



السنة الثانية عشرة

١٣ / رجب الأصب / ١٤٣٧ هـ

٢٠١٦ / ٤ / ٢١ م



الجناب

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

عجل الله تعالى فرجه الشريف

الزمان



حوار مع ابني

أم شبر

لقاء الله نفسه، فليرحل معنا).

هل نحن مستعدون لبذل مهجنا فداء للمهدي ؟؟

هل نفوسنا مستعدة للقاء الله عز وجل ؟؟

هذه الأسئلة رغم إني وجهتها لابني المراهق، وانتقدت ارتباطه بألعاب الحاسوب وأفلام الكرتون، لكن واقعا التفت إلى نفسي فوجدت أنها متعلقة بأشياء أتفه من هذه.. وقد سيطرت على عقلي وشغلت فكري حتى وأنا في حال الصلاة..

هل أنا حقا منتظرة لإمام زماني؟؟ فهل أنا مؤهلة لنصرته؟؟ والى متى سأبقى غارقة في حب الدنيا.. ومتعلقة بالقش الطاي على سطحها؟؟ أما أن لهذه النفس أن تمسك بطوق النجاة المتدلي من سفينة أهل البيت ؟؟؟ أما أن لهذا القلب أن يسمع نداء مولاه!! وهو يقول في كل لحظة.. أما من ناصر فينصرنا.. أما من معين فيعيننا.. أما من طالب للجنة فيأتي إلينا..

عندما كان عمر ابني ١٣ سنة جرى بيني وبينه حوار بقي عالقا في ذاكرتي..

حينها كنا نتكلم عن الإمام صاحب الزمان (عجته).

فقلت: لو أن الإمام يظهر الآن ربما سيحدث له ما حدث مع الإمام الحسين (عليه السلام) في كربلاء..

قال ابني: لا أظن ذلك ... فنحن الآن نعرف الكثير عن منزلة ومقام الإمام الحجة (عجته)، أما الناس في زمن الإمام الحسين (عليه السلام) فكان أغلبهم يجهلون مقام الإمام ومكانته، فإذا ظهر الإمام الآن فأكثر الناس سيهبون لنصرته لأنهم على وعي ودراية به..

قلت له: جيد.. ولكن عندي سؤال لك.. نحن نعلم قيمة الصلاة وفائدتها الدنيوية والأخروية وندرك مكانتها في ديننا، ولكن.. عندما نسمع صوت الأذان، في الوقت الذي نكون فيه منشغلين بمتابعة أفلام كارتون، أو مندمجين مع لعبة الكترونية، فأنا لا نستطيع القيام إلى الصلاة قبل أن نكملها، رغم أننا نعلم تهايتها وربما شاهدناها أو لعبناها مرارا،

ونعلم انه سيعاد بث هذه الأفلام وأنا نستطيع العودة للعب، ولكن نفوسنا متعلقة بالتلفاز أو الحاسوب، هذه النفس التي تتعلق بالتواقة، ولا تتركها لتتفرغ لعبادة ربها مدة عشر دقائق.. كيف ستترك الدنيا وتتجه لإمام زمانها الذي ينادي: (من كان باذلا فينا مهجته، موطننا على





المحافظة على الوزن

إعداد/ الربيع الإلكتروني

وبموجب التقديرات التي خرج بها الباحثون، فإن الرجل ذا الطول الطبيعي قد يقل وزنه بـ(٥)كغم إذا استخدم الدراجة للتنقل الى مكان عمله يومياً عوضاً عن السيارة، أما المرأة ذات الطول الطبيعي فسيقل وزنها بـ(٤،٤)كغم.

ووجد الباحثون أن (٦٤٪) من الرجال و(٦١٪) من النساء يقودون سياراتهم الى أماكن عملهم، فيما لا يستخدم الدراجة الهوائية أو المشي إلا (٤٪) من الرجال و(٢٪) من النساء. وتشير الإحصاءات الى أن (٢٣،٧) مليون شخص في إنجلترا وويلز يسافرون مسافات ليست بالقصيرة الى أماكن عملهم، ثلثاهم بالسيارات. وقالت رئيسة فريق البحث الدكتورة الين فلينت من معهد لندن للصحة العامة والطب الاستوائي «نعلم جيداً أن النشاط البدني قد يساعد في محاربة السمنة، طبعاً نعلم ذلك، ولكن ثلثي سكان المملكة المتحدة لا يحققون الحد الأدنى من الفعالية البدنية الموصى بها.» ومضت للقول «ثبتت هذه الدراسة ان الذين يبذلون جهداً قليلاً يومياً، حتى وان كان المشي الى محطة الحافلات مثلاً، لا يعانون من السمنة كالذين يستخدمون السيارات.» وقالت إنه من المهم أن يجعل صانعو السياسات ومخططو المدن عملية التنقل مشياً وعلى الدراجات أسهل. وقالت إن في ذلك فائدة مزدوجة، للصحة العامة والبيئة.

توصلت دراسة موسعة أجريت في المملكة المتحدة الى أن أولئك الذين يذهبون الى أعمالهم مشياً على الأقدام أو على الدراجات الهوائية أو باستخدام وسائل النقل العام يحافظون على أوزانهم الطبيعية أكثر من الذين يقودون السيارات الخاصة.

تمخضت هذه النتائج عن دراسة موسعة شملت (١٥٠) ألف بالغ في المملكة المتحدة تزيد أعمارهم عن الـ(٤٠) وافقوا على أن تؤخذ قياساتهم وأوزانهم واطعام استطلاع حول الرحلات التي يقومون بها اعتيادياً من وإلى أماكن أعمالهم. وتوصل البحث الى أن ركوب الدراجة الهوائية هي الوسيلة المثلى للمحافظة على الرشاقة واللياقة، يليها المشي. ولكن حتى أولئك الذين يستخدمون وسائل النقل العام تبين أنهم أرشق وأكثر لياقة من مستخدمي السيارات الخاصة.

ويقول المشرفون على البحث الذي نشرت نتائجه في نشرة (لانسيت) الطبية: إن النتائج تثبت أن قليلاً من النشاط البدني أفضل من لا نشاط البتة. ووجد الباحثون أنه حتى لو أخذوا في الحسبان الفروق بين المشاركين فيما يخص وقت اللهو والتمارين الرياضية والنظام الغذائي والمهنة، فإن العلاقة بين طريقة التوجه الى العمل ووزن الجسم بقيت ثابتة. وبالنسبة لركوب الدراجة والمشي، فإن نسبة الشحوم تقل كلما زادت مسافة التنقل.

لقاح

خاص للمدخنين

إعداد / وحدة النشر

الاتجاه قبل فترة، لكن الاختبارات السريرية التي أجريت على لقاحين مضادين للتدخين قد فشلت. وقد بينت التجارب السابقة أن المدخنين الذين تنتج أجسامهم كمية كبيرة من الأجسام المضادة عادة ما يتركون التدخين لفترة لا تقل عن ستة أشهر. هذا الأمر ساعد علماء المعهد الأمريكي على ابتكار اللقاح الجديد الذي يزيد من كمية الأجسام المضادة في الجسم.

ويجري اختبار هذا اللقاح حالياً على الحيوانات المختبرية وبعد انتهاء الاختبارات ودراسة نتائجها سيخضع لاختبارات سريرية.

يحاول العديد من المدخنين ترك هذه العادة السيئة إلا أنهم يفشلون في محاولاتهم في أغلب الأحيان. فهل يمكن مساعدة المدخنين وتحقيق رغبتهم في ترك التدخين؟

ابتكر علماء من «The Scripps institute» بولاية كاليفورنيا الأمريكية أول لقاح ضد التدخين، يعمل على تخفيض التأثير السلبي للنيكوتين في الدماغ.

هذا اللقاح يساعد على زيادة عدد الأجسام المضادة التي ترتبط بجزيئات النيكوتين، فتبطئ تأثيره. وقد سبق أن جرت محاولات عديدة لابتكار لقاح مضاد للتدخين. وجرت آخر محاولة في هذا





اعداد/الشيخ علي السعدي

الأعمى التقليد

أن نقول الحق، ولا نرهب في الحق لومة لائم، بل يجب على كل عاقل، وكل صاحب ضمير ومروءة.. أن يذيع الصواب منتصراً للحق بكيّفته!! ولو خالفته المسكونة بأسرها!!

ففي الوقت الذي تفنّنت نساء الغرب بأنواع البهارج، وأخذن يتسابقن إلى ابتكار الأزياء، والتلاعب في صورها وأشكالها.. تباهاً وتنافساً وإمعاناً في الخلاعة والاستهتار!! كانت نساؤنا وفتياتنا العربيات والمسلمات قانعات بما ورثنه من التقاليد والعادات، راضيات بلباسهن.. وأزيائهن.. وأشكالها!! متمتعات بتمام الرفاهية والهناء وكمال الصحة والصفاء.. ولكن.. وفجأة!! غزت جيوش عادات الأجانب وتقاليدها، بلادنا بخيلها ورجالها، واحتلت البيوت والمجتمعات.. واستمالت القلوب، ونزلت علينا ضيفاً غير محتشم!! فهرع الكثير لتقليدها!! بل بمناصرتها وتثبيت دعائمها!! حتى أصبحت من السنن المفروضة، والقواعد التي يتحتم على كل فرد من أفراد المجتمع الالتزام بها.. والعمل على طبقها!! لذا نهيب بفتياتنا وشبابنا.. أن لا يشطّوا عن جادة الصواب، وأن يتمسكوا بدينهم وقيمهم وتقاليدهم.. وأن يكونوا من أمة نبيهم الأكرم ﷺ، فهي خير أمة أخرجت للناس.

لكل مجتمع من المجتمعات عاداته وتقاليده وموروثاته، المتمسك أو المعتز بها، بغض النظر عن مقابلتها بالإيجاب أو السلب من قبل المجتمعات الأخرى!! فقد يكون الكثير منها مشين أو خاطئ! ولكن.. لكل زمان جهله.. ولكل مكان أهله.. وهنا قد يسأل سائل: ما مشكلتنا نحن الشباب من هذا الحديث..؟! وفي معرض الجواب نقول:

تجتاح عالمنا الإسلامي في هذه الأيام محنة! هي من أخطر المحن التي مرت في تاريخه، خصوصاً بعد الانفتاح الواسع والكبير على دول العالم.. عبر التواصل ووسائل الإعلام الحديثة.. فإن لم يتداركها رجال الفكر وأهل العلم والعقل، فلن تلبث أن تقضي على جميع آماله. تداركوها وفي أغصانها رمق

فلا يعود اخضرار العود إن يبسا

حيث إن قوام هذه المحنة هو التقليد الأعمى، الذي تجرف أمواجه العاتية جميع الطبقات، وعلى جميع الأصعدة، وخصوصاً الشباب.. فهي تسري في مجتمعنا كالنار في الهشيم!! لذا نهيب بكل عاقل وناشد كل ذي بصيرة، أن يحكم بين صحيح الأمور وفاسدها، فيراها بعين الخبرة وقد أميط النقاب عن مؤذاتها، وسبر غور تجارب أخذت قسماً عظيماً من أخلاقنا ومبادئنا.. فمن الواجب علينا



في أعماق

بيت

أمال كاظم الفتلاوي

قالت الأم :

سهرك على راحتني، ولا أنسى عينيك اللتين كانتا ترقباني حرصاً على سلامتي..!! فلا تستطيع نساء الدنيا أن يشغلنني عنك أيتها الملك الطاهر.. فسوف تبقي أنت المرأة التي أثارها على نساء العالم!! فلا توجد امرأة تكون الجنان تحت قدميها في هذا الوجود، غيرك يا عزيزة قلبي.

قالت زوجة الابن :

أيتها الأم الحنون، لم أضع في حساباتي أنني أغزو هذا البيت!! لاخذ منك فلذة كبك، أو أن آخذ مكانك في قلبه! فأنت في مقام سام لا يمكن لأي امرأة أخذه منك..!! أنا لم أتزوج ابنك إلا لأكون بنتاً حبيبة.. ولتكوني أماً حنوناً.. عذراً لك يا أماه! إن كنت قد ملأت وقت ابنك.. فللحياة الزوجية خصوصية جعلته يعطيها وقتاً.. فدار في خلدك أنه جحدك أو نساك.. ولكن حتى في تلك اللحظات التي يكون فيها معي فإنه يحدثني عنك! وعن الصعوبات التي واجهتك في سبيل تربيته تربية صالحة، يشيد بها القريب والبعيد.. وقد اتخذتلك قدوة لي في تربية أبنائي، الذين أتمنى أن أراهم يلعبون في حجر أيتها الحبيبة.

لا أعرف ما هذا الشعور الغريب الذي بدأ يراودني! فمند أن تزوجت يا بني، وأنا مفتقدة لوجودك.. كانت الساعات التي تقضيها معي هي ما يسليني في هذه الدنيا، وينعم بها بالي.. وإذا بك تتركني ساعات طويلة! أعاني فيها من الوحدة القاتلة، التي أسهرتني ليالي! لقد أخذت زوجتك مني! وأصبح جلوسك بقربها أقرّ لعينك من وجودك معي! أشعر أنني فقدتك..!! فلماذا هذا الجحود فأنا لا استحقه..!!

قال الابن :

لم أفكر ولم يخطر في بالي ولو للحظة واحدة، أنني أعاملك بجحود..! فأنت بالنسبة لي الشجرة التي أستظل بها، وأنت النسمة العذبة التي أستنشقها، وأنت منبع الحنان الذي يفيض علي بكل إغداق رحمة وعطفاً.. أُمي الحنونة: يا حبيبة قلبي.. عذراً لك أيتها القديسة.. لقد انشغلت بزواجي، الذي أدخلني دنيا جديدة!! وعالم آخر..!! فكان انشغالي بهذا العالم لا يعدو أن يكون استكشافاً لشيء جديد..!! لا تفكري لحظة واحدة بأنني أستطيع الاستغناء عنك! أو نسيان تضحياتك في سبيل سعادتي..!! ولا أنسى

العامل الشاب

إعداد/ وحدة النشرات



في يوم من الأيام دخل شاب في مقتبل العمر إلى محل للتسوق وطلب من صاحب المحل أن يجري مكالمة عبر الهاتف، فأذن له.

فبدأ بالاتصال الهاتفي، فانتبه صاحب المحل على الفور للموقف -للهفة هذا الشاب على الاتصال- وهو يشاهد ويستمتع إلى المحادثة التي يجريها هذا الشاب في صمت، فألى من سوف يتحدث؟

قال الشاب عبر الهاتف: سيدتي أيمكنني العمل لديك في حديقتك.. وسأقوم بجميع الأعمال اللازمة لها.. أجابت السيدة: لدي من يقوم بهذا العمل شكراً لك.

قال الشاب سأقوم بالعمل بأقل من الأجرة التي يأخذها هذا الشخص.

أجابت السيدة في ضيق بأنها راضية عن عمل ذلك الشخص، وأنها لا تريد استبداله أبداً، حتى ولو بنصف الثمن.

أصر الشاب وأصبح أكثر إلحاحاً، وقال: سأنظف ممر المشاة والرصيف أمام منزلك، وستكون

حديقتك أجمل حدائق الحي، ومرة أخرى جاءت إجابة السيدة بالنفي، وأغلقت السماعة.

فتبسم الشاب وأقفل الهاتف بهدوء.

تقدم صاحب المحل الذي كان يستمع إلى كل ما دار من المحادثة، وقد أعجبه إصرار الشاب وهيمته العالية للعمل، فعرض عليه العمل معه في المحل لأنه

يحترم هذه المعنويات الإيجابية فيه.

فرد الشاب: لا، شكراً؛ لأنني أعمل

بالفعل لدى هذه السيدة، ولكنني أردت فقط أن أتأكد من أدائي لعملي، وهل هو مقبول لدى صاحبة المنزل، وأنا قمت بمجرد تقييم ذاتي.

العبرة :- أفضل وسيلة للحفاظ على المكانة في العمل هي الاجتهاد والإخلاص في العمل. ومن الضروري جداً إجراء تقييم ذاتي بسيط بينك وبين نفسك، لمعرفة مدى اجتهادك وإخلاصك في عملك، وعلى ضوءه يمكنك تطوير عملك.

وأيضاً نستفيد من هذه الحادثة: عدم الحكم على الأشياء من ظاهرها فقط، فأحياناً نأخذ الحكمة والعبرة من حيث لا نتوقع أبداً.



عبودية الخلق لبعضهم

إنَّ من الملفت حقاً، استعداد العباد لعبودية بعضهم بعضاً، مع ما يلزمها من ذلِّ واحتقار، لا (يعوّضه) القليل مما يبذل لهم من المتاع، جزاء ذلِّ العبودية لفقرهم فان مثلهم.. والحال أنهم لا يعيشون شيئاً من هذا (الإحساس)، تجاه من منه مصدر الوجود، ومن هو صاحب العطاء الذي لا منة فيه، ومن إليه المصير.. وقد أفصح عن هذه الحقيقة، عمرو بن العاص -وهو الذي احتل ذلَّ عبودية غير الحق- حينما قال لمعاوية: «لو أطعت الله كما أطعتك، وجبت لي الجنة!!».

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمات مضيئة

عن عبادة بن الصامت، عن النبي ﷺ، قال: «ستكون فتن لا يستطيع المؤمن أن يغير فيها بيد ولا لسان، فقال علي بن أبي طالب (صلوات الله عليه): يا رسول الله، وفيهم يومئذ مؤمنون؟ قال: نعم. قال: فينقص ذلك من إيمانهم شيئاً؟ قال: لا، إلا كما ينقص القطر من الصفا، إنهم يكرهونه بقلوبهم».

(الأمالي للطوسي: ص ٤٧٥)

كلمة و معنى

﴿يَوْمَئِذٍ يَصْدُرُ النَّاسُ أَشْتَاتًا لِيُرَوْا أَعْمَالُهُمْ﴾: «المراد بصدور الناس متفرقين يومئذ، انصرافهم عن الموقف إلى منازلهم في الجنة والنار، وأهل السعادة والصلاح منهم متميزون عن أهل الشقاء والهلاك، وشاهدتم أعمالهم شاهدتهم جزاء أعمالهم بالحلول فيه أو مشاهدتهم نفس أعمالهم بناء على تجسم الأعمال».

(الميزان: ج ٢٠/ ص ١٩٣)

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

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق الوطنية العراقية ببغداد ١٢١٩ لسنة ٢٠٠٩م

زوروا على موقع شبكة الكفيل العالمية: www.alkafeel.net - راسلونا على البريد الإلكتروني: nashra@alkafeel.net

التحرير: الشيخ علي السعدي / منتظر السعدي - التدقيق اللغوي: عمار السلامي - التصميم والإخراج: أحمد السيلاوي

الخبائش