والسلوكيات وعادات النوم والطعام.
- الرغبة بشكل مفاجئ في التوقف عن استخدام أي أجهزة متصلة بالإنترنت.
- التصرف بتهيج أو غرابة عند وصول رسالة على الموبايل أو إيميل.
- تجنب أي نقاش يتضمن الأنشطة على الإنترنت.

* ما هو التنمر الإلكتروني؟

التنمر الإلكتروني هو نوع من أنواع التنمر أو الإساءة عن طريق استخدام وسائل التكنولوجيا، ويحدث على وسائل التواصل الاجتماعي والمنصات المخصصة للرسائل أو منصات الألعاب الإلكترونية أو عن طريق رسائل الهاتف المحمول.

للتنمر الإلكتروني أشكال عدة:

- اللغة المسيئة: تتضمن هذه الطريقة استخدام لغة مسيئة عند التحدث عن شخص ما، أو نشر رسائل بذيئة عنهم بغرض الاستمتاع.
- التشهير: تتضمن هذه الطريقة مشاركة معلومات شخصية ومحرجة عن شخص ما على الإنترنت.
- المنشورات الهزلية: تتضمن هذه الطريقة نشر محتوى أو تعليقات، وغالباً ما تكون صوراً مسيئة على الإنترنت، بهدف الحصول على الإعجابات وإحراج الشخص المعني.
- الشتائم: تتضمن هذه الطريقة استخدام شتائم أو وصف مسيء للشخص عند التحدث معه، وجعل الآخرين يستخدمون هذا الوصف.
- نشر الإشاعات: تتضمن نشر الأكاذيب أو الإشاعات المخلقة عن الشخص على منصات التواصل الاجتماعي.
- المطاردة الإلكترونية: تتضمن ملاحقة الشخص بشكل مستمر وتهديده ومضايقته عن طريق حساباته الإلكترونية على مواقع التواصل.

بذور لا غنى لأجسامنا عنها

مع حبوب الإفطار أو حتى تناول وجبة خفيفة منها.

- بذور الشيا: تُعرف هذه البذور بأنها

مصدر للطاقة، فهي تحتوي مقداراً كبيراً من الألياف الضرورية لسهولة الهضم وسلاسة حركة الأمعاء، كما تجنبك مشكلات الإمساك. وتخزن بذور الشيا الكثير من البروتين، وهو الأعلى فيها مقارنة مع معظم الأغذية النباتية، مما يجعلها جيدة للنباتيين. ويمكنك تناولها كوجبة خفيفة، أو خبزها مع المعجنات أو إضافتها للحليب.

- بذور زهرة الشمس: تقول الدراسات إن هذه البذور هي أغنى مصدر لفيتامين (E)، وتعد أحد مضادات الأكسدة الأساسية، كما أنها غنية بالفيتامينات الضرورية لحماية خلايا الجسم من الأضرار. وتحتوي على المغنيسيوم الذي يخفف من حدة الربو، ويساعد في خفض ضغط الدم المرتفع، ويمنع الصداع المتكرر والشديد.

- بذور السمسم: تحتوي على الكثير من البروتين والألياف، مما يجعلها غذاءً مثالياً لمن يعانون مشكلات في الجهاز الهضمي، كما ينصح بها لمنع السرطان وتحسين صحة القلب وخفض ضغط الدم. ويوصي المختصون ببذور السمسم كعلاج لاضطرابات النوم وخفض الالتهابات وتعزيز صحة الجهاز التنفسي وصحة الأسنان. ويمكنك تناولها بعد تحميصها أو إضافتها للسلطات.

هنالك الكثير من

البذور التي تحتاجها

أجسامنا، وهو ما يجعلها

ضرورية في وجباتنا الغذائية لما لها من

فوائد صحية مذهلة.. ومن تلك البذور:

- بذور اليقطين: هذه البذور تحتوي على حمض الفوليك، والتي لها دور كبير في إعادة إصلاح الخلايا التالفة لاحتوائها على خصائص مضادة للأكسدة، كما أنها غنية بالبروتين والدهون الصحية للقلب. ويمكنك تناولها كوجبات خفيفة أو إضافتها إلى السلطة والمخبوزات.

- بذور القمح: عند تحويل القمح إلى طحين، فإننا غالباً ما نتخلص من (بذرتة)، لكننا لا نعرف أن هذه البذرة تشكل المكون الغذائي الأساسي للقمح، فهي غنية بمضادات الأكسدة، بالإضافة إلى مواد أخرى تزيد مناعة الجسم. ويستخدم زيت جرثومة القمح للسيطرة على الكوليسترول في الدم. ويمكن إضافته للزبادي وفطائر الفاكهة.

- بذور الكتان: تعتبر مصدراً غنياً بدهون (أوميغا 3)، وتصل تقريباً ما يعادل ما هو بالأسمك، وهذا يعني أنها تحافظ على مستويات الكوليسترول لديك، وتعطي جسمك معظم المواد الغذائية التي تحتاجها من الدهون.

وتشير الدراسات إلى أن هذه البذور قد تساعد في الوقاية من السرطان، لا سيما لدى النساء. ويمكنك طحن بذور الكتان وإضافتها إلى الحليب، أو مزجها



زواج النورين

عن الإمام عليّ بن أبي طالب عليه السلام، قال: «لقد هممت بتزويج فاطمة بنت محمد (صلوات الله عليهما) حيناً، ولم أتجرأ أن أذكر ذلك للنبي صلى الله عليه وآله، وإن ذلك اختلج في صدري ليلاً ونهاراً حتى دخلت على رسول الله صلى الله عليه وآله فقال: يا علي.

قلت: لبيك، يا رسول الله.

قال: هل لك في التزويج؟

قلت: رسول الله أعلم. وإذا هو يريد أن يزوجني بعض نساء قريش، وإني لخائف على فوت فاطمة.

فما شعرت بشيء إذ أتاني رسول رسول الله صلى الله عليه وآله فقال لي: أجب النبي وأسرع، فما رأينا رسول الله صلى الله عليه وآله أشد فرحاً منه اليوم.

قال: فأتيته مسرعاً، فإذا هو في حجرة أم سلمة، فلما نظر إليّ تهلل وجهه فرحاً وتبسّم حتى نظرت إلى بياض أسنانه يبرق.

فقال: أبشر يا علي، فإن الله عزّ وجلّ قد كفاني ما قد كان همني من أمر تزويجك.

فقلت: وكيف ذلك، يا رسول الله؟

قال: أتاني جبرئيل ومعه من سنبل الجنة وقرنفلها فناولنيهما، فأخذتهما وشممتهما، فقلت: ما سبب هذا السنبل والقرنفل؟

فقال: إن الله تبارك وتعالى أمر سكان الجنان من الملائكة ومن فيها أن يزيّنوا الجنان كلها بمغارسها وأشجارها وثمارها وقصورها، وأمر ريحها فهبّت بأنواع العطر والطيب، وأمر حور عينها بالقراءة فيها بسورة طه وطواسين ويس وجمعسق.

ثم نادى مناد من تحت العرش: ألا إن اليوم يوم وليمة عليّ بن أبي طالب، ألا إني أشهدكم أني قد زوجت فاطمة بنت محمد من عليّ بن أبي طالب رضاً مني،

بعضهما لبعض، ثم بعث الله تبارك وتعالى سحابة بيضاء، فقطرت عليهم من لؤلؤها وزبرجدها ويواقيتها، وقامت الملائكة فنثرت من سنبل الجنة وقرنفلها، هذا مما نثرت الملائكة، ثم أمر الله تبارك وتعالى ملكاً من ملائكة الجنة يقال له راحيل، وليس في الملائكة أبلغ منه، فقال: اخطب يا راحيل.

فخطب بخطبة لم يسمع بمثلها أهل السماء ولا أهل الأرض، ثم نادى مناد: ألا يا ملائكتي وسكان جنتي، باركوا على علي بن أبي طالب حبيب محمد، وفاطمة بنت محمد، فقد باركت عليهما، ألا إني زوجت أحب النساء إلي من أحب الرجال إلي بعد النبيين والمرسلين.

فقال راحيل الملك: يا رب، وما بركتك فيهما بأكثر مما رأينا لهما في جناتك ودارك؟

فقال عز وجل: يا راحيل، إن من بركتي عليهما أن أجمعهما على محبتي، وأجعلهما حجة على خلقي، وعزتي وجلالي لأخلقن منهما خلقاً، ولأنشئن منهما ذرية أجعلهم خزانة في أرضي، ومعادن لعلمي ودعاة إلى ديني، بهم أحتج على خلقي بعد النبيين والمرسلين.

فأبشر يا علي، فإن الله عز وجل أكرمك كرامة لم يكرم بمثلها أحداً، وقد زوجتك ابنتي فاطمة على ما زوجك الرحمن، وقد رضيت لها بما رضي الله لها، فدونك أهلك فإنك أحق بها مني، ولقد أخبرني جبرئيل أن الجنة مشتاقة إليكما، ولولا أن الله عز وجل قدر أن يخرج منكما ما يتخذه على الخلق حجة لأجاب فيكما الجنة وأهلها، فنعم الأخ أنت، ونعم الختن أنت، ونعم الصاحب أنت، وكفاك برضا الله رضا.

قال علي عليه السلام: فقلت: يا رسول الله، بلغ من قدرتي حتى أني ذكرت في الجنة، وزوجني الله في ملائكته!

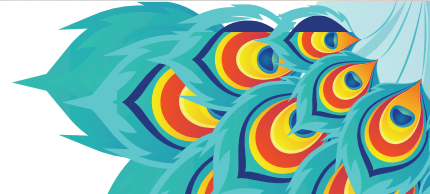
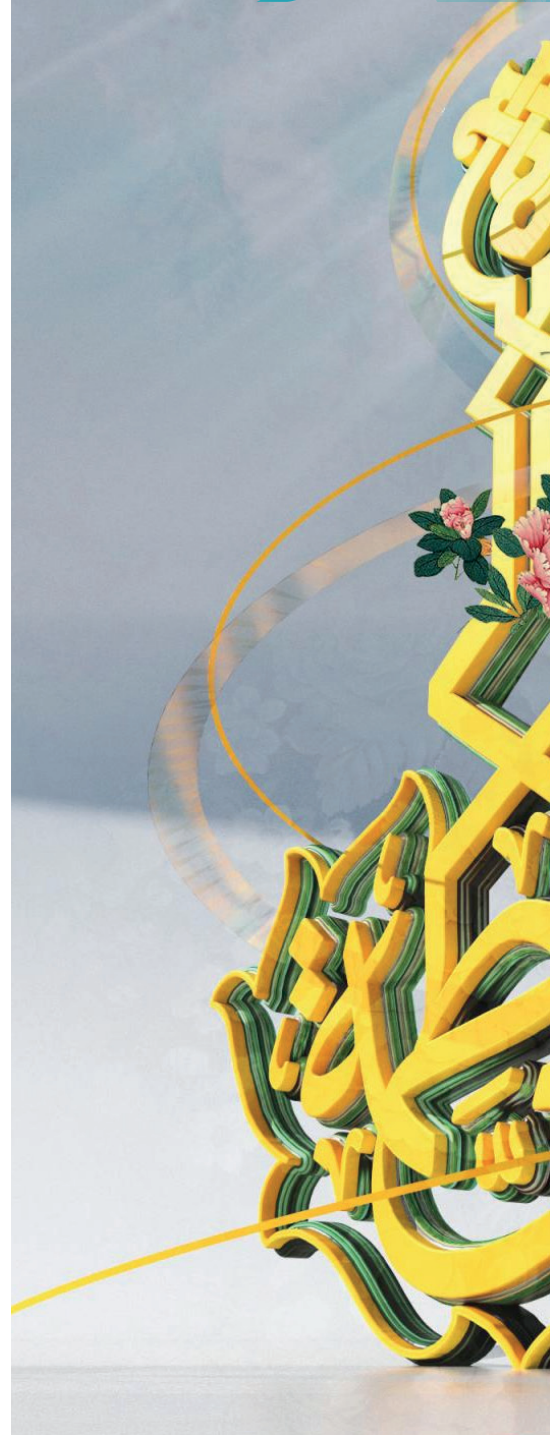
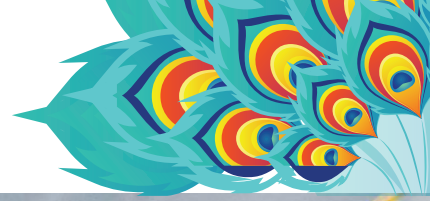
فقال عليه السلام: إن الله عز وجل إذا أكرم وليه وأحبه، أكرمه بما لا عين رأت ولا أذن سمعت، فحباها الله لك يا علي.

فقال علي عليه السلام: (رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ).

فقال رسول الله ﷺ: آمين» (أمالى الصدوق: ص ٦٥٣/المجلس

الثالث والثمانون)

إعداد / علي عبد الجواد



الخد خير من الأملس

ومضات

ورد في الدعاء: «واجعل غدي وما بعده أفضل من ساعتَي ويومي».. فلو التفت العبد إلى هذا المضمون وهو أن يكون كل يوم خيراً من سابقه، وسعى إلى تحقيق هذا المضمون في حياته، وطلب من المولى التوفيق في ذلك، لأحدث (تغييراً) في حياته و(لاشئت) سرعته نحو الكمال، والخروج عن دائرة الخسران الذي نسبته الحق للجميع.. وقد روي: «أن المغبون من تساوى يوماه».

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمة ومعنى

﴿تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ﴾ (المطففين: ٢٤)

النضرة البهجة والروفق، والخطاب للنبي ﷺ باعتبار أن له أن ينظر فيعرف، فالحكم عام، والمعنى؛ كل من نظر إلى وجوههم يعرف فيها بهجة النعيم الذي هم فيه.

(تفسير الميزان: ١٣٣/٢٠)

الحياء

كلمات مضيئة

عن الرسول الأكرم ﷺ أنه قال:

«الحياء شعبة من الإيمان، ولا إيمان لمن لا حياء له»

(مجموعة ورام: ج ٢/ص ٣٣)



مركز الدراسات
والمراجعة العلمية

الإشراف العام: السيد عقيل الياسري / رئيس التحرير: الشيخ حسن الجوادي / مدير التحرير: الشيخ علي الأسدي
سكرتير التحرير: منير الحزامي / التدقيق اللغوي: عمار السلامي / المراجعة العلمية: الشيخ حسين مناحي
التصميم والإخراج الطباعي: السيد حيدر خير الدين / المراجعة الفنية: علاء الأسدي الأرشفة والتوثيق: منير الحزامي
رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد: (١٣١٩) لسنة ٢٠٠٩م.

إصدارات الكفيل نشرنا الكفيل والخميس نشرنا الكفيل والخميس

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمصومين عليهم السلام، فالرجاء عدم وضعها على الأرض.
كما ننوه بأنه لا يجوز شرعاً لمس تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والكون على الطهارة.