



A still life composition featuring a variety of fresh food items. In the foreground, a large, golden-brown loaf of bread with a rustic crust sits on a light-colored surface. To its right, several red apples and a bunch of green leafy herbs are visible. Behind the bread, a large green cabbage and a jar of red jam are prominent. In the background, two wicker baskets are filled with an assortment of vegetables, including a large cauliflower, several carrots, a red onion, and a large eggplant. To the left, a bottle of dark wine and a bottle of yellow liquid, possibly oil or vinegar, are placed next to a jar of pickles. The overall scene is brightly lit, emphasizing the freshness and natural colors of the ingredients.

أعيدوا لهم البراءة

الشيخ علي السعيد



قد نسمع من صديق أو جار، أو إعلام وأخبار.. بسرقة مصرف أو دار أو غيرهما.. وقد يطرق الأذان والأذهان حديث عن مصادرة مُلك أو مال.. فلا نستغرب ذلك الحال! وقد نقرأ عن نهب تراث أو حضارة، فلا نتفاجأ من تلك العبارة.. ولكن العجب كل العجب مما نسمعه ونقرؤه ونعيشه اليوم من سرقة براءة، ومصادرة طفولة، ونهب عفوية الأطفال.. مع شديد الأسف -والقول محمل باللوعة والحسرة والحرقة- أن الثلاث الأخريات قد حصلت بمرأى ومسمع وحضور من

المسؤولين عنها جميعاً.. وهنا أقول: والحيرة تطوّقني من جميع الاتجاهات.. فلست أدري، أوجه الكلام للأهل والمسؤولين عن الطفولة والبراءة حتى يتداركوها (وفي أحشائها رفق)، أم أوجهه للصوصها وسراقها! عسى الله أن يهديهم سبيل الرشاد والصلاح.. فيكفّوا بأسهم عن براعم لا حول لها ولا قوة.

بالأمس القريب، كان الخوف عليهم (الأطفال) من الأطعمة والأشربة.. هذا مُعَلَّب.. وهذا سيء التخزين.. وهذا مُنتهي الصلاحية.. وهذا يحوي المواد الغذائية التي لا تناسب أعمارهم.. واليوم -على الرغم من أهمية الأطعمة والأشربة لهم- فإن شديد خوفنا ليس على الأبدان، بقدر ما هو على الأذهان! فطفل اليوم بدأ يفقد براءته! في العصر المعلوماتي الحالي، الذي تسيطر عليه الثقافة الإلكترونية دون قيود أو حدود، لتتسلّ بخبث إلى عالمه البريء، وتفرض عليه النضج المبكر، ليصبح رجلاً صغيراً قبل أوانه..!

فطفل هذا العصر لم يعد يرى بعينه إلا شاشة التلفاز، أو الحاسوب، أو الهاتف النقال (الموبايل)، بدلاً من أشكال الزهور والنباتات الجميلة، والحيوانات الأليفة واللطيفة.. ولا يسمع بأذنيه سوى الموسيقى الصاخبة بدلاً من أصوات الطبيعة الهادئة، ولا يلمس بيديه إلا لوحة مفاتيح (الكمبيوتر) بدلاً من الأساليب البسيطة في التسلية كاللعب بالرمل والماء، التي نعدّها من هدايا الطبيعة المجانية لتنمية الإبداع.

لذا نحن بحاجة أكثر من أي وقت مضى إلى إعادة النظر في أساليب تربية الطفل من جهة، والخوف والحرص عليه من لصوص البراءة وسراقها من جهة أخرى، الذين يتسلّلون اليها من دون علم الأهل ومسؤولي التربية.. تارة بصورة مباشرة، بشدهم لها، وتعلّقهم بها.. وتارة بصورة غير مباشرة، من خلال البرامج الذميمة أو الأفكار السقيمة التي يطرحونها ويسوّقونها لهم.

ثقافة الجهل

بتوك عرندس



الجهل أن تكون معلوماتك خاطئة

قد يتحفظ البعض على اعتبار (الجهل) ثقافة بنظره! وهنا أصل النقاش.. فكيف يكون الجهل ثقافة؟ وإذا كان فكيف نواجهه؟
الجهل: اصطلاحاً، يعني أن تعتقد بشيء على خلاف الواقع! فما من صفة تزيي بالإنسان كالجهل، فهو أعدى أعداء الإنسان! والسالك به درب الضلال،

درب الشياطين الذين يدعون للجهل ويرجون له.. وقد وهب الله سبحانه وتعالى الإنسان (العقل)، وأودع فيه قوة إدراكية، وهي طلب العلم، التي تكرس وجوده وإنسانيته، وتميزه عن باقي المخلوقات.

وغاية الجهل، هو التوغل في الأمور المبهمة بغير علم، ودون الحجج والبراهين.. يقول سبحانه وتعالى في محكم كتابه الحكيم: ﴿أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبًّا عَلَى وَجْهِهِ أَهْدَىٰ أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيًّا عَلَىٰ صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ (المالك: ٢٢). لذا وجب علينا استبيان الحقائق والتثقف في شتى ميادين العلم، قبل التفوه بأي كلمة أو اتخاذ أي موقف، وعدم إقحام أنفسنا في أمور ومواضيع لا نفقه مغازيها!

ولا اتجاهاتها يمينها من شمالها.. فالجهل -إضافة لكونه آفة اجتماعية- هو عقابٌ دنيوي لكل متكبر ومتغطر، تتسم تصرفاته وأقواله بالرياء والنفاق.. لذا نعوذ بالله من شرّ الجهل وأشكاله وعواقبه.

وهنا لا بد من الإشارة إلى أنه أحياناً يحمل المرء أعلى الشهادات والأوسمة.. لكنه لم يستنر بنور الله تعالى، ولم يبحر في علومه، ولم يهتد بهديه وهدي رسوله ﷺ، فهو -رغم ذلك- جاهلٌ وأمّي..

من هنا نرى وجوب إنكار الجهل ومحاربتة في المجتمع والدين، وذلك من خلال طمس الكثير من المعلومات الخاطئة، والتصورات والأوهام.. فالجاهل عدو نفسه، لأنه يعيش في وهم وظلام لا يودي به إلا إلى التهلكة، وبالتالي نبذه من قبل المجتمع.

تربية وتعليم

إعداد/ علي خلف

لا بد أن تقوم التربية في محيط الأسرة، أو المدرسة أو المجتمع على برنامج واضح يشمل جميع الأبعاد الحياتية، والجوانب الفردية والجماعية المختلفة.. وأن يراعي هذا البرنامج القضايا الاجتماعية والاقتصادية والعلمية والثقافية.. كما ينبغي أن نعلم أبناءنا أموراً يستفيدون منها مستقبلاً في حياتهم الفردية والاجتماعية، وأن تشمل هذه الأمور الجوانب الدينية والأخلاقية، والآداب والتقاليد الجيدة والفن والأدب والقيم المختلفة، ومنها قيمة المال والطرق الصحيحة للحصول عليه، والمهن الشريفة ولقمة العيش والقوانين والمفاهيم الحياتية كالحرية والتعاون وغيرها.. ومن المؤكد أن هذه المهمة الجسيمة سينقسم عبؤها وثقلها على كاهل اثنين من المسؤولين: الأول هو البيت، والثاني هو المدرسة، ولكن لا بد أن يكون التوجه بها صحيحاً وسليماً..

فمن المجحف (بالنسبة للمدرسة) أن تراعي جانب التعليم، على حساب جانب التربية، أو العكس! فلا ننسى أدب الابن وسلوكه وخلقه إذا كان جيداً.. فلا تكون درجة تقييمه على حساب ناتج قصة أو طرح أو خطأ إملائي.. فقط! والعكس صحيح أيضاً.. وعلى إدارة المدرسة أن توضح وتبين للطالب أن تقييمه لم يكن على حساب دون آخر (التربية أو التعلم)، ليعي أهمية الطالبين، وبالجانب الآخر على الأسرة أن تراعي أموراً منها:

✳ ألا تصب اهتمامها على درجات الطالب فقط، متجاهلةً وعيه ومعرفته وعلمه وأدبه.
✳ أن تراعي الجانب النفسي للطالب، والأزمات التي قد يمر بها، خصوصاً أثناء فترة الامتحانات.

✳ أن تتعاون مع إدارة المدرسة تعاوناً فعالاً.. للنهوض بواقع الطالب العلمي والتربوي، من خلال التواصل معها.

✳ أهمية وضع الأهداف، فعلى الأب أن يسأل نفسه عندما يهتم بتربية أولاده وبنائهم، ما هي أفكاره في هذا الشأن والخطوات التي لا بد أن يسلكها؟ وبخلاف ذلك ستكون التربية غير هادفة ما لم تتخذ الخطوط الفكرية الرئيسية.

وختاماً نقول: ليس بشرط، أو لا توجد أية حاجة لتحديد أهداف عديدة ومعقدة.. كتلك التي تطرحها الأنظمة والمناهج التربوية، لكن على الأب أن يفهم بعض المواضع المهمة، التي تمكنه من اتخاذ المواقف المناسبة، عندما تواجهه الحوادث المختلفة! فالهدف المهم من كل ذلك هو تنمية طاقات الطالب واستعداداته، حتى يتمكن من السير في طريق نجاحه.





كيف أقوي مناعة جسمي ؟

الشمس (لمدة عشر إلى خمس عشرة دقيقة)، والتي يحصل الإنسان من خلالها على فيتامين (د)، فنقصها يعمل بشكل كبير على ضعف جهاز المناعة وزيادة خطر الإصابة بالأمراض المختلفة أيضاً.

(٥) يعتبر الثوم واحداً من الأغذية التي تساعد على تقوية مناعة الجسم، ولذلك ينصح بإضافتها إلى الطعام قبل تقديمه مباشرة.

(٦) اتباع التمارين الرياضية بشكل منتظم ومستمر هو أحد الأمور الأخرى التي تساعد على تدعيم جميع أجهزة الجسم بالإضافة إلى جهاز المناعة.

(٧) تناول المواد التي تحتوي على مضادات الأكسدة من أجل تقوية المناعة في الجسم، والتي تساعد على تخليص الخلايا من الإشعاعات والمواد الضارة في الجسم، ويمكن الحصول على هذه المواد من: الفلفل الأخضر والبرتقال والفاصوليا والجزر وغيرها من الأغذية المختلفة.

(٨) الابتعاد عن الأغذية الضارة بالجسم، كالوجبات السريعة والحلويات المصنعة، والتي تحتوي على العديد من المواد الكيميائية الضارة بالجسم بشكل عام، والتي قد تسبب الأمراض أيضاً، بالإضافة إلى كون هذه الأغذية لا تحتوي على الفيتامينات والمواد المفيدة.

تعتبر مناعة الإنسان واحدة من أهم الأمور في جسم الإنسان وصحته، إذ إن جهاز المناعة هو الجهاز المسؤول عن مواجهة المواد والكائنات المختلفة التي تسبب الأمراض للإنسان، ولذلك فإن الحفاظ على جهاز المناعة وتدعيمه أحد الأمور المهمة التي يجب أن يعتني بها الإنسان بعدة طرق مختلفة، نذكر بعضها فيما يلي:

(١) من المهم أن يقوم الإنسان بالحصول على كمية كافية من النوم، وتقليل التوتر الذي يعاني منه قدر الإمكان، إذ إن الدراسات أثبتت أن الأشخاص الذين يحصلون على كمية كافية من النوم يكونون أقل عرضة بشكل كبير للإصابة بالأمراض المختلفة.

(٢) على الشخص الابتعاد عن المواد الضارة بالجسم والتي تسبب الأمراض، كتدخين السجائر وأنواع التدخين المختلفة، فهذه الأمور تقلل من مناعة الجسم، لأن عن طريقها تدخل العديد من الفيروسات والبكتيريا المختلفة إلى الجسم عن طريق التنفس.

(٣) على الإنسان اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن، وأن يكون مليئاً بالخضار والفواكه المتنوعة، وتناول الحبوب المختلفة والجوز أيضاً، إذ إن هذه الأطعمة المختلفة تساعد على تزويد الإنسان بالمواد الغذائية التي يحتاجها جهاز المناعة كي يعمل بكفاءته القصوى. وكذلك تناول الحليب ومشتقاته، فهو يساعد على تقوية جهاز المناعة أيضاً لدى الكبار والصغار.

(٤) من المهم أن يقوم الإنسان على الدوام بالتعرض لأشعة



قانون الجهود المهدورة

من العثرات والسقطات.. بل النجاح هو أن تمشي على أخطائك وتتعلم منها وتتجاوزها، وتتخطى كل مرحلة ذهبت جهودك فيها هدرًا، وتبقى تتطلع إلى المرحلة المقبلة.. ولو كان هنالك من حكمة تلخص هذه الدنيا فستكون بكل بساطة: استمر..

دعونا نأخذ من آيات الله تعالى الحكمة والعبرة، فهناك حكمٌ بليغة في آية كريمة واحدة!! وهو قوله تعالى: ﴿أَذْهَبَ أَنْتَ وَأُخُوكَ بِآيَاتِي وَلَا تَنِيَا فِي ذِكْرِي﴾ (طه: ٤٢)، (أَذْهَبَ): تهدم السلبية.. وتبني النشاط والإيجابية.. (أَنْتَ وَأُخُوكَ): تهدم الفردية.. وتبني الجماعية..

(بِآيَاتِي):

تهدم الجهل

والعشوائية..

وتبني العلم

والمنهجية.. (وَلَا

تَنِيَا): تهدم الكسل..

وتبني الهمة والتضحية..

(فِي ذِكْرِي): تهدم المادية..

وتبني الروحانية الربانية..

نعم، آية واحدة من كتاب الله تعالى تكفلت لنا بمنهج حياة.. فكيف بالقرآن كله.

الأسد ينجح فقط في ربع محاولاته للصيد أي (٢٥% نجاح، و٧٥% فشل) ومع هذه النسبة الضئيلة -التي تشاركه فيها معظم الضواري- إلا أنه من المستحيل أن ييأس فيكف عن المطاردة..

أما السبب الرئيسي في ذلك! فلا يرجع للجوع فقط كما قد يظن البعض.. بل يرجع الى أن الحيوانات مفطورة غريزياً على استيعاب قانون (الجهود المهدورة)، وهو

القانون الذي تعمل

به الطبيعة كلها..

-نصف بيوض

الأسماك يتم

التهامها -

نصف

مواليد

الدببة

تموت قبل البلوغ

- معظم الأمطار تهطل

في المحيطات - أكثر بذور الأشجار

تأكلها العصافير.. وغيرها الكثير من هذه

الأمثلة بما لا يعد ولا يحصى..

الإنسان وحده فقط من يرفض هذا القانون

الطبيعي الكوني، ويعتبر أن عدم نجاحه في

بضع محاولات أنه الفشل!.. لكن الحقيقة أن:

(الفشل الوحيد هو: التوقف عن المحاولة)،

والنجاح ليس أن يكون لديك سيرة حياة خالية

حكمة عجيبة في آية كريمة، قوله تعالى: اذْهَبْ أَنْتَ وَأُخُوكَ بِآيَاتِي وَلَا تَنِيَا فِي ذِكْرِي.
* اذْهَبْ*: تهدم السلبية وتبني النشاط والإيجابية
* أَنْتَ وَأُخُوكَ*: تهدم الفردية وتبني الجماعية
* بِآيَاتِي*: تهدم الجهل والعشوائية وتبني العلم والمنهجية
* وَلَا تَنِيَا*: تهدم الكسل وتبني الهمة والتضحية
* فِي ذِكْرِي*: تهدم المادية وتبني الروحانية الربانية
(آية واحدة) من كتاب الله تعالى: تكفلت لنا بمنهج حياة، *فكيف بالقرآن كله*

حارس المنارة

إعداد / علي عيد الجواد

المنارة فجأة.

وفي تلك الليلة غرقت سفن عديدة، وهلك كثير من الناس.. وعند التحقيق فيما حدث بدا الحارس شديد الندم على ما حصل، ولكن رغم اعتذاره المتكرر، واستعطافه المحققين، بأن ما فعله للخير، ولم يكن في نيته أن تصل الأمور الى ما وصلت اليه.. ولكن ظلّ الجواب هو: أعطيناك الزيت لهدف المحافظة على ضوء المنارة ساطعاً.

الحكمة: إنّ التساهل في بعض الأمور والانشغال بها قد يتسبب في انحرافك عن الهدف المنشود، دون أن تشعر بالخطر في وقتها، ومع مرور الوقت تتفاجأ بأنك قد تسببت في القضاء على هدفك دون أن تشعر.

لذا اجعل هدفك حاضراً في ذهنك دائماً، وتعلم متى وكيف تتصرف بما لديك.. حتى لا تتفاجأ يوماً بانطفاء ضوء منارتك، فتحل الكوارث.

كان هناك حارس منارة يعمل على امتداد الساحل الصخري لإحدى المدن، وكان يحصل كل شهر على ما يكفي من زيت الوقود، لكي يحافظ على ضوء المنارة متوهجاً حتى تتمكن السفن من رؤية المنارة فتبتعد عن الساحل الصخري، كي لا تصطدم به فتغرق.

ولأنّ هذا الساحل لم يكن يبعد كثيراً عن المدينة فقد كانت الزيارات إليه لا تنقطع. وفي إحدى الليالي زارته امرأة فقيرة من القرية المجاورة واستعطفته قليلاً من الزيت لأجل أسرتها. وفي ليلة أخرى زاره رب عائلة وطلب منه قليلاً من الزيت لأجل إضاءة مصباح البيت. وزاره رجل آخر احتاج إلى شيء من الزيت كي يزيّن عجلته.. ولأن كل الطلبات بدت للحارس بسيطة ومعقولة فلم يكن يردّ أحداً خالي الوفاض، ولكن عندما أوشك الشهر على الانتهاء لاحظ أن مخزونه من الزيت قليل جداً، ثم ما لبث أن نفذ، فانطفأ ضوء



حديقة الساقية

للعمره المفردة وزيارة السيدة زينب

خدمات متميزة واسعار تنافسية

نقداً وبالتقسيط

وهناك خصوصيات لعوائل شهداء الحشد الشعبي المقدس

وعوائل مجاهدي الحشد الشعبي المقدس

يادروا إلى التسجيل في

عمره شهر شعبان المعظم

المراجعة والتسجيل

① باب بغداد - مجمع الامام العسكري مقابل مستوصف باب بغداد

② شارع ميثم التمار - كراج الساقية

للإستفسار الإتصال على : 07801952463 - 07706091999 - 07602327074

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

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد ١٣١٩ لسنة ٢٠٠٩م

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

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

