

٧٦١

السنة السادسة عشرة

١٣ / جمادى الأولى / ١٤٤١ هـ

٩ / ١ / ٢٠٢٠ م

الحمد لله



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





التربية الصالحة

ونصائح قبل أن تتلوّث ويستحكم التلوّث فيها، فيجب على الوالدين استثمار الفرصة لأداء المسؤولية التربوية. والمنهج التربوي المراد تحكيمه في الواقع هو المنهج الإسلامي الذي يدور حول العبودية والطاعة لله تعالى في كل شؤون الحياة.

فإذا أبدى الوالدان عناية فائقة في العمل على ضوء المنهج التربوي فإنّ الطفل سيكون عضواً صالحاً في المجتمع. وتزداد مسؤولية الوالدين في التربية والتأديب كلما ابتعد المجتمع عن الإسلام أو كان مجتمعاً إسلامياً في الظاهر ولم يتبنّ الإسلام منهاجاً له في الواقع العملي لتأثير العادات والتقاليد والأفكار والمناهج التربوية غير السليمة على تربية الطفل وخصوصاً أجهزة الإعلام كالمذياع والتلفاز والسينما وغيرها.

ويلحق بالتربية الروحية والنفسية والعاطفية، شطرها الآخر وهو التربية البدنية فهي ضرورية جداً للطفل للحفاظ على صحته البدنية واعداده للعمل البدني، حيث حثّ رسول الله ﷺ على التربية البدنية قائلاً: «**عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمْ السَّابَاحَةَ وَالرَّمَايَةَ**» (الكافي: ٦/ ص ٤٨).

والصحة البدنية لها تأثير واضح على الصحة النفسية كما هو مشهور عند علماء النفس والتربية.

التربية الصالحة وحسن الأدب من أهم المسؤوليات الملقاة على عاتق الوالدين، وهي حق للطفل أوجبه الإسلام عليهما، والطفل في هذه المرحلة التي تسبق بلوغه سن الرشد بحاجة إلى تربية مكثّفة وجهد إضافي، قال الإمام علي بن الحسين عليه السلام: «**رِسَالَةُ الْحَقِّ: وَأَمَّا حَقٌّ وَلَدِكَ... أَنْكَ مَسْئُولٌ عَمَّا وَلِيْتَهُ مِنْ حَسَنِ الْأَدَبِ وَالِدَلَالَةِ عَلَى رَبِّهِ وَالْمَعُونَةِ لَهُ عَلَى طَاعَتِهِ فَيْكَ وَفِي نَفْسِهِ فَمَثَابٌ عَلَى ذَلِكَ وَمَعَاقِبٌ، فَاعْمَلْ فِي أَمْرِهِ عَمَلَ الْمُتَزَيِّنِ بِحَسَنِ أَثَرِهِ عَلَيْهِ فِي عَاجِلِ الدُّنْيَا، الْمَعْذِرِ إِلَى رَبِّهِ فِيمَا بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ بِحَسَنِ الْقِيَامِ عَلَيْهِ وَالْأَخْذِ لَهُ مِنْهُ**».

ولحاجة المرحلة التي يمرُّ بها الطفل فإنّ الوالدين بحاجة إلى الرعاية الإلهية للقيام بمهام المسؤولية التربوية، قال الإمام علي بن الحسين عليه السلام: «**اللَّهُمَّ وَمَنْ عَلَيَّ بَقَاءٌ وَلَدِي... وَرَبِّ لِي صَغِيرَهُمْ... وَأَصِحِّ لِي أَبْدَانَهُمْ وَأَدْيَانَهُمْ وَأَخْلَاقَهُمْ... وَاجْعَلْهُمْ أَبْرَاراً أَتْقِيَاءَ بُصْرَاءَ... وَأَعْنِي عَلَى تَرْبِيَتِهِمْ وَتَأْدِيبِهِمْ وَبِرَّهُمْ... وَأَعْزِزْنِي وَذَرِيَّتِي مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ**» (الصحيفة السجادية).

والتربية في هذه المرحلة أكثر ضرورة من المراحل الأخرى؛ لأنّ فطرة الطفل في هذه المرحلة لا تزال سليمة ونقية تتقبّل ما يُلقى إليها من توجيهات وإرشادات

أساس الحياة المشتركة بين الزوجين

إعداد / زينب علي

تحتاج الحياة الزوجية المشتركة إلى مراعاة

مجموعة من القواعد والضوابط التي لا يمكن بدونها الاستمرار في تلك الحياة، ذلك أن الحياة الزوجية إنما تقوم على المودة والحب لكي يمكن العيش في ظلال من الطمأنينة والسلام يمكن خلالها طي الطريق والوصول إلى الكمال المنشود.

فالحياة المشتركة الخالية من آثار الحب والتضحية والتسامح تافهة لا معنى لها، والحياة بدون المودة والاحترام المتبادل حياة مذلة لا قيمة لها بل لا يمكن أن نسميها حياة.

إن ما يبعث على الأسف أن يجعل الزوجان من البيت جبهة للقتال أو معسكراً حربياً أو سجناً رهيباً تطفئ فيه صرخات الغضب والكراهية على رفرفات السلام؛ فالزوجان اللذان يخفقان في النفوذ إلى روح كل منهما لا يمكنهما أبداً تحقيق جو عائلي آمن وحياة مشتركة هادئة؛ ولذا فإن الإسلام قد عين حقوقاً وضوابط في الحياة الزوجية ودعا الرجل والمرأة إلى الالتزام بها وأن يخطو كل منهما ضمن المسافة المحددة له في مسار من شأنه أن يجنب الطرفين احتمالات التصادم ونشوب النزاع.

من خصائص عقيدتنا الإسلامية ذلك التأكيد

العميق على الزواج، وعلى هذا فلا يمكن للرجل والمرأة على حد سواء الاستمرار على حياة العزوبية مهما حاولا ذلك، والطريق الوحيد في الاستمرار في الحياة هو في الاحترام المتبادل بين الطرفين لا في الإذلال والاستخفاف. وهذه المسألة ضرورية من ناحيتين: الأولى: قداسة الزواج كرباط إلهي، الثانية: تحمّل مسؤولية تربية الأبناء وتوجيههم.

إن الحصول على الولد وحده ليس مدعاة للفخر والاعتزاز بل إن ما يبعث على الاعتزاز في الواقع هو تربية الأبناء وبناء شخصيتهم وتقديمتهم إلى المجتمع أفراداً صالحين. وعلينا ألا ننسى أبداً أننا مسؤولون عن أولادنا، وإنهم يتعلمون منادروس الحياة وأسلوب العيش. ولذا، فإن علينا -ومن أجل أن نوفر السعادة للجيل الناشئ- أن نتحمّل مسؤوليتنا وأن نتحلّى بروح التسامح والتضحية، وأن نقنع بالحد الممكن من الحياة واضعين في حسابنا شركاء حياتنا، وأن نحاول على الدوام استقبال كل ما يواجهنا في مسؤوليتنا تجاه أسرنا وأطفالنا بروح من الصبر، وأن نسعى دائماً في توظيف طاقاتنا من أجل حياة أفضل.

فاطمة الزهراء (عليها السلام)

* السيد كاظم القزويني

فاطمة..

وما أدراك من فاطمة ١٩..

شخصية إنسان تحمل طابع الأنوثة لتكون آية على قدرة الله البالغة واقتداره البليغ العجيب، فإن الله تعالى خلق محمداً (صلى الله عليه وآله) ليكون آية قدرته في الأنبياء، ثم خلق منه بضعته وابنته فاطمة الزهراء (عليها السلام) لتكون علامة وآية على قدرة الله في إبداع مخلوق أنثى تكون كتلة من الفضائل، ومجموعة من المواهب.

فلقد أعطى الله تعالى فاطمة الزهراء (صلوات الله عليها) أوفر حظ من العظمة، وأوفى نصيب من الجلالة بحيث لا يمكن لأية أنثى أن تبلغ تلك المنزلة، فهي من فصيلة أولياء الله الذين اعترفت لهم السماء بالعظمة قبل أن يعرفهم أهل الأرض، ونزلت في حقهم آيات محكمات في الذكر الحكيم تتلى آناء الليل وأطراف النهار منذ نزولها إلى يومنا هذا وإلى أن تقوم القيامة.

شخصية كلما ازداد البشر نضجاً وفهماً للحقائق واطلاعاً على الأسرار ظهرت عظمة تلك الشخصية بصورة أوسع، وتجلت معانيها ومزاياها بصور أوضح.

إنها فاطمة الزهراء، الله يثني عليها، ويرضى لرضاها، ويفض لفضيلتها، ورسول الله (صلى الله عليه وآله) ينوه بعظمتها وجلالة قدرها، وأمير المؤمنين (عليه السلام) ينظر إليها بنظر الإكبار والإعظام، وأئمة أهل البيت (عليهم السلام) ينظرون إليها بنظر التقديس والاحترام.

(فاطمة الزهراء (عليها السلام) من المهد إلى اللحد: المدخل، ص ١٤١٣)

ما هي أعراض نقص الكالسيوم؟



تواجه التلف بسبب نقص الكالسيوم في الدم هو العظام والأعضاء والكلية. ومن أهم أعراض نقص الكالسيوم هي:

- ١- تشنجات العضلات المؤلمة.
 - ٢- التعب والضعف: يبدو المصابون بهذا المرض متعبين أكثر من المعتاد. ومن المرجح أن يكون هذا بسبب الإسهال وفقدان الوزن المفاجئ الذي يعد من الآثار الجانبية الأخرى لهذه الحالة.
 - ٣- الدوخان والقلق: هذان العرضان شائعان للغاية، إذ يبدأ المرضى في ملاحظة تغيير في إحساسهم بالواقع، إلى جانب مواجهة العديد من أزمات القلق.
 - ٤- الخدر: بالإضافة إلى التشنجات، من الممكن أن يشعر المرء بالوخز والخدر والحرق في أجزاء مختلفة من الجسم. وفي بعض الأحيان قد تلاحظ وجود ألم حاد يرافقها.
 - ٥- هناك العديد من الأعراض الأخرى، مثل عدم انتظام ضربات القلب أو انخفاض ضغط الدم الشرياني، بالإضافة إلى عديد الأمور الأخرى.
- وفي حال كانت الأعراض تشير إلى الإصابة بنقص كالسيوم الدم فإنه عليك طلب المشورة الطبية، حتى تتمكن من الحصول على تشخيص موثوق، وبدء علاجك في أقرب وقت ممكن.

يمثل الكالسيوم أحد المعادن الأساسية التي يحتاجها جسمك ليكون في أفضل حال، وفيما يأتي تقدم أعراض نقص كالسيوم الدم وعلاجاته المتاحة، وهذا وفقاً لموقع "خطوة لصحتك" .. وفي حال كانت مستويات الكالسيوم في الدم منخفضة للغاية، فمن الممكن أن يعاني الشخص من أعراض، مع العلم أن هذا المرض شائع، ولكن يمكنك التعامل معه. وللكالسيوم وظيفتان مهمتان للغاية على الصعيدين داخل الخلايا وخارجها، مثلما تشير العديد من الدراسات:

١- على مستوى داخل الخلايا، يشارك الكالسيوم في العديد من التفاعلات الأنزيمية، وهو مهم لنقل إشارات الأعصاب.

٢- على مستوى خارج الخلايا، يعد الكالسيوم مهماً لإفرازات الغدد الصماء والتخثر والأعصاب والعضلات. وأوضح الموقع أن تحديد هذين المستويين مهم للغاية؛ لأن العديد من أعراض نقص كالسيوم الدم غالباً ما ترتبط بهما. ويظهر نقص كالسيوم الدم بشكل شائع في حال وجود نقص في الفيتامين (D) في معظم الأحيان، ويظهر هذا النقص نتيجة للإصابة بمرض الكلى المزمن أو مشكلة دموية خطيرة مثل سرطان الدم. وفي جميع هذه الحالات وغيرها، فإن أول الأعضاء الرئيسية التي

عادات العقل



استخدام هذه المعلومات.

وتشتمل عادات العقل على ست عشرة عادة حتى الآن -قابلة للزيادة- تدفع باتجاه سلوكيات تنسم بالذكاء. وهذه العادات هي: (المثابرة/ مقاومة الاندفاع/ الإصغاء بتفهم وتعاطف/ التفكير بمرونة/ التفكير في التفكير/ تحري الدقة والتحديد/ التساؤل وطرح المشكلات/ تطبيق المعارف الماضية في مواقف جديدة/ التفكير والتواصل بوضوح ودقة/ جمع المعلومات خلال كل الحواس/ الإبداع، التخيل، الابتكار/ الاستجابة بدهشة وتعجب/ الإقدام على المخاطر المحسوبة/ إيجاد الدعابة/ التفكير التبادلي/ البقاء منفتحاً للتعلم المستمر)..

بالطبع تؤدي هذه العادات دوراً حاسماً في النجاح في الحياة الشخصية.. فأينما كان الدور الذي تؤديه في الحياة ستساعدك عادات العقل التي تشكّل السلوكيات الذكية معيناً لك لتؤدي أداءً أفضل في كل من هذه المساحات والأدوار. وهو ما يحفزنا لأن نعمل جاهدين على اكتسابها والتمكّن منها لتصبح فعلياً "عادة" تتحرّك معنا في كل مساحات الحياة دون وعي منا.

إنّ تأثيرات عادات العقل ليست فورية وإنما تأخذ وقتاً طويلاً، وتنمو بالمران والممارسة والاستمرار لتغدو في نهاية المطاف تلقائية حيث تندمج الخيوط المفردة "السلوكيات اليومية" لتشكّل حبلاً قوياً "العادة".

العقل هو المحرك الأساسي للإنسان؛ وللعقل عاداته التي يتصرّف بها مع المعطيات التي تقدّم له -أي المواقف التي يتعرّض لها- وتتحرّك بهذه العادات في حياتك وتجاوب بها كل المواقف. ولذا كان الاهتمام بتشكيل عادات عقلية تساعدك في التجاوب الأفضل مع المواقف عامة وتلك التي لم نألّفها من قبل خاصة..

تُظهر الأبحاث والدراسات أنّ الأشخاص الناجحين في كل مناحي الحياة يُظهرون خصائص وتوجهات معينة.. تتمثل في خصائص عقلية "معرفية"، وشخصية. وهذه الخصائص هي التي قدّمها المربيان الشهيران (كوستا وكاليك) وأطلقا عليها عادات العقل.

فعادات العقل تمثل أنماطاً من التفكير والتصرّف بطرق ذكية عند مواجهة المشكلات والأزمات في الحياة. وهي العادات التي عكف عليها المربّون ليزوّدوا بها الكبار والصغار ليصبحوا أكفأ في حلّ المشكلات واتخاذ القرارات والتواصل مع المجتمع المتنوع، إضافة لتعلّم كيفية العيش بنجاح مع التغيّر السريع الذي نعيشه. وتحقق هذه العادات النجاح في العمل والدراسة والحياة.. وأهم ما تحدّثه عادات العقل هي التحوّل من الإجابة عن الأسئلة، لكيفية التصرّف عندما لا تعرف الإجابة. وأن يكون لديك الميل للسلوك الذكي حين مواجهة المشكلات..

يؤكد كوستا وكاليك أنّ السمة المهمة جداً في الذكاء الإنساني ليست فقط امتلاك المعلومات، بل معرفة كيفية



مرض الزهراء عليها السلام

إعداد / علي عبد الجواد

عمي السلام، وقل لا عدمت إشفائك وتحنك، وقد عرفت مشورتك ولرايك فضله، إن فاطمة بنت رسول الله عليه وآله لم تزل مظلومة من حقها ممنوعة، وعن ميراثها مدفوعة، لم تحفظ فيها وصية رسول الله صلوات الله عليه وآله، ولا رعي فيها حقه، ولا حق الله (عز وجل)، وكفى بالله حاكماً ومن الظالمين منتقماً، وإنني أسألك يا عم أن تسمح لي بترك ما أشرت به، فإنها وصتني بستر أمرها)).

قال: فلما أتى العباس رسوله بما قاله علي عليه السلام قال: يغفر الله لابن أخي، فإنه مغفور له، إن رأي ابن أخي لا يطعن فيه، إنه لم يولد لعبد المطلب مولود أعظم بركة من علي إلا النبي صلوات الله عليه وآله، إن علياً لم يزل أسبقهم إلى كل مكرمة، وأعلمهم بكل قضية، وأشجعهم في الكريهة، وأشدهم جهاداً للأعداء في نصره الحنيفة، وأول من آمن بالله ورسوله عليه وآله. (الأمالي للطوسي: ص ١٥٦).

عن أبي حمزة الثمالي، عن أبي جعفر محمد بن علي عليه السلام، عن أبيه علي بن الحسين عليه السلام، عن محمد بن عمار بن ياسر، عن أبيه عمار عليه السلام، قال لما مرضت فاطمة عليها السلام مرضها الذي توفيت فيه وثقلت، جاءها العباس بن عبد المطلب عليه السلام عائداً فقيل له إنها ثقيلة، وليس يدخل عليها أحد، فانصرف إلى داره، فأرسل إلى علي عليه السلام، فقال لرسوله قل له: يا بن أخ، عمك يقرئك السلام، ويقول لك قد فجأني من الغم بشكاة حبيبة رسول الله صلوات الله عليه وآله وقرّة عينه وعيني فاطمة ما هدني، وإنني لأظنها أولنا لحوقاً برسول الله صلوات الله عليه وآله، والله يختار لها ويحبوها ويزلفها لديه، فإن كان من أمرها ما لا بد منه، فاجمع أنا لك الفداء المهاجرين والأنصار حتى يصبوا الأجر في حضورها والصلاة عليها، وفي ذلك جمال للدين.

فقال علي عليه السلام لرسوله: ((وأنا حاضر عنده أبلغ

طمع القلوب

ومضات

إنَّ (التفاعلات) السيئة -كالتأثر بشهوة بالنساء- فرع صفة سيئة في (نفس) المتفاعل، كما يعبر عنه القرآن الكريم بمرض القلب، إذ هو الذي يدعو للطمع عند خضوع النساء بالقول، فيقول تعالى محدثاً: ﴿فَإِنَّ تَحَفُّضَكُمْ بِالْقَوْلِ فَيَفْتِنَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ﴾.. وليعلم أَنَّ الأمر كذلك في كل موارد الرذيلة، إذ أَنَّ هناك (استعداداً) نفسياً مسبقاً للتفاعل مع السيئة، ومن دون القضاء على مرض القلب، فإنَّ الطمع سينقذ بين فترة وأخرى، لارتكاب السيئة كالتلذذ المحرم، وإنَّ منع تحققها صاحبها: لخوف من العرف، أو العقاب، أو الطمع في منزلة دنيوية، أو أجر أخروي.

الشيخ حبيب الكاظمي

تذكر مصاب أهل البيت

كلمات
مضيئة

عن الإمام الرضا عليه السلام أنه قال:
«مَنْ تَذَكَّرَ مَصَابِنَا فَبَكَى وَأَبَكَى لَمْ تَبْكْ عَيْنُهُ يَوْمَ تَبْكِي الْعَيُونَ، وَمَنْ جَلَسَ مَجْلِساً يُحْيِي فِيهِ أَمْرُنَا لَمْ يَمُتْ قَلْبُهُ يَوْمَ تَمُوتُ الْقُلُوبُ».

(عيون أخبار الرضا عليه السلام: ج ٢/ص ٢٦٥).

﴿إِنْ بَطَشَ رَبُّكَ شَيْئاً﴾ (البروج: ١٢):

الآية إلى تمام سبع آيات تحقيق وتأكيد لما تقدم من الوعيد والوعود، والبطش -كما ذكره الراغب- تناول الشيء بصولة. في إضافة البطش إلى الرب وإضافة الرب إلى الكاف تطيب لنفس النبي صلى الله عليه وآله بالتأييد والنصر، وإشارة إلى أَنَّ لجبايرة أَمْتَهُ نصيباً من الوعيد المتقدم.

(تفسير الميزان: ١٤١/٢٠)

كلمة
ومعناها

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعبودين عليهم السلام، فالمرء يجب عدم وضعها على الأرض، كما تنزه بأنه لا يجوز شرعاً أن تكون تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والتكون على الطهارة. كما أن جوهر من الأخوة المؤمنين المجاهدة على النشرة وعدم استخدامها لحجز مكان صلاة الجماعة أو الزيارة، كي لا تداس بالأقدام فتتعرض للإساءة.

* رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد: (١٣١٩) لسنة ٢٠٠٩ م.

* زوروا على موقع شبكة الكفيل العالية : www.alkafeel.net * راسلونا على البريد الإلكتروني : nashra@alkafeel.net

* التحرير : الشيخ علي السعيد / الشيخ علي عبد الجواد * التدقيق اللغوي: عمار السلامي * المراجعة الفكرية : الشيخ حسن الجواد * التصميم والإخراج : حيدر خير الدين