



الحمد لله

السنة السابعة عشرة
١٤/جهدى الآخرة/١٤٤٢هـ
٢٠٢١/١/٢٨م

٨١٥

نشرة أسبوعية ثقافية تصدرها وحدة النشرات التابعة لشعبة المراسلات والنشرات / قسم الشؤون الفكرية والثقافية في الصلابة الصباسبية المقدسة





أساليب في تربية الطفل

عالم الطفولة.. عالم الصفاء والأحلام الجميلة البسيطة.. هو العالم الذي ينطلق منه الإنسان في بداية عمره، فالطفل في بداية حياته ينظر إلى الحياة بتفكيره البريء، ويعيش بعالم خاص به مملوء بالمحبة الخالصة.. إن الاهتمام بمستقبل الطفل هو في الواقع ضمان لمستقبل مجتمع بأسره، قال الله تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا". التحريم/٦

وقد اعتنى الإسلام بتربية الأبناء عناية فائقة، وألقى على عاتق الأهل ما سيكون عليه الولد في مسلكه الدنيوي ومصيره الأخروي بالاعتماد على تربيته وإعداده، وقد ذكر العلماء أن شخصية الولد تتأثر في نموها بعوامل ثلاثة: الوراثة، والبيئة، والتربية.

وإذا خضنا في مضمار التربية السليمة للأبناء.. فعلى الأبوين أن يكون لهما الوعي التربوي الذي يبنى على أسس صحيحة، ويتوفر لديهم فهم لأساليب التربية والتوجيه والرعاية، وهذه نقطة البداية، فمثلاً في أسلوب تعامل الآباء مع الأبناء تبرز أماننا ثلاثة أشكال:

١- أسلوب الدلال المفرط: وهذا الأسلوب له نتائج السلبية الخطيرة، فإنه يخلق شخصية هشة متميعة واتكالية، تحب الكسل والخمول، مجردة من الهدف والإقدام، انهازامية غير قادرة على مواجهة التحديات. وبمعنى أدق شخصية لا تثق بنفسها، شخصية متسببة في ظل غياب المراقبة والمحاسبة، وهذا التسبب يقود إلى

٢- أسلوب التربية القاسية والعنف: وهذا الأسلوب أيضاً له نتائج خطيرة والسلبية التي يعاني منها الأبناء طوال حياتهم، فهو يخلق شخصية قلقة ومتأزمة ومعقدة وخائفة، شخصية حاقدة وعدوانية، وقد تتأزم الأمور لتصبح شخصية منافقة وكاذبة خوفاً من العقاب والتعنيف ضمن حدود الأسرة..

٣- التوازن: وهو الأسلوب الصحيح، فمن شروط نجاح التربية (التوازن في المعاملة) ما بين الأمور التي تحتاج إلى شدة وحزم؛ ليتربى على أن هذه الأمور خطوط حمراء. ومن المهم جداً: أن نوضح لهم سبب المنع والرفض، فلا تعتقدوا أن أبناءكم لا يدركون ولن يفهموكم، ومن المهم أيضاً تخصيص وقت للنقاش في أمورهم وما يواجهونه في حياتهم ومحيطهم.

ومن الجدير بالذكر أن الحزم لا يعني استخدام العنف! بل هناك طرق أخرى، فيكفي أن يبدي الآباء انزعاجهم (مثلاً).

أهمية الإخاء في صنع الحياة

علي حسين عبيد

يشكلون خطراً على أنفسهم وعلى إخوانهم، وبالتالي على البيئة الاجتماعية التي ينتمون لها وينشطون فيها، الأمر الذي يستدعي متابعة حثيثة ومعالجات دائمة لتنقية المجتمع من مخاطرهم عبر طرق وسبل عديدة منها:

- مضاعفة أعداد الإخوان من النوع الأفضل وفق تقسيم الإمام (عليه السلام) للإخوان وهو الأخ الذي (لك وله)، أي الذي يفيدك بقدر ما يفيد نفسه، ولا يفضلها عليك.

- تطويق حالة (الأخ الذي عليك)، فهذا النوع من الإخوان يعدّه الفكر الحسيني خطراً على نفسه وإخوانه والمجتمع، لذا وجب إيقافه عند حدّه.

- قيام الجهات ذات العلاقة الدينية والتربوية والثقافية والمؤسسات الخيرية، والمنظمات المعنية بتطوير المجتمع، بدورها النشط المتواصل في توضيح معنى الإخاء، ونشر ثقافته بين الجميع، وتفهمهم ما تعنيه (علاقة الإخاء) في الفكر الحسيني، وكيف يمكن استثمارها لصناعة حياة تليق بالمسلمين ومكانتهم التاريخية في الرحلة البشرية الطويلة.

- وعند ما ركّز الفكر الحسيني على دور الإخاء في صناعة الحياة وتطوير المجتمع، فهذا يعني أهمية هذه العلاقة الإنسانية، وقدرتها على تنقية الأجواء الاجتماعية.

ورد عن الإمام الحسين (عليه السلام) أنه قال: «الإخوان أربعة: فأخ لك وله. وأخ لك. وأخ عليك. وأخ لا لك ولا له»، فسئل عن معنى ذلك؟ فقال (عليه السلام): «الأخ الذي هو لك وله، فهو الأخ الذي يطلب بإخائه بقاء الإخاء، ولا يطلب بإخائه موت الإخاء، فهذا لك وله؛ لأنه إذا تم الإخاء طابت حياتهما جميعاً وإذا دخل الإخاء في حال التناقض بطل جميعاً، والأخ الذي هو لك فهو الأخ الذي قد خرج بنفسه عن حال الطمع إلى حال الرغبة فلم يطمع في الدنيا إذا رغب في الإخاء فهذا موفر عليك بكليته. والأخ الذي هو عليك فهو الأخ الذي يتربص بك الدوائر ويغشي السرائر ويكذب عليك بين العشائر، وينظر في وجهك نظر الحاسد فعليه لعنة الواحد. والأخ الذي لا لك ولا له فهو الذي قد ملأه الله حمقاً فأبعده سحراً فتراه يؤثر نفسه عليك» (تحف العقول: ص ٢٤٧).

إن تقسيم الإمام الحسين (عليه السلام) الإخوان إلى أنواع أربعة، ومن ثم تفسيره لهم بصورة واضحة وبالغة الدقة، يتّضح لنا أن الأخوة تقع في صلب الفكر الحسيني، هذا الفكر الذي قدّم رؤية دقيقة عن الإخاء، وفصل هذه الرؤية..

لذلك يدعونا الفكر الحسيني الخلاق، إلى أهمية اعتماد مقوّم الإخاء في صنع الحياة، مع ملاحظة من يكون عليك وعلى نفسه من الإخوان، فمثل هؤلاء

لقد

فسّر أهل

البيت ﷺ حسن

الخلق من خلال الإشارة إلى

المصاديق بطريقتهم السهلة غير المعقّدة؛

التي تصف الدواء لكل داء، وتشكّل الحل في الجانب
الخلقي، فأوضحوا موارد عديدة لحسن الخلق منها:١- البدء بالتحية: يقول أمير المؤمنين ﷺ: «إن بذل
التحية من محاسن الأخلاق» (غرر الحكم: ٣٤٠٤).٢- ترك الغضب: (جاء رجل إلى رسول الله ﷺ من بين
يديه فقال: يا رسول الله، ما الدين؟ فقال: «حسن الخلق»،
ثم أتاه عن يمينه فقال: ما الدين؟ فقال: «حسن الخلق»،
ثم أتاه من قبل شماله فقال: ما الدين؟ فقال: «حسن
الخلق»، ثم أتاه من ورائه فقال: ما الدين؟ فالتفت إليه
وقال: «أما تفقه؟ الدين هو أن لا تغضب») (مجموعة
ورّام: ج ١/ص ٩٠).٣- اجتناب الحرام: عن أمير المؤمنين ﷺ أنه
قال: «حسن الخلق في ثلاث: اجتناب المحارم،
وطلب الحلال، والتوسّع على العيال»
(مجموعة ورّام: ج ١/ص ٩٠).٤- لين الجانب (الجناح): وهو
عبارة عن التواضع وعدم
التكلف في

المعاشرة.

جاء في الحديث عن الإمام الصادق ﷺ: لما سُئل عن حدّ
حسن الخلق: قال: «تلين جناحك، وتطيّب كلامك، وتلقى
أخاك ببشر حسن» (الكافي: ج ٢/ص ١٠٤)٥- اللّقاء بالبشر: وهو إبداء السرور والارتياح وطلاقة
الوجه، بخلاف العبوس والانزعاج.. (انظر: الحديث
السابق).٦- طيب الكلام: وهو اختيار الكلمات التي تؤدي إلى نمو
المودّة، ومراعاة آداب الخطاب. قال أمير المؤمنين ﷺ:
«ثلاث من أبواب البرّ: سقاء النفس، وطيّب الكلام،
والصبر على الأذى» (المحاسن؛ للبرقي: ج ١/ص ١٦).٧- الألفة والمودة: يقول الرسول الأكرم ﷺ: «ألا أنبئكم
بخياريكم؟» قالوا: بلى يا رسول الله. قال: «أحاسنكم
أخلاقاً، الموطئون أكنافاً، الذين يألّفون ويؤلّفون» (بحار
الأنوار: ج ٦٨/ص ٣٩٦).والذي يجمع ما تقدّم أن حسن الخلق هو مراعاة الحقوق
والآداب التي حثّ عليها الإسلام في التعامل مع الآخرين،
إضافة إلى القيام بالواجبات الشرعية والالتزام بالتكاليف
الإلهية الموجهة إلى الفرد والمجتمع.

بعضنا زفول علي

أسباب غير متوقعة لارتفاع ضغط الدم

هرمونات الغدة الدرقية، يتباطأ معدل ضربات القلب وتصبح الشرايين متصلبة، كما يمكن أن يرتفع مستوى البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة (الكوليسترول السيئ)، وهذا قد يؤدي بدوره إلى تيبس الشرايين، وبدلاً من ذلك، إذا تم إفراز الكثير من الهرمونات فقد يؤدي ذلك إلى زيادة ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم مرة أخرى.

٦- الجفاف: عندما تفتقر خلايا الجسم إلى الماء، فإن الغدة النخامية تطلق مادة كيميائية لتتقلص وتتسبب في تقلص الأوعية الدموية، ونتيجة لذلك تقلل الكلى من التبول من أجل توفير القليل من السوائل في الجسم، وهذا يجعل الأوعية الدموية في القلب والدماغ تتقلص أكثر، مما يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم.

٧- تحديد النسل الهرموني: يمكن لوسائل تحديد النسل مثل الحبوب والحقن والأجهزة الأخرى التي تستخدم الهرمونات أن تضغط على الأوعية الدموية، ما قد يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم. وخاصة بالنسبة للنساء ذوات الوزن الزائد وعمرهن تجاوز من ٣٥ عاماً، أو المدخنات.

٨- مضادات الاكتئاب: يمكن للأدوية التي تستهدف المواد الكيميائية في الدماغ لعلاج الاكتئاب مثل "دوبامين" و"سيروتونين" و"نوريبيفرين" أن تزيد أيضاً من ضغط الدم.

هناك ثمانية أسباب غير شائعة تسبب ارتفاع ضغط الدم، يكون الحل الوحيد لها هو إصلاح نمط حياة الإنسان بالكامل وإجراء تغييرات مستديمة وتقوية الجسم، من هذه الأسباب:

١- السكر المضاف: يمكن أن يكون السكر أكثر ضرراً من الملح، حتى لو كنت تتبع نظاماً غذائياً عالياً، فإضافة السكر لمدة أسبوعين يمكن أن يرفع ضغط الدم بشكل ملحوظ.

٢- توقف التنفس أثناء النوم: إن توقف التنفس أثناء النوم هو اضطراب لا يستطيع الشخص التنفس فيه لفترات قصيرة أثناء النوم؛ بسبب انسداد المسالك الهوائية العليا. وبسبب الاضطراب المستمر في النوم يتم إطلاق هرمونات الإجهاد التي تزيد من ضغط الدم، وقد يؤدي نقص الأكسجين أيضاً إلى حدوث تلف في جدران الشرايين.

٣- نقص البوتاسيوم: تحتاج الكلى إلى توازن دقيق بين الصوديوم والبوتاسيوم لاستخراج الكمية الصحيحة من السوائل الزائدة من الدم، ويمكن أن يؤدي عدم التوازن إلى ارتفاع ضغط الدم.

٤- المكملات العشبية: بعض الأعشاب مثل البرتقال المر، وعشبة (سانت جون والإفيدرا والجنكة والجنسنغ والغوارانا..) يمكن أن تزيد أيضاً من ارتفاع الضغط، وينصح باستشارة الطبيب دائماً قبل تناول هذه المكملات.

٥- خلل الغدة الدرقية: عندما لا يتم إطلاق ما يكفي من

أهداف

٢٠٢١

١. كيف

٢. تخطط

٣. للمستقبل

٤. بنجاح؟

إعداد / علي الأسدي

مستمر وتذكّر أهدافك وأحلامك التي تتمنى أن تحققها في المستقبل، سيساعدك هذا على تذكر ما تتمنى تحقيقه باستمرار.

خامساً: تخلّ عن العادات الخاطئة، مثل: (السهر، التدخين، التسويف...)! فهذه العادات تمنعك من التخطيط لمستقبل بشكل جيد، وتبنّ عادات جيدة، مثل: (تحمل المسؤولية، والقيام بالأعمال في وقتها، والنوم المبكر، والاستيقاظ المبكر).

سادساً: لا تبدّر نقودك، إن التبذير يمنعك من تحقيق ما تطمح إليه، لذا حاول أن تقتصد وتدير حياتك بحسب الموارد المالية التي تجنيها، وحاول أن توفر بعض النقود فهي ستساعدك على القيام بعمل خاص في المستقبل.

سابعاً: تخلّص من الأفكار السلبية المستقرة في ذهنك؛ لأن الأفكار السلبية ستعيقك في عملية التخطيط للمستقبل، واحرص على تبني الأفكار الإيجابية؛ لأن التفكير الإيجابي سيمدّك بالتفاؤل والأمل، وهذا ما يساعدك على إخراج كل قدراتك لتحقيق الأهداف التي تطمح إليها.

وبهذا نكون قد تعرفنا على أهم النصائح التي ستساعدك للتخطيط لمستقبلك، فاحرص على تطبيق هذه النصائح لتضمن بناء مستقبل مزدهر وناجح بإذن الله تعالى.

لا يستطيع الإنسان أن يعيد الزمن إلى الوراء إلا أنه من الممكن استثمار الحاضر لصناعة مستقبل مزدهر، ولذا يسعى جميع الناس من أجل صناعة مستقبل يضمن لهم العيش بسعادة وهناء، وفي هذا الإطار سنقدم لك بعض النصائح التي تساعدك على التخطيط لمستقبلك..

أولاً: أول خطوة يجب أن تقوم بها -حتى تخطط لمستقبلك- هي أن تعتزل الناس لبعض الوقت، وأن تجلس في مكان هادئ بعيداً عن الضوضاء، ومن ثم قم بتدوين ما لديك من إنجازات وإمكانات، وحاول أن تتخيّل نفسك كيف ستكون في المستقبل.

ثانياً: قم بإحضار دفتر -خاص بك- وقم بتدوين الأشياء التي ترغب في أن تحققها في المستقبل، ومن ثم حدّد أهدافك، وقسّم هذه الأهداف إلى: (أهداف قصيرة الأجل، ومتوسطة الأجل، وطويلة الأجل).

ثالثاً: حدّد الأساليب والاستراتيجيات التي ستساعدك على تحقيق هذه الأهداف، ومن ثم قم بوضع الخطط البديلة في حال لم تنجح الخطط الأولية، ولا تنس أن تستعد للمعوقات المتوقعة التي قد تواجهك خلال تنفيذ أهدافك.

رابعاً: ضع الدفتر الذي دوّنت عليه كل هذه الأمور في مكان سهل عليك مشاهدته، حتى تطلع عليه بشكل

No Internet Connection



Your computer is not connected to the internet.

OK

رسائل الله تعالى

لعبد العاصي

بسام غازي المياح

والعجيب أن الله سبحانه وتعالى عباداً يرسل لهم أكثر من رسالة في نفس الموقف، فتراهم بالمعصية فيرسل الله تعالى له رسالة، فيفهمها، ثم يعود ويهمّ بالمعصية، فيرسل له أخرى فيفهمها أيضاً، ولكنه يبقى مصراً على المعصية حتى يصل لحالة يكّله الله تعالى فيها لنفسه، فلا يرى منه خير بعد ذلك أبداً.

أعاذنا الله تعالى وإياكم من أن يكلنا إلى أنفسنا.

وأحياناً تكون هذه الرسائل قاسية، والبعض يفهمها على أنها عقوبة، ولكنها في الحقيقة رحمة ونعمة من الله تعالى لعباده، فمثلاً؛ قد يهمّ شخص ما ماشياً إلى معصية، فيتعثّر وقد يسقط على الأرض، وقد تكسر يده أو رجله أو غيرها، تعثره هذا أو سقوطه هي في الحقيقة رسالة من رسائل الله تعالى، لو تفكّر فيها لوجدها رحمة منه تعالى، حيث إن العقل يكون في حالة غيبوبة أو غفلة عند التفكير بالمعصية، ويحتاج إلى صدمة قوية في كثير الأحيان حتى يخرج من هذه الحالة.

نسأل الله تعالى لنا جميعاً الهداية والفهم لهذه الرسائل الرحمانية إنه هو الرحمن الرحيم.

هل تعلمون أن الله سبحانه وتعالى يرسل لعبد العاصي رسائل؟

وهل تعلمون أن هذه الرسائل هي رحمة لعبد؟ وهل تعلمون أن العبد إذا لم يقرأ الرسائل ولم يفهم محتواها خسر خسرانا مبيناً؟

قصة حدثت مع شخص مقرب مني:

يقول: كنت أتصفح إحدى مواقع التواصل الاجتماعي وظهر لي (فيديو) مريب بمحتواه ويخدش الحياء!! تجاوزت (الفيديو) ولم أنظر له؛ حياءً من ربي، ولكن الشيطان سؤل لي فعدت لكي أراه، ولكن في هذه اللحظة التي عزمت فيها على المعصية توقف الانترنّت فجأة! فقلت في نفسي متعجباً: سبحانه الله! هذه رسالة من الله تعالى حتى أعود إلى رشدي.

فانتبهت لنفسي وقمت من ساعتی وتوضأت واستغفرت ربي وشكرته على رسالته التنبيهية.. انتهت القصة.

أنا على يقين أن الكثير جاءته مثل هذه الرسائل..

ولكن بعضهم فهم معناها، والبعض الآخر لم يعبأ بها وتجاوزها، مصمماً على المعصية، وبعد حدوث المعصية يندم ندماً شديداً.



جدد عرض كفيل الخير بنفس الشهر

فقط ارسل
101 الى 333



0760-0000-333

هدية



تتصل بيها على باقي الشبكات
مع شهر اتصال مفتوح ليلا ونهارا
ورسائل مجانية

تنفيل العرض ارسل 11130 الى 333 على ان تكون الارقام باللغة الانكليزية

بـ \$9.99
فقط

الكفيل منية

www.alkafeelomnea.com

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

0760-0000-333

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

www.alkafeel.net *راسلونا على البريد الإلكتروني : nashra@alkafeel.net

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