



السنة الحادية عشرة

٢١ / ٥ / ٢٠١٥ م

الخبير



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

تحقيق الطموح





التأخر العقلي

إعداد / د. أمجد صباغ الوائلي

نسبة التأخر ليس لها نفس القيمة حسب عمر الطفل، فمثلاً التأخر الذهني بسنتين لطفل عمره أربع سنوات أكثر حدة من التأخر العقلي بسنتين لطفل عمره (١٢) سنة!! كما أنّ التأخر العقلي له عدة انعكاسات في نواحي متعددة منها الجانب الذهني، والجانب اللغوي، والجانب الحركي، والعاطفي والاجتماعي.

ويمكن تصنيفه حسب درجة الذكاء الى الفئات التالية:

١- التخلف العقلي البسيط (٥٥-٦٩ درجة).

٢- التخلف العقلي المتوسط (٤٠-٥٤ درجة).

٣- التخلف العقلي الشديد (٢٥-٣٩ درجة).

٤- التخلف العقلي الشديد جداً (أقل من ٢٤ درجة).

أما مؤسسات التربية الخاصة، فتصنف أصحاب التخلف العقلي الى ثلاثة فئات:

١- القابلون للتعليم (٥٠-٧٠ د) هم أطفال قادرين على التعلم للمهارات الأكاديمية الأساسية.

٢- القابلون للتدريب (٣٠-٥٠ د) قادرين على تعلم مهارات أكاديمية وظيفية، مثل العناية بالذات.

٣- الاعتماديون (أقل من ٣٠ د) وهم يحتاجون الى رعاية خاصة مستمرة.

التأخر العقلي (الإعاقة الذهنية): ليست سوى اضطراب في العلاقات التي تربط الإنسان بنفسه أولاً، وبمحيطه الصحي والاجتماعي في الزمان والمكان، علماً أنّ ترابط وتواصل تلك العلاقات هي الممارسة اليومية للحياة الإنسانية.

ويعد هذا التأخر (تعوّقاً) -وليس إعاقة- أي أنّ الطفل تعوّق في نموه عن أمثاله في نفس عمره، ولكن لا يمكن اعتبار الشخص المتأخر عقلياً يعاني من بطء في القدرات الذهنية فقط، لأن نموه أيضاً سيكون متأخراً وسيكتمل نموه بصفة متأخرة، رغم أنّ هذا النمو سيقف عند

مراحل معينة، إلا إذا استفاد

من تدخل مبكر وملائم

يساعده على تخطي

العراقيل.. ويعتبر

التأخر العقلي مشكلة

ذات طبيعة خاصة! فهي

مشكلة متعددة الجوانب

والأبعاد تتداخل بعضها

مع بعض.. الأمر الذي يجعل

المشكلة لا تتشابه مع مشكلة

أخرى من مشاكل الإعاقات.

ويعده الخبراء: أحد درجات العجز

بوظائف معينة، تؤدي الى تأخير

الفرد بقيامه بتلك الوظائف

بشكل عادي، ويقاس النمو

الذهني للفرد دائماً بالرجوع الى عمره الزمني،

كالقدرات الحركية التي تظهر تبعاً لنمو الطفل،

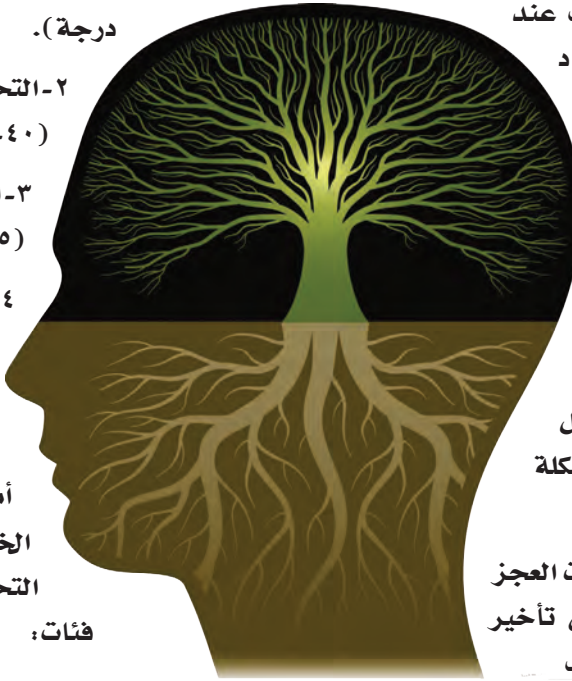
والتي ترتبط كذلك بفترات من عمر الطفل

-تتمثل المقارنة بين العمر العقلي والعمر الزمني-

بالمؤشر المعتمد في تشخيص حالات التأخر الذهني

فكلما تأخر أو تخلف العمر الذهني عن العمر

الزمني زادت حدة مستوى التأخر العقلي، لكن





الأرض ذات الصدع

إعداد / الفيزيائي أ. شاكِر عبد الرزاق

كبيرة، وتحرك الحمم المنصهرة في داخلها حركة دائمة، كل هذا من شأنه توليد تصدّعات مستمرة في القشرة الأرضية، لذلك قد نفهم من البيان القرآني ما يخبرنا عن هذه التصدّعات من خلال التشقّقات التي تحدثها في قاع البحار، مطلقاً أسنة اللهب والحمم المنصهرة، فيقول تعالى: ﴿وَالْبَحْرُ الْمُسْجُورُ﴾ (الطور: ٦). فجميع بحار العالم نجد في قاعها براكين نشطة

تقذف الحمم المنصهرة وتُسجّر الماء وتحرقه.

وهذه الحمم المتدفقة من صدوع الأرض تتجمد مشكلة الحجارة بأنواعها، فإذا ما تدفّقت من باطن البحر

شكّلت الجزر، وإذا ما تدفّقت من اليابسة شكّلت المناطق الصخرية، يقول تعالى: ﴿وَتَسِيرُ الْجِبَالُ سَيْرًا﴾ (الطور: ١٠).

والعجيب !! أن في هذه الآيات - حيث الحديث عن اشتعال البحار وتسجيرها- نجد الحديث عن حركة الجبال وسيرها، وهذا هو المنطق العلمي! فارتفاع حرارة باطن الأرض، وقذف ما فيها من كتل منصهرة إلى سطحها، يؤدي إلى احتراق البحار، وإلى تسير الجبال.

عندما ننظر لكرتنا الأرضية من الخارج، نراها كرة زرقاء بديعة تسبح في هذا الكون الواسع بكل هدوء، ولكن عندما ندخل لأعماق هذه الكرة الوداعة، نرى التصدّعات والتشقّقات والاهتزازات ونرى تفاعلات كيميائية، ونرى عالماً يعجّ بالحركة والحياة والحرارة..

وقد كان يُظنّ في الماضي أن الزلازل تقتصر على أجزاء معينة من الأرض، ولكن بعد تطور أجهزة القياس.. تبين أن جميع أجزاء الأرض تعاني من اهتزازات وتصدّعات تنتج عن هذه الهزات، وقد تحدث الهزات ولا نحسّ بها إلا

إذا تجاوزت قوة معينة تحددها مقاييس الهزات الأرضية، وتسبب العديد من الخسائر كل عام، ولولا شبكة الصدوع لكان عدد الهزات الأرضية أضعافاً مضاعفة!! ولكنها رحمة الله تعالى بعباده، حيث يقول: ﴿وَالْأَرْضُ ذَاتِ الصَّدْعِ﴾ (الطارق: ١٢).

ولو دخلنا إلى عمق الأرض ومررنا على طبقاتها لرأينا كتلً ملتهبة حرارتها تبلغ آلاف الدرجات، تبث إشعاعاً عظيماً وتولد ضغوطاً





فوائد الموز

إعداد / منتظر السعدي

إنَّ تعدد الأطعمة والأشربة إحدى نعم الله الغزيرة والكثيرة.. التي لا تُعد ولا تُحصى على الناس، وهو القائل: ﴿وَأَنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (النحل: ١٨).

وفوائد هذه الأطعمة والأشربة كثيرة أيضاً.. فهي من جهة تلبي حاجات النفس وما تحب وتشتهي.. ومن جهة أخرى تلبي حاجات الجسم للعناصر (والفيتامينات) والطاقة التي

يحتاجها.. وسنتناول في هذا البحث أحد أنواع الفاكهة وهو الموز.

حيثُ بيَّنت مجموعة من الدراسات الطبية: بأنَّ ثمرة الموز بأكملها -بقشرها ولُبها- ذات فوائد جمة.. فالموز يعتبر من بين المصادر الطبيعية التي تساعد الإنسان على تهدئة الأعصاب، والتخلص من الاكتئاب، كونه يحتوي على (تريب وفان) وهو نوع من البروتينات، يحوِّله الجسم بعد تناوله إلى (تريب وفان)

والذي يعمل على توسيع الأوعية، وبالتالي يمنح الجسم الراحة والاسترخاء.. كما يحتوي الموز كذلك على نسبة عالية من الحديد، وبالتالي يعمل على علاج فقر الدم، كما أنَّ احتواءه على نسبة عالية من البوتاسيوم تجعله من أهم مكافحات التعرض للضغط الدموي.

أما بالنسبة للمدخنين، فيساعدهم تناول الموز على التقليل من أعراض انسحاب (النيكوتين)، وذلك بفضل احتوائه على فيتامين (B٦)، و (B١٢) ومعدني المغنسيوم والبوتاسيوم.. ونظراً لاحتواء الموز على البوتاسيوم، فإن تناوله يساعد الإنسان على التخلص من التعب والإرهاق.. وقد بينت مجموعة من الدراسات المتأخرة، بأن تناول الموز يحمي الإنسان من الموت المفاجئ، أو الإصابة بالسكتة القلبية بنسبة حوالي (٤٠٪).

تحقيق الطموح



الشيخ علي السعدي

أما الأهداف الصعبة (غير الممكنة): فيمكن تقسيمها إلى ثلاثة أصناف أيضاً: (القابلة للتحقيق، والمتغيرة، والمستحيلة أو المستعصية)، وهناك تفاصيل لكل حالة، ومعالجتها ومتعلقاتها.. يمكن الرجوع إليها في كتب وبحوث التنمية البشرية.. والتي أساسها القرآن الكريم، وأئمة أهل البيت عليهم السلام.

وعلى شبابنا المؤمن الواعي.. أن يضع لنفسه أهدافاً أسمى من كل الأهداف الدنيوية! ولناخذ من قرآنا الكريم، مثلاً على ذلك، ولنتعرف على السبل والآليات التي نحن مأمورون باتباعها لبلوغ تلك الأهداف:

١ - المعيشة: يقول الباري سبحانه وتعالى: ﴿فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾ (الملك: ١٥).

٢ - الصلاة: وهي أسمى من الأولى.. يقول الباري سبحانه: ﴿فَاسْعَوْا إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ وَذَرُوا الْبَيْعَ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ (الجمعة: ٩).

٣ - الجنة: وهي أسمى.. يقول تعالى: ﴿وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ﴾ (آل عمران: ١٣٣).

فقال الباري جل وعلا مرة: (فامشوا)، ومرة ثانية (فاسعوا) ومرة ثالثة (فسارعوا)، وهكذا.. حسب الأهداف.. فيا أيها الشاب المؤمن.. إذا أردت بلوغ الجنة.. فاسع إلى تحقيق طموحاتك الأخروية.

كثيرة هي الأهداف التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها في حياته، فمنها ما يدركه، ومنها ما لا يدركه إلا بشق الأنفس، ومنها ما لا يدركه أبداً، حتى يعدّها ضرباً من ضروب الخيال.. أو في عداد المستحيل..!! ولا نقصد بالأهداف هنا مجموعة الغايات والأمور الحياتية اليومية! كالبيع والشراء والمأكل والملبس، والعلاقات والمعاملات.. ولكن مارسه أو خطط لمستقبله.. وهنا عليه أن يصنّف تلك الأهداف إلى صنفين: (أهداف سهلة، وأهداف صعبة) أو (معقولة وغير معقولة) أو (ممكنة وغير ممكنة).. ثم يقسّم كل صنف إلى ثلاثة أقسام: (آنية، ومرحلية، ومستقبلية).

فعلى سبيل المثال: إذا طمح طالب في الصف السادس الإعدادي، أن يصبح طبيباً مرموقاً ومشهوراً.. فالمرحلة الآنية تتطلب أن يقرأ كتب الصف السادس جيداً ويتمكن منها تمكناً بليغاً.. لا أن يبدأ بقراءة كتب الطب..!! ثم تأتي المرحلة الثانية أو ما نسميها (المرحلية)، ففي حال نجاحه بتفوق ودخوله كلية الطب، عليه أن يكتب على لوحة (قطعة صغيرة)، اسمه (الطبيب.. فلان)، ويضعها نصب عينيه، في غرفته، أو على مكتبته.. لتكون حافزاً له في بلوغ غايته المنشودة.. ثم تأتي المرحلة الثالثة، وهي أن يعيش تلك الحالة والصفة، والاستمرار والتطوير لها.

تأثير الغضب على الحياة الزوجية

الاستشارية زينب نعمة

وعدم المبالغة في تضخيم تصرف الشريك بما لا يستوجب ذلك، فلا بد من التغاضي عن بعض الأخطاء غير الهامة لأننا جميعاً نخطئ، ولن نسامح إن لم نسامح.

الحوار الموضوعي:

الحوار والنقاش الهادئ هو أفضل السبل - بشرط أن يؤدي إلى حل جذري للمشكلة - أما أن يرفع أحد الطرفين صوته ويغضب فلا يسيطر على لسانه أو حركاته.. فإنه يضخم المشكلة!! وقد يكون على حق، ولكن بغضبه وسوء سلوكه يصبح على خطأ وباطل، ويمنع الشريك من الحوار ويفرض عليه رأيه بالقوة، وقد يسكت الطرف الآخر لا عن قناعة بل عن حكمة ونفور..

شجار لن يؤدي إلى أي نتيجة، بل تتراكم مشاعر الغيظ المكبوت، والألم وجرح الكرامة في أعماقه يوماً بعد يوم، حتى تقتل العاطفة والود.. وتسبب أمراضاً جسدية - نفسية المنشأ مع مرور الزمن - وتحلّف شعوراً بالمرارة.. لا يفلح أي اعتذار في محوه لأن الأمر يتكرر باستمرار! فلا يتعلم الغضوب الدرس، وكيف أنه بغضبه المدمر.. يدمر من يفترض أن يكون السكن والسكينة إليه.

وجود الغضب في الحياة الزوجية، واتصاف أحد الزوجين أو كليهما بهذه الصفة المدمرة.. قد يؤدي إلى تفاقم الخلافات الزوجية وتضخيمها، وصولاً إلى الطلاق وتشتت الأسرة وتفريقها! وعندما تبحث عن السبب الرئيسي عما يقف خلف اشتعال نار كل المشاكل.. تجد بأنه الغضب، ولهذا ورد عن أبي عبد الله عليه السلام: «الغضب مفتاح كل شر» (الكافي: ٢/٤٢٥).

إن خصلة الغضب تؤدي إلى أن يعتبر أحد الزوجين نفسه وصياً على الآخر - والسيطرة عليه - ويحاول تأكيد مكانته في الأسرة كندٍّ ومساوٍ في الحقوق والواجبات، ومعظم الشجارات ومنابت الغضب تبدأ من هنا!! وللعالجة هذه الصفة أو الحالة في الحياة الزوجية، على الزوجين الالتزام بأمور منها:

التعبير الهادئ عن المشكلة:

فعندما ينشب خلاف بين الزوجين حول أمر ما، فإن طريقة الخلاف والتعبير عن الاستياء مهمة جداً، فيجب تجنب توجيه الاتهامات والشتائم.. والتركيز على المشكلة ذاتها بقصد حلها، ولا يجوز نبش الماضي وتذكير الآخر بما فعله سابقاً، ويكون قد نسى ولم يعد إلى سلوك مشابه،

احترمت نفسي فاحترمتني

إعداد / وحدة النشر

على حافة ساقية، ثم قطف له من الفاكهة تشكيلة جميلة، وأتاه بها في صحن وفوقها بعض الورود.

قال البُستاني للغلام: تفضل كل هنيئاً مريئاً. قال الغلام: أرايت! احترمت نفسي فاحترمتني.

الدروس المستخلصة:

١- الرقابة الذاتية أفضل أنواع الرقابات قاطبة، لأنها تُشعل إشارة الممنوع في داخلك، حتى إذا لم يكن هناك شرطي مرور، أو إشارة ضوئية خارجية.

٢- إذا أضفت إلى رقابة الذات، رقابة الملوك الكاتبين (كاتب الحسنات وكاتب السيئات)، وفوق الكل رقابة الله تعالى، فإن هذه الرقابات الأربع، ستصنع سياجاً واقياً يحميك من المعاصي والمزالق والقبائح.

٣- احترامك لنفسك مدعاة لاحترام الآخرين.

دخل غلامٌ بُستاناً يتنزه فيه، وكانت أشجارُ البُستان مُثقلةً بحملها، فهي مُزدانة بألوان الفواكه اللذيذة، وأشكال الثمار الناضجة الشهية، فلم تمتد يده لتقطف من فواكهها وثمارها شيئاً، بل كان يمتع ناظريه بالخضرة اليانعة والألوان الزاهية في ربوع البُستان.

في هذه الأثناء، كان البُستاني يُراقب الغلام مخبئاً وراء شجرة، وبعد أن أنهى الغلام جولته في البُستان، وهم أن يغادر، جاءه البُستاني وألقى عليه التحية مشفوعةً بابتسامة عذبة، وقال له: لقد رأيت شيئاً عجباً!!

فقال الغلام: فعلاً، في البُستان أشياء عجيبة! قال البُستاني: لا، لم أقصد البُستان، بل أعني أنني كنت أراقبك منذ أن دخلت البُستان، فتعجبت كيف لم تمتد يدك لتقطف تفاحة أو رمانة أو خوخة، أو أي فاكهة أخرى أعجبتك، ولم يكن هناك أحد في البُستان!

قال الغلام: علمتني أمي منذ صغري أنني لا أرتكب القبيح حتى إذا لم أر أحداً، طالما أن نفسي معي تراقبني، فصرْتُ أكره ارتكاب القبيح أمامها!

فسر البُستاني من جواب الغلام المؤدب المهذب الذكي، وطلب إليه أن يجلس على بساط مفروش





تقيم

الإمامان العظامان العتيقان المقدسين الحسين بن علي و العباس بن علي



معرض كربلاء الدولي
Karbala International Fair

معرض كربلاء الدولي للمكتبات

للمدة من ٢٣ رجب ١٤٣٦ هـ الموافق ١٣ أيار ٢٠١٥ م ولخمسة عشر يوماً
في صحن العقيلة زينب

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين، 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 صلاة الجماعة أو الزيارة؛ فإنها تتعرض للإهانة بسبب سحقها بالأقدام لعدم الانتباه لها.

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق الوطنية العراقية ببغداد ١٢١٩ لسنة ٢٠٠٩ م
زوروا على موقع شبكة الكفيل العالمية : www.alkafeel.net - راسلونا على البريد الإلكتروني : nashra@alkafeel.net
التحرير : الشيخ علي السعيد / منتظر السعدي - التدقيق اللغوي : عمار السلامي - التصميم والإخراج : أحمد السيلاوي

الجنة