

٦٧٧

السنة الرابعة عشرة

٩ / شعبان المعظم / ١٤٣٩ هـ

٢٦ / ٤ / ٢٠١٨ م

الخبير



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



التكرار

فنون التربية

التناسق الحركي الجيد والسيطرة الفاعلة على الجسم إلى ردود الفعل العصبية، وبالتالي إلى هذه النشاطات المتكررة.. وهذه الردود لا تتطور وتنمو كما هو مطلوب من دون هذا النشاط الجسدي المتكرر.. فالأطفال يحتاجون لأن يكرروا الأشياء ليتعلموا.. ونحن أيضاً علينا أن نكرر الأمور أيضاً كي يستطيعوا التعلم..

إن فنون التربية الحديثة تضيء أبعاداً علمية وفنوناً تربوية نحتاج إليها في عصرنا الجديد -الذي يتسم بسرعة إيقاع الحياة- عصر الحاسوب والهاتف المحمول والانترنت.. عصر أصبح فيه العالم قرية صغيرة -في لغة العصر- وبالتالي لم يعد الآباء والأمهات أو المدرسة، هم مصدر التربية الوحيد -كما كان من قبل- فجميع الوسائل التكنولوجية الحديثة أصبح لها نصيب في تربية أبنائنا، ولذا كان لا بد من علم حديث للتربية، وفنون جديدة، تتعامل مع هذا الزخم من المصادر التربوية لأبنائنا.. وكما تشير مضامين الروايات والأحاديث (أنهم خلقوا لزمان غير زماننا)، ومما يساعدنا على تحقيق هذه المهمة السامية.. التربية الحديثة بما هي عليه من علم وفن ومواكبة ما يتطلبه العصر وفق الضوابط الإسلامية والأخلاقية.

تختلف طرائق واساليب التربية -بالنسبة للبناء- من مرحلة عمرية إلى أخرى.. فعندما يكون الابن في عمر سنتين، فإنه يختلف عنه عندما يكون في عمر (٢٠ سنة)، وإنما الاختلاف يكمن في التعاطي والتعامل معه، في الأمور التي نحاذر عليه منها.. ففي عمر السنتين -على سبيل المثال- نحن نخشى عليه الإقتراب من بعض الأدوات والآلات، أو بعض الأجهزة الكهربائية، أو الأشياء الحادة أو الساخنة.. ولكن جميع ذلك سيتقلص ويزول بمرور الأيام والسنين، وقد لا يكون لها وجود أصلاً، عندما يكون بعمر عشرين عاماً -كما أسلفنا- بل قد تختلف هنا المحاذير والأوامر.. وقد تضيق لتصل إلى أمرين أو ثلاثة، أو أقل من ذلك..! كأن نقول له: (لا تتأخر في العودة إلى المنزل، أو قد السيارة أو الدراجة بحذر..).

يقول علماء النفس وخبراء التربية: إن الأطفال يتعلمون بواسطة التكرار، ولا يمكنهم أن يتعلموا من دونه.. ولهذا السبب يدفعوننا لتكرار ما نقوله مرات عدة.. والملاحظ -وحسب ما يفعله الأطفال- أنهم يكررون كل شيء مرات كثيرة.. كوضع اليد في الفم، أو تفكيك اللعبة ورميها على الأرض.. إنهم يكررون كل شيء، وتكرار هذه الحركات ينمي الأعصاب، ويقوي ردود أفعالها في الجسم، ويستند

الامتحانات النهائية وكيفية الاستعداد لها ومراجعة المواد

إعداد / وحدة النشر

الخفيفة والحرص على عدم
المعدة، وشرب المياه والسوائل كثيراً، فكل ذلك من
شأنه التقليل من الإحساس الذي يسبب عواقب سلبية
وخيمة على المخ والجهاز العصبي..

*** تنظيم الوقت:** ومن ثم على الطالب (ضرورة)
تنظيم الوقت وتحديد الكمية المطلوبة لإنجاز كل
مادة، والمواعيد المناسبة للمراجعة حسب المادة
وتقسيم المواد الصعبة إلى مراحل، بحيث لا ينتقل
من مرحلة إلى أخرى إلا عندما يتم إخضاع المادة
لامتحان، يطمئن من خلاله بأنه استوعب كل ما هو
مهم في تلك المادة، وأنه سوف يلاحظ ذلك من خلال
قراءته أن هناك بعض الأجزاء من المادة تبقى بحاجة
إلى مراجعة لكي ترسخ في الذهن، ومن ثم عليه أن
يحدد أرقام الصفحات التي تحتاج إلى مراجعة على
ورقة، وتحديد الوقت المناسب للعودة إليها، ومراجعة
النقاط المهمة قبل الشروع في المراجعة التفصيلية
الشاملة.

*** تلخيص المادة:** ومن الوسائل الفعالة للمذاكرة،
تلخيص الموضوعات المهمة (كتابة) ووضع كل ملخص
على بطاقة منفصلة، والاحتفاظ بالبطاقات في علبة
يمكن أن تكون جزءاً من حقيبة المادة، مع ترقيم كل
بطاقة وتسجيل الرقم على الموضوعات في الكتاب.

ينبغي على أبنائنا الطلاب الأعزاء
أن يعلموا أن هناك حداً أقصى
لساعات المراجعة، لأن تجاوزها
بالطبع على جدوى المراجعة، فكلما كان
الطالب منتبهاً في الفصل ومجداً، أصبح من السهل
عليه استرجاع المعلومة بشكل أسرع، فهي عملية
طبيعية، لأن التكرار والتركيز يساعدان بشكل كبير
في التذكر وتحقيق النجاح والتفوق.

*** البرنامج اليومي للمراجعة:** إن مسألة وضع
برنامج يومي لمراجعة المواد الدراسية أمر مهم،
يتضمن -على وجه الدقة- ساعات الدراسة وفترات
الاستراحة والطعام والنوم والترفيه.

وتعد مراجعة المادة الدراسية في الأيام الأخيرة،
واليوم الذي يسبق الامتحان في منتهى الأهمية،
وتتوقف على عملية التذكر، وهي عملية نفسية
بالدرجة الأولى، فلا بد من أن يثق الطالب بنفسه،
وأنه قد قام بواجبه على أكمل وجه، فبالإيمان
والتركيز والثقة في النفس يستطيع المتعلم التذكر
بسهولة..

*** تنظيم وجبات الأكل:** وللقضاء
على الشعور بالنوم والكسل..
على الطالب التقليل من الأكلات
الثقيلة، والاعتماد على الوجبات



نزاعات الأسرة

إعداد / علي خلف

وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا ﴿٧٠﴾ (الإسراء: ٧٠).

كما أن أكثر الأحاديث النبوية الشريفة، وأحاديث أهل البيت (عليهم السلام)، تشير إجمالاً إلى هذا المعنى.. على غرار «الناس سواسية كأسنان المشط»، و«كلكم لآدم وآدم من تراب»، و«لا فرق بين عربي وأعجمي إلا بالتقوى».. كل ذلك يدعو إلى احترام الطرف الآخر -كبيراً كان أو صغيراً، رجلاً كان أو امرأة- وأفضل التجليات لكل ذلك يكون في داخل الأسرة الواحدة، وهو من المفترض أن يميز الأسرة المسلمة عن غيرها.. إذ لا نستطيع أن نتصور حال الأسرة عندما ينظر الطفل إلى والديه وهما في حال نزاع دائم! أو كيف يمكن للمرأة التي تعرضت للضرب من زوجها وأمام أطفالها، أن تكون أمّاً مربية لهم يقتدى بها..! أو كيف يمكن لذلك الأب الذي تعرّض للكلام غير اللائق -من زوجته وأمام أبنائه- أن يكون أباً مؤثراً في تربيته إياهم..!

في الختام، نقول للمؤمنين: احفظوا دماكم، وصونوا حلالكم، كما تصونون ديناركم ودرهمكم..

قد يكون من المستحيل بمكان أن يقال بأنه لا تحدث أية مشكلة في الأسرة، وخاصة في تلك المجتمعات التي لا يقوم فيها الزواج على ركائز صحيحة، بل يتدخل فيها الإكراه أو المصلحة.. فلا بد أن يحصل الجدل -قليله أو كثيره- في محيط الأسرة، ولكن باختلاف واحد! وهو أنه سيكون سبباً إلى المزيد من التوافق في الأسر المسلمة والملتزمة، بينما نراه يكون سبباً للحقد وتصفية الحسابات، التي لها امتدادات خارج البيت غالباً في الأسر الأخرى.. فالجدال قد يكون لا بأس به -بعد ذاته- لو كان ضمن الحدود المتعارف عليها، غير أنّ الخطر يبرز عندما يؤدي إلى حدوث نزاعات، أو ترديد كلمات لا ينبغي أن تقال، أو الضرب..! وعلى مثل هذه الحالة، ستترتب أمور عديدة، يمكن الحديث عنها بالتالي:

إنّ الإسلام حفظ كرامة الفرد والمجتمع على حدّ سواء، وأعطى كل ذي حق حقه.. بما يضمن السلامة الدينية والاجتماعية للإنسان، وربما هذا المعنى صرّح به القرآن الكريم بنصوص عديدة منها قوله تعالى: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ

أسباب كثرة النسيان

الإنسان والعقل والذاكرة:

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان في أحسن تقويم، وميّزه بالعقل الذي بواسطته يستطيع التفكير، وإدراك الخير والشر، وتمييز الحق من الباطل، وبه تمكن الإنسان من ابتكار العديد من الاختراعات التي ساهمت في تسهيل الطريقة التي يعيش فيها الإنسان، وأوجدت طرقاً جديدة للتعامل مع المشكلات، كما رفق الله تعالى الإنسان بالعديد من الميزات الأخرى، مثل قدرته على التذكر واسترجاع الأشياء، وربط الماضي بالحاضر من خلال ما يتكرر معه في الحياة من شخوص ومواقف، وهذا يؤثر على اكتسابه الخبرات، وزيادة قدرته الإبداعية والإنتاجية، وتعد مشكلة كثرة النسيان من المشكلات التي يعاني منها البعض، لذلك سيتم التركيز هنا على أسباب كثرة النسيان.

أسباب كثرة النسيان:

هناك العديد من الأسباب تؤدي إلى كثرة النسيان، والتي تؤثر على ذاكرة الإنسان وتجعله غير قادر على تذكر ما يريد، ومن أهم أسباب كثرة النسيان ما يلي:

١- القلق والتوتر: تؤدي حالة القلق والتوتر إلى إخراج

الإنسان عن طوره، وهذا بدوره يؤثر على قدرة الذاكرة التي تحد من إمكانية استحضار المعلومات.

٢- قلة النوم:

يؤدي التقليل من عدد الساعات التي ينامها الإنسان إلى التأثير على قدرته الذهنية، والحد من نشاط الذاكرة وزيادة النسيان.

٣- تناول بعض العقاقير الطبية:

حيث تؤثر هذه العقاقير الطبية على قدرات الدماغ، وتسبب الشرود الذهني والنعاس، وتزيد من احتمالية عدم تذكر الأشياء ونسيانها.

٤- سوء التغذية:

حيث يؤدي نقص بعض العناصر الغذائية والفيتامينات إلى التأثير على ذاكرة الإنسان، ومن أهم هذه الفيتامينات فيتامين (B١٢).

٥- التشتت الذهني:

حيث يؤدي نقص التركيز والانتباه إلى التأثير على قدرة الإنسان والتسبب في زيادة حالات نسيان أسماء الأشياء وصفاتها.

قواعد الحوار

البناء / ٢

إعداد/ علي الأسدي

فلهذا ينبغي للمتحاورين أن
يجيدا اتخاذ الخطوات المؤثرة
لتبديد غضب المقابل وأن يسيطروا

على زمام الأمور عن طريق مقابلة غضب الآخرين
برد فعل ودود وعطوف.

ومن أفضل الخطوات المهمة والفعّالة والمؤثرة التي
بها يستطيع الإنسان أن يبدد غضبه هي أن يتمالك
نفسه، وألا يفقد هدوءه أبداً، وأن يستجيب للمقابل
بتعامل ودود وعطوف وأن يتكلم معه بلين وهدوء.

وباتباع هذه الطريقة سيدرك الطرف الآخر خطأه،
ويعود إلى صوابه بعد فترة، بل قد يعتذر عن أسلوبه
ويوطن نفسه للإصغاء والاستماع الواعي إلى ما
يذكره الطرف الآخر وتلقّي أفكاره دون أدنى تشويش.
* إجادة مهارة الإصغاء والإنصات الجيد لكلام
وحديث الطرف المقابل، وعدم مقاطعته مطلقاً
حينما يعرض أفكاره، وتوفير الفرصة المناسبة لتبادل
الأفكار وتقريب وجهات النظر؛ لأنّ تفكير الإنسان
عند استماعه إلى شخص ما في الإجابة والردّ عليه
يسلب من الإنسان قدرة النظرة الشمولية وفهم
واستيعاب كلام الطرف المقابل، ومن ثمّ يؤدي هذا
الأمر إلى سوء التفاهم بينهما.

(انظر: تنمية الوعي: ص ٨١)

إنّ للحوار قواعد ينبغي
مراعاتها؛ لأنّ في إهمالها
سيكون الحوار معرّضاً

للانحراف والإصابة بالإخفاقات والأزمات، ومهدداً
بالفشل، فعندئذ لا يكون الحصاد من الحوار سوى
تكوين العداوات وتأجيج نار الحقد والضعينة في
قلوب الطرفين، وذلك من خلال اعتداء كل منهما
على ذات الآخر وتدمير إحساسه بالأهمية وتحطيم
شعوره بالعزة والكرامة.

فلهذا لا يثمر الحوار النتائج المطلوبة ما لم يتم فيه
-من قبل طرفي الحوار- مراعاة عدة أمور، منها:

* التحكم بالأعصاب وضبط الانفعال، عن طريق
معاملة المقابل على قدر عقله، والتزام الصفح
والتسامح قبال أخطائه، وتجاهل التصرفات السلبية
التي يقوم بها؛ لأنّ الغضب وفقدان السيطرة على
الأعصاب يورثان فقدان الاتزان الانفعالي والقلق
والتوتر، فيؤدّي ذلك إلى عمى العقل وشلّ قدرته على
التفكير بوضوح، وإفلات زمام السيطرة على الموقف
تماماً، وسلب مهارة التصرف في الظروف الحرجة،
ومعرفة كيفية التخلص من المأزق والردّ الحاسم
على ما قد يوجّه إليه من انتقادات غير بناءة، فتكون
النتيجة زيادة الأمور سوءاً وتعقيداً.

قانون فلتره الكلام !!

إعداد / علي عبد الجواد

فلنجرب الفلتر الثاني وهو (الحُسن): هل ما
ستخبرني به عن طالبي هو شيء حسن أم قبيح؟
قال الرجل: في الحقيقة هو أمر سيئ.

قال الحكيم: إذن ما ستخبرني به شيء سيئ عن
طالبي، إضافة إلى أنك غير متأكد من أنه صحيح!
هنا الرجل شعر بالإحراج.

تابع الحكيم قائلاً: ما زال بإمكانك أن تنجح في
الامتحان، فهناك فلتر ثالث.. هو فلتر (الفائدة):
فهل ما ستخبرني به عن طالبي سيعود عليّ بالفائدة
والنفع؟

فأجاب الرجل: في الواقع إنَّ الأمر ليس فيه فائدة
ترتجى.

عندها قال له الحكيم: إذا كنت ستخبرني بشيء ليس
بصحيح ولا حسن ولا فائدة فيه! فلماذا تخبرني به
من الأصل؟

فخجل الرجل ولم يجر جواباً.. فتركه الحكيم وذهب
لشأنه..

نقول: يا ليتنا نستخدم الفلتره على الكلام والخبر
الذي يُنقل لنا، قبل أن نرتّب عليه أثراً، فتحصل
المشاكل من لا شيء..

هل تعلم أن الكثير من المشاكل والاسباب في قطع
العلاقات الاجتماعية والأسرية وشحن النفوس هو
نتيجة نقل الكلام بدون اتباع قانون الفلتره؟ تأمل
معني هذه القصة..

في أحد الأيام صادف حكيم أحد معارفه، فقال
للحكيم بلهفة: أتريد أن تسمع ما قاله عنك أحد
طلابك؟

ردّ الحكيم عليه: انتظر لحظة، قبل أن تخبرني أود
منك أن تجتاز امتحاناً صغيراً يدعى امتحان (الفلتر
الثلاثي) ..

فاستغرب الرجل من كلامه، قائلاً: وما هذا الفلتر
الثلاثي؟

فأجابه: قبل أن تخبرني عن قول طالبي، لنأخذ
لحظة (نفلتر) ما ستقوله!

الفلتر الأول هو (الصدق): هل أنت متأكد من أنّ ما
ستخبرني به صحيح مائة بالمائة؟

فقال الرجل: لا.. في الواقع إنّما سمعت الخبر من
أحدهم، فأسرعت إليك لأخبرك به.

قال: إذن أنت لست متأكداً من أنّ ما ستخبرني به
صحيح أو خطأ؟

التفاعل في الخلوة والجلوة



إنَّ مَثَلٌ من يُقْبَلُ على المولى في (ملاً) من الناس متأثراً بتفاعلهم مع ذكره تعالى، ثم يعرض عنه في (خلوته)، كَمَثَلٍ من قدم عليه ضيف كريم، وأكرمه عند زيارة الناس له متأثراً باحترامهم لذلك الضيف، فإذا خلا به أهمله في ضيافته وتكريمه.. فإن دَلَّ ذلك على شيء، فإنما يدلُّ على عدم معرفته بالضيف حق معرفته، وعدم تقديره بما يليق بشأنه، مما يجعله محروماً من خالص نظراته عند الخلوة به.. وكان الأجدر بالضيف الذي تشرف بزيارة مثل هذا الضيف له، أن (يحرص) على خلوته به أكثر من تكريمه في ملاً من زوراه، فإن تكريم الضيف في الخلوة أقرب إلى التقدير الخالص من التكريم في الجلوة، لما يشوبه من شوائب التظاهر والمجاملة.

الشيخ حبيب الكاظمي

تفقهوا

كلمات مضيئة

عن الإمام موسى بن جعفر الكاظم (عليه السلام) أنه قال:

« تفقهوا في دين الله؛ فإن الفقه مفتاح البصيرة، وتمام العبادة، والسبب إلى المنازل الرفيعة، والرتب الجليلة في الدين والدنيا ».

(تحف العقول: ص ٤١)

كلمة و معنى

﴿ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً ﴾ (الفجر: ٢٨):

أما «الرجوع إلى الله»: فهو -على قول جمع من المفسرين- رجوع إلى ثوابه ورحمته.. ولكن الأنسب أن يقال: إنه رجوع إليه جلّ وعلا، رجوع إلى جواره وقربه بمعناها الروحي المعنوي، وليست بمعناها المكاني والجسماني. «راضية»: لما ترى من تحقق الوعود الإلهية بالثواب والنعيم بأكثر ممّا كانت تتصور، وشمول العبد برحمة وفضل الله سيدخل في قلبه الرضا بكل ما يحمل الرضا من معان وأكثر. «مرضيّة»: لرضا الله تبارك وتعالى عنها.

(تفسير الميزان: ج ٢٠/ ص ١٩٨)

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: (١٣١٩) 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

