

رَبِّهِمْ رَأْفَةً

٤٨

مجلة تختص بشؤون المرأة المسلمة تصدر عن قسم الشؤون الفكرية و الثقافية / شعبة المكتبة / وحدة المكتبة النسوية في العتبة العباسية المقدسة
شهر رمضان ١٤٣٢ هـ العدد ٤٨ / رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين العراقيين ٩٤٤ لسنة ٢٠١٠ م

كُلُّ عَامٍ وَأَنْتُمْ إِلَى اللَّهِ أَقْرَبُ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



في هذا العدد



قمر علوي يسطع في سماء الحق

طريقته المميزة هي جواز سفره إلى قلوب الملايين،
وأيضاً الحقائق التاريخية بالأدلة العقلية.....

8



صوت حسيني مقمع بعذوبة الحنين

أعوام طوال وسنين عجاف مرت على العراقيين حُرِّموا
فيها من الحرية بكل معانيها، حُرِّموا من التعبير عن....

9



الروح المؤمنة تبحث عن نور الله تعالى

الحاجة روز أصلان الأمريكية بزيارتها لمكتبة ودار
مخطوطات العتبة العباسية المقدسة لغرض الدراسة....

11



من أريج القداسة والسودد

من عمق الصحراء ومن ربوع سماء عين التمر الغناء
الجميلة بنخلها المتراقص بنسيم كربلاء حيث....

20



نصائح وإرشادات في شهر رمضان المبارك

شهر رمضان له فوائد كثيرة روحانية دينية وصحية،
فالصيام يمنح الفرصة للمعدة لأن تستريح مدة لا تقل
عن ١٢ ساعة يومياً، وتكتمل راحة المعدة إذا كان...

24



قطرات من عسل

إنني رأيت الناس يتحاسدون، فتطرت إلى (نَحْنُ قَسَمْنَا
بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ) / (الزخرف: ٣٢)، فتركت الحسد...

37



العتبة العباسية المقدسة

مجلة شهرية تختص بشؤون المرأة المسلمة
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية
شهر رمضان

العدد ٤٨

رقم الإيداع في دار الكتب و الوثائق العراقية ١١٦١-٢٠٠٨م

الإشراف العام

قسم الشؤون الفكرية والثقافية

هيئة التحرير

ليلى ابراهيم الهر

لوية هادي الفلاوي

آمال كاظم

مدينة محمد أكبر

أزهار عبد الجبار

التنفيذ الإلكتروني

سارة جعفر الكلاي

الإخراج الفني

نور محمد العلي

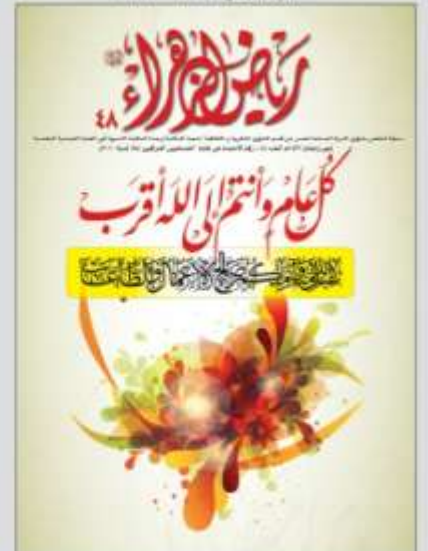
الموقع والبريد الإلكتروني

www.alkafeel.net

reyadalzahra@yahoo.com

دار الضياء للطباعة والتصميم

النجف الأشرف - ٠٦٣ - ٠١٠٠ - ٧٨٠



الإمام علي عليه السلام

ينبوع الأخلاق والعدل

إن الأخلاق الفاضلة هي التي تحقق في الإنسان معاني الإنسانية الرفيعة وتحيطه بهالة وضياء من الجمال والكمال وشرف النفس والضمير وسمو العزة والكرامة، بينما تفسد الأخلاق الذميمة وتحطه إلى سوي الهمج والوحوش، وليس أثر الأخلاق مقصوراً على الأفراد فحسب بل يسري إلى الأمم والشعوب إذ تعكس الأخلاق حياتها وخصائصها ومبلغ رقيها أو تخلفها في مضمار الأمم.

فساد الأخلاق وتفسخها معول هدام في تقويض صروح الحضارات، ونهايك في عظمة الأخلاق من أن النبي ﷺ أولاهما عناية كبرى وجعلها الهدف والغاية من بعثته ورسالته فقال: "إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق"، وعلى هذا النحو ووفق هذا المنهج النبوي العظيم سار أمير المؤمنين عليه السلام، فالإمام علي عليه السلام هو خريج مدرسة الرسول الأعظم ﷺ فقد اقتنى أثره ومشى على دربه، وقد حفظ لنا التاريخ الحكم العلوية الرائعة.

وحكمه صلوات الله وسلامه عليه هي عصارة تفكيره وخبرته في الحياة وفهمه لأسرارها وإشعاعات بصيرته النيرة ومعرفته بالناس وتجاربه اليومية، إضافة إلى ما يتمتع به من إيمان وتقوى راسخين وما استقام من المكارم والفضائل الإسلامية من دوحة النبوة وينبوعها المتفجر علماً وما لعبته العبقريّة الفذة في عملية الخلق والإبداع الفني لتقديم النماذج المثالية من حكمه وأمثاله، لذلك كانت تتسم بصدق التعبير ونصوغ الحق وجلاء الحقيقة وكونها دستوراً وقيماً للحياة ترفع المجتمع البشري إلى مستوى عالٍ وتقيم للعدل والسلام ميزاناً وللأخاء والمحبة قسطاً طاماً.

لم تعرف الدنيا رجلاً جمع فضائل ومكارم الأخلاق بعد الرسول ﷺ كالإمام أمير المؤمنين عليه السلام فقد سبق الأولين وأعجز الآخرين، فضائله أكثر من أن تحصى ومناقبه أبعد من أن تتناهى، وكيف تعد مناقب رجل قال فيه الرسول الأكرم ﷺ يوم برز لعمر بن عبد ود العامري: "برز الإيمان كله إلى الشرك كله"، وقال فيه بعد ما قتله: "ضربة علي يوم الخندق أفضل من عبادة الثقلين"، فكيف تحصى فضائل رجل هو أول الناس إسلاماً وأكثرهم عبادة وأزهدهم في الدنيا وأكثرهم جهاداً وأعلمهم بالكتاب والسنة وأفصحهم منطقاً وأصفحهم عند المقدرة.

والحديث عن إسلامه حديث عن الإسلام بأسره فلولا ما قام الإسلام وما عُبد الله تعالى، وإذا تحدثنا عن جهاده فقد شهد مع الرسول ﷺ المشاهد كلها وكان فيها الفارس المقدام والأسد الغالب وحامل اللواء، ففي واقعة بدر الكبرى قتل خمسة وثلاثين من المشركين، وقتل المسلمون والملائكة خمسة وثلاثين..

ويوم أحد قتل أصحاب الألوية كلهم ولما انهزم المسلمون ثبت يدافع عن الرسول ﷺ ويكشف كئائب المشركين عنه، وقد ذكر المؤرخون وأصحاب السير نداء جبرائيل عليه السلام في ذلك اليوم: "لا سيف إلا ذو الفقار ولا فتى إلا علي"، وفي خيبر قال الرسول محمد ﷺ: "لأعطين الراية غداً رجلاً يحب الله ورسوله ويحبه الله ورسوله كراة لا يرجع حتى يفتح الله على يديه"، ويكفي له فخراً أن تكون ولادته في بيت الله واستشهاده في بيت الله وهو ساجد يصلي فسلام عليه يوم ولد ويوم استشهد ويوم بيعت حياً..

ويبقى أبو الحسنين عبر الأزمان والدهور ينبوعاً صافياً للأخلاق الحميدة والتعامل الحسن مع الرعية وحفظ حقوق الناس، وتبقى خطبه ورسائله دستوراً لحقوق الإنسان نسير عليها لتطبيق العدل والإحسان للإنسانية جمعاء.

ليلى إبراهيم الهر

أسئلة فقهية

ها هي مجلة رياض الزهراء تفتح آفاقها لك، لترسلي لها ما يجول في خاطرك من أسئلة فقهية لا سيما الابتلائية منها، فأرسلي إليها ولا تترددي تأكدي بأنها ستجيب على كل أسئلتك وفق فتاوى سماحة المرجع الديني الأعلى آية الله العظمى السيد علي السيستاني دام ظله؛ عزيزتي القارئة ما زالت رياض الزهراء مستمرة معك بالإجابة عن أسئلتك الفقهية.

الصوم وأحكامه

السؤال: هل يحزني صيام شهر رمضان كله بنية واحدة؟

الجواب: يجزئ في شهر رمضان كله بنية واحدة قبل الشهر فلا يعتبر حدوث العزم على الصوم في كل ليلة أو عند طلوع الفجر من كل يوم وإن كان يعد وجوده عنده ولو ارتكازاً على ما سبق، والظاهر كفاية ذلك في غير شهر رمضان أيضاً كصوم الكفارة ونحوها.

السؤال: ما حكم التبرع بالدم في نهار شهر رمضان للصائم؟

الجواب: يجوز لكنه مكروه مع حصول الضعف.

السؤال: هل يبطل صومي بأحد الأمور الآتية: استنشاق رائحة الطعام أثناء إعداد الفطور سواء كان عمداً أو لا، كذلك وضع الحناء أو الدهان على شعري أو بشرتي، اكتشاف وجود بقايا من الطعام في فمي بعد الاستيقاظ وعدم اليقين إن كنت ابتلعت بعضه وأنا نائمة أم لا؟

الجواب: لا يبطل.

السؤال: فطرت يوماً من أيام رمضان الماضي عمداً بعد أن الفجر بسبب صداع شديد في رأسي وأكلت حبة فهل تجب علي كفارة وما هي كفارتي؟

الجواب: إذا كنت واثقة بعدم وجوب الصوم عليك في

تلك الحالة كفك القضاء، وإلا فيجب عليك الكفارة.

السؤال: هل يجوز للصائم أن يمضمض الحلق وبيتنع ريقه بعد المضغ إذا لم يكن له طعم ولا رائحة؟

الجواب: لا يجوز إلا بعد إفراغ الماء تماماً.

السؤال: أحد الأشخاص كان صائماً فتشاجر شجاراً قوياً مع غيره أدى ذلك إلى أنه كفر باسم لفظ الجلالة وحينما ذهب عنه الغضب قال في نفسه إنني كفرت إذن أنا مفطر حتماً فتناول الماء فما حكم المسألة؟

الجواب: إذا كان في شهر رمضان فعليه أن يقضي ويدفع الكفارة.

السؤال: هل تعد الأمور الآتية الذكر من مفطرات الصائم - شم العطور المركبة والطبيعية - استخدام فرشاة الأسنان ومعجون الأسنان - المضغطة والفرغرة بمحلول مطهر للفم - استنشاق الغبار الكثيف؟

الجواب: لا يفطر شيء من المذكورات إذا لم ينزل في الجوف، نعم في الغبار الغليظ الاحوط وجوباً عدم استنشاقه مطلقاً.

السؤال: إذا أفطرت في نهار شهر رمضان فهل يجب الإمساك بقية النهار؟

مصطلحات فقهية

إمساك: أمسك يُعْمِكُ إمساكاً، ويُقال مَسَكَ يُمْسِكُ مَسْكَاً وله عدة معانٍ:

- أمسك الشيء أي أخذ به واعتصم ومنه قولهم أمسك زوجي.
- أمسكه بيده أي قبض عليه.
- أمسك عن كذا أي امتنع عنه وكف.
- واصطلاحاً هو الكف عن المفطرات.

مَكْرُوه: كره الشيء كُرهًا وَكَرَاهَةً وَكَرَاهِيَةً فهو كَارِهٌ والشيء مَكْرُوهٌ، ولغةً هو المبغوض. واصطلاحاً هو أحد الأحكام التكليفية الذي جاز فعله أو تركه لكن فعله مرجوح وتركه أفضل وأرجح، ومن تركه لأنه مرجوح استحق الثواب نعم المكروه في العبادات معناه قلة الثواب، لأن الكراهة بالمعنى المتقدم لا تجتمع مع العبادة التي هي بحاجة للتقرب لله، والكراهة فيها مبغوضية فهي خلاف التقرب.

صَوْم: صَامَ يَصُومُ صَوْماً، ولغةً: هو الإمساك والترك، وصام عن الكلام أي سكت. واصطلاحاً: ترك المفطرات والإمساك عنها من طلوع الفجر حتى الغروب. وصوم الوصال هو أن يستمر صائماً ليلاً إلى النهار الثاني فيصِل الصوم ببعضه وهو محرم.

مُفْطِر: أَفْطَرَ يَفْطِرُ، ولغةً هو من تناول طعام الفطور، والفطور هو طعام الصباح. واصطلاحاً هو من أتى بالمفطرات من الأكل أو غيره، فهو غير الصائم.



التوازن في المحبة

♦ زينب عدنان العطاوي

١٦- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الَّذِينَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِهِ صَفًا كَانَهُمْ يُنْفِيَانِ مَرْصُوعًا) // (الصف: ٤).

ثانياً: الآيات التي وردت فيها عبارة (الله لا يحب) وعددها ١٦ وهي:

- ١- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ) // (البقرة: ١٩٠).
- ٢- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْفَاسِدَ) // (البقرة: ٢٠٥).
- ٣- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ) // (البقرة: ٢٧٦).
- ٤- (فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْكَافِرِينَ) // (آل عمران: ٢٢).
- ٥- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ) // (آل عمران: ٥٧).
- ٦- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ) // (آل عمران: ١٤٠).
- ٧- (إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا) // (النساء: ٣٦).
- ٨- (إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ خَوَاتًا أَثِيمًا) // (النساء: ١٠٧).
- ٩- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ) // (المائدة: ٦٤).
- ١٠- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ) // (المائدة: ٨٧).
- ١١- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ الْخَائِنِينَ) // (الأنفال: ٥٨).
- ١٢- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُورٍ) // (الحج: ٢٨).
- ١٣- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ) // (القصص: ٧٦).
- ١٤- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ) // (القصص: ٧٧).
- ١٥- (إِنَّ إِلَهًا لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ) // (لقمان: ١٨).
- ١٦- (وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ) // (الحديد: ٢٢).

على أن الله لا يظلم الناس شيئاً، وأن الله قد أحكم هذا الكتاب العظيم.

واليكم الآيات حسب ترتيبها في المصحف:
أولاً: عبارة (الله يحب) تكررت ١٦ مرة في الآيات الآتية:

- ١- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) // (البقرة: ١٩٥).
- ٢- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ) // (البقرة: ٢٢٢).
- ٣- (فَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَّقِينَ) // (آل عمران: ٧٦).
- ٤- (وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) // (آل عمران: ١٣٤).
- ٥- (وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ) // (آل عمران: ١٤٦).
- ٦- (وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) // (آل عمران: ١٤٨).
- ٧- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ) // (آل عمران: ١٥٩).
- ٨- (إِنَّ إِلَهًا يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) // (المائدة: ١٣).
- ٩- (إِنَّ إِلَهًا يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ) // (المائدة: ٤٢).
- ١٠- (وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) // (المائدة: ٩٢).
- ١١- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَّقِينَ) // (التوبة: ٤).
- ١٢- (إِنَّ إِلَهًا يُحِبُّ الْمُتَّقِينَ) // (التوبة: ٧).
- ١٣- (وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهِّرِينَ) // (التوبة: ١٠٨).
- ١٤- (إِنَّ إِلَهًا يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ) // (الحجرات: ٩).
- ١٥- (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ) // (المتحنة: ٨).

لنتأمل عجيبة من عجائب هذا القرآن العظيم الذي قال عنه النبي الكريم ﷺ .. (ولا تقضي عجايبه)، فمن خلال البحث لوحظ أن هناك آيات خصصها الله لنفسه ليخبرنا بأن هناك أصنافاً من الناس يحبهم الله، وهناك أصناف لا يحبهم الله تعالى.

والملتفت للانتباه وجود عبارتين متعاكستين في القرآن وهما:

- ١- الله يحب.
- ٢- الله لا يحب.

ضمن هؤلاء الذين يحبهم الله ومن هؤلاء الذين لا يحبهم الله؟ هذا سؤال مهم لأن المؤمن يسعى دائماً لمزيد من محبة الله له ورضوانه عليه، وإلا فما قيمة الحياة والعبادة والأخلاق إذا لم تؤد إلى محبة الله لنا. وينفس الوقت ينبغي أن نعلم الأصناف التي يبغضها الله لنتجنب أفعالهم ونتبرأ منها.

المفاجأة أيها الأحبة أن الله تعالى جعل توازناً دقيقاً في كل شيء في كتابه حتى في نسبة المحبة! فلو تأملنا آيات القرآن نرى بأن الله تعالى قد خصص ١٦ آية لمن يحب، و ١٦ آية لمن لا يحب! أي أن عبارة (الله يحب) في القرآن تكررت ١٦ مرة، وعبارة (الله لا يحب) تكررت بنفس العدد أي ١٦ مرة. وهذا توازن دقيق وعجيب يشهد

مواصفات أصحاب الإمام المهدي عليه السلام

اللائحة

بصحبة الإمام

عليه السلام، والتي نجد أنها ركزت على الشروط والمواصفات الآتية:-

أولاً: الإيمان، وهو الممارسة الفعلية للعقيدة، وهو درجة رفيعة لا تنال إلا بالالتزام بكل ما أمر الله به والابتعاد عن كل ما نهى الله عنه.

ثانياً: معرفة الله، فقد سئل رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "ما رأس العلم؟" قال: معرفة الله حق معرفته، فقيل: وما حق معرفته؟ قال: أن تعرفه بلا مثال ولا شبهة، وتعرفه إلهاً واحداً خالقاً قادراً أولاً وأخيراً وظاهراً وباطناً، لا كقولك، ولا مثل له.

فذاك معرفة الله حق معرفته. ومن الضروري أن تكون معرفة الله بهذا المعنى، متوافرة في شخصية من يريد أن يكون من أصحابه وأنصاره صلى الله عليه وآله وسلم، لأنهم سيعكسون صورة الإنسان المسلم الحقيقي بل وصورة الإمام صلى الله عليه وآله وسلم في مجتمعاتهم، ثالثاً: الشجاعة والاستعداد للتضحية، فقد ورد في الحديث: "يخرج إليه الأبدال من الشام

والعصب

من العراق، كأن قلوبهم زبر

الحديد، رهبان بالليل ليوث بالنهار."

رابعاً: الارتباط بالإمام والالتقاد له وطلب الشهادة في سبيل الله تعالى بين يديه، فقد ورد في حديث جامع في مواصفات أنصار الإمام صلى الله عليه وآله وسلم عن الإمام الصادق عليه السلام قال: "رجال كأن قلوبهم زبر الحديد، لا يشوبها شك في ذات الله، أشد من الحجر، لو حملوا على الجبال لأزالوها، لا يقصدون برأياتهم بلدة إلا خربوها، كأن على خيولهم العقيان، يتمسحون بسرج الإمام صلى الله عليه وآله وسلم يطلبون بذلك البركة، ويخفون به، يقوون بأنفسهم في الحروب ويكفون ما يريد، فيهم رجال لا ينامون الليل، لهم دوى في صلاتهم كدوى النحل، يبيتون قياماً على أطرافهم ويصبحون على خيولهم، رهبان بالليل ليوث بالنهار، هم أطوع له من الأمة لسيدها كالمصاييح كأن قلوبهم التناديل، وهم من خشية الله مشفقون، يدعون بالشهادة، ويتمنون أن يقتلوا في سبيل الله، شعارهم: يا لثارات الحسين صلى الله عليه وآله وسلم إذا ساروا يسير الرعب أمامهم مسيرة شهر، بهم ينصر الله إمام الحق".



كثيراً

ما يتبادر إلى

الأذهان ويشغل الأفكار السؤال

الآتي: من الذي يستحق أن يكون من

أنصار الإمام الحجة صلى الله عليه وآله وسلم ويعين الإمام على بسط نفوذه وإرساء قواعد أركان دولته العالمية؟ وإذا أردنا أن نعرف صفاتهم فعلينا الرجوع إلى النصوص والروايات الماثورة عن أئمة أهل البيت صلى الله عليه وآله وسلم والتي ذكرت المواصفات التي لا بد أن تتوافر في الشخصية الإنسانية

العمرى والمهمة العظمى

مدينة محمد أكبر

خدم الإمام الهادي عليه السلام وله من العمر إحدى عشرة سنة وكان إليه عهد معروف وظهرت على يده المعجزات، وقد خلف تراثاً خالداً للأجيال والأمة الإسلامية مع تصديده لمهمة السفارة عن الإمام المهدي عليه السلام.

فكان العمرى رشحة من رشحات الأئمة عليه السلام وممثلاً لخلافة الإمام المهدي عليه السلام الظاهرية والباطنية حتى ختم صفحة تاريخه المشرف في الأول من رمضان عام ٢٦٥هـ بعد خمسة أعوام قضائها في السفارة وقد بلغ عمره الشريف اثنين وأربعين عاماً وعمر إمامه المهدي آنذاك تسع سنوات وقام ابنه محمد بن عثمان العمرى بتغسيل أبيه وتكفينه والصلاة عليه، وقيده الآن مشيداً ومعروف ببغداد يزار ويُتبرك به وكان من كمال سعادته أن رزقه الله تعالى ولداً مثله يخلفه من بعده وهو محمد بن عثمان العمرى.

المهدي عليه السلام حياً يراهم ولا يرونه ويعرفهم ولا يعرفونه ومراقبة تحركات السلطة عن كثب للابتعاد عن الضجيج السياسي والإعلامي وما يمكن أن تخلفه له من مشاكل، وتحذيره أصحابه الثقات من الإعلان عن اسم الإمام عليه السلام أو الإدلاء على مكانه.

وداع صيته في البلاد الإسلامية وعرفه القاصي والداعي من تقاة الأمة وأصحابهم، ومما أكد علو مكانته وقدره عند أهل البيت عليه السلام ما قاله في حق الإمام الهادي والعسكري عليه السلام، وكذلك قول أهل اليمن فيه إنه لمن خيار الشيعة وإنهم ازدادوا علماً بموضعه من خدمة الإمام عليه السلام، وكونه وكيله وثقته على مال الله تعالى وكان عموم الناس يتصدون في حوائجهم من كل بلد فيخرج لهم الأجوبة والتوقيعات من صاحب الأمر عليه السلام بالأمر والنهي عما يسألونه إذا احتاجوا إلى السؤال فيه، وقد

لقد انضردت الشيعة الإمامية بفكرة السفارة من بين فرق الشيعة، وكانت بداية الغيبة من أصعب الفترات على الأمة بعد أن اعتادت على مشاهدة الأئمة عليه السلام واللقاء، وظهرت الانتقاسات في صفوفها حتى إن الشيعة انقسمت إلى أربع عشرة فرقة بعد وفاة الإمام العسكري عليه السلام وهكذا بقية المذاهب الإسلامية، وفي تلك الظروف الصعبة ابتدأ عثمان بن سعيد العمرى مهمته في الإعلام عن وجود الإمام المهدي عليه السلام وإخراج التوقيعات والمعجزات عن طريقه من الإمام المهدي عليه السلام، لبيان صدق دعواه في أمر السفارة مذكراً لهم بالأحاديث المروية عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم في الإمام المهدي عليه السلام الذي تكون له غيبتان إحداهما صغرى والأخرى كبرى، وإقناع الأمة بما امتلكه عثمان من معرفة تامة بطرق المحاورات وفنون الجدل وقوة المحاجة في إثبات الحجة بوجود الإمام

الهيئة الجماعية للطاعة



الشيخ حبيب الكاظمي

نقرأ في دعاء شهر رمضان المبارك في الليلة الأولى منه: (أنا ومن لم يعصك سكان أرضك، فكن علينا بالفضل جوادا).. فالعبد في هذا الدعاء يخلط نفسه بالطائعين، بدعوى أنه (يجمعه) وإياهم سكنى الأرض الواحدة، ليستنزل الرحمة الإلهية العائدة للجميع.. وبذلك يتحایل العبد ليجد وصفاً يجمعه مع المطيعين، ولو كان السكنى في مكان واحد.. وكذلك الأمر عند الاجتماع في مكان واحد، وزمان واحد في أداء الطاعة، كالحج وصلاة الجماعة والجهاد ومجالس إحياء ذكر أهل البيت عليه السلام، فإن الهيئة (الجماعية) للطاعة من موجبات (تعميم) الرحمة.. وقد ورد في الحديث: (إن الملائكة يمرون على خلق الذكر، فيقومون على رؤوسهم ويبكون لبكائهم، ويؤمنون على دعائهم.. فيقول الله سبحانه: إني قد غفرت لهم وأمنتهم مما يخافون، فيقولون: ربنا إن فيهم فلانا وأنه لم يذكرك، فيقول الله تعالى: قد غفرت له بمجالسته لهم، فإن الذاكرين من لا يشقى بهم جليسهم) (البحار، ج ٧٥، ص ٤٦٨).



تصوير وحوار: أمال كاظم

طريقته المميزة هي جواز سفره إلى قلوب الملايين، وايضاحه الحقائق التاريخية بالأدلة العقلية والنقلية وطريقة إلقائه جعل هؤلاء الملايين يتحرقون شوقاً لسماع محاضراته. منذ اللحظات الأولى التي يصعد فيها للمنبر يأخذك إلى عالم آخر ليوضح لك المبهم من الأمور ويحل لك الإشكالات التي بقيت في أذهان العامة رديحاً من الزمن. يحرق نفسه على المنبر كشعلة تنير لك الطريق إلى الجنان، ولا يأبه إن كان مجهداً وكان العرق الهاشمي ينتفض فيه ليدافع عن مبادئ دين جده. تعلق وجهه السمائل النبوية، وفي حديثه ترى الهمة العلوية، حينما يتحدث عن أعداء آل البيت ترى فيه الغيرة الهاشمية، وهو يتزيا برداء القداسة الحسينية، والهبة المحمدية تعلوه من رأسه إلى أخمص قدمه، إنه الخطيب البارع السيد محمد باقر الفائي.

كان لنا شرف لقائه والاستزادة من علومه، وكان اللقاء كالآتي:

تجاوب المتلقي لمحاضراتكم يدل على أن لديكم منهجاً تتبعونه في الطرح، ما هو هذا المنهج؟

كل خطيب لديه أسلوب معين ويجب أن يكون هذا الأسلوب مقنعاً وعليه أن يتحدث بلغة الزمن فكل زمان لفته، مثلاً قبل أكثر من أربعين سنة موضوع المحاضرة يختلف عما عليه الآن: لأن الزمن تغير وأكثر المستمعين من الشباب المثقف الواعي وعلى مستويات جامعية وينظرون من الخطيب أن يخاطبهم بلغتهم، قال رسول الله ﷺ: "إنا أمرنا معاشر الأنبياء أن نكلم الناس على قدر عقولهم". فإذا كان الكلام مقنعاً وعلى قدر عقول الناس يصبح الخطيب مؤثراً، وعلى الخطيب أن ينتقي الموضوع والتفسير إلى جانب الانتقاء من العلوم الحديثة وهي تحاكي لغة العصر. ودرجة نجاح الخطيب تتوقف على الأسلوب الذي يتبعه وعلى طريقة إيصال المعلومة إلى المتلقي.

ما رأيكم بدور المرأة وتأثيرها على الثقافة الدينية بشكل عام والثقافة الحسينية بشكل خاص؟

رأيي أن لا نفرق بين دور المرأة ودور الرجل فكلاهما يكملان بعضهما الآخر، وقال الله تعالى في كتابه الكريم (هُنَّ لِيَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِيَاسٌ لَهُنَّ) // (البقرة: ١٨٧)، ما من رجل مولود إلا وله أم وما من امرأة مولودة إلا ولها أب ولكل منهما دوره في الحياة وفي تشكيلة المجتمع الإنساني، هذا بشكل عام أما بالنسبة للقضية الحسينية فقد كان دور الإمام الحسين عليه السلام ورجال كربلاء قد انتهى بسقوطهم شهداء وهنا بدأ دور السيدة زينب عليها السلام وبقية النساء في إنجاح الثورة الحسينية بعد

عاشوراء، ونحن عندما نذكر الإمام الحسين عليه السلام نذكر معه السيدة زينب عليها السلام دائماً.

ما هي نصيحتك للمبشرات؟

على القارئات أن يدخلن إلى الحوزة العلمية ويتعلمن الأحكام الفقهية خصوصاً وأن معظم النساء تجهلن الأحكام الشرعية الخاصة بالنساء والتي تجعل المرأة محرجة في طرح أسئلتها على رجل الدين، وعليها أن تدرس العقائد والأخلاق الإسلامية وعليها أيضاً التركيز على اختيار الشعر الجيد المؤثر وهذا هو المطلوب من خادمت الإمام الحسين عليه السلام.

ما رأيكم بالدور الإعلامي النسوي في العراق؟

مع الأسف ضعيف جداً، أنا أرى أن النساء مظلومات في هذا المجال، فعلى المرأة المسلمة أن تكون طموحة أكثر من هذا، قال أبو القاسم الشابي: أبارك في الناس أهل الطموح

ومن يستلذ ركوب الخطر

هل لديكم مقترحات لتطوير دور الإعلام النسوي في العراق؟

انتم النساء إذا لم تهتموا بأنفسكم فلا تنتظروا أن يهتم بكم أحد، فالحق يؤخذ ولا يُعطى، وأقترح أن تتوموا بافتتاح سوق خيري خاص بالنساء ومن وارداته تستطيعون بمشروع إعلامي هادف، فالتضحية تحتاج إلى تحرك من قبل النساء.

كلمة أخيرة؟

أوصيكم بما أوصى به الرسول ﷺ الإمام علي عليه السلام "إذا أردت خير الدنيا والآخرة فعليك بصلاة الليل"، أوصي كل النساء بكافة أعمارهن وشرائحنهن أن يتقيدن بصلاة الليل فهي عبارة عن اختلاء العبد مع ربه وسوف ترون العجائب في قضايا تهذيب النفس، وإذا وصلت المرأة إلى هذه المرحلة فستكون لمجتمعنا أفاق إلهية أوسع، ولذلك فإننا نرى أن الإمام الحسين عليه السلام قبل استشهاده أوصى أخته السيدة زينب عليها السلام أن لا تنساه في صلاة الليل، ونحن نتساءل لماذا لم يوص الإمام زين العابدين عليه السلام الذي هو حجة الله على الخلائق بعد أبيه؟

الجواب ليوصي النساء بهذه الصلاة المباركة لما لصلاة النساء من أثر طيب في المجتمع، ولو افترضنا بأن نصف المجتمع سيصلي صلاة الليل فإن أمطاراً من الرحمة الإلهية ستزول على أهل العراق وسيعم الخير، كما أرجو من النساء أن يكتنوا من مجالس الختمات وقراءة الأدعية وغيرها.

قمر علوي يسطع في سماء الحق

صوت حسيني مفعم بعدوبة الحنين



الحسينية

التي لم يكن يقرأها الرواديد الذين كانوا قبلي وأيضاً عملت (الكعدة) لطم، كان هذا الشيء ملفتاً للنظر في وقته. أنا أقترح على الشباب أن يقدموا شيئاً ولكن في إطار الردة الحسينية، التجدد جيد بعد ذاته ولكن عليهم أن لا يخرجوا عن خط القراءة الحسينية، فالذي نسمعه غير لائق بالمرة.

ما رأيكم بدور المرأة الإعلامي في الوقت الحاضر؟

قضية الإعلام مهمة جداً في نشر ثقافة أهل البيت (عليه السلام) والمرأة بطبيعتها لديها طاقة قد تفوق الرجل من ناحية الانضباط في الأمور التي توكل إليها، وهي تستطيع إيصال صوتها وبيان مظلومية أهل البيت (عليه السلام) من خلال ما رسمته لها السيدة زينب (عليها السلام) بموقفها في معركة الطف الخالدة وما بعدها، فذلك الموقف ما هو إلا دليل على أن المرأة المؤمنة التقية الصابرة تستطيع أن تحمل هذه الرسالة المسامية ألا وهي نشر ثقافة مظلومية أهل البيت (عليه السلام).

ما هي نصيحتك للخطيبات والقارئات الحسينيات؟

من المهم جداً للخطيبة والقارئة أن تكون قنوة للنساء في كل الأمور ابتداءً بحجابها وأخلاقها والتزامها وحتى تعاملها في البيت مع زوجها وأولادها، وعليها أن تقرأ الأحاديث من المصادر الموثوقة وأن لا تعتمد على الروايات المتداولة من دون أن ترجع إلى مصدر الرواية.

كلمة أخيرة،

أقدم شكري وامتناني لكل العاملين في هذه المجلة والذين هم جنود مجهولون، أدعولكم بالموفقية والنجاح في الحياة بجوار أبي عبد الله الحسين (عليه السلام) وأخيه باب الحوائج إلى الله أبي الفضل العباس (عليه السلام).

وهل

هناك

قصائد معينة

تقرأها في كل دولة؟

طبعاً القصائد في العراق لا أقرأها في لبنان أو في دول الخليج، ففي البلاد العربية أركز على قراءة الشعر القريض وإذا قرأت الشعر الشعبي فأحرص على أن يكون بلغة يفهمها الجميع.

كيف يتم اختيار القصائد التي تقرأها؟

أنا أعد القصيدة كطائر لديه جناحان فهو لا يستطيع الطيران بجناح واحد، الجناح الأول هو الكلام وأما الجناح الآخر فهو اللحن والطور... قد يحصل أن يكتب الشعراء مواضيع يراها الرادود فيختار القصيدة، وعليه أن يختار بدقة وعليه الاعتماد عن القصائد التي يسهل فهمها وتستغلها بعض الفضائيات المأجورة التكفيرية فليتنا أن لا نعطي فرصة لهؤلاء.

هل لديك طقوس معينة قبل الصعود إلى المنبر؟

باعتقادي أن كل قارئ يجب أن يكون على وضوء؛ لأن المنبر مقدس ولعظمته ومقامه فإن الناس تتبرك به، وأقرأ آية الكرسي خمس مرات لأن لها تأثيراً كبيراً في قراءتي للمجلس فهي تسبب لي حالة روحانية فاشعر بقراءتي نافذة ومؤثرة وما يخرج من القلب يدخل إلى القلب.

في الفترة الأخيرة وبعد أن أصبح لدينا حرية

دينية ظهرت بعض الأصوات خرجت عن خط

المسيرة الحسينية بحجة التجديد أو إضافة شيء

للمنبر، ما رأيكم بهذه الظاهرة؟

مع الأسف البعض من هذا الجيل ليس لديه علم ماذا يفعل! هو يريد أن يجدد ولكن تجديده أساء للقضية الحسينية. حينما بدأت أقرأ كانت هناك أصوات (مله) حمزة، والشيخ وطن، والشيخ عيد الرضا، والشيخ ياسين) كانت لديهم طريقتهم الخاصة، أنا جددت ولم أخرج عن الإطار الأصلي فأضفت الأبودية للردة

أعوام

طوال

وسنين عجاف مرت على

العراقيين حرموا فيها من الحرية

بكل معانيها، حرموا من التعبير عن آرائهم، حرموا من العيش الرغيد، حرموا من العيش بكرامة، حرموا من أداء طقوسهم الدينية، حرموا من البكاء على الحسين (عليه السلام) وزيارته، فكان من استشهد في سبيل عقيدته، وكان من فر بها إلى المهجر ليستمر بأدائها، وعلى الرغم من التعتيم والتهديد الذي كان سائداً في زمن النظام فقد كان صوته يصدح بترانيم الولاء الحسينية ولا يخلو بيت من كاسيت حسيني يسمع فيه صوت ملا جليل وهو يبكي للعراق جاعلاً من القضية الحسينية قضية الشخصية، وكان لاختياره للقصائد التي يقرأها أثر في إطلاق الصرخات الثائرة بوجه الطاغية، فلا تنسى (يا علي بايعناك)، (لو قطعوا أرجلنا واليدين) وغيرها من القصائد التي بثت روح الأمل بالخلاص في نفوس المؤمنين.

استقبلنا في مقر إقامته في كربلاء ورأينا فيه إنساناً كريم المحيّا تشعر بأنه متواضع مع ما يحمله من هبة العظماء التي يلبسها الإمام الحسين (عليه السلام) إلى خدمه، يحمل أخلاق أهل البيت (عليه السلام)، فكان على قدر مسؤوليته حمل الرسالة الحسينية التي حملها منذ السبعينات من القرن الماضي وإلى الآن، كان حوارنا معه كالآتي:

لديكم قاعدة جماهيرية عريضة نود أن نعرف

بدايتكم مع المنبر الحسيني؟

ترعرعت في أحضان كربلاء وعشت القضية الحسينية بكل تقاسيلها فسرت بدمي وعاشت في روحي، كان للمكان تأثير كبير عليّ وكان الذي يسجل قصائد حمزة الزغير وكنا نسمعها في البيت وهذا ما جعلني أنجذب لهذا الخط، كان هذا في السبعينات من القرن الماضي وحينما كان عمري (١٢) سنة كنا من ضمن الضحايا الذين هُجروا في حملات التهجير التي شنها النظام البائد وكانت بدايتي في المهجر.

كيف تميز ذوق الجمهور من دولة لأخرى

ثراء وإثراء

نادية حمادة جاسم الشمري

والخصائص التي فضلت بها على بنات جلدتك ونساء الأنبياء، فما هي الأقرب لك؟

أعز بجميع الأنبياء والرسول وهو ركن من أركان الإيمان، لكن أثلج قلبي قول أبي الأنبياء علي نبينا وآله وعليه أفضل الصلاة والسلام: "إني لسيد البشر يوم القيامة إلا رجل من ذريتي، نبي من الأنبياء يقال له: محمد صلى الله عليه وآله، فضل علي بالثنتين: زوجته عاونه وكانت له عوناً، وكانت زوجتي علي عوناً، وإن الله أعانه على شيطانه فأسلم، وكفر شيطاني".

ومن خلال تنقلنا من نجمة إلى أخرى من نجوم حياتها الزاخرة توقفتنا عند الإيثار الذي ازداد به ضياؤها نوراً في السماء وتالقاً، أوصى الاسلام بالإيثار وكان قديك من النبي ﷺ أصل الإيثار ومعدنه فالأ أطلعتنا على درة من درر هذا البحر الزاخر لتزدان بها ذاكرة الزمان؟

لمحت في عينها دمعاً منهمراً لما أنزل الله تعالى: (فَاصْدَعْ بِمَا تُؤْمَرُ وَأَعْرِضْ عَنِ الْمُشْرِكِينَ) / (الحجر: ٩٤)، قام حبيب قلوبنا أبو القاسم عليه أفضل الصلاة والسلام وتنادى من على الصفا ثلاثاً: "يا أيها الناس إني رسول الله رب العالمين" فرمته الناس بأبصارهم، وعاد وقالها بابي وأمي ثلاثاً على المروة ورمته الناس بأبصارهم إلى أن رماه أبو جهل (لع) بحجر فشج ما بين عينيه، فجاءني علي مسرعاً، وخرجنا نبحث عن نبي الله محمد ﷺ وكنت قد استبطنت الوادي وأنادي: من أحس لي النبي المصطفى؟ من أحس لي الربيع المرتضى؟ من أحس لي المطرود في الله؟ من أحس لي أبا القاسم؟ وتابعت هذه التهمة حشرات توهجاً بتصدي النبي محمد المصطفى ﷺ تلك الحجرات.

سيدتي أم المؤمنين أوصلتني إلى سؤال يجول في خاطري، ماذا يعني لك الحصار في شعب أبي طالب؟

(رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْمُرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ) / (البقرة: ٢٨٦)، حتى أخذ صدى صوتها يتضوي بشمعة هذه الآية الشريفة، وأنت اللقاء بنثر نجوم لا تقل بريفاً من سنا نجمها، لم يتسن لي سؤالها، فسألت خيوط القمر الفضية: لأي الأعمال هي تحفة؟ أجابني بعد أن متحنى إحداها ورسم لي طريقاً قد عده لي مسيقاً، إنها نفحات زيارة عاشوراء فالسلام عليك يا خديجة الغراء.

ومن خلال ثقلي من نجمة إلى أخرى أعجبت بإحدى النجمات وهي نجمة الثراء ولقد قرأت خلوطها العريضة في الثراء من تدبير سليم، واختيار الشركاء المتميزين بالحنكة التجارية، وهذا يسبقه توفيق من الله عز وجل وكما قرأت في نهاية ضوء هذه النجمة الشكر والحمد أن آلت هذه الثروة إلى نشر الإسلام وتحقيق أهدافه قال رسول الله ﷺ: "ما نفعني مال قط مثل ما نفعني مال خديجة".

من هذه المقولة تشعبت عدة إضاءات في سماء أحسست لنسبي حباً، ألا لنا والـ



ويرأيك ما هي اللغة التي تجديتها تستطيع أن تصوغ لنا هذه الشمائل العظيمة؟

دنى فرمى من قوس حاجبه سهماً فصادني حتى قتلت به ظلماً وأسفر عن وجهه وأسبيل شعره فبات يباهي البدر في ليلة ظلماً وبما أن الجزيرة العربية تعج صحارها وقنارها بالشعر والشعراء، بات الشعر هو اللغة التي تعد آلة من آلات الإعراب عن أصدق المشاعر، وهو محك حقيقي للمرأة العربية لإظهار براعتها الأدبية. سيدتي حباك الله عز وجل بالعديد من المميزات

في العاشر من شهر رمضان المبارك نشر القمر الذي لم يكتمل طورهُ ضياءً على سماء تثاررت وازدانت بنجوم متلاثلة، فلمحت عينا في صفحة السماء نجمة ذات بريق أخاذ تقتبس من ضيائها نجومات أخريات، وفي لحظة الإعجاب منحتي القمر سلماً لأرتقي وأزنو على أوصاف هذه النجمة التي شدت قلبي، فصفاها التي امتلكت من الحسن والجمال البارعين والوقار، فسألته معجبة بجمالها على أي الأضواء زنتي؟ أجابني: زنت على أرض مكة، وبين طيات جبالها لاحت لي قبيلة قريش التي تعود جذوري لها.

لماذا اخترت أن تكوني نجمة العفة والحياء في سما الصحراء العربية؟ لم اختر أن أكون نجمة في سما الصحراء بقدر ما كانت مشيئة الله عز وجل. أم المؤمنين، لكل توهج أسبابه، ألا عرفتنا أكثر عن سبب هذا التوهج الذي تمتلكينه؟

لقد حباني الله عز وجل بالأصالة من حيث النسب، فتسبي من جهة الأب هو خديجة بنت خويلد ابن أسد ابن عبد العزى بن قصي بن كلاب (قصي بن كلاب) هو الجد الرابع لرسول الله ﷺ وهو نسب خاتم النبوة محمد بن عبد الله بن عبد المطلب بن هاشم بن عبد مناف بن قصي بن كلاب، أما سلالتي من الأم فأنا خديجة بنت فاطمة بنت زائدة بن أصم بن ربيعة بن حجر بن عبد بن مغيص بن عامر بن لؤي بن غالب، ولؤي بن غالب هو الجد الثامن لرسول الله ﷺ، فقبل أن تتحد أرواحنا اتحدت جذورنا في الجد الثامن والتاسع والعشرين في نبي الله إسماعيل وإبراهيم الخليل ﷺ.

شد ناظري وهج نجمة برقت عطفاً وحناناً، فسألته ما لهذه الصفة تتوهج من غير أن ينضب وهجها؟

أجابني وقد امتلأ محيهاها عطفاً وحناناً إن الإحساس بالغير له قيمة بجميع الأبعاد الإنسانية ويزيد من أواصر ووشائج المحبة وتماسك المجتمع، فالمعطف على الصغير، واحترام الكبير، واحتواء الفقير يطفئ غضب الرب.

فسألته، ألا ذكرت لنا موقفاً على ذلك؟ أجابت وأشرأت محيهاها بحمرة: كنت أحتفظ بتحفة من الطعام لخاتم الأنبياء محمد ﷺ ورفيقته بعد عودتهما من رحلتهما الشاقة.

الروح المؤمنة تبحث عن نور الله تعالى

♦ حوار: ليلى إبراهيم الهر



هناك فرق بين الاسلام

والمسلمين ؛ فليس كل

المسلمين يطبقون الاسلام

بتعاليمه السمحاء

وبدأت أصلي وأعلنت إسلامي ولم أتوقف عن أداء الصلاة يومياً لأن، وفي أثناء ذلك سافرت إلى تركيا وإيران لإكمال بحوثي في الدراسات الإسلامية والتجول في المساجد والتعرف أكثر على الإسلام والمسلمين، ثم رجعت إلى كندا وأنهيت البكالوريوس ثم عدت إلى مصر وتزوجت بعد شهرين من إسلامي.

ما هو شعورك وأنت تحسّين وكأنك ولدت حديثاً ودخلت عالماً جديداً وأنت كبيرة هل هو إحساس صعب؟

بالعكس هو ليس شعوراً صعباً بل مميزاً، فأنت تعرفت على الإسلام منذ ولادتك وإلى الآن بالتدريج ولا يمكن أن تحسّ بنفس الشعور الذي أحس به أنا، فأنا ولدت أمريكية عادية وجذبني شعوري إلى التعرف على الطريق الصحيح، وها أنا ذا أصل إليه وأتمنى من الله سبحانه وتعالى أن يغفر ذنوبي ويهدي عائلتي إلى طريق الصلاح.

هل استطعت التأثير على الأصدقاء والأهل والأقارب وكيف تحاولين نشر الإسلام؟

نعم، استطعت إيصال ما ترجمه عقلي عن الدين الإسلامي، فقد أوصلت فكرتي إلى صديقتي اليابانية التي كانت تعتق البوذية من دون التزام، وشرح الله صدرها للإسلام وهناك الكثير من الأصدقاء الذين أخذوا يفهمون معنى الإسلام.

ما هو المنهج الذي اتبعته لنشر الإسلام؟

كان الإمام جعفر الصادق (عليه السلام) هو المثل الأعلى الذي اتخذته نبراً لحياتي في نشر الإسلام وتعاليمه، فبدأت

الحاجة روز أصلان الأمريكية بزيارتها مكتبة ودار مخطوطات العتبة العباسية المقدسة لغرض الدراسة والاطلاع تعرفنا عليها وكان لنا هذا الحوار معها ومن الطبيعي أن يكون أول سؤال عن ولادتها ونشأتها وديانة أسرتها فقالت:

ولدت في سان فرانسيسكو بولاية كاليفورنيا، من أسرة يهودية، لم تتخذ من الشرائع الدينية تبعاً ترتشف منه الأحكام الدينية والراحة الروحية التي تسعى لها النفس البشرية الباحثة عن الحقيقة في زمن السراب.

كيف كانت بداية تمردك على واقع كونك يهودية وبدأت رحلة البحث عن الحقيقة؟

في عمر (١٢-١٣) سنة أخذت أدرس عن الأديان كل من (اليودية، اليهودية، المسيحية، الهندوسية.. وغيرها) وكان شيء في داخلي يجذبني أن أدرس وأبحث عن تفاصيل تلك الأديان لكنني لم أدرس عن الدين الإسلامي ولم أسمع عنه فلم يكن معروفاً لدي نهائياً، وحين دخلت الثانوية شدي التأمّل في الدين البوذي ومع أنني بقيت لمدة سنتين اعتنق هذا الدين إلا أنني أجد هناك شيئاً ناقصاً فليس عندهم إيمان بالله كالأديان الإبراهيمية مع أنني أحببت التأمل كثيراً.

أول مرة تعرفت فيها على الدين الإسلامي كان عمري (١٥) سنة حينما ذهبت مع أهلي إلى فلسطين، وفي مدينة عكا سمعت الأذان فتعجبت كثيراً فهو شيء من فوق العالم، وهو ليس من كلام الدنيا هو شيء من الآخرة لم أفهم أي شيء منه، ما هو؟ ولا ماذا يعني؟ لكنني تأثرت كثيراً وأخذ هذا الشعور يلازميني أن أعترف على هذا الشيء ومكوناته، وعند عودتي إلى أمريكا بدأت أقرأ عن الدين الإسلامي.

ذهبت إلى مصر كي أدرس اللغة العربية والدراسات الإسلامية، فعشت هناك سنة واحدة إذ تعرفت على الناس وأعجبت بهم كثيراً وتعرفت على الإسلام من خلالهم ومن خلال تعاملهم وحسن أخلاقهم وطيبتهم اللامتناهية، إضافة إلى كرمهم وحسن ضيافتهم وقد طبعت هذه الطيبة طابعاً مميزاً لهذا الدين العجيب، ولم تصادفتني في حياتي كأمريكية مثل هذه الطيبة.

كيف كان دخولك للإسلام؟

أحسست قبل أن أدخل للإسلام أنّ هذا ديني، فقد كنت أحس بالاطمئنان والسلام والسكينة بوجودي في المساجد ولأود الخروج منها، وكنت أتوصلوا في الخاصة وأناجي ربي، وفي بداية سنة ٢٠٠٢م اشترت كتاباً لتعلم الصلاة

بنفسي من خلال تطبيق الإسلام في تصرفاتي.

هل واجهتك مصاعب معينة جراء دخولك الإسلام؟

ليست مصاعب بمعنى الكلمة لكن أمي مثلاً حينما تراني أرتدي الحجاب الطويل والأسود فإنها تقضب ولا تبدي ارتياحاً، أو حينما أكون في أمريكا والجو حار وأنا أرتدي الحجاب فإن الناس ينظرون إليّ كأنني كائن غريب الأطوار.

بتعاشيك في المجتمع المسلم هل تحبين بعض تصرفات بعض المسلمين والتي لا تمثل الإسلام، فهل شكل لك نوعاً من الصدمة؟

لا، فأنا أحس بذلك، فهناك فرق بين الإسلام والمسلمين، ليس كل المسلمين يطبقون الإسلام بتعاليمه السمحاء، فهناك أناس ملتزمون بالإسلام كما هم الناس الذين جعلوني أعجب كثيراً به فأنا أسلمت نتيجة التزامهم بالدين وأخلاقهم العالية.

ما هو ملوحتك للمستقبل؟

بعد الماجستير رجعت إلى أمريكا لنيل درجة دكتوراه في جامعة كارولينا الشمالية، فالدراسة جعلتني أحس أن جهادي في بلدي بأن أعرفهم على الإسلام وتعاليمه وأؤدي رسالة مشروطة عليّ مسؤولية إيصالها إلى المجتمع الأمريكي وخاصة في الجامعة وذلك بأن ألقى المحاضرات وأقدم البحوث وأعقد الندوات والمؤتمرات.

ماذا تقولين للمرأة العراقية؟

أتمنى أن أرى العراقيات يدخلن الجامعة ويواصلن التقدم بالعلم والالتزام بتعاليم الدين، وأن لا يتركن المدرسة والتعليم حتى إذا تزوجت فعليها أن تكون أمّاً متعلمة ومتقنة، فالمجتمع يحتاج إلى الأم المتعلمة فذلك ينعكس على الأولاد.

عن ماذا تبحثين في رسالتك؟

أبحث عن المزارات الإسلامية من حيث البناء والزخارف والرسوم والزوار والعادات والشعائر الحسينية.

أختي القارئة تعطينا الأخت روز درساً بليغاً وهو ألا تقبل بالأوضاع التي تُفرض علينا، بل أن ندرس ونواصل الدراسة ونبحث عن الحقيقة بأنفسنا دون أن نقدم إلينا جاهزة، كذلك تبين لنا الحاجة (روز) أنّ الأخلاق الإسلامية والالتزام بها تجلب الشعوب وتبهرهم، فعليها الالتزام بها والاعتزاز بها فإن ديننا خير دين، كل ما علينا هو التعرف عليه أكثر والالتزام به.

أهات وأمل

أنا متزوجة منذ عشرين سنة وأعيش مع أهل زوجي، مشكلتي تكمن في أن والد زوجي وزع تركته على أولاده وهو حي ومن ضمنها البيت الذي نعيش فيه والذي سجله باسم زوجي وهو بيت العائلة، أصبح وضعي حرجاً كوني ألتزم بالحجاب أمام إخوة زوجي ولا أشعر بالحرية حتى في الأكل، فهم يتدخلون في حياتي وفي تربية أولادي ولا أستطيع ترك البيت؛ لأنه بيت زوجي. ماذا افعل؟



مجلة رياض الزهراء...

عزيزتي كان عليك منذ البداية أن تضعي حدوداً تستطيعين من خلالها ممارسة حياتك بشكل أفضل، الآن عليك أن تُقنعي زوجك أن يضع حلاً لك بشرط أن لا يؤذي أهله خصوصاً وأن البيت باسمه وهو بيت العائلة، من الممكن أن تستقلي بحياتك بأن تفصلوا جزءاً من البناء وتوضحوا أسباب الاستقلال للعائلة بأن أولادكم قد كبروا ويحتاجون إلى مكان مستقل ليعيشوا فيه، وهذه الحالة منتشرة بكثرة الآن ولا أعتقد أنهم يمانعون في ذلك وأنصحك بأن تبقي على اتصال مستمر معهم وأن لا تقطعي علاقتك بهم.

د. إيمان الموسوي

قلب أمي

لم أعلم منها إلا لغة واحدة وهي لغة الضرب والعنف، ولم أسمع كلمة تُطرب بها أسماعي، وتحملت من التساوة ما يتصدع له الحجر الصلد، وكأنها ليست بأمي، وكنت دائمة الخوف منها، كانت ترشقني بنظرات الشك المريبة، ولم أعلم لأي سبب وأي ذنب اقترفت، كنت أتمنى أن أبوح لها بما يخالجني من مشاعر فرح أو حزن ومن شدة حاجتي لقلب أم حنون، لطف بي ربي بقلب حنون عطوف قد أغدق علي بكل الحب والحنان، إنه قلب صديقتي فعلاً إنه قلب أم.

ام محمد



تنهدات زوجة

♦ أم مريم

الإنسان الذي بداخلك وتشاركك في أفكارك وأحلامك وطموحاتك؟ أم أنك مكتفٍ بي كمربية لأطفالك ومديرة لمنزلك؟..
أهذا هو هدف الزواج الذي جعله الله رباطاً مقدساً؟ إذ جعل له بنوداً ومواثيق حتى لا تُخدش قدسيته، وجعل فك هذا الرباط أبغض الحلال عند الله بعد أن تُستفد كل الطرق للإصلاح.
والآن كيف لي أن أفك طلاسك؟ أجيني..

والأمر أنك تهرب من عيني؛ حتى لا ترى فيهما ما أبحث عنه.
لماذا تشيح بوجهك عن حبي؟.. لماذا تشحذ مديتك لقتله؟.. لماذا تشد مشاعر فياضة أحلها الله لنا؟.. لماذا تطوق علاقتي بك بطوق الأطفال والمجتمع؟.. لماذا لا تغاطب المرأة التي في داخلي؟.. ألا تعتقد أنها تحتاج إلى من يُخرجها من شرنقتها التي صنعتها بيديك؟.. ألا تظن أنها بحاجة لتشعر بأهميتها في وجدانك؟.. وأنت! ألا تحتاج إلى إنسانة تحاكي

تُهاجم لحظات صفائي المخاوف، وتقترب أحلام أمنياتي الكوابيس فتمزق وشاح السكينة في نفسي جاعلة منها أشلاء مبعثرة على مقبرة الحب الموهوم..
نعم، الحب الموهوم هو ليس كلمة تُقال لتخترق المسامع وسرعان ما تتلاشى بمجرد الانتهاء من نطقها... إنما هو إحساس جميل قد افقدته، إذ كنت وما زلت أبحث عنه عبثاً في عينيك عليّ أجد بريقاً منه يعيد لي كرامتي المهذورة كامرأة؛ ولكن دون جدوى... والأدهى

تنهدات زوج

بالمعين الصالح؛ لأن كل ما نهلته منه كان عذباً زلالاً لا تشوبه شائبة..
لقد راعيتني وأرهبتني هذه الكلمات (تشيح بوجهك، تشحذ مديتك، تشد المشاعر) والتي أيقضتني على حقيقة كنت غافلاً عنها ألا وهي حبي لي..
من الآن حبيبتي ستري بيدي باقة ورود حمراء بدل المديّة، وسأغدق عليك الحب الذي وصفه الله تعالى بالمودة والرحمة في كتابه الكريم، وسترين كتاباً مفتوحاً بدل الطلاس التي حيرتني..

صعبة، وأنا أجاهد حتى أوفر لكم العيش الكريم وأشبه هذا الكلام.. بل أقول لو تسنى لك وفحت قلبي لرأيت نفسك متربعة بكل ثقلك، ولكنك تخفين خلف تراكمات الزمن وصدا السنين وأناية الرجل الذي بداخلي والذي يكابر أن يعترف لك بحبه أو يبينه لك، فقد تعود هذا الرجل بأن يتقبل كل شيء يصل إليه ولا يكلف نفسه أن يشكر في أن يبادل المقابل بنفس الشيء..

لقد عودت نفسك على العطاء وعودتني على الأخذ.. فلم يخطر لي بأن النبع الذي أنهل منه قد يكون محتاجاً إلى راقد يغذيه

غريبة هذه النفس البشرية فلم يستطع فك طلاسها العلماء ولا الأطباء.. تسأليني عن فك طلاس صديقي يا عزيزتي لا يوجد لدي شيء أخفيه، وليست نفسي معقدة لدرجة الطلسم، فأنا رجل بسيط لا أبحث عما وراء الأشياء، أتعامل مع الذي أجده لا أبحث عن غيره.. أنا لا أتصور أن تشعرني بإهدار كرامتك كامرأة بسببي، ولا أتعهد الهرب من عينيك.. قد أكون مهملاً لك، ولذلك فإنك لا تجدين الحب في عيني.. لا أريد الدفاع عن نفسي وأرسل على مسامحك كلاماً قد عهدت به مثل الذي يتذرع به الرجال بأن الحياة أصبحت

✦ عبير حسين

وكالمعتاد جلسنا أنا وأمي لتكملة حوارنا فقلت لها: لماذا نعصي الله يا أمي؟ فقالت: لأن هناك ما يشغل الإنسان عن الالتفات (قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيرًا) / (طه: ١٢٥)، فالإنسان لم يكن أعمى بصر بل أعمى قلب، فلم يدرك آيات الله وأن الآخرة ظرف ظهور الجزاء لا وجود الجزاء فما كان خافياً في الدنيا نستطيع رؤيته يوم القيامة، فقلت لها: ولما لا نرى في الدنيا؟ قالت: بسبب المعاصي نحرم من النظر إلى باطن العمل (كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ) / (المطففين: ١٤)، فقلت لها: وهل للعمل باطن وظاهر؟ فقالت: مثل أكل أموال اليتيم الظاهر هو لذيق والباطن نار فمن خلال العمل يحصل على الممكات: لأن العمل هو الذي يحدد مصير الإنسان، وقلت لها: وما علاقة الممكات بالعمل؟ قالت: هناك ارتباط بين العمل والممكة وكما تتحقق هذه الممكة لا بد للإنسان من القيام ببعض الأعمال التي تؤهله إلى حصولها في نفس الإنسان كما أنها ليس قابلة للانفكاك، فقلت لها: وكيف هذا؟ فقالت: من خلال

التكرار تصبح جزءاً من الإنسان، فقلت لها: وهل تبقى ملازمة هذه الممكة حتى في الآخرة؟ فقالت: أكيد يا عزيزتي: أولاً لأن الإنسان يرى الأعمال يوم القيامة، ثانياً: إن العمل ونتيجته لا ينفكان عن العمل، ثالثاً: العمل يوم القيامة ناطق وإن كان صامتاً في الدنيا فينطق بالحق، رابعاً: أن عمل الإنسان يعين كيفية علاقه مع الواقع الخارجي، أي الأشياء الخارجية التي خلقها الله قد تكون معيئة وقد تكون معيقة، ثم سألتها: وكيف يتعين ارتباط الإنسان بواقعه الخارجي بحيث يعيشه أو يعيقه؟ فأجبت: إن الذي يعينه بالواقع الخارجي وبالعالم هو عمله فإذا كان صالحاً رأى العالم جميلاً معيئاً له، وإن كان طالحاً فإن نفس هذا العالم يراه معيقاً، لذلك الملوك الذين يراهما كل إنسان في قبره يراهما الفاجر بمنظر كره ويسميان منكر ونكير ويسميها المؤمن بمبشر وبشير، أما الآن سأبين لك كيفية ارتباط العامل وعمله.. إن الكيفية التي يرتبط بها العمل بعامله تمر بثلاث مراحل وهي الحال والممكة ثم الاتحاد أو التحقق، المرحلة الأولى:

تعني حصول حالة معيئة لدى الإنسان ولكن سرعان ما تزول بزوال المؤثر وهو قبيل صفة الخوف من قبيل أن يسمع موعظة في مسجد وتزول بمجرد الخروج من المسجد، ثانياً: الممكة يتعسر زوالها كمملكة الشجاعة في الشجاع والعدالة في العادل وإذا زالت فسرعان ما تعود كما بينت لك في السابق تصبح جزءاً من الإنسان، ثالثاً: الاتحاد وفي هذه الحالة تكون الممكة جزءاً من وجود الإنسان لا يمكن زوالها وهي أول درجة العصمة ولذلك لا يمكن تصور صدور المعصية إشارة إلى أن هؤلاء ليس عملهم صالحاً فقط وإنما ذاتهم صالحة أيضاً لأن الصلاح أصبح متحداً مع ذاتهم، ومن الواضح أن الذات لا يصدر عنها إلا ما ينسجم مع طبيعتها (مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ أَمْثَالِهَا) / (الأنعام: ١٦٠) ولم يقل (من عمل الحسنة فله عشر أمثالها) والأكثر من يعمل الحسنة ولكنها بعد ذلك تزول ولا تبقى لأنها "حال" لا مملكة فإذا استطاع الإنسان أن يجعلها متجذرة وجزءاً من وجوده جاء بها يوم القيامة وله عشر أمثالها.



تأثبات في الطريق

إذا ذهب فلن يعود

أن أغير معاملتي له ولأطفاله وللآخرين إلى الأحسن ولكن دون جدوى... إلى أن أصبتُ بمرض مستعص لا علاج له إلا رحمة الله سبحانه وتعالى... هنا بدأت حياتي تتغير فقد أفلعتُ عن افتعال المشاكل وبدأتُ بالالتزام وغيّرتُ معاملتي مع كل المحيطين بي جذرياً.. واستطعتُ أن أندوق حلاوة الإيمان بعد أن ملأتُ قلبي بمرارة المعاصي... وكم ندمتُ إذا يفيد الندم على سنوات حياتي التي قضيتها في ارتكاب الآثام، فاستغفرت ربي وطلبت المغفرة من كل الذين أذيتهم، ولكن كان هناك شخص وفقتُ أمامه خجلى وأنا أطلب منه السماح، وعلى الرغم من أنه سامحني ظاهرياً رافقاً بحالي إلا أنني على يقين تام بأن داخله ساخط عليّ، لأنني ملأتُ قلبه قبحاً وألماً.. فهل لي توبة ومغفرة ما دام زوجي غير راض عني بقلبه.. لا أظن ذلك... كم أتمنى أن يعود بي الزمن إلى الوراء لأغير كل شيء.. ولكن أنى للزمان أن يعود، فكل شيء يمكن تعويضه، إلا الزمن إذا ذهب فلن يعود.

مؤامراتي تتجح نجاحاً باهراً وفي نفس الوقت أظهر لها بأنني أحبها وبأنني أقف في جانبها وأظهر لها بأنني أحب إخوتي وخصوصاً أمام أبي، فقد كنت أظهر الحب وأضمر الكراهية التي أعمت قلبي وعقلي. مرت السنين والأعوام على هذه الحالة ثم تقدم لي شخص وافق عليه أخوالي فقط للخلاص من مشاكلني لأنني كنت عبارة عن كتلة من المشاكل التي لا أول لها ولا آخر، فتزوجته وكان دأبي مع أهله نفس دأبي مع أهلي (افتعال مشاكل، وإظهار الحب مع إضمار الكراهية) وحتى مع زوجي كنت أفعل نفس الشيء، إلى أن بدأت أكرهه ولا أطيقه أعلمون لماذا؟ لأنني لم أعلم غير الكراهية، لم أشعر بحب لأي أحد في حياتي، حتى أمي لم أكن أحبها، ولذلك فقد تجرأت على فعل الخطيئة لأنني لا أحب زوجي ولم أعرف معنى الإخلاص فهذه الكلمات لم تدخل قاموس حياتي. لقد تحمل زوجي الكثير من مساوئي ليحافظ على أطفالنا من الضياع، وكان ينصحني

أحمل من الحقد ما يكفي لتدمير العالم ولدي من الكراهية ما يكفي للجميع، أنا لا أذكر من طفولتي إلا أنني عشت مع أهل أمي بسبب طلاقها من والدي، وكان سبب الطلاق أن وقع خلاف بين أبي وبين أخوالي مما جعل جدي والد أمي يجبر والدي على الطلاق، وكان رضوخ أمي لأبيها وإخوتها هو السبب الرئيس في حدوث هذه الكارثة.

حرص أخوالي على زرع الكراهية ضد أبنينا وضد كل ما يمت بصلة له، فأنا وأخي لم نحب في يوم من الأيام والدي على الرغم من محاولاته للاتصال بنا والسؤال علينا وحتى حينما تزوج بامرأة أخرى كانت زوجته تتودد إلينا وتشترى لنا الملابس ولا تفرق بيننا وبين أخوتنا من أبنينا، ولكن كيف لسنين من الحقد أن تتصرم وكيف لجبال الكراهية أن تتزلزل وتهدد، كنت أستغل وجودي في بيت أبي حينما أزورهم بين الحين والآخر لعمل المشاكل بين زوجة أبي وبين جدي وجدتي وبين عمي مثلما أفعل مع أخوالي وزوجاتهم، وكنت أشعر بالسرور وأنا أرى آثار

نسمة

شهر



أفضل النصائح للاحتفاظ برشاقة الجسم في شهر رمضان

♦ رفل عمار

الدقيقة والغليظة فيمتنع الإمساك، إضافة إلى أن تناول التمر باللبن يساعد على إمداد الصائم بالطاقة الحرارية فتسد الشهية وتمنع الصائم من تناول كمية كبيرة من الطعام.

أما في حالة عدم وجود التمر المنقوع فيفضل بالنسبة للراغبين في إنقاص سريع للوزن تناول الشورية الدافئة وهي من أهم المنبهات للمعدة لتبدأ ممارسة عملها.

• كما أكد الخبراء على أهمية وجبة السحور لأنها تسمح بتوزيع الطعام على فترتين (الإفطار والسحور) وهي مهمة لتنشيط الجهاز الهضمي، وكذلك المحافظة على مستوى السكر في الدم في فترة الصيام، وأكدوا على ضرورة تقسيم الإفطار على مرتين والسحور على مرتين حتى يتم تناول الطعام بالتدرج المعتدل وليس التهام الطعام بشراهة بعد الجوع الشديد، فيؤدي إلى زيادة كمية الأكل على الحاجة المطلوبة، وأيضاً تكون الأمعاء قد تبهت بعد هذه الفترة الطويلة من الصيام، فتقوم بعملية الامتصاص والهضم بصورة مثالية ولا تحدث زيادة في الوزن.

التي تسبب حدوث ارتفاع في ضغط الدم وحجز الأملاح في الجسم.

• يمكن تناول عصير قمر الدين مرتين في الأسبوع، ولكن بشرط أن يكون اليومان متباعدين، وأنسب وقت لتناول الحلويات يكون بعد الإفطار بثلاث ساعات حتى يتم هضم طعام الإفطار جيداً، لأن تناول كميات كبيرة من الحلويات بعد الإفطار مباشرة تؤدي إلى تخزين الزائد على الحاجة في صورة دهون تحت الجلد وهذا يؤدي إلى زيادة الوزن والبدانة ومن ثم ارتفاع ضغط الدم والكوليسترول.

• يفضل جميع خبراء التحفيف التكبير في الإفطار والتأخير في السحور، إضافة إلى أن ذلك الأمر يعد ضرورياً حتى يتم الهضم الكامل للطعام ولتجنب السمعة.

• أكد الخبراء على أهمية تناول التمر باللبن في حدود تمرتين، ويكون اللبن منزوع الدسم لأن التمر باللبن يساعد على تنشيط الحركة الدموية للأمعاء

يمكنك سيدتي أن تحتفظي برشافتك في شهر رمضان عند تناول الأطعمة المتنوعة، وبعد المحشي من أكثر الأكلات المفضلة لدى العراقيين على الرغم من أنه ضد الرشاقة، لذلك نقدم لك مجموعة نصائح يمكن من خلالها تناول المحشي ولكن بدون أضرار:

• تناول المحشي ولكن يجب زيادة الخضرة أو اللحم المفروم بداخله والتقليل قدر الإمكان من الأرز أما عدد الوحدات التي يمكنك تناولها فقط حتى لا تحدث زيادة في الوزن: (محشي الملفوف " 5 وحدات"، محشي البصل " 2 وحدات"، محشي ورق العنب " 5 وحدات"، محشي الباذنجان " 4 وحدات"، محشي الكوسة " 7 وحدات"، محشي الطماطم " 5 وحدات").

• أكد معظم خبراء التحفيف على ضرورة الإكثار من العصائر الطبيعية مثل عصير الليمون أو البرتقال في شهر رمضان للحفاظ على رشاقة الجسم وحيويته بشكل أكبر من العصائر الأخرى مثل قمر الدين، وعرق السوس الذي يعد من أكثر العصائر

حتى يكون مطبخك...

سا حراً

♦ زهراء مصطفى

لا بد أن يرتب المطبخ بحسب ما ترى ربة المنزل أنه سهل عملها أكثر ويتقلص من حركتها، حيث يتم وضع ضروريات كل منطقة على مقربة منها والمقصود بذلك تخصيص مراكز للعمل كالآتي:

- لا تستخدم المطبخ لتخزين أمور أخرى لا علاقة لها بالمطبخ والطبخ واحتياجاته.
- احفظي الأدوات الثقيلة في الدواليب السفلية والأدوات الخفيفة في الدواليب العلوية.
- ثم قومي بترتيب حاجات المطبخ على النحو الآتي:
- التوابل والزيت وملاعق التحريك والتدوير وأدوات حمل الأواني الساخنة تكون بالقرب من الموقد.
- تخصيص مسافة بين الفرن والثلاجة لعمل المعجنات بحيث تحتفظين بها في صواني الخبز وأدوات الخلط والدقيق والسكر.
- مواد التنظيف والمناشف والإسفنج تكون بالقرب حوض

الغسيل.

- الأكواب والأطباق تكون قرب الثلاجة أو في المسافة التي بين الثلاجة وحوض الغسيل.
- تبعد أدوات السفرة عن مراكز العمل داخل المطبخ ويفضل جعلها بقرب المائدة إن كانت داخل المطبخ أو بقرب الباب إن كانت المائدة إن كانت خارج المطبخ.

حساء الخضر



المقادير:

- قطعة جزر اصفر.
- ٢ بطاطة.
- بصلة صغيرة.
- ١/٢ كوب ماء أو خلاصة لحم.
- ١/٢ كوب حليب أو عصير طماطم.
- ملح وبهارات.

طريقة العمل:

- تغسل الخضر وتعد كل حسب نوعها وتقطع مكعبات أو شرائح رقيقة أما البصل فيقشر ناعماً.
- تقلي الخضر في الدهن لمدة خمس دقائق ثم يُضاف إليها الماء أو الخلاصة والملح والبهارات وتترك على النار إلى أن تتضج.
- يُضاف الحليب بعد ذلك أو عصير الطماطم في حال استعماله.
- يُغلى الحساء على النار لمدة خمس دقائق مع التقليب ويُقدم ساخناً.

تشريب اللحم بالبادنجان

المقادير:

- ١/٢ كيلو لحم.
- ٢ ملعقة عصير طماطم أو ملعقة أكل قليل من الحامض حسب الرغبة.
- معجون طماطم ويخفف بالماء.
- ٢ رغيف خبز.
- ٢ ملعقة أكل دهن.
- ماء حسب الحاجة.
- ١/٢ كوب حمص.



طريقة العمل:

- يُقطع اللحم ويقل في الدهن ثم يرفع منه.
- يُقشر الباذنجان وهو صحيح مع بقاء الرأس الأخضر ويقطع أسفله إلى أربعة أقسام إلى منتصف الباذنجان ويبقى بذلك صحيحاً ويقل.
- يُقل البصل في الدهن المتبقي حتى يشقر ثم يضاف إليه عصير الطماطم أو المعجون ويقل لمدة عشر دقائق ثم يُضاف اللحم والحمص والملح والبهارات والماء ويترك يغلي إلى أن يقرب نضج اللحم.
- يُضاف الباذنجان المقلي إلى القدر ويترك على النار إلى أن ينضج الباذنجان على أن يبقى فيه من الماء ما يكفي لغمر الخبز.
- يُقطع الخبز ويوضع في صحن عميق ويغمر بالمزيج مع ترتيب اللحم والبادنجان على وجه الخبز ويقدم حاراً.

كيفية التعامل مع اليتيم

الحلقة الأولى

٢- اتباع وسائل طبيعية في تهدئة الطفل والتخفيف من حزنه ولوعته والسماح له بالبكاء على أن لا يكون شديداً لئلا يسبب له البكاء أمراضاً عصبية.

٣- للعناية باليتيم في الأشهر الأولى من موت الأب أهمية قصوى فعليك الاستفادة من أساليب متعددة لإنهائه وصرف تفكيره عن الموضوع.

٤- إياكم وتلقين الطفل بأن الموت يحصل بسبب العقوبات لأن ذلك سيؤثر عليه عاجلاً أم آجلاً وسيسبب له أثاراً وأعراضاً جانبية كثيرة.

٥- أخبروه بمثولة الفقيد العظيمة والرفيعة واذكروا له الحسنات التي سيحصدنها لأن ذلك سيخفف عنه الكثير من الآلام.

٦- عينوا له أحد الأقرباء ليكون بمثابة أب له يشعر بالطمأنينة إلى جانبه حتى لا يظن بأنه وحيد ويقيم.

٧- عليك أيها الأم أن تحكمي ضبط نفسك وأن تفهمي الطفل بأن وظائف الأب قد أصبحت بمهديتك وأنتك لن تدعي أي خطر كان أن يهدد حياة الطفل.

من كتاب علم النفس وتربية الأيتام

إن موت الأب يُعد مصيبة للطفل وأحياناً بيعت على الإحساس بالذنب فيظن الطفل أن مصيبته لوالده هي السبب في وقوع هذه الكارثة، وهكذا سيفزع الاضطراب والهيجان كيانه، وشدة الصدمة على البنت أكثر من الصبي بكثير، ومن ثم فإن شعورها بالحزن أكبر ولكن بسبب تعلقها الكبير بالأم فإن شعورها بالوحدة أقل من الصبي، وأما الصبيان فإنهم سيشعرون بالوحدة القاسية والمؤلمة، ولذلك فإنه من الصعب على الأطفال نسيان حزن الموت أو إزالة آثاره، إذ يغوص الطفل في مأساة كبيرة وتعرض حياته للخطر فيشعر بأن العالم ليس المكان المناسب له وأنه غير قادر على الشعور بالطمأنينة والسكون، ولكن وجود الأم يثقل من أثار ذلك بشرط أن تتقيد الأم بالأصول والضوابط والأمور المهمة في هذا المجال، وللتخفيف من شدة حزن الطفل واضطرابه وأنه هناك سبل وطرق كثيرة يمكن أن يستفيد منها أقرباء الفقيد من هذه السبل:

١- تهيم الطفل معنى الموت بلغة يفهمها لتوضح لديه المسألة وتصبح مفهومة.

لنجرّب معاً

أسلوبك رقيقاً وطيباً وأن تشعره بأنك تتحدث لمصلحته ومن جانبه، حتماً ستشعر بارتياح الضمير وفي الوقت ذاته قد تكسبه صديقاً حميماً أو يكون مصدر ثقتك، بقي أن نقول أن هذا الشخص قد يكون زوجاً أو زوجة، أخاً أو أختاً، أباً أو أمّاً، صديقاً أو رفيقاً.

ليست بالأمر الهين لكنها تطرح نتائج مثمرة، مثلاً: لو أن شخصاً تشعر أن الحوار والنقاش معه يدور في إطار حلقة مغلقة وأنه متمزق برأيه إلى أبعد الحدود هنا تتساءل كيف السبيل إلى الحوار معه؟
الجواب هو: المكافحة هي التي تُمَدُّ أوامر المحبة والمودة وتُربك روحياً ممن تريد أن تكاشفه بشرط أن يكون

♦ بتول حسين كمار

تسمو النفوس حينما تترفع عن أمور لا قيمة لها، وترتفع في العمل بما شرع لها وتطبيق ما لها وما عليها لترتقي بالمستوى الأعلى، وتتجسد روح المعاني بالعمل بتعاليم الإسلام التي لها الأثر الكبير في ارتقاء المجتمع، المكافحة: أمر يحتاج إلى شجاعة وثقة بالنفس وهي

جلباب المغفرة

إلهي خاب الوافدون على غيرك... إلهي طمّوح الآمال قد خابت إلا لديك... فلنجعل شهر رمضان مملوءاً بأعمالنا الدينية والقرآنية بدل أن نملأه بوصفات الأكلات والطبخ والحلويات... لنخرج من إطار المطبخ قليلاً ولننظر إلى عبدة شهر رمضان من منظار آخر برؤية جديدة يستحقها هذا الشهر العظيم.

التي لم تدمل والتي طالما حاولوا تضميدها وهي تجول بخاطرهم تلملم بقايا الأمان الذي افترشوه في ساعات غفلاتهم ناسين أو متناسين الحساب والعقاب... فيأتي شهر رمضان يحمل في يمينه الخير والبركات والفيوضات القدسية وفي يساره الفضيلة والعبادة والتقرب للخالق... يأتي مرتدياً جلباب المغفرة والرحمة...

♦ سحر كريم الموسوي / بغداد

ما إن يسدل الليل أستاره حتى تدور دورة الحياة الرمضانية فالأجواء العبادية الخاصة وثراتيل القرآن التي تخترق قلوبنا قبل أسماعنا مثل: (دعاء الافتتاح، ودعاء أبي حمزة الثمالي، ودعاء البهاء، وغيرها من الأدعية).
في شهر رمضان تترقرق دموع المذنبين لتغسل جراحاتهم

الرمضان

غذاء للروح وترويض للجسد

♦ تحقيق وحوار: أزهار عبد الجبار

الأخت أم حسن (موظفة):
كيف تهينين عائلتك نفسياً لاستقبال هذا الشهر الفضيل؟

شهر رمضان خير وبركة لكل الناس وندعو الله أن تكون أعمالنا فيه مقبولة، نحن نهين أنفسنا لرمضان منذ شهر رجب فتبدأ بالصيام وإقامة الأعمال الواجبة والمستحبة لدخول الشهر لكي ننقي أرواحنا من كل تبعة، أمّا عائلتي فأنا بدأت تهينهم لرمضان منذ كانوا صغاراً تحت سن التكليف فقد كنت أطلب منهم الانزواء بالأكل لكيلا يؤذوا مشاعر الصائمين بالبيت والخارج، وكنت أدعهم ليصوموا حتى أذان الظهر وأن يصبروا على الجوع والعطش ليتدربوا على الصيام حتى يسهل عليهم الصيام في الكبر، وكنت دائماً أقرأ لهم أحاديث الرسول ﷺ عن الصيام وفوائده وكيف هو صحة للجسم والعقل، ودائماً أقرأ أمامهم القرآن وأذكر لهم الآيات التي توجب الصيام وأحاول إفهامهم بأن هذا الشهر ليس للأكل والشرب والنوم والكسل، بل هو للعبادة وبالفعل فقد انطبع هذا عندهم ليصبح سلوكهم فيه سلوك الصائمين القائمين ووجدوا الراحة النفسية في الصيام والحمد لله.

الأخت (ه.ع):
ما الذي يجذبك ويثير اهتمامك في هذا الشهر؟

تجذبني الأجواء الروحانية الساحرة خلال أيام الشهر، إذ جميع المسلمين يقومون بهذه الشعيرة المقدسة، وفيه تزداد الروابط الاجتماعية قوة إذ تجتمع العوائل للإفطار في نفس الوقت، وتزول الضغائن وتذوب في النفوس متوجهة لعبادة الخالق الديان، ويتسابق الناس لفعل الخيرات وترك الشهوات؛ لأنه وببساطة شهر مغانم وأرباح روحانية تكتسبها من خلال تعاملنا مع الله عز وجل، وأنا أنصح كل مسلم باغتنام هذا الشهر بالعبادة وكثرة الصلاة وقراءة القرآن والعفو عن الناس والإحسان للغير والتصدق على الفقراء؛ فهو شهر تتطهر فيه النفس من كل الشرور، والاتجاء لغسل الذنوب، ليكون عملنا مقبولاً عند الله.

في الختام نقول هذا الشهر أفضل فرصة لننقى العادات الخاطئة وهو دعوة للمصالحة مع النفس ومع الآخرين فهيناً لمن يستفيد من أجواء هذا الشهر المبارك.

فحرمه هذا الشهر تحتم على الشخص حتى وإن كان إفطاره بعذر أن يتزوي عند إفطاره.

الأخ أبو علي (موظف):
هو شهر الغفران وأرجو أن يكون رمضان هذه السنة لكل الناس خطوة البداية إلى طريق الهداية، إنه شهر عبادة ينبغي أن نستقبله بتجديد العهد مع الله سبحانه وتعالى في التوبة الصادقة من جميع الذنوب وعلينا أن نحبي ليلة القدر المباركة وينبغي على الصائمين تلاوة القرآن إن شاء الله يغفر الله لنا ولكم.

وبالنسبة لاستعدادنا فأنا بدوري أقوم بتهيئة أولادي وزوجتي من خلال قراءتي لهم الكتب والمحاضرات والأسئلة التي أتيها عليهم بشكل امتحان مبسط، لأستطيع الحكم على مستواهم المعرفي وأحاول أن أطور وأوسع مداركهم حتى يعطوا الشهر حقّه.

الأخت أم مهدي تقول عن استعدادها لشهر رمضان

يبدأ الاستعداد من آخر يوم من رمضان الماضي ولحد الآن، أطلب من الله سبحانه وتعالى أن يطيل عمري حتى أشهد شهر رمضان المقبل وأنا أعين كل جهودي لأكون من المستحقين لضيفة المولى جل وعلا، وكذلك أقوم ببعض الاستعدادات لكي أنهيا نفسياً لهذا الشهر مثلاً أقوم بعمل بعض الأكالات التي تأخذ مني وقتاً طويلاً قبل أن يدخل الشهر لأنشغ للعبادة فيه، وفي نفس الوقت لا أريد التقصير مع عائلتي.

أبو ستار رجل كبير السن التقيناه ليحدثنا عن ذكريات هذا الشهر:

هذا شهر الخير أعاده الله علينا باليمن والبركات، كان رمضان قديماً على الرغم من بساطته لكنك تشم منه روح هذا الشهر بكل تفاصيلها؛ ذكرياتي عن ليالي القدر الجميلة في السنين الماضية إذ الناس قلب واحد، نحبي هذه الليالي بالتوجه لله والصلاة وقراءة الأدعية وزيارة أهل البيت ﷺ وأكثر شيء أحبه في شهر رمضان هو وقت السحور، إذ الناس تلتقي بآراءهم بقلب نقي وسليم؛ لتجدد له العهد ونحن بحاجة في هذا الشهر الفضيل أن نكون أكثر قرباً من الله عز وجل، أقول للجيل الجديد إن العمر يجري ونحن نتقدم في العمر ولا نعرف ما يخبئه لنا القدر فعلياً باستبدال ذنوبنا حسنات ونعاهد الله على عدم العودة للأثام ومن الله التوفيق.

شهر رمضان مترع بعباءة إنساني رخصه الله بآيات بينات تكريماً وتعظيماً لمنزلته، وقد عده رسول الله ﷺ وهوذا على مآذبة الرحمة الله عز وجل؛ فلذلك يجب على المسلمين الاستعداد له وكل حسب قابليته، ولندخل معاً للمجتمع ونتعرف على استعداد الناس لشهر رمضان، وانطلاقاً من مبدأ معرفة ما يدخره الناس لهذه المناسبة من استعداد بات مهماً أن نلتقي بعض العوائل لمعرفة كيفية استقبال هذا الشهر الفضيل:

عائلة السيدة أم محمد عائلة بسيطة تتكون من خمسة أفراد التقيناه لمعرفة مدى استعدادهم لاستقبال شهر رمضان؟
أجابتنا قائلة:

نحن مقبلون على شهر الطاعة والغفران انتظرنا به بفارغ الصبر، نحن نستعد له ليس بالمأكل والملبس فقط بل من خلال إصلاح أنفسنا فيه وجعل أكثر أوقاته للعبادة وهي فرصة لا نعوض لمن يريد التقرب لله عز وجل بتصفية قلوبنا وخلافاتنا الاجتماعية، فأنا أسعى جاهدة لأهين لأسرتي أجواء رمضان راحة لئلا تبتلى بهم أداء هذا الفرض ولننال مغفرة الباري عز وجل وقبول الطاعات إن شاء الله.

تسيطر بعض العادات والسلوكيات الخاطئة في شهر رمضان والتي لا تعبر لهذا الشهر الفضيل أي احترام مثل ظاهرة (الجهر بالافطار) فترى الشباب في الشوارع يتكذبون بشرب العصائر والسكاثر وأكل الطعام علناً وهذا ما يؤذي مشاعر الصائمين وخصوصاً في الأونة الأخيرة ومعرفة رأي الشرع بسلوك هكذا وجهنا سؤالاً إلى الأخت الست إيمان الطائي مسؤولة التوجيه الديني النسوي فأجابت مشكورة:

هذا الشهر الفضيل من الشهور المقدسة لدى المسلمين، وله مكانة جليلة عند الله عز وجل وله من الفضل ما لا يُعد ولا يحصى، وأن له حرمة يجب على المسلم أن لا يتعدها، فظاهرة الجهر بالإفطار من الظواهر السلبية وأن للشرع رأيه في مثل تلك السلوكيات، إذ أجمع العلماء بعدم جوازها وذلك من باب (هتك حرمة شهر رمضان)،

من أريج القداسة والسؤدد



أحدث التحقيق لزيد جادي الفهدوي

من عمق الصحراء ومن ربوع سماء عين التمر الغناء الجميلة بنحليها المتراقص بنسيم كربلاء حيث تسقي البساتين العيون الكبريتية. وكثرة الخيرات إذ يقف الزائر ويشم عبير الجنة وهو متضرع لله في قضاء حوائجه وينقله هذا المشهد إلى العوالم القدسية فيستنشق منه أريج القداسة والسؤدد. ومن المعالم الكبيرة المقدسة في عين التمر (شذانة) مرقد وضريح السيد أحمد بن هاشم عليه السلام، وهو السيد شرف الدين ابن أحمد ابن أبي القانز الموسوي الجائري، علم من أعلام آل أبي طالب الذي يرجع نسبه إلى السيد إبراهيم الحجاب ابن الإمام موسى الكاظم عليه السلام، وهو من فطاحل الشيعة بعد انقراض الحكم العباسي، لقد ذكر المؤرخون أنه عاش من سنة ٧١١ هـ إلى ٧٤٧ هـ وقد توفي ودفن في هذا المكان. وقد زاده الله شرفاً وتعظيماً ووهبه من أنفاس شديدة وأنوار قدسية وشاء الله أن تكون له هذه المكانة الرفيعة في قلوب محبيه وقاصديه، وأن يكون قبره موضع احترام عند المسلمين كافة.



السيد أحمد بن هاشم

مشكورين لإكساء الصحن الشريف بالمرمر وإنشاء حديقة في الواجهة الأمامية ومجموعة من التوسعات الخدمية لخدمة الزائر.

وقد قدمنا مجموعة طلبات إلى ممثلة المزارات في كربلاء وكان الجواب أن المرقد وحسب الموقع الجغرافي أقرب لمحافظة الأنبار من مدينة كربلاء، ويصنف المرقد بالدرجة الرابعة (أ.ب.ج.د) أي أن الخدمات تصلنا في نهاية المطاف.

وأخيراً ما هي طموحاتكم؟

نطمح بتطوير المرقد بالصورة التي تتناسب ومكانة صاحبه ونتمنى بناء منائر شماء للمرقد الشريف.

والتقينا بالحاج الزائر أبي محمد فاجينا متفضلاً، قطعاً أن توجّهنا لصاحب هذا المرقد يأتي عن عقيدة راسخة بأن الأئمة الأطهار (عليهم السلام) هم من يدعمنا معنوياً في مواجهة الظروف الصعبة والحن والابتلاءات التي نمرّ بها ونتأسى بهم فهم من نفتدي بهم ونرجو ثواب الدنيا والآخرة.

والتقينا باحدى زائرات المرقد الشريف السيدة أم ياسر فتفضلت قائلة،

حينما يقف المرء على باب من أبواب آل رسول الله (صلى الله عليه وآله) متضرعاً متوسلاً بالله جل وعلا وبصاحب المرقد الشريف وكله عقيدة بأن حاجته ستقضى حتماً ببركات الدعاء تحت قبة ذلك الإمام المبارك فسوف تقضى البتة، فأنا ذات يوم توجهت للسيد أحمد بن هاشم وكلي ثقة بالله سبحانه وتعالى وبصاحب هذا المرقد، والحمد لله فقد استجاب الله لي وما أنا ذا منذ عشرين سنة وأنا أتردد في كل موسم وأنحر ذبيحة أقدمها قرباناً لوجه الله تعالى وأقوم بدعوة أقاربي للتوجه للزيارة والدعاء.

كلمة أخيرة،

قطعاً حينما نقوم بخدمة تلك المراقد المطهرة للأئمة وأبنائهم الميامين فإننا نستلهم منهم الصبر والقوة في الإيمان وبذلك نرجو التقرب لله تعالى بمكانتهم، وكما نرجو ثواب الدنيا والآخرة والتأسي بهم وصبرهم على الابتلاءات والمصائب التي مرت بهم وعليهم فهم قدوتنا في تحمل المصائب والمحن.

عين التمر الحالي بمسافة (١٨) كم.

وقد التقينا بالسيد الأمين الخاص للمرقد السيد هاشم إبراهيم الحساوي ووجهنا له بعض الأسئلة فاجابنا مشكوراً،
ما هي أول علامة دلت على وجود هذا القبر الشريف؟

كانت الرؤيا الصادقة بالإمام (عليه السلام) هي أول الدلالات التي دلت على وجود القبر الشريف، ووجدت دلائلها حينما حُفر القبر حيث وُجد اسم الإمام ونسبه الشريف منحوتاً على صخرة فوق القبر، ثم ظهرت كرامات وعلامات للزوار من صاحب القبر كقضاء الحوائج وشفاء الأمراض كالجنون وقطع البصر والأمراض المستعصية، وكان له الأثر الكبير في شفاء المرضى بإذن الله تعالى.

ما هي مساحة المرقد وكم يبعد عن مركز القضاء؟
المرقد مستطيل الشكل ومساحته الكلية تبلغ ٢٢٠٠ م، ويبعد المرقد عن مركز قضاء عين التمر بحوالي ١٩ كم.

ما هي الهيكلية الإدارية للمرقد؟

المرقد تابع لممثلة المزارات الشيعية منذ سنة ٢٠٠٨ م، وهي المسؤولة عن تمويل المرقد ولدينا اثنا عشر موظفاً، وهم من سكنة المنطقة وبيوتهم محيطة بالموقع، ولدينا عدة غرف منها غرفة الأمين الخاص للمرقد وغرفة المحاسب (الهدايا والتذوق) وأمين المخزن.

لن تعود ملكية الأراضي المحيطة بالمرقد؟

هي أراضي شاسعة تعود ملكيتها لصاحب المرقد.

من المسؤول عن حماية المرقد؟

تتولى حماية المرقد سرية المغاوير التابعة إلى قوة حماية عين التمر، حيث تقوم بحراسة المرقد إضافة إلى قوة حماية الـ (fbs) يميزونها بقوة إضافية في ليالي الجمع وفي شهري تشرين الأول والثاني إذ تكثر بها زيارة السيد أحمد المشهورة، وهي زيارة موسمية يجيئها المؤمنون في هذين الشهرين، وهناك وحدة تفتيش للنساء وهنّ من سكنة عين التمر.

هل هناك معاناة تواجه عملكم؟

حقيقة معاناتنا كثيرة ولكن بتوفيق من الله عز وجل سنقلب عليها، ولكن بمساعدة المسؤولين الخيرين في توفير مكان لذبذب الذبائح، حتى لا يكون الذبذب عشوائياً ونحافظ على نظافة المكان وهدسيته، كما نتمنى توفير مظلات للزوار لتقيهم حرارة الشمس صيفاً وقطرات المطر شتاءً.

هل هناك مشروع لتوسيع المرقد؟

حالياً لا يوجد مشروع توسعة لكن مجلس محافظة كربلاء والمجلس البلدي لقضاء عين التمر تبرعوا



السيد محمد بن هاشم

دخلنا المرقد وكان يتصدر الصحن باب كبير بمصراعين عرضهما ٤ أمتار يلي الباب ممر مغلف بالكاشي الكربلائي استخدمت فيه الزخرفة الإسلامية، وهذا الممر يؤدي إلى ساحة واسعة تحيط بها طارمة من جوانبها الأربعة وتقوم على أعمدة كونكريتية، يتقدم الحرم طارمة ذات عمودين من الممر تكسو جوانبها بلاطات من الكاشي كتب عليها أسماء الله الحسنى، أما حرم المرقد فهو جامع فخم واسع عليه قبة بديعة



السيد هاشم إبراهيم الحساوي

الشكل متقنة الهندسة مبنية بالحجر القاشاني ويتقدم البناء رواق يفضي إلى الحرم، إذ يؤدي فيه الناس الصلاة والزيارة، يبلغ طول الحرم ٢٠ متراً وعرضه ١٦ متراً مبلط بالمرمر، ويعلوه سقف ارتفاعه ٥ أمتار، أما ارتفاع القبة عن الأرض فيبلغ ٢٥ متراً ونوعية السقف طابوق مزين بالكاشي حررت عليه آية الكرسي، أما الضريح فهو عبارة عن شبك يتوسط الحرم مصنوع من البرنج الأصفر ودخله صندوق مغطى بدهاء أخضر اللون، وتطل من فوق القبة على الحرم ثمانية شبائيك ويحيط بالمرقد سور من الكونكريت المسلح بالطابوق والإسفلت، وقد اتخذ الرواق المحيط بالحرم مصلى للرجال والنساء. أما الصحن فقد بُلّط بالشتاير مع أولوين واسعة وزُينت جدرانه بالكاشي الكربلائي. وقد تم إعمار قبر شقيقه السيد محمد الذي يبعد عن أخيه السيد أحمد عدة أمتار، وكذلك إعادة إعمار مدافن عدد من النساء العلويات كنّ دفنن بجوارهم، كما عُبدت الشوارع المحيطة بالمرقد، وتم إيصال الطريق الحديث مع طريق



ولادة فجر الحقيقة

♦ أزهار عبد الجبار

قال تعالى: (مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ يَلْتَقِيَانِ * بَيْنَهُمَا بَرْزَخٌ لَا يَبْغِيَانِ * فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ * يَخْرُجُ مِنْهُمَا اللَّوْلُؤُ وَالْمَرْجَانُ) / (٢١، ٢٠، ١٩).

هذه الآيات تدل على اقتران علي بنافطمة (عليه السلام)، فهما البحران الزاخران بالعلم والإيمان والحسان هما اللؤلؤ والمرجان. أمل فجر جديد يحمل بين طياته نور الحقيقة، فكان نوراً على نور أبيه الله تاج الكرامة، وجعله بحلي الإمامة وزين الله عرشه به قبل أن يزين به الدنيا، جعله الله سيداً وأخاه لشباب أهل الجنة.

أتم الله نعمته على بيت النبوة بولادته في أفضل الشهور وأفضل الليالي في ١٥ من رمضان السنة الثانية للهجرة، وُلد في كنف جده (عليه السلام) فكان يحمل نفس خصائصه وهو أشد الناس شبهاً برسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) فقد اكتسب منه الأدب والعلم حتى أصبح عمره سبع سنوات وهو يحضر مجلس جده (عليه السلام) يسمع الوحي فيحفظه فيأتي أمه فاطمة (عليها السلام) فيلقي إليها ما حفظه؛ لذلك كلما دخل عليها أمير المؤمنين (عليه السلام) وجد عندها علماً بال تنزيل فيسألها عن ذلك فتقول إنه من ولدك الحسن (عليه السلام)، فهنيئاً لأهل بيت النبوة بولادة الكريم ابن الكرام.

هل جيلنا جيل تكاسل

♦ وسن نوري الربيعي

حينما بزغ نور الإسلام على البشرية وانتشرت تعاليمه السامية أعطى المرأة الحرية ومنحها الكرامة التي تستحقها كإنسانة بعد قرون من الظلم والتعدي على حقوقها، فهذه آيات القرآن الكريم تخاطب المرأة كما تخاطب الرجل في مواضع كثيرة وتقردها الخطاب في مواضع أخرى وذلك لطبيعتها الخاصة كأنثى.

هنا أحست المرأة المسلمة بأهميتها ومكانتها في البيت والمجتمع، فتفجرت منها الطاقات التي أودعها الله سبحانه وتعالى فيها لخدمة الإسلام وراحت تخوض في كل المجالات فكانت هناك الحافظة للقرآن والراوية للحديث والعالمة والمجاهدة..

حتى إنها تفوقت على بنات جنسها في كثير من هذه المجالات وكانت السباقة في بعضها كالتأليف مثلاً، ولكن في الأجيال الحالية نلاحظ انحساراً واضحاً في دور المرأة فهناك أسباب منها الأعراف والتقاليد تحاول تقيد المرأة وحرمانها من أبسط حقوقها وهي حق التعليم واكتساب العلم والمعرفة اللازمة في تشيئة جيل واع ومتقف بالثقافة الإسلامية، أو ربما التعتيم على دورها وأثره في المجتمع اجتماعياً كأن أو سياسياً أو ثقافياً وحتى اقتصادياً، ونحن لا نعطي للمرأة الأعداء لتقف مكتوفة في مكانها بل على كل امرأة أن تسعى جاهدة لأخذ مكانتها وتبدأ بتسمية قدراتها وتعتني بتحصيل العلم لتستطيع القيام بدورها على أفضل وجه.



الشهادة المفجعة

الشهادة: مقام وفضل ونور إلهي يعطيه الله لأصحاب المراتب العالية من المؤمنين، فكان الأجدر بأمير المؤمنين وإمامهم (عليه السلام) أن يكون شهيداً. والمفجعة: لأنها فُجعت لها السموات والأرضون وما فيهن وما بينهن، فما من مؤمن من الإنس والجن أو الملائكة إلا وقد فُجع باستشهاد أمير المؤمنين (عليه السلام).

والشهادة محزنة: لأنها حررت الإمام (عليه السلام) من الدنيا ومصاعبها، فقال (عليه السلام) حين ضربه اللعين: هزت ورب الكعبة، فالفوز كان بالشهادة في محراب العبادة في مسجد الكوفة المبارك..

فولادته (عليه السلام) كانت في جوف الكعبة وشهادته كانت في محراب الكوفة المقدسة بسيل دمانه الطاهرة على ترابها.. وكان ذلك في صبيحة يوم ١٩ من شهر الله شهر رمضان المبارك إذ كمن له أشقى الأولين والآخرين ابن ملجم المرادي (لع)، وحينما أخذ الإمام (عليه السلام) بناقلة الفجر ضربه بسيفه المسموم على قرنيه الشريف، فغضب لحينه الشريفة من دمه الطاهر، كما أخبره ابن عمه الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) وانتقل الإمام (عليه السلام) إلى جوار ربه بعد يومين من تلك الحادثة أي في ليلة واحد وعشرين من شهر رمضان المبارك سنة ٤٠ للهجرة المباركة.

فسلام عليه يوم ولد ويوم استشهد ويوم بيعت حياً ليكون حامل لواء الحمد، وساقى الحوض، وقسيم الجنة والنار.

كتاب موسوعة الكلمة

للسيد حسن الشيرازي

خطبة النبي ﷺ

لاستقبال شهر رمضان



♦ سمي جعفر الكلابي

أيها الناس إنه قد أقبل إليكم شهر الله بالبركة والرحمة والمغفرة، شهر هو عند الله أفضل الشهور، وأيامه أفضل الأيام، ولياليه أفضل الليالي، وساعاته أفضل الساعات، هو شهر دُعيت فيه إلى ضيافة الله، وجُعِلتم فيه من أهل كرامة الله، أنفاسكم فيه تسبيح، ونومكم فيه عبادة، وعملكم فيه مقبول، ودعاؤكم فيه مستجاب. فسلوا الله ربيكم بنيات صادقة، وقلوب طاهرة أن يوفقكم لصيامه، وتلاوة كتابه، فإن الشقي من حرم غفران الله في هذا الشهر العظيم، واذكروا بجوعكم وعطشكم فيه جوع يوم القيامة وعطشه، وتصدقوا على فقرائكم ومساكينكم ووقروا كباركم، وارحموا صغاركم، وصلوا أرحامكم، واحفظوا ألسنتكم، وغضوا عما لا يحل النظر إليه أبصاركم، وعما لا يحل الاستماع إليه أسماعكم، وتحننوا على أيتام الناس يتحنن على أيتامكم، وتوبوا إلى الله من ذنوبكم، وارفَعوا إليه أيديكم بالدعاء في أوقات صلواتكم، فإنها أفضل الساعات ينظر الله عز وجل فيها بالرحمة إلى عبادِهِ، يجيبهم إذا ناجَوْه، ويلبِّيهم إذا نادَوْه، ويستجيب لهم إذا دعَوْه، أيها الناس إن أنفُسكم مرهونة بأعمالكم فنكوهوا باستغفاركم، وظهوركم ثقيلة من أوزاركم فخففوا عنها بطول سجودكم، واعلموا أن الله تعالى ذكره أقسم بعزته أن لا يعذب المصلين والساجدين، وأن لا يروعهم بالنار يوم يقوم الناس لرب العالمين، أيها الناس من فطر منكم صائماً مؤمناً في هذا الشهر كان له بذلك عند الله عتق رقبة، ومغفرة لما مضى من ذنوبه، قيل: يا رسول الله! وليس كلنا يتدر على ذلك، فقال ﷺ: اتقوا النار ولو بشق تمر، اتقوا النار ولو بشربة من ماء. أيها الناس من حسن منكم في هذا الشهر خلقه كان له جوازاً على

الصراط يوم تزل فيه الأقدام، ومن خفف في هذا الشهر عما ملكت يمينه خفف الله عليه حسابه، ومن كف فيه شره كف الله عنه غضبه يوم يلقاه، ومن أكرم فيه يتيماً أكرمه الله يوم يلقاه، ومن وصل فيه رحمه وصله الله برحمته يوم يلقاه، ومن قطع فيه رحمه قطع الله عنه رحمته يوم يلقاه، ومن تطوع فيه بصلاة كتب الله له براءة من النار، ومن أدى فيه فرضاً كان له ثواب من أدى سبعين فريضة فيما سواه من الشهور، ومن أكثر فيه من الصلاة عليّ ثقل الله ميزانه يوم تخف الموازين، ومن تلا فيه آية من القرآن كان له مثل أجر من ختم القرآن في غيره من الشهور. أيها الناس! إن أبواب الجنان في هذا الشهر مفتحة، فسلوا ربكم أن لا يغلقتها عليكم، وأبواب النيران مغلقة فسلوا ربكم أن لا يفتحها عليكم، والشياطين مغلولة فسلوا ربكم أن لا يسلطها عليكم. قال أمير المؤمنين (عليه السلام): فتمت فقلت: يا رسول الله! ما أفضل الأعمال في هذا الشهر؟ فقال: يا أبا الحسن أفضل الأعمال في هذا الشهر الورع عن محارم الله عز وجل. ثم بكى فقلت: يا رسول الله! ما يبكيك؟ فقال: يا علي أيكي لما يستحل منك في هذا الشهر، كإني بك وأنت تصلي لربك، وقد اتبعت أشقى الأولين شقيق عاقر ناقة ثمود، فضربك ضربة على قرنك فخضب منها لحيتك. قال أمير المؤمنين (عليه السلام): فقلت: يا رسول الله، وذلك في سلامة من ديني؟ فقال ﷺ: في سلامة من دينك ثم قال: يا علي من فلتك فقد فلتني ومن أبغضك فقد أبغضني، ومن سيك فقد سبني لأنك مني كنفسني، روحك من روحي، وطنيتك من طينتي، إن الله تبارك وتعالى خلقني وإياك واصطفاني وإياك، واختارني للنبوّة، واختارك للإمامة، ومن أنكر إمامتك فقد أنكر

نبوتي. يا علي أنت وصيي، وأبو ولدي، وزوج ابنتي، وخليفتي على أمتي في حياتي وبعد موتي: أمرك أمرني، ونهيك نهيني، أقسم بالذي بعثني بالنبوّة، وجعلني خير البرية، إنك لحجة الله على خلقه، وأمينه على سره، وخليفته على عبادِهِ.

المصدر: بحار الانوار ج ٩٢، ص ٢٥٦

مع الكتاب



الكتاب: منهج الغدير

♦ نهى جواد

المؤلف: سلسلة محاضرات للفتية آية الله السيد محمد رضا الشيرازي
كيف كان يمكن أن يؤثر منهج الغدير في حياتنا؟ إذ يجيب سماحته في هذه السلسلة: إن الغدير يمثل الخط الفاصل بين الحق والباطل، لذلك كان لابد من تحديد معالم هذا المنهج الساطع لتكون على بينة من أمرنا، إذ إن يوم الغدير كان يمكن أن يكون بداية لتاريخ حافل بالرفاه والتقدم والسعادة للبشرية جمعاء. إن منهج الغدير هو الحرية والعدالة والرفاهية والقيم الإنسانية الفاضلة، أما منهج السقيفة الذي صار في الجهة المقابلة، فإنه تميز بإقرار التاريخ بالطغيان والاستبداد والاعتقالات والتعذيب والإرهاب وكافة انتهاكات الكرامة وحقوق الإنسان.

نصائح وإرشادات في شهر رمضان المبارك

♦ روان محمد

الغبار والحشرات، تجنب الشراء من الباعة المتجولين خاصة الذين لا يراعون الشروط الصحية في حفظ وتداول الأطعمة.

• العناية بنظافة الأسنان واللثة، باستخدام الفرشاة والمعجون بعد وجبتي الإفطار والسحور، أو استخدام السواك عند عدم توفر الفرشاة والمعجون حتى لا تحدث التهابات في اللثة أو نخر الأسنان.

ملاحظة:

عزيزي الصائم تهمننا صحتك لذلك احرص على ترك التدخين، هذا القاتل الفتاك الذي يحصد سنوياً ملايين الأرواح وأكثر من أي مرض آخر، فاغتنم هذه الفرصة لتركه نهائياً وكي لا تكون سبباً في إيذاء إخوانك المسلمين أصلحك الله، فيكفي تحدي شركات التبغ لك بكتابة مضاره على كل مغلف تشتريه وتذكر لك أنه يسبب أمراض خطيرة مثل تصلب الشرايين، وسرطان الرئة، وتسمم الدم، والتهابات الفم بكل أنواعها، وتساقط الأسنان وغيرها الكثير، فما بالك لو ذهبت يوماً إلى السوق لتشتري بعض المواد الغذائية ونظرت إلى محتويات بعضها وتبين لك أنها ضارة بالصحة أو منتهية الصلاحية فهل كنت ستشتريها أنا متأكد لو كان منشؤها فقط لا يروق لك فلن تقبل بها، هدايا الله جميعاً إلى ما فيه صلاحنا وصلاح أمتنا أعاد الله علينا رمضان بالخير والبركة أعواماً عديدة

باعتدال.

• يجب تعويض السوائل التي يفقدها جسم الصائم بشرب قليل من المياه أثناء تناول الطعام بمقدار رشقات صغيرة ومتكررة.

• تجنب الإفراط في تناول الحلويات الرمضانية كالبسلاوة والكنافة وغيرها، والتي تحتوي على كميات كبيرة من السكريات والدهنيات أو الأطعمة المقلية لأن هضمها بطيء ويتعب المعدة.

• عدم إغفال وجبة السحور فهي تقلل من الجوع أثناء النهار، وتزود الجسم بما يحتاجه من مواد غذائية للاستمرار في الصيام، لذلك يجب أن تحتوي على الفيتامينات والأملاح المعدنية والبروتينات، وأن تكون بسيطة ومتوازنة مثل شريحة من الخبز مع اللبنة أو الجبنة، مع نوع من الفاكهة أو الخضروات حتى لا تثقل المعدة، ولا بأس بتناول القليل من الحلويات بعد الإفطار والسحور فإن من شأنه أن يمد الجسم بالطاقة اللازمة له.

• مراعاة الشروط الصحية عند تحضير وإعداد وتناول الطعام مع المحافظة على النظافة الشخصية ونظافة الأواني المستخدمة في تحضير وطهي الطعام.

• عند شراء الأطعمة أو الأشربة علينا التأكد مما يأتي: تاريخ الصلاحية - الحفظ الصحيح للمواد الغذائية سريعة التلف، تغطية الأغذية لحمايتها من

شهر رمضان له فوائد كثيرة روحانية دينية وصحية، فالصيام يمنح الفرصة للمعدة لأن تستريح مدة لا تقل عن ١٢ ساعة يومياً، وتكتمل راحة المعدة إذا كان طعام الإفطار والسحور بسيطاً ومتوازناً من حيث الكمية والنوعية، وفيما يأتي النصائح المفيدة للصائمين:

• لكي تنتهي المعدة لاستقبال وجبة الطعام بعد صيام ساعات طويلة يبدأ الصائم بتناول بعض حبات من التمر، فالتمر يهيئ المعدة لاستقبال المأكولات ويمد الجسم بالجلوكوز (السكر) الذي يحتاجه الجسم في وقت سريع

• ينتظر الصائم لعدة دقائق قبل تناول أي طعام حتى تعود المعدة لحالتها الطبيعية بعد أن كانت في حالة استرخاء خلال فترة الصيام ويمكن قضاء هذه الفترة في الصلاة أو إعداد مائدة الإفطار.

• تناول طبقاً من الشوربة الساخنة، فالسخونة عامل منبه للجهاز الهضمي فهي تحتوي على الفيتامينات والألياف التي تساعد على الهضم، وتمد الجسم بالطاقة خاصة شوربة الخضار أو شوربة العدس.

• تناول الطبق الرئيس الذي يتكون من اللحم أو الدجاج أو بدائله من البقول كالعدس والحمص والفل، وكمية من الخضروات المسلوقة، مع القليل من النشويات كالأرز أو الخبز مع طبق من السلطة الخضراء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

♦ محمد شاكر الموسوي

دار القرآن الكريم في العتبة الحسينية المقدسة

بلغ تطوّر اللغة أوجه قبيل مبعث الرسول الخاتم ﷺ فكانت الملاحظات في سوق عكاظ تُعدّ سجلاً حياً لتاريخهم الاجتماعي والاقتصادي والفكري فتُمثّل فيها أفضل فنون اللغة وإبداعاتها، كذلك كان تمسكهم بأصنامهم كتمسكهم بعروبيتهم وباديتهم.

حتى بعث الرسول محمد ﷺ فكانت معجزته القرآن الكريم، نزل بلغتهم التي خبروها وكانوا هم وحدهم القادرين على الفوص في لجج بحورها والاستحواذ على دررها، لكن لغة القرآن الإعجازية في تماسكها، المحيطة في معانيها، كانت سهلة ممتعة، تحدث ذوقهم اللغوي الرفيع فأبهرتهم بجمال الحبكة ودقة التعبير وقوة وترابط الكلم، بل لعلمهم اكتشفوا أنّ كل حرف في هذا القرآن كان لابد أن يكون في المكان الذي ورد فيه، خاطبهم في البدء بالإيجاز المعجز فمثلاً عبر عن عقيدة التوحيد بسورة رائعة قصيرة (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ * اللَّهُ الصَّمَدُ * لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ * وَلَمْ يَكُنْ لَهُ

كُنُوءاً أَحَدٌ) / (الإخلاص: ١، ٢، ٣، ٤).

خمس عشرة كلمة مباركة اختصر

القرآن فيها عقيدة التوحيد، وهكذا فإن

أغلب السور القصار المكية كان رسول الله يلقاها على مسامع القرشيين والأعراب لينصتوا إليها، فكانت تجذب البعض منهم إلى الإسلام بلا تردد؛ ذاك لأنهم أهل هذا الكلام وصنّاعه يفهمون عمق ما يقول وما يقصد، هذا إضافة إلى أنّ شخصية النبي الكريم ﷺ كانت تأسر قلوبهم بما حباها الله من خلق عظيم، لقد حير القرآن عقول قادتهم وسادتهم وبحكم فهمهم له فقد عملوا على منع الناس من سماعه لعلهم واقتناعهم بعمق تأثيره في عقولهم وقلوبهم، نهزم كلماته وتأخذهم آياته بجمالها وإعجازها، ثم ارتفعت وتيرة التأثير القرآني لتتزلزّل سور مكية قرآنية أطول وذات تأثير أكبر كالسور المباركة (يونس، وهود، وإبراهيم، والنحل، والإسراء، والكهف، ويوسف، والأنبياء، والشعراء، والنمل، والقصص، والجن، والمرسلات، والتكوير، والانشقاق، والبروج)

وغيرها، استمعوا إليها وهي تقص عليهم أجمل القصص عن أنبياء الله ﷺ والأمم السالفة وتفاصيل مما مرت به من أحداث وتطورات عقائدية ودينية واجتماعية ومعجزات سبق وأن سمعوا عنها من اليهود وغيرهم، تحدثت لهم بلغة إعجازية عن خلق الإنسان والكون، وحركة النجوم، والكواكب، والشمس، والقمر، وبقية خلق الله من الملائكة والجن، كل تلك السور المباركة معرزة بعدد كبير من المعجزات العظيمة التي جرت على يدي خاتم الرسل حبيب رب العالمين أبي القاسم محمد ﷺ، هزت الأصنام التي نحتوها في قلوبهم فتكسرت والتفت حول رسول الله وآله ﷺ العديد من المؤمنين الذين جاهدوا وهاجروا وأبوا ونصروا، لكن الدنيا امتلكت الكثير منهم في ما بعد فاستعبدتهم وغرّتهم حتى انحرفوا ونصبوا لآل محمد ﷺ العداوة والبغضاء فأزاحوهم عن مراتبهم التي رتبهم الله فيها، على الرغم من أنّ القرآن لم يطلب منهم أجراً إلا المودة في القربى.



كيف تحافظ على صحتك في شهر رمضان؟

على المريض التماس النصح والإرشاد من الأطباء المتخصصين.

أما مرضى السكري فهم كثيرون، وتختلف حالاتهم حسب نوع ودرجة المرض، فهناك سكري الكبار وسكري الصغار المعتمد على الأنسولين. ففي حالة هبوط السكر نهاراً أثناء الصوم، يرخص للمريض من هذه الفئة أن يفطر وأن يتناول شيئاً من الأكل أو الشراب كي يقاوم حالة هبوط السكر، التي قد تؤدي إلى فقدان الوعي والغيبوبة.

كذلك الحال عند وجود مضاعفات متقدمة لأحد الأمراض المزمنة، فيجب على المريض أن يستفسر عن موضوع الصوم ومدى تأثيره في مرضه واحتمال حدوث مضاعفات.

وأن حالات التليفات الكبدية خاصة الحالات المتقدمة منها، قد تمتع المريض من الصوم حتى لا يتعرض إلى نقص الطاقة التي مصدرها الطعام، وهي ضرورة حيوية جسمه ومختلف أعضائه.

وفي كثير من حالات الضعف الجسدي الناتجة عن أمراض منهكة، قد ينصح الطبيب بتعاشي الصوم لحاجة الجسم إلى إمداده بالطاقة. ومن تلك الحالات: السرطانات، حالات نقص المناعة المكتسبة، والفشل الكلوي وغيرها.

الزائدة، تخفيض معدل الكوليسترول للذين يعانون من ارتفاعه. كما يخفض الصوم من مستوى الأملاح في الدم. وبذلك يستفيد من الصيام كثير من مرضى القلب وارتفاع ضغط الدم وأصحاب الحصوات البولية والمرارية، كذلك مرضى السكري، ويستفيد بشكل خاص مرضى الجهاز الهضمي والأشخاص ذوو الأوزان الزائدة.

صيام المريض

هناك بعض الأمراض التي يرخص فيها الشرع للمريض الإفطار بسبب خطورة الصوم على صحته، ومنها أمراض قرح الجهاز الهضمي (المعدة، الاثنا عشري) الشديدة أو النازفة أحياناً، وهي تستحق منا وقفة للإيضاح. فليس هناك شك أنها تتعارض مع الصوم في حالة نشاطها خاصة عندما تكون نازفة؛ لما في ذلك من فقد لدم الإنسان وحاجة المريض لأخذ العلاج بجرع متكررة وقد تستوجب الحالة التدخل العلاجي السريع. كذلك الحال عند وجود قرح تنتج عن امتناع الإنسان عن الطعام والشراب، فإنه ينبغي مراجعة الطبيب لأخذ الرأي الطبي.

وينطبق ذلك أيضاً على بعض حالات الربو الشعبي التي تتطلب العلاج المكثف، وقد أفتى العلماء بجواز أخذ بخاخات الربو العلاجية مع إكمال الصوم، لكن

تأثيرات الصوم في الجسم.. أثناء المرض والصحة

يشهد شهر رمضان حدوث تغيرات كبيرة في العادات ونمط الحياة والمعيشة، فبالنسبة للأكل تصبح الوجبات الرئيسة الثلاث بدلاً من ثلاث، ومحتواهما يتغير أيضاً من الأنواع الدسمة والعالية الدهون التي تعود الكثيرون عليها طوال السنة إلى وجبات خفيفة معظمها من السوائل وساعات النوم هي الأخرى تخضع لبعض التغيير الذي يناسب أداء الشعائر والعبادات في هذا الشهر، كذلك ساعات العمل وطبيعته التي تخضع إلى التخفيض لإعطاء الفرصة للقيام بالعبادات ليلاً. إن لكل هذه التغيرات تأثيرها الإيجابي في الصحة، سواء للإنسان السليم أو المريض بأحد الأمراض المزمنة.

فوائد الصوم الصحية

هناك العديد من الأبحاث العلمية أثبتت فوائد الصوم على الصحة في أي وقت من أوقات السنة، ونفت أن يكون للصيام تأثيرات ضارة، إلا في الحالات التي لا يلتزم فيها المريض بالتعليمات الصحية، خاصة ما يتعلق بالغذاء منها.

إن أداء الصيام وفقاً للتعاليم الدينية الصحيحة ومن دون الإخلال بالتواضع الصحية، يساعد على ثبات الصحة ومن ذلك: تخليص الجسم من الدهون

نصائح لمواجهة العطش في شهر رمضان

♦ تبارك مهدي العزبة



إن ارتفاع درجة الحرارة هذه الأيام يؤدي إلى العطش، ويلعب نوع الغذاء الذي يتناوله الصائم دوراً كبيراً في تحمل العطش أثناء ساعات الصيام، ولكي تتغلب على الإحساس بالعطش يمكن اتباع النصائح التالية:

- تجنب تناول الأكلات والأغذية المحتوية على نسبة كبيرة من البهارات والتوابل خاصة عند وجبة السحور: لأنها تحتاج إلى شرب كميات كبيرة من الماء بعد تناولها.
- حاول أن تشرب كميات قليلة من الماء في فترات متقطعة من الليل.
- تناول الخضروات والفواكه الطازجة في الليل وعند السحور، فإن هذه الأغذية تحتوي على كميات جيدة من الماء والألياف التي تمكث فترة طويلة في الأمعاء مما يقلل من الإحساس بالجوع والعطش.
- تجنب وضع الملح الكثير على السلطة والأفضل وضع الليمون عليها والذي يجعل الطعم مثيلاً للملح في تعديل الطعم.
- ابتعد عن تناول الأكلات والأغذية المالحة مثل السمك المالح والتي تدخل تحت اسم المخللات، فإن هذه الأغذية تزيد من حاجة الجسم إلى الماء.
- يعتقد بعض الأشخاص أن شرب كميات كبيرة من الماء عند السحور يحميهم من الشعور بالعطش أثناء الصيام، وهذا اعتقاد خاطئ لأن معظم هذه المياه زائدة عن حاجة الجسم لذلك تقوم الكلية بفرزها بعد ساعات قليلة من تناولها.
- إن الإكثار من السوائل في رمضان مثل العصائر المختلفة والمياه الغازية يؤثر بشدة على المعدة وتقليل كفاءة الهضم وحدوث بعض الاضطرابات الهضمية، ويعتمد بعض الأفراد إلى شرب الماء المثلج بخاصة عند بداية الإفطار وهذا لا يروي العطش بل يؤدي إلى انقباض الشعيرات الدموية ومن ثم ضعف الهضم، ويجب أن تكون درجة الماء معتدلة أو متوسطة البرودة وأن يشربها الفرد متأنياً وليس دفعة واحدة، ودفع الطعام بالماء أثناء الأكل طريقة خاطئة لأنها لا تعطي فرصة للهضم وأكثر عمليات الهضم هو مضغ الطعام للحصول على هضم جيد.
- ينصح أيضاً بعدم شرب العصائر المحتوية على مواد مصنعة وملونة اصطناعياً والتي تحتوي على كميات كبيرة من السكر، وقد ثبت عند أطباء التغذية أنها تسبب أضراراً صحية وحساسية لدى الأطفال، وينصح باستبدالها بالعصائر الطازجة والفواكه.

الكيوي



♦ رضي الوالي / البحرين

مكوناتها وتركيبها الكيميائي

يقول خبراء التغذية إن فاكهة الكيوي غنية جداً بالفيتامين (C) فكل (100) جرام منها يحتوي على (200) إلى (200) ملي جرام من الفيتامين، وتحتوي أيضاً على (أملاح الفسفور، البوتاسيوم، الحديد) ويقول أحد أخصائيي التغذية إن الفاكهة بإمكانها تعطي حاجة الجسم اليومية من فيتامين (C).

ومن أهم فوائدها ما يأتي:

- 1- مقاومة التهابات الأنسجة.
- 2- التخلص من حالات الرش الشديد.
- 3- تنشيط المناعة الطبيعية عند الإنسان.
- 4- مقاومة اضطرابات الدورة الدموية.
- 5- تنشيط خلايا الأنسجة العصبية.
- 6- تساعد مرضى فقر الدم.
- 7- تساعد على تنشيط الإنسان من الضعف العام البدني.
- 8- تساعد في عملية الهضم.
- 9- مليئة للأعضاء.
- 10- تساعد على تخفيض معدل الكوليسترول في الدم.

سعراتها الحرارية:

ويعد الكيوي من الفواكه التي تؤمن وحدات حرارية قليلة للجسم، فالثمرة الواحدة تعطي الجسم حوالي 20 سعرة حرارية، لأنها تحتوي على نسبة عالية من الألياف، ولهذا فهي مفيدة جداً للنظم الغذائية الخاصة بعمليات إنقاص الوزن: لأنها تساعد المعدة على الشعور بالشبع والامتلاء. كما أن لأوراق وأغصان الكيوي فوائد عديدة حيث يُعتقد أن مستخلص الأوراق يشفي من بعض الديدان المتطفلة على الإنسان، ولأوراق قيمة تزيينية للجمال وبالإمكان حفظ ثمرة الكيوي لفترة طويلة تصل إلى ستة أشهر في مكان بارد وجاف، أما الذين يرغبون في تناول هذه الثمرة وهي ناضجة جداً فيمكنهم وضعها في سلة فاكهة الموز أو التفاح: لأن هذه الثمرة تنتج غاز الإيثيلين الذي يساعد الكيوي على النضج، ولكن الخبراء ينصحون بتناوله وهو طازج: لأنه يحتوي على كمية أكبر من فيتامين (C).

النزلة المعوية..

أخطر أمراض الصيف على الأطفال

سارة جعفر

يصاب الأطفال بالعديد من الأمراض في فصل الصيف، ولكن أكثرها وأشدّها خطورة النزلة المعوية، التي تسمى القاتل العظيم؛ ولتجنب هذا المرض وخطورته ينبغي على الأم مراقبة طفلها جيداً، والاهتمام بنظافة طعامه، ونظافته الشخصية، والإسراع إلى الطبيب في الوقت المناسب.

يجب عرض الطفل على طبيب الأطفال في الحالات الآتية،

عادة ما تكون طبيعة الإخراج عند كل طفل معروفة لمن يعتني به خاصة الأم باعتبارها أكثر الناس اهتماماً بوليدها، والتصافاً به وتغير طبيعة إخراج الطفل التي تدعو إلى الاهتمام تكون على ثلاثة محاور:

١. التغير الملحوظ في عدد مرات التبرز.
٢. التغير في نوعية براز الطفل؛ ليصبح في صورة أقرب إلى السيولة.
٣. التغير في لون براز الطفل إذا تحول إلى اللون الأخضر أو الأبيض أو الأسود أو المخلوط بدم، إضافة إلى وجود رائحة نفاذة للبراز، ولا يفوت الأم عادة أن تلاحظ أي محتويات غريبة في البراز مثل المخاط أو الدم أو الصديد.

ما أسباب الإسهال؟

لو اعتبرنا أن أهم أسباب الإسهال عند الأطفال تكون نتيجة ميكروب أو فيروس، فهناك العديد من الأسباب الأخرى التي يجب وضعها في الاعتبار مثلاً:

١. عدم الالتزام بنظام غذائي تحت إشراف طبي في تغذية الطفل كما ونوعاً.
٢. قد يكون الإسهال نتيجة حساسية من بعض أنواع الألياف، وفي هذه الحالة نلجأ إلى الألبان الخالية من مادتي اللاكتوز والسكرور، ويجب أن نلجأ في هذه الحالة إلى الطبيب المشرف على الطفل؛ ليجدد نوع الحليب المناسب حسب رؤيته.
٣. في بعض الأحيان يكون الإسهال مصاحباً لاستعمال مضادات حيوية بإفراط وبشكل عشوائي، وفي هذه

الحالات

يكون الحل

الوحيد؛ لإيقاف

الإسهال هو عدم الاسترسال

في هذه المضادات.

٤. قد يكون الإسهال نتيجة أمراض أخرى مهمة، وأهم أعراضها مثلاً ارتفاع نسبة البولينا في الدم، أو عدم قدرة الأمعاء على الهضم والامتصاص، وأحياناً يصاحب الإسهال ارتباك وظائف الغدة الدرقية.

متى تسمى الإصابة بالنزلة المعوية؟

النزلة المعوية مثلث له ثلاث أضلاع منها: القيء، الإسهال، الحرارة، وقد يسبق إحداها الآخر بساعات بسيطة؛ لذلك يجب استشارة الطبيب فوراً، وفي بعض الحالات الخطرة تبدأ الإصابة مكتملة الأضلاع، وهي أخطر وأقربها إلى الجفاف.

الجفاف

الجفاف هو أن يفقد الطفل نسبة من سوائل جسمه تؤثر في وظائف خلاياه وفي نسبة أملاحه، وقد يصل الجفاف إلى مرحلة إصابة الدم بالحموضة، ويؤثر الجفاف في الكلى، فنقص كمية البول الخاصة بالطفل يدل على قصور في الضغط، ومن ثمّ التبول، والخطورة هي أن يتوقف التبول تماماً، فبدل هذا على أنّ الكليتين دخلتا في دوامة القشل، ويجب سرعة تدارك الموقف وإلا زادت البولينا في الدم، وتدخل حالة الطفل في دوامة المضاعفات التي يصعب إصلاحها.

دخول الطفل في مرحلة الجفاف له أركان عديدة، وهو من التبعات المؤكدة لعدم الالتفات للنزلة المعوية وعدم سرعة عرضها على الطبيب،

وتبدأ

الأم في

ملاحظة الآتي،

١. النقص الواضح في بنية الطفل.
٢. طلب الطفل غير العادي للسوائل خاصة الماء.
٣. التغير في شكل عيني الطفل.
٤. فقدان الجلد لخاصية المطاطية، إذ إنه بدأ يفقد حيويته.
٥. فقدان الطفل للسوائل ومنها اللعب في الفم.
٦. دخول الطفل في حالة من الهياج العصبي الشديد، وعدم القدرة على التزم الهادئ الطبيعي.
٧. انتفاخ في منطقة البطن للطفل.
٨. نقص أو فقدان الطفل لإدرار البول.
٩. وجود برودة ملحوظة في أطراف الطفل، مما يدل على أنه بدأ يدخل في حالة قصور للدورة الدموية الطرفية؛ وينتج ذلك عن الانخفاض الشديد في السوائل وضغط الدم مع ضعف بنية الطفل.

علاج الجفاف

إذا كان الجفاف بطيئاً ومن دون مضاعفات شديدة فيمكن تداركه بمجرد نقل المعاليل، أمّا تأخر علاج الجفاف فيمكن أن يصل بالطفل إلى درجة من الهبوط أو النزيف الداخلي الذي يضطر فيه الطبيب إلى نقل الدم؛ لعلاج القصور الشديد في الدورة الدموية.



يصنع المعجزات

✦ نور ضياء الصائغ

الذي كان أسلفه فأتاه الألف دينار وقال له: ما زلت جاهداً لطلب مركباً لأتيك بأموالك التي استقرضتها منك فما وجدت مركباً قبل هذا الذي أتيتك به، قال: قد بعثت إليّ بشيء، قال: لقد أخبرتك بأنني لم أجد مركباً قبل هذا الذي جئتك به، قال: فإن الله تعالى قد أدى عنك الذي بعثت في الخشبة، فأنصرف بالآلف دينار راشداً. وهكذا يا أحبائي نلاحظ أنّ الإيمان والثقة بالله توصل الإنسان إلى الطريق الصحيح وتُسخر له كلّ شيء لخدمته.

ألف دينار وصحيفة منه إلى صاحبه، ثم سدّ موضعها وأتى إلى البحر وقال: اللهم إنك تعلم أنني تسلفت من فلان ألف دينار، فسألني شاهداً، فقلت: كفى بالله شهيداً، فرضي بك شهيداً، وسألني كفيلاً، فقلت: كفى بالله كفيلاً استودعكها، فرمى بها في البحر، ثم انصرف وهو في ذلك يلتمس مركباً يخرج عليه، فخرج الذي كان أسلفه ينتظر لعل مركب قد جاء به، فإذا الخشبة التي فيها المال تعترضه في البحر فيأخذها حطباً لعياله، فلما نشرها وجد الألف دينار وبها صحيفة، وبعد حين حضر

كان يا ما كان يا سعد يا إكرام، ولا يحلو الكلام إلا بالصلاة والسلام على خير الأنام محمد وآله عليهم الصلاة والسلام. يحكي أنّ رجلاً من بني إسرائيل سأل بعض بني إسرائيل أن يسلفه ألف دينار فقال له: اثنتي بالشهداء أشهدهم، قال: كفى بالله شهيداً، قال: فانتني بالكفيل، قال: كفى بالله كفيلاً، قال: صدقت، فدفعهم إليه إلى أجل مسمى، فخرج إلى البحر، التمس مركباً يتقدم عليه في الأجل الذي أجله فلم يجد، فأتخذ خشبة فتقرها وأدخل فيها

مراحل

تربية الطفل

الحلقة ١١

✦ نور علي

بينه وبين غيره من الأماكن الأخرى، يقتنع الطفل فيمتنع عن إثارة الضوضاء في المسجد احتراماً له، وليس خوفاً من العقاب.. فديننا هودين الوسطية، وأنه لم ترد به نصوص تمنع اصطحاب الطفل إلى المسجد، بل على العكس، فقد وردت الكثير من الأحاديث التي يُستدل منها على جواز إدخال الأطفال المساجد، فدخل أطفالنا المسجد يترتب عليه تحقيق الكثير من الأهداف الدينية، والتربوية، والاجتماعية وغير ذلك، فهو يُنمي فيهم شعيرة دينية هي الحرص على أداء الصلاة في الجماعة، وأنها تعرس فيهم حب بيوت الله، وإعمارها بالذكر والصلاة، وهو هدف روحي غاية في الأهمية لكل شخص مسلم.

يمكن أن نتوقع النمو العقلي والجسمي للطفل بلا حراك أو نشاط، إذ لا يمكنه أن يتعرف على الحياة وأسرارها، واكتشاف عالمه الذي يعيش في أحضانه، إلا عن طريق التجول والسير في جوانبه وتقصص كل مادي ومعنوي يحتويه، وحيث إنّ الله تعالى خلق فينا حب الاستطلاع والميل إلى التحليل والتكريب كوسيلة لإدراك كنه هذا الكون، فإن هذه الميول تكون على أشدها عند الطفل، لذلك فلا يجب أن نمنع الطفل من دخول المسجد - حفاظاً على استمرارية الهدوء في المسجد - ولكننا أيضاً يجب ألا نطلق لهم الحبل على الغارب دون أن نوضح لهم آداب المسجد بطريقة مبسطة يفهمونها، فعن طريق التوضيح للهدف من المسجد وقديسيته والفرق

نتعلم في هذا العدد كيف نكون قدوة صالحة لأولادنا:

على الوالدين محاولة الجلوس معاً يوم الجمعة للقيام بسنن الجمعة - بعد الاغتسال - بقراءة سورة الكهف، والإكثار من الاستغفار والصلاة على الرسول ﷺ، لينشأ الصغار وحولهم هذا الخير فيشتركون فيه فيما بعد، وأن يحرصوا على إحظار الأولاد معهما صلاة العيدين، فيتعلق أمر الصلاة بتقليدهم الصغيرة. والترديد أمامهم - من حين لآخر - أننا صلينا صلاة الاستخارة، وسجدنا سجود الشكر.. وغير ذلك.

كما لا يمكن أن تنمو النبتة بلا جذور، كذلك لا

معجزة اختلاف الألوان

♦ عدوية عبد العزيز الراضي

هل تؤثر الألوان على حياتنا؟ وكيف يمكن أن نغير حياتنا باستخدام الألوان؟ لماذا اختار الله اللون الأخضر للجنة؟ ولماذا اختار اللون الأسود لجحيم؟ هل هناك معجزة ما؟ لنقرأ..

آيات كثيرة يمر عليها الإنسان ويرأها وهو غافل عنها، ومن المعجزات ما سخره الله لنا من ألوان، يقول تعالى: (وَمِنْ آيَاتِهِ خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَاخْتَلَفَ لَكُمْ وَالْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ) / (الروم: ٢٢)، هذه الآية تؤكد على وجود معجزة في الألوان، وأنه يجب علينا أن نتفكر فيها.

ما هو اللون؟

كل الألوان التي نراها أصلها واحد، وهي عبارة عن ضوء تتأثر به أعيننا، ولكل لون تردد محدد، ومن رحمة الله تعالى بنا أنه خلق لنا أعيناً لا ترى كل الترددات من حولنا! فقط نرى جزءاً صغيراً منها وهو الطيف المرئي، ولو رمزنا للضوء بطول موجته فإن الإنسان يرى فقط الألوان ذات طول الموجة من ٤٠٠ نانومتر إلى ٧٠٠ نانومتر تقريباً (والنانومتر هو جزء من بليون من المتر).

فحينما يسقط الشعاع الضوئي على مادة ما وتبدو بيضاء، فهذا دليل على أنها تعكس كل الألوان ولا تمتص شيئاً منها، وإذا رأينا مادة سوداء فهذا يعني أنها تمتص كل الألوان ولا تعكس شيئاً منها، أما المادة الحمراء فهي تمتص كل الألوان عدا الأحمر وتعكسه لنا فتراها حمراء وهكذا.

إن الضوء الذي نراه هو عبارة عن موجات لها تردد محدد، فالضوء الأحمر هو موجة لها تردد، واللون الأخضر هو نفس الموجة الضوئية ولكن لها تردداً أكبر، وهكذا... إذاً تختلف الألوان عن بعضها باختلاف طول موجة كل منها أو ترددها.

والعجيب أن الله تعالى ذكر في هذا النص الكريم شيئاً غريباً لا يمكن أن يصدر من بشر، وذلك في قوله: (إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ) وهذا يعني أن العلماء هم أشد خشية لله من غيرهم، وهذه الآية كانت سبباً في إسلام أحد العلماء؛ لأنه أدرك أنه لا يمكن لبشر أن يعرف مثل هذه الحقيقة، وتأملوا معي كيف ربط الله بين العلم وخشية الله من جهة وبين معجزة الألوان من جهة ثانية، ليدلنا على أهمية هذا التنوع في عالم الألوان وتأثيرها على الناس.

فلننظر إلى هذا النص القرآني: (أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَلَكَهُ يَنَابِيعَ فِي الْأَرْضِ ثُمَّ يُخْرِجُ بِهِ زَرْعًا مُّخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْصَرًا ثُمَّ يَجْعَلُهُ حُطَامًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَ لِّلَّذِينَ آوَلُوا بِالْأَنْبِيَاءِ أَفْهَمَ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِّن رَّبِّهِ قُوًى لِّلنَّاسِ فَهُوَ مِّنْ ذِكْرِ اللَّهِ أَوْلَيْكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ) / (الزمر: ٢١-٢٢)، انظروا كيف يربط البيان الإلهي بين الألوان واختلافها في قوله: (مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ) وبين الإيمان في قوله: (أَفْهَمَ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ)، وكأن الله يريد أن يعطينا إشارة إلى أهمية التفكير في عالم الألوان واختلافها، وخاصة أن التراب واحد والماء واحد ولكننا نرى عالماً مليئاً بالألوان لا تكاد تجد له نهاية.

الألوان والعين

يؤكد العلماء أنه لا يمكن تقليد العين البشرية مهما حاولوا؛ لأنها تتميز بوجود ملايين الخلايا جميعها تعمل بتناسق مُحكم، وهذا لا يمكن تحقيقه في حيز بحجم العين؛ ولذلك فإنهم يقفون عاجزين منبهرين أمام آية البصر.

كيف ينتج اختلاف الألوان؟

كل إنسان لديه لون مفضل يتناسب مع اهتزاز خلايا

جسده (الرنين الطبيعي للجسد)، فقد خلق الله الكون بحيث يتألف من ذرات والذرة تتألف من جسيمات أصغر منها، وجميع هذه المخلوقات الصغيرة تهتز بنظام محكم وعجيب، وقد درس العلماء ظاهرة اختلاف الألوان ودهشوا حينما رأوا هذا التنوع اللامنتهي في عالم النبات والحشرات والحيوان.

يقوم النبات أثناء عملية التركيب الضوئي بامتصاص الفوتونات الضوئية القادمة من الشمس وتحويلها إلى طاقة كيميائية تختزن في أوراق النبات، وأودع الله في هذه النباتات برنامجاً محكماً يعطي الأوامر للخلايا بامتصاص اللون الأخضر، ولذلك نجد أوراق النباتات خضراء!

أما النباتات في أعماق البحار حيث لا يصل الضوء الأخضر إليها نجد أنها تمتص الضوء الأزرق؛ ولذلك فإن هذه العملية معقدة جداً وقد درست من قبل علماء وكالة ناسا، وتبين لهم أن ألوان النبات تختلف مع اختلاف القدرة على امتصاص الطيف الضوئي، ويقول العلماء لولا هذه القدرة على امتصاص ضوء محدد في النباتات لبدأ العالم أسود قاتماً.

ونقول إنها قدرة الله تعالى القاتلة.. (وَمَا ذَرَأَ لَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَذْكُرُونَ) / (النحل: ١٢)، ومن خلال مراقبة العلماء للغطاء النباتي تبين أن النبات لا يمتص الأشعة تحت الحمراء؛ بل يعكسها، وهذا يساهم في تنظيم درجة حرارة الغلاف الجوي، ولا يزال هذا الأمر لغزاً محيراً لهم. وسنقدم لكم في العدد القادم مدى الأثر النفسي للألوان.



كيف تحمي مستنداتك من الضياع؟

✦ اعداد: نور محمد

أ. نقر بزر الماوس الأيمن على رمز المجلدات الموجود على سطح المكتب واختيار (خصائص) Properties من القائمة المنسدلة.

ب. من التبويب الظاهر اختر (نقل) Move. ت. من القائمة الظاهرة اختر أحد الأقراص الصلبة عدا القرص الصلب C وليكن D.

ث. اختر Ok.

تعد هذه العملية نقل لمكان المستندات من القرص الصلب C المحتمل إعادة تهيئته إلى أحد الأقراص الأخرى لضمان الحفاظ على الملفات المهمة.

على القرص سوف تُفقد وخاصة مجلد المستندات والذي دائماً ما تُوضع الملفات المهمة فيه، فما هو الحل وما هي الطريقة للحفاظ على تلك الملفات من فقدان.

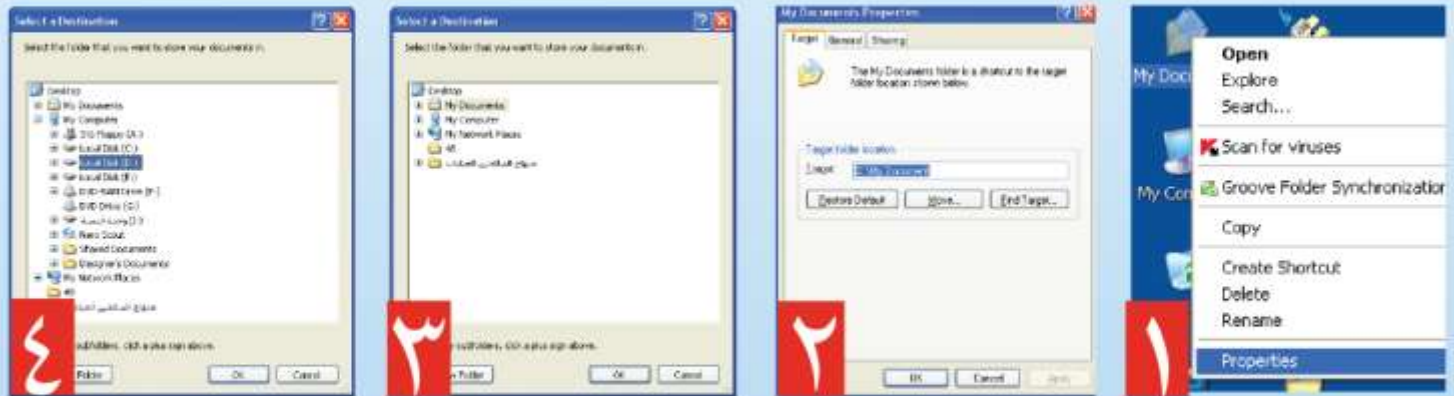
هناك عدة طرق للحفاظ على المستندات اقرأ وسترى:

١. عدم ووضع أي ملفات مهمة على القرص C سوى ملفات نظام التشغيل.

٢. بما أن مكان المستندات على القرص الصلب C لذا يمكن تغيير مكانها وذلك بإتباع الخطوات التالية الموضحة بالصورة:

تحدثنا في العددين السابقين (عدد ٤٦ و عدد ٤٧) عن الفيروسات وكيف يمكن حماية الحاسبة منها، وفي هذا العدد سنتحدث عن كيفية حماية مستنداتك المهمة من الضياع عند إصابة الحاسبة بفيروس.

كثير من الاحيان عن اصابة الحاسبة بنوع من انواع الفيروسات فان الحاسبة تتوقف عن العمل وذلك لتلف ملفات النظام ولسوء الحظ ليس هناك حل الا اعادة تهيئة الحاسبة وتنصيب نظام تشغيل جديد، وكلنا نعلم ان نظام التشغيل ينصب على القرص الصلب C في اغلب الاحيان؛ لذا عند تهيئته فان المستندات الموجودة



علماء يُطوِّرون عدسات لاصقة للمصابين بالماء الأبيض

✦ علياء حسين

الاستعاضة تماماً بهذه العدسة الجديدة عن النظارات العادية في تمييز درجات اللون.

غير أن كونين أشار في الوقت ذاته إلى أن التعود على هذه العدسات الجديدة قد يستغرق يوماً وقد يصل إلى عدة أشهر، كما أكد أن هذه العدسة يمكن أن تستخدم في علاج أمراض البصر التي تصيب كبار السن.. يحتاج معظم الناس لنظارة قراءة بدءاً من سن ٤٥ عاماً.. ويمكن الاستغناء عن نظارات القراءة باستخدام هذه العدسات.



وذلك خلافاً للجيل الأول من العدسات المستخدمة حالياً، مضيفاً أن ٨٨٪ من هؤلاء المرضى استطاعوا

نجح العلماء في تطوير عدسات صناعية من نوع جديد يمكن أن تحل محل العدسات اللاصقة العادية التي تتم زراعتها لمرضى الماء الأبيض، ويؤكد العلماء أن هذه العدسات الجديدة تسمح للمرضى بالرؤية البعيدة والقريبة على حد سواء، وذلك خلافاً للعدسات العادية.

في هذا الشأن، قال البروفيسور توماس كونين من مستشفى فرانكفورت الجامعي إن هذه العدسة الجديدة صُنعت بشكل يسمح بانعكاس الضوء على اثنين من مراكز تجمع الأشعة الضوئية بشكل متزامن. وأشار كونين إلى عدم وجود مشاكل في استخدام هذه العدسة،



عبق شهر رمضان في ذاكرة كربلاء

♦ أزهار عبد الجبار الخفاجي

طوت ذاكرة الزمان ومضة من ومضات الشهر الفضيل وحصاده الذي نما في أواصر حياتنا وحياة أجيالنا متواتراً جيلاً بعد جيل. حينما تسمع اسم رمضان تأخذك الذاكرة إلى الماضي إذ عبقه يملأ الأجواء ليضفي لها نكهة إلهية مع البساطة الجميلة وسحرها لترسم ملامح هذا الشهر في تلك الفترة،

فالبيت الكربلائي يستقبلك بياحته الكبيرة المплطة إلى السماء وأرضيتها المبلطة من الطابوق الفرشي وكأنه الكهرب، وهناك السهياط البسيط الذي تتلألأ منه عناقيد العنب، وتبتسم لك وسط الباحة نافورة مليئة بالحياة تدغدغ ماعها الرياح لتعش المكان وتسرع عينك شجرة رارنج فاتحة أصابعها تلوح لك بالترحيب مائلة البيت بعطر شذي، وهناك تصطف الأواني الفخارية (التنك) في أعلى الشناشيل ليصبح ماؤها بارداً عند الإفطار، وتأتي الأم بخطوات ملؤها الحنان والمودة تنثره لأفراد أسرته حينما تدخل مطبخها البسيط لإعداد طعام الإفطار، إذ الموقد الذي يتكون من بضع طابوقات تصف يميناً ويساراً على شكل مثلث ينتصب عليه القدر ومنه تصنع ألد الطعام يوضع حطّيبات من السعف أو خشب القوغ، وينفسمها الطيب الحنون الذي يضفي للطعام لذة ونكهة وتعمل حلويات بهذه الأدوات البسيطة التي تصنع منها العجائب ثم تقوم بإعداد المائدة للإفطار ونرى الأب



باستعداد

روحي ويقلب إيماني خاشع يهين أبنائه لتعلم قراءة القرآن إضافة إلى تربيته على الأدب وطاعة الله عز وجل.

حتى الغروب توقد أضواء الدار من (فوانيس أو لالات) ويجتمع أفراد الأسرة حول المائدة منتظرين صوت الأذان للإفطار، فيتوجهوا للصلاة ثم إلى الإفطار كأنك في مشهد قدسي ونفحات إلهية تملأ المكان بالطمأنينة والراحة النفسية، وبعد الانتهاء تقوم الأسرة بما يستوجب هذا الشهر من طاعات والشكر لله عز وجل وكل فئة تقوم بعمل معين، فيذهب الأطفال للعب بالساحات العامة والنساء يذهبن لحفل قرآني والرجال منهم من يذهب للجوامع أو لزيارة مرقد الإمام الحسين وأخيه أبي الفضل العباس (عليه السلام) وفي باب قبلة العباس (عليه السلام) ينتظم الشعراء للقيام بالمساجلات الأدبية

والقاء أشعارهم الممتعة عن رمضان حتى يأتي

وقت السحور ففيه ينتطح الناس إلى بارئهم حينما توقضهم دقات (تنكة) المسحراتي (اصح يا صايم وحد الدائم) فتذهب العائلة للسحور بهمة روحية منقطعة النظير، وبعد إكمال السحور يقومون بصلاة الفجر وهذا مشهد يتكرر كل يوم، حتى ليالي القدر لها طابع مميز وكأن الله وضع نكهة رمضان في هذه الليالي الثلاثة فذكرى جرح الإمام علي (عليه السلام) تتجدد ويعيش الناس هذه الفاجعة الأليمة، وهناك عادة متوارثة وهي طبخ (التمن والماش) أو ما يسمى (بالمشهاية) تعبيراً عن حبههم لأمير المؤمنين (عليه السلام) وتقام مجالس العزاء والأدعية وترفع القرائن في هذه الليالي الثلاث لأنه أنزل في هذه الليالي، وفي ليالي القدر المباركة وقبل الغروب نرى الناس يتسابقون ليزل الخيرات حينما تحمل (الصواني) الحافلة بما لذ وطاب من الطعام إلى بيوت الفقراء من أجل الحصول على الأجر والثواب لموتاهم، وهذا مشهد نراه في جميع أزقة كربلاء وتستمر طقوس رمضان حتى الليلة الأخيرة منه (ليلة العيد) التي تبشر بقبول الطاعات، وهكذا كان لرمضان في كربلاء رونق وسحر ويعود الفضل أيضاً لقدسية هذا المكان إذ مرقد الإمام الحسين وأخيه أبي الفضل العباس (عليه السلام) الذي له تأثير في أبرز تلك الطقوس (ما أحلاها من أيام).

بحيرة الرزازة جمال الطبيعة الأخاذ

يريح النفس بعد عناء العمل، وتكثر فيها المواقع الطبيعية والأثرية التاريخية، والتي لها إمكانية جذب سياحي ونهيء للزائر أنواع الفعاليات السياحية - كالتنزه على الشاطئ وممارسة الرياضة المائية إضافة إلى التمتع بصيد الأسماك والطيور المائية وكذلك الراحة والاستجمام، وهي تعد مورداً مهماً من موارد الجذب السياحي، ولكنها لم تستغل بالشكل الصحيح وفي الآونة الأخيرة أهملت ولم تعد كما في السابق ولم يبق منها سوى ملامح تدل على وجودها.



القصيرة وعطل نهاية الأسبوع حيث الجو الطبيعي الذي

من المناطق السياحية والأثرية التي يرتادها السائحون للتمتع بجمال الطبيعة وجمال المناطق الأثرية الطبيعية وهي موجودة ضمن الخارطة الجغرافية لمحافظة كربلاء المقدسة، والتي تحتوي على العديد من الرموز الأثرية والحضارية، وتقع هذه البحيرة على مسافة ١٥ كم إلى الغرب من مدينة كربلاء، وهي بحيرة مغلقة تبلغ مساحتها بين (٤٠٠) و (٨٠٠) كم^٢ وتتميز مياهها بارتفاع نسبة الملوحة فيها وتعدّ من أهم المصايف التي تكثر الزيارات لها أثناء العطل

اشترك الآن

اشترك الآن في مجلة رياض الزهراء

مجلة رياض الزهراء تفتح ابوابها امامكم على مصراعين لتبعضوا لها آرائكم ومقترحاتكم او ارسال مساهمة من كتاباتكم أو اجاباتكم عن الأسئلة الموجهة في كل عدد

أجوبة العدد السابق

- ١- عند خروجه أول ما ينطق بعد إسناد ظهره للكعبة بهذه الآية (بَقِيَةُ اللَّهِ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ) / (هود: ٨٦) ٢- الإمام المهدي عليه السلام ٣- في سورة البقرة (وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا) / (البقرة: ١٤٢) ٤- سورة الإسراء والكهف الجزء الخامس عشر ٥- الذكر - الطمانينة - وضع المساجد السبعة - وضع الجبهة على ما يصح السجود عليه - رفع الرأس ٦- مكة اسم البلد، وبكة موضع المسجد الحرام ٧- شهر شعبان ٨- البرمائيات (الضفدع - سلحفاة - تمساح) ٩- هو من فقد الماء والتراب ويجب عليه القضاء ويسقط عنه الأداء ١٠- تصل إلى مستوى الاجتهاد العلمي وتفتي بكتاب الله وهي في بيته

مسابقة العدد

- ١- من هم أشقى أهل الأرض وأعظمهم عذاباً؟
- ٢- ما هي آخر فريضة نزلت في القرآن الكريم؟
- ٣- لماذا فرض الصوم على أمة محمد ﷺ ثلاثين يوماً، والأمم السالفة أكثر من ذلك؟
- ٤- في أي عام فرض الله تعالى الصيام على المسلمين؟
- ٥- أكمل الحديث النبوي، قال رسول الله ﷺ: "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد..."؟
- ٦- ما معنى (أساري)؟
- ٧- في أي سورة نزلت كلمة الصوم لغة؟
- ٨- كتاب ليلة القدر هو كتاب علمي عملي جامع يختص بليالي القدر فمن هو مؤلفه؟
- ٩- قال سليمان المروزي للرضا عليه السلام: ألا تخبرني عن "إنا أنزلناه في ليلة القدر" في أي شيء أنزلت؟ ما كان جواب الإمام الرضا عليه السلام وفي أي مصدر؟
- ١٠- عن أبي عبد الله الإمام الصادق عليه السلام قال: ليلة القدر في كل سنة، ويومها مثل ليلتها، في أي مصدر ذكر هذا الحديث؟



الاسم:
العنوان:
التحصيل الدراسي:
هاتف:
البريد الإلكتروني:



استفساراتك الشرعية

ماذا لديك لتطوير المجلة؟

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

هل لديك مشكلة؟ اكتبها ولدينا الحل

.....
.....
.....
.....

هل لديك مشاركة؟ اكتبها هنا

.....
.....
.....
.....

كيف ترسلين المشاركة؟

يمكن ارسال مشاركاتكم الى مجلة رياض الزهراء عن طريق تسليمها الى قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة - شعبة المكتبة - وحدة النساء.

أو عن طريق مراسلتنا عبر البريد الالكتروني: Reyadalzahra@yahoo.com

ملاحظة: يرجى مراعات ارسال المساهمات قبل ثلاثة اشهر من صدور العدد مثلاً مساهمات عدد شهر رمضان ترسل في شهر جمادى الاخر المتأخر.

هل تريد أن تتخلص من...؟

الجزء الأول

لماذا لا تجرب فرك قطعة ثلج على باطن يدك، على المنطقة الغشائية على هيئة V بين إبهامك وسبابتك، لماذا؟ لوجود ممرات الأعصاب التي تحفز الدماغ وتمنع إشارات الألم الصادرة من الوجه والأيدي.

أثار الحروق..

حينما تحرق إصبعك عرضياً على فرن الغاز، نظف الجلد واضغط بشكل خفيف بقطعة ثلج على مكان الحرق بأصابع يدك الأخرى. الثلج سيخفف ألمك بسرعة أكبر. لكن الطريقة الطبيعية ستعيد الجلد المحروق إلى درجة الحرارة الطبيعية، فيصبح الجلد أقل تشوهاً.

إلى الفم، وهذه الهزات تسبب تحرك الاحتقان، بعد ٢٠ ثانية ستشعر بأن الاحتقان بدأ بالتحلل.

الحرقنة دون ماء..

هل تزعجك الحرقنة حينما تنام.. أصبح الحل أسهل.. أثبتت الدراسات بأن النوم على الجانب الأيسر يقلل من الشعور بالحرقنة، إذ يرتبط المريء والمعدة بوصلة عند الزاوية، فحينما تنام على اليمين تصبح المعدة أعلى من المريء، مما يسمح للطعام والأحماض بالتسرب إلى المريء والحلق، بينما حينما تنام على الجانب الأيسر تصبح المعدة أدنى من المريء وهكذا تصبح الجاذبية لمصلحتك.

ألم الأسنان دون فتح فمك..

♦ زهراء أحمد الحميداوي

الحكة أو الدغدغة في الحنجرة..

إذا أصابك حكة أو دغدغة في الحنجرة، افرك أذنك لماذا؟

هناك أعصاب محفزة في الأذن، وعند حك الأذن تقوم بعمل رد فعل في الحنجرة يمكن أن يسبب تشنج العضلة، وهذا التشنج يخفف الحكة المزعجة أو الدغدغة.

احتقان الأنف..

هل تعاني من احتقان الأنف المزمن ولم تنفع معك الأدوية، إليك طريقة أرخص وأسرع وأسهل للتخفيف من ضغط الجيوب ثم بدفع لسانك ضد سقف فمك بالتناوب، ثم اضغط بين حواجبك بإصبع واحد، هذا يسبب هز عظمة (قומר) التي تمر عبر الممرات الأنفية

حقائق علمية غريبة

♦ ضحى جاسم الخفاجي

غرائب متنوعة:

- روى أحد الباحثين أنه سمع عن طائر قام بتجبير قذعه المكسورة باستعمال الطين وعيدان الحطب.
- من خلال تحليل دموع البشر تبين أنها تحتوي على مواد كيميائية مسكنة للألم يفرزها المخ حينما يبكي الإنسان.

غرائب في الخضراوات:

- أكبر جزء من فيتامينات الفاكهة يوجد في قشرها؛ ولذلك ينبغي أن نأكلها بقشرها
- عصير الفاكهة وحده يجب تناوله بسرعة؛ فالانتظار يعرض فيتاميناته لأكسدة الهواء وأن بعض الأنواع تسد بسرعة وأهمها الجزر.

من غرائب الحيوانات:

- الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد أربعين قدماً.
- إن الزرافة إذا انزلت ووقعت على الأرض مع انتقاع سيقانها، فهي لن تستطيع القيام مرة أخرى ويمكن أن تظل هكذا إلى أن تموت.
- إن الفئران لا تحب رائحة النعناع.
- لسان القط سلاحه الدائم، فهو مملوء بغدد تفرز سائلاً يضمن جرحه به عدة مرات حتى يلتئم.



أهمية معركة بدر

♦ زهرة عطوان الكناني

(التوبة: ٥)، ومعركة بدر كانت مثلاً رائعاً للشجاعة النادرة التي يبذلها أهل الإيمان وهي موقعة تستحق أن تكتب بحروف من نور وأن يقف التاريخ عندها طويلاً موقف إجلال وتأمل، فقد خرج فيها المسلمون لا يزيد عددهم عن الثلاثمائة إلا قليلاً على حين كان عدد المشركين يربو على التسعمائة وبالتحديد كما ذكرت مصادر التاريخ (٩٥٠) رجلاً.

المسلمين: مرحلة الصبر على الأذى وتحمل الشدائد والصعاب والصبر على التعذيب والإهانة، وبين مرحلة تشريع القتال وإيجابية ومشروعية تعقب أهل الكفر وكما قال الله تعالى.. (أَذِّنْ لِلَّذِينَ يُقَاتِلُونَ بِأَنَّهُمْ ظَلَمُوا وَإِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ نَصْرِهِمْ لَقَدِيرٌ) // (الحج: ٢٩). وقال تعالى.. (فَاقْتُلُوا الْمُشْرِكِينَ حَيْثُ وَجَدْتُمُوهُمْ وَخُذُوهُمْ وَأَحْضُرُوهُمْ وَأَقْعُدُوا لَهُمْ كُلَّ مَرْصَدٍ) //

هي من المعارك الخالدة التي خاضها المسلمون والتي حدثت في شهر رمضان الكريم، فقد كان يوم بدر يوم الفرقان بين أهل الكفر وأهل الإيمان كما قال الله تعالى في كتابه الكريم.. (إِنْ كُنْتُمْ آمَنْتُمْ بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلْنَا عَلَىٰ عَبْدِنَا يَوْمَ الْفُرْقَانِ يَوْمَ التَّنَجُّمِ الْجَمْعَانِ) // (الأنفال: ٤١) وكان يوم بدر فرقاناً بين مرحلتين من تاريخ

الإمام علي بن موسى الرضا (عليه السلام) وولاية العهد

حكم، ولا يغير شيئاً هو قائم على أصوله)، والسبب في وضع هذه الشروط هو تنفيذ أغراض المأمون بالإطاحة بقاعدة الإمام (عليه السلام) الشعبية وإظهاره بشكل يختلف عن آبائه، ولكن الإمام أخرج المأمون بقبوله الولاية على هذه الشروط، فضرب عصفورين بحجر واحد فقد حفظ حياته وحياة شيعته وحقق لهم نوعاً من الأمان الذي كانوا يشتقدونه في نفس الوقت بين سياسة المأمون التعسفية بإجباره على ولاية العهد من خلال الشروط التي فرضها (عليه السلام) عليهم.

جهة أخرى والتي تمثلت بالانتفاضات والثورات الشيعية ضد حكمه، فأمر بإحضار الإمام (عليه السلام) وما زال يعرض عليه الأمر والإمام (عليه السلام) يرفض إلى أن أجبره على قبول ولاية العهد ليضفي الشرعية على وللا أسباب التي أسلفنا ذكرها، الإمام (عليه السلام) لقبول ولاية العهد بشروط عدة وهي: (أن لا يأمر ولا ينهي، ولا يؤلف ولا يعزل، ولا يتكلم بين اثنين في

تميزت حياة الإمام الرضا (عليه السلام) بظاهرة لم تحدث لأي إمام من قبله، فقد عاش (عليه السلام) فترة كانت تمثل صراعات بين العباسيين الذين كانوا خلفاء تلك المرحلة، إذ قتل المأمون أخاه الأمين وراح يعرض على الإمام الرضا (عليه السلام) أن يكون ولي العهد من بعده، وكان الإمام (عليه السلام) يعرف نوايا المأمون ويعلم أن القضية ليست عميقة في فكره وليس فيها أي جدية في تخطيطه، ولكنها كانت قضية تتصل ببعض الأوضاع المعقدة التي كان يعيشها مع بني العباس من جهة، وبعض الظروف السياسية الموجود آنذاك من



قطرات من عسل

♦ جواهر الزهراء إبراهيم/ السعودية

إني رأيت الناس / (آل عمران: ١٥٩).
يتحاسدون، فنظرت
إلى (نَحْنُ قَسَمْنَا
بَيْنَهُمْ مَعِشَتَهُمْ) /
(الزخرف: ٢٢)،
فأجهدتها في دفع الهوى حتى استقرت على طاعة الله.

إني رأيت كل من معه شيء له قيمة عنده يحفظه فكما
وقع معي شيء له قيمة وجهته إلى الله: ليبقى لي عنده..

(مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ) / (النحل: ٩٦).
إني رأيت الناس يرجعون إلى المال والحسب وليست
بشيء.. فنظرت إلى قوله (إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ

أَبْدَانُهُمْ، فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ.. (فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى
أَتَقَاكُمْ) / (الحجرات: ١٣)، فعملت بالتقوى.

انتظروا

♦ غدير سعدي التميمي

يا حبيباً غاب عن الأعين
ولم يغيب عني يوماً..
فمنى تظهر وتغر عيني.. فقد
قضيت لك شوقاً..
أتراني لأهية عنك وعقلي يفكر
بك دوماً..
ومازلت انتظر رداً هل ساراك يوماً؟

وإنما على الثرى..
وحيداً في الوحى..
وحبيباً للورى..
أحب لي الدعوى..
فقد أخلصت لك النوى..
وانتظرتك ملجأ ومأوى..

هدية الأحلام

هو شهر فيه ليلة خير من ألف شهر. ليلة غرا، تلم شعة عام بأعماله
بعبادة بركات الشهر الفضيل التي تلفها فيوضات إلهية ورحمة
ربانية، تُعطي كل من يريد أن ينعم بشفقة الغفران، ويتذوق فيها
حلوة التوبة، فيها يفرق كل أمر حكيم. تنزل الملائكة فيها على
سائر الخلق، وعلّة الوجود، والأمل المعهود، والقائم الموعود..

إيه يا شهر رمضان.. يا شهر الفقراء.. في فلسفة صياك يستشعر الغني
بألم الجوع الذي يتصور منه الفقير طول السنة. ويشعر الفقير بهدية
أحلام العدالة المحروم منها. يرسم صوراً جميلة على جدران الحياة
يُحيي بها قسوة الآلام. وينحت في صخور مرارتها جمال تلك الأرواح
التي تعود إلى فطرتها السليمة..

شهر تتجلى فيه كل القيم الإنسانية، وقيم الأدبانية السماوية التي
تُخفي في طياتها الدرر المكنونة من الفضائل. يعود فيها الإنسان إلى
إنسانيته.. لا محرمات.. لا فسوق.. لا جدال.. لا مرا.. لا اغتياح.. لا
بهتان..

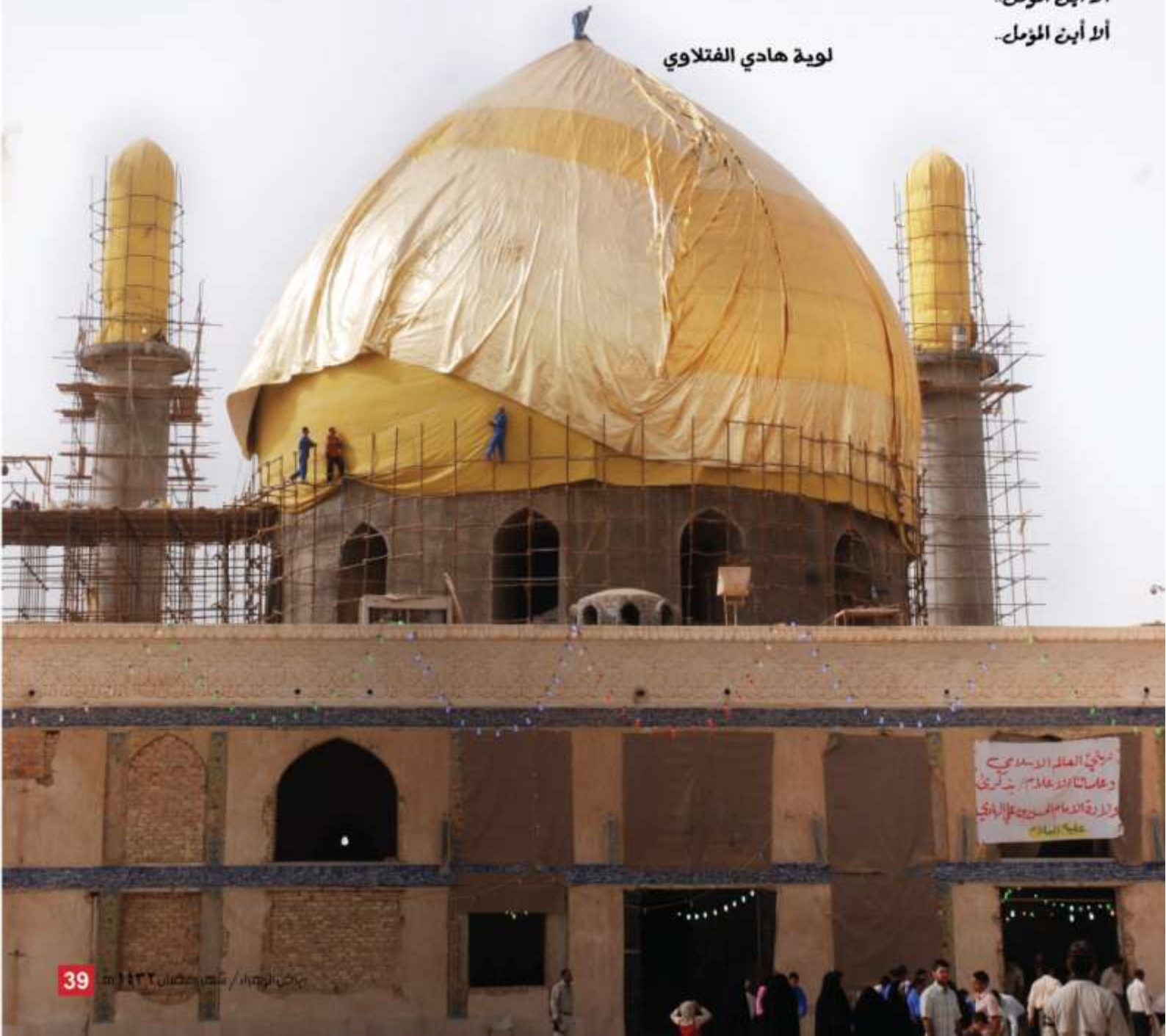
ويثريا بردا، الفضيلة وفيها تتحقق غايته الخالق من الخلق.. (وَمَا خَلَقْتُ
الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) / (الذاريات: ٥٦).

أمال كاظم الفتلاوي

ملتقى الجراح...

جراحات أعلنت اللقاء، لتقول للباري نحن لك الفداء..
 جرح بمسجد الكوفة قد كوى قلوب الأرمال واليتامى سوا..
 وجرح بكربلا، قد أفرغ الجفون والمقل..
 وجرح بسامرا، قد أدمى قلوب ذوي العلا..
 تلك جراحات تسابق الزمن لتصل لذروة القبول..
 فجرح ساجد في محرابه يتبتل..
 وجرح ساجد على وجه الكرى للقرآن يُرتل..
 وجرح دوى بصوت العسكري عليه السلام..
 ألا أبين المؤمل..
 ألا أبين المؤمل..

لوية هادي الفتلاوي



ترقبوا!

مجلة رياض الزهراء عليها السلام بحلتها الجديدة تحتوي على باقة متنوعة من المواضيع التي تزخر بها الحياة الدينية والاجتماعية بأقلام كاتبات المجلة على مدى أربع سنوات من إصداراتها.



- انطباع سماحة السيد أحمد الصافي (دام عزه) عن مجلة رياض الزهراء عليها السلام بمواضيعها وكادرها.
- مدى تأثير مجلة رياض الزهراء عليها السلام على جمهورها دينياً واجتماعياً.
- هل تمكنت رياض الزهراء عليها السلام من الدخول إلى قلوب قُرَّائها؟

كل هذه المواضيع ستلمع في سماء العدد القادم من مجلة رياض الزهراء عليها السلام.