٥٩٠

السنة الثانية عشرة

٢٣ / شوال المكرم / ١٤٣٧هـ

٢٨ / ٧ / ٢٠١٦م

الخميس

نشرة أسبوعية ثقافية تصدرها وحدة النشرات التابعة لشعبة الدراسات والبحوث / قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة

سن والدي أصغر مني !

الشيخ علي السعيدي

يحكى أن ولداً صغيراً راكباً مع والده سيارة أجرة، وهما ذاهبان الى المركز الصحي، لأنّ أحد أسنان الطفل يؤلمه كثيراً منذ مدّة، فهو متآكل..! وفي أثناء الطريق، كان الولد يسأل والده كثيراً، عن كل شيء.. وأي شيء - فالأطفال بين عمر (٣-٦) أعوام في طور التعرّف والاكتشاف- فكان الولد يسأل: بابا.. لماذا أنت لديك شارب! وأنا ليس لي شارب!؟ كان الوالد مهموماً، يفكّر في أمور المعيشة.. فزوجته طلبت منه أن يحضر بعض المواد، من طعام وما شاكل.. وهو لا يملك إلا أجرة السيارة! وبعض المال الذي قد لا يكفي للمستوصف..! فقال بشيء من العصبيّة: لا أعرف يا بني.. الله خلقني بهذا الشكل (عندي شارب)، فقال الولد متسائلاً ثانياً: بابا.. هذه مصابيح أعمدة الكهرباء كيف تعمل؟ فقال الأب: ولدي، وهل أنا كهربائي حتى أعرف!؟ ثم سأل ثالثاً: بابا.. هذه الأشجار المزروعة على جانبي الطريق كيف تنمو وتصبح أشجاراً كبيرةً!؟ فقال الأب: ولدي، وهل أنا بستاني أو فلاّح حتى أجيبك!؟ فسأل الولد: بابا.. هذه السيارة التي نركب فيها كيف تعمل!؟ فقال الوالد: ولدي، وهل أنا مهندس أو ميكانيكي حتى أعرف!؟ عندها.. انتبه

الولد لأجوبة والده الجوفاء..! فقال معتذراً من أبيه: بابا.. العفو.. فقد أزعجتك كثيراً بكثرة الأسئلة! فقال الأب: لا بابا.. لا.. بالعكس!! إذا لم تسأل وأجيبك.. فكيف تتعلم إذن..!؟ عندها تبسّم سائق سيارة الأجرة (الذي كان ينصت الى الحوار الدائر بين الوالد وابنه)، وقال للوالد: كانت أجوبتك رائعة، ووافية.. فقد شرحت له كل شيء! عندها انتبه الوالد لنفسه، وتقصيره مع ولده.. فاستدرك الموقف -خصوصاً- عندما سأل الولد سؤالاً آخر فقال: بابا.. لماذا أسناني صغيرة! وأسنانك كبيرة..!؟ فتبسم الوالد وضمّه لصدره وقال: لأنك ما زلت صغيراً يا بني.. وكلما كبرت يوماً بعد يوم سوف تسقط أسنانك الصغيرة هذه، لتنمو مكانها أسنان كبيرة وقوية جديدة..! فقال الولد: بابا.. أنت أكبر مني في كل شيء..! فتبسم الوالد وقال لا يا ولدي! أنظر الى سني هذا! وأشار الى أحد أضراسه.. هل تراه؟ قال الولد: نعم يا أبي.. أراه! فقال الأب: أنت أكبر منه بكثير..! ففرح الولد.. وصار يردد: سن والدي أصغر مني! سن والدي أصغر مني!.

ختاماً نقول: أيها الآباء والأمهات الكرام، أجيبوا عن أسئلة أطفالكم، بما تعلمون.. ولا تستثقلوها! ولتكن أجوبتكم تتناسب مع أعمارهم.. لتحفظوا لهم كبرياءهم واعتزازهم بأنفسهم.

الآثار السلبية والإيجابية للأجهزة الذكية

إعداد/علي الأسدي

شاع في الاوه الاخيرة انتشار الاجهزة الذكية وتفشي الاثار السلبية لها من سوء الاستخدام والذي يؤدي إلى التسبب في العديد من الأمراض النفسية والجسمية، لكن غاب عنا أن للأجهزة التكنولوجية فوائد اكبر قد تستغل بشكل إيجابي لتوجيه الطفل وتنمية إدراكه العقلي بشكل صحيح، وعلينا أن نتمتع بالفهم والإدراك الكافي لاستغلال هذه الأجهزة بالإيجاب من خلال توفير أجهزة «آي باد» لكل طالب في المدرسة واستخدامها في التعليم والترفيه أيضاً مع خلق جو توعوي وتوجيهي لهذه الألعاب، فالطفل بحاجة إلى اقل من ساعة التمارين الذهنية التي تسهم في تنمية خلاياه الذهنية، واستخدام هذه الأجهزة في التعليم وتوفيرها في المدارس قد يسهم بشكل إيجابي في تطوير الطفل.

وتجدر الاشارة إلى ضرورة تواجد الأهل مع أطفالهم لتوجيههم وتوعيتهم بالاستخدام الصحيح لهذه الأجهزة، وإيجاد بدائل تخفف من استخدام الأجهزة التكنولوجية، وإعطاء الأهل من وقتهم لأبنائهم من خلال الجلوس واللعب معهم بدل التوجه لهذه الأجهزة، مع اختيار المدارس التي تستطيع أن تغير وتؤثر في الطفل بالإيجاب.

وبهذا الخصوص أشار أحد أطباء العيون، إلى أن الأجهزة التي تعمل باللمس مثل «الآي باد» وأجهزة الكمبيوتر من أكثر الأجهزة التكنولوجية ضرراً على العين، والتي قد تسبب جفاف العين عند مستخدميها من الأطفال، حيث تتم العملية من خلال التركيز المطول الذي يرهق عضلة النظر الضعيفة؛ فالعين تحتوي على سائل دمعي يساعد في عدم جفافها، حيث يقوم الجفن بالرمش مرة كل خمس ثوانٍ وينتج عن ذلك تكون طبقة جديدة من الدموع تغطي سطح العين وإن تعرضت العين إلى تركيز مطول وعدم الرمش، يؤدي ذلك إلى عدم إفرازها الكمية الكافية من السائل الدمعي ما ينتج عنه التهابات وحكة وعدم الراحة في العين..

ويضيف الطبيب: إن دخول الأجهزة التكنولوجية في الأسرة رسخ مفاهيم ومعاني الانفراد والانعزالية في الأسرة، حيث أصبح لكل فرد أجهزة خاصة به لا أحد يتعدى على خصوصيته في استخدامها، وهذا باعد بين أفراد الأسرة وأفقد روح التواصل والترابط، ومن أخطر الأمراض التي قد تصيب أفراد الأسرة، وخاصة الأطفال، جراء استخدام هذه الأجهزة هو التوحد؛ الذي يكون فيه المخ غير قابل لاستيعاب المعلومات أو معالجتها ما يؤدي إلى صعوبة الاتصال بمن حوله واضطرابات في اكتساب مهارات التعليم السلوكي والاجتماعي..

لذا علينا الانتباه الى فلذات أكبادنا.. ولا ننسى أنّهم نواة المجتمع وعصبه الدائم..

اصفرار الأسنان.. أسبابه وعلاجه

إعداد/ وحدة النشرات

كما يختلف الناس في لون بشرتهم وشعرهم ولون عيونهم فإنهم يختلفون في لون أسنانهم كذلك، فتكون بعض الأسنان أكثر بياضاً، وبعضها تشتد صفرتها.. منا من تظل أسنانه بيضاء حتى مع التقدم في السن!! ومنا مَن هو كلما تقدم في العمر تغيرت أسنانه..

ويشير أحد أطباء الأسنان الى أنّ لتغير لون الأسنان عدة أسباب؛ وتنقسم إلى قسمين:

القسم الأول (الخارجي): وهو ناتج عن: (شرب القهوة أو الشاي، تدخين السجائر لما تحويه من مادة التبغ، بعض الأطعمة والتي تعمل على صبغ وتلوين الأسنان، تجمع الكالسيوم حول الأسنان بما يعرف بالتكلسات).

القسم الثاني (الداخلي): وهو ناتج عن: (الإصابات، استخدام بعض المضادات الحيوية في سن مبكرة «كالتترا سيكلين»، الأمراض، التقدم في السن، الاستخدام الزائد لمادة الفلورايد).

ويمكن العلاج بعدة أمور:

١- استخدام السواك بكثرة.

٢- تنظيف الأسنان بمعجون أسنان جيد؛ ينصح به على الأقل مرتين يومياً صباحاً و مساءً.

٣- الإكثار من تناول عصير الفراولة، فهو يساعد على تبييض الأسنان.

٤- تدعك الأسنان بعصير الليمون وقطعه قطن.. ويكرر ذلك يومياً حتى يختفي الاصفرار.

٥- تدعك الأسنان المصفرة بمادة بكربونات الصوديوم (يتم شراؤها من الصيدلية). مع عدم الإفراط في استخدامها لأن ذلك يؤثر على سلامه اللثة والأسنان.

٦- استخدام مسحوق الفحم، وذلك بطحن الفحم جيداً، ثم يدعك به الأسنان.. وقديماً كانت تستخدم هذه الطريقة لتنظيف الأسنان وتبييضها، وعليكم أن لا تنسوا غسل أسنانكم جيداً بعد استخدام الفحم لإزالة ترسباته.

ملاحظة: العسل مفيد في تبييض الأسنان.. ومع ذلك يجب استخدام معجون الأسنان بعد العسل لأنه يسبب التسوس.

العزوف عن العلم والتعلم !

حيدر السلامي

من المشكلات الكبرى التي تواجه الشباب في هذه المرحلة -العراقي خصوصاً- مشكلة العزوف عن الدراسة سواء الابتدائية أو الثانوية أو الجامعية.. أو الشباب الذي لم يستوفِ القدر الكافي من المعرفة والثقافة، وكذا الذي لا يملك التأهيل العملي، كالحرفة والمهنة، لا يمكنه أن يؤدي دوره الاجتماعي المناط به، أو يخدم نفسه وأسرته بالشكل المطلوب.. وعلى الرغم محاولات الحكومة الكثيرة لتفاديها أو التقليل من حدتها، ما زالت هذه المشكلة تتفاقم، وما زالت تعرض مستقبل الشباب للخطر! فهي تدفعهم للبطالة والتسكّع، واقتراف الجرائم والممارسات السلوكية المنحرفة، خاصة في غياب التوجيه الأسري والرعاية الاجتماعية، وفقدان الأثر التربوي في معظم المؤسسات والهيئات الاجتماعية الحكومية والأهلية.. وتفيد الدراسات والإحصاءات، أنّ الأمية والجهل، وقلة الوعي والثقافة، هي أسباب رئيسة في مشاكل المراهقين والشباب.

ولهذه المشكلة أسباب نفسية وعقلية واجتماعية واقتصادية.. وربما صحية أيضاً! كما أن التشرد الناشئ من الاضطهاد السياسي وعدم استقرار الوضع الأمني، له مدخلية في ترك الدراسة وانتشار الأمية بنوعيها الأبجدية والحضارية بين فئة الشباب! والمشاكل النفسية التي سببها الأسرة، من سوء تعامل الأبوين، أو المشاجرات العائلية المستمرة بينهما، أو حالات الطلاق التي تؤدي إلى ضياع الأبناء، وتشرّدهم، أو تقصير الآباء وعدم رعايتهم لأبنائهم، وإهمال حثّهم وتشجيعهم، وعدم توفير الظروف اللازمة لمواصلة الدراسة، وأمثال هذه الظروف.. تدفع بالكثير من الطلبة إلى ترك الدراسة، وانتفاء الرغبة في مواصلة مشوار التعليم إلى نهايته.

كما انّ انصراف ذهن الطالب عن الدراسة، وارتباطه بأصدقاء السوء، أو أصدقاء فاشلين يدفعونه نحو اللهو واللعب والعبث، وربما بعض الممارسات السيئة، وأسباب أخرى.. من شأنها أن تؤدي بالطالب إلى مغادرة مقعد الدرس في وقت مبكر، وبالتالي تدمير مستقبله! ولعل الفقر من الأسباب القوية جداً لترك الدراسة، بصورة اضطرارية! أو التوقف عن إكمالها..! فالعائلة الفقيرة لا تستطيع أن تُوفّر النفقات اللازمة لدراسة الأبناء، مما يضطر الطالب إلى ترك الدراسة في فترات مبكرة، وهو لم يستوف القسط الكافي منها، ليتوجه إلى العمل، وكسب لقمة العيش المرير! إنّ هذه المشكلة المتعاظمة، تحتاج إلى بحث جاد وسعي حثيث تبذله الدولة، بالتعاون مع قطاعات المجتمع ذات العلاقة والأسرة، باعتبارها اللّبنة الأولى والأساس في البناء الاجتماعي، بغية الوصول إلى حلول حقيقية لها.

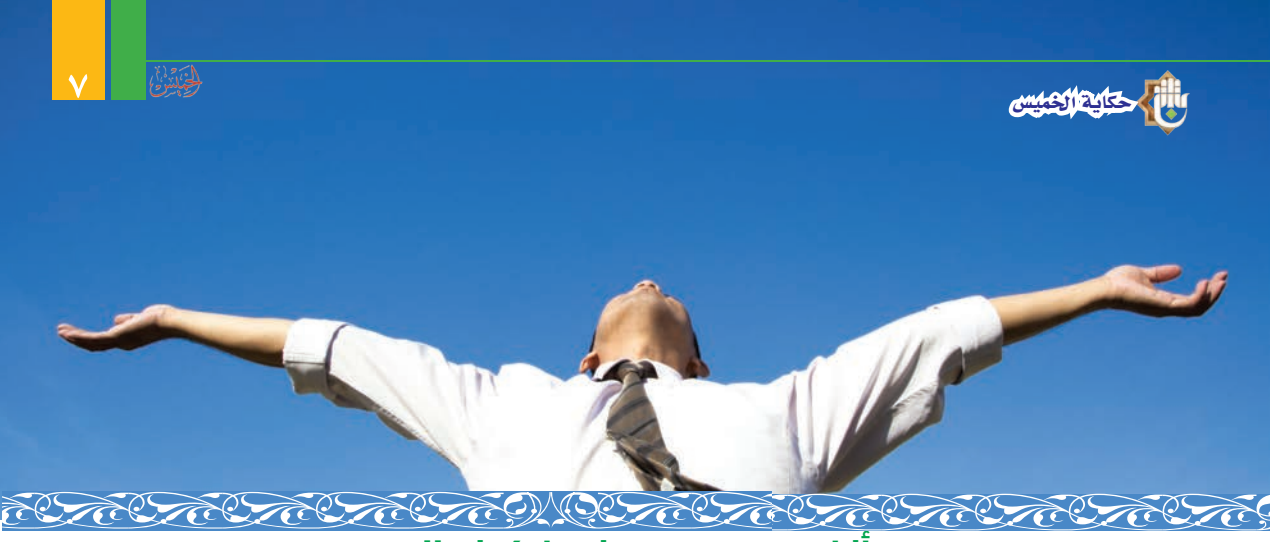
مركز تأهيل

الأستاذ علي حسين البدراوي

المجتمع مجموعة أسر، ونواة تشكيل الأسرة هو الزواج، ولا يغيب عن أذهاننا ما للخطوة التي تسبق الزواج من أهمية مثل الاختيار -الصحيح- للزوجين من جميع النواحي! الدينية والأخلاقية.. ثم الإجراءات الرسميّة! والعقد الشرعي، والتثبيت في سجلات المحاكم ودوائر الأحوال المدنيّة.. ولكن ما يؤسف له، هو حدوث كثير من المشاكل -التافهة- عند كثير من الأسر! وربما نتيجة الجهل تصل الحالة الى الطلاق -الذي هو أبغض الحلال عند الله- أو انّ الزوجين يعيشان طيلة حياتهما، بعيدين عن السعادة الزوجيّة.. ولو قمنا باستبيان عن السعادة الحقيقيّة بين المتزوجين، لكانت النسب غير مبشرة بالخير (مخيفة)، وبالرجوع الى الأسباب.. يستوقفنا منها سوء الاختيار..!.

الفكرة: إنشاء مراكز تأهيل أسري (إرشادي)، في مراكز المدن.. الغرض منه إعطاء المشاركين فيه النصح والمشورة والدعم.. وتعليمهم أسس واساليب الاختيار الصحيح، وعرض التجارب والخبرات، للاتعاظ من مشاكل الآخرين وتجاربهم، لأخذ الدروس والعبر.. انطلاقاً من الحكمة القائلة: (الوقاية خير من العلاج)، ولكي يدرك المقدمون على هذا الرباط المقدس، أنّ الزواج ميثاق غليظ.. وعلينا أن نحترم هذا الميثاق، ونفهم مسؤوليتنا تجاه الأسرة! لكي لا نكون سبباً بضياعنا، وضياع أبنائنا من بعدنا.. ويمكن تلخيص الفكرة بالآتي:

- فتح دورة للمقبلين على الزواج ،ويقوم أساتذة مختصون بإعطاء الدورة، في علم النفس والاجتماع، والطب النفسي، والحوزة العلمية، والاقتصاد الأسري.. وباشراف من جهات عليا، في القضاء، والبحث الاجتماعي، والإرشاد الأسري.
- منح شهادة رسميّة تؤيد أهلية المتخرج لهذه المرحلة، شبيهة بالشهادة أو الوثيقة الصادرة من المراكز الصحية (الخاصّة بفحص الدم).
- من الممكن صرف مخصصات مقطوعة للمشارك، تصرف للقطاع المساهم (عام أو خاص).
- في حال فشل المشارك بالإمكان إعادة الدورة له مرة أخرى.
- من الممكن اشراك أهل الخبرة والتجارب.. وحضورهم للمشاركة.
- فتح شعبة خاصّة للتوسط في حل المشاكل المستعصية، لأن بعض الوسطاء لجهلهم يعقدون المشاكل.. أو يطرحون الطلاق كحلٍّ أول.
- من الممكن انشاء صندوق خاص، لدعم المتزوجين الجدد، والمتعففين كمساعدات نقديّة أو عينيّة أو على شكل سلف..!.



أناس مبصرون ولكن..!!

إعداد/ علي عبد الجواد

كانتْ خطواتُه بطيئةً، وصوتُ العصا وهو ينقر بها بلاطَ الممرّ في الحديقة يُساعده على السير في الطّريق الصّحيح. كان واضحًا أنّه لا يرى. كنتُ جالساً على كرسيّ خشبيّ على جانب الممرّ. عندما اقترب منّي توقّعْتُ أنه سيمرُ دون أنْ يمسسني، لكنّه اصطدم بقدمي، وبسرعة وضع يده على ركبتي بلطف وقال: آسف، لم أرَك فأنا أعمَى كما تراني.

قلت له: لا بأسَ، لم يحصلْ شيءٌ. هل ترغب في الجلوس بجانبي؟

فقال: نعم، فقد استأذنْتُ أبي أنْ أجلسَ لبعض الوقت هنا.

لم أسألْه، لكنه أخبرني أنه يراجع المستشفى المجاور للحديقة منذ فَقَدَ بصره قبل شهرين. كان حزينًا لأنه لن يرَى ما حوله مرةً أخرى. حاولْتُ التّخفيف عنه بأنّ هذا قَدَر الله تعالى، وإن كان فَقَدَ البصر فإنّ لديه حواسَاً أخرى يستطيع أن يستفيدَ منها وأن يستمتعَ بالحياة. سمع صوت أطفال يلعبون فطلب منّي أن أَصفَ له المشهد.

تردّدْتُ قليلاً، ثم قلت له: يا صديقي تستطيع أن ترى بأُذُنكَ؟ فقال: وكيف؟؟

قلت: عندما أغمضُ عيني وأُركّزُ على السمع فإنّني سأعرف ما يفعلون. وبدأتُ أصف له ما يدور حولنا: أطفالٌ يلعبون الكرة، واحدٌ منهم يلعب دورَ حارس المرمى، ويُوجد طفلٌ مميز يحاول جاهدًا تسجيلَ هدف. وفي الجهة الأخرى من الحديقة توجد عدة (أرجوحات) منها واحدةٌ تُصدر صوتًا مزعجًا، ومع ذلك يستخدمها أحدُ الأطفال. ويوجد بناتٌ صغيراتٌ ملابسهنّ مُلوّنةٌ زاهيةٌ. والأشجار في الحديقة كثيرةٌ جدًا، وفيها أعشاش للطيور. كان يستمع في سعادة بالغة. قال لي: أشكرك من كلّ قلبي، لقد جعلْتَني أعيشُ هذه اللحظات وكأنّ بصري قد عاد لي ومن بعيد، كان والده يناديه، فنهض شاكرًا.

وعندما ابتعد أخذتُ عصاي، وسرتُ وأنا أنقرُ بها بلاط الممر. كنتُ سعيدًا لأنني أدخلْتُ السرور على شخصٍ فَقَدَ البصر مثلي.!

العبرة.. لا يمكن أن تحيى سعيداً ومن حولك تعساء، ينبغي أن تعم السعادة على من حولك كي تشعر بدفئها وحلاوتها ولذة مذاقها، وينبغي أن يكون الآخرون سعداء كي تستلذ بمذاق السعادة المنبعثة من مسامات الآخرين. فالأشخاص السعداء، يجعلون من حولهم يشعرون بالسعادة والسرور. والسعادة تتوقف على ما تستطيع إعطاءه، لا على ما تستطيع الحصول عليه. ولكن للأسف هناك أناس مبصرون في الواقع.. ولكن إن رأيتهم تحسبهم هم الفاقدون للبصر!!

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين عليهم السلام، فالرجاء عدم إلقائها على الأرض. كما ننوه بأنه لا يجوز شرعاً لمس تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والكون على الطهارة. كما نرجو من الإخوة المؤمنين المحافظة على النشرة وعدم استخدامها لحجز مكان لصلاة الجماعة أو الزيارة؛ فإنها تتعرض للإهانة بسبب سحقها بالأقدام لعدم الانتباه لها.

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق الوطنية العراقية ببغداد ١٣١٩ لسنة ٢٠٠٩م
زورونا على موقع شبكة الكفيل العالمية: www.alkafeel.net - راسلونا على البريد الإلكتروني: nashra@alkafeel.net
التحرير: الشيخ علي السعيدي / منتظر السعدي - التدقيق اللغوي: عمار السلامي - التصميم والإخراج: أحمد السيلاوي