

رسالة المرأة

مجلة شهرية تلتصق بشؤون المرأة المسلمة تصدر عن مكتب المتولّي الشرعي للشؤون النسوية/ مركز الإعلام النسوي في العتبة العباسية المقدسة العدد 236/ شهر جمادى الأولى 1448هـ/ تشرين الثاني 2026م / رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين العراقيين 944 لسنة 2010م

مركز الثقافة الأسرية.. ركيزة معرفية في رؤية العتبة العباسية المقدسة للأسرة



رؤيتنا

تحقيق الإستقرار النفسي للأسرة العراقية من خلال مشروع ريادي مميز.

رسالتنا

توفير الخدمات النفسية لكافة أفراد الأسرة و متابعتها من خلال خطة متكاملة تهدف الى تنمية فريفة مدرب بالوسائل المتاحة.

أهدافنا

1- توفير الرعاية النفسية للأسرة العراقية

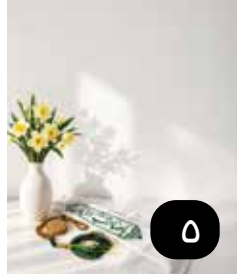
المست

شبكة

في هذا العدد..



٨



٥



١٤

التَّاجِي وآثارُهُ الاجتماعيَّةُ

٣٥



٢٢

أجنحةُ الجَنَانِ

٢٥



١٨

مِنْ أَسَاطِينِ النُّصْرَةِ: عَابِسُ الشَّاكِرِي

٢٦



٢٤



٢٨



الْجَنَّةُ الْجَنَائِيَّةُ الْمَقَالِيَّةُ

مجلة شهرية تختص بشؤون المرأة المسلمة
تصدر عن مكتب المتولي الشرعي للشؤون النسوية /

مركز الإعلام النسوي

العدد ٢٣٦ / شهر جمادى الأولى / ١٤٤٨ هـ

تشرين الثاني ٢٠٢٦ م

رقم الإيداع في دار الكتب

والوثائق العراقية ١١٤١ - ٢٠٠٨ م

الإشراف العام

عقيل عبد الحسين الياسري

رئيس التحرير

دلال كمال العكلي

هيئة التحرير

ولاء عطشان الجابري

داليا حسن المسعودي

هاجر حسين العلو

مريم حميد الياسري

التدقيق اللغوي

علي حبيب العيداني

رحاب جواد القزويني

الإشراف على التصميم

التصوير الفوتوغرافي

تصميم الغلاف

نور محمد العلي

التصميم والإخراج الفني

بنين أمين العبادي

زهراء مجيد العبيدي

تنويه

ترحب مجلة رياض الزهراء  بمشاركات

الكاتبات العزيمات في ضمن مواضيع المجلة.

للاستفسار وإرسال المواضيع عن طريق المعرف:

 @reyadh-alzahraa

للاطلاع على مواضيع المجلة وتصفحها

إلكترونياً يمكنكم الدخول إلى موقعها عن طريق

الرابط الآتي:

 www.alkafeel.net/reyadalzahra

 reyadalzahra@alkafeel.net

دار الكفيل للطباعة والنشر والتوزيع



خَلْفَ حُدُودِ الذِّكْرِ:

أَيْنَ يَضَعُنَا خِطَابُ السَّيِّدَةِ الزَّهْرَاءِ (ع) الْيَوْمَ؟

"وكنتم على شفا حفرة من النار، مذقة الشارب، ونهزة الطامع، وقبسة العجلان، وموطئ الأقدام، تشربون الطرق، وتقتاتون الورق، أدلة خاسئين، تخافون أن يتخطفكم الناس من حولكم، فأنقذكم الله تبارك وتعالى بمحمد ﷺ بعد اللتيا والتي..."^(١)

في بعض الكلمات ما يتجاوز زمن قوله؛ لأنَّ الكلمة فيه تبقى حيّة كلّا وجدت في واقع الناس ما يستدعيها، وكلّا استطاعت أن تضع الحاضر أمام معنى لم يفقد صلته به.

ومن هذا الباب يمكن الوقوف عند قول السيِّدة فاطمة الزهراء (ع): "وكنتم على شفا حفرة من النار... ونهزة الطامع... وقبسة العجلان..."

استعرضت (ع) حال الناس قبل الرسالة، ولم تكن تسرد تاريخاً منفصلاً عن حاضرهم، وإنّما تكشف قيمة التحوّل الذي أحدثته الرسالة الإسلامية في الإنسان والمجتمع، فالانتقال من حال كان فيه الإنسان عرضةً للخوف والطمع والتفرّق إلى حال آخر لم يكن تحوّلًا في الظروف وحدها، بل تحوّلًا في الإنسان نفسه؛ في نظرته إلى الحقّ، وفي علاقته

بالبآخر، وفي قدرته على أن يكون جزءًا من جماعة تستند إلى ما هو أبعد من العصبية والمصلحة.

وهذا المعنى هو الذي يجعل القول ممتدًا، فالإنسان لا يضمن بقاء التحوّل الذي صنعتته الرسالة الإلهية لمجرّد أنّه عرفها، والمجتمع لا يحفظ ما تحقّق فيه

لمجرّد أنّه ورثه ما لم تتحوّل القيم إلى وعي، والوعي إلى موقف، والموقف إلى سلوك، إذ يبقى ما نعدّه منجزًا عرضةً لأن يفقد أثره في الحياة؛ ولذلك فإنّ "نهزة الطامع" لا تستدعي اليوم صورة

مجتمع مضى بقدر ما تستدعي النظر في الأسباب التي تجعل أيّ مجتمع قابلاً للضعف، فحين تتراجع قدرة الإنسان على التفكير، ويغلب انتماءه حكمه، وتصبح المصلحة أقوى من المبدأ، ويتحوّل الاختلاف إلى خصومة، فإنّ الخلل لا يكون في الخارج وحده، بل ثمة شيء في الداخل يحتاج إلى مراجعة.

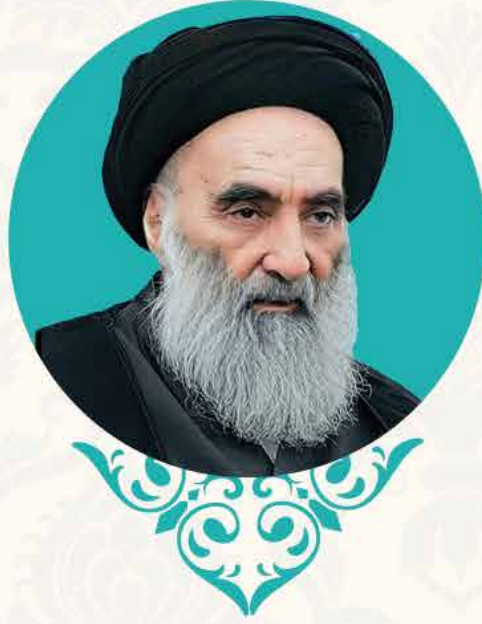
ومن هنا تتصل كلمات الزهراء (ع) بمسؤولية الحاضر، فليس المطلوب أن نستحضرها كلّما حضرت ذكراها فحسب، بل أن نقف عندها، وأن نقرأ

"شفا الحفرة" و"نهزة الطامع" و"قبسة العجلان" وأن نسأل: ما الذي يجعل الإنسان اليوم أكثر مناعةً أمام الخوف والطمع والتفرّق؟ وما الذي يجعله قادرًا على أن يحفظ ما جاءت به الرسالة الإسلامية من قيم في علاقته بنفسه وبالأخرين؟

إنّ استذكار السيِّدة الزهراء (ع) لا يكتمل باستحضار سيرتها في الذاكرة، بل يبدأ حين تتحوّل سيرتها إلى قدرة على النظر، وأن نقرأ خطبتها، ثم نقف عند كلّ كلمة، ونبحث عن معناها، ونتفكّر في امتدادها.

إنّ الإنسان قد يسمع الحديث عن العدل ولا يراجع حكمه على من يختلف معه، ويسمع عن الأخوة ولا يتجاوز خلافًا صغيرًا، ويسمع عن الحقّ ثم يتردّد حين يصبح الحقّ مخالفًا لما اعتاد أو لما ينتمي إليه، وهذا من أكثر ما يجعل استذكار السيِّدة الزهراء (ع) مسؤوليةً تتجاوز المناسبة، فالشهادة إنّما هي سيرة ومواقف وكلمات تستحقّ أن تُقرأ في ضوء الحياة التي نعيشها.

رئيسة التحرير



ها هي مجلة رياض الزهراء عليه السلام تفتح آفاقها لك لترسلي لها ما يحول في خاطرك من أسئلة فقهية لتجيب عنها وفق فتاوى سماحة المرجع الديني الأعلى آية الله العظمى السيد علي الحسيني السيستاني دام ظله:



حُكْمُ تَنَاوُلِ الْجِيلَاتَيْنِ

السؤال: ما حكم أكل الجيلاتين؟

الجواب: يجوز تناوله فيما لو شك في كونه مستخلصاً من الحيوان أو من النبات ولا يجب الفحص، وأمّا إذا علم اتّفاقاً باستخلاصه من الحيوان فلا يجوز تناولها مع عدم إحراز كون ذلك الحيوان مذكّي بطريقة شرعية، حتّى فيما لو كان مستخلصاً من عظامه على الأحوط، نعم، مع العلم بطروء الاستحالة على مواده الأولية في عملية تصنيعه كيميائيّاً فلا بأس بتناوله مطلقاً، إلّا أنّ ذلك غير ثابت.

السؤال: هل يجوز تناول الأطعمة

التي تحتوي على الجيلاتين المستخرج من الأسماك المستوردة من دول غير مسلمة؟
الجواب: يجوز إذا كانت الأسماك من ذوات الفلّس.

السؤال: ما حكم أكل الأطعمة

المحتوية على الجيلاتين الحيواني المستخرج من البقر غير المذكّي؟
الجواب: لا يجوز الأكل.

السؤال: هل يجوز استخدام حبوب

تقوي الشعر تحتوي على جيلاتين

حيواني غير مذكّي؟

الجواب: لا يجوز.

السؤال: ما حكم الأطعمة أو

الأدوية المحتوية على الجيلاتين في حال عدم ذكر الشركة المصنّعة لمصدر الجيلاتين؟ وهل يجب على المكلف التحريّ والسؤال عن مصدر الجيلاتين؟

الجواب: يجوز تناوله فيما إذا شك في كونه مستخلصاً من الحيوان أو من النبات، ولا يجب الفحص.

المصدر: sistani.org

موقع مكتب سماحة المرجع الديني الأعلى

السيد علي الحسيني السيستاني دام ظله

تَسْبِيحَةُ الزَّمَنِ

■ ليلي عبّاس الحلال/ البحرين

في زمن الانتظار اجعلي من ذكر الإمام المنتظر عليه السلام تسبيحًا لك، اجعلي ذكره المقدّس قلادة تزيّن روحك، فافتتحي يومك بدعاء (العهد)، وبلسمي يومك بالسلام عليه صباحًا ومساءً، ردّدي اسمه الشريف وناديه: يا مولاي، يا بن الحسن، عَجِّلَ اللهُ فرجك وسهّل مخرجك؛

لتنعّطري باسمه المبارك، فذكره الشريف ينشر الخيرات، ويزيح عن كاهلك تعب الحياة، اتّخذي ذكره صاحبًا لك في كلّ خطوة ليبارك خطواتك، فهو بوصلة النور، تلهجين بذكره في قنوت صلواتك، وفي ذكر سجودك؛ ليعجّل الله فرجه الشريف، وليكون عليه السلام حاضرًا في قلبك وإن غاب عن عينيك.

وثّقي علاقتك الروحية بإمام زمانك؛ ليعرج بروحك نحو السماء، فتَهْطَلْ عليكِ الرحمات وتحفّك العناية الإلهية. بدّدي شعور الغربة بتراتيل حبّ مهدوية،

وانفضي غبار الوحدة عنك بذكر صاحب الزمان عليه السلام؛ ليكون ذكره بلسماً لآلامك كلّما لامس روحك الانكسار، والهجي بندا الاستغاثية: **(أدركني يا صاحب الزمان)** تأتلك الألفاظ المهدوية، فذكره يهب نفسك السلام والطمأنينة، فهو الأمان والملاذ.

في هذا الزمان ليكن ذكر صاحب الزمان عليه السلام تسبيحة انتظار لترتبطك بالله تعالى، تسبيحة طهر من كلّ الرذائل، وتحلية للنفس بصبغة مهدوية، فلينبض قلبك بتسبيحة الزمن لتجعلك على خطّ الانتظار، فالإمام المهدي عليه السلام أنس للقلوب، وذكره اطمئنان وعبادة، وتسبيحة وصال بالله عز وجل، فهو حلقة الوصل بين الأرض والسماء، فذكره عليه السلام هو التسبيحة التي تختصر مسافات الزمن لنصل به إلى الله تعالى، وهو التسبيحة التي بها نطوي الأيام لنقترب من الوعد الإلهي.



السَّيِّدَةُ

حُجَّةُ اللَّهِ تَعَالَى
عَلَى الْخَلْقِ

■ رجاء عليّ البوهاني/ كربلاء المقدّسة





تُعَدُّ عصمة السيِّدة فاطمة الزهراء عليها السلام الإلهية التامة من المسائل البديهية القطعية للأدلة والأخبار المتواترة، ومعنى كونها معصومة أنه لا يصدر منها الذنب أو الخطأ أو النسيان، ولازمه أن كل ما يصدر عنها من قول أو فعل أو تقرير فهو حجة.

في اللغة هو (القذر)، وقد يُعَبَّر به عن الحرام، قال الزجاج: (الرجس في اللغة: كل ما استُقْذِر من عمل، فبالغ الله في ذمِّ أشياء سَمَّاها رجسًا)^(١)، فنخلص إلى أن إرادة الله سبحانه التكوينية تعلّقت بإذهاب الرجس عن الموجودين تحت الكساء الخيبري، والإرادة التكوينية لا تتخلّف، فضلاً عن الآيات الأخرى التي تؤكد عصمتها عليها السلام كآية المودّة، إضافةً إلى الأحاديث النبوية الشريفة المتواترة في فضلها، كقول النبي صلى الله عليه وآله لها: "إنَّ الله يغضب لغضبك ويرضى لرضائك"^(٢)، وهذا الحديث يؤكّد التلازم بين غضبها عليها السلام وبين غضب الله تعالى وغضب رسوله صلى الله عليه وآله وهذه الملازمة تدلّ على عصمتها وحجّيتها، إذ لو لم يكن كذلك لحصل الانفكاك بين غضبها عليها السلام وبين غضب الله تعالى.

الله عزّ وجلّ أنزله في كتابه تصديقاً لنبيّه صلى الله عليه وآله: «إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا» (الأحزاب: ٣٣)، فكان عليّ والحسن والحسين وفاطمة عليهم السلام فأدخلهم رسول الله صلى الله عليه وآله تحت الكساء في بيت أمّ سلمة، ثم قال: "اللهمَّ إنَّ لكلَّ نبيٍّ أهلاً وثقلاً، وهؤلاء أهل بيتي وثقلي"، فقالت أمّ سلمة: ألسْتُ من أهلك؟ فقال: "إنَّك إلى خير ولكن هؤلاء أهلي وثقلي"^(٣).

وتقرير الاستدلال بهذه الآية أن لفظ (إنّما) يفيد الحصر، أي إنّ هذه المنقبة خاصّة بأهل بيت النبي صلى الله عليه وآله، وجملته (يريد) إشارة إلى إرادة الله التكوينية، وإلا فإنّ الإرادة التشريعية لا تنحصر بأهل بيت النبي صلى الله عليه وآله، وأمّا دلالتها على العصمة، فتظهر إذا علمنا أنّ المراد من (الرجس) هو القذارة المعنوية لا الماديّة، فالرجس

والعصمة) لغة مأخوذة من فعل (عَصَمَ) بمعنى (مَنَعَ)^(٤)، وقد قال تعالى: «قَالَ لَا عَاصِمَ الْيَوْمَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِلَّا مَنْ رَحِمَ» (هود: ٤٣)، أي لا مانع اليوم من أمر الله تعالى. وأمّا (العصمة) اصطلاحاً، فيقول الشيخ المفيد -رحمه الله-: (إنَّ العصمة لطف يفعلهُ الله بالمكلف يمتنع منه وقوع المعصية وترك الطاعة مع قدرته عليهما)^(٥).

ومن الأدلة القرآنية التي تؤكّد عصمة سيِّدة نساء العالمين عليهن السلام (آية التطهير) التي نزلت في رسول الله وعليّ وفاطمة والحسن والحسين (صلوات الله وسلامه عليهم أجمعين)، فعن أبي بصير، قال: إنّ الإمام الصادق عليه السلام بعدما نقل (حديث الثقلين) عن الرسول الأكرم صلى الله عليه وآله قال: "فلو سكّ رسول الله صلى الله عليه وآله فلم يبيّن من أهل بيته لأدعّاها آل فلان وآل فلان، لكنّ

(١) لسان العرب: ج ٦٢، ص ٤٠٣.

(٢) النكت الاعتقادية: ج ١٠، ص ٣٧.

(٣) الكافي: ج ١، ص ٢٨٧.

(٤) مقاييس اللغة: ج ٢، ص ٤٩٠.

(٥) الأمالي للشيخ الصدوق: ص ٤٦٧.

الكتابُ والكتابةُ

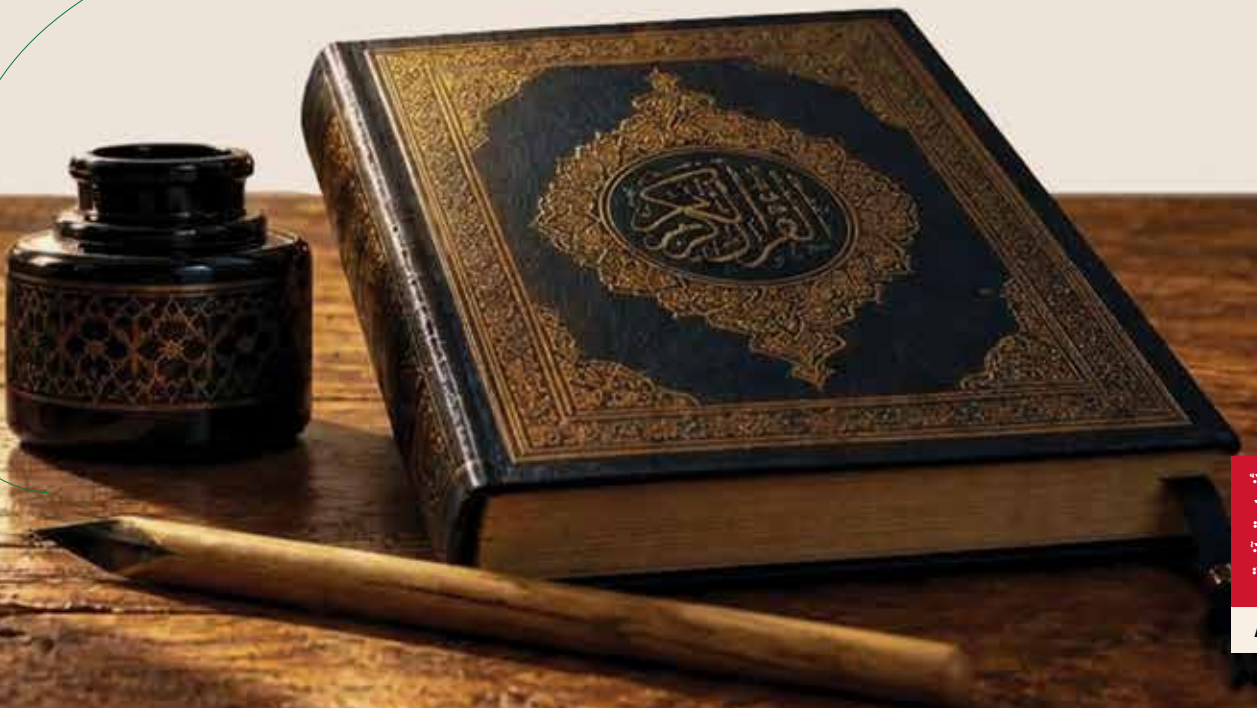
فِي ضَوْءِ الْقُرْآنِ الْكَرِيمِ

رحاب حسين العريفاوي/ النجف الأشرف

المعرفة ويورثها للأجيال. وقد زاد القرآن الكريم في تعظيم شأن الكتابة حين أقسم بالقلم، فقال سبحانه: ﴿ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ﴾ (القلم:١)، وليس القسم في القرآن إلا بما له منزلة عظيمة، فالقلم أداة تدوين الوحي، ووسيلة حفظ الفكر، وركيزة قيام الحضارات، فلم تعد الكتابة في المنظور

أن تبدأ الرسالة الإسلامية بأول كلمة نزل بها الوحي وهي قوله تعالى: ﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ﴾ (العلق:١-٥)، فقد اقترن الأمر بالقراءة والتعليم بالقلم في إشارة بليغة إلى أن بناء الإنسان يبدأ بالعلم، وأن القلم هو الأداة التي تحفظ

تُعد الكتابة من أعظم النعم التي منَّ الله تعالى بها على الإنسان، فبها حفظ العلم، وانتقلت المعارف، وتوارثت الأمم تجاربها، واستقرت الحضارات على أسس راسخة؛ لذلك أولى القرآن الكريم الكتاب والكتابة عناية خاصة، وجعلهما من أعظم أدوات الهداية والبناء الإنساني، ولم يكن من قبيل المصادفة



القرآني مجرد مهارة بشرية، بل أصبحت رسالة تؤدّي دورًا في نقل الحقّ، ونشر الهداية، وحفظ الفكر، وإقامة العدل بين الناس، ويتجلّى اهتمام القرآن بالكتابة بصورة أوضح في تنظيم حياة المجتمع، إذ جاءت أطول آية في القرآن الكريم وهي (آية الدين)؛ لتؤكد أهمية توثيق الحقوق بالكتابة، فقد قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا تَدَايَنْتُمْ بِدِينٍ إِلَى أَجَلٍ مُّسَمًّى فَاكْتُبُوهُ﴾ (البقرة: ٢٨٢)، فهذا التوجيه القرآني يكشف عن بُعد حضاري عميق، فالكتابة ليست وسيلة لحفظ العلوم فقط، بل ضمانه لحفظ الحقوق، ومنع أسباب النزاع، وتحقيق الأمن والاستقرار في المجتمع، ولذلك أصبحت الكتابة في الرؤية القرآنية أداة أخلاقية وقانونية في آن واحد^(١).

وقد جاء لفظ (الكتاب) في القرآن الكريم بدلالات عديدة تثري هذا المفهوم، فيُطلق على الوحي الإلهي، كقوله تعالى: ﴿ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ﴾ (البقرة: ٢)، ويُطلق على الكتب السماوية مثلما جاء في قوله سبحانه مخاطبًا نبيّه يحيى عليه السلام: ﴿يَا يَحْيَى خُذِ الْكِتَابَ بِقُوَّةٍ وَآتَيْنَاهُ الْحُكْمَ صَبِيًّا﴾ (مريم: ١٢)، وكذلك يدلّ على سجلّ أعمال الإنسان يوم القيامة، كقوله تعالى: ﴿وَوُضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ

مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَا لَ هَذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا﴾ (الكهف: ٤٩)، وهذا التنوع في استعمال لفظ (الكتاب) يرسّخ في نفس المؤمن أنّ كلّ كلمة يكتبها أو ينطق بها محفوظة عند الله تعالى، وأنّ الإنسان مسؤول عنها يوم الحساب، فقد قال سبحانه: ﴿مَا يَلْفُظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ﴾ (ق: ١٨)، وبذلك تصبح الكتابة أمانة قبل أن تكون موهبة، وتكليفًا قبل أن تكون وسيلة للتعبير.

ولم يكن ازدهار الكتابة في الحضارة الإسلامية إلّا ثمرة مباشرة لروح القرآن الكريم، فقد نشأت حركة التدوين، وأسست المكتبات، وازدهرت علوم التفسير والحديث والفقه واللغة، وظهر العلماء والباحثون والفقهاء الذين حفظوا تراث الأمة عبر التأليف والنسخ والتعليم، فتحوّلت الأمة من حالة الأمية قبل الإسلام إلى أمة تقود العالم بالكتاب والعلم والقلم، ومن هذا المنطلق يُعدّ الكاتب في الرؤية القرآنية ليس ناقلًا للكلمات فحسب، بل شاهدًا على عصره، ومسؤولًا عمّا يخطّه قلمه؛ لأنّ الكلمة قد تحيي ضميرًا، أو تصلح مجتمعًا، أو تحفظ حقًا، وقد تكون سببًا في تضليل الناس وإفساد الوعي إن استُعملت في غير موضعها.

وقد أكّدت النصوص الشريفة فضل الكتابة إذا سُخرت لخدمة الحقّ وأهله، فقد روي عن رسول الله ﷺ أنّه قال: "إنّ الله تبارك وتعالى جعل لأخي عليّ بن أبي طالب فضائل لا يحصي عددها غيره، فمن ذكر فضيلةً من فضائله مقرًّا بها غفر الله له ما تقدّم من ذنبه وما تأخّر... ومن كتب فضيلةً من فضائل عليّ بن أبي طالب عليه السلام لم تزل الملائكة تستغفر له ما بقي لتلك الكتابة رسم"^(٢)، وفي هذا الحديث دلالة على أنّ الكتابة إذا كانت في سبيل نشر الفضائل والقيم والحقائق كانت عملاً صالحًا يبقى أثره، ويبقى أجره، وقد صدق الشاعر حين قال:

**اعكف على الكتب وادرس
تحز فخار النبوة
فإنّ الله قال ليحيى
خذ الكتاب بقوة^(٣)**

مقتبسًا ذلك من قوله تعالى: ﴿يَا يَحْيَى خُذِ الْكِتَابَ بِقُوَّةٍ﴾ (مريم: ١٢). وممّا تقدّم نرى أنّ القرآن الكريم أسّس لثقافة الكتاب والكتابة بوصفهما ركيزتي العمران الإنساني والهداية الربّانية؛ لأنّ القلم يحفظ الدين، وبالكتاب تُصان الثوابت، وبالكلمة الصادقة يسمو الإنسان نحو الكمال؛ لذلك ينبغي أن يكون القلم رسالة للإصلاح، ومنازة للوعي، وجسرًا لنقل العلم والمعرفة والخير.

.....

(١) مجمع البيان: ج ٢، ٢١٩-٢٢٥.

(٢) مائة منقبة، لابن شاذان: ص ١٧٧.

(٣) غذاء الألباب في شرح منظومة الآداب: ج ٢، ص ٢٧١.

مركز الثقافة الأسرية.. ركيزة معرفية في رؤية العتبة العباسية المقدسة للأسرة

دلال كمال العكيلي/ كربلاء المقدسة



والتوعوي، يجمع بين الاستشارة والبرامج والمحاضرات والورش التي تقدمها متخصصات في الطب النفسي والإرشاد التربوي، مما يتيح تناول القضايا الأسرية من زوايا تخصصية متعددة.

انطلاقاً من أهمية المعرفة المتخصصة في التعامل مع القضايا التي تمس حياة الأسرة ومراحلها المختلفة. ولا ينحصر عمل المركز في تقديم الاستشارات النفسية، بل يقوم على مساحة أوسع من العمل الثقافي

يمثل مركز الثقافة الأسرية التابع لمكتب المتولي الشرعي للشؤون النسوية في العتبة العباسية المقدسة أحد المسارات التي تتجه عن طريقها العتبة المقدسة إلى تقديم محتوى ثقافي متخصص يُعنى بقضايا الأسرة والمرأة،

معرفة متخصصة لقضايا الأسرة

تقوم رؤية المركز على بناء وعيٍ أسريّ راسخ، يزود المرأة والأسرة بالمعرفة النفسية والتربوية المتخصصة التي تمكّنها من فهم ذاتها، ومراحل نمو أبنائها، وطبيعة علاقاتها الأسرية، والاستعداد الواعي للحياة الزوجية بما يعزز من قدرتها على التعامل مع تحديات الحياة بوعيٍّ ونضجٍ ومسؤوليةٍ.

وينطلق المركز من إيمانه بأن الوعي والمعرفة يمثلان خطّ الدفاع الأول عن الأسرة، وأن التعامل مع القضايا النفسية والتربوية لا ينبغي أن يبدأ بعد تفاقم المشكلة، بل عن طريق الوقاية، وبناء الفهم الصحيح، وتنمية المهارات التي تساعد الأسرة على اتخاذ قرارات أكثر وعياً واتزاناً؛ لذلك يقدّم

المركز محتوىً متخصصاً يستجيب لاحتياجات المرأة في مختلف مراحل حياتها، ويتناول قضايا الأسرة، والمرأة، والأبناء، والعلاقات الزوجية، والتربية، والصحة النفسية بأسلوب يجمع بين العمق العلمي، ووضوح الطرح وقربه من الواقع.

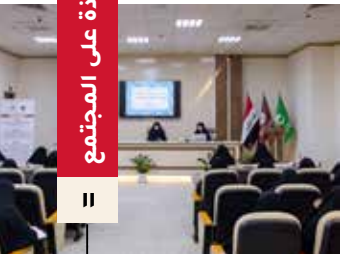
وتتكامل الاستشارات النفسية مع البرامج الثقافية والتوعوية ضمن منظومة واحدة تجعل المعرفة وسيلةً للتغيير، والاستشارة مساحةً للفهم والمعالجة، والتوعية أداةً للوقاية وبناء أسرة أكثر استقراراً وقدرةً على مواجهة تحديات الحياة.

الاستجابة لاحتياجات المجتمع

وتبرز خصوصية عمل المركز في حرصه على أن تكون برامجه مرتبطة

بالاحتياجات الفعلية للنساء من مختلف شرائح المجتمع، إذ تتنوّع الموضوعات التي يتناولها تبعاً للقضايا التي تمسّ الأسرة في مراحلها المختلفة، ويشمل ذلك الجوانب المتعلقة بالطفولة والمراهقة، والإعداد للزواج، والقضايا الزوجية، إلى جانب الطب النفسي وطب العائلة، ممّا يعكس اتساع مساحة الاهتمام التي يوليها المركز للأسرة بوصفها منظومة مترابطة تتعدّد احتياجات أفرادها.

ولا تأتي هذه الموضوعات بمعزل عن الزمن والظرف الاجتماعي، إذ يعمل المركز على موازنة برامجه مع المواسم والمناسبات ومراحل السنة المختلفة، ممّا يجعل المحتوى المقدم أكثر اتصالاً بالاحتياجات التي تظهر في كل مرحلة.





من الاستشارة إلى التوعية

تأخذ الاستشارة النفسية في عمل المركز موقعاً مهماً؛ لكنّها لا تمثّل المسار الوحيد في التعامل مع القضايا الأسرية، إذ يتّجه المركز إلى توسيع دائرة الإفادة من الاختصاص عبر البرامج الحضورية والمحاضرات والورش التي تتيح تقديم المعرفة إلى شريحة أوسع من النساء. ويمنح هذا التنوّع العمل الثقافي للمركز بُعداً وقائيّاً وتوعويّاً عن طريق إتاحة المعلومات المتخصصة في موضوعات قد تحتاج الأسرة إلى فهمها قبل أن تتحوّل إلى مشكلات أكثر تعقيداً، مثلما أنّ تقديم هذه الموضوعات من قبل المتخصصات في الطب النفسي والإرشاد التربوي يربط المحتوى المقدّم بالاختصاص، ويمنح المرأة فرصة الوصول إلى المعرفة ذات الصلة بالقضية التي تبحث عنها في ضمن إطار مهني متخصص.

مواكبة مراحل الأسرة

تنطلق برامج المركز من إدراك تعدّد المراحل التي تمرّ بها الأسرة؛ لذلك لا يأتي المحتوى بصيغة واحدة ثابتة، بل يتغيّر وفق الموضوع والمرحلة والاحتياج، فالطفولة لها قضاياها التي تحتاج إلى وعي تربوي، والمراهقة لها احتياجاتها الخاصة، مثلما أنّ مرحلة الإعداد للزواج تحتاج إلى معرفة تساعد الفتيات على فهم هذه المرحلة، في حين تفرض الحياة الزوجية قضاياها التي تحتاج إلى وعي وإرشاد، إلى جانب الجوانب المرتبطة بالصحة النفسية وطب العائلة.

وبذلك تتشكّل البرامج بشأن احتياجات المرأة والأسرة في مراحل متعدّدة، بدلاً من حصر العمل في جانب واحد من جوانب الحياة الأسرية.



حضور يرتبط بالمواسم والمناسبات

ويراعي المركز في إعداد برامجه طبيعة المواسم والمناسبات التي تشهدها السنة، إلى جانب مراحل الدراسة والعطلة وغيرها من المحطات التي تتغير معها احتياجات النساء والأسر.

وتتيح هذه المرونة للمركز في أن يقدم محتوى يتناسب مع توقّبت الحاجة إليه، فالموسم الدراسي يفرض موضوعات تختلف عن تلك التي تبرز في العطلة، مثلما أن المواسم التي تشهد حضوراً نسبياً واسعاً تتيح تقديم برامج خاصة تتناسب مع طبيعة المناسبة واحتياجات النساء فيها.

وهذا النهج يجعل البرنامج الثقافي أكثر ارتباطاً بواقع المجتمع، ويمنح المركز قدرة على الانتقال من تقديم محتوى عام إلى محتوى يستجيب للمرحلة التي يمرّ بها المستفيدون.

الاختصاص أساس بناء المحتوى

ويستند المركز في برامجه إلى

متخصصات في الطب النفسي والإرشاد التربوي، ممّا يعكس اعتماد الاختصاص أساساً في إعداد المحتوى وتقديمه.

وتكتسب هذه النقطة أهمية في القضايا الأسرية تحديداً؛ لأنّ الموضوعات التي يتناولها المركز ترتبط بجوانب نفسية وتربوية تتطلب معرفة متخصصة قادرة على تقديم المعلومة بصورة دقيقة، وطرح الحلول المناسبة لطبيعة القضية المطروحة.

وعن طريق هذا المسار، يلتقي العمل الثقافي بالاختصاص؛ لتحوّل البرامج والمحاضرات والورش إلى أدوات لنقل المعرفة المتخصصة إلى النساء بما يساعدهنّ على التعامل بصورة أكثر وعياً مع القضايا الأسرية.

رؤية العتبة المقدّسة: المعرفة في خدمة الأسرة

تنطلق العتبة العباسية المقدّسة من رؤية تجعل الأسرة محوراً في بناء الإنسان والمجتمع، وترى أنّ استقرارها لا يتحقّق

بمعالجة مشكلاتها بعد وقوعها، بل ببناء وعيها وتعزيز قدرتها على فهم ذاتها ومراحلها وتحوّلاتها، ومن هذا المنطلق يأتي مركز الثقافة الأسرية ليكون جزءاً من مشروع معرفي يسعى إلى تأسيس وعي أسري مستند إلى الاختصاص، وقادر على استباق الاحتياجات ومواكبة التحوّلات التي تواجه المرأة والأسرة في المجتمع العراقي.

وتتّجه الرؤية استراتيجياً من معالجة المشكلات إلى الوقاية، ومن تقديم المعلومة إلى بناء الوعي، ومن الاستجابة للحاجة إلى استشرافها عبر معرفة نفسية وتربوية واجتماعية ترتبط بمراحل الأسرة المختلفة، وتحوّل إلى برامج وثقافة وإرشاد يساهم في تمكين أفرادها من الفهم والاختيار والتعامل الواعي، فالاستثمار في وعي الأسرة هو استثمار في الإنسان، وفي تماسك المجتمع ومستقبله.



بينَ بريقِ المَظَاهِرِ وجَوْهَرِ البَسَاطَةِ

هدى نصر المفرجي/ كربلاء المقدّسة

معًا وعيًا يعيد إلى المناسبات رسالتها الإنسانية والروحية؟

أجابتنا بنين كاظم الشمري/ بكالوريوس

اقتصاد: أرى أنّ شيوع التفاخر والمباهاة طمس معالم الفطرة السليمة، وأفقدنا السكينة التي كنّا نستشعرها بأبسط الأشياء، والحقيقة إنّ العبادات لا تتطلّب البذخ، فالربّ كريم يضاعف الأجر بالنيّات الصادقة لا بالمصاريف المبالغ فيها، وكذلك المناسبات الاجتماعية

ورسالتها الإنسانية والروحية، ومن أجل الغوص في أسباب هذه الظاهرة، ومعالجة آثارها النفسية والاجتماعية في الأسرة والمرأة، توجّهنا بالسؤال عن سبل العودة إلى البساطة الواعية والجمال الحقيقي غير المتكلّف: بين بريق المظاهر وجوهر البساطة، ما الذي حوّل مناسباتنا الاجتماعية والعبادية من محطّات للتراحم والسكينة إلى عبءٍ يثقل كاهل الأسرة؟ وكيف نصنع

في ميزان الوعي الفاطمي تُقاس الأمور بجوهرها لا ببريق ظاهرها الزائف، وبنقاها لا بتكلّفها، إلّا أنّنا بتنا نشهد في الآونة الأخيرة سيلاً جارفاً من الشكليات والمظاهر التي أخذت تتسلّل إلى مناسباتنا الاجتماعية والعبادية على السواء، حتى تحوّلت قفّة الفرح في بعض الأحيان إلى عبءٍ يثقل كاهل الأسر، وغدت المباهة والتنافس الماديّ حاجزاً يحجب المعنى الحقيقي للمناسبة



باتت تُهدر فيها الأموال من دون تخطيط لمجرد إرضاء الغرور ومجاراة الآخرين بذريعة (مرة في العمر)، متناسين أن وراء بريق المظاهر قد تختبئ مشاعر الحسد والغيرة، بينما كانت (لَمّة) العائلة البسيطة سابقًا بقلوبهم النظيفة تصنع سعادة لا تُنسى، وهذا الإسراف في المال والكماليات لا تحصد الأسرة منه سوى إرهاب كاهل رب الأسرة ومسؤولية عظمى تُسأل عنها بين يدي الله تعالى مثلما قال عزّ من قائل: ﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ۖ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾ (الشعراء: ٨٨-٨٩).

وقالت شيماء منقذ/ مدرسة لغة عربية:

إنّ البريق الخارجي خادع، ومن أراد التألّق الحقيقي فعليه بالجوهر، ولعلّ أبرز ما حوّل مناسباتنا إلى هذا الشكل المتكلّف فيه هو حمّى التصوير السطحي، وهوس إثبات الذات عبر المظاهر، حتى كاد الإنسان يتحوّل إلى مجرد كائن مادي تُقاس قيمته بنوع سيارته أو هاتفه، لا بعقله وفكره وإنجازه!

ولإعادة الوعي وإحياء القيمة الحقيقية للإنسان والمناسبة معًا، نحن بحاجة

ماسة إلى تغيير مقاييسنا، والتأكيد على البُعد المعنوي والروحي لهذه اللقاءات؛ ليتذكّر الجميع أنّ قيمة المرء تكمن في جوهره الإنساني لا في مقتنياته المادية.

وأبدت سارة حيدر/ بكالوريوس

طبّ وجراحة عامة رأيها قائلة: إنّ

حمّى التقليد الأعمى للمشاهير وصنّاع المحتوى على منصات التواصل، رسّخ وهماً بأنّ التميّز لا يكون إلّا بمجاراة حياتهم الباذخة، ممّا أشعل سباقًا محمومًا للمباهاة في المناسبات الاجتماعية التي أنشئت أساسًا لتقوية العلاقات الإنسانية وبثّ الألفة والتراحم، لكنّها استلبت لصالح الماديات، أمّا الحلّ فيبدأ من تحليّن بالشجاعة الكافية لمشاركة بساطتنا بوعي واعتزاز، ولألا نخجل منها أمام سيل التظاهر الزائف، فالحقيقة الراسخة هي أنّ البساطة كانت ولا تزال الأجل والأكثر نقاءً.

وأجابت حنان حازم/ كاتب: حين نتأمل

كيف تسلّت ثقافة المبالغة إلى مناسبات كان جوهرها الألفة والرحمة، نجد أنّ مقياس النجاح تحوّل من عمق الأثر في النفوس إلى حجم الإنفاق المادي، وصار

البريق الخارجي هو الغاية، فأصبحنا نتمسّك بالقشور ونترك اللب، ونشغل بشكل أواني التقديم وهوية الحاضرين، مستبعدة الأهداف السامية من صلة الرحم، والمواساة، وذكر الله تعالى وشكره، ومن ثم تقيم الأسرة المناسبة وهي مثقلة بالقلق والديون، وتخرج منها منهكة بلا سكينه، والحلّ يبدأ من مواجهة الذات، فقبل أيّ مناسبة علينا أن نسأل أنفسنا بصدق: هل غايتنا المواساة أم المباهاة؟ هل نطلب رضا الله تعالى أم ثناء الناس؟ فالبساطة شجاعة وليست نقصًا، وإعادة المكانة إليها ليس تقليدًا من شأن المناسبات، بل هي استعادة لرسالتها الحقيقية لتعود ميدانًا للمحبّة لا للمنافسة، وللتكافؤ لا للتكلّف.

يتّضح لنا جليًّا أنّ العودة إلى البساطة الواعية ليست مجرد خيار اجتماعي أو تدبير اقتصادي، بل هي ضرورة عقائدية وإنسانية تُملّحها علينا قيم الوعي الفاطمي، وأنّ البيوت التي أُسست على الرضا بما قسم الله سبحانه، وجعلت من القناعة زينة محافلها، هي البيوت الأقرب إلى الاستقرار والبركة.



مَنْ يَرِسُّ الطَّرِيقَ؟

■ خلود إبراهيم البياتي/ كربلاء المقدسة

وطلب المساعدة في حلّ المشكلات، ولا ننسى أبدًا ما فيها من أخطار على العلاقات بين أفراد العائلة الواحدة، فأصبح من السهل الاستغناء عن الجميع واللجوء إلى شاشة الجوّال للحصول على مشاعر السعادة والاطمئنان والانتماء لمن يتفهّم، ويستوعب، ويحتوي بأسهل طريقة ممكنة.

نحتاج إلى نشر الوعي بأهمية العودة إلى اللحمة المجتمعية ودفع العائلة، وإشعار أفراد البيت الواحد بالانتماء وكونهم جزءًا حيويًا لا يُستغنى عنه.

في نهاية المطاف نسأل: مَنْ يقود القافلة؟ إنّ الإنسان يسير بخطواته، لكنّه كثيرًا ما يستمدّ اتجاهه من الذين يرافقونه في الطريق، وفي هذا الوقت تتجاذبه العديد من الجهات التي أضيف إليها أخطارهم فعليًا، فهو مَنْ يرسم الطريق بكلّ احترافية ليهرب الجميع إليه.

دهشة الجميع من تلك الأفعال المستهجنة، ومن أين أتت وكيف تبنّاها ذلك الشخص. إنّ القرب المستمرّ لمدة طويلة يؤدي إلى التغيير المذكور وتبني الأفكار والسلوكيات، بل الدفاع عنها بكلّ ما أوتي الفرد من قوة، سواء كان إيجابيًا أو سلبيًا، وذلك رغبةً في البقاء بالقرب من الشخص المقرب وعدم خسارته، وفي حال كونهم مجموعة من الأصدقاء، فسيكون تأثير الجماعة أشدّ في الفرد، إذ يحاول تغيير آرائه لمجرد موافقة المجموعة وعدم الخروج منها، وهنا يصبح الصديق ليس مجرد رفيق الدرب، بل قوة مؤثرة تسهم في تشكيل الشخصية وتوجيه المسار.

ولنتخطّ الصداقات الإنسانية العادية إلى ما وصلنا إليه من الصداقة الافتراضية التي انتشرت بشكل كبير عن طريق الذكاء الاصطناعي والحديث المستمرّ مع البرامج المعروفة بـ(الشات)، فصارت محطات للتواصل والتعبير عن المشاعر

من أجمل العلاقات الإنسانية التي تترك بصمة واضحة في سجلّ الحياة، وتشكّل منعطفًا لا يُستهان به، هي علاقة الصداقة التي يرى فيها كلّ طرفٍ الآخر واحدةً وارفّة الظلال للخلاص من صخب الحياة وزحمة متاعبها، واليد الحانية التي تمسح الحزن عن القلب المتعب؛ ليُزهر اطمئنانًا وراحة بال بوجود السند والأمان.

رابطة الصداقة هي من أدقّ الأمور التي تنساب عبرها العديد من الأفكار والمعتقدات من طرف إلى الآخر بشكل تدريجي غير مُلاحظ للجميع؛ نظرًا للتواصل المستمرّ، إذ تظهر التفاصيل المخبوءة عن الآخرين بأدقّ التفاصيل، فيرتدي كلّ طرف طباع جليسه، ويتقمّص حركاته ويتفوّه بكلماته لا شعوريًا، فتكون أشبه بالعدوى العاطفية التي تكمن فيها الخطورة من تسلّل الأفكار غير المناسبة لمجتمعنا المحافظ، ومع مرور الوقت تُترجم إلى سلوكيات غير مرغوبة وسط

حِينَ اهْتَزَّتِ الْمَنَارَاتُ وَبَقِيَ النُّورُ

■ زبيدة طارق الكناني/ كربلاء المقدسة

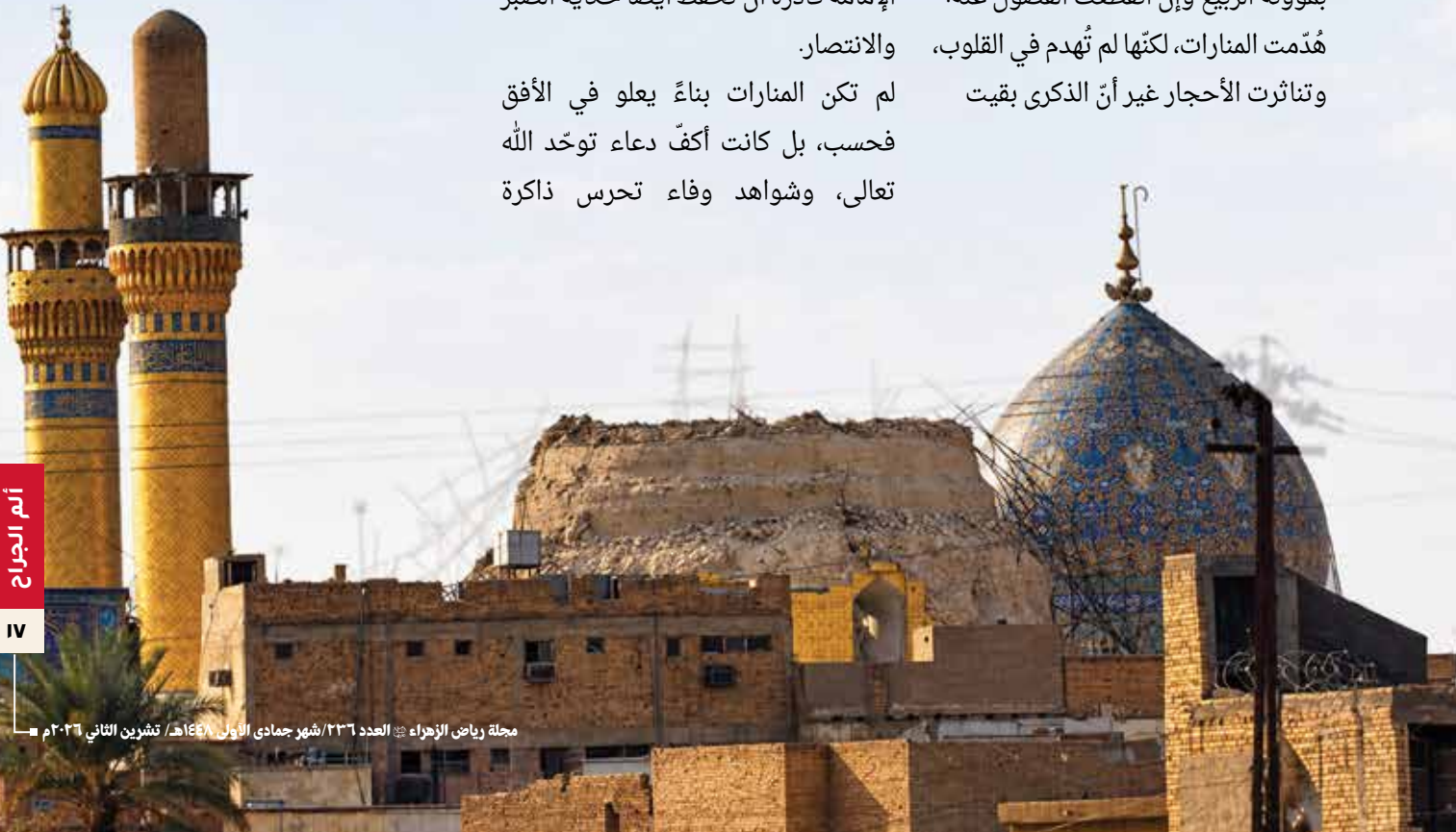
المؤمنين، وحين امتدّت إليها يدُ الخراب،
بدا المشهد كأنّ الزمن اختلطت فيه
الجراح بالأمنيات، لكنّ سامراء بقيت أكثر
ثباتاً من العاصفة، وأعمق جذوراً من كلّ ما
أراد اقتلاعها.

هكذا بقيت سامراء: جرحاً مضيئاً، كلّما
حاول الظلام أن يقترب منه، ازداد إشراقاً.
وبقيت المنارات وإن غابت صورتها عن
الأفق يوماً، حاضرةً في القلوب، تروي
للأجيال أنّ الحقّ قد يُحارب، لكنّه لا يُهزم،
وأنّ النور الذي خرج من بيت العسكريين عليه السلام
سيظلّ يهدي التائهين مهما تكاثفت حوله
ظلمات السنين، وها هي اليوم سامراء قد
عادت تشعّ في الأفق.

أشدّ رسوخاً من الصخر.
كان المشهد كحقلٍ حاولت الرياح أن
تسرق حصاده، فإذا بالإيمان يبقى واقفاً
بمنزلة فزاعة نجاةٍ في وجه الخراب، يعلم
الأجيال أنّ المقدّسات لا تُقاس بما يُهدم
منها، بل بما تبعثه من حياةٍ في النفوس.
ومنذ ذلك اليوم ظلّت سامراء تنهّج
أسماء زائريها عن ظهر حبّ لا يُنسى، وتقرأ
في وجوههم لهفةً متجدّدةً، كأنّها خاتم من
وفاء تتوارثه الأرواح جيلاً بعد جيل.
وكّلما مرّت ذكرى التفجير، عاد الألم
حاضراً، لكنّه ألم يصنع يقيناً بأنّ النور الذي
سكن العسكريين عليه السلام أكبر من أن تطفئه
نار الحقد، وأنّ المدينة التي حفظت سرّ
الإمامة قادرة أن تحفظ أيضاً حكاية الصبر
والانتصار.

لم تكن المنارات بناءً يعلو في الأفق
فحسب، بل كانت أكفّ دعاء توخّد الله
تعالى، وشواهد وفاء تحرس ذاكرة

لم يكن الصباح يشبه أيّ صباحٍ آخر،
كانت المدينة تستيقظ على صمّةٍ ثقيل،
كأنّ الأزقة القديمة تشعر بأنّ جرحاً كبيراً
يقترّب منها، هناك عند المرقد الذي ظلّ
قروناً يسكب هيبته على المدينة، لم يكن
البناء حجارةً ومناراتٍ فحسب، بل ذاكرة
أمة كاملة، ومرفأً ترسو عنده سفن القلوب
المتعبة كلّما عصفت بها أمواج السنين.
وحين دوى الانفجار، ظلّ أعداء النور
أنّهم قادرون على إغراق الحنين في عباب
الجراح، وأنّ يجعلوا الموحّ من صوت
المحبّين، لكنّهم لم يدركوا أنّ سامراء
تعلمت منذ قرون كيف تحتفظ بالضياء
في أعماق الروح مثلما يحتفظ الشتاء
بمؤونة الربيع وإن انقطعت الفصول عنه.
هُدّمت المنارات، لكنّها لم تُهدم في القلوب،
وتناثرت الأحجار غير أنّ الذكرى بقيت



عُظَمَاءُ فِي صَفِّ

■ منتهى محسن محمد/ بغداد

لم يكن (هادي) يحبّ التصوير ولا الظهور، حتى الحديث عن نفسه، كان يؤدّي واجبه بصمت، لا يسرد المواقف، ولا يشتكي أو يبوح بأسراره في المجالس، بل علّق الصمت قلادة محارب ومدافع، مثلما أنّه اعتاد الجلوس مع والده المريض كلّ ليلة، يرتشف من صحيفة وجهه العزم والإرادة، ومن حكايات ذاكرته الخصبه النصح والموعظة، يبذل له ثيابه وينظف هندامه بكلّ اهتمام ووقار، ثم يلتفت صوب إخوته ليللمم معهم بعض مهامّ المنزل بحنوّه الكبير وابتسامته الفياضة، ثم يلوذ بصمته العميق كأن شيئاً لم يكن.

قال له أحد أصدقائه يوماً: هادي، لماذا لا تخبر الناس بما تقدّمه.

ابتسم قائلاً: علم ربّي بما أفعله يغنيني

عن جهل الناس.

وعلى السواثر يُعرف الرجال، وفي اشتداد الخطب وعراك المبادئ تظهر المعادن وتنجلي الحقائق، ففي إحدى المَهَمَّات حين اشتدَّ النزال وصار الاحتدام شرسًا، أُصيب (هادي) إصابة بالغة، لكنّه لم يخبر عائلته، بل انقطع عنهم مطمئنًا إياهم بأنّه بخير وفي مهمّة طويلة، وبعد أشهر من العلاج عاد إلى أهله بعكاز وابتسامة، متذرّعًا بأنّه تعرّض لحادث عرضي.

احتضنه والده ودموع الأبوة تنسكب من قلبه الرحيم غزيرة، فتلقّاها بصره وشيمه النبيلة بعد أن أغرق والده بقبلائه الممتّنة، عاد إلى حياته حيث دائرة البيت والمسجد، وكان الناس في المسجد يلمحون في هدوئه وسكونه دفنًا وجمالًا فريدًا، بخاصة أنّه أبهرهم بتطوّعه في حملات خدمة الفقراء ومساعدة عوائل الشهداء والأيتام من

دون أن يعلم أحد منهم أنّه من أبرز أبطال الميدان.

وذات يوم أُقيم في المسجد احتفالٌ مهيبٌ لتكريم الجرحى من قوّات الحشد الشعبي، اصطفّ الناس، وكان (هادي) يقف في آخر الصفوف متّكئًا على عكّازه، يراقب المشهد بابتسامته الوديعّة ذاتها حتى ارتفع صوت المذيع عبر مكبّر الصوت بنبرة فخر: والآن.. نتشرّف بتكريم بطل من أبطال معركة الصمود، الذي أُصيب وهو يزود بجسده عن رفاقه، ورفض أن يغادر الميدان حتى أمّن سائر الفداء.

ساد الصمت، والتفت الناس يمينًا وشمالًا، يتساءلون بشغف: مَنْ يكون هذا البطل الخفيّ؟ حتى والد (هادي) الذي كان يجلس في الصفّ الأول رفع رأسه بفضول يترقّب ظهور هذا المقاتل الأسطوري، فتابع المذيع وعيناه تبحثان بين الحشود وهتف بملء حنجرته:

ندعو إلى المنصّة البطل المدافع (هادي)! اتّجهت الأنظار إلى الوراء وتراجع الناس ليفسحوا الطريق لشاب نحيل يتحرّك بوقار وعيونهم تتّسع شيئًا فشيئًا من الدهشة، التفت الأب لتسقط عيناه على ولده (هادي)!

تسمّرت العبارات في الأفواه، وقال أحد الجيران وهو يذرف دموع الفخر: يُعقل هذا؟! يعيش بيننا كطلّ هاديّ وهو إعصار في الميدان!

لم تمضِ إلّا دقائق واعتلى (هادي) المنصّة واستلم درع التكريم، ثم علّق بكلمات وجيزة: لا تبحثوا عن الشهرة، بل ابحثوا عن الإخلاص، فالعمل الذي يرضي الله تعالى لا يحتاج إلى إعلان.

ساد الصمت في المسجد، ثم علت الأصوات بالتكبير والصلوات، وهكذا خرج (هادي) من المسجد مثلما دخله متواضعًا هادئًا، لا يتوقّع مدحًا أو ثناء.

جيلٌ بلا إيقاع... حين تُصبحُ الفوضى أسلوبَ الحياة

زهراء جبار عبد الحسين/ كربلاء المقدّسة



الصّحة والعلاقات الأسرية والإنتاجية، فهل هي سمة فرضها العصر الرقمي، أم نتيجة لغياب التوجيه الأسري؟ أم أنّها انعكاس لضغوط نفسية يعيشها الشباب؟ **حدّثتنا أمّ أحمد -ربة بيت:** أشعر أنّنا نعيش في بيت واحد لكن بتوقيتين مختلفين، فحينما استيقظ لأداء فريضة صلاة الصبح يخلد ابني إلى النوم، بدأ الأمر يضايقني كثيرًا واعترض والده

عاديًا، إلّا أنّها تثير قلق الكثير من العوائل؛ لأنّ (أحمد) ليس أنموذجًا منفردًا، بل يمثّل جيلًا واسعًا من الفتيان والفتيات الذين يعيشون في الدائرة نفسها، وفي هذا السياق تأخذ مجلة رياض الزهراء القراء في جولة استطلاعية عن مشكلة العشوائية في نمط الحياة التي لم تعد تقتصر على غرفة غير منظّمة أو ملابس متناثرة، بل سلوك يومي ينعكس على

دقّت الساعة الواحدة بعد منتصف الليل وما يزال مصباح حجرة (أحمد) مُضاءً، يتنقّل (أحمد) بين تطبيقات مواقع التواصل تارة أو ينشغل بالألعاب الإلكترونية مع أصدقائه تارة أخرى، إذ جعل من الصباح موعد نومه فيما تأجّلت وجبة إفطاره إلى ما بعد الظهر، تختلط مواعيد طعامه ونومه ودراسته والعمل في فوضى دائمة تبدو لبعضهم أمرًا

على نمط حياته، وقد حاولت تنظيم يوم ولدي لكنّ الهاتف كان أقوى من كلّ نصيحة، وقالت بحسرة: باتت الفوضى لا تقتصر على مواعيد النوم، بل امتدّت إلى غرفة ابني التي صارت غير قابلة للعيش نتيجة الملابس المتناثرة والسرير المبعثر، فضلاً عن وجبات الطعام غير الصحيّة في أوقات متأخرة من الليل، مثلما أنّ اجتماع العائلة على مائدة الطعام صار أمراً نادراً.

فيما قال سمير حسين-موظف حكومي:-

إنّ المشكلة ليست في الشباب وحدهم، بل هو تغيير أسلوب الحياة، نحن أيضاً انشغلنا عن أبنائنا، وكلّ فرد يعيش مع هاتفه؛ لذلك نجد التواصل داخل العائلة أصبح قليلاً جداً، وفي بعض العوائل بات شبه معدوم؛ لذلك يفتقر الشباب إلى القدوة والرقابة والتوجيه.

وكان لمؤمل الشبلاوي-طالب جامعي-

وجهة نظر مختلفة: أرفض وصف جيلنا بالفوضوي، وذلك لأنّ نمط الحياة تغيّر، فالدراسة تمتدّ إلى الليل، إضافةً إلى أنّ الكثير من الأعمال أصبحت تُنجر عبر الإنترنت؛ لذلك من الطبيعي أنّ تختلف مواعيد النوم، نعم لربّما هناك نوع من العشوائية أو الفوضى؛ لكنّها ليست دائماً بسبب الإهمال.

وتقول أمّ حسين-ربة بيت:- "إنّ تغيّر نمط

الحياة لا يعود بشكل كبير إلى التطوّر التكنولوجي، فالأجهزة والهواتف الذكية تُعدّ وسائل للتسلية، أو العمل، أو الدراسة إذا ما استخدمت بالشكل الصحيح وتحت إشراف الأبوين، فالإتكالية هي السبب الرئيس لانعدام المسؤولية، ممّا أدّى إلى انتشار الفوضى والعشوائية في نمط

الحياة داخل الأسرة وخارجها، فأنا زوجة وأمّ لثلاثة أطفال، كان أولادي يعتمدون عليّ في كلّ شيء، من تحضير الطعام وترتيب خزانة الملابس وغرف النوم، إلى تنظيم الكتب؛ لذلك سعيثُ أنا ووالدهم إلى تعويدهم على الاعتماد على أنفسهم، ووصل الأمر أحياناً إلى تهديدهم بقطع مصروفهم اليومي إذا لم يلتزموا بترتيب وسائلهم وتنظيم أوقات الدراسة واللعب والراحة، وقد أثمر هذا الأسلوب بعد مدّة عن تحسّن واضح في نمط حياتهم اليومي.

وأوضحت هند مفتن- الاستشارية

النفسية من مركز الإرشاد الأسري في

العتبة الحسينية المقدسة:- "أنّ مظاهر

العشوائية في حياة الشباب كالسهر لساعات متأخرة، واضطراب النوم، وعدم انتظام وجبات الطعام، وإهمال ترتيب الغرف، أصبحت أكثر شيوعاً نتيجة تداخل عوامل نفسية واجتماعية وتقنية، مثلما أنّ الضغوط الدراسية والاجتماعية، والقلق، وضعف إدارة الوقت، وانخفاض الدافعية، وغياب الأهداف الواضحة، تدفع بعض الشباب إلى الهروب من ضغوطهم عبر السهر أو الانشغال المستمرّ بالهواتف الذكية، ممّا ينعكس سلّياً على انتظام حياتهم اليومية، وكذلك الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي بخاصّة قبل النوم يُعدّ من أبرز أسباب اضطراب العادات اليومية لما يسبّبه من تشتيت الانتباه وإهدار الوقت وضعف الالتزام بالواجبات".

وأكدت: "أنّ الفوضى ليست دائماً سلوكاً

مقصوداً، بل قد تكون انعكاساً لحالة نفسية كالتوتر أو الإرهاق أو القلق، وقد تنتج أيضاً عن عادات مكتسبة وغياب التدريب على النظام وتحمل المسؤولية، ويُعدّ السهر المستمرّ، واضطراب النوم، وعدم انتظام وجبات الطعام سبباً في ضعف التركيز والذاكرة والمزاج، فيضعف التحصيل الدراسي والإنتاجية، فضلاً عن آثارها السلبية في الصّحة العامة؛ لذلك ندعو الأسر إلى اعتماد الحوار والتفاهم بدلاً من اللوم، وأنّ يكون المربّون قدوة في الالتزام بنظام صحي يراعي مواعيد النوم والطعام والدراسة أو العمل، وتقنين استخدام الهواتف الذكية وتشجيع الأبناء على تحمّل المسؤولية وممارسة الأنشطة الرياضية والاجتماعية، فالتغيير الإيجابي يتحقّق بالتدرّج، وتنظيم نمط حياة الشباب مسؤولية مشتركة بين الأسرة والمؤسّسات المجتمعية والشباب أنفسهم، فتهيئة البيئة الداعمة والاستخدام المتوازن للتكنولوجيا يساهمان في بناء شخصية أكثر استقراراً".

قد تبدو الغرفة المبعثرة أو السهر حتى الفجر أو تأجيل الوجبات تفاصيل صغيرة لكنّها عندما تتحوّل إلى نمط دائم فإنّها تترك آثاراً سلبية في الصّحة والنفس والعلاقات الأسرية، وبين إيقاع الحياة السريع وبين مغريات العالم الرقمي يبقى التحديّ الحقيقي هو أنّ يتعلّم الجيل الجديد كيف ينظّم حياته من دون أن يفقد حرّيته، وأنّ تدرك الأسرة أنّ التوجيه يبدأ بالقدوة والحوار قبل اللوم؛ لأنّ النظام ليس ترفاً بل أساساً لحياة أكثر استقراراً وتوازناً.

زَيْنَبُ الْكُبْرَى عليها السلام

آيَةُ مِنَ الذِّكْرِ الْحَكِيمِ

رجاء محمد بيطار/ لبنان



حينما نزيح الأستار عن التاريخ الحسيني عن مشهدية الطفّ الدامية، وتشرق أمام أعيننا شموسه القانية، يطرح سؤال ما نفسه: لماذا حمّل سيّد الشهداء ﷺ أخته الحوراء تلك المسؤولية الثقيلة؟

الموصولة بحسن الثواب، المشدودة إلى سفينة النجاة، تمخر ذاك العباب..

زينب ﷺ شقيقة الحسين ﷺ لا في النسب فحسب، بل في كلّ صغيرة وكبيرة من تفاصيل حياته وحياتها، فمن الطبيعي أن تكون شقيقته عند استشهادها، وبعد استشهادها، وأن تكون امتداداً له، وعنواناً لنهضته، وسبيلاً لتحقيق انتصاره، بعدما نظرت بعين بصيرتها الثاقبة إلى كلّ ما جرى عليها وعليه من بلاء لا يُجارى، فلم ترَ إلاّ جميلاً!...

زينب العزّة والعنفوان التي لا يوجد في قاموس الكلمات ما يفياها حقّها في الوصف والبيان، لكن عند الباري في قاموس الجنان ما يفعل، فسلام عليها يوم ولدت مجتباةً مصطفىاً لمهّمّتها الخالدة العصماء، ويوم ارتقت إلى رحاب بارئها شهيدة مظلومة كشقيقها سيّد الشهداء، ويوم تُبعث يوم الحشر لتحمل بين يدي الخالق سجلّ الصبر الموشى بأسماء الصابرين والصابرات، من المقتدين بصبرها والمقتديات، إذ ليس في معجم الصبر من يدانيها في الصفات، فهي ققمة شامخة الثبات، ونعمة من نعم الباري على البشر؛ ليتّم بها الحجّة على من قصّر وتأخّر، وهي آية الصبر الموسوم بها، والقُدوة المثلى لكلّ من اتقى وارتقى وصبر.

صبر زينب جبلاً يترقى لكلّ من بحث عن العزّة والكرامة والنصر الحقيقي..

ربّما يكون عبثاً أن يحاول القلم إدراك كنه تلك المرأة التي دُكّت تحت قدميها صروح الطغاة، لا تفوقها في العظمة إلاّ أمّها الزهراء ﷺ، بينما تقف كلّ امرأة في التاريخ خلّدتها صفحاته تطأطأ الهام أمام عظمة زينب ﷺ.

حين يجتمع النسب النبوي بالخلق الفاطمي العلوي والصبر الحسني والبطولة الحسينية فتلك زينب ﷺ..

تقف على التلّ كلّ مآثر بدر وحنين؛ لتنظر إلى إخوتها وأبنائها وأنصارها، وكلّ عظيم ولدته النساء في ذلك الزمان، ولتشاهد بأّم العين ذبح أخيها ثاني السبطين، والبقية الباقية من جدّها المصطفى ﷺ؛ لتنتقل راية الإسلام من كفّ كفيها الدامية إلى كفّها الحامية..

هي زينب
وُلدت ونشأت وترعرعت وشبّت
وتزوّجت وأنجبت وكهلت من
أجل تلك الراية وما تمثّله..

وتوالى عليها الخطوب فغدت شمساً تنير الدروب، ولم يكن خطاب الحسين ﷺ لها في نهاية المطاف، وقبل أن يسلمها زمام القافلة في غيابه إلاّ التوقيع الأخير الذي بدأت به رحلتها الممهورة بالعذاب،

أجل لا يحملها إلاّ المعصوم أو تالي المعصوم؟ وإنّها ﷺ تالي المعصوم، جواب مضمّخ بكلّ التضحيات المهولة التي سكبتها على مذبح الإسلام تلك الفئة الجليلة من البشر، عددهم قليل وميزانهم ثقيل، هم أولئك الأولياء الذين نزلت فيهم وفي من قبلهم، ممّن اقتدى بهم إذ أدرك خبرهم، تلك الآية العظيمة: ﴿كَمْ مِّن فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةً بِإِذْنِ اللَّهِ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة: ٢٤٩)، ففي أرض الطفّ كان انتصار لم يشهد التاريخ مثله، وكانت رسالة السماء إلى الأرض مشفّرة برموز لا يفقهها إلاّ الراسخون في العلم..

إنّه انتصار الباطن على الظاهر، والحقيقة على الوهم، والحقّ على الباطل.. ولا بدّ لكلّ انتصار من عنوان، وقد علم الإمام الحسين ﷺ أن عنوان انتصاره بدمه المسفوك، وحرمة المهتوك لم يكن إلاّ تلك السيّدة العظيمة التي اشتقّ لها الباري من الزين اسمًا، ومن خيرة العالمين أبًا وأخًا وأمًّا، إنّها زينب، وما أدراك من زينب

جلال في جلال ونور من نور، ورحيق مختوم من شجرة الطور، وعفاف وتقى، وعلم لدني لا يناله إلاّ ذو حظّ عظيم، جدّ هو المصطفى الكريم، وأبوان هما عليّ المرتضى وفاطمة سيّدة النساء، وأخوان هما سيّدا شباب أهل الجنة، وصبرٌ غار الصبر منه حتى غار في وادٍ سحيقٍ، وغدا

القاسم بن الإمام موسى الكاظم عليه السلام

خديجة الكبرى رحيم السعدي/ النجف الأشرف

ورد عن الإمام الرضا عليه السلام أنه قال: "مَنْ لم يستطع زيارتي لُبْعِد مسافتي، فليزُر أخي القاسم عليه السلام" (١).

انتقل القاسم عليه السلام إلى جوار ربّه قبل أخيه الإمام الرضا (صلوات الله وسلامه عليه) تاركًا خلفه أثرًا واضحًا للإخلاص والطاعة، فكان أنموذجًا لأولياء الله الصالحين، فالسلام عليه يوم وُلد، ويوم يُبعث مع آبائه الطاهرين (صلوات الله وسلامه عليهم أجمعين).

من هذا الخبر وغيره كثرة عناية الإمام الكاظم عليه السلام بولده القاسم عليه السلام، وأنه كان يحمل منزلة عظيمة عند الإمام وعند الله تعالى، فقد وردت روايات كثيرة توضّح مقامه عند الله سبحانه، كالروايات التي تؤكد استحباب زيارته، فقد ذكر السيّد ابن طاووس -رحمه الله- استحباب زيارة القاسم بن الإمام الكاظم عليه السلام، ثم قرن استحباب زيارته بزيارة أبي الفضل العباس ابن أمير المؤمنين عليه السلام، وقد

عُرف القاسم ابن الإمام موسى الكاظم عليه السلام بالتقوى والصلاح، وكان الإمام الكاظم عليه السلام يحبه حبًّا شديدًا، حتى أنه أدخله في وصاياه، وقد روي عن سليمان الجعفري أنه قال: رأيت أبا الحسن عليه السلام عندما احتضر أحد أولاده قال لابنه القاسم: "قم يا بني فاقرا عند رأس أخيك" «والصافات صفا» حتى تستتمها، فقرأ فلما بلغ: «أَهُمُّ أَشَدُّ خَلْقًا أَمْ مَنْ خَلَقْنَا» (الصافات: ١١) قضى الفتى^(١)، ويظهر

(١) الكافي: ج ٣، ص ١٢٦.

(٢) بحار الأنوار: ج ٩٩، ص ٢٧٢.

(٣) بحار الأنوار: ج ٩٩، ص ٢٨٠.



أَجْنَحَةُ الْجَنَانِ

وفاء عمر عاشور/ كربلاء المقدسة

جعفر بن أبي طالب يطير في الجنة مع الملائكة بجناحين^(١)، فلقب بـ(جعفر الطيار) لأن الله سبحانه وتعالى عوضه عن يديه اللتين ضحى بهما جناحين في الجنة، ولم تنته مكارم آل أبي طالب عليه السلام فتجسدت بطولة جعفر الطيار عليه السلام في ابن أخيه العباس بن علي عليه السلام، فلقد اشتركا معًا في نصره المعصوم بطاعة مطلقة منقطعة النظير، لكن العباس عليه السلام سيّد الماء الظامي، لم يكتف أعداؤه بقطع يديه، بل رموا عينه الشريفة بالسهم، وفلقوا هامته المقدسة بعامود من حديد، فالسلام عليهما يوم ولدا ويوم استشهدا ويوم يُبعثان في يوم الجزاء.

.....

(١) بحار الأنوار: ج ٢٢، ص ٢٧٤.

ترجمتها المواقف والتضحيات. كان سفير النبي ﷺ إلى الحبشة، ولتشرّبه بالعقيدة الحقّة مثلما يشرب الفرس الماء- وكيف لا يكون كذلك وهو شقيق الوصي أسد الله الغالب علي بن أبي طالب عليه السلام استطاع أن يحمي المسلمين في هجرتهم الأولى، وينجّهم من كيد المشركين في أرض الغربة، وبعد عودته من الهجرة إلى المدينة المنورة، مضى في جهاده مثلما يمضي الشعاع في الظلمات، فتوّج معركة (موّثة) بقيادته لجيش المسلمين، وضحى بكلتا يديه، فحينما قُطعت يده اليمنى أمسك الراية بيده اليسرى، فلمّا قُطعت اليسرى احتضن الراية بعضديه، رافضاً أن تسقط راية الإسلام ما دام فيه نبض، وتوّج حياته بالشهادة وهو يحمل وسام البشارة من سيّد المرسلين ﷺ: "رَأَيْتُ

تتطّلع قلوب المؤمنين إلى مقام المقرّبين بشوق خفيّ يضجّ في الأعماق ولا تفصح عنه الألسنة، كأنه غاية السير ومنتهى الرجاء، فتلهج الأرواح في خلواتها بالدعاء بما جاء في الآية الكريمة: ﴿وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ﴾ (الشعراء: ٨٣)، وما ينال هذه المنزلة إلّا ذو حظّ عظيم، اصطفاه الله تعالى من بين عباده، وجعله من أهل القرب والرضوان في جنّات النعيم مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ثَلَاثَةٌ مِّنَ الْأَوَّلِينَ﴾ وَقَلِيلٌ مِّنَ الْآخِرِينَ﴾ (الواقعة: ١٣-١٤)، فكان للسابقين الأوّلين أوفر الحظوظ من هذا المقام الرفيع، وأعظم النصيب من رضوان ربّ العالمين، ومن أولئك الصفوة جعفر بن أبي طالب عليه السلام الذي جسّد أسمى معاني الإيمان واليقين، فلم يكن إيمانه كلمات يردّها اللسان، بل عقيدة راسخة

مِن أساطينِ النُّصْرَةِ:

عابِسُ الشَّاكِرِي

هاشمية لفتة عبد/ بغداد



يسطع اسم (عابس بن أبي شبيب الشاكري) في سجل الخالدين من أصحاب الإمام الحسين (عليه السلام) بوصفه أحد مصاديق الإيمان والوفاء والتضحية، ينتمي (عابس) إلى بني شاكر من قبيلة (همدان)، وهي قبيلة عُرفت بولائها الصادق لأهل البيت (عليهم السلام) واشتهر بالشجاعة والإقدام والمواقف المشرفة في نصرة الحق، كان ذا مكانة مرموقة في الكوفة، سيداً مطاعاً في قومه، جمع بين قوة البأس وسمو الروح، فكان فارساً شجاعاً، وخطيباً بليغاً، وعابداً خاشعاً، نهل من معين الإيمان فكان من صفوة المؤمنين الذين ثبتوا على العقيدة، ولم تزعزعهم الفتن ولا المحن، كان من أوائل من لبوا نداء النهضة الحسينية، فحضر بقلبه وموقفه، مؤمناً بعدالة القضية التي حمل لواءها الإمام الحسين (عليه السلام)، وقبلها ناصرَ مسلم بن عقيل (عليه السلام) في الكوفة، ودعا إلى بيعته ومؤازرته في أحلك الظروف، ولما عُرف به من إخلاص

وصدق وثبات، اختاره مسلم بن عقيل (عليه السلام) ليحمل رسالته إلى الإمام الحسين (عليه السلام) في مكة المكرمة، فكان نعم الرسول المؤتمن، ونعم المهاجر الناصر الذي لازم الإمام (عليه السلام) منذ تسليم الرسالة حتى الشهادة التي فاز بسبقها متلهفاً إلى لقاء الله تعالى وهو ظمآن مرتوٍ من حب أهل البيت (عليهم السلام) فتقدم وكل كيانه يقين؛ ليقف بين يدي أبي عبد الله الحسين (عليه السلام) معلناً أصدق كلمات الولاء والفداء: (يا أبا عبد الله، أما والله ما أمسى على ظهر الأرض قريب ولا بعيد أعز علي ولا أحب إلي منك، ولو قدرت على أن أدفع عنك الضيم والقتل بشيء أعز علي من نفسي ودمي لفعلت، السلام عليك يا أبا عبد الله، أشهد الله أنني على هداك وهدى أبيك)^(١).

وكان معروفاً بين فرسان العرب بشدة بأسه وقوته، فكان جنود العدو يتجنبون مواجهته، هيبته لشجاعته ومعرفتهم بمكانته في الحرب، وحين رأى عمر بن سعد لعنه الله تردّد جنوده وخوفهم منه،

أمرهم أن يرموه بالحجارة من كل جانب، عندها ألقي درعه في موقف جسد ذروة الاستهانة بأسلوبهم الجبان في القتال في سبيل المبدأ، فأراد أن يريهم شجاعة من باع نفسه لله تعالى، فهو لا يحتاج إلى وقاية من سيوف الظالمين، فمضى كالصاعقة في صفوف الأعداء، يشقّ الجموع ويبدد صفوفها، فتنحى الشجعان عن طريقه، وهرب الفرسان من أمامه غير أن القوم تكاثروا عليه من كل جانب، فأحاطوا به حتى أثنخوه بالجراح؛ ليرتقي شهيداً بين يدي إمام الحق ويقبل على رسول الله (صلى الله عليه وآله) بوجه أبيض ولسان حاله يتلو الآية الكريمة: «يَوْمَ لَا يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَى بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا أَنْتُمْ لَنَا نُورٌ وَغَفَرَ لَنَا إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ» (التحرير: ٨)

(١) بحار الأنوار: ج ٤٤، ص ٢٧٩.

البُستانُني الماهرُ وسِرُّ الغريبِ

■ زهراء سالم الجبوري / النجف الأشرف

بينما كانت الشمس تلفظ آخر أنفاس النهار على أعتاب الغروب، كان الطفل (زيد) ذو التسع سنوات يستظل تحت نخلة عالية في مدينته (بابل)، كان يبكي بصوت خافت ويمسح دموعه بأطراف قميصه، في تلك الأثناء مرَّ به عمُّه (سلمان) وهو رجل طيب يعمل في بساتين النخيل، فتقدَّم نحو (زيد) بهدوء وجلس بجانبه، ثم ناوله تمرَّة وقال: ما بال بطلنا الصغير يسقي الأرض بدموعه بدلاً من الماء، رفع (زيد) عينيه الحزينتين وقال بنبرة شجيَّة: يا عمِّي أنا حزين جدًّا، لقد تقدَّمتُ لمسابقة الخطِّ العربي في المدرسة لكنني خسرتُ المركز الأول وجاء ترتيبِي الأخير، لقد شعرتُ بالإهانة وأنا ابن عائلةٍ معروفةٍ بالعلم، تبسَّم عمُّه (سلمان) وأشار بيده إلى قبة ذهبية كانت تلمع من بعيدٍ وسط المدينة قائلاً: - أترى تلك القبة المنيرة يا زيد؟ إنَّها مرقد السيِّد قاسم بن الإمام موسى الكاظم (عليه السلام) هل تعرف قصَّته؟ مسح (زيد) دموعه وأجاب: - إنَّه سيِّد جليل ومن أهل بيت النبي (صلوات الله عليهم) والناس يحبُّونه كثيرًا. - العمُّ سلمان: نعم، ولكن هل تعلم كيف عاش هنا أول مرَّة قبل مئات السنين؟

- زيد: كلاً.

العمُّ (سلمان): جاء القاسم (عليه السلام) إلى بلدتنا هذه هاربًا من الأشرار الذين طاردوه، وهو شاب شريف من أشرف البيوت طرًّا، ابن الإمام وأخو الإمام وعمُّ الإمام، وجد نفسه هنا وحيدًا لا يملك مالًا ولا يعرفه أحد، وكان تمامًا مثل كلمة (غريب)، اتَّسعت عينَا (زيد) دهشةً وتساءل:

- ابن رسول الله كان فقيرًا وغريبًا، وماذا فعل؟ هل كان يبكي ويشتهي للناس مثلي؟

أجابه (سلمان) بفخر:

- لا يا بني لم يبك ولم يتكبَّر، بل ذهب إلى شيخ القبيلة ولم يقل له أنا ابن الإمام وابن رسول الله (صلى الله عليه وآله)، بل طلب عملاً بسيطًا جدًّا، هل تحزُّرُ ما هو؟ فكَّر (زيد) قليلاً، ثم ردَّ: - معلِّم أو كاتب، هُزَّ العمُّ رأسه نفيًّا، وقال: - بل رضي أن يكون سقَّاءً يجلس عند الفرات يملأ القرب بالماء الصافي ويسقي الناس والمواشي، وكان يعمل بجدٍّ وأمانة، وبيتسم في وجوه الصغار، ويصلي ليلاً بخشوع، لقد تعلَّم الناس منه الأدب والصدق قبل أن يعرفوا اسمه.

- زيد: وكيف عرفوا سرَّه؟

- العمُّ: حين مرض وأحسَّ بدنوّ أجله أخبر الشيخ بحقيقته، فصَّعق الشيخ باكياً وقال:

- كيف يخدمنا ابن رسول الله (صلى الله عليه وآله) ونحن لا ندري؟!

فقال له القاسم (عليه السلام) كلمةً صارت حكمةً: (لا بأس عليك يا عمُّ، إنَّكَ أكرمتني، وإنَّكَ معنا في الجنَّة)، يعني أنَّ العظمة الحقيقية ليست بالألقاب بل بالتواضع وبما نقدِّمه للناس، صمت (زيد) قليلاً ونظر إلى كفيِّه، ثم تنفَّس الصعداء، وقال:

- يا له من درس بليغ يا عمِّي، أنا حزنْتُ لأنني خسرتُ مسابقةً صغيرةً وتكبَّرتُ وافتخرتُ بنسب عائلتي، بينما القاسم (عليه السلام) وهو سليل النبوة رضي بأصعب الأعمال رضا لله تعالى وخدمةً لخلقه.

نهض العمُّ (سلمان) وربَّت على كتف (زيد) يثني عليه:

- أحسنتَ يا بطل، الخسارة ليست نهاية العالم والغريب ليس مَنْ لا يملك مالاً أو سلطةً، بل الغريب مَنْ يخلو قلبه من التقوى والتواضع.

امتلاً قلب (زيد) بالشجاعة ووقف بعزيمة قائلاً:

- من الغد يا عمِّي سأكون مواظبًا على دروسي وسأتدرب على الخطِّ العربي كلَّ يوم، وسأساعد أبي في أعماله وأعتني بهذا البستان وأساعد أمِّي في أعمال المنزل، فقد تعلَّمتُ اليوم أن صانع المجد هو مَنْ يخدم بنفسه ويصبر في المحن.

جِيلُ الزُّجَاجِ:

لماذا ينهارُ أطفالنا عندَ أولِ خسارةٍ
وكيفَ نبني شخصيَّاتِهِم؟

علا محمد الكريلبي / كربلاء المقدّسة

مع الواجبات المدرسية أو عند مقارنة أنفسهم بأصدقائهم، حتى عند رفض طلب بسيط لهم، وصرنا نرى جيلاً من الأطفال يملكون ذكاءً حاداً، لكنهم في الوقت نفسه يشبهون الزجاج في رقتهم وسرعة انكسارهم أمام أي إحباط أو خسارة بسيطة.

ذات يوم كنتُ أراقب مجموعة من الأطفال يلعبون في الحديقة، وبمجرد أن خسر أحدهم في اللعب انهار تماماً ودخل في نوبة بكاء حادة، ثم انسحب وجلس في زاوية يلوم الآخرين.

هذا الموقف لا يحدث في الأماكن العامة فقط، بل يتكرر في البيوت وبأشكال مختلفة



ولو تأملنا في السبب الحقيقي وراء الهشاشة النفسية للأطفال، فسنجد أن عاطفة الأمومة الجياشة والخوف الزائد على الأبناء جعل الأمهات يتدخلن لحل كل مشاكل الأبناء نيابة عنهم، وصرن يمهدن لهم الطريق باستمرار، ويحمينهم

من أي مضايقة أو أذى، فحرم الطفل من فرصة تجربة الفشل الطبيعي، والتعلم من الخطأ، إضافة إلى ذلك أن هذا الجيل نشأ في عصر الشاشات والمقاطع السريعة، والترف، فكل شيء يطلبونه يظهر أمامهم بضغطة زر واحدة، مما أضعف لديهم مهارة الصبر وتأجيل الرغبات، حتى أسلوب المدح والتشجيع أصبح مبالغاً فيه ومثيراً للضغط، فحين نردد على مسامع طفلنا دائماً عبارات الإطراء كأنت العبقري الذي لا يخطئ، وغيرها فإنه سيُصدم بالواقع، وسيجد أن الحياة فيها ربح وخسارة، فلا يتحمل الصدمة وستنهار ثقته بنفسه؛ لأنه تعلم منذ نعومة أظفاره لغة الربح فقط.

وعلاج هذه المشكلة ليس بالأمر الصعب، بل يبدأ بخطوات عملية وبسيطة يمكنك تطبيقها داخل الأسرة لإعادة بناء شخصية طفلك:

أولاً: غيّري نظرتك ونظرتك تجاه الخسارة

وتحدثي معه بعفوية عن الفشل بأنه ليس نهاية العالم، بل هو مجرد محطة تخبرنا أين أخطأنا لنحاول مجدداً.

ثانياً: توقفي عن أداء دور المنقذ السريع عندما يواجه طفلك صعوبة في حل واجب مدرسي أو تركيب لعبة، واتركي له مساحة كافية ليفكر ويحاول، واسأليه بهدوء: ماذا تقترح أن نفعل لحل هذه المشكلة بدلاً من إعطائه الحل الجاهز الذي يجعله لا يتقدم في الإنجاز بل يتراجع.

وهناك قاعدة تربوية ونفسية بليغة تقدم لنا العلاج الأمثل من وصايا أمير المؤمنين (ع) عندما قال: "أَلَا وَإِنَّ الشَّجَرَةَ الْبَرِّيَّةَ أَضْلَدُ عَوْدًا، وَالرَّوَاتِعَ الْخَصِرَةَ أَرْقُ جُلُودًا، وَالنَّابِتَاتِ الْعِذِيَّةَ أَقْوَى وَقُودًا وَأَبْطَأَ خُمُودًا"^(١)، والارتباط هنا واضح وعميق فالإمام (ع) يوضح لنا أن الشجر الذي ينمو في البرية ويواجه قسوة الطبيعة والجفاف يشتد عوده ويصبح قوياً، بينما النباتات في البساتين المحمية

التي تكون تحت رعاية دائمة تكون رقيقة وسريعة الذبول والانكسار، وهذا ما يحدث مع تربية الأطفال، فالحماية الزائدة تجعلهم كالروائع الرقيقة، بينما تركهم يواجهون بعض مصاعب الحياة وإحباطاتها هو الذي يصنع عودهم الصلب كالشجرة البرية القوية.

ومن هنا ندرك أن المرونة النفسية ليست مهارة عابرة تولد مع الطفل، بل هي درع متين وعضلة حقيقية تشكلها المواقف، وتُبنى بالصبر والتدريب خلف جدران المنزل؛ لذلك فإن أعظم ما يمكن أن تقدمه لطفلك ليس طريقاً مُعبداً وخالياً من الحجارة، بل تسليحه بالمرونة النفسية العالية لتبني في داخله شخصية صلبة وواثقة تعرف كيف تتخطى العقبات وتتقف بقوة وعزيمة بعد كل عثرة.

.....

(١) نهج البلاغة: ج ٣، ص ٤١٨.

مَذَكَّرَاتُ فَصَّةٍ

قصة: كوثر حسين العريقاوي/ النجف الاشرف

رسوم: نور عطشان الجابري/ كربلاء المقدسة

تقول (فَصَّة)، وهي فتاة يافعة: كنتُ أجلس بالقرب من جدّتي في المطبخ الصغير الذي تفوح منه رائحة الذكريات، كانت تُعدّ بيديها المجعّدتين كعكة البرتقال، بينما يتصاعد البخار من الفرن، وتملأ الرائحة أركان البيت دفئاً يشبه حضنها تماماً، كنتُ أراقبها بصمت، أندesh كيف تعمل لساعات طويلة من دون أن يظهر على وجهها أيّ تعب، بل كانت تبتسم كأنّها تستمدّ قوتها من الطهو نفسه.

سألتها ذات يوم ببراءة: هل تشعرين بالتعب يا جدّتي؟ توقّفت عن العمل قليلاً، مسحت يديها بمئزرها القماشي، ثم قالت وهي تنظر إليّ بحنان: لا يا بنيّتي، لا أشعر بالتعب ما دمّتُ أصنع ما أحبّ لمن أحبّ.

لم أفهم كلماتها حينها، بدت لي أكبر من عمري الصغير، احتفظتُ بها في قلبي مثلما يحتفظ الطفل بسرّاً لا يعرف قيمته. مرّت السنوات، وكبرتُ وكبر معي السؤال، كنتُ أبحث عن معنى تلك العبارة في كلّ موقف أمرّ به، لكنّ الإجابة كانت دائماً ناقصة، وفي صباح شتويّ وبينما كنتُ في طريقي إلى المدرسة، لفت انتباهي رجل مسنّ يسير بخطوات بطيئة، يتكئ على عصاً خشبية، متّجهاً نحو المسجد القريب من الحيّ، كان المشهد يتكرّر كلّ يوم تقريباً مهما تغيّر الطقس أو اشتدّ البرد. تساءلت في نفسي: كيف يستطيع المجيء يومياً وهو في هذا العمر؟ وذات يوم غلبني الفضول، فاقتربتُ

منه وسألتُه بلطف عن سبب مجيئه إلى المسجد على الرغم من مشقّة الطريق، فابتسم وقال: يا بنيّتي، أنا لا أتعب هنا، بل أرتاح، فالإنسان لا يشعر بالتعب حين يسير إلى ما يحبّ ولأجل مَنْ يحبّ. مكثتُ كلماته في قلبي طويلاً، إذ كانت تشبه تماماً كلمات جدّتي، وكأنّ الزمن يعيد عليّ الدرس نفسه لكن بصوتٍ آخر، عندها فهمتُ معنى العبارة، فهمتُ أنّ مَنْ أحبّ الله تعالى لا يملّ من عبادته، وَمَنْ أحبّ عائلته لا يثقل عليه العطاء، وَمَنْ أحبّ الناس فلن يتردّد في مدّ يد العون لهم، وعندها أدركتُ أنّ الحبّ لا يُتعب بل يكمل الإنسان ويصنع له أيامه، فالعطاء مقرون بالحبّ، والحبّ مقرون بالسلام.



أُمِّي الغَالِيَّة

■ علا حسين العامري/ كربلاء المقدسة

بينما تتزاحم هذه الأيام عليّ، أشتاق كثيرًا
لأضع رأسي في حضنك وأبكي على كتفك..
أحتاج إلى لحظة صمتٍ بقربك، وإلى كلمة
(بنيتي)، مثلما أنني أريد أن أخبرك بسرّ:
سمحتُ للاجترار بأن يسحبني، وتعلّقتُ بكلّ
شيءٍ يحمل شيئًا من طيفك، وقلبي عندك..
أُمِّي، كيف أخبرك أنني أتضوّر ألما لألمك؟ أبكي
داخلي بحرًا من الدموع كلّما رأيْتُك تسجنين
نفسك في صمتك وتخبئين ألمك عنا، مكتسيةً
لباس القوة وأنتِ تتلاشين رويدًا رويدًا من
الداخل..

أردتُ كثيرًا أن تشاركيني ما يؤلمك، أن أكون
وطنًا لروحك تهاجر إليه كلّما شعرتِ برغبةٍ في
ذلك..

أن أكون عطرك المفضّل الذي كلّما شعرتِ
بضيقٍ استنشقتِه فتحسّن مزاجك، أودّ أن أكون
ابتسامةً على شفّتك لا تغيب، وكلّ شيءٍ يكون
سببًا في إسعادك..

أُمِّي، أخشى فراقك، وأكره أن أعيش يومًا يخلو
منك، لكنّي أريد أن أسرق لحظةً من الطفولة
فقط لأحظى بدفئك، فهل لي بذلك؟

التَّعْلَمُ بِالنَّمَذَجَةِ:

لِمَاذَا تُؤَثِّرُ الْأَفْعَالُ أَكْثَرُ مِنَ الْكَلِمَاتِ؟

لاريسا عبد الله صفا/ لبنان



غالبًا ما يعتقد المربّون أنّ غرس الفضيلة يتطلب فيضًا من المواعظ والخُطب الموجهة، إلّا أنّ قراءة الواقع التربوي تؤكد أنّ سلوك الإنسان يتشكّل بالمحاكاة البصرية لا بالأوامر الشفهية، فالطفل أو الإنسان عمومًا يمتلك رادارًا دقيقًا يلتقط الفجوة بين ما يُقال له وما يُمارس أمامه، وحين تتصادم الكلمات مع الأفعال، تنتصر الأفعال دائمًا في تشكيل البناء المعرفي وتوجيه الاستجابة الداخلية، وتحديد المعايير الأخلاقية الحقيقية التي يتبنّاها الفرد في حياته اليومية، فهو يقرأ لغة الجسد، ويراقب الانفعالات العفوية للبالغين في لحظات الغضب أو الفرح، ويستمدّ منها منهجه الفعلي للتعامل مع الحياة، والقرآن الكريم حذر بشدّة من التناقض بين القول والممارسة، وعدّته الآيات الكريمة مانعًا حقيقيًا من موانع التأثير التربوي، ونقصًا في الوعي والتعقل، فالله سبحانه وتعالى يقول: ﴿أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَذَكَّرُونَ﴾ (البقرة: ٤٤)، وتشير القراءات التفسيرية إلى أنّ انفصام السلوك عن القول يُمثّل خللاً في الامتثال

للوعي، ويُفقد النصيحة قيمتها الوجودية والعملية، ويحوّلها إلى مجرد كلمات عابرة لا تملك سلطة حقيقية على النفوس^(١)، وفي هذا السياق نخلص إلى القاعدة الذهبية للمربّين؛ فالتربوي الملهم هو مَنْ يبدأ بإصلاح سلوكه الشخصي وتكوين ذاته ليكون دليلًا صامتًا يُعلّم الآخرين بفعله قبل لسانه، وقد أشار إلى ذلك مولانا أمير المؤمنين (عليه السلام): "مَنْ نصب نفسه للناس إمامًا فليبدأ بتعليم نفسه قبل تعليم غيره، وليكن تأديبه بسيرته قبل تأديبه بلسانه، ومعلّم نفسه ومؤدّبها أحقّ بالإجلال من معلّم الناس ومؤدّبهم"^(٢)، فالناس يميلون بطبيعتهم إلى اتّباع السيرة والمسار الحركي، فلا يقتصر على التوجيه اللفظي؛ لأنّ السيرة العملية تمنح القيم مصداقيتها، وتثبت للمتلقّي أنّ هذه الفضائل قابلة للتطبيق اليومي، وليست مجرد مثاليات مستحيلة، وقد صاغ علم النفس المعرفي الحديث هذا المفهوم في ضمن نظرية التعلّم الاجتماعي*، مؤكّدًا أنّ (التعلّم بالنمذجة - Modelin)

هي الآلية الأسرع والأكثر استدامة لاكتساب السلوكيات الأخلاقية وقيم

الانضباط، إذ يتعلّم الأفراد من ملاحظة أفعال القدوة وتبنيها تلقائيًا، ممّا يضع مسؤولية مضاعفة على عاتق المربّين لضبط سلوكهم^(٣)، فالأبحاث العصبية المعاصرة بشأن (الخلايا المرآتية) في الدماغ تثبت أنّ الدماغ يعكس تصرّفات المحيطين بنا ويسجّلها سلوكيًا ونفسيًا، ممّا يجعل البيئة الحيّة والقوة العملية المحور الأساسي لغرس أيّ فضيلة وتحويل المعرفة الراكدة إلى سلوك دائم^(٤)، وحين ندرك أنّ الدماغ يعمل مثل المرآة التي تعكس أدقّ التفاصيل، يتغيّر السؤال التلقائي من: كيف أوجّه أطفالي إلى: مَنْ أكون أنا أمامهم؟

لنكتشف أنّ تربية الآخرين، لاسيّما أبناءنا وفلذات أكبادنا تبدأ دائمًا من تربية الذات.

(١) تفسير الميزان: ج١، ص١٤٩.

(٢) نهج البلاغة: ص٤٧٩.

(٣) Social Learning Theory: p ١٢.

(٤) Mirrors in the Mind: p ٤٥.

*نظرية التعلّم الاجتماعي: تعني أنّ الإنسان يتعلّم ويكتسب سلوكياته وقيمه عن طريق ملاحظة القدوة والنماذج المحيطة به في بيئته ومحاكاتها.



المهق

فاطمة حسين العريفاوي/ النجف الأشرف



(المهق) أو (البرص) اضطراب وراثي ينتج عن خلل جيني يسبب انعدام صبغة (الميلانين) أو وجودها بكميات قليلة جدًا، وهذه الصبغة هي المسؤولة عن إعطاء اللون للشعر والجلد والعينين، مما يتسبب بظهور الجلد بلون أبيض، ويتراوح لون الشعر من الأبيض إلى الأصفر الذهبي، وغياب لون قزحية العين أو تلونها بلون فاتح؛ لذلك يتعرض المصابون بالمهق لمشاكل الرؤية والجلد المتعددة.

أنواع المهق:

١- المهق العيني الجليدي OCA: هو النوع الأكثر شيوعًا، إذ يكون تأثيره في الشعر والجلد والعينين وينقسم إلى عدة أنماط بحسب المسبب الجيني:

١-OCA: هذا النوع ناتج عن غياب كامل لصبغة الميلانين الذي بدوره يجعل الشعر أبيض اللون والجلد شديد البياض ولا يتغير لونهما طوال العمر، أو توجد صبغة الميلانين بكميات ضئيلة مما يغير لون الشعر والجلد قليلاً مع التقدم بالعمر.

٢-OCA: في هذا النوع يسبب الخلل

الجيني نقصًا في الصبغة لكن أقل حدة ويكون لون الشعر فيه يتراوح بين الأشقر الفاتح إلى البني.

٣-OCA: هذا الجين مرتبط بالأشخاص ذوي البشرة السمراء، إذ يتحول لون الشعر إلى اللون الأحمر أو الناري، والجلد إلى اللون البني المحمر أو النحاسي.

٤-OCA: ينتج عن خلل في البروتين وهو أكثر شبيهًا بنوع (OCA ٢) من حيث الشكل السريري.

٢- المهق العيني: في هذا النوع يؤثر الاضطراب الوراثي في العينين بشكل أساسي، بينما يكون لون الشعر والجلد طبيعيًا أو أفتح قليلًا من بقية الأشخاص، وهذا الاضطراب يقلل من الميلانين في الشبكية والقزحية وهي الجزء الملون من عين الإنسان، مما يصاحبها ضعف في العصب البصري ومركز الإبصار في الشبكية، ومن ثم يحدث ضعف في الرؤية بدرجات متفاوتة، ومن المشكلات الأخرى التي تلازم هذا النوع هي الحول، وزيادة الحساسية للضوء، والرأفة-زيادة حركة العين بشكل لا إرادي-

٣- المهق المرتبط بمتلازمات نادرة: كمتلازمتي (هيرمانسكي-بودلاك، وتشيدباد-هيجاشي) النادرتين.

هل يوجد علاج للمهق؟

لا يوجد أي علاج للتخلص من المهق، لكن هناك طرق تقي الجلد والعينين من أشعة الشمس التي تشكل خطرًا على المصابين، منها:

١. استخدام المراهم والملابس الواقية من أشعة الشمس عند التعرض لها؛ لحماية الجلد من الحروق ومن الإصابة بالسرطان.

٢. ارتداء القبعة عند التعرض لأشعة الشمس.

٣. الالتزام بارتداء النظارة الشمسية التي توفر حماية (١٠٠٪) من الأشعة فوق البنفسجية للشمس؛ لأن المصاب بالمهق يشعر بحساسية شديدة تجاه الضوء، إضافة إلى ذلك يجب الاهتمام بفحص العين الدوري لمعالجة الضعف الحاصل في الرؤية وأي مشكلة أخرى مصاحبة لهذا المرض.

التَّناجِي وآثارُه الاجتماعيَّةُ

■ عهود فاهم العارضي/ النجف الأشرف

عند التصدّي لأعمال الخير والبرّ والإحسان، وعدم الرغبة في الإعلان عنها وإشاعتها، وهي حالات خاصّة، فالنجوى أساساً عمل غير محمود، ومخالف لآداب المجالس، وتُعدّ نوعاً من اللامبالاة وعدم الاكتراث بالآخرين، وحين نسمو عن التناجي نرتقي بأخلاقنا، فنجني ثمار الخير والمعرفة، ونقتدي بقول الإمام جعفر الصادق عليه السلام: «لُفْضِيلُ بْنُ يَسَارٍ: "تَجَلَّسُونَ وَتَتَحَدَّثُونَ؟" فَقَالَ: نَعَمْ، فَقَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: "إِنَّ تِلْكَ الْمَجَالِسَ أَحْبَبُهَا، فَأَحْيَاؤُا أَمْرُنَا، فَرَحِمَ اللَّهُ مَنْ أَحْيَا أَمْرُنَا، يَا فَضِيلُ، مَنْ ذَكَرْنَا أَوْ ذُكِرْنَا عَنْدهُ فَخَرَجَ مِنْ عَيْنِهِ مِثْلُ جَنَاحِ الذَّبَابِ، غَفَرَ اللَّهُ لَهُ ذُنُوبَهُ وَلَوْ كَانَتْ أَكْثَرَ مِنْ زَبَدِ الْبَحْرِ»^(١).

يحزنه ويؤذيه»^(٢)، وعن الإمام الكاظم عليه السلام أنّه قال: «إِذَا كَانَ ثَلَاثَةٌ فِي بَيْتٍ فَلَا يَتَنَاجَى اثْنَانِ دُونَ صَاحِبِهِمَا فَإِنَّ ذَلِكَ مِمَّا يَغْنَمُهُ»^(٣). وجاء في تفسير الآية المباركة: «إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزَنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئاً إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ» (المجادلة: ١٠) أنّه كان اليهود والنصارى يتناجون لإيذاء المسلمين، ويُسْتَنْبَطُ من هذه الآية الشريفة خمسة أحكام شرعية تخصّ النجوى، وهي: ما كان بقصد إيذاء المؤمنين فهي حرام، ومنها المكروه والمباح، لكن توجد حالة واحدة تكون النجوى فيها واجبة على المؤمن، وذلك في المواضيع السريّة، إذ إنّ إفشاء الأسرار مضرّ، ويسبّب الخطر والأذى للآخرين، وعدم العمل بالنجوى في مثل هذه الحالة قد يؤدّي إلى إضاعة الحقوق وإلحاق الخطر بالإسلام والمسلمين، وتوجد حالة تُستحبّ فيها النجوى، وذلك

يمرّ الإنسان بمحطّات كثيرة في حياته، تتفاعل فيها الأفكار مع الأحداث فتشكّل طبيعة علاقته بالآخرين، فمن أحسن الظنّ بالله تعالى ثم بمن حوله، كانت أفكاره وتصرفاته في مرضاة الله سبحانه، ومن أساء الظنّ بالآخرين، منح الشيطان فرصة للتلاعب بأفكاره ونفسه، فتتكوّن ملامح شخصيته على ذلك، وقد قال الله تعالى: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً» (الإسراء: ٧٠)، فمن لوازم هذا التكریم أن يراعي الإنسان سلامته النفسية، وأن يجاهد الزلل، ومن هذه الزلّات (التناجي)، ومعناه: (تناجى الشخصان: بمعنى أفضى كلّ منهما إلى الآخر بما يخصّه به، ويكتمه غيره)^(٤)، وجاء عن أبي عبد الله الصادق عليه السلام أنّه قال: «إِذَا كَانَ الْقَوْمُ ثَلَاثَةٌ فَلَا يَتَنَاجَى مِنْهُمْ اثْنَانِ دُونَ صَاحِبِهِمَا، فَإِنَّ فِي ذَلِكَ مَا

(١) الموقع الرسمي للمعاني، معنى التناجي <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar>

(٢) الكافي: ج ٢، ص ٦٦٠.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٢، ص ١٢٨.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٤، ص ٥٠١.



المُفَكَّرَةُ اليَوْمِيَّةُ:

أداةٌ سِحْرِيَّةٌ لِهَنْدَسَةِ الْوَقْتِ



■ ضمياء حسن العوادي/ كربلاء المقدّسة

مجموعة من الإجراءات والتدابير التي يتّخذها الطالب قبل البدء بالدراسة لضمان نجاحه وتحقيق أهدافه.

◆ كيف يؤثر تدوين الواجبات والمهام في مستوى التزام الطالب وإنجازه؟

عندما يدوّن الطالب واجباته بشكل يومي يصبح أكثر التزامًا بإنجازها؛ لأنّه سيملك رؤية واضحة لأولوياته، مثلما يساعده ذلك على تنظيم أهدافه، وتقسيم المادّة العلمية، واختيار الطريقة المناسبة للمذاكرة، ممّا يزيد من دافعيته نحو التعلّم، ويمكنه من تنفيذ واجباته وأنشطته بنجاح.

الواجبات، ودور الأسرة في ترسيخ هذه العادة، وأهمّ النصائح التي تساعد الطلبة على تحقيق النجاح والاستمرار فيه.

◆ بدايةً، ما أهميّة امتلاك الطالب مفكّرة أو جدولاً يوميّاً لتنظيم واجباته الدراسية؟

يمثّل امتلاك الطالب مفكّرة أو جدولاً يوميّاً خطوة أساسية في تنظيم حياته الدراسية، إذ تتيح له تدوين الواجبات والأنشطة والمهام، وتمنحه تصوّراً مسبقاً لما ينبغي إنجازه، مثلما تسهّل عليه العودة إلى المعلومات عند الحاجة، وتبعده عن الارتجال والعشوائية، فالتخطيط هو

لا يقتصر النجاح الدراسي على الذكاء والاجتهاد فقط، بل يعتمد مهارة تنظيم الوقت لكونها تمثّل قدرة الطالب على تحقيق أهدافه والحدّ من الضغوط الدراسية، فالمفكّرة اليومية ليست مجرّد وسيلة لتدوين الواجبات، بل أداة لبناء شخصية منظمّة ومسؤولة، قادرة على إدارة الوقت بفاعلية، واستثمار الطاقات بالشكل الأمثل، وللحديث عن أهميّة التخطيط اليومي وأثره في حياة الطلبة، كان لمجلة رياض الزهراء ❁ حوار مع المرشدة التربوية (ضحى العوادي) التي سلّطت الضوء على فوائد تنظيم

هل هناك فرق بين الطالب الذي يعتمد على ذاكرته والطالب الذي يدوّن واجباته بشكل يومي؟

بالتأكيد، فالطالب الذي يعتمد على ذاكرته يكون أكثر عرضة للنسيان وإغفال بعض المهام، بينما يمنح التدوين الطالب فرصة لتوثيق واجباته وتنظيمها، فيتجنّب المواقف المحرجة داخل المدرسة، ويقلّل من احتمالية نسيان الواجبات أو الأنشطة، ويصبح أكثر تمكّناً من مادّته الدراسية.

هل يساعد الجدول اليومي على تخفيف التوتر والضغط الدراسي لدى الطالب؟ كيف؟

بلا شك؛ لأنّ التخطيط يجعل الأهداف واضحة ومرتبّة وفق الأولويات والزمن، فيعرف الطالب ما المطلوب منه في كلّ يوم، الأمر الذي يخفف من القلق والتوتر الناتجين عن تراكم الواجبات، مثلما أنّ تدوين المهام يمنحه تصوّراً شاملاً لما ينتظره، ويساعده على اكتشاف الأخطاء مبكّراً وتلافيها، فيشعر بالطمأنينة والثقة في أثناء الدراسة.

في أيّ عمر ننصحون بأن يبدأ الطفل باستخدام المفكرة اليومية؟

يُفضّل أن يبدأ الطالب باستخدام المفكرة اليومية في المرحلة المتوسطة، مع مراعاة عمره ومستواه العقلي، حتى لا يعتمد عليها اعتماداً كلياً في سنّ مبكّرة، ممّا قد يضعف من تنشيط الذاكرة، والأهمّ هو تعليمه كيفية استخدامها بالطريقة الصحيحة حتى تحقّق الفائدة المرجوة.

ما الدور الذي ينبغي أن يؤديه الوالدان في تشجيع الأبناء على الالتزام بالجدول من دون أن يتحوّل الأمر إلى ضغط؟

الأسرة هي الركيزة الأساسية في غرس ثقافة التخطيط والتنظيم؛ لذلك ينبغي على الوالدين تشجيع الأبناء على استخدام المفكرة، ومتابعتهم بلطف، وتعليمهم كيفية إعداد جدول يناسب أعمارهم وقدراتهم، بعيداً عن أسلوب الضغط والإلزام، حتى يتحوّل التنظيم إلى عادة يومية يمارسها الطالب بقناعة.

ما الموصافات التي تجعل الجدول اليومي ناجحاً وسهل التطبيق بالنسبة إلى الطالب؟

ينبغي أن يكون الجدول واقعياً ومرناً، وأن يراعي قدرات الطالب وأوقاته، مع تحديد الأولويات، وتقسيم المهام إلى أجزاء يسهل إنجازها، وتخصيص وقت للمراجعة والراحة، حتى يتمكن الطالب من الالتزام به من دون الشعور بالإرهاق، فمن أكثر الأخطاء شيوعاً وضع أهداف غير واقعية، أو تحميل اليوم بمهام تفوق القدرة، وعدم الالتزام بمواعيد التنفيذ، فضلاً عن إهمال مراجعة الجدول وتحديثه، ممّا يؤدي إلى الإحباط وفقدان الحافز.

هل ترون أنّ استخدام المفكرة الورقية أكثر فاعلية، أم التطبيقات الإلكترونية؟ لماذا؟

أرى أنّ المفكرة الورقية أكثر فاعلية؛ لأنّ الكتابة بالقلم تسهم في تقوية الخطّ وتنمية المهارات الحركية الدقيقة، مثلما تساعد على تثبيت المعلومات في

الذاكرة بصورة أكبر، إذ تبقى الملاحظات أكثر رسوخاً في ذهن الطالب عند تدوينها بخطّ يده.

ما النصائح التي تقدّمونها للطلبة مع بداية العام الدراسي حتى يحافظوا على الاستمرارية في تنظيم وقتهم؟

أنصح الطلبة بالبداية بخطّة بسيطة وقابلة للتطبيق، والحرص على تدوين الواجبات أولاً بأول، وعدم تأجيل الأعمال، مع مراجعة الجدول باستمرار وتعديله عند الحاجة، فالمداومة على التنظيم هي التي تصنع النجاح، وليس الحماس المؤقت.

أخيراً، ما الكلمة التي توجّهونها لأولياء الأمور والطلاب بشأن أهمية التخطيط اليومي في تحقيق النجاح الدراسي؟

ممّا يُؤسف له نفتقد اليوم في كثير من الأسر ثقافة التخطيط والتنظيم بسبب انشغال الوالدين بتأمين متطلبات الحياة، لكنّ الأبناء يحتاجون أيضاً إلى تخصيص وقت لهم وتوجيههم، فالنجاح الدراسي لا يتحقّق بتوفير الاحتياجات المادية فقط، بل ببناء شخصية قادرة على التخطيط وإدارة الوقت وصياغة الأهداف؛ لذلك أرجو من أولياء الأمور أن يخصصوا وقتاً يومياً لأبنائهم، ويكونوا قدوة لهم في التنظيم؛ لأنّ الطفل يتعلّم بالسلوك أكثر ممّا يتعلّم بالكلام، أمّا رسالتي إلى الطلبة فهي أن يجعلوا التخطيط عادة يومية، وأن يدركوا أنّ المفكرة ليست دفترًا لتسجيل الواجبات فقط، بل وسيلة لتنظيم الحياة وبناء شخصية ناجحة قادرة على تحقيق أهدافها بثقة واستمرار.

المُعَلِّمُ:

شَرِيكَ الْأُسْرَةِ لَا خَصْمُهَا

■ زينب شاكر السقّاك/ كربلاء المقدّسة

لم تكن المدرسة يومًا مجرد جدران وصفوف وكتب، بل كانت بيتًا ثانيًا للطالب، والمعلّم فيها أب روعي يحمل على عاتقه مسؤولية صناعة الإنسان قبل تعليمه، وحين يدخل الطالب من بوابة المدرسة، فإنّه يضع بين يدي معلّمه جزءًا كبيرًا من مستقبله، مثلما تضع الأسرة أغلى ما تملك بين أيديهم، وهنا تبدأ حكاية الشراكة بين الأسرة والمدرسة: شراكة لا ينجح فيها طرف من دون الآخر، ولا تُبنى إلاّ على الثقة، ولا تزدهر إلاّ بحسن الظنّ،

فبالغاية واحدة، ألا وهي بناء طالب متعلّم، واثق بنفسه، قادر على تحمّل المسؤولية، وصناعة مستقبل يليق به وبمجتمعه، غير أنّ هذه الثقة التي كانت يومًا ركيزة التربية، أخذت تتعرّض للاهتزاز في كثير من المواقف، فما إن



يعود الطالب بدرجة لا ترضي أسرته حتى يصبح المعلم أول المتهمين، كأن ورقة الامتحان كتبت بيد المعلم لا بجهد الطالب! وإذا استدعت المدرسة ولي الأمر لمناقشة سلوك يحتاج إلى تقويم، تحوّل الحوار أحياناً إلى ساحة دفاع عن الابن قبل معرفة الحقيقة، كأن الاعتراف بالخطأ انتقاص من المحبة، مع أن التربية الحقيقية تبدأ من الاعتراف بالخطأ قبل البحث عن مبرراته.

إن أخطر ما يمكن أن نغرسه في نفوس أبنائنا هو أن نشعرهم بأنهم دائماً على صواب، وأن كل من يوجههم إنما يقصد الإساءة إليهم، وبهذه الطريقة لا نخسر هيبة المعلم فحسب، بل نخسر بناء شخصية قادرة على تحمّل المسؤولية، والاعتراف بأخطائها، وتصحيح مسارها بشجاعة.

ومما يؤسف له هو أن يصل الأمر أحياناً إلى التجاوز على المعلم، أو التقليل من مكانته والإساءة إليه لفظاً أو سلوكاً بسبب موقف تربوي اتّخذ داخل المدرسة، والحقيقة التي ينبغي أن تبقى حاضرة في الأذهان هي أن المعلم مهما بدا حازماً، فلا يستيقظ صباحاً وهو يبحث عن طالب يعاقبه، ولا يدخل الصف وهو يتمنى رسوب أحد، بل على العكس إن أكثر ما يحزنه هو تعثر الطالب، وأكثر من يفرحه بتفوقه هو من رافقه خطوة بخطوة حتى بلغ النجاح، فالمعلم لا يقيس رسالته بعدد الدرجات التي يمنحها، بل بعدد الأرواح التي يوقظ فيها الأمل، والعقول التي يفتح لها أبواب المعرفة، والقيم التي يغرسها في

النفوس، ويُعدّ التوجيه أو الملاحظة، حتى العقوبة التربوية المنضبطة وسائل لحماية الطالب من أن يتحوّل الخطأ الصغير إلى عادة يصعب علاجها.

ومن الإنصاف أيضاً أن نعترف بأن المعلم مهما بلغت خبرته وإخلاصه، فهو يبقى بشراً، قد يقع في هفوة، أو يتخذ موقفاً لم يكن موقفاً، لا عن سوء قصد بل نتيجة ضغط العمل، أو كثرة المسؤوليات، أو سوء فهم لموقف معين، وهذه الهفوات لا ينبغي أن تكون سبباً لإصدار الأحكام أو هدم الثقة بين الأسرة والمدرسة، بل تستوجب فتح باب الحوار الهادئ بين ولي الأمر والمعلم؛ للوصول إلى فهم مشترك وحلّ يخدم مصلحة الطالب أولاً وأخيراً.

في المقابل قد يواجه المعلم ولي أمر غاضباً، أو متأثراً بما سمعه من ابنه، أو قلقاً على مستقبله الدراسي، وهنا تتجلى حكمة المرّبي الحقيقي الذي لا يجعل الانفعال يقوده، ولا يردّ الإساءة بالإساءة، بل يحتوي الموقف بروح المسؤولية ليُجعل من الحوار جسراً للتفاهم بدلاً من أن يتحوّل إلى جدار من الخلاف، عندها قد يغادر ولي الأمر اللقاء وهو أكثر تقديرًا لرسالة المعلم، وأكثر ثقةً بأن المدرسة

تعمل من أجل مصلحة ابنه لا ضده. رسالتنا إلى كل معلم: اكسب أولياء الأمور إلى صفك، فالتربية ليست انتصاراً في جدال، بل القدرة على كسب القلوب قبل كسب المواقف، والكلمة الهادئة قد تصلح ما لا تصلحه عشرات المواجهات.

كلمة صادقة إلى أولياء الأمور: إن الطالب لا ينبغي أن يرى أهله في جهة ومدرسته في جهة أخرى، بل يحتاج إلى أن يشعر أن الجميع يقفون في صف واحد، وأن الرسائل التي يتلقاها في البيت هي نفسها التي يسمعها في المدرسة، وعندما تتكامل الأدوار، يصبح التعليم أكبر تأثيراً، والتربية أكثر رسوخاً، والنجاح أكثر استدامة.

فلنجعل الثقة لغة للحوار، والاحترام أساساً للعلاقة، وحسن الظنّ منهجاً للتعامل؛ لأنّ المعلم ليس خصماً لولي الأمر، وولي الأمر ليس رقيباً على المعلم، وإذا اجتمعت القلوب على مصلحة الطالب، فلن يكون هناك غالب ومغلوب، بل سيكون الراح الوحيد هو ذلك الطفل الذي سيكبر في بيئة تؤمن به، وتحميه، وتعلمه أن العلم لا يزدهر إلا إذا سارت الأسرة والمدرسة جنباً إلى جنب.





تكنولوجيا المعصم والدماغ:

كَيْفَ تُعِيدُ النَّبْضَاتُ صِيَاغَةَ حَيَاةِ الْمُصَافِينَ بِ(ADHD)؟

هاجر حسين العلو/ كربلاء المقدسة

يمثل اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) تحديًا يوميًا

يرتبط بإدارة الوقت، والحفاظ على التركيز، والتحكم في الاندفاعية، ومع الطفرة التقنية الحالية برزت الأجهزة القابلة للارتداء بوصفها أدوات علاجية وسلوكية مساندة أحدثت فرقًا في جودة حياة المصابين، وتأتي أجهزة التنبيه للمسي وتقنيات تحفيز الدماغ في مقدمة هذه الحلول الرقمية الواعدة، منها:

١- الساعات الذكية المتخصصة بالتنبيه للمسي:

تعتمد هذه الفئة كسر حالة التشتت الذهني عبر حاسة اللمس؛ لكونها تركز على الاهتزازات الصامتة والمبرمجة مسبقًا^(١) من قبيل:

- ساعة (Revibe Connect): ساعة معصمية تعمل عمل المدرب الشخصي، إذ ترسل اهتزازات لطيفة في أوقات عشوائية أو محددة لتسأل المستخدم: هل أنت في كامل تركيزك الآن؟ هذا التنبيه يعيد التلميذ أو الموظف إلى مهمته الحالية من دون إحراج.

- ساعة (WatchMinder): تتيح للمستخدمين أو أولياء الأمور برمجة عشرات التنبيهات المخصصة يوميًا، المرتبطة بمهام سلوكية محددة، كالتركيز، وشرب الماء، أو التوقف للتنفس الصامت، مما تسهم في بناء عادات يومية مستقرة.

٢- أجهزة تنظيم الدماغ وتحفيزه (Neurostimulation):

تنتقل هذه الأجهزة من التنبيه السلوكي الخارجي إلى التأثير الكهرومغناطيسي أو البيولوجي المباشر في نشاط الدماغ؛ لتعديل كيمياء الانتباه وذلك عن طريق:

- نظام (Monarch eTNS): يمثل هذا النظام ثورة علمية لكونه أول جهاز غير دوائي يعتمد تقنية تحفيز العصب ثلاثي التوائم، ويثبت على الجبهة عبر رقعة سلكية أثناء النوم، ويرسل إشارات منخفضة الطاقة تحفز المناطق الدماغية المسؤولة عن تنظيم الانتباه والسلوك^(٢).

- طوق الرأس (Mendi): يعتمد التغذية

العصبية الراجعة (Neurofeedback)، إذ يقيس الجهاز تدفق الدم والأكسجين إلى الفص الجبهي المسؤول عن التركيز والتحكم، ويترجم هذه البيانات إلى تدريبات بصرية عبر تطبيق ذكي، مما يدرب الدماغ حرفيًا على رفع مستويات التركيز ذاتيًا مع التكرار^(٣).

الفئة المستهدفة لهذه الأجهزة: لم تُصمم

هذه الأجهزة بشكل عشوائي، بل تستهدف فئات معينة تعاني من تحديات محددة، منهم:

١- الأطفال وطلاب المدارس من الفئات

العمرية (٦-١٨) عامًا: تُعد هذه الفئة المستهدف الرئيس لهذه الأجهزة؛ لكونها تساعدهم على البقاء في مقاعدكم وإتمام واجباتهم الدراسية في الصف من دون الحاجة إلى تنبيه مستمر من قبل المعلم، مثلما يُعد نظام التحفيز الليلي خيارًا مثاليًا للأهالي الذين يبحثون عن حلول غير دوائية كليًا أو مساندة للعلاج الدوائي تحت إشراف طبي.

٢- البالغون والمحترفون في بيئات

العمل: يواجه البالغون المصابون باضطراب فرط الحركة معارك يومية مع الوقت والتسويق، وتمكنهم هذه الساعات الذكية من إدارة المشاريع والاجتماعات بشكل مستقل وبسرعة تامة من دون إثارة الانتباه في العمل، مثلما تستهدفهم أطواق التركيز مثل Mendi كأداة لتطوير الذات وتخفيف الإجهاد العقلي بعد

ساعات العمل الطويلة.

٣- الأفراد الذين يعانون من آثار جانبية للأدوية: تستهدف أجهزة التحفيز العصبي تحديدًا المرضى الذين لا يفضلون العلاجات الدوائية المنشطة، أو من يعانون من آثارها الجانبية، كفقْدان الشهية أو اضطرابات النوم، إذ تقدّم هذه التقنيات بديلًا فيزيائيًا وأكثر أمانًا.

(١) A Randomized Controlled Intervention Study to Assess a Wearable Digital Therapy for Youth with ADHD, ٢٠٢٣.

(٢) Double-Blind, Sham-Controlled, Pilot Study of Trigeminal Nerve Stimulation for ADHD, ٢٠١٩.

(٣) Functional near-infrared spectroscopy (fNIRS) in cognitive monitoring, ٢٠٢٥.





(المكرمية):

حِينَ تَتَحَوَّلُ الْعُقْدُ إِلَى لَوَحَاتٍ تَنْبُضُ بِالْجَمَالِ

■ بيداء حسن العوادي/ كربلاء المقدسة

يُعدّ فنّ (المكرميّة) من الفنون الجميلة التي تضيف نعومة على تزيين البيوت، ولها جمهور خاص يلتهم روح الإبداع اليدوي الذي لا يمكن للآلة أن تحاكيه، ويُعرف أيضًا بـ(فنّ العُقْد) الذي استطاع العودة إلى عالم التصميم بعد أن أخذ حصّته من الحداثة مع الحفاظ على أصالته، ولم يعد مجرد هواية، بل أصبح مشروعًا منزليًا ومصدر دخل لبعض النساء، فضلًا عن كونه وسيلة لإحياء التراث العربي بأسلوب حديث ينسجم مع الأذواق المعاصرة.

التراث، وتؤكد أنّ الجمال يمكن أن يولد من عقدة صغيرة إذا ما صنعتها يد تؤمن بأنّ الإبداع يبدأ من التفاصيل.

تواصل (المكرميّة) حضورها بين الماضي والحاضر محافظةً على أصالتها العربية، ومتجددةً في أشكالها واستخداماتها لتثبت أنّ الفنون التراثية لا تندثر، بل تعود دائمًا بروح جديدة، تحمل عبق التاريخ وأناقة العصر في آن واحد.

الباحثين إلى أصل عربي مشتقّ من كلمة (مَقْرَمَة) التي تعني نسيجًا مخرمًا أو ذا عُقْد، بينما ينسبها آخرون إلى اللغة التركية وتعني (المنديل)، وفي كلتا الحالتين ارتبط الاسم بفكرة تزيين أطراف المنسوجات بالعُقْد والزخارف.

واليوم يشهد هذا الفنّ إقبالًا متزايدًا من قبل الفتيات والسيدات لما يتميز به من سهولة التعلّم وقلة التكاليف، فضلًا عن إمكان تحويله إلى مشروع منزلي ناجح، إذ أصبحت منتجات (المكرميّة) عنصرًا أساسيًا في التصميم الحديث؛ لكونها تدخل في صناعة المعلّقات الجدارية، والستائر، وأغطية الوسائد، وحوامل النباتات، والأرجوحات، والكراسي المعلّقة، إضافة إلى الحقائب، والأساور، والقلائد، وغيرها من القطع التي تجمع بين الفنّ والجمال.

ولعلّ سرّ جاذبية (المكرميّة) يكمن في قدرتها على تحويل الخيوط البسيطة إلى أعمال فنية تنبض بالحياة، وتعكس ذوق صانعها وصبره وإبداعه، فهي ليست حرفة يدوية فحسب، بل لغة فنية تحكي قصة

يعتمد هذا الفنّ على عقد الخيوط والحبال بطريقة مدروسة من دون الحاجة إلى أدوات الحياكة التقليدية كالإبر أو صنّارات الغزل، إذ تُنفذ الأعمال بالكامل باستخدام اليدين عن طريق تشكيل عُقْد متنوعة تنتج عنها تصاميم هندسية وزخرفية في غاية الجمال، وتُستخدم في صناعتها خامات متعدّدة، أبرزها خيوط القطن، والجوت، والصوف، ويمكن إضافة الخرز والكريستال وسعف النخيل لإضفاء لمسات فنية مميزة.

وتشير المصادر التاريخية إلى أنّ جذور هذا الفنّ تعود إلى النّساجين العرب في القرن الثالث عشر الميلادي حين كانوا يعقدون الخيوط الزائدة على أطراف الأقمشة المنسوجة لتكوين أهداب تزيّن المناديل والمناشف والأغطية، ومن العالم العربي انتقلت (المكرميّة) إلى إسبانيا وإيطاليا، ثم انتشرت في مختلف أنحاء أوروبا؛ لتصبح لاحقًا فنًا عالميًا تتبناه ثقافات متعدّدة.

أمّا تسمية (المكرميّة) فيرجعها بعض



الصَّبْرُ وَالْحَيَاةُ:

حَدِيثٌ بَيْنَ الْقَلْبِ وَالْأَيَّامِ

■ تبارك حيدر الإبراهيمي/ كربلاء المقدّسة

من حيث لا يتوقَّع، ويفتح له أبوابًا كان يظنّها مغلقةً، ويريه أنّ الضيق ما هو إلّا طريق صغير يقود إلى فسحة أوسع. الصبر لا يغيّر الحياة، لكنّه يغيّرنا نحن، يجعلنا أهدأ، أعمق، وأقوى ممّا كنّا عليه. ومَن يصبر يدرك في النهاية أنّ كلّ شيء سيأتي في وقته، وأنّ الله سبحانه لا يُضيع قلبًا راجيًا، ولا خطوة صابرةً، ولا دمعَةً ارتفعت إلى السماء.

نعرف أنّ الله سبحانه وتعالى يجبر ما ينكسر، ويجمع شمل ما تبعثر. في الحياة، سنخسر أشخاصًا، ونفارق أحلامًا، وننتظر أخبارًا لا تأتي بسرعة، وعلى الرغم من ذلك نستمرّ. نرتّب مشاعرنا وقلوبنا، ونقوّي أكتافنا لتتحمل أعباء الحياة، ونرفع رؤوسنا فخرًا؛ لأنّ الصبر يمنحنا قوة لم نكن نعرف أنّنا نمتلكها إلّا عندما يحلّ البلاء. والعجيب أنّ الحياة تحبّ مَن يصبر؛ لأنّ الله تعالى يحبّ الصابرين، يعطي العبد

الحياة لا تمضي دائمًا مثلما نريد، أحيانًا تعطي، وأحيانًا تأخذ وتتركنا واقفين بين سؤال وجواب. وهنا يجيء دور الصبر ليس بصفته خيارًا، بل بوصفه طوق نجاة نتمسك به حين تضيق بنا الدنيا. الصبر هو أنّ نمشي خطوة وراء خطوة حتى لو كانت الروح مُتعبة. هو أنّ نقول لأنفسنا: اليوم مؤلم، لكن غدًا سيكون مريحًا. الصبر أنّ نتحمّل لحظة الانكسار؛ لأنّنا



مُثلّجاتٌ بالرقائق الهشّة

خاصّ رياض الزهراء

المقادير:

- الرقائق الهشّة (أوريو): (٢٠) حبة
- حليب مكثّف محلّى: (١) كوب
- كريمة سائلة: (٢) كوب
- الفانيلا: ملعقة صغيرة

طريقة تحضير المثلّجات:

١. غلّفي باطن صينية مستطيلة بورق الزبدة.
٢. قتّتي حبّات (الأوريو) بشكل يبقّيها خشنة.
٣. اخفقي الكريمة مع الحليب المكثّف المحلّى والفانيلا لمُدّة (٣) دقائق على سرعة متوسطة حتى يصبح المزيج كريميًّا وكثيفًا.
٤. أضيفي الأوريو الخشن إلى الخليط واسكبي المزيج في الصينية المجهّزة وغطّيها وضعيها في المجمّدة لمُدّة ليلة كاملة.
٥. اسكبي المثلّجات في أواني التقديم بواسطة الملعقة الخاصّة بتكوير المثلّجات وقَدِّمِها باردة.



رَحِيقُ الْكَوْثَرِ

برنامج ديني تربوي إحياءً لليالي الفاطمية
تنظمه جامعة أمّ البنين الإلكترونية

يسلط الضوء على سيرة سيّدة نساء العالمين، ومكانتها العظيمة، ومظلوميتها

يستعرض دروساً وقيماً إيمانية تربوية ترتبط بواقع المرأة والأسرة والمجتمع



يتضمن سؤالاً تفاعلياً يُطرح مباشرة بعد انتهاء المحاضرة



يُقدّم عبر البث المباشر على منصّة المنتدى النسوي الإلكتروني للجامعة



للنساء حصراً

يُقام كلّ يوم خميس



في تمام الساعة (٩:٠٠) مساءً

