

٦٧٠

السنة الرابعة عشرة

١٩ / جمادي الآخرة / ١٤٣٩ هـ

٢٠١٨ / ٣ / ٨ م

الخميس



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





أنا الزعيم

الشيخ علي السعدي

الفلم المبني على علاقات - غير
اجتماعية- مشبوهة،
أو المسلسل الفلاني وبطله
(القاتل أو المجرم).. وترى

هؤلاء الأطفال يتنافسون فيما بينهم على الزعامة
والريادة فيها - وإن كانت الريادة والقيادة مطلوبة
في لعبة رياضية معينة أو في فرقة كشفية أو علمية أو
اجتماعية- ولكن هذه الحالة مرفوضة تماماً في مواطن
وموارد أخرى كما نراها ونسمع بها اليوم، فبدلاً من أن
يقول أحدهم أنا رئيس الفريق أو أنا رئيس المخيم تراه
يقول (أنا رئيس العصاة، أو أنا البطل السفاح) من
غير وعي منهم..

أيها الآباء والأمهات.. ففي الوقت الذي نضع في
بيوتنا صواعق لصيد الذباب والبعوض ونضع
(فلاتر) ومرشحات لتقية المياه، أو الهواء، ونضع
مضادات (الفايروسات) لحواسيبنا وأجهزتنا الذكية
لحمايتهم.. علينا أن نضع نظائرها لحماية أطفالنا،
لصيد تلك الأفكار وفترة تلك البرامج، كي لا يصل
إلى فلذة أكبادنا (غير الأمن) حرصاً منا على سلامة
عقولهم وأنفسهم البيضاء البريئة.

يحرص الأبوان على طفلها أشد الحرص، ويخافان
عليه أشد الخوف.. وإذا ما أصابته وعكة أو مرض
-لا سمح الله- فإنهما ينشدان عن أمهر الأطباء
وأفضل المستشفيات لعلاج.. خوفاً وحرصاً منهما
على سلامته.. وإذا بلغ الخامسة أو السادسة من عمره
فإنهما يسألان عن أفضل المدارس وأقدر المدرسين،
وأحدث الطرق والوسائل التعليمية المتبعة لضمان
سلامة تعليمه..

ولكن العجب كل العجب من بعض الآباء والأمهات
والعوائل الكرام، أنهم لا يحرصون نفس الحرص
على سلامة أطفالهم الفكرية، والنفسية، بل والدينية
أحياناً، فلا يعيرون أهمية لما يشاهده الطفل من برامج
ومسلسلات أو أفلام الرسوم المتحركة (كارتون)،
والتي قد تحتوي على عشرات أو مئات من الرسائل
الخبیثة والمسمومة من برامجها المقدمة للأطفال في
كل يوم، والتي قد يضرب الكثير من (فيروساتها)
عقول أطفالنا الأبرياء، من غير أن يعلموا هم بذلك..
وهنا مكان الخطر!! ولو أخذنا مثلاً واحداً أو نموذجاً
واحداً لتلك الرسائل المسمومة، أو الأفكار الخبيثة أو
المبطن فإنك تشاهد هنا أو هناك وتسمع مجموعة من
الأطفال وهم يلعبون لعبة (العصابة الكذائية..)، أو

قال تعالى

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا

(الاسراء: الآية ٢٣)

بر الوالدين

بين العقوق والحقوق

إعداد / وحدة النشر

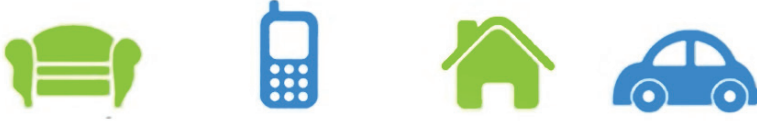
واجتماعية كبيرة ايضا، تجاه والديه ولربما اسرته (زوجته وأطفاله) إن كان متزوجاً، ثم تجاه مجتمعه وبلده، إذ لابد أن يعمل ويكدح لكسب رغيف العيش من جانب، ولبناء وطنه من جانب آخر. إذن فهو في الوقت الذي يكون ملزماً بتأدية كل تلك الحقوق.. فإن أي تقصير منه هنا أو هناك قد يدخله في باب العقوق -أعاذنا الباري منه- إذ لا يكون العقوق محصوراً بالوالدين فقط -وإن كان طاعتهما وبرهما المرتكز الأول بعد طاعة الله جل وعلا- فالباري يقول: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا﴾ (الاسراء: ٢٣)، ولكن في المقابل فإن التقصير بحق الأسرة أو المجتمع قد يكون نوعاً من أنواع العقوق لذلك المجتمع أو لذلك الوطن، وهو ما نهيب بشبابنا المؤمن الالتفات اليه. ختاماً نقول: إن مرحلة الشباب هي المرحلة المثلى لأداء الدور الأكبر المناط بالإنسان، فهو لا بالصغير الجاهل ولا بالعاجز الكاهل، فاغتنموا الفرص فإنها تمرّ مرّ السحاب.

يقسّم علماء الاجتماع حياة الإنسان إلى ثلاث مراحل مهمة (جوهرية) وهي: (الطفولة، والرجولة، والكهولة)، ومن المؤكد ولا يختلف عليه اثنان أن الباري سبحانه وتعالى وهو (الحكيم العليم) قد جعل لكل مرحلة من هذه المراحل دوراً للإنسان، ومن المؤكد أيضاً إن هذه الأدوار تختلف من مرحلة لأخرى، إذ من غير المعقول أن يكلف الطفل الصغير بما هو مطلوب من الكبير، وكذلك مرحلة الشباب عن الشيخوخة، فعلى سبيل المثال لا يستطيع الشاب أن يأخذ دور الجد وهو بعد لم يتزوج أو في بداية زواجه، أو شيئاً من هذا القبيل..

وهنا الكلام موجه لفئة (الشباب) حيث نقول: على الشاب -صاحب العقل المتفتح والذهن المتوقّد- أن يعي ويدرك جسامة تلك المسؤولية الملقاة على عاتقه، فهو في الوقت الذي أصبح فيه مكلفاً بأداء الواجبات والعبادات تجاه خالقه سبحانه وتعالى فهو بالمقابل مكلفٌ بمهام ومسؤوليات أسرية

السوق المفتوح

٤ الأسرة والمجتمع



علي خلف



الستين)، فقال: خلال شهرين أو ثلاثة، طُرق باب داري ثلاث مرات! التي كنت أنا من يفتح الباب فيها -حيث أن الباب لربما يُطرق في الشهر الواحد عشرات أو مئات المرات- ففي الأولى رأيت شاباً على دراجته يحمل بيده شيئاً كأنه قنينة (شامبو)، وقال: هذا لكم.. وإذا ابنتي الكبيرة (الموظفة)، تقول: نعم يا أبي، اعطه هذا المبلغ، فهذه (القنينة) لي.. وأنا طلبتها من خلال (السوق المفتوح)، وبعد مدّة جاءني سائق سيارة (أجرة) وهو يحمل (كيساً) فيه شيء عريض! كأنه (حزام للرشاقة)، فقالت زوجتي: نعم نحن اشتريناه، وطلبناه من خلال (السوق المفتوح)، والمرة الثالثة -وهي الأغرب- جاءني سائق دراجة نارية (ستوتة) وهو يقول: أين الجهاز الذي تريدون بيعه؟ وفي الحال خرج ابني وزوجتي، وهما يقولان: نعم نعم، فلقد عرضناه للبيع من خلال (السوق المفتوح)..

وهنا نقف لنقول: ففي الوقت الذي نرى فيه أن في ذلك نوعاً من الفائدة ولكن لا يخلو من الضرر! حيث أن كلّ من هبّ ودبّ سيدخل بيوتنا، ولربما يدخل من ينتحل صفة (ما) بحجة ما معروض أو مطلوب من خلال السوق المفتوح! فهلاًّ انتبهنا لهذا الأمر، وتعاملنا معه بحذر أكبر ورقابة أشدّ..

لا شك أنّ التقنية الحديثة (التكنولوجيا) قدّمت للإنسانية خدمة كبيرة جداً في العديد من الأمور.. بل جعلت الإنسان يقفز قفزات نوعية كبيرة في هذا المجال أو ذاك.. ومن المؤكّد أنّها (التكنولوجيا) لا تخلو من مضار أو سلبيات هنا أو هناك..

لكن بالمحصلة النهائية، هي تصب في مصلحة ومنفعة الإنسان (مبتكرها).. على سبيل المثال: قد لا تخلو بعض لحوم الدواجن، أو الفاكهة المعالجة وراثياً (سريعة النمو) من مضار جانبية -ولو كانت بسيطة- لكنها في المقابل تقدم خدمة وفائدة للإنسان كبيرتين.. خصوصاً مع ما يشهده العالم اليوم من تنام سكاني كبير في مجال (الإلكترونيات)، أو المعلوماتية، أو في شبكات التواصل الاجتماعي، وغيرها من خدمات (الانترنت).. فهي لا تخلو من مطابقة ومشاكله للمثال السابق! ففي الوقت الذي بسّطت ويسّرت العديد من القضايا الصعبة والشائكة، وذلّت الكثير من الصعاب والعقبات، أمام تقدم عجلة المنفعة والفائدة للإنسان.. فإنها سببت له -بالمقابل- الكثير من المشاكل الجانبية المقصودة أو غير المقصودة، أو التي لم تكن بالحسبان أساساً!..

إنّ من بعض المنافع الضارة -في الوقت نفسه- ولربما العبارة غريبة نوعاً ما (المنافع الضارة)، مطابقاً للمثال السابق، حيث نقل لي أحد الأشخاص (وهو رجل في عقده

تمارين لعدم الإصابة بانتفاخات البطن



إلى العدد عشرة حتى
تصل الساقان إلى الأرض.

* يجب القيام بتكرار
الخطوات السابقة وإعادة رفع الساقين
عشر مرات على التوالي.

تمارين لضغط المعدة:

* الاستلقاء على الأرض مع جعل الظهر محاذياً
للأرضية، ويتم تثبيت اليدين خلف الرأس من الأسفل.

* ثم القيام بثني الركبتين باتجاه الأعلى مع ضرورة
ضم القدمين باتجاه الفخذين.

* بعد ذلك يتم رفع الجزء العلوي من الجسم باتجاه
الأعلى حتى تلامس الساقان منطقة البطن.

* يجب الثبات والحفاظ على وضعية القدمين إلى جانب
الفخذين دون أن يتم تحريكهما لعدة دقائق.

* بعد ذلك يتم خفض الجزء العلوي من الجسم
ليلامس الأرض.

* يجب تكرار هذا التمرين لثلاث دورات متتالية،
والقيام في كل دورة بعشر حركات متتالية.

وهناك طرق وقائية للتخلص من الانتفاخ، منها:

(تناول المأكولات المحتوية على الألياف الغذائية بشكل
يومي، وشرب كميات كافية من الماء بمعدل ثمانية أكواب
يوميًا، وتناول السوائل الطبيعية والعصائر الطازجة على
فترات وعلى مدار اليوم للوقاية من الانتفاخات المزعجة،
والاقلاع عن التدخين، وممارسة المشي لمدة (٢٠) دقيقة
يوميًا، والابتعاد قدر الإمكان عن المأكولات التي تسبب
انتفاخات البطن).

يعاني العديد من
الأشخاص من انتفاخ
البطن والغازات، وهناك
العديد من العوامل المؤدية لتكوّن هذه
الغازات أبرزها: (طرق الأكل غير المنتظمة

والتدخين، وتراكم الدهون السيئة في البطن، وابتلاع
كميات كبيرة من الهواء، والإصابة بالقولون العصبي،
والإكثار من شرب الحليب، وعدم مضغ الطعام بشكلٍ
جيد، وتناول التوابل والأكلات الحارة، وتناول العلكة
بصورة مستمرة، وتناول المشروبات الغازية..)، وغيرها
من العوامل الأخرى التي قد تسبب للمصاب أوجاعاً
حادة، علماً بأنّ هناك عدة طرق للتخلص من الغازات
أبرزها: (ممارسة التمارين الرياضية إلى جانب اتباع
بعض النصائح التي تخفف من الغازات وتساعد على
التخلص منها)، وإليك بعض هذه التمارين:

* يجب في البداية الاستلقاء، أو الرقود على الأرض
والقيام بعدها بفرد الذراعين على جانبي الجسم
بصورة مستقيمة.

* بعدها يجب القيام بضم الساقين بحيث تلتصقان
ببعضهما، ثم رفعهما في نفس الوقت إلى الأعلى بشكلٍ
بطيء، مع العد من الرقم واحد إلى الرقم عشرة حتى
تأخذ الساقان الوضعية العمودية المستقيمة، ويجب
المحافظة على وضعية ثابتة للساقين بحيث يكونان
مرتفعين في الهواء مع العدد عشرة ثوانٍ.

* بعد ذلك يجب القيام بخفض الساقين معاً باتجاه
الأسفل وبشكلٍ تدريجي مع العد أيضاً من العدد واحد

مهارات التفكير الإبداعي

اعداد/علي الأسدي

ورغم وجود التفكير الإبداعي عند كثير من الأفراد إلا أن معوقاته كثيرة، وقد تحول دون ظهور هذا الإبداع أو الاستفادة منه، ومن هذه المعوقات ما يتعلق بالفرد نفسه، أو ما يتعلق بالظروف والمواقف.. ونذكر هنا بعض هذه المعوقات:

١. **عدم الثقة بالنفس:** عدم ثقة الفرد بنفسه تجعله يحجم عن المغامرة والمخاطرة، فيفقد بذلك سمة من أهم سمات الإبداع وهي الإقدام والشجاعة في اقتحام المشكلات والصعوبات للوصول إلى الهدف.
٢. **الميل للمسايرة:** أيضاً يعتبر معوقاً آخر من المعوقات، حيث نجد أن البعض يركن للمعايير السائدة والأوضاع المألوفة، مسايرة للمجتمع والعادات والتقاليد فتحد من إبداعه.
٣. **الاقتدار للحساسية بالمشكلات:** إذ إنّ المشكلة هي أساس الحافز للإبداع، وما دام لا يحس بهذه المشكلات فقد فقد أحد دوافع الإبداع.
٤. **التسرع:** يدفع التسرع بالفرد إلى انتهاز أول فرصة دون تمحيص أو استيعاب للمشكلة وحلولها، واختيار البديل الأمثل.

كثيرة هي المهارات التي تساعد الفكر على الإبداع، منها:

- * **الطلاقة:** فالمبدع الذي يتّصف بالطلاقة يكون قادراً على إنتاج الأفكار، والقدرة على تذكر الخبرات السابقة، والمعلومات المتراكمة وكل ما سبق له تعلّمه عند الاستجابة لمثير معيّن، وإيجاد حلول جديدة، والتوصل لأكبر عدد ممكن من الخيارات والبدائل.
- * **المرونة:** وتعني عدم الجمود، والقدرة على التحوّل السريع بالحالة الذهنية بتحول الموقف عند الاستجابة لمثير، والبحث عن خيارات وبدائل لحل المشكلات.
- * **الأصالة:** والأصالة تعني إيجاد أفكار جديدة لم تكن معروفة وغير مسبوقة وغير مألوفة؛ لعدم خضوعها لما هو متداول من الأفكار.
- * **الإفاضة والتفاصيل:** وتعني قدرة الفرد على إغناء الفكرة بالزيادة عليها وجعلها أكثر فاعلية في حل المشكلة، وإعطاء نتائج كثيرة من إمكانيات قليلة.
- * **الحساسية:** أي اكتشاف المشكلات والصعوبات بسهولة وسرعة وإدراك النقص في المعلومات قبل التوصل إلى الحل في حين يلحظ آخرون وجود المشكلة.

إعداد / علي عبد الجواد

ولكن الأب لم يصدّقه؛ لأن ذلك الشيخ معروف بصدقه..
وفعلاً اجتمعت عشيرة الشاب، وقرّروا تسليمه لتلك
العشيرة حقناً للدماء وقطع الفتنة من أولها..

وما إن علم الشيخ بوصول عشيرة الشاب ومعهم المطلوب،
حتى رحّب بهم (وفق ما يقتضيه العرف العشائري،
وحسن الضيافة)..
وبالفعل أمر بإعداد الطعام وذبح عدد من الأغنام
والماعز..

ولكن المفاجأة هي عندما ذبحوها وجدوا في بطن معزة
منها قطعاً من العباءة في بطنها! فأبلغوا الشيخ بالأمر..
عندها خجل الشيخ كثيراً، فعلم أنّ الماعز هي التي أكلت
تلك العباءات..

وعندما صار الطعام جاهزاً أمام الضيوف، طلب شيخ
عشيرة الشاب أن يُعفى عن ولداهم وإلا لن يذوقوا
طعامه..

وهنا ضحك الشيخ وقال لهم: (عمي اتوكلوا على الله،
تره حجينه كلّ ماكله الماعز)..

العبرة من قصتنا هي ألا يستعجل أحداً بالحكم إلا بعد
التأكد وأخذ الأمور من كل جوانبها، حتى لا يقع الظلم
على أحد، ومن ثم يحدث الندم، وقد لا يفيد الندم بعد
فوات الأوان..

يحكى أنّه كان في إحدى القرى بنت فقيرة تعمل في رعي
أغنام شيخ تلك القرية، فخرجت في يوم من الأيام مع
باقي بنات القرية في رعاية الأغنام والماعز..

وعندما حلّ وقت الظهيرة وأصبح الجو أكثر حرارة،
جلسن (البنات) عند ضفة النهر وأعددن وجبة الغداء،
وبعد الغداء اقترحت إحداهن أن يتبرّدن بماء النهر،
وخاصة أنّ المنطقة تخلو من الناظر، لأنهنّ بعيدات عن
القرية، وفي الأثناء مرّ بالقرب منهنّ شاب متّجه نحو
القرية..

وما إن ابتعد حتى خلعن عباءاتهن، ودخلن النهر
بملاسهن..

ولكن المفاجأة أنّهن عندما خرجن لم يجدن (عباءاتهنّ)،
فأخذن يولولن، وقالت إحداهن: لم يمرّ بنا غير ذلك
الشاب، وبالتأكيد هو السارق.. فأيدنها البقية..

ولما رجعن، سأل الشيخ البنات (راعية أغنام) وباقي
البنات عن الفاعل، فقلن له: (فلان ابن فلان)..

فذهب الشيخ وإخوته وبنو عمومته إلى بيت ذلك الشاب،
فخرج الأب وحدّته الشيخ بما حصل.. وأمهل الشيخ الأب
وعشيرته مدة من الزمن ليسلموهم (الشاب) ليقتلوه؛
لأنه هتك أعراضهم وشهرّ بها، وإلا ستكون هناك دماء
كثيرة..

وبعد ذهاب الشيخ، جاء (الشاب) وعرف بالأمر فتكره،

تحويل المعلومة إلى عقيدة

إنَّ الصَّعوبةَ الكبرى في عالم التكامل تكمن في عدم قدرة العبد على تحويل (المعلومة) الذهنية إلى (عقيدة) قلبية، فقد يكون لديه كمٌّ كبير من الأفكار الصائبة والمفاهيم الحقّة، إلّا أنّه لم يترجمها إلى شحنة دافعة في أعماق وجوده تحركه نحو الكمال، ولهذا لا يجد لهذه المفاهيم (داعويّة) في نفسه، ومحركة لإرادته، فتكون كالأسفار المحمولة... وهناك سبيلٌ كثيرٌ ودقيقة بل معقدة، لتحويل المعلومة إلى عقيدة منها: البلوغ النفسي، والاستحضار الدائم للفكرة تذكيراً لنفسه وتواصياً لغيره، وتحاشي العمل بما ينافيها، والإصرار على التطبيق عند منافرة الطبع لها، والعيش في ضمن الأجواء المحفّزة لها، والاستمداد الدائم من الحق، ليتحقق في العبد مضمون قوله تعالى: ﴿وَرَبَطْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ﴾ و﴿أَفْرَغَ عَلَيْنَا صَبْرًا﴾ و﴿فَزَادَهُمْ إِيمَانًا﴾ و﴿وَأَتَاهُم تَقْوَاهُمْ﴾ و﴿وَيَزِيدُ اللَّهُ الَّذِينَ اهْتَدَوْا هُدًى﴾.

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمات مضيئة

محبة أنواع الطعام

عن أمير المؤمنين (عليه السلام) أنّه قال:

«من غرس في نفسه محبة أنواع الطعام اجتنى ثمار فنون الأسقام».

(عيون الحكم: ص ٤٢٧)

كلمة و معنى

﴿وَجَاءَ رَبُّكَ وَالْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا﴾ (الفجر: ٢٢):

«وَجَاءَ رَبُّكَ»: كناية عن حضور الأمر الإلهي لمحاسبة الخلائق، أو أنّ المراد: ظهور آيات عظمة الله سبحانه وتعالى، أو ظهور معرفة الله عزّ وجلّ في ذلك اليوم، بشكل بحيث لا يمكن لأيّ كان إنكاره، وكأنّ الجميع ينظرون إليه بأعينهم، وبلا شك إنّ حضور الله بمعناه الحقيقي المستلزم للتجسيم والتحديد بالمكان، هذا المعنى ليس هو المراد، لأنّ سبحانه وتعالى مبرراً من الجسمية وخواص الجسمية.

«صَفًّا صَفًّا»: إشارة إلى ورود الملائكة عرسة يوم القيامة على هيئة صفوف، ويحتمل تعلق الصفوف بكلّ السماوات.

(تفسير الأمل: ج ٢٠/ ص ١٩٢)

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين (عليهم السلام)، فالرجاء عدم القائها 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: (١٣٩٩) لسنة ٢٠٠٩ م.

* راسلونا على البريد الإلكتروني: nashra@alkafeel.net

* www.alkafeel.net

* التحرير: الشيخ علي السعيد / الشيخ علي عبد الجواد * التدقيق اللغوي: عمار السلامي * التصميم والإخراج: حيدر خير الدين