

٧٥٥

السنة السادسة عشرة

ربيع الآخر / ١٤٤١ هـ

٢٨ / ١١ / ٢٠١٩ م

الحديث



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





تعلم الطفل القراءة

لأ يفهمون مسائلها، ويحدث الشيء نفسه بالنسبة إلى العلوم التكنولوجية، فضلاً عن العلوم الاجتماعية والآداب، والفنون وما إلى ذلك.. القراءة مدخل للتعليم، وأوسع أبوابه، وسوف تثير لديهم كمّاً كبيراً من الفضول كلما أقبلوا عليها، وسوف تفتح شهيتهم إليها كما يحدث من رائحة الطعام. وكلما زاد حب الاستطلاع لديهم زادت قراءاتهم وتحسنت، وراحوا يتعرفون على عالمهم بصورة أفضل، وثرى حياتهم بشكل أكبر، واكتسبوا من المهارات ما يعينهم على صياغة مستقبلهم.

وكما تنمو العضلات بالتدريب والرياضة، ينمو العقل وقواه بفضل العصف الذهني الذي تحدثه القراءة المتوالية في شتى الموضوعات، لكي يصبح قارئاً على مدى العمر كله، ويصبح الكتاب مصدراً للمعرفة، ورفيقاً مستمراً فيه متعة وسلوى؛ لأن الكتب تقوم بتكثيف الأفكار، وبلورة الآراء، وإثارة المشاعر والأحاسيس.. فتكون إضافة حقيقية لحياتنا.. يقول (الدوس هكسلي): (إن من يعرف كيف يقرأ، تصبح لديه القدرة على تحقيق ذاته، والرقى بنفسه ومضاعفة أساليب حياته، وإدراك أسباب وجوده، بجانب أن ذلك يجعل أيامه مليئة وثرية وشائقة وهامة وجديرة بأن تعاش).

يبدأ الطفل حياته كفرد مستقياً في فراشه، أو في حضن أمه.. ونبدأ في تدريبه على أن يجلس، بأيدينا وبالوسائد، إلى أن يعتمد على نفسه في ذلك.. ثم يحاول أن يقف على قدميه، مستنداً إلى شيء ما، إلى أن يتمكن من الوقوف وحده.. ويبدأ بعد أن يتعثّر بعض الوقت.. ثم يتعلم كيف ينطلق ويجري، وبأقصى سرعة.. وهذه هي الخطوات نفسها التي يجب أن نلتمسها ونتبعها مع القراءة إلى أن يصبح حافظه إليها ودافعه نحوها قدرته الخاصة ورغبته الجادة، على أن تنبعث من داخله..

والسؤال الذي يطرح باستمرار: كيف نجعل ذلك طبيعياً، تلقائياً؟ وكيف نحبه - وسط الأسرة - في القراءة، كشيء ممتع ومحبيب؟

قد يُترك الطفل ليعيش في غياهب الأمية، وقد يتعلم القراءة، ولكنه لا يحسنها، وربما يكون قد تعلمها بقدر كاف، لكنه لا يُقبل عليها، ويبيد بوضوح عزوفه عنها، وعدم الميل إليها.. وفي هذه الحالة ما من أحد قادر على أن يحبها فيها، ويربطه بها قدر الأسرة، والأبوين بالتحديد.. وهو إذا ما أصبح طفلاً قارئاً نشعر بالإطمئنان نحو تعليمه، ودراسته؛ لأن القراءة مفتاح النجاح إلى كل المواد التي تلقاها في مدرسته، أيّا كانت! وكثيرون يفشلون في الرياضيات بسبب بسيط، هو أنهم

إعداد / ميامين كاظم

النظرة من سهام إبليس

أما إظهار الزينة بنفسها فحرام، ولكن المقصود هو مواضع الزينة عند أغلب المفسرين. فعن مسعدة ابن زياد قال: سمعت جعفرًا عليه السلام وقد سُئل عما تُظهر المرأة من زينتها، قال: «الوجه والكفين» (الكافي ٥: ٥٢٢).

والنظر الجائز هو النظرة الأولى، حيث قال رسول الله صلّى الله عليه وآله: «لا تتبع النظرة النظرة، فليس لك إلا أول نظرة» (وسائل الشيعية: ٢٠: ١٩٣). والجمع بين الأدلة في جواز النظر وحرمة يقيد بجواز النظرة الأولى غير المقصودة وغير المتعمدة. ومعاودة النظر حرام: (ولا ينظر الرجل إلى المرأة الأجنبية إلا مرة من غير معاودة...) (اللمعة الدمشقية: ١٨٣). وأنه لا خلاف في (تحريم نظر المرأة إلى الأجنبي أعمى كان أم مبصرًا). والنظرة الأولى مهما كانت أسبابها ودوافعها مقيدة بعدم التلذذ والريبة كأن تقع مصادفة أو لضرورة أو غير ذلك، فالنظرة بتلذذ وريبة حرام.

وقد جوّزت الآية المتقدمة (٣١) من سورة النور لبعض الأشخاص النظر إلى الجنس الآخر، وهم:

- ١- الزوج والأب وأبو الزوج.
 - ٢- الابن وابن الزوج من زوجة ثانية.
 - ٣- الأخ وأبناء الأخ وأبناء الأخت.
- ويجوز للرجل النظر إلى زوجته وأمه وأم زوجته وبناته وبنات زوجته من زوج ثان.

النظر إلى الجنس الآخر من قبل أحد الجنسين تترتب عليه آثار عملية عديدة، ومواقف سلوكية متباينة، قد تؤدي إلى إثارة الشهوة والوقوع في الفتنة. قال الإمام الصادق عليه السلام: «النظرة بعد النظرة تزرع في القلب الشهوة، وكفى بها لصاحبها فتنة» (من لا يحضره الفقيه: ٤: ١٨/٤٩٧٠).

والنظر يؤدي في أغلب الأحيان إلى الوقوع في شباك إبليس فتعقب صاحبها الندامة والحسرة، حيث قال الإمام الصادق عليه السلام: «النظرة سهم من سهام إبليس مسموم، وكم من نظرة أورثت حسرة طويلة» (الكافي: ٥: ٥٥٩).

ولأجل الحفاظ على المجتمع من الانحراف والابتذال والسقوط... دعا الإسلام المؤمنين والمؤمنات إلى غض البصر وتجنب النظر إلى الجنس الآخر، فقد قال تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ * وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ﴾ (النور: ٣٠، ٣١).

وفي هذه الآية أمر الله تعالى الجنسين بغض البصر وأمر المرأة بالحجاب بتغطية رأسها ورقبتها، وحفظ مواضع الزينة إلا ما ظهر منها كالوجه والكفين (مجمع البيان: ٤: ١٣٨).



فن التجاهل

فيصل بن زاهر الكندي

الوضع

الذي هو

فيه والظروف التي دعتة إلى هذا التصرف، وعلينا مواجهة ذلك بتصرف حسن وتوجيه هادئ بناءً لا جرح فيه ولا انتقاد بحيث يتفهم المخطئ خطأه ويستبدله بما هو أفضل.

والتجاهل أنواع، فالتجاهل وقت الغضب ذكاء، والتجاهل عند المصاعب إصرار، والتجاهل عند الإساءة تعقل، والتجاهل عند النصيحة غرور، فعلينا معرفتها وانتقاء الأفضل. إنَّ تجاهل أخطاء الطفل لمجرد التجاهل يعتبر خطأ وسبباً لتماديه فيه، بل يجب استيعاب الخطأ بطريقة أبوية تربوية توجه الطفل إلى تصحيح الخطأ بنفسه بحيث يفهم خطأه ولا يكرر ذلك مستقبلاً.

إنَّ التجاهل فن لا يتقنه إلا الصابرون والرد المُسكت فن لا يتقنه إلا العاقرة، فهو يحتاج إلى ذكاء لإسكات المتهمك..

من الآن فصاعداً لا تكثرث بما سيقال عنك بعد اليوم فرصاستك جاهزة لإغلاق فم المتكلم عليك، فهي إما أن تحرجه بصمتك وإما أن تقلبه رأساً على عقب بردك المُسكت وإما أن تغَيّر الموازين فترغم المتكلم عليك بأن يغيّر سلوكه ونظرته إليك بردك الحكيم.. التجاهل فن لا تتردد في إتقانه.

التجاهل سلاح فتاك وبلسم شاف إنَّ أحسن استخدامه في مكانه المناسب، وليس كل تجاهل محموداً فقيام شخص بتقديم النصيحة لك وتجاهلك إياه هو استخفاف به وليس تجاهلاً، لذا فتركيزي ينصب حول التجاهل الإيجابي الذي يبني ولا يهدم.

إنَّ الحياة مليئة بالمواقف الحرجة التي تتطلب منا موقفاً بناءً لنستطيع التعايش مع الآخرين من دون الاحتكاك بهم أو التشاجر معهم، وذلك باستعمال طرق عدة، من بينها "التجاهل"، ويتلخص مفهوم التجاهل حول كيفية تحويل الموقف لصالحنا وقلب المشكلات إلى حلول وتصرفات بناءة.

التجاهل فن نادر الاستخدام على الرغم من نتائجه الإيجابية، ربما لصعوبة تقبل الكثير من الناس الصدمات النفسية التي تثير الغضب فيحصل التراشق بالألفاظ وربما يتحول إلى الهجر والتقاطع، وكان بالإمكان تجاوز الكثير من المواقف كحالات الطلاق بين الزوجين عن طريق استخدام (التجاهل) لتلطيف الجو وتحويل الحديث وحل المشكلات العالقة.

كثيراً ما يصدر تصرف ما عن شخص وصاحبه لم يقصد ذلك أو ربما صدر عنه بسبب ضيق نفس أو تعكر مزاج لذلك لا ينبغي علينا التسرع والحكم عليه ومقابلة إساءته بالإساءة، وإنما يجب علينا أن نتفهم

لأجل صحة جيدة افعل هذه الأشياء

يبحث الناس عادة عن أساليب مناسبة من أجل البقاء بصحة جيدة، خصوصاً مع انتشار الأمراض المزمنة مثل السكر وضغط الدم وغيرها.
ومن أجل صحة جيدة أوصت منظمة الصحة العالمية بأشياء يمكننا القيام بها من أجل المحافظة على حالة صحية جيدة:

إن إجراء الفحوص الطبية الدورية أمر بالغ الأهمية؛ لأن بعض الأمراض تبدأ دون أعراض، واكتشافها مبكراً يزيد فرص العلاج.

✳ الفحوص
الدورية:

معلوم للجميع أن التدخين يتسبب في كثير من المتاعب الصحية، ويعتبره الأطباء سبباً مباشراً لكثير من الأمراض، وتشير إحصاءات منظمة الصحة إلى أن التدخين يكون سبباً في وفاة أكثر من سبعة ملايين شخص سنوياً.

✳ التدخين:

تشير الدراسات المتخصصة إلى أن النظام الغذائي المثالي يؤثر بشكل كبير ومباشر على الصحة.

✳ نظام غذائي
صحي:

ممارسة التمارين الرياضية أمر في غاية الأهمية من أجل الشعور بصحة جيدة، فهي تساعد على حرق الدهون والتخلص من السوائل الزائدة وبالتالي تؤدي إلى المحافظة على وزن مثالي.
وتشير المنظمة إلى أن الحد الأدنى المطلوب من النشاط البدني هو ساعتان أسبوعياً، ويمكن أن يشمل ذلك المشي وكرة القدم والألعاب البدنية وغيرها من الأنشطة الرياضية.

✳ الرياضة:

العوامل المؤثرة في طاقة الإنسان؟

مهند سلمان السلياني



إن طاقة الإنسان محدودة بحجم معين ونسبة متفاوتة، وإن ذلك الحجم يختلف بالنسبة للشخص الواحد بين يوم وآخر تبعاً لجملة من العوامل والمؤثرات، كما أن حجم هذه الطاقة يختلف بين شخص وآخر، ومن أبرز هذه العوامل:

إيجابية من

الشعور بالنجاح أو الرضا أو التفاؤل فإنه يشعر بامتلاكه قدرات هائلة من النشاط والحيوية ونسبة كبيرة من الطاقة!

٤- كمية الاستراحة ونوعها: تعد الاستراحة

السبيل الوحيد للتخلص من أثقال الأتعب والارهاق العالقة بالجسم والنفس البشرية بسبب الأحداث التي يمر بها الإنسان وجهود الأعمال اليومية وظروف الحياة، وهي تمثل خير وسيلة للحصول على الطاقة وتجديد النشاط والحيوية، وتتخذ أنماطاً سلوكية مختلفة تبعاً لاختلاف نوع الشعور بالعناء فيما إذا كان عناء نفسياً أم بدنياً وتبعاً لاختلاف الأشخاص وهواياتهم وطريقة تفكيرهم، مثل النوم أو الذهاب في نزهة أو قراءة كتاب ما وتلاوة القرآن الكريم وزيارة المشاهد المشرفة للأئمة الهداة وزيارة الأقارب والأصدقاء أو ممارسة بعض الهوايات مثل الرسم و التمارين الرياضية والألعاب الالكترونية.

١- مقدار الجهد المبذول: إن العلاقة بين التعب والارهاق الذي يصيب الإنسان في جسمه ويشعر به في نفسه وبين الجهد الذي يبذله الإنسان للقيام بمجمل الأعمال اليومية ضمن طبيعة حياته الاجتماعية هي علاقة طردية، فكلما زاد الجهد ازداد التعب، وإن هذا المسار ينعكس على كمية الطاقة المخزونة لدى الإنسان فإنه سيصرف طاقة أكثر كلما بذل جهداً أكبر، ومن جهة أخرى فإن كمية الطاقة التي ستتجدد لدى الإنسان تعتمد على كمية الاستراحة ونسبة زوال التعب والأرق.

٢- عمر الإنسان: إن عمر الإنسان من المقاييس المهمة والعوامل المؤثرة جداً في كمية الطاقة لديه، ومثال ذلك أن الشاب يكون أكثر احتواءً للطاقة وأكبر نشاطاً من كبار السن، فإن المرحلة العمرية للإنسان تحكم قبضتها على كمية الطاقة المتجددة لديه!

٣- الحالة النفسية والصحية: ثمة علاقة قوية جداً بين الحالة النفسية للإنسان وبين قدرته الجسدية، ومثال ذلك أن الإنسان الحزين والكثير الذي أصابه اليأس لفقد شخص عزيز أو حاجة مهمة أو تعرضه للفشل يشعر بضعف القدرة على فعل أي شيء وتتهاوى همته أمام التحديات! ومن جهة أخرى فإن الإنسان الذي يمر بحالة

تعلمت من حكيم

إعداد/ علي عبد الجواد

ليتعلّموا ألا يقارنوا أنفسهم بالآخرين.
ليتعلّموا التسامح ويجربوا الغفران.
ليتعلّموا أنّ الإنسان الأغنى ليس من يملك الأكثر،
بل هو من يحتاج الأقل.
ليتعلّموا أنّ هناك أشخاصاً يحبونهم جداً ولكنهم
لم يتعلّموا كيف يظهروا أو يعبروا عن شعورهم.
ليتعلّموا أنّ شخصين يمكن أن ينظرا إلى نفس
الشيء ولكنهما يريانه بشكل مختلف.
ليتعلّموا أنّه لا يكفي أن يسامح أحدهم الآخر، لكن
عليهم أن يسامحوا أنفسهم أيضاً.
ليتعلّموا أنّ لا يحكموا على شخص من مظهره أو
مما سمعوا عنه، بل عندما يعرفونه حق المعرفة من
معاشرته ومخالطته.
ليس من الصعب أن تضحي من أجل الصديق،
ولكن الصعب أن تجد الصديق الذي يستحق
التضحية!!

يقول أحد الأشخاص: توجهت إلى حكيم لأسأله
عن شيء يحيرني...؟
فسمعتة يقول: عمّ تريد أن تسأل؟
قلت: ما هو أكثر شيء مدهش في البشر؟
فأجابني: البشر! يملّون من الطفولة، يسارعون
ليكبّروا، ثم يتوقون ليعودوا أطفالاً ثانية!!
يضيّعون صحتهم ليجمعوا المال، ثم يصرفون المال
ليستعيدوا الصحة!!
يفكرون بالمستقبل بقلق، وينسون الحاضر، فلا
يعيشون الحاضر ولا المستقبل!!
يعيشون كما لو أنهم لن يموتوا أبداً، ويموتون كما
لو أنهم لم يعيشوا أبداً!!
مرّت لحظات صمت.. ثم سألت:
ما هي دروس الحياة التي على البشر أن يتعلّموها؟
فأجابني:
ليتعلّموا أنهم لا يستطيعون جعل أحد يحبهم، كل
ما يستطيعون فعله هو جعل أنفسهم محبوبين.

الشفغ العلمي

يعيش بعضهم حالة من (الشفغ) العلمي وحب الاستطلاع، فيطرق أبواب العلوم المختلفة من دون النظر إلى مدى (جدوى) انشغاله بتلك العلوم من جهة دنياه أو آخرته، وبذلك يعيش حالة من (الانشغال) الكاذب، وخاصة أن بعض العلوم تستهوي العبد، فتشغل بعض لبه أو كله، بما يصرفه عن الاهتمام فيما خُلق من أجله.. والقاعدة العامة التي يسيّر عليها العبد في مجمل حياته هي: أن كل حركة في علم أو عمل لابد وأن تكون منسجمة مع هدف الخلقة وهو العبودية للواحد القهار.. فلا تشتغلن بعلم ما لا يضرك جهله، ولا تغفلن عن علم ما يزيد في جهلك تركه» (البحار: ج ٧٨/ص ٣٣٣).

ومضات

الشيخ حبيب الكاظمي

الدنيا دار عقوبة

عن الإمام أبي عبد الله الصادق (عليه السلام) أنه قال: «في مناجاة موسى (عليه السلام): يا موسى؛ إن الدنيا دار عقوبة، عاقبت فيها آدم عند خطيئته وجعلتها ملعونة، ملعون ما فيها إلا ما كان فيها لي، يا موسى؛ إن عبادي الصالحين زهدوا في الدنيا بقدر علمهم، وسائر الخلق رغبوا فيها بقدر جهلهم، وما من أحد عظمها فقتر عيناه فيها، ولم يحقرها أحد إلا انتفع بها».

(الكافي، للشيخ الكليني رحمه الله: ج ٢/ص ٣١٧)

كلمات
مضيئة

﴿النَّارِ ذَاتِ الْوُقُودِ * إِذْ هُمْ عَلَيْهَا قُعُودٌ﴾ (البروج: ٥-٦):

الوقود ما يشعل به النار من حطب وغيره، وفي توصيف النار بذات الوقود إشارة إلى عظمة أمر هذه النار وشدة اشتعالها وأجيجها. وقوله تعالى: "إِذْ هُمْ عَلَيْهَا قُعُودٌ" أي حال أولئك الجبابرة قاعدون في أطراف النار المشرفة عليها.

(تفسير الميزان: ٢٠/١٤٠)

كلمة
ومعناها

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعبودين (عليهم السلام) فاطر عالم عدم وضعها على الأرض كما نلوه بأنه لا يجوز شرعاً من تلك الكلمات القدسية إلا بعد الوضوء والتكبير على الطهارة. كما أن جوهر الإيمان المحافضة على النشرة وعدم استخدامها لحجز مكان لصلاة الجماعة أو الزيارة كي لا تداس بالأقدام فتتعرض للإساءة.

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

* نأشرون على موقع شبكة الكفيل العالمية: www.alkafeel.net * راسلونا على البريد الإلكتروني: nashra@alkafeel.net

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