

٨٣٣

السنة السابعة عشرة
٢١ / شوال المكرم / ١٤٤٢ هـ
٣ / ٦ / ٢٠٢١ م

الحديث



نشرة أسبوعية ثقافية تصدرها وحدة النشرات التابعة لشعبة الدراسات والنشرات / قسم الشؤون الفكرية والثقافية في المكتبة الصليبية المقدسة



أسلوب التشجيع

"أنت كنت غاضباً ولكنك تحاول أن تسيطر على تصرفاتك، هذا هو كظم الغيظ".

- **التشجيع** يعلم الطفل التصرف السليم ويديره على معرفة واستشعار إنجازاته والتدريب على إنجازها وتحسينها، فهو كالرادار لأننا نركز على الإنجاز ونذكر الطفل به، لأننا نشجع الإيجابيات بالتأكيد.

- **التشجيع** يؤدي إلى التأمل الذاتي والتقييم الذاتي، وبالتالي بالتشجيع يصبح الأطفال لديهم استقلالية ذاتية. فالطفل بعد التشجيع حتى لو كان وحيداً في جزيرة يكون قادراً على الإنجاز والنجاح.

- **التشجيع** يعلم الطفل كيف ينجز ويربط بإنجازه بقيمة، من غير أن يكون هو بقالب القيمة دون ضغط وتوتر. أي: أن الطفل يقوم بالسلوك المرتبط بالقيمة بأي وقت وغير مجبر على تكرار القيمة طوال الوقت، وطبيعي جداً أن يخطئ.

فمثلاً: نقوم بتشجيع الطفل على الاجتهاد بالدراسة، بأن نقول: "أنت تخطط لبرنامج الامتحان، وتحدد وقت الدراسة، وتحل واجباتك.." (هذا هو الاجتهاد). فيستمر بالتقدم دون ضغط.

وهو يعلم أن الاجتهاد سلوك وليس طبيعة وقالباً مربوطاً بهذه الصفة، ممكن أن يحصل على الدرجات الكاملة، وممكن أن تنقصه بعض الدرجات بعض الأحيان، فهذا أمر طبيعي.

* والآن هل تحب أن تشجع طفلك؟ فما زال الوقت مناسباً لبدء ممارسة التشجيع.

يحتاج الطفل إلى التشجيع مثلما النبات يحتاج إلى الماء، وبعبارة أخرى، التشجيع ضروري جداً. الأطفال لا يموتون دون تشجيع، لكنهم بالتأكيد يذبلون. وبما أن التشجيع ضروري للغاية، فماذا يعني، وكيف يتم ذلك؟

- **التشجيع** قائم على الفعل الذي قام به الطفل وليس على الطفل نفسه. قال تعالى: ﴿وَأَنْ تَكُنْ لِلْإِنْسَانِ إِلاَ مَا سَعَى﴾ (النجم: ٣٩).

- يساعد **التشجيع** أطفالك على تطوير الشجاعة، الشجاعة للنمو والتطور إلى الأشخاص الذين يريدون أن يكونوا في المستقبل كما يطمحون.

- يساعد **التشجيع** الأطفال على تطوير المفاهيم مثل: "أنا قادر، يمكنني المشاركة، ويمكنني التأثير على ما يحدث لي أو كيف أستجيب".

- توفير **التشجيع** يعلم الأطفال المهارات الحياتية والمسؤولية الاجتماعية التي يحتاجونها ليكونوا ناجحين في الحياة والعلاقات.

أمثلة على التشجيع:

"أنت بذلت مجهوداً في الدراسة يجب أن تكون فخوراً بنفسك، أنت تستحق هذه النتيجة".

"أنت نظفت غرفة نومك، ووضعت الكتب بالمكتبة، ووضعت الألعاب بالصندوق، ونظمت سريرك، هذا هو النظام".

"أنت ساعدت أختك أو والدتك في أمور البيت، شكراً على مساعدتك، هذا هو التعاون".

كيف تكون الزوجة ناجحة في بيتها؟

إعداد / منتظر محمد

القوة لديه وتتعامل مع عيوبه بحكمة؛ لأنها بذلك تقوم بتقوية العلاقة معه وليس هدمها، بالإضافة إلى علاقتها الطيبة مع أهل زوجها؛ لأنهم هم من يوصون زوجها بحسن معاملتها، وعليها أن تظهر بصورة حسنة أمام زوجها.

وفي حالة أن الزوج يتصف بالعصبية، على الزوجة أن تتعود على عدم إظهار عصبيتها من مواقفه أمامه، وعليهما الاتفاق أنه في حالة التحدث من قبل أحد الطرفين بشكل عصبي ينسحب الطرف الآخر من أمامه حتى يهدأ ثم يعودان للمناقشة مرة أخرى بهدوء وحكمة، فهناك بعض الزوجات تقوم بالاعتراض على موقف محدد للزوج وهو في قمة عصبيته؛ مما يؤدي إلى زيادة المشكلة، لذلك على الزوجة أن تختار الوقت المناسب للاعتراض أو نقد مواقفها مع زوجها.

ولابد من أن يتعود الزوجان على الحوار الهادئ الخالي من توجيه الإهانات، وكثرة الحوار وإخراج ما بداخلهما حتى لا تتفاقم الأمور والمواقف بينهما.

لتكون كل فتاة زوجة ناجحة لابد من أن تقوم بالطريقة الأفضل والمناسبة للحوار والمناقشة بينها وبين زوجها، وعدم تدخل الأهل في أبسط المواقف بينهما، وعليها أن تتبع بعض الخطوات -حتى تتجنب بعض الأخطاء التي يقع فيها كثير من الزوجات في وقتنا الحاضر- ومنها؛ عرض رأيها بصورة لطيفة، واختيار الوقت المناسب لعرضه، وعدم نقل أسرار البيت للأهل والأصدقاء، والعمل على توفيق الوقت بين أمور بيتها وطلبات زوجها الشخصية، ومواعيد عملها وأولادها.

وفي حالة قيام الزوجة بطلب مساعدة الزوج في أعمال المنزل؛ عليها أن تحدد له الأمور التي تريد أن يساعدها فيها، ولا تطلق الأمور دون تحديد وتوضيح، وهذا التحديد يكون على حسب قدراته وطاقته، وعلى الزوجة ألا تتوقع بعد الزواج الحياة المثالية جداً من زوجها، ولكنها تطلب منه التعامل بالمودة والرحمة وحسن المعاشرة، وعليها أن تتسم بالصبر في التعامل، وتقوم بالتركيز على نقاط

محجبات ولكن؟

يستزل الإنسان لكي يتبعه من خلال وساوس وإيهاماته، فيصرف الإنسان عن كل ما يقربه إلى الله تعالى ويزكيه. وإن الشيطان ليعترف يوم القيامة قائلاً: ﴿وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَلُمُونِي وَلُومُوا أَنْفُسَكُمْ﴾ (إبراهيم: ٢٢).

إذن فلا سلطان ولا سيطرة للشيطان على الإنسان.. إنما الشيطان يدعونا فحسب ولا يتعدى أمره (الدعوة) فما علينا إلا أن لا نلبي دعوته ولا نضعف أمام المغريات وزخارف الدنيا والأهواء الباطلة. يقول الله جل وعلا: ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخَذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾ (فاطر: ٦).

ولولا اتباعنا إياه وإطاعتنا له لعرجنا في ساحات القدس.. فطوبى لنفس فكرت في عقباها فلازمت التقوى وما يؤدي إلى الزلفى، ووفقت إلى أنواع الاستغفار فظهرت من أدرانها وتزكت مما علق بها من دنس ورجس، لتتوجه نحو النعيم الخالد والحياة التي كلها سرور ورضا، فالدار الآخرة هي الحياة الحقيقية الأبدية لا هذه الدنيا الدنية سريعة الزوال فانية الأجل.

(مقتطف من كتاب التبرج والسفور
وانعكاسهما على الفرد والمجتمع)

بعض النساء يتحجبن في بعض الشهور من كل عام فقط؛ كشهر رمضان أو شهري محرم وصفر.. أما بقية أشهر السنة فهن محجبات ولكن؟ فراهن متكشفات غير محجبات، حتى أن البعض منهن يضعن على وجوههن مساحيق خاصة للتجميل.

وقد حرم الدين الحنيف هذا التبرج والتكشف أمام الأجانب من الرجال، وقد توعد الله سبحانه وتعالى العاصين أن ليس لهم في الآخرة إلا النار، حيث قال الله تعالى: ﴿مَنْ كَانَ يَرِيدُ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزَيَّنَّتْهَا نُوفًا لِيَهُمْ أَعْمَالُهُمْ فِيهَا وَهُمْ فِيهَا لَا يُبْخَسُونَ * أُولَئِكَ الَّذِينَ لَيْسَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ إِلَّا النَّارُ وَحَبِطَ مَا صَنَعُوا فِيهَا وَبِاطِلٌ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ (هود: ١٥-١٦).

فليس للبشر إلا أن يتبعوا ما أمر الله تعالى به لبلوغ الكمال النفساني إن أرادوا الفوز والنجاح في الدارين، وإلا كانوا من الأخسرين أعمالاً، على حد قوله تعالى: ﴿قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا * الَّذِينَ ضَلَّ سَعِيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يُحْسِبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا﴾ (الكهف: ١٠٣-١٠٤).

ولاريب في أن للشيطان دوراً في انحراف الإنسان إن استجاب له وأطاعه. فعلى المرء أن يعتصم بالله العلي العظيم ولا يستجيب لدعوة الشيطان، فالشيطان هو عدو الإنسان اللدود، وهو يسعى جهد قدرته إلى أن

أضرار الامتناع عن الأكل

إعداد / وحدة النشرات

- ✳ إن امتناع الشخص عن تناول الطعام برغبة وإرادة كاملة منه، أو امتناعه عن تناوله نتيجة أسباب قسرية خارجة عن إرادته مثل: الإصابة بالأمراض العضوية المختلفة، أو عدم توفر الطعام المناسب والصالح للأكل، أو سوء نوعية الطعام، أو اقتصار الأكل الذي يتناوله الفرد على نوع واحد فقط، بحيث لا يحصل على جميع العناصر الغذائية الضرورية للجسم..
- ✳ أما أهم أضرار الامتناع عن الطعام فهي كما يأتي:
- ✳ إصابة عضلات الجسم بالضعف والوهن، وتراجع حجمها بشكل كبير.
- ✳ صدور رائحة كريهة من الجسم نتيجة تحلل الأحماض الأمينية في الجسم وإنتاج كبريتية نيتروجينية يتخلص منها الجسم على شكل يوريا، حيث يتم هذا عن طريق البول أو العرق أو التنفس.
- ✳ اختلال إفرازات الجسم الهرمونية، وحدوث خلل في جهاز الغدد الصماء.
- ✳ الإصابة بفقر الدم («الأنيميا»).
- ✳ الإصابة بتعب وإرهاق شديدين، وفقدان طاقة الجسم.
- ✳ نقص الوزن الشديد والإصابة بالضعف العام.
- ✳ حدوث نوبات من الصداع المتكرر بالإضافة إلى الإصابة بالإمساك المزمن.
- ✳ هبوط حاد في الدورة الدموية، ويُرافقه صداع ونوبات متكررة من الإغماء.
- ✳ الإصابة بتليّف الكبد، خصوصاً مع استمرار عدم الأكل.
- ✳ تراجع مناعة الجسم والإصابة بالأمراض المختلفة.
- ✳ عدم انتظام دقات القلب والخفقان الشديد نتيجة قصور الدورة الدموية.
- ✳ الإصابة ببعض الأمراض مثل: هشاشة العظام وأمراض العيون وتدمير خلايا المخ والأمراض التي تُصيب الأعضاء الداخلية في الجسم.
- ✳ حدوث تشوهات في الأجنة والإصابة بسكري الحمل بالنسبة للمرأة الحامل، وقد يحدث إجهاض.
- ✳ تقصف الشعر وتساقطه وضعف بنيته وتقصف الأظافر.
- ✳ الإصابة بالهلوسة وضعف الإدراك.

كيفية التدريب على قوة الإرادة

إعداد / علي الأسدي

تصرفات عنه تبين أن إرادته ضعيفة، ومحاولة تجنب هذه الظروف ما أمكن.

٥. تحديد المرء صورة يحبها لنفسه، ولشخصيته لتدخل في مخيلته وعقله الباطن، ليبدأ بالعمل من أجل الوصول إليها.

٦. القيام بالمهام والأعمال، وتنمية المهارات التي تحقق للمرء ما يتمنى أن يكون عليه، سواء أكانت هذه المهام على الصعيد الشخصي أم الاجتماعي أم المهني، ومن خلال قيام المرء بهذه الأعمال التي تنمي شخصيته تدخل صورة شخصيته التي يريدها لنفسه في عقله الواعي، ليتفق بعد ذلك العقل الباطن مع العقل الواعي على صورة الشخصية والذات التي يتماها المرء لنفسه، والتي قام بالعديد من الأعمال للحصول عليها، وبالتالي سوف تُحمى أي صورة ذهنية سابقة في مخيلته عن شخصيته السابقة وإرادته الضعيفة، حيث إن الإرادة قوة تكمن في العقل.

إن الإنسان هو من يجني نتائج اختياراته جميعها في حياته، لذلك لا يصح أن يقول الإنسان عن أمر ما أنه ليس بيده أو أنه خارج عن إرادته، حيث إنه هو من يقوّي إرادته، وهو من يضعفها، ولا يوجد أي عامل وراثي يسهم في وجود الإرادة القوية أو الضعيفة، ويمكن للمرء أن يدرب نفسه ليصبح قوي الإرادة من خلال اتباع الآتي:

١. سؤال المرء نفسه، ما الذي يجعله يتصرف بقوة إرادة إزاء الأمور المختلفة، وما الذي يفقده قوة إرادته، وما هي الأمور التي تسهم في إضعاف إرادته.
٢. إحصاء الضرد جميع تصرفاته والسلوكيات التي يقوم بها عادةً، ومن ثم يصنفها حسب إرادته، فيظهر له أي المواقف كانت إرادته قوية وأيها كانت إرادته ضعيفة.
٣. تحديد المرء الظروف التي كانت إرادته فيها قوية، ومحاولة التمسك بها.
٤. تحديد المرء الظروف المحيطة التي صدرت فيها

نوايا وخفايا!!

علي عبد الجواد

ومن شدة احراجي أخرجت له النقود وأعطيتها له، فذهب مستبشراً كأنه حقق انتصاراً، وهنا شككت بصدق نواياه! وما إن عدت الى مكاني وقصصت على زميلاتي ما حصل لي قبل قليل.. فتعالت ضحكاتهن!! استغربت من الأمر، فأنا لم أطرح مزحة أو طرفة حتى يضحكن، ولكن إحداهن سارعت بالقول: وهل وصل لك بهذه السرعة؟ قلت: ماذا تقصدين، وضحي رجاءً.

قالت: إن هذا هو ديدنه، يحتال ويتمسكن بكل طريقة حتى يحصل على ما يريد، ولا يوجد أحد في هذه الدائرة إلا وانطلت عليه حيله، ومع أننا نعرفه ولكن نتعاطف مع حالته التي يجيد تمثيلها ولا يمكننا أن نشك في صحتها حينها، ولتفادي الاحراج نعطيه ما يريد. وبعد أن يأخذ ما يريده ننتبه من غفلتنا وكأنه قد سحرنا بكلامه وحججه..

* (يتمسكن حتى يتمكن).. هذا المبدأ يعتمد على أساليب ملتوية وخادعة لاستمالة المقابل والتأثير في قناعاته قدر الإمكان حتى يصل إلى مبتغاه، وليس من الأمر السهل أن تكتشف نواياه ومبتغاه من أول وهلة.. لذا فالحذر كل الحذر من مثل هؤلاء!

قصتنا لهذا اليوم ترويها لنا الموظفة أم محمد.. تقول أم محمد: لقد انتقلت إلى دائرة جديدة وكانت رائعة بمنتهىها وإداريها، وقد لقيت منهم كل تقدير واحترام.. ولكن بعد فترة من الزمن جاءني أحد الموظفين وأنا في عملي فاستأذن مني ليكلمني على انفراد، وبعد إن استأذنت من زملائي وقفت معه قرب الباب، فبادرني قائلاً: أنا خجل منك جداً ولكني توسمت فيك الأخلاق العالية والكرم، وفي الحقيقة لا أعرف ما أقول لك!!

قلت له: خيراً إن شاء الله يا أستاذ، لقد أقلقني جداً، رجاءً قل ما عندك..

فأطرق إلى الأرض وقال: في الواقع إن زواج ابنتي هذه الليلة واحتجت بعض المال..

قلت له: ولكني لا أحمل معي النقود، بل أتركها في البيت.. أسرع قائلاً: لا بأس، يمكنني أن انتظر، بينما أن تذهيبين إلى البيت وتحضرين النقود..

رددت عليه: وكيف ذلك يا أستاذ؟ فأنا لا أستطيع أن أترك عملي أبداً..

فأخذ يلح علي كثيراً مع الاستكانة والاستمالة لعواطفني.. ولكي أتخلص منه قلت له: في الحقيقة لا يوجد عندي إلا

(٢٥) ألفاً فقط، وخاصة ونحن في نهاية الشهر..

فابتدرني قائلاً: هاتيها فهي تسد بعض احتياجاتي.

مثل حبة



- المكان: بغداد جانب الرصافة، بلد، ديالى، المثنى، الحلة، كربلاء المقدسة، النجف الأشرف، واسط، ذي قار، ميسان، البصرة قضاء المدينة، البصرة قضاء الزبير.

- عدد أسهم المشاريع الكلية: (١,٤٨٠,٠٠٠) سهم.

- قيمة السهم: (٢٥,٠٠٠) دينار عراقي أو ما يعادلها بالعملة الأجنبية الأخرى.

* طرق التبرع للحملة :

- بطاقات الكي كارد :

<https://tasdid.net/alayn>

- التبرع الالكتروني عبر تطبيق زين كاش وآسيا حوالة - رابط تطبيق #زين_كاش

<https://bit.ly/3aJmrlQ>

- رابط تطبيق #آسيا_حوالة

<https://bit.ly/3vWRfO>

- خدمة الساعي :

<http://alssaiei.aynyateem.com>

٦٧٧٧ -

[tasdid.net \(https://tasdid.net/alayn/\)](https://tasdid.net/alayn/)

مؤسسة العين للرعاية الاجتماعية

﴿ مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلٍ فِي كُلِّ سَنَابِلَةٍ مِائَةٌ حَبَّةٌ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴾

اطلقت مؤسسة العين للرعاية الاجتماعية حملتها الإنسانية الكبرى حملة #مثل حبة الخاصة بالصدقة الجارية في الخامس عشر من شهر شعبان المبارك الهادفة الى تشييد مباني #الأنجم الزاهرة في اثنتي عشرة مدينة عراقية، والرامية الى تنمية #يتامى العراق مهنيا وصحيا ونفسيا، نتيج من خلالها الفرصة أمام المؤمنين الكرام للمشاركة فيها وكسب الأجر والثواب من خلال التبرع لتأمين الأسهم التي تتطلبها المشاريع في كل محافظة.

* قيمة السهم: (٢٥,٠٠٠) دينار عراقي أو ما يعادلها بالعملة الأجنبية الأخرى ...

* تفاصيل حملة #مثل حبة:

- اسم الحملة: مثل حبة.

- النوع: صدقة جارية.

- الهدف: إنشاء مباني الأنجم الزاهرة.

- الفائدة من المشاريع: رعاية يتامى صحيا، وتأهيلهم نفسيا، وتدريبهم مهنيا.