

52

العبادة

ΑΑΤΑ'Α ΗΔΑΒ

العبادة
العبادة
العبادة

عن كمال الفيلسوف حذرة الزكاة على عاتق بلاد

◆ العتبة العباسية تنظم
الحفل المركزي لتخرج
طلبة الجامعات العراقية

◆ التوحيد ضرورة فطرية ◆ المفاتيح السبعة للنجاح

◆ الفنان مرتضى النخات





16



التَّوْحِيدُ
ضُرُورَةُ فِطْرِيَّة

10



العتبة العباسية تنظم...

4



التَّحَدُّلُ فِي حَيَاةِ الرُّوجِّينِ

24



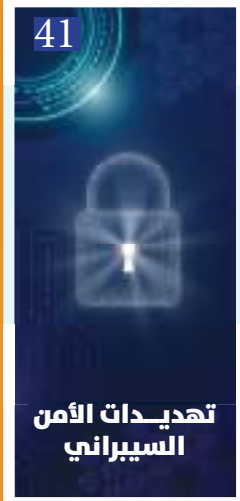
مَعْرِفَةُ اللَّهِ تَعَالَى

28



مِرَاغُ الْأَدْوَارِ بَيْنَ
الرَّجُلِ وَالْمَرْأَةِ

41



تهديدات الأمن
السيبراني

52



تَهْيِجُ الْقَوْلُونِ

50



أخطاء رياضية

الإشراف العام

عقيل عبد الحسين عيسى

مدير التحرير

رضوان عبد الهادي

المشاركون في

هذا العدد

الدكتور حسن طالب

الدكتور أحمد غالب

الدكتور عبد الهادي العيادي

علي عبد الحسن

محمد الموسوي

رئيس التحرير

صباح نعيم جاسم

سكرتير التحرير

حيدر فائق هادي

هيئة التحرير

محمد يوسف محمد

حيدر محمد صالح

أحمد نعمة

التدقيق اللغوي

محمد رضا جاسم

التصميم والإخراج

علي طالب

كرار عامر



مجلة فصلية اجتماعية فكرية تعنى بالشباب
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية
مركز الفكر والإبداع

ربيع الآخر ١٤٤٥ هـ / تشرين الأول ٢٠٢٣ م

العدد ٥٢

رقم الإبداع في دار الكتب والوثائق العراقية

١٣٥٩ لسنة ٢٠١٠ م

معتمدة لدى نقابة الصحفيين برقم (٨٩٥)



مَعْرِفَةُ الْقَدَرِ

معرفة الإنسان مقداره من ناحية الزمان والمكان والخلقة التي عليها ونسبته للخالق عز وجل ومحلّه بالنسبة للموجودين ومراكز القوة والضعف فيه ومدى الإمكانيات والقدرات التي يمتلكها، ثمّ العمل والحركة وفق تلك القدرات من أهم المعارف التي تدعو إلى سلامة الإنسان وبقائه ضمن دائرة النجاح؛ ولذلك وردت روايات في التّرحم على من يعرف ذلك؛ عن الإمام علي عليه السلام: «رحم الله امرأ عرف من أين وفي أين وإلى أين» نهج البلاغة، الكلمات القصار.

وتكريمه واحترامه وتقديره؛ كونه يتحرّك ضمن الخطوط التي يستطيع إنجازها. وأخطر قضية في هذا المجال تصدّي من لم يكن مجتهداً لمنصب الإفتاء والاستنباط فقد جرّ ويلات وأخطار كانت عاقبتها وخيمة، وهكذا تعدّي من لم يمتلك مهارات الإدارة إلى إدارة الآخرين.

ومصادق هذه القاعدة يصعب حصرها؛ إنّها سبب كلّ نجاح لو طبقت تطبيقاً صحيحاً، وسبب كلّ فساد إذا لم تُفعل، وما التأخر الذي يعيشه البعض في بعض البلدان إلّا نتاج عدم معرفة القدر.

معرفته أبقى له؛ فالحمل الزائد مما يضرّ، ولا ينفع إن كان أعلى مما يستطيع، فإنّ تجاوز الحدّ وعدم معرفة القدر مما يثير الآخرين، ويحوّلهم من جهة المناصرة إلى جهة المواجهة ومحاولة إنهائه، وأمّا المعرفة الواقعيّة للنفس مما يدعو الآخرين إلى

إنّها قاعدة تجعل القلوب تهوي لصاحبها مهما كان قدره؛ إن كان عارفاً لذلك القدر، وفي الوقت نفسه تنفر القلوب إن خرج منها كونه ادّعى ملكية ما ليس له، وهذا خلاف الحقّ.

التدخل في حياة الزوجين



صباح الصافي

من البداية على رفض أي تدخل هما الأقرب إلى السعادة من غيرهما؛ خاصة إذا أخذ كل مشكلة أو صراع بينهما، ودرساه، وعرفا مواطن الضعف والقوة فيه، ثم العمل على إنتهائه، وعدم الوقوع فيه في الأيام القادمة.

ثم ينبغي للرجل أن يضع حقيقة نصب عينيه؛ وهي إن أحب شخص للمرأة هو زوجها؛ ومن هنا لو لاحظتها أنها قد خرجت عن وعيها فما ذلك إلا لأنها تحبه حباً لا يوصف.

وهما أولى باكتشافه عن طريق الدراسة والمعرفة، والاطلاع على تجارب الآخرين والاستفادة منها؛ أما تدخل طرف ثالث فهذا أشبه بتدخل جسم غريب، فيبادر أحد الطرفين إلى مهاجمته بالسبل التي يمتلكها، والحالة التي قد لا يختلف فيها الأغلب أن الزوجة لا تحب تدخل أهل الزوج، وأما الزوج لا يحب تدخل أهل الزوجة، وإذا حصل وتدخل من دون حاجة إلى ذلك، فالحالة الغالبة حدوث صراع بين الزوجين.

ومن هنا فإن الزوجين اللذين يتفقان

علاقة الزوج بزوجه تختلف في حقوقها وأدوارها عن علاقة الأبناء بالوالدين، ومحاولة التأليف بين العلاقتين في بيت واحد صعب للغاية؛ فعلاقة الوالدين لا تنفك مباشرة بالرجل أو المرأة بعد الزواج؛ وإنما تستمر في محاولة من الوالدين لتسيير حياة الزوجين؛ كونها أكثر خبرة منهما، فيأخذان بالتدخل، وأغلب تلك التدخلات ولا أقول جميعها لا تصب في مصلحة الزوجين؛ بسبب أن الزوجين قد دخلا في عالم جديد في كل مراحلهم،

موقع سماحة المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني - دام ظله -

ما جمع الله الا على الله اعطى السيد حسيني الحسيني عليه السلام



لبس الذهب للرجال

السؤال ١: هل يجوز للرجل لبس ساعة في داخلها أدوات من ذهب غير قابلة للمشاهدة، أو يكون سيرها من ذهب، وهل تجوز الصلاة معها؟

الجواب: يجوز لبس الأولى والصلاة معها، دون الثانية.

السؤال ٢: إذا كان الخاتم فضة ويكتب عليه الاسم البارز بالذهب فهل يجوز لبسه للرجل؟

الجواب: كَلَّا.

السؤال ٣: هل يجوز استعمال المسبحة
اليدوية من الذهب أو الفضة للتسبيح أو
التلهي اليدوي كما يفعل به؟

الجواب: يجوز في حد ذاته ولكن التزین به حرام للرجال إذا كان من الذهب.

السؤال ٤: تنتشر في أوروبا موضة جديدة يلبس فيها الرجل الأقراط النسائية بإحدى أذنيه أو كليهما، فهل

يُجوز له ذلك؟
الجواب: لا يجوز، إذا كانت ذهبية، بل
مطلقاً على الأحوط.
النظارات التي يكون طرفها من الذهب
أو مطليين بالذهب؟
الجواب: لا يجوز.

السؤال ٥: هل يجوز للمسلم التّختم بخاتم مصنوع من خليط الذهب بالذهب؟ وهل تبطل به الصلاة؟
الحواب: لا يجوز على الأحوط إن كان والنحاس؟

الجواب: لا يجوز مع صدق الذهب عليه. تزييناً ولكن لا تبطل به الصلاة على كل حال.

السؤال ٦: ما حكم لبس الساعة المظليّة السؤال ١١: هل يجوز لبس (الذهب براء الذهب للرجال؟

الأبيض) للرجال؟

الجواب: لا مانع منه إن عُدَّ الذهب فيه
لوناً محضاً. وإذا كانت عليها قشرة خفيفة
من الذهب لم يجز لهم لبسها.

الجواب: إذا كان يعدّ عرفاً ذهباً يحرم على
الرجل لبسه، وأما إذا كان نوعاً آخر من
الفلزات كالبلاتين فلا يحرم لبسه والظاهر

السؤال ٧: ما هو حكم تحتم الرجال - كما يقوله الصّاعية - أنّه ذهب حقيقة.

بالذهب وكذا لبس الحلقة؟ وما هو السؤال ١٢: هل صحيح بأنّ التّختم في حكم الصلاة به؟ اليسار مكروه؟

الجواب: لا يجوز للرجل لبس الخاتم
والا حلقة مطلقاً سواء في الصلاة أم
خارجها والصلاة باطلة مع التعمّد.

الجواب: من علامات المؤمن التختّم
باليمين.

السؤال ١٣: ما هي الأحجار التي

السؤال ٨: أهداني صديق مدالية يستحب التّختم بها؟
مفاتيح من ذهب فهل يجوز أن أحملها
معى واضع مفاتيحي فيها؟
الجواب: العقيق والفيروزج والحديد
الصّيني.

الجواب: لا مانع منه.

السؤال ١٤: هل يُكره لبس الحديد

السؤال ٩: هل يجوز للرجل لبس الصيني؟

الجواب: كلاً.

التحديات التي تواجه الشباب في بناء مستقبلهم الاقتصادي والمهني

حيدر الدفاعي

في عالم مليء بالتحولات الاقتصادية والتكنولوجية السريعة، يتجدد تحدي البناء المستقبلي للشباب بشكل مستمر؛ إنها رحلة مليئة بالتحديات والفرص، تتطلب تصميم استراتيجيات حياتية مبتكرة ورؤى مستدامة لتحقيق النجاح والاستقرار. إذا كان هناك موضوع يمس جميع جوانب حياة الشباب اليوم، فهو بالتأكيد التحديات التي يواجهونها في مسيرتهم نحو بناء مستقبلهم الاقتصادي والمهني.

من التوظيف وريادة الأعمال إلى التوازن بين العمل والحياة الشخصية، يواجه الشباب مجموعة متنوعة من التحديات التي تحتاج إلى تفكير وتحليل دقيق لا يقتصر على فهم الصعوبات فقط، بل يشمل أيضاً استشراف الفرص المحتملة، وتوجيه الطاقات نحو التحقق منها، وفي هذا الموضوع نسعى لاكتشاف تلك التحديات وتحليلها، مع تقديم نظرة شاملة على الجوانب المتعلقة

من التوظيف وريادة الأعمال إلى التوازن بين العمل والحياة الشخصية، يواجه الشباب مجموعة متنوعة من التحديات التي تحتاج إلى تفكير وتحليل دقيق لا يقتصر على فهم الصعوبات فقط، بل يشمل أيضاً استشراف الفرص المحتملة، وتوجيه الطاقات نحو التحقق منها، وفي هذا الموضوع نسعى لاكتشاف تلك التحديات وتحليلها، مع تقديم نظرة شاملة على الجوانب المتعلقة

بناء مستقبل اقتصادي ومهني ناجح، وبهذا الصدد كان لمجلة عطاء الشباب لقاء وحوار مع الأستاذ حسين صبيح الكعبي المتخصص في مجال الاقتصاد وإدارة الأعمال: ما أبرز التحديات التي تواجه الشباب في الوقت الحالي عند تحقيق أهدافهم المهنية والاقتصادية؟ إن شباب اليوم هم أول من يختبر الثقل الكامل للتغيرات الاقتصادية والاجتماعية

في عصر ما بعد الصناعة عندما يحاولون بدء حياتهم كبالغين. لكن التحديات التي تواجه الشباب تعكس أيضاً فشل السياسة العامة في معالجة الحقائق المتغيرة لبناء الحياة في القرن الحادي والعشرين. وبينما يحاول الخريجون الجدد والعمال الشباب الوصول إلى أهدافهم المهنية فإنهم يتعرضون لضربة مزدوجة هي: (لم يعد الاقتصاد يولّد فرصاً واسعة النطاق، وسياستنا العامة لا تعوّض



الاستاذ حسين الكعبي

النقص) ناهيك عن التخطيط للتحديات الاقتصادية طويلة المدى، ومن التحديات التي تواجه شبابنا اليوم:

١. الوصول إلى التعليم الجامعي: إن الاقتصاد القائم على المعرفة اليوم تُعد الشهادة الجامعية فيه مؤهلاً ضرورياً للوصول إلى أهدافهم المهنية إلا أن ذلك سيكلفهم نفقات كثيرة مما يدفعهم إلى ترك الدراسة في المرحلة الإعدادية أو ما قبلها .

٢. عدم الاستقرار الوظيفي: اليوم لا يتمكن العمال الشباب أن يضمّنوا العمل في شركة بنّية البقاء حتى التقاعد، فعدم الاستقرار الوظيفي هو الواقع الجديد الذي يواجهه الشباب اليوم نتيجة لأسباب أهمّها عدم تشريع قوانين صارمة تجبر هذه الشركات على إعطاء العاملين حقوقهم، وكذلك منافسة العمالة الخارجية التي تُكون أقل تكلفة للشركات.

٣. ارتفاع تكلفة السكن: يجد كثير من الشباب المتزوجين أن الإيجار الذي يدفعه للمنزل نادراً ما يتماشى مع ما يمكن أن تتحمّله رواتبهم، فبين عامي ٢٠٠٥-٢٠١٥م ارتفعت الإيجارات في جميع المناطق الحضرية الكبرى بشكل كبير.

٤. تأسيس عائلة: معظم الآباء

والأمّهات الذين لديهم أطفال تحت سنّ الخامسة هم في أواخر العشرينات أو أوائل الثلاثينيات من العمر، مما يجعل مسألة رعاية الأطفال بالجودة المعقولة والميسورة التكلفة مصدر قلق أساسي للأسر الشابة.

كيف يمكن للشباب مواجهة تحديات البطالة والتوظيف، خاصة في ضوء التغيرات التكنولوجية السريعة؟

تحتاج مشكلة البطالة إلى تكاتف جميع أفراد المجتمع معاً من أجل التخلّص منها، وينبغي للشباب مواجهة هذا التحدي (تحدي البطالة) من خلال مجموعة من الاستراتيجيات منها:

-بناء المشاريع الصغيرة والكبيرة لتوفير فرص العمل.

-التدريب على اكتساب المهارات المهنية اللازمة لإدارة بعض المشاريع.

-دراسة الوضع الاقتصادي للسوق بالطرق الحديثة وذلك لمعرفة التخصصات المطلوبة.

-التقليل من العمالة الوافدة؛ فهذا يزيد من فرص العمل للأيدي العاملة في البلد.

-تقديم التشجيع والدعم لأصحاب رؤوس الأموال؛ من أجل جذبهم لعمل المشاريع الاقتصادية الناجحة.

ما دور التعليم والتدريب المهني

في تمكين الشباب من مواجهة متطلبات سوق العمل المتغيرة؟ يعدّ التدريب السريع والفعال أحد أهم الاستراتيجيات التي تتبعها الحكومات لتنمية مهارات الأيدي العاملة لديها، من خلال تنفيذ برامج تدريبية، ودورات تعليمية مجانية بأسعار رمزية، وبعد انتهائهم فإنهم سيكتسبون المهارات المطلوبة، وتهدف الحكومة إلى منح العاطلين عن العمل مهارات جديدة تُساعدهم على إيجاد عمل ملائم لهم في مجال الصناعات النامية، وعلى الرغم من ذلك فإن الحدّ من البطالة بهذه الطريقة قد يستغرق سنوات. ما الاستراتيجيات المهمة للشباب

للتوازن بين تطلعاتهم المهنية وحياتهم الشخصية؟

إنّ من المهم أن يكون لدى الشباب رؤية واضحة لحياتهم المهنية، وأن يعملوا بجهد لتحقيق أهدافهم، ومن المهم أيضًا اتباع نهج أكثر شمولية في الحياة يتضمّن النمو الشخصي والرّاهية الشخصية.

إنّ اتباع نهج شاملٍ لتطوير الشخصي والمهني يمكن أن يؤدّي إلى قدر أكبر من الإنجاز والنّجاح على المدى الطويل، وينطوي ذلك على التّركيز في بناء علاقات قوية، والحفاظ على الصحة البدنية والعقلية، ومتابعة المصالح الشخصية بالإضافة إلى التطلعات المهنية. وللقيام بذلك يتوجّب وضع خطة مستدامة لتحقيق التوازن بين طموحاتك المهنية والنمو الشخصي والرّاهية الشخصية، ويجب أن تتضمّن هذه الخطة مجموعة استراتيجيات منها:

- قم بإعطاء الأولوية للرعاية الذاتية من خلال الاهتمام بصحتك الجسدية والعقلية.
- قم بتطوير عادات صحيّة من خلال دمج الأنشطة التي تجلب لك السعادة في روتينك اليومي.

- مارس اهتماماتك الشخصية وخصّص وقتًا للأنشطة التي تجلب لك السعادة.
كيف يمكن للشباب تطوير

مهاراتهم الشخصية والاجتماعية لزيادة فرصهم في العمل؟

يجب على الشباب اليوم أن يجتهدوا في تطوير مهاراتهم الشخصية والاجتماعية من أجل زيادة فرص حصولهم على وظائف تناسب وتطلعاتهم المهنية؛ ومن هذه المهارات ما يأتي:

١. مهارات التّواصل: تُعدّ هذه المهارات مهمّة إلى حدّ كبير لأصحاب العمل ومن هذه المهارات (مهارات التّواصل الجيدة في اللغتين العربية والانجليزية، ومهارات الاستماع الجيدة، بالإضافة إلى القدرة على التعبير عن الآراء والأفكار والتواصل بفعالية مع الآخرين والتأثير فيهم).

٢. المهارات التحليلية والبحثية: فهي أساس اتخاذ قرارات ناجحة، وقد برز التفكير التحليلي كأحد أكثر المهارات التي يبحث عنها أصحاب العمل.

٣. الرّغبة في التّعلم: يتعيّن على الشّاب السّعي جاهداً لتعلم مهارات جديدة، وطرح أسئلة على مسؤول العمل وزملاء في العمل، هذا بالإضافة إلى إجراء الأبحاث اللازمة حول مجال عملك ومواكبة أحدث التطورات، فالرّغبة بالتعلم هي صفة رئيسة يبحث عنها

أصحاب العمل.

٤. المرونة والقدرة على إدارة الأولويات: واحدة من أكثر المهارات المطلوبة في سوق العمل؛ لأنّ هذه المهارة تعني أن يتمتع الفرد بالمرونة والتكيّف مع كافّة التّغيرات. حيث يتعيّن على الفرد التكيّف والتّأقلم مع سوق العمل في جميع الأوقات، واستغلال يومه بفعالية من خلال إعداد قائمة بمهام العمل.

٥. التّخطيط والتّنظيم: إذ إنّ مهاراتك في التّخطيط والتّنظيم تُساعدك بشكل كبير على تعزيز كفاءتك المهنية والتّقدّم في مسارك الوظيفي.

٦. الإحاطة بمختلف الثقافات: أصبح من الصّورى جدًّا في هذه الأيام التّمتّع بمعرفة واسعة حول الثقافات والأعراق الأخرى. وحتى تكون ناجحًا يجب عليك التّكيّف مع الثقافات والجنسيّات المختلفة والتّعامل بطريقة عادلة ومتساوية مع كافّة الأشخاص.

٧. التّمتّع بمهارات إبداعية وقدرة على حلّ المشكلات: يبحث أصحاب العمل عن الأشخاص المبدعين والذين يُفكّرون بطريقة متميّزة ومبتكرة في أداء الأعمال وحلّ المشكلات.

ماليّ وتخطيط مستقبل اقتصاديّ مستدام؟

الاستقرار الماديّ يعني

مجتمعاتهم؟

يعرف الشباب

بأنهم فئة متحركة غير ثابتة،

وهم الثروة الحقيقية للمجتمع

كونهم أمل الغد وعماد المستقبل، ولهم دور

كبير في التنمية الاقتصادية كونهم الطاقة

الفكرية والجسدية وأهم الموارد البشرية

للمجتمع؛ لذا يمكن للشباب المشاركة

في التنمية الاقتصادية من خلال تقديم

مشروعات جديدة. كما يتمكن الشباب

من تطوير المجتمع من خلال إقامة

الاجتماعات والمؤتمرات التي يتناقشون

فيها حول كيفية النهضة والتطوير. كذلك

تقديم الأفكار والمشروعات للدولة.

أنّ المال الذي تنفقه أقل من المال الذي
تتحصّل عليه، ولكي تُحقّق الاستقرار
المادي يجب أن تُسيطر على إنفاقك
للأموال، ثم يمكنك بعد ذلك أن تُخطّط
لتوفير المال بشكل أكبر، ومن الخطوات
المهمّة في تحقيق الاستقرار المالي للفرد
وتحقيق مستقبل اقتصادي هي:

-العيش ضمن الحدود الممكنة.

-وضع ميزانية لاياداتك
ومصروفاتك.

-تخفيض نفقاتك إلى أقل حدّ ممكن
خصوصاً على بعض الأنشطة غير
الضرورية (الكهالية).

-أنشئ صندوقاً للطوارئ.

كيف يمكن للشباب المساهمة
في مواجهة التحديات الاقتصادية
وتحقيق التنمية المستدامة في

٨. العمل بفعالية ضمن فريق: من
الضروري جدّاً المساهمة بفعالية في كافّة
المشاريع الخاصّة بفريق عملك، فأصحاب
العمل يبدون اهتماماً كبيراً بطريقة تفاعل
وتعاملك مع أعضاء فريقك.

ما هو دور ريادة الأعمال في توفير
فرص اقتصادية للشباب، وما هي
الصفات المهمّة للشباب الرّاعيين
في تأسيس مشاريعهم الخاصّة؟

تؤدّي السّلع والخدمات الجديدة التي
يقدمها رواد الأعمال إلى توفير فرص
عمل جديدة تحفّز الاقتصاد، عن طريق
تحفيز الأعمال المرتبطة بالقطاعات التي
تدعم المشروع الريادي الجديد، مما يؤدّي
إلى تحسين التّنمية الاقتصادية، وهو ما
يؤثر بشكل مباشر على أفراد المجتمع
الذي توجد فيه المشاريع الرياديّة.

ما الخطوات العمليّة التي يمكن
للشباب اتخاذها لتحقيق استقرار



العتبة العباسية

تنظم الحفل المركزي
لتخرّج طلبة الجامعات العراقية

محمد السعدي



كلمة سماحة السيد أحمد الصافي (دام عزه) للخريجين:

أنتم أمة خيرٍ يعول عليها في بناء البلد
أنتم ذخيرة البلد وقوته والأمل الذي تُعقد عليه كثير من المشاريع
والأفكار المنتظرة.

وطن واحد من شماله إلى جنوبه احتضنته كربلاء المقدسة تحت لواء العتبة العباسية وخيمة الوطن المرجعية الدينية العليا ليستظل بها أكثر من ٣٠٠٠ طالب من مختلف الجامعات العراقية مثلوا عراقاً مصغراً في مدينة الشهادة والإباء؛ إذ نظمت العتبة العباسية وضمن مشروع فتية الكفيل الوطني وتحت شعار: "من أرض كربلاء يُثمر العطاء"، الحفل المركزي لتخرج طلبة الجامعات العراقية للعام الثاني وذلك لدعم شريحة الطلبة والاحتفاء بهم وجمعهم في مدينة كربلاء المقدسة لتكون نقطة التقاء بين جميع أطراف الشعب العراقي.

تضمنت الفقرة الأولى للحفل تأدية نحو ٣٠٠٠ طالبٍ من الطلبة الخريجين قسم التخرج بالولاء والأمانة لخدمة الوطن والإنسانية أمام ضريح مرقد المولى أبي الفضل العباس (عليه السلام)، ومن ثم تأدية الطلبة الخريجين لمراسيم زيارة أبي الفضل العباس (عليه السلام)، بعدها أقيم الحفل المركزي لتخرج طلبة الجامعات العراقية في مجمع

العميد التربوي التابع للعتبة العباسية بحضور متوليها الشرعي سماحة السيد أحمد الصافي (دام عزه)، والأمين العام للعتبة المقدسة وعدد من مسؤولي العتبة المقدسة ورؤساء أقسامها، إضافة إلى رؤساء الجامعات وعمداء الكليات المشاركة، فضلاً عن الطلبة الخريجين وشخصيات مثلت جهات أكاديمية ودينية.

استهل الحفل بقراءة آيات من الذكر الحكيم، ومن ثم قراءة سورة الفاتحة ترحمًا على أرواح شهداء العراق، وقراءة النشيد الوطني العراقي ومن ثم أنشودة العتبة العباسية المقدسة، أعقبت ذلك كلمة للعتبة العباسية ألقاها متوليها الشرعي السيد أحمد الصافي (دام عزه) وجاء فيها:

بدءاً مُهنئاً أنفسنا بِكُمْ ومُهنئكم على قطع مشوار العلم واقتطاف ثمرة الجهد الذي بُذل من الأساتذة الأفاضل ومن الطلبة الأعزاء، ونحن نشهد هذا الحضور الكريم في هذا المكان المبارك وهذه الاريحية في طريقة الاحتفاء، وسرورنا بأبنائنا وهم يتنقلون من مقاعد العلم الى هذه الحياة

من العمل الدؤوب والعمل الجاد داعياً الله تبارك وتعالى أن يوفق الجميع لما فيه خير الدنيا وسعادة الآخرة، وأن يرينا في أبنائنا كل عزة وكرامة، وأن يشد على أياديكم أبنائي لأن تكونوا من المساهمين في بناء هذا البلد الكريم.

من الأشياء التي تسرنا هو أن يجتاز أبنائنا مراحل الدراسة ويتنقلوا من عالم إلى آخر؛ وإن كان عالم المعرفة لا ينتهي، وإن شاء الله تعالى الهمم تكون قوّة، وأن يستفيد الأغلب الأعم من كل بركات العلم سواء كان يتعلم العلم في المستقبل أو يتعلم في العمل، وهذا البلد الكريم لا شك يستصرخ الجميع بلا استثناء، وكل من عنده هذه المهمة والرغبة والمحبة فالبلد يحتاجه. لقد ميز الله تبارك وتعالى الإنسان عن بقية المخلوقات بالعقل؛ واليوم العقول هي التي تصنع وتبني الأوطان، والعقل يحتاج إلى نضج لكن المقدار الثابت عند جميع العقلاء

أنَّ المطلوب من الإنسان أن يعمل وأن يجتهد وأن يبذل ما يمكن من أجل هدف هو يرسمه، والعقلاء اليوم من السهل أن يجددوا أهدافهم، والطالب الجامعي يُمثل الشريحة المثقفة الواعية التي يمكن أن يتنافس على استثمارها الجميع، ولا بأس من الإشارة هنا؛ وهي إنَّ الجهود الخيرة والنوايا الصادقة التي تريد أن تبني تعتمد على شريحة الشباب المثقف، والعكس كذلك إنَّ المحاولات التي تُريد أن تُحطِّم البلدان أيضًا تبدأ العمل على شريحة الشباب؛ فالشباب هو هذا العنصر الذي يستهدف من الجهات الخيرة والجهات السيئة؛ وذلك لمعرفة

الجميع إنَّ هذه الشريحة المثقفة الواعية لها الحصة الأكبر في التأثير؛ فشبابنا الجامعي اليوم من موارد التأثير الذي نحن نرى فيه التأثير الإيجابي في بناء البلد، ولعلنا عندما نتحدث مع أبنائنا الطلبة يمكن أن ندخل في بعض المصاديق التي تؤثر هنا وهناك من أجل ارتباط الطالب بمستوى الوعي والإدراك.

الطالب يعلم أنَّه عندما قطع شوط المرحلة الابتدائية ثم ذهب إلى المرحلة المتوسطة والإعدادية والمراحل الجامعية الأولى وإن شاء الله تعالى يكمل الدراسات العليا أنَّ هذه المستويات التي يتنقل منها قد زادت بصيرة وإيمانًا ووعيًا بالمسؤولية الملقاة عليه.

لعلَّ من موارد التوفيق أن تكون العلاقة بين الأستاذ والطالب علاقة مثالية؛ والمقصود هنا أن يبذل الأستاذ جهدًا كبيرًا في سبيل أن يعطي ما عنده من عصارة أفكاره ويجعلها لخدمة الطالب؛ فالأستاذ يُمارس دورًا علميًا وتربويًا كثيرًا في صهر شخصية الطالب، وكثير من الطلبة تأثروا

بأساتذتهم وانطبعت هذه الشخصية على شخصيتهم بحيث أصبح الطالب كنسخة أخرى من الأستاذ؛ وما هذا إلا لتأثير الأستاذ على الطالب فلذا لا بُدَّ إخواني أن تكون هناك مسافة مقبولة مفعمة بالاحترام والتقدير والإجلال للأستاذ ولا يقبل الطالب أن ترفع الفواصل بينه وبين الأستاذ بمقدار يفقد الأستاذ تأثيره على الطالب؛ إذ إنَّ هذا له آثار سلبية كثيرة، فهناك فرق بين بقاء مسافة الحياء والاحترام والتقدير ما بين الأستاذ والطالب حتى يبقى تأثير الأستاذ على الطالب؛ لأنَّ العلاقة الطيبة بين الأستاذ والطالب هي العلاقة المعتمدة على التقدير والاحترام والتأثير. أنتم اليوم على أبواب التخرج وغداً أنتم من ستبنون البلد، لذلك لا بُدَّ أن تكون لديكم ثقة كبيرة بأنفسكم وبمقدّرات هذا البلد، وأن تؤمنوا بحقيقة أن لا شيء ينقصكم، وأن الزّمن سرعان ما يجعلكم في موقع متقدّم، فكونوا أقوياء ومتفائلين، فأنتم أمة خير يُعوّل عليها في بناء البلد.

عليكم أن تسترشدوا بالناصح الأمين، وأن تقدّموا أفكاركم لمن يريد الخير منكم، فأنتم ذخيرة البلد وقوّته والأمل الذي تُعقد عليه كثير من المشاريع والأفكار



المنتظرة، والتي من شأنها الارتقاء بواقع المجتمع على مختلف الأصعدة.

هناك وظيفتان تنتظركم؛ وظيفة العمل ووظيفة تكوين الأسرة، فاعملوا على بناء أسركم على المناهج الصحيحة وفضائل أهل البيت (عليه السلام)، وربوها على الحق فأنتم المشروع المرتقب.

كلمة لوزارة التعليم العالي والبحث العلمي ألقاها ممثلاً عنها الدكتور حميد التميمي؛ وجاء فيها:

الحفل المركزي لتخرج طلبة الجامعات العراقية الذي تقيمه العتبة العباسية المقدسة قد مثل الروح الوطنية العراقية وجسدها في كربلاء من خلال جمع كل أطياف الشعب العراقي من طلبتنا الأعزاء، ليشاركوا بعضهم البعض أفراح تخرجهم الذي جاء بصورة تليق بالطالب العراقي.

جميع النشاطات التربوية والتعليمية للعتبة العباسية هي محل اعتزاز وتقدير لدى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، لكونها تسعى دائماً للارتقاء بالمستوى العلمي للطلبة بمختلف مراحلهم الدراسية، من خلال توفيرها البيئة التعليمية الملائمة في مؤسساتها التربوية التي تساهم في تحقيق أهدافها التعليمية المنشودة.

أقدم شكري للعتبة العباسية المقدسة ممثلة بمتوليها الشرعي السيد أحمد الصافي (دام عزه) وأمينها العام السيد مصطفى

مرتضى آل ضياء الدين دام توفيقه، على دعمهم المستمر للطلبة الخريجين في كافة المجالات، وإن إقامة هذا الحفل السنوي هو خير مثال على ذلك.

ثم جاءت فقرة قراءة نشيد التخرج للطلبة ألقاه منشد العتبة العباسية ياسر الكربلائي، ومجموعة من براعم مجموعة العميد التعليمية التابعة للعتبة المقدسة، بعد ذلك استمع الحضور لنخبة من القصائد الشعرية قدمها الشاعر محمد الفاطمي، إضافةً إلى فقرة قراءة أناشيد التخرج التي قدمها المنشد محمد أمير التميمي ومجموعة من البراعم.

وتضمن الحفل أيضاً عرضاً مسرحياً لفريق (أبعاد) الإعلامي، طرح من خلاله مشاهد تمثيلية لحث الشباب على العمل والإصرار بعد تحقيق المنجز الدراسي، والانتقال إلى الحياة المهنية والسعي في سبيل تحقيق الأهداف المنشودة.

أعقبته كلمة للطلبة الخريجين ألقاها نيابة عنهم الطالب علي فتاح ياسين، وقال فيها: في الآونة الأخيرة نرى ازدياد الوعي في تنظيم حفلات التخرج، لتكون بما يليق بإرث وثقافة طلبة عراق الحضارة، وهذا ما زاد هذه الحفلات وربطها ببعض رموز العراق العظيمة ومنهم أهل

البيت (عليه السلام)، فقد أصبح ترديد قسم التخرج في العتبات المقدسة غايةً يطمح إليها أغلب الخريجين بعد أن كان أمراً محدوداً.

كذلك تضمن الحفل فقرة تكريم من قبل جامعة الكوفة للمتولي الشرعي للعتبة العباسية سماحة السيد أحمد الصافي وأمينها العام ورئيس قسم العلاقات العامة في العتبة العباسية، وختم الحفل بتقديم الشكر للجهات المنظمة والحاضرين من الطلبة والمؤسسات الأكاديمية والتعليمية، لدعمها المستمر لهذا الحفل السنوي.





إِنَّمَا خَلَقَ اللَّهُ تَعَالَى الْفَرَائِذَ؟

الشيخ حيدر المؤيد

لكي يمكننا فهم حقيقة الأمراض التي تُصيب الرّوح والقلب والعقل النَّاتجة عن الغرائز والشّهوات، ولا بُدَّ من الإشارة إلى علّة وجودها (الشّهوات والغرائز) في الإنسان؟

فإن كانت هذه الغرائز تذهب بالإنسان بعيداً عن سواء السَّبيل، فلماذا خلقت؟ وما يريد الله تعالى بالإنسان؟ هل يُريد سبحانه بالبشر أن يخطأ ويذنب ليملاً جهنّم؟

سؤال قد يطرحه البعض، والجواب: إنّما خلقت الشّهوات وأوجدت في الإنسان لتكون في خدمة كمال الإنسان وفي فائدته وحفظه من التّلف والضّيع والانقراض؛ لأنّ تلك الغرائز الفطرية أوجدها تعالى وبيّن غايات وجودها وبرمج لها وحددها، لكن الإنسان لا يتفكّر في ذلك؛ فعلى سبيل المثال وليس الحصر:

الغريزة الجنسية هي من أهم الغرائز المؤدّعة في الإنسان، وأعظمها ضغطاً عليه كما يتصوّرُها البعض، ولكن الظاهر أنّ الغرائز والشّهوات التي أوجدها الله تعالى متوازنة جميعها من حيث القوّة والانفعال بشكلٍ دقيق، وكلّ تعمل حسب وظيفتها:

غريزة الجنس: وضعت لحفظ الإنسان

من التّلف والضّيع والانقراض، وذلك ضمن الأطر الشرعية، لذا قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِغُرُوحِهِمْ حَافِظُونَ﴾^(١). وقال سبحانه: ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الزَّنا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾^(٢).

فهي إن لم تُنظّم ويُسيطر عليها من قبل العقل والشرع لأصبح الإنسان يفعل القبيح ويستسيغه، فهي غريزة ضاغطة وهي مترسّخة في وجود الإنسان وليست غريزة حيوانية فقط، بل غريزة مشتركة لكلّ المخلوقات الحيّة، وهي غريزة حافظة للنوع.

كذلك: غريزة حبّ الطّعام والشّراب، وحب المال وغيرها، كلّها غرائز حافظة للوجود الإنساني، ولازمة في برنامج تكامله وتقدّمه، فلو جرد الإنسان من غرائزه لايمكنه أن يتقدّم حتّى خطوة واحدة.. لا في الدّين ولا في الدّنيا..

فهذا التّقدّم الهائل الذي حصل عليه البشر، كلّها نتيجة تلبية بعض غرائزه بالشّكل الصّحيح، كما أنّ الفساد المنتشر أيضاً نتيجة الخضوع للغرائز بشكلٍ غير صحيح.

فالإنسان إذا لم يأكل يموت، وكذلك الحيوان، وإن لم يجد رغيّاً يأكله فربّما أخذ يقتل ويدمر، وعندها قد يصبح الممنوع مرغوباً؛ لأنّه تتوقف عليه

الحياة!. لذا نجد القرآن الكريم حدّد ذلك ونظّم تلك الغرائز بقوله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾^(٣).

وكذلك غريزة حبّ المال، فإنّ المال فتنة كما يصفه القرآن: ﴿إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ﴾^(٤).

وفي الوقت نفسه القرآن الكريم يُنظّم ذلك أيضاً، يقول تعالى: ﴿فَلَكُمْ رُءُوسُ أَمْوَالِكُمْ لَا تَظْلِمُونَ وَلَا تُظْلَمُونَ﴾^(٥).

ويقول سبحانه: ﴿وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ﴾^(٦).

وهل الأموال تُؤكل؟ نعم...؛ لأنّ أكل كلّ شيء بحسبه، وهنا المقصود طهّروا أموالكم وأرزاقكم من الحرام والسّحت.. لأنّ الحرام يلعب دوره في الفتك.. فإنّ المحرّمات جراثيم وميكروبات تُطيح بالنّفس والرّوح والإنسان وبالتالي تفسد المجتمع.

الهوامش:

١. سورة المؤمنون: ٥.
٢. سورة الإسراء: ٣٢.
٣. سورة الأعراف: ٣١.
٤. سورة الأنفال: ٢٨.
٥. سورة البقرة: ٢٧٩.
٦. سورة البقرة: ١٨٨.

التَّوْحِيدُ ضَرْوَةٌ فِطْرِيَّةٌ

الشيخ عبد الرزاق فرج الله الأسدي



إنَّ التَّفكير الموضوعي، هو التَّفكير الباحث عن القاعدة الفكرية والعقيدة الصحيحة التي تُعدُّ مركز الطَّموح الإنسانيِّ، والتي تجتمع عندها متطلَّبات الفطرة والحياة الإنسانية. ولا يوجد ذلك إلَّا فيما جاء به الإسلام تلبية لهذه المتطلَّبات الفطرية والروحيَّة.

﴿فَاقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾^(١).

ففي خطوط العقيدة الإسلامية، استجابة لكل المطامح والأبعاد الإنسانية على كافة الأصعدة والمستويات:

١- استجابة لمطامح الفطرة الإنسانية، التي تنزع إلى اعتناق الحقيقة الأكمل، والركون إلى الأقوى والأقدر على تلبية مطالبها.

٢- وفيها استجابة إلى طموح العقل وطريقته في التفكير، وإنقاذه وإبعاده عن الأساطير والأوهام والخرافات؛ لأن من ضرورات التفكير السليم الإيمان بالمبادئ والمسلّمات الكلّية، مثل: مبدأ العلّية، واستحالة اجتماع النقيضين، وبطلان الدور والتسلسل، وما شابهها من أحكام عامّة.

٣- وفي العقيدة الإسلامية استجابة لطموح الإنسانية إلى كرامتها وقدرها، والذي يعني وضع الإنسان في مكانه الذي كرمه الله عزّ وجلّ، بصفته كائناً مُفكِّراً، يتحرّى الحق، ويتعشق الحرية، ويسعى إلى التّكامل الذي لا

يجده إلا فيما يأمر به الله عزّ وجلّ، ويحبّ إليه من الإيمان والمعتقد الصحيح.

﴿وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْإِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ أُولَئِكَ هُمُ الرَّاشِدُونَ﴾^(٢).

أمّا الكفر والإلحاد والفسوق فهو عقوق للفطرة والعقل، وإذلال لعنصر الإنسانية، واسترقاق للكرامة، وكما قال - لاميني -: (إنّ الكلمة التي تجحد الخالق تحرق شفة المتلفظ بها)^(٣).

فلم يسيء الذين كفروا إلى الله عزّ وجلّ، بقدر ما أساءوا وأجرموا في حقّ أنفسهم وإنسانيّتهم؛ لأنّ الله عزّ وجلّ هو الغني المطلق، عن أن يزيد في ملكه إيمان الناس مثقال ذرة. ﴿يَمُنُّونَ عَلَيْكَ أَنْ أَسْلَمُوا قُلْ لَا تَمُنُّوا عَلَيَّ إِسْلَامَكُمْ بَلِ اللَّهُ يَمُنُّ عَلَيْكُمْ أَنْ هَذَا كُفُّمٌ لِلإِيمَانِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ﴾^(٤).

وفي كلام أئمة أهل البيت (عليهم السلام) ما يعطي المفهوم الصحيح لمقام الله تعالى، الغني القدير الذي لا يزيد في ملكه إيمان المؤمنين، أو طاعة المطيعين، ولا تنقص منه معصية العاصين ولا جحود الجاحدين، ولقد جاء في الدّعاء:

(وَلَوْ أَنَّ عَذَابِي مِمَّا يَزِيدُ فِي مُلْكِكَ لَسَأَلْتُكَ الصَّبْرَ عَلَيْهِ، وَأَحْبَبْتُ أَنْ يَكُونَ ذَلِكَ لَكَ، وَلَكِنْ سُلْطَانُكَ اللَّهُمَّ أَعْظَمُ، وَمُلْكُكَ أَدْوَمُ مِنْ أَنْ تَزِيدَ فِيهِ طَاعَةُ الْمُطِيعِينَ، أَوْ تَنْقُصَ مِنْهُ مَعْصِيَةُ الْمُذْنِبِينَ)^(٥).

أمّا الكفر والإلحاد والجحود، فهو مخالفة للخطّ الطّبيعي، وجريمة بحقّ المسيرة العلمية التي تثبت يوماً بعد آخر: أنّ الموقف المنسجم مع التفكير السليم دائماً لا ينحرف عن الإيمان بالله تعالى وبقيم الرسالة التي جاء بها رسول الله ﷺ.

يقول العالم ولتر أوسكار لنديج - عالم الفسيولوجيا والكيمياء الحيوية -: (فالإيمان بالله مصدر لسعادة لا تنضب في حياة كثير من البشر).

أمّا المشتغلون بالعلوم، الذين يرجون الله فلديهم متعة كبرى، يحصلون عليها كلّما وصلوا إلى كشف جديد في ميدان من الميادين، إذ إنّ كلّ كشفٍ جديدٍ يدعم إيمانهم بالله، ويزيد من إدراكهم وإبصارهم لأيادي الله في هذا الكون)^(٦).

٢ - الحجرات: ٧

٣ - البستاني - دائرة المعارف الكبرى: ١ / ٤٨٢

٤ - سورة الحجرات: ١٧

٥ - الصحيفة السجادية / الدعاء الخمسون.

٦ - د. أحمد زكي - الله يتجلّى في عصر العلم: ص ٣٦

١ - سورة الروم: ٣٠

مَدَى حُرِّيَّةِ الْإِنْسَانِ بِاخْتِيَارِ وَطَنِهِ

الدكتور حسن طالب



فالمواطنة التي يعتني بها الإسلام، يشترط في الوطن ألا يكون الإنسان فيه فقيراً، وألا تكون الثروات مركزة بيد الأغنياء؛ لذا يقول أمير المؤمنين عليه السلام: «الفقر في الوطن غربة والغنى في الغربة وطن»؛ وهذا المعنى يشمل المسلم وغير المسلم؛ ولو كان كافراً؛ «وعندما رأى رجلاً أعمى يتسوّل قال: أفي امارتي رجل يتسوّل؟

قالوا: هوّن عليك يا أمير المؤمنين إنّه رجل نصراني.

قال: أين أمضى شبابه؟

قالوا: في الكوفة.

قال: استعملتموه شاباً، ولفظتموه شيخاً كبيراً. أجروا له من بيت المال». فالمواطنة في الإسلام هي التعايش السلمي، وقبول الآخر من دون تمييز بينهم بسبب الدين والمذهب والعرق والجنس، ولكن وسائل الإعلام

وردت في القرآن الكريم تعابير أمة، وقوم، وقرية، وقرى، وأرض الله، والبلد، وأمّ القرى، وعالم، والدار، وديار، ولم يرد فيها مصطلح وطن، وإقليم وما شابه من مثل هذه التعابير. وبالرغم من إنّ الإسلام سبق عالمية اليوم؛ لأنّه أصلاً أممي منذ نشأته؛ فعالمية الإسلام تدعو إلى تعميم ثقافة المواطنة التي تركّز على كلّ ما يجمع، وتبتعد عن كلّ ما يُفرّق؛ فالقرآن الكريم يرسي قواعد المواطنة دونما أن يثير ذلك أي اضطراب على صعيد ممارسات الفئات المختلفة لعباداتهم. ويقول أمير المؤمنين عليه السلام: «لو ثبتت لي الوسادة لحكمت في أهل التوراة بتوراتهم، وفي أهل الإنجيل بإنجيلهم، وفي أهل القرآن بقرآنهم حتّى ينادي كلّ كتاب بأنّ علياً قد حكم بحكم الله».

المشبوكة تصرّ على محاربة هذه الصورة المشرقة للمواطنة بما يسمونه بالإسلام فويبا؛ ومعنى الكلمة الخوف من الإسلام والذي تظهره ديناً إرهابياً .

❖ والسؤال الذي يوجه هو:

هل إنّ عالمية اليوم مكنت الإنسان من الانطلاق بحرية الدّهاب لأيّ مكان شاء يتخذه وطناً؟

الجواب: هو التّفي بدليل وجود أحكام للدول فيما يخصّ بتأشيرة الدّخول إليها، وفي الإقامة فيها، وهذه لا تُعطى لأيّ شخصٍ إلّا بشروطٍ وغالباً ما تكون صعبة. وقد تحجب عن مواطنين بجنسيتهم عندما تتعكر العلاقة الدبلوماسية بين جنسيّة هذا المقيم والدّولة التي يُقيم فيها. ووجود أحكام خاصّة للجوء السّياسي وغيره. إذاً من النّاحية الواقعية لا يوجد أيّ خيار للشخص باختيار بقعة جغرافية في مناطق غير وطنه الأصلي ليكون وطناً بديلاً له، وبدليل ظهور مصطلحات مثل المدينة الافتراضية، والعالم الافتراضي.

صحيح هذا عالم يتجول الشّخص فيه بكلّ حرّية، ومع ذلك فإنّ مثل هذا التجوال قد يجب على جنسيات معيّنة لا تروق لمن يملك الهيمنة على هذه العوالم الافتراضية، ومع ذلك فإنّ حرّية التجوال هذه تكون فقط من خلال الحواسيب والتي تخضعنا أحياناً

بالحصول على إذن ما، وبعد إعطائنا المفاتيح لفتح أقفال هذا العالم فهنا حتّى في هذا العالم الافتراضي يكون الإنسان مقيداً، وغير كامل الاختيار والحرية؛ بل هناك أبحر ومياه آسنة تعرّض الإنسان إذا ما ولجها إلى المرض، والمفضي أحياناً إلى الموت والتّخلّف ونشر الجريمة بحيث أصبح مصطلح الهاكر ملازماً لهذا العالم الافتراضي، ونعيش في ظلّ رحمته؛ وهؤلاء الهاكر أي القرصنة هم أبطال هذا العالم، وهم شياطينه، وبفعل ثورة المعلومات تم خرق الحدود الجغرافية، وصار العالم يتبادل البيانات بالصّوت والصّورة والكلمة، وتحوّل العالم إلى قرية كونية صغيرة تذوب حدودها وكيانها المادي بفعل هذه العولة التي صارت خطراً على كلّ القيم الإسلامية وسائر الأديان السماوية، فعالميّة اليوم أدّت الى تحدير الشعوب وتفكيكها، ونشر الفوضى فيها بسبب طمس المعايير الدّينية والخلقية لغير المتديّنين.

إنّ وطن عصر عالمية الإنترنت هو وطن مقسّم له مسمّيات مختلفة كدول الشمال ودول الجنوب وغيرها، وصارت هوية الإنسان رقمًا تكنولوجيًا، وكرة ثلج تتلاقها الحضارات في صراعات مدمّرة ونزاعات خطيرة؛ لأنّها نسيت أنّ الأصل هي إنّ هويّة الإنسان تبدو في الفكر والقلب وما يعتقده، وأمّا إنسان

وطن الإنترنت مفروض عليه شيئاً فشيئاً التّعامل مع الحواسيب وبصرف النّظر عن المكان الجغرافي الموجود فيه. كما إنّ الفرض قائم للدول أيضاً؛ فلا يمكن الحديث اليوم عن سيادتها في الفضاء الإلكتروني لوجود بعض مكّونات الإنترنت الرّئيسة تُدار خارج الإطار القانوني للدولة، بمعنى خارج عن سيادتها الإقليمية، وذلك عن طريق شركة الايكان وبتفويض من الحكومة الأمريكية منذ سنة ١٩٨٨م حيث يقع على عاتق هذه المنظّمة مسؤولية إدارة وتوزيع أسماء المواقع وعناوين المجالات على الإنترنت، وهذه الشركة تخضع لقانون ولاية كاليفورنيا؛ وهذا يعني أنّ أمريكا هي التي تفرض سيطرتها على عالم الإنترنت. وعلى الدّول أن تطلب من هذه المنظّمة السّماح لتشغيل شبكاتها الوطنية المحليّة، وطالب الاتحاد الأوروبي والصين المشاركة من خلال المؤتمرات التي عقدتها أو شاركت فيها من أجل إبعاد الهيمنة الأمريكية إلّا أنّ الجهود تمّ رفضها، ويمكن القول بأنّ هذه الهيمنة يمكن أن تنتهي بالوصول الى بعض مفاتيح الإنترنت التي لا تزال مجهولة من قبل الآخرين؛ وذلك بفضل الإنجاز العلمي الذي يمكن أن يحققه باحثونا المؤمنون، وإنّ هذا ليس ببعيد - إن شاء الله تعالى -.



المفاتيح السبعة للنجاح

علي حسين

« الطريق إلى النجاح » ليس سهلاً، ولكنه بالتأكيد يستحقّ العناء؛ وكثير من الناس يحلمون بحياة ناجحة، ويعملون دائماً على تحقيق أحلامهم. من أجل تحقيق أحلامك هناك العديد من العوامل التي يمكن أن تؤثر على ذلك، وأعتقد أن عاداتك اليومية وعقليتك يمكن أن تساعدك على تحقيق أحلامك وتقودك إلى طريق النجاح؛ وأهم تلك المفاتيح هي:

١. لا للاستسلام



يتطلب تحقيق أهدافك قدرًا كبيرًا من المثابرة؛ فالطريق إلى النجاح يمر بالعديد من الصعود والهبوط، ويتطلب الأمر شخصًا يتمتع بعقلية قوية للاستمرار خلال الأوقات العصيبة؛ ولو بحثنا في حياة الناجحين سنجد أن كثيرًا من الأشخاص الذين نجحوا في الحياة كانوا يضعون في اعتبارهم أن الفائز لا يستسلم أبدًا. لقد تم التأكيد بنسبة ١٠٠٪ أنه لكي تُحقق ما تريده في الحياة سيتعين عليك مواصلة العمل دون استسلام. هذا هو التكتيك الرئيس الذي يقود المرء إلى حياة ناجحة.

٢. التحكم في



عواطفك

يُعدّ تعلّم التحكم في عواطفك أمرًا أساسيًا في الحياة من أجل تحقيق النتائج المثالية فيما يتعلق بنجاح حياتك. وتؤثر العواطف على أنشطتك اليومية إمّا بشكلٍ إيجابيٍّ أو سلبيٍّ، أي إذا كنت في مزاجٍ سيّءٍ فهناك العديد من الأشياء التي يمكن أن تتأثر نتيجة لحالتك المزاجية. المزاج الجيّد يجعلك تركز على عملك وتستمر في التركيز على ما ترغب في

تحقيقه؛ وفي الحقيقة إنّ الطريق إلى النجاح يبدأ من الدّاخل؛ لذلك من المستحسن أن تتحكّم في عواطفك؛ لأنّ تأثيرها على حياتك هائل.

٣. الرّغبة الملحّة



يجب أن تكون رغبتك في النّجاح قويّة بما يكفي لدفعك لتحقيق أهدافك، والأفراد الاستثنائيّون في المجتمع لديهم هذه الوصفة القويّة التي يفتقر إليها كثير من الناس؛ وهذا ما يُقيهم مستمرّين. إنّ هذه الرّغبة الملحّة هي الوقود الخاص بك للتغلب على الأوقات الصّعبة، ويمكن أن تُسمّى هذا العامل (الدافع الدّاخلي) الذي يجعلك تقول: نعم، عندما يقول كلّ شيء آخر: لا.

٤. خطّ لنجاحك



يجب أن تكون لديك مخطّطات تمامًا مثل بناء المنزل. وإذا لم تُخطّط للنجاح سوف تُخطّط للفشل، واعلم أنّك من دون خطّة يعني أنّك لا تعرف حتى إلى أين تتّجه. أنت فقط تتّبع الأفكار التي تتبادر إلى الذّهن، والخطّة هي شيء يكتبه شخص ما لاستراتيجياتك وخطواتك من أجل تحقيق أهدافك ويجب تقسيمها إلى استراتيجيات يومية وأسبوعية وشهرية وحتى سنوية.

٥. حدّد



هدفًا واضحًا

يجب أن يكون لديك هدف واضح تمامًا مثل تصميم خطّتك الرّئيسة لتحقيق النّجاح، وتعمل الأهداف على ضمان عدم خروجك عن اتّجاهك في طريقك نحو النّجاح؛ لذلك تأكّد من أنّ أهدافك واضحة ومحدّدة قدر الإمكان، وكلّما كانت أهدافك واضحة ومحدّدة كلّما كان من الأسهل على عقلك أن يتوصّل إلى خطّة لتحقيقها. إنّ قدرتك على ضبط نفسك لوضع أهداف واضحة ثم العمل على تحقيقها كل يوم سوف تضمن نجاحك أكثر من أيّ عاملٍ آخر.

وأهدافك هي بمثابة قائمة مرجعيّة لتحقيق أحلامك، وبدون أهداف واضحة وموجزة لن تعرف أين تُركّز وقتك وطاقتك؛ ولهذا السّبب يستخدم العديد من الأشخاص النّاجحين تدوين اليوميّات كجزء من روتينهم الصباحي ثم يقومون بمراجعة أهدافهم والتّأكّد من أنّ الإجراءات التي يتّخذونها كلّ يوم تُساعدهم على الاقتراب منهم.

٦. اصنع تأثيرًا



يقولون إنَّ نجاحك يُقاس بمدى التأثير الذي أحدثته في العالم؛ فالنَّجاح شيءٌ مُثير للاهتمام؛ لأنَّ معظم الناس يريدون تحقيق النَّجاح لأسبابهم الأنانية؛ ولكن، لكي تُحقِّق النَّجاح عليك أن تنظر إلى ما هو أبعد من نفسك؛ لذلك ركِّز على إحداث تغيير إيجابي في حياة الآخرين.

٧. ثِقْ بِنَفْسِكَ



لكي تُحقِّق النَّجاح يجب أن يكون لديك إيمان قويٌّ بنفسك؛ وفي عصرنا هذا يمكن لوسائل التَّواصل الاجتماعي أن تكون قاسية؛ كما أنَّ هناك

دائمًا أشخاصًا سيحاولون إسقاطك وإخبارك أنَّ أفكارك وأهدافك غيبيَّة، أو لا تستحق المتابعة.

عليك أن تطرد الرَّاافضين، وأن تثق فيما تفعله. وإذا كنت لا تؤمن بما تفعله، فمن سيفعل ذلك؟

إنَّه لأمر مدهش عندما ننظر إلى الأشخاص النَّاجحين، لديهم صوت داخلي قوي لا يسمحون للنَّقاد أو الآخرين بسحبهم من أحلامهم. إنَّهم يُركِّزون على الهدف ولا يدعون أيَّ شيء يقف في طريقهم.

لديك كلُّ الموارد اللازمة للنَّجاح، وهناك كلُّ الموارد معنا لتجعلنا نُحقِّق

النَّجاح في حياتنا، ولكن يعتقد كثير من الناس -عادة- أنَّهم يفتقرون إلى المعرفة والمهارات.

في الواقع، كلُّ شخص يمتلك الأداة القويَّة التي تقوده إلى النَّجاح، وهذه الأداة هي أنت؛ فأنت قادر على خلق أيَّ شيء تحتاجه في حياتك. وكل جزء منك مثالي من إصبع قدمك حتى رأسك.

لنفترض أنَّ استخدام نسبة معيَّنة من المعرفة الواردة من دماغك هو عشرة بالمائة؛ ستخرج بالفعل بنتائج مذهلة في حياتك.



وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ

النَّاسِي بِأَخْلَاقِ النَّبِيِّ الْأَعْظَمِ سَمَاحَةِ الْمَرْجِعِ السَّيِّدِ السَّيِّدَانِي دَامَ ظِلُّهُ الْوَارِفُ

من صفات المؤمنين الصالحين التحلي بمكارم الأخلاق تأسياً بالنبي الكريم محمد ﷺ الذي وصفه الله سبحانه وتعالى في كتابه الكريم بقوله (وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ).

فَلْيَبِ إِذَا وَعَدَ.

وتبدو أهمية الصدق والوفاء بالوعد إذا عرفنا أن كثيراً من غير المسلمين يحكمون على الإسلام من خلال سلوك المسلمين، فما أكثر ما أحسن مسلم عرض إسلامه لغير المسلمين من خلال سلوكه الحسن، وما أكثر ما أساء مسلم لإسلامه من خلال سلوكه السيء.

المصدر: الموقع الرسمي لمكتب ساحة السيد السيستاني (دام ظلّه).

فقد قال رسول الله ﷺ: «ما يوضع في ميزان امرئ يوم القيامة أفضل من حسن الخلق»، وروي أنه قيل له ﷺ: «أي المؤمنين أفضلهم إيماناً؟ قال: أحسنكم خلقاً».

ومن صفات المؤمنين الصالحين كذلك: الصدق في القول والعمل، والوفاء بالوعد، فقد أثنى الله سبحانه وتعالى على نبيه إسماعيل عليه السلام فقال فيه: (إِنَّهُ كَانَ صَادِقَ الْوَعْدِ وَكَانَ رَسُولًا نَبِيًّا) وقال الرسول الكريم ﷺ: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ

مَعْرِفَةُ اللَّهِ تَعَالَى

محمد الموسوي

قضية التوحيد وإثبات وجود الله تعالى من أكثر القضايا التي حظيت بالاهتمام من القرآن الكريم وروايات المعصومين (عليه السلام)؛ كونها القضية التي تُحدّد مصير الإنسان ومسيره الحق، وفي هذا الحوار سنعرف بعض متعلّقات هذه القضية الرئيسية:

عاصم: السلام عليكم يا علي. هذه الأشياء تبقى موجودة، ويمكن علي: وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته الاستدلال على وجودها من خلال آثارها، فالجراثيم والميكروبات تُسبّب الأمراض التي تجعل الإنسان طريح الفراش، والكواكب والنجوم تترك من الآثار ما يدلّ على وجودها، والكهرباء أيضاً نقرّ بوجودها من خلال آثارها، كالنور والحركة وغيرها.

عاصم: البارحة سألني أحد الشباب بعض الأسئلة عن أصل التوحيد وما يرتبط به، وأعطيته وعداً أن أُجيب عنها في أسرع وقت، وأول تلك الأسئلة كيف نؤمن برّب لم يثبت عندنا وجوده بإحدى حواسنا الخمس؟

علي: لا ينحصر إثبات الموجودات بالحواس الخمس، فنحن لا نرى الأشياء الصغيرة جداً ولا البعيدة عنا كالنجوم، ولا نرى أشياء كثيرة، كالكهرباء مثلاً، ولكن كلّ

علي: إثبات وجود ما ليس بجسم ولا مادّة ولا يشغل حيّزاً ليس بالأمر العسير؛ فالعقل والروح والمعاني المجردة كلّها بهذه الصّفة، فهي ليست بجسم ولا مادّة ولا تشغل حيّزاً.

فإذا ثبت وجود هكذا موجود فلماذا نستشكل على وجود الله عزّ وجلّ؟ مع أنّه أظهر من أن ينكر، ومع أنّ الله تعالى ليس كمثله شيء، إلّا أنّه قد عرفنا نفسه؛ فجعل في أنفسنا آية معرفته، لأنّ النفس لا تشبه شيئاً من الأشياء المادّية، وهي موجودة نشعر بها بقوة، ودليل شعورنا بها دليل وجودها فينا، بل إنّ وجودها أظهر من

ثم إنّ طريق الإثبات العقلي أقوى من طريق الإثبات من الحواس؛ لأنّ الحواس قد تُخطئ وتشتبه، أمّا الدليل العقليّ الصحيح فيكون قطعياً يقينياً.

عاصم: كيف نثبت وجود ما ليس بجسم ولا مادّة ولا يشغل حيّزاً؟

وجود أي شيء خارجنا، فأنت لا تغيب عن نفسك لحظة واحدة وتطالعها في كل وقت حتى في وقت النوم، فنفسك آية ودليل جعله الله فيك لتستدل عليه عز وجل؛ فتأمل!

عاصم: هل لك في دليل بسيط لا يتعبني في وجود الله تعالى؟
علي: إنك موجود بلا شك، وأنا أسألك هل:

١- أنت صنعت نفسك؟
٢- أم صنعتك شيء جاهل عاجز؟
٣- أم صنعتك شيء عالم قادر؟
٤- أم لم يصنعك شيء؟
إن قلت: أنا صنعت نفسي بنفسي، فهذا باطل مفضوح!

أما إذا قلت: صنعتني شيء جاهل وهذا أيضاً مخالف للحقيقة، فإن التدابير المتخذة في خلق الإنسان فوق العقول، فكيف يركب هذه الأجهزة بهذه الكيفية المحيرة.. شيء جاهل؟!

وأما قولك: لم يصنعني شيء، فهو بين

البطلان، فإن كل شيء لا بد له من صانع. ويبقى الجواب الأخير: بأنك مصنوع لشيء عالم وقادر...

عاصم: ومن هو ذلك العالم القدير؟
علي: ولكن ذلك واضح معلوم؛ لأن من صنعك ليس من البشر، فإن البشر لا يقدرّون على خلق مثلك، ولا من الجمادات، فإن الجماد لا عقل له. إذن: هو الله تعالى.

علي: هل تريد دليلاً آخر؟
عاصم: سأكون شاكراً لكم.

علي: ذهب جماعة من الطلاب إلى مدرسة إحادية.. وفي اليوم الأول من الدوام، حضروا الصف، وكان في الصف منضدة عليها تصوير أحد زعماء الملحدين. فجاء المعلم، وقال للطلاب: هل لكم عين؟ وأين هي؟ وهل لكم أذن؟ وأين هي؟ وهل لكم أيد وأرجل؟ وأين هي؟ قال الطلاب: نعم.. لنا أعين وأذن وأيد وأرجل.. وهي هذه، وأشاروا إلى هذه الأعضاء.

قال المعلم: وهل ترون هذه الأعضاء وتحسّون بها؟

قال الطلاب: نعم.. نراها ونلمسها.
قالوا: نعم.. نراها.

وهنا انبرى المعلم قائلاً: وهل ترون الله؟ وهل تحسّون به؟

قالوا: لا... لا نرى الله ولا نلمسه.
قال المعلم: فهو إذن خرافة تقليدية.. إن كل شيء في الكون نحسّ به ونراه، أما ما لا نراه ولا نحسّ به، فهو خطأ، يلزم علينا ألا نعترف به.. وإلا كنا معتقدين بالخرافة..
وهنا قام أحد التلاميذ، وقال: اسمح لي أيها الأستاذ بكلمة؟

المعلم: تفضّل.
التلميذ: أيها الزملاء! أجيئوا على أسئلتي.

الزملاء: سل... التلميذ: أيها الزملاء.. هل ترون عين المعلم؟ هل ترون أذن المعلم؟ هل ترون وجهه؟ هل ترون يده ورجله؟

الزملاء: نعم نرى كل ذلك..
التلميذ: أيها الزملاء.. هل ترون عقل المعلم؟ الزملاء: كلا! لا نرى عقله..

التلميذ: فالمعلم إذن لا عقل له، فهو مجنون.. حسب مقالته؛ لأنّه قال: كل ما لا يراه الإنسان، فهو خرافة، يجب على الإنسان أن لا يعترف به.. وإنّا لا نرى عقل المعلم.. فهو إذن لا عقل له، ومن لا عقل له يكون مجنوناً.

وهنا ألقم المعلم حجراً، واصفرّ وجهه خجلاً، ولم ينبس ببنت شفة، وضحك الطلاب.

ينظر: موسوعة الأسئلة العقائدية (ج ٦) (ل مركز الأبحاث العقائدية).

الشباب ومشكلة الحب

محمد الصافي

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على الرسول الأعظم محمد وآله الطيبين الطاهرين؛ قال الإمام الباقر (عليه السلام) في قوله: تعالى: ﴿قَدْ شَغَفَهَا حُبًّا﴾: «قَدْ حَبَبَهَا حُبُّهُ عَنِ النَّاسِ فَلَا تَعْقِلْ غَيْرَهُ» بحار الأنوار: ١٢ / ٢٥٣.

الحُبُّ والكُرْهُ من مكوّنات النفس الإنسانية؛ فكما يشعر الإنسان بالجوع والعطش، وكما يشعر باللذة والألم كذلك يشعر بالحُبِّ والكره؛ فهذا أمر متأصل في أعماق الإنسان؛ والحُبُّ هو النزوع إلى الشيء، أمّا الكره فيعني التّفور من الشيء؛ أو هو شعور بالانجذاب الميل والإعجاب إلى شخص ما أو شيء ما؛ ومن الطّبيعي أن يحب الإنسان الله سبحانه وتعالى، وأن يحبّ الرسول محمد (صلى الله عليه وآله)، وأن يحبّ أئمة أهل البيت (عليهم السلام)، وأن يحبّ والديه وزوجته وإخوانه وأخواته وأرحامه، وهذا حُبٌّ فطريّ في الإنسان وطبيعيّ ومطلوب أيضاً؛ وكلّما ازداد الحب لله تعالى أو من يمثل الله تعالى ازداد مقام ذلك المحب، فقد ورد عن الرسول الأعظم محمد (صلى الله عليه وآله): «بَكَى شُعَيْبٌ (عليه السلام) مِنْ حُبِّ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ حَتَّى عَمِيَ، فَرَدَّ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ عَلَيْهِ بَصَرَهُ، ثُمَّ بَكَى حَتَّى عَمِيَ، فَرَدَّ اللَّهُ عَلَيْهِ بَصَرَهُ، فَلَمَّا كَانَتِ الرَّابِعَةُ أَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ: يَا شُعَيْبُ، إِلَى مَتَى يَكُونُ هَذَا أَبَدًا مِنْكَ؟! إِنْ يَكُنْ هَذَا خَوْفًا مِنَ النَّارِ فَقَدْ أَجْرْتُكَ، وَإِنْ يَكُنْ شَوْقًا إِلَى الْجَنَّةِ فَقَدْ أَبْحَثْتَكَ. قَالَ: إِلَهِي وَسَيِّدِي، أَنْتَ تَعْلَمُ أَنِّي مَا بَكَيتُ خَوْفًا مِنْ نَارِكَ، وَلَا شَوْقًا إِلَى جَنَّتِكَ، وَلَكِنْ عَقَدْتُ حُبُّكَ عَلَى قَلْبِي، فَلَسْتُ أَصْبِرُ أَوْ أَرَاكَ. فَأَوْحَى اللَّهُ جَلَّ جَلَالُهُ إِلَيْهِ: أَمَا إِذَا كَانَ هَذَا هَكَذَا فَمِنْ أَجْلِ هَذَا سَأُخِذُكَ كَلِمِي مُوسَى بْنِ عِمْرَانَ» إرشاد القلوب: ١٧١.

ولكن ما نريد أن نتحدث عنه هو الحُبُّ العاطفي أو الحُبُّ الشّهواني الذي قد يحدث بين الشباب والفتيات، وهل هو مباح أم محرّم؟

وحتى يتّضح لنا هذا الموضوع علينا أن نفرّق بين نوعين من الحُبِّ؛ فهناك حُبٌّ غير اختياري، وهو شعور نفسي بالإعجاب؛ ومثاله شاب يعجب بفتاة، والعكس يمكن أن يحدث؛ وهذا خارج عن إرادة الإنسان؛ وهذا المستوى غير محرّم، ولكن بشرط ألا يتجاوز ذلك ويتحوّل إلى أفعال وسلوكيات، إذ لا يجوز إظهار الحُبِّ ولا ممارسته، فلا يجوز

لشباب أن يغازل فتاة أو أن يتلفظ معها بألفاظ عاطفية مهيّجة للشهوة أو ما شابه ذلك؛ فالحُبُّ غير الاختياري يجب أن يبقى على هذا المستوى من دون الدّخول في أفعال أو أعمال أو سلوك من شأنها أن تجر إلى الحرام. نعم من الممكن أن الشّاب إذا أحب امرأة أو حصل العكس؛ فالحل الوحيد هو اللجوء الى الزواج.

أما القسم الثاني من الحُب؛ فهو الحُب المغلّف بالشهوة والنزوة والرغبة للبحث عن اللذة المحرّمة بعنوان الحُب؛ فنجد أحد الشّباب مثلاً يتحدّث إلى فتاة ويبادلها مشاعر الحبّ ولكنه في الحقيقة يُريد أن يحصل منها على مآربه، ويريد أن يشبع غريزته من خلالها.

إنّ على الفتيات ألاّ يندعنَ بكلمات الحُبّ والإعجاب وما شابه من قبل بعض الشّباب؛ لأنّها وسيلة لإيقاع الفتاة فيما يريده الشّاب؛ وللأسف من خلال متابعة الواقع الاجتماعي نجد كثيراً من الفتيات يتورّطن في علاقات غير شرعية مع شباب، ويُسمعها الكلام المعسول، وأنّه يرغب بالزّواج منها، وأنّه يريد التعرف فيبدأ شيئاً فشيئاً يجرّها ويستدرجها ثم يطلب منها بعض الصور ثم يبتزّها بتلك الصور؛ ولذلك على الفتاة أن تكون حذرة جداً، وألاّ تُعطي صورها لأحد؛ لأنّ هذا وسيلة للابتزاز، والقصص في ذلك كثير جداً؛ فالشّاب الذي فعلاً يرغب بالزّواج من الفتاة لا بدّ أن يتقدّم بصورة طبيعية للفتاة، ويطلب يدها، وعلى الفتاة أن تعرف حقيقة مهمّة للغاية أنّ الشاب الذي يجد الفتاة قد انسأقت وراءه وألقت بنفسها واستسلمت للشّاب في مآربه وفي إشباع غرائزه لا يثق بها ولا يقبل بالزّواج بها؛ لأنّه دائماً يكون عند نظرة أنّه كما أعطته ما يريد فمممكن أيضاً تكون قد أعطت غيره، وفي مثل هذه الحالة فإنّ الفتاة هي التي تتضرّر أكثر.

والجواب على هذه الشبهة أنّ الرجل أو المرأة تستطيع أن تتعرّف على شريك الحياة بطرق متعدّدة من خلال السّؤال عنه، ودراسة شخصيّة شريك الحياة أو المتقدّم للزّواج بصورة كاملة، وسؤال الأصدقاء، ويجوز النظرة الشرعية وأنّ للرجل أن ينظر الى المرأة المحتملة أن تكون زوجة، ويجوز للزوجة أن تنظر إلى الرجل كما قال بعض الفقهاء بذلك ضمن شروط.

أما أن تكون هناك علاقات عاطفية وعلاقات غرامية بين شاب وفتاة من دون عقد شرعيّ مستجمع للشروط فهذا سينتهي بالحرام قطعاً؛ لأنّ الشاب والفتاة في بداية مرحلة الشباب يكونان في عنفوان الشهوة وقوة الغريزة، وهذا أشبه بصبّ الزيت على النّار.

يجب ألا نخدع أنفسنا ونقول نريد التّعارف، وهذا شيئاً فشيئاً يؤدي إلى ارتكاب المحرّمات والموبقات، وما يبنى على الحرام لا يصمد كثيراً.

ثم إنّ بعض علاقات الحبّ تكون أكثر حرمة كما في الحُبّ الذي يروّج للأفكار الشاذة. إنّ الحُبّ الصادق والحقيقيّ هو ما يحصل بالزّواج؛ وحتى نحافظ عليه لا بدّ أن تكون العلاقة القائمة بين الزوجين علاقة قويّة متجدّدة متطورة تنبع عن مشاعر الحبّ.

إنّ الحُبّ القائم على النزوات والغرائز؛ لا يمكن أن تُسمّى حُباً حقيقياً وحُباً صادقاً، وإنّما هذا رغبة في الحصول على النّزوة الشهوانية. والحل كما قلت بالزّواج؛ أمّا الشبهة التي يطرحها بعض الشّباب والفتيات إنّنا نريد التّعرف على بعضنا البعض قبل الزواج.



صِرَاعُ الْأَذْوَارِ

بين الرُّجُلِ والمَرْأَةِ

علي الحسيني



الواقع الطبيعي للأسرة وأدوارها أن الرجل هو من يضمن أداء الأدوار خارج البيت من خلال العمل، وتوفير لقمة العيش، وسد حاجات الأسرة، وأمّا المرأة فتضمن أداء أدوارها داخل المنزل من خلال تنظيم المنزل، والعناية بالأطفال، وتلبية حاجات الزوج، وتحويل البيت إلى جنة مصغرة لكنها على الأرض.

ولكن تغير الواقع الاجتماعي، وتجدد وكثرة الحاجات لأفراد الأسرة ولد عوامل أخذت تُغيّر أدوار الزوجين، وبدأت مرحلة جديدة في صناعة أدوار جديدة للزوجين، فأخذت بعض الزوجات تُحاول القيام بأداء دورين؛ فمن جهة تحاول أن تكون أمّاً، ومن جهة أخرى تُحاول أن تكون سنداً لزوجها، أو أنّها تحاول الاستقلال بشؤونها المادية تبعاً لبعض الثقافات البعيدة كل البعد عن ثقافة القرآن الكريم والعِرة الطاهرة ﷺ.

ولا يقتصر الصراع في الأدوار على مجال العمل والكّد، وإنّما أحياناً يحاول الرجل الخروج عن دوره، والتعامل مع المرأة وكأنّها خادمة، أو أنّ المرأة تُحاول أخذ زمام العائلة مع أنّ الفطرة التي فطر عليها كلّ من الرجل والمرأة تتعارض مع تلك الأدوار المستحدثة؛ لذا معرفة الأدوار

من البداية يمنع من هذه الصّراعات التي يمكن حدوثها بعد ذلك.

إنّ محاولة أداء دورين في الوقت نفسه في الغالب يؤدي إلى التّقصير في أحدهما؛ لأنّ دور المرأة يُباين دور الرجل.

ومما يؤثر على تغيير الأدوار محاولة المساواة بين الرجل والمرأة، خاصّة وإنّ هناك العديد من وسائل الإعلام التي تُحاول أن تثبت هذا المبدأ في عقل كلّ من الرجل والمرأة، وعلى الرغم من أنّ ذات الرجل يختلف عن ذات المرأة، والعقل غير العاطفة، ولا أقصد وصف الرجل بالعقل أنّ المرأة لا عقل لها - والعياذ بالله تعالى - وإنّما المقصود أنّ نسبة العاطفة في المرأة أكثر من نسبة العقل، وهذا مما يقتضيه النظام الأمثل للخلقة.

إنّ الدّور التقليدي لكلّ من الرجل والمرأة كان محدّداً في السّابق، أمّا اليوم فقد استحدثت أدوار عديدة تضاربت مع هذه الأدوار التقليدية، وتداخلت معها، وأنتجت العديد من الخلافات الزوجية؛ لذلك نحتاج إلى كثير من التفكير حينما نريد أخذ أدوار لم تكن أساسية، ومحاولة سدّ الثغور النّاتجة عن الدّخول في ذلك المضمار، واتخاذها وقت الصّورة الملحّة، وليس دائماً.

جاء رجلٌ إلى رسول الله ﷺ، فقال: «إنّ لي زوجةً إذا دخلت تَلَقَّتني، وإذا خرجت شَيَعَتني، وإذا رأتني مهموماً قالت: ما يَهِمُّكَ؟ إن كنتَ تهتمُّ لِرِزْقِكَ فقد تكفَّلَ لك به غيرُكَ، وإن كنتَ تهتمُّ بِأَمْرِ آخِرَتِكَ فَرَاكَ اللهُ هَماً».

فقال رسول الله ﷺ: «إنّ الله عَمَّا لََا وَهَذِهِ مِنْ عَمَائِهِ، لَهَا نِصْفُ أَجْرِ الشَّهِيدِ» (من لا يحضره الفقيه / ج: ٣ / ص: ٣٨٩).

وعن رسول الله ﷺ: «ما مِنْ امْرَأَةٍ تَسْقِي زَوْجَهَا شَرِبَةً مَاءٍ، إِلَّا كَانَ خَيْرًا لَهَا مِنْ سَنَةِ صِيَامٍ نَهَارَهَا وَقِيَامٍ لَيْلَهَا، وَبَنَى اللهُ لَهَا بِكُلِّ شَرِبَةٍ تَسْقِي زَوْجَهَا مَدِينَةً فِي الْجَنَّةِ، وَغَفَرَ لَهَا سِتِينَ خَطِيئَةً» (تفصيل وسائل الشيعة إلى تحصيل مسائل الشريعة / ج: ١٣ / ص: ١٧٢).

وعن أبي عبد الله عليه السلام قال: «كَانَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ صَلَوَاتُ اللهِ عَلَيْهِ يَخْتَطِبُ وَيَسْتَقِي وَيَكْنُسُ، وَكَانَتْ فَاطِمَةُ سَلَامٌ اللهُ عَلَيْهَا تَطْحَنُ وَنَعِجْنُ وَتَحْبِزُ» (الكافي / ج: ٥ / ص: ٨٦).

فلاحظ أنّ الدّور العام للمرأة العمل داخل المنزل؛ وأمّا وظيفة الرجل العمل خارج الدار؛ لكن هناك استثناءات في هذه الأدوار يجب دراستها قبل الدّخول فيها.



محمد يوسف

الفنان مرتضى النحات:

" البيئة الدينية والتراثية
لمدينة الكاظمية المقدسة
عزّزت مدركاتي الحسية وأثّرت
في طابع أعمالي الفنيّة "

يُعدّ فنّ النّحت على الخشب من أقدم الفنون التشكيلية التي تُحافظ على حضورها حتى الآن، وهو من الفنون الرائعة التي تجمع بين الخيال الواسع ومهارة خفّة اليد في أداء الحفر ومهارة التوازن بين عمل العقل واليد وحاسة البصر الدّقيقة في وقتٍ واحدٍ، إذ يتمّ تحويل الخشب عن طريقها إلى فنون جميلة نابضة بالحياة بواسطة أيدي ماهرة في هذا الفنّ الجميل.

ضيفنا في مجلة (عطاء الشباب) الفنان الشاب مرتضى النّحات؛ من بغداد، ويعدّ من بين الفنّانين المتميّزين في النّحت على الخشب. موهبتة جعلته يُطوّر مهنته الحرفية لينتقل إلى تصنيع اللوحات الفنيّة، التي تشمل رسومات أو آيات قرآنية وأشكالاً فنيّة مختلفة، مخيلته الواسعة

ودقّته في النّحت تجعل المنحوتات كأنّها لوحات مرسومة بأنامل فنان مُتقّن، التقينا به وأجرينا معه هذا الحوار:

في البداية كيف تُعرّف القارئ
بالفنان مرتضى النحات؟

مرتضى مالك؛ نحّات على بخدمته الإمامين الجوادين -عليهما



السلام- وكانت هناك ورشة للنحت على الخشب فيها نقاشون ماهرون كان لهم الدور الكبير بمساندتي وتشجيعي في تعلّم هذا الفنّ، وتطوير موهبتي لتقديم أفضل الأعمال الفنيّة في مجال النّحت على الخشب.

- كيف تجد تأثير البيئة التي نشأت فيها على أعمالك؟

البيئة من العوامل المحيطة المهمة التي تؤثر في الفنان بشكل أو بآخر، فهي تُعزّز مدرّكاته الحسيّة، وتُشكّل مصدراً ملهماً لكثير من

الأعمال الفنيّة، فالبيئة التراثية أصبحت أغلب مواضيع منحوتاتي والدينيّة الخاصّة بمدينة الكاظمية المقدّسة وما تحمله من التّراث والشناشيل البغدادية والأزقة القديمة، ووجود مرقد الإمامين الجوادين -عليهما السلام- كان لها تأثير كبير على طابع أعمالي الفنيّة من خلال تجسيد تلك المعالم، حيث ورسالتهم إلى العالم الإسلامي



حيث تُحاكي هذه اللوحات الفنية مختلف الشرائح.

- حدّثنا عن أنشطتك الفنيّة، وكيف استقبل الجمهور لوحاتك؟

لدي كثير من الأعمال الفنيّة التي نالت الاستحسان البالغ من قبل الجمهور؛ لأنّها تُقدّم فناً مختلفاً عمّا هو سائد، وهذا التّمييز في الأعمال دفع بالكثير من المتذوّقين لهذا الفن لتفضيلها على المنتجات الخشبية المستوردة، كما نالت أعمالي وبعض اللوحات المميزة شهرة كبيرة من خلال عرضها في مواقع التواصل الاجتماعي.

- هل شاركت في معارض فنية، وما أبرز تلك المشاركات؟

نعم شاركت في معارض داخل البلد وخارجه؛ أبرزها معرض زنجان في دولة إيران، ومعرض بغداد الدّولي، وكثير من المعارض داخل العتبات المقدسة، حيث تُشكّل هذه المعارض فرصة حيويّة لتقديم أعمالنا إلى الجمهور بشكل مباشر. - هل يخضع العمل الفني الذي تنجزه لوقتٍ محدّد؟

لا يوجد وقت محدد في إنجاز



العمل الفني والوقت المستغرق يكون حسب تصميم اللوحة والتفاصيل التي تحتويها، فهناك تفاصيل دقيقة جدّاً يصل العمل فيها الى شهر أو شهرين، ومنها ما يُنجز في عشرة أيّام أو أقل.

- برأيك ما هي مقوّمات النّحات المبدع؟

حُبّ العمل من أهمّ مقوّمات النّحات المبدع، فالإنسان إذا أحبّ عمله سوف يُبدع فيه سواء كان رسماً أو نحتاً أو نقشاً، وبالتكرار والإصرار ينجح الفنّان ويتميّز. كما يجب على الفنّان النّاجح أن يستقبل جميع النّصائح، ويتقبّل النّقْد البناء الذي يُساهم في تطويره نحو الأفضل.

- يلاحظ في الوسط الفني قلة النّحاتين على الخشب، فما هو السّبب برأيك؟

نعم النّحاتون على الخشب قليلون رغم وجود كثير من

ـ ما مشاريعك الفنيّة في المستقبل؟

لدي طموح كبير لتطوير مهارتي في هذا الفن بشكل أكبر، وأن أفتح ورشة خاصّة بي للنحت، كما أعمل على فتح معرضٍ فرديٍّ دائميٍّ لمنحوتاتي الخشبية، وأيضًا لديّ خطة في المستقبل لنقل هذا الفن إلى الشباب عن طريق إقامة دورات تعليمية للشباب في فنّ النّحت على الخشب؛ حتى تستمر هذه الحرفة والفن من جيل إلى آخر.

ـ كلمة أخيرة تُحبّ تقديمها من خلال مجلة عطاء الشباب؟

كلمتي الأخيرة هي (أُحِبُّ ما تعمل حتى تعمل ما تُحِبُّ)، كما أنصح الشّباب باستثمار الوقت والاستمرار بالعمل، والتّغلب على الظّروف، والاجتهاد لإيجاد شخصيّة تخصّ كلّ واحد منهم، وعدم التقليد أو الانسياق وراء تجاذبات السوق، والتفاؤل بالمستقبل؛ لأنّه سيكون أجمل.

كلّ الشّكر والتقدير للقائمين على هذه المجلة الرّائعة.



الشباب يُحبّون هذا النّوع من الفنّ، وهذا يعود لسببٍ وهو أنّ خامّة الخشب هي ثاني أصعب وأغلب فيها. الفنّانين يتجنّبون خامّة الخشب؛ لأنّها تحتوي على أليافٍ مُعقّدة، وعقد، ومن الصّعب العمل على هذه المجلة الرّائعة.

كيف أسلم اليهوديُّ الشرقي؟!

علي عبد الحسن

فَقَالَ ﷺ: لَمْ يَبْعَثْنِي رَبِّي عَزَّ وَجَلَّ بِأَنْ
أُظْلِمَ مُعَاهِدًا، وَلَا غَيْرُهُ.

فَلَمَّا عَلَا النَّهَارُ قَالَ الْيَهُودِيُّ:
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ

مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، وَشَطَرْتُ مَالِي فِي سَبِيلِ
اللَّهِ، أَمَا وَاللَّهِ مَا فَعَلْتُ بِكَ الَّذِي فَعَلْتُ إِلَّا لِأَنْظُرَ
إِلَى نَعْتِكَ فِي التَّوْرَةِ، فَإِنِّي قَرَأْتُ نَعْتَكَ فِي التَّوْرَةِ
مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ مَوْلِدُهُ بِمَكَّةَ، وَمُهَاجِرُهُ بِطَبِيعَةَ،
وَلَيْسَ بِفِظٍّ وَلَا غَلِيظٍ، وَلَا سَخَّابٍ، وَلَا مُتَزَيِّنٍ
بِالْفُحْشِ، وَلَا قَوْلِ الْخَنَاءِ، وَأَنَا أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا
اللَّهُ، وَأَنْتَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ، وَهَذَا مَالِي فَأَحْكُمْ فِيهِ بِمَا
أَنْزَلَ اللَّهُ، - وَكَانَ الْيَهُودِيُّ كَثِيرَ الْمَالِ -

بحار الأنوار / ج ٦١ / ص ٢١٧

رُوي عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيِّ بْنِ أَبِي
طَالِبٍ ؑ أَنَّهُ قَالَ: «إِنَّ يَهُودِيًّا كَانَ لَهُ
عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ دَنَانِيرٌ فَتَقَاضَاهُ».

فَقَالَ لَهُ - أَيُّ الرَّسُولِ -: يَا يَهُودِيُّ مَا
عِنْدِي مَا أُعْطِيكَ .

فَقَالَ: فَإِنِّي لَا أَفَارِقُكَ يَا مُحَمَّدٌ حَتَّى تَقْضِيَنِي .
فَقَالَ: إِذَا أَجْلَسُ مَعَكَ .

فَجَلَسَ مَعَهُ حَتَّى صَلَّى فِي ذَلِكَ الْمَوْضِعِ الظُّهْرَ
وَالْعَصْرَ وَالْمَغْرِبَ وَالْعِشَاءَ وَالْآخِرَةَ وَالْغَدَاةَ، وَكَانَ
أَصْحَابُ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ يَتَهَدَّدُونَهُ وَيَتَوَاعَدُونَهُ.

فَنَظَرَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِلَيْهِمْ فَقَالَ: مَا الَّذِي
تَصْنَعُونَ بِهِ ؟!

فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ يَهُودِيُّ يَحْبِسُكَ!

خِصَالٌ أَنْقَذَتْ الْأَسِيرَ مِنَ الْقَتْلِ!

خِصَالٌ يُحِبُّهَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ: الْغِيْرَةُ الشَّدِيدَةُ عَلَى
حَرَمِكَ وَالسَّخَاءَ وَحُسْنَ الْخُلُقِ وَصِدْقَ اللِّسَانِ
وَالشَّجَاعَةَ. فَلَمَّا سَمِعَهَا الرَّجُلُ أَسْلَمَ، وَحَسَنَ
إِسْلَامُهُ، وَقَاتَلَ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ حَتَّى اسْتُشْهِدَ

وسائل الشيعة / ج ٢٠ / ص ١٥٥

عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ ؑ قَالَ: أَتَى النَّبِيَّ ﷺ بِأَسَارَى ...
وَخَلَّى رَجُلًا مِنْ بَيْنِهِمْ.

فَقَالَ الرَّجُلُ: كَيْفَ أَطْلَقْتَ عَنِّي؟

فَقَالَ: «أَخْبَرَنِي جَبْرِئِيلُ عَنِ اللَّهِ أَنَّ فِيكَ خَمْسَ



إِيَّاكَ أَنْ تَخْسَرَ الامتحان!

رَأْسِي يَقُولُ: أَنَا صَاحِبُ الْكَيْسِ!
قَالَ: فَقُلْتُ فِي نَفْسِي: أَنْتَ، فَلَا كُنْتَ.

قُلْتُ: مَا عَلَامَةُ الْكَيْسِ؟

فَأَخْبَرَنِي بِعَلَامَتِهِ، فَدَفَعْتُهُ إِلَيْهِ.

قَالَ: فَتَنَحَّيْ نَاحِيَةً فَعَدَّهَا، فَإِذَا الدَّنَانِيرُ عَلَى
حَالِهَا، ثُمَّ عَدَّ مِنْهَا سَبْعِينَ دِينَارًا، فَقَالَ خُذْهَا
حَلَالًا خَيْرٌ مِنْ سَبْعِمِائَةٍ حَرَامًا، فَأَخَذْتُهَا.

ثُمَّ دَخَلْتُ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام فَأَخْبَرْتُهُ كَيْفَ
تَنَحَّيْتُ، وَكَيْفَ صَنَعْتُ.

فَقَالَ: أَمَا إِنَّكَ حِينَ شَكَوْتَ إِلَيَّ أَمَرْنَا لَكَ
بِثَلَاثِينَ دِينَارًا، يَا جَارِيَةَ هَاتِيهَا.

فَأَخَذْتُهَا، وَأَنَا مِنْ أَحْسَنِ قَوْمِي حَالًا.

الكافي / ج ٥ / ص ١٣٨.

قَالَ سَعِيدُ بْنُ عَمْرٍو الْجُعْفِيُّ: خَرَجْتُ إِلَى
مَكَّةَ وَأَنَا مِنْ أَشَدِّ النَّاسِ حَالًا، فَشَكَوْتُ إِلَى أَبِي
عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام، فَلَمَّا خَرَجْتُ مِنْ عِنْدِهِ وَجَدْتُ عَلَى
بَابِهِ كَيْسًا فِيهِ سَبْعِمِائَةُ دِينَارٍ، فَرَجَعْتُ إِلَيْهِ مِنْ
فَوْرِي ذَلِكَ فَأَخْبَرْتُهُ.

فَقَالَ: يَا سَعِيدُ اتَّقِ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ، وَعَرِّفْهُ فِي
الْمُشَاهِدِ.

وَكُنْتُ رَجَوْتُ أَنْ يُرَخِّصَ لِي فِيهِ، فَخَرَجْتُ
وَأَنَا مُعْتَمِّمٌ، فَأَتَيْتُ مَنِيَّ وَتَنَحَّيْتُ عَنِ النَّاسِ
وَتَقَصَّيْتُ حَتَّى أَتَيْتُ الْمُؤَقُّوفَةَ، فَنَزَلْتُ فِي بَيْتٍ
مُتَنَحِّيًا عَنِ النَّاسِ.

ثُمَّ قُلْتُ: مَنْ يَعْرِفُ الْكَيْسَ؟

قَالَ: فَأَوَّلُ صَوْتٍ صَوَّتُهُ، فَإِذَا رَجُلٌ عَلَى

المَهْدِي عَجَّلَ اللَّهُ فَرَجَهُ رَحْمَةً لِلْمُؤْمِنِينَ وَنِقْمَةً عَلَى الْكَافِرِينَ

محمد رضا الاسدي

إنَّ ظهور الإمام المهدي المنتظر -صلوات الله عليه- وقيام دولته المباركة إنما هو امتداد لمسيرة جدّه المصطفى ﷺ، فهو باب رحمة الله تعالى على عباده، ولا يتصوّر بعض الجهلاء أنّه يأتي ليسفك الدماء، ويصوّره الآخر بالسّفاح المتعطّش للدماء، فهذا التّصور يهدف لطمس المسيرة والعقيدة المهدوية وتضعيفها عند عامّة الناس، صحيح أنّه ﷺ ينتقم من الظّلمة فيكون عليهم نقمة، ويكون للمؤمنين باب رحمة كجدّه محمد المصطفى ﷺ حين دعوته المباركة، إذ عرّف الناس الإسلام، ودخلوا به، وأنقذهم من الشّرك والضّلال، فهو ولي أمر المسلمين وإمامهم، فظهوره المبارك بمجمله رحمة وبشارة لكلّ الأحرار ولكلّ من ينظر بعين السّلام والمساواة والعدالة وحفظ حقوق الناس وسلامتهم.

ومن الطّبيعي أنّه صلوات الله عليه أراد الله تعالى لها الرفعة، ومن الطّبيعي طواغيت الجاهلية الذين انتقم الله تعالى يتصدّى لكلّ من يريد الخراب والظّلم أن يوجد في قبال الخير الشر الذي لا بُدّ منهم على يد نبيّه ﷺ، فهذا هو النّصر والغطسة، وسلب حقوق النّاس، من مواجهته وصدّه، فرسول الله ﷺ الإلهيّ والفتح المبين. والتّعديّ على الدّين والمقدّسات التي كان نقمة على الكافرين والمشركين من والانتقام من الكافرين والمجرمين هو

وعد إلهي، ولم يكن بمعنى الإجماع أو الإسراف في إراقة الدماء بل هو وقوف بوجه الباطل وأعدائه من المجرمين الذين يسعون في الأرض فساداً، ويريدون طمس الدين الإلهي ومعالمه، وذلك الانتقام مصداق قوله تعالى: ﴿فَأَنْتَقِمْنَا مِنَ الَّذِينَ أَجْرُوا وَكَانَ حَقًّا عَلَيْنَا نَصْرُ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [الروم: ٤٧]. وقال تعالى في وصف المؤمنين الذي ناصرُوا رسوله: ﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾ الحجرات: ٢٩، فقد وصفهم سبحانه بالشدة على الكفار ولكن لم يتجردوا من الرحمة بل كانوا رحماء بينهم.

ومن أساليب التضليل أن تُجر بعض المفردات لحانة الظلم والتركيز عليها من أجل إيهام عامة الناس واللعب على عقولهم، بأنه ﷺ سيسفك الدماء! فإنه ﷺ في الواقع لا يسفك إلا دماء الظالمين الجبارين، وكل عاقل لا يقول بحرمة قتال هؤلاء الذين قتلوا الأبرياء، وأذاقوا الناس وبال الظلم، وهتكوا الأعراض، فيجب أن يكون القول: إنه ﷺ سيثأر الله وللمظلومين، والمحرومين والمستضعفين، وقد ورد أنه ﷺ - في بعض الموارد - قد يعفو لمصلحة هو يراها ﷺ إلا أنه لا يفرط في حقوق الله تعالى، وفي مظلومية

المظلومين.

وقد ورد في كمال الدين ص ٦٧٠، عن أبي بصير قال: قال أبو عبد الله (الإمام الصادق عليه السلام) في قول الله عز وجل: هو الذي أرسل رسوله بالهدى ودين الحق ليظهره على الدين كله ولو كره المشركون) قال: والله ما نزل تأويلها بعد، ولا ينزل تأويلها حتى يخرج القائم عليه السلام. فإذا خرج القائم لم يبق كافر بالله العظيم ولا مشرك بالإمام إلا كره خروجه، حتى أن لو كان كافراً أو مشركاً في بطن صخرة لقاتل يا مؤمن في بطني كافر فاكسرنى واقتله)!

ويجب الانتباه لجوانب كثيرة وردت في روايات تصف لنا دولة صاحب الأمر عجل الله فرجه الشريف وكيف يعيش الناس في أمن وأمان، وينعمون بخيرات الأرض والسماء، ورد عن الإمام علي عليه السلام قوله: (لو قد قام قائمنا لأنزلت السماء قطرها، ولأخرجت الأرض نباتها، ولذهبت الشحناء من قلوب العباد، واصطلحت السباع والبهائم، حتى تمشي المرأة بين العراق إلى الشام لا تضع قدميها إلا على النبات، وعلى رأسها زيتنها (زنبيلها) لا يهيجها سبع ولا تخافه)

بحار الأنوار: ج ٥٢ - ص ٣١٦.

فهذا الوصف يبعث الأمل، ويشعل

نار الشوق لتلك الدولة المباركة، علنا نفوز بمئة الله تعالى وفضله، ونيل بركات اللقاء والظفر بدولة الحق والعدل الإلهي لنكحل أبصارنا برؤية طلعت البهية، ونستظل بظلاله، ودعاء العهد لسان حال كل محب وموالم ومنتظر مؤمل (... اللهم اجعلني من أنصاره وأعوانه والذابين عنه والمُسارعين إليه في قضاء حوائجه والمُمتثلين لأوامره والمحامين عنه والسابقين إلى إرادته والمستشهدين بين يديه، اللهم إن حال بني وبنيته الموت الذي جعلته على عبادك حتماً مقضياً فأخرجني من قري مؤثراً كفني شامراً سيفي مجرّداً قناتي مُلبياً دعوة الداعي في الحاضر والبادي، اللهم أرني الطلعة الرشيدة والغرة الحميدة واكحل ناظري بنظرة مني إليه وعجل فرجه وسهل خرجه وأوسع منهجه واسلك بي محجته وأنفذ أمره وأشدد أزره...).

مكيال المكارم / ج ٢ / ص ٢١٢.

خدمات متنوعة قدّمها مركزُ

ملتقى القمر في زيارة الأربعين



حيدر الدفاعي

قدّم مركزُ ملتقى القمر الثقافي التابع لقسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة مجموعة من الخدمات المتنوعة طيلة أيام زيارة أربعينية الإمام الحسين عليه السلام إذ كانت تلك الخدمات بنوعين؛ منها الثقافي والفكري من خلال المحاضرات والندوات والورش العلمية التي تهدف إلى مواجهة التحديات التي تواجه الشباب ومساعدتهم في اجتيازها، والنوع الثاني كان خدميًا من خلال تقديم الخدمات المتنوعة للزائرين، ولتفاصيل أكثر كان لمجلة عطاء الشباب لقاء مع الشيخ حارث الداحي؛ مدير مركز ملتقى القمر الثقافي ليستعرض لنا نشاط المركز وفق الآتي:

بتوفيق من الله عز وجل وبركة المولى أبي الفضل العباس (عليه السلام) كان لمركز ملتقى القمر الثقافي التابع لقسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة حضور ومشاركة فاعلة طيلة أيام زيارة الأربعين المباركة، وكان أبرزها المشاركة في خيمة نافذ البصيرة الفكرية التي نظمها قسم الشؤون الفكرية والثقافية، وهي خيمة ثقافية وفكرية ومعرفية تضمنت عدداً من المحطات منها ما يخص الشباب والنشئة، ومنها ما يتعلق بالصغار ككشافة الكفيل، ومنها ما يشمل جميع فئات المجتمع؛ إذ يعمل القسم على استثمار الزيارات المليونية من خلال نشر النتاجات العلمية والفكرية الهادفة؛ لتوعية أفراد المجتمع ونشر ثقافة أهل البيت (عليهم السلام)، كذلك يتم من خلال هذه المحطات طرح كثير من التساؤلات والإشكاليات والأفكار ليتسنى الإجابة عنها من خلال الباحثين والمختصين العاملين في المركز، وتقع محطات هذه الخيمة على طريق زائري الإمام الحسين وأخيه أبي الفضل



العباس (عليه السلام) وفق المواقع الآتية:

- محطة مركز مدينة كربلاء المقدسة - منطقة السعدية.
- محطة جامعة العميد (طريق نجف - كربلاء).
- محطة مجمّع العلقمي (طريق بابل - كربلاء).
- محافظة ذي قار - قضاء النّصر.
- محافظة ذي قار - مدينة النّاصرية.

بالإضافة الى المحطات التطوعية الداعمة التي نظمها أصدقاء ورواد ملتقى القمر الثقافي برامج ثقافية في عددٍ من المحافظات العراقية وتضمنت النشاطات إطلاق محطات ثقافية نظمها رواد الملتقى في محافظة بابل لطرح الموضوعات الفكرية والثقافية، استمرت لأربعة أيام حاصر فيها أصدقاء الملتقى فضلاً عن أصدقاء الملتقى في مدينة السماوة والذين قدموا برنامجاً آخر للزائرين، وشهدت هذه المحطات إقبالاً واسعاً وكبيراً من قبل الزائرين، ولاقت اهتماماً بالغاً من أصحاب الشأن الثقافي،

كما أصبحت ملتقى مميزاً لإحياء الصلة بين رواد وأصدقاء الملتقى في كافة محافظات ومدن العراق، وكانت تلك المحطات منذ بدايتها وإلى حين ختامها موضعاً مهماً لدفع الشبهات وتصحيح الأفكار ومواجهة التحديات الفكرية المعاصرة، وقد لاقت الخدمات الاستشارية الفكرية والثقافية في جميع المحطات والمحاور المؤدية لمدينة الإمام الحسين (عليه السلام) إقبالاً واسعاً من الزائرين مبدين تفاعلهم وإعجابهم في تقديم هكذا خدمات.



وإلى جانب النشاط الفكري والثقافي والمعرفي كان للمركز نشاطات خدمية إضافية لعملهم المهم في ميدان الفكر والثقافة، إذ قدم المركز من خلال العاملين فيه مجموعة من الخدمات لزائري المولى أبي عبد الله الحسين وأخيه أبي الفضل العباس (عليهما السلام)، وقد تكفل القسم الخدمي بكوادره بتقديم مجموعة من الخدمات للزائرين الكرام طيلة أيام الزيارة في المحطة التي نُصبت قرب مبنى المركز، وتضمنت تلك الخدمات تقديم الماء والعصير ووجبات الإفطار التي وزعت على الزائرين في صباح كل يوم.

وختاماً أعرب الزائرون عن مدى سعادتهم في تقديم هكذا خدمات نوعية تهدف للتوعية والتثقيف، مقدمين شكرهم وتقديرهم للعتبة العباسية المقدسة والعاملين في أقسامها ومراكزها.



تهديدات الأمن السيبراني

وكيفية حماية بياناتك عبر الإنترنت

حيدر محمد

مع تقدّم التكنولوجيا وانتشار استخدام الإنترنت في مختلف جوانب حياتنا، أصبحت قضية الأمن السيبراني أكثر أهميّة من أيّ وقت مضى؛ فالتهديدات السيبرانية تشمل مجموعة متنوعة من الهجمات والاختراقات التي تستهدف الأنظمة والبيانات عبر الإنترنت، فقد أصبح من الضروري أن نكون على دراية بتلك التهديدات ونتخذ الإجراءات اللازمة لحماية بياناتنا الشخصية وخصوصيتنا عند استخدامنا للإنترنت، ويمكننا تصنيف تلك التهديدات لـ (التهديدات السيبرانية الشائعة، والتهديدات السيبرانية المتقدّمة).

اكتشافها بعد؛ مما يعني أنه ليس هناك حلّ أمنيّ معروفًا لهذه الثغرات. تستخدم عادة في هجمات مستهدفة ومتقدمة.

كيفية حماية بياناتك عبر الإنترنت

- ♦ استخدام كلمات مرور قوية وفريدة: يجب أن تتضمن كلمات المرور مزيجًا من الأحرف الكبيرة والصغيرة والأرقام والرموز. تجنب استخدام كلمات المرور الضعيفة وتجديدها بشكلٍ منتظم.
- ♦ تحديث البرامج والأنظمة بانتظام: تأكد من تحديث أنظمتك وبرامجك بانتظام لضمان استفادتك من أحدث التحديثات والتصحّحات الأمنية.
- ♦ التّحقّق المزدوج (2FA): قم بتنفيذ التّحقّق المزدوج عند تسجيل الدّخول إلى حساباتك. هذا يضيف طبقة إضافية من الأمان.
- ♦ تجنب الرّوابط المشبوهة: لا تفتح روابط أو مرفقات من مصادر غير معروفة. تجنّب الانتقال إلى مواقع مشبوهة.
- ♦ تشفير الاتصالات: تأكد من أنّ المواقع التي تتفاعل معها تستخدم بروتوكولات تشفير البيانات (HTTPS).
- ♦ تجنّب استخدام الشّبكات العامّة: تجنب استخدام شبكات Wi-Fi العامة للتصّفّح الحساس، حيث يمكن للمهاجمين التّجسّس على اتصالاتك.
- ♦ التعليم وزيادة الوعي: قم بزيادة معرفتك بتهديدات الأمن السيبراني من خلال متابعة مصادر موثوقة. كلّما كنت على دراية بالتهديدات كلّما كنت أكثر استعدادًا للتصدي لها.

التهديدات السيبرانية الشائعة:

♦ البرمجيات الخبيثة (Malware):

تشمل الفيروسات، وبرامج التجسس، وأحصنة طروادة، وتمثل هذه البرمجيات تهديدًا كبيرًا حيث تستهدف الأنظمة والبيانات وقدرتها على التسبب في أضرار جسيمة.

♦ الاختراقات والهجمات القرصية:

يستخدم المهاجمون مجموعة من التقنيات لاختراق الأنظمة والشبكات بهدف الوصول إلى المعلومات الحساسة أو التلاعب بها.

♦ التّصيد الاحتيالي (Phishing):

يقوم المهاجمون بإرسال رسائل احتيالية تدعو الضحايا إلى تقديم معلومات شخصية أو مالية عبر الإنترنت.

التهديدات السيبرانية المتقدمة:

♦ الهجمات الهجينة (Hybrid Attacks):

هذه التهديدات تجمع بين تقنيات متعددة لاختراق أنظمة الأمان، وتشمل الهجمات الهجينة الاستفادة من ثغرات في البرمجيات والاختراقات الاجتماعية وتقنيات الهندسة الاجتماعية.

♦ الهجمات المستهدفة (Targeted Attacks):

تستهدف هذه الهجمات أفرادًا أو مؤسسات معيّنة بشكل مدروس. يتم تجميع معلومات عن الضحايا لتنفيذ هجمات محسنة ومستهدفة.

♦ التهديدات الصّفرية (Zero-Day Threats):

هذه التهديدات تستغل ثغرات في البرمجيات التي لم يتم

◆ **حماية البيانات الشخصية:** قبل مشاركة أو تقديم أي معلومات شخصية عبر الإنترنت، تأكد من أن الموقع آمن وموثوق. قم بمراجعة سياسات الخصوصية لمعرفة كيفية معالجة البيانات.

◆ **استخدام حلول أمان إضافية:** قد تكون هناك برامج وأدوات أمانية إضافية يمكن أن تستخدمها لحماية جهازك وبياناتك، مثل برامج مضادة للفيروسات وجدران الحماية.

◆ **تفعيل جدران الحماية الشخصية:** استخدم جدران الحماية الشخصية على جهازك لمنع الوصول غير المصرح به إلى ملفاتك وبياناتك.

◆ **النسخ الاحتياطي للبيانات:** قم بعمل نسخ احتياطية من البيانات الهامة بشكل منتظم، سواء على أقراص خارجية أو خدمات تخزين سحابي. هذا يضمن أنك لن تخسر بياناتك في حالة حدوث هجمات.

◆ **الابتعاد عن المشاركة الزائدة:** قد تكون وسائل التواصل الاجتماعي ومنصات الإنترنت مغرية للمشاركة الزائدة للمعلومات.

حاول تقليل المعلومات الشخصية التي تشاركها.

وهناك استراتيجيات أخرى لحماية بياناتك عبر الإنترنت وهي:

◆ **التشفير (Encryption):** استخدم تقنيات التشفير لحماية البيانات أثناء الإرسال والاستقبال. يمكن استخدام خدمات البريد الإلكتروني المشفرة والتطبيقات التي توفر تشفير نهاية إلى نهاية.

◆ **عمليات الفحص والرصد (Scanning and Monitoring):** استخدم برامج مضادة للفيروسات وبرمجيات الحماية لفحص جهازك والكشف عن أي برمجيات خبيثة. كما يمكنك استخدام أدوات رصد لمتابعة الأنشطة غير المشروعة على جهازك.

◆ **التعليم والتوعية:** قم بتعزيز وعيك ومعرفتك بأنواع التهديدات السيبرانية وكيفية التعامل معها. يمكنك حضور ورش عمل أمان الإنترنت ومتابعة مصادر موثوقة عبر الإنترنت.

◆ **إجراءات الخصوصية:** تأكد من قراءة سياسات الخصوصية

للمواقع والتطبيقات التي تستخدمها. تحقق من كيفية معالجة البيانات الشخصية ومشاركتها قبل التسجيل أو المشاركة.

◆ **الحذر أثناء التواصل:** كن حذرًا عند التفاعل مع رسائل البريد الإلكتروني والمكالمات الهاتفية التي تطلب معلومات شخصية أو مالية. تجنب مشاركة تلك المعلومات ما لم تكن واثقًا من مصداقية المصدر.

◆ **ختامًا:** في هذا العصر الرقمي، حماية بياناتك الشخصية والحفاظ على خصوصيتك على الإنترنت يتطلب اتخاذ إجراءات واعية. بالتزامن مع تقدم التكنولوجيا، تتطور أيضًا التهديدات السيبرانية، ولذا يجب علينا البقاء على اطلاع بما يحدث في عالم الأمان السيبراني باتباع الممارسات الأمنية والاحتياطات المذكورة أعلاه، يمكننا الاستمتاع بفوائد الإنترنت دون المساس بخصوصيتنا أو أمان بياناتنا.

قَوَاعِدُ التَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ

محمد صالح

قَوَاعِدُ التَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ واضحة للغاية لكن هنالك أشخاص يأخذون وقتاً طويلاً من أجل تعلّم هذه القواعد؛ وبما إنّ التَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ هو أساس كلّ الإنجازات الناجحة، فلا بدّ من وجود أساسيّات للتَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ يتبعها الأشخاص الناجحون، ومن أهم تلك الأساسيات هما المنطق الاستقرائي والمنطق الاستنتاجي، حيث يستخدم المنطق الاستقرائي حين تكون الحقائق الأساسية التي تبني عليها تفكيرك غير متاحة، وفي هذه الحالة تعتمد على الافتراضات أو ما تفترض إنّها حقيقة، أمّا المنطق الاستنتاجي فيستخدم حين تكون لديك الحقائق أو ما يبدو أنّها حقائق تبني عليها تفكيرك.

في التَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ يجب أن تفصل الحقائق عن الخيال والأقوال عن الدلائل، وأن تحدّد ما إذا كنت تتعامل مع افتراضات أم حقائق واقعية، وحين تتأكّد أنّك تملك حقائق يمكنك الاعتماد عليها لبناء تفكيرك تقوم بفصل الحقائق على قسمين؛ أحدهما الحقائق المهمّة والأخرى الحقائق غير المهمّة، وحين قيامك بهذا سوف تدهش من الكمّ الهائل من الحقائق غير الهامّة التي تتعامل معها يوميّاً؛ وهنا تسأل نفسك ما هي الحقائق المهمّة وكيف يمكنني لي تمييزها عن الحقائق غير المهمّة، والإجابة عن هذا السؤال هي إنّ الحقيقة الهامّة حقيقة ستقربك بأيّ مدى للحصول على هدفك الرئيس في الحياة؛ وجميع الحقائق الأخرى التي تدخل ضمن دائرة اهتمامك هي غير مهمة، ولا يجب أن تضيّع وقتك معها، ويمكنك أن توظّف الساعات القادمة في منفعة كبيرة لذاتك إذا جمعت كلّ الحقائق التي تعاملت معها بالأمس وفصلتها على قسمين؛ مهمّة وغير مهمّة، وسوف تكتشف اكتشافاً كبيراً حيال التَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ؛ ولأضرب لك مثلاً في موضوع الآراء غير المنطقيّة للتَّفْكِيرِ الصَّحِيحِ إذا أردنا أن نكتشف كم هي خاطئة فلنبداً بحقيقة أنّ كثيراً من الآراء لا قيمة لها؛ لأنّها مبنية على الدلائل غير المنطقيّة وعدم المعرفة

الدقيقة؛ إذ إنَّ كثيراً من الأشخاص عندما تسأله عن رأيه حيال موضوع ما سوف يجيبك بشيء دون أن ييني رأيه على الحقائق والمصادر العلميّة والمعرفيّة؛ وإنّما مبنية على المشاعر التي يظن أنّها حقائق.

وإذا راقبنا بحرصٍ الأشخاص الأكثر نجاحاً في المجتمع سنلاحظ أنّهم يتجنبون التعبير عن آرائهم حيال أيّ شيء؛ فهم يحرصون على إبداء المصدر الذي يبنون عليه آراءهم، ويأخذون وقتاً كافياً لتحديد مصدر حديثهم، على عكس الأشخاص

الذين يعانون من الإحباط نلاحظهم دائماً لديهم رأي في أيّ شيء تتخيله. ولكي لا تضلل بواسطة آراء الآخرين غير المنطقية فحين تسمع شخصاً يُبدي رأيه، وترى أنّ هذا الرّأي غير منطقيّ، أو قمت بسؤال وأجاب بشكل غير منطقي؛ اسأل سؤالاً مباشراً وبسيطاً (كيف تعلّم هذا؟)، ثم بعد ذلك ابق صامتاً عن السؤال حتّى تعرف المصدر الذي بنى عليه المتحدث رأيه هذا، أو قم برفض جوابه كلياً كأنّه لم يكن، وقم بفعل هذا كيف ما كان المتحدث،

وتذكّر أنّ لديك أكبر هبة من عند الله عزّ وجلّ؛ وهي إمكانية التّحكم بعقلك وتفكيرك، ولهذا استخدم هذه الهبة العظيمة بأكبر قدر من الاحترام، ولا تسمح لأيّ شخص أن يُفكّر عنك، واتبع هذا الأسلوب بغض النظر عمّا يقوله الناس عن طريقته في التفكير؛ حتّى لو قالوا عنك: إنّك ساخر ومستهزئ، ودع هذا يكون سوء حظّهم لكن من أجل مصلحتك أنت واتبع هذه القواعد التي ستحميك من كثير من المآسي والأخطاء طوال حياتك.

هناك قواعد إذا اتبعتها، وممارستها كعادة يومية ستجلب لك تقييماً رائعاً

كمفكّر صحيح، ومن هذه القواعد:

١- لا تقبل أبداً آراء الآخرين كحقائق إلّا أن تعرف مصدر هذه الآراء.

٢- تذكّر إنّ النصيحة المجانية بغض النظر عمّن يكون الشخص الذي يقدّمها لك يجب أن تُفحص بعناية.

٣- أبعد نفسك فوراً عندما تسمع شخصاً ما يتحدث عن شخص آخر بشكل سيّء.

٤- حين سؤالك لشخص ما عن المعلومة لا تشرح له عمّا ترغب أن

تكون المعلومة عليه؛ لأنّ معظم الناس لديهم عادة سيئة لإرضاء الناس في بعض الأحوال.

٥- تذكّر أنّ أيّ شيء موجود في الكون في أيّ مكان لديه إثبات.

٦- اتبع عادة طرح هذا السؤال (كيف لك أن تعلم بهذا؟)، حين يقدّم لك أيّ شخص خبراً أو معلومة لا يمكنك أن تؤمن بأنّها حقيقة.

٧- تتمتع بعقلٍ منفتح، ولا تسمح لأمنياتك أن تصبح مصدر حقائق، بل عليك التعامل مع أي حقيقة كما

هي؛ وليس كما تودّ أن تكون، وقم بدراسة ذاتك بحرصٍ شديد، وربما تكتشف إنّ مشاعرك هي أكبر عائق فيما يتعلّق بالتّفكير الصحيح، ومن السهل الإيمان بما تودّ أن تؤمن به، ولسوء الحظ هذا هو ما يفعله أغلب الأشخاص؛ لأنّ هذه هي الطّريقة التي يحكم بها كثيرون على أنفسهم بالفشل والهزيمة، ولا أريدك أن تكون واحداً منهم.

منتظر الخالدي

عدسة العطاء

سامر الحسيني



ليث

حيدر المنكوشي



سامر الحسيني



أزهر الاسدي



سامر الحسيني



الموسوي

السلام على من فارق الدنيا

المرحوم الشيخ كاظم الأذري (تغمده الله برحمته)

حيث قال في مظلومية الزهراء

في هائيته المشهورة:

و أذاقوا البتول ما أشجاها
غير مستعصم بحبل ولاها
غير حفظ الزهراء في قراها
ومن الوجد ما أطال بكاهها
و الرواسي تهترّ من شكواها
أن تزول الأحقاد ممّن حواها
حكّت المصطفى به وحكاها
نحن من روضة الجليل جناها

تركوا عهد أحمد في أخيه
وهي العروة التي ليس ينجو
لم ير الله للرسالة أجرا
يوم جاءت يا للمصاب إليهم
فدعت واشتكت إلى الله شكوى
فاطمأنت لها القلوب وكادت
تعظ القوم في أتم خطاب
أيها القوم راقبوا الله فينا

نحن من باري السماوات سرّ
بل بآثارنا و لطف رضانا
وبأضوائنا التي ليس تخبو
واعلموا أنّنا مشاعر دين الله
ولنا من خزائن الغيب فيض
إن تروموا الجنان فهي من الله
هي دار لنا ونحن ذووها
وكذلك الجحيم سجن عدانا
أيّها الناس أي بنت نبيّ
كيف يزوي عني تراثي زاو
هذه الكتب فاسألوها تروها
وبمعنى (يوصيكم الله) أمر
كيف لم يوصنا بذلك مولا
هل رآنا لا نستحقّ اهتداء
أم تراه أضلّنا في البرايا
ما لكم قد منعمونا حقوقا
قد سلبتم من الخلافة خودا
وسبيتم من الهدى ذات خدر
هذه البدة التي غضب الله
فخذوها مقرونة بشنار
ولأيّ الأمور تدفن سرا
فمضت وهي أعظم الناس وجدا
وثوت لا يرى لها الناس مثوى

لو كرهنّا وجودها ما براها
سطح الأرض والسماء بناها
حوت الشهب ما حوت من سناها
فيكم فأكرموا مثواها
ترد المهتدون منه هداها
إلينا هديّة أهداها
لا يرى غير حزينا مرآها
حسبهم يوم حشرهم سكاها
عن موارثها أبوها زواها
بأحاديث من لدنه ادّعاها
بالموارث ناطقا فحواها
شامل للعباد في قرباها
نا وتلكم من دوننا أوصاها
واستحقّت هي الهدى فهداها؟
بعد علم لكي نصيب خطاها
أوجب الله في الكتاب أداها؟
كان منّا قناعها ورداها
عزّيوما على النبيّ سباها
على كلّ من سوانا ارتداها
غير محمودة لكم عقباها
بضعة المصطفى ويعفى ثراها
في فم الدهر غصّة من جواها
أيّ قدس يضمّه مثواها

أخطاء رياضية

احمد غالب

هناك كثير من الأفكار والمعتقدات التي يتبادلها بعض الرياضيين، ولكنّها خاطئة، ولا يوقف الأمر عند ذلك بل يقومون بنقل هذه الأفكار لغيرهم ممّا يزيد احتمالية تعرّضهم للإصابة أو عدم تحقيقهم الأهداف المرجوة، ومن هذه الأخطاء:

❖ **الخطأ الأول:** (الاعتقاد بأنّ زيادة التمارين أو زيادة حدّتها وشدّتها تؤدّي إلى نتائج أفضل)؛ وهذا خطأ يجب تجنّبه؛ إذ الجسم يحتاج عادة إلى فترات راحة حتّى يستطيع بناء العضلات من جديد، وتهيئته للقيام بتمارين أخرى؛ إضافة إلى ذلك تحقيق التوازن المطلوب له؛ أمّا ممارسة التمارين بشكل مكثّف ويوميّ معتقداً أنّ هذا سيؤدي لنتائج أفضل

فهذا وهمٌ، وستكون النتائج سلبية؛ لأنّ الجسم عادة يحتاج إلى ٤٨ ساعة للاستشفاء حتّى يستطيع بناء العضلات، وتختلف فترة الاستشفاء إذا كنت مبتدئاً أو محترفاً؛ فالاستشفاء للمبتدئين يكون أقل من المحترفين؛ ولذلك ينصح بعدم استخدام البرامج المخصّصة للمحترفين من خلال تنزيله من الانترنت؛ فهي تزيد نسبة الإصابة، ويمكن من خلال الجهد الذي ستبذله ستدخل في مرحلة الإفراط في التمرين وهذه مرحلة خطيرة؛ لأنّها ستعكس سلباً على جسمك بالتعب الشّديد، والآلام، والصّداع، وفقدان الشهية، والإحباط، وفقدان الحماس اتجاه التمرين نفسه.

❖ **الخطأ الثاني:** (إمكانية تحويل الدّهون إلى عضلات) والحقيقة إنّ هذا مستحيل؛ فالدهون والعضلات تكوينان مختلفان عن بعضهما من البعض، ولا

العضلات المساعدة حتى تُحقّق التوازن أثناء أداء التمرين ولذلك الأوزان الحرة أفضل على المدى الطويل.

بناء العضلات، ويلزم وجود برنامج غذائيّ يعمل على تهيئة الجسم لبنائه؛ أمّا من خلال التمرين بالأوزان فقط فهذا مما يجهد البدن.

لقد انتشر بين الرياضيين مقولة:

كُل ما تُريد واحرق ما أكلت بالتمرين، وهذا خطأ جسيم؛ والدليل على ذلك أنّ ٨٠٪ من صحّتنا تغذية و ٢٠٪ رياضة ونصيحتي للتغلب على هذا المشكلة تدكّر أنّ التمرين ما هو إلّا هدم للشيء الذي أنت بنيتة بالتغذية، وكذلك أوصي الشباب الرياضي:

إذا كانت عندك مشكلة مثلاً في تغذيتك، وتشعر أنّ هذه المشكلة قد أتعبتك فهنا قف واستشر شخصاً متخصصاً يساعدك، أو انضم لمجموعة تمر بالمشكلة نفسها، وهذا ما يُسمّى بمجموعة الدعم، أو ممكن تنضم لفريق رياضيّ يُحفّزك أن تتمرّن على الأقل في الفترة الأولى حتى تتعود على الروتين ويصبح سهلاً، وأمّا إذا كان عندكم أشخاص يقومون بهذه الأخطاء فأخبرهم حتى يتوقّفوا عنها حتى يصلوا للنتائج المطلوبة في المستقبل.

شك إذا كانت في فترات قصيرة تُساعد على حرق الدهون بالإضافة إلى تقوية القلب، ولكن القيام بتمارين الكارديو في فترات طويلة سينعكس سلباً على عملية حرق الدهون، كما أنّه يُسبّب للجسم التعب، وتعب الجسم سيفرز هرمون الكرتيزول أو هرمون التوتر ومن سلبيات إفراز هرمون الكرتيزول هي تحفيز الجسم على تخزين الدهون.

الخطأ الخامس: (التدريب والتمرّن بالأوزان والأثقال يجعل الجسم ضخماً وصعب الحركة)، وهذا خطأ؛ فالجسم عادة يحتاج إلى فترات طويلة حتى يستطيع

يمكن تحويل أحدهما إلى الآخر.

الجسم عادة يحرق الدهون لتوليد الطّاقة، أمّا العضلات فتحتاج إلى البروتين لبنائها.

الخطأ الثالث: (التمرين بالآلات والأجهزة أفضل من إجراء التمارين بالأوزان الحرة).

بينهما أثبتت الدراسات أنّ الأوزان الحرة أفضل لهيئة العضلات وأفضل لهيئة الجسم؛ إذ الآلات تقوم بعزل العضلة المستهدفة عن باقي العضلات المساعدة المحيطة بها؛ أمّا الأوزان الحرة فهي تقوم بالتركيز على العضلة المستهدفة مع



تهيج القولون

الأسباب والعلاج

الدكتور عبد الهادي العبادي
استشاري الجراحة العاقّة لأمراض الجهاز الهضمي والأورام والغدد.

القولون المتهيج هو خلل وظيفي في القولون؛ وإلى الآن لم يُعرف السبب الحقيقي لهذا التهيج؛ وإنّما تتظاهر مجموعة من العوامل تُسبب هذا التهيج؛ منها:

١ بعض أنواع الأطعمة، وأبرزها دقيق القمح الكامل، والبقوليات، وبعض الخضروات كالفاصوليا الخضراء والقرنبيط، ويمكن أن تؤدي منتجات الألبان إلى زيادة تهيج القولون والشعور بالآلام كذلك يزيد الكافيين من أعراض تهيج القولون مثل: الشاي، والقهوة، والمشروبات الغازية. كما ينصح بتجنب الأطعمة التي تحتوي على توابل؛ لأنها تزيد من تهيج القولون مثل الصلصات الحارة والتوابل التي تضاف للأطباق المختلفة، حيث إنّها تهيج الأمعاء والقولون، وغيرها...

٢ تتسبب بعض السلوكيات في هذا التهيج، فالشخص العصبي والشخص الحريص جدًا معرض للإصابة بتهيج القولون أكثر من غيره.

٢ الوراثة لها دور مهم.

أما علامة المصاب بتهيج القولون فإنّ المصاب يشكو من تخمة وألم وانتفاخ وقرقرة في البطن بسبب هذا الانتفاخ. عندما ينتفخ القولون المستعرض في أعلى البطن يضغط على المعدة فيُسبب آلامًا في المعدة، ويزداد إفراز الحامض في المعدة، وقد يرجع الحامض من المعدة إلى المريء فيُسبب التهاب المريء.

ويشكو المصاب من حرقة شديدة في أعلى البطن، كذلك يضغط القولون على الحجاب الحاجز وعلى الرئتين فيُسبب ضيقًا في التنفس، وألمًا في الصدر، وقد يعتقد المصاب أنّه يشكو من ألم في القلب.

ومن الأعراض الأخرى الإمساك أو الإسهال، وأحيانًا قد يتناوبان في فترة قصيرة؛ يُضاف إلى هذه الأعراض أعراض أخرى



مثل الشّعور بالتعب والصداع وآلام المفاصل، ويمكن أن تُصاحبها أصوات القرقرة المزعجة ويمكن أن تُسبب الغياب عن العمل، وقد يمتنع عن حضور المناسبات، وقد يمتنع عن السفر مما يؤثر على نفسيته وسلوكه مع الآخرين.

وقبل أن أتحدث عن العلاج أتحدث عن تشخيص الحالة؛ فإنَّ تشخيص القولون المتهيج يعتمد على خبرة الطبيب المعالج باستبعاد الأمراض المشتركة مع تهيّج القولون بالأعراض، ولا يوجد فحص خاص يُشخّص الحالة، وإنَّما أهمُّ شيء في العلاج هي الإرشادات والنصائح التي تُقدّم من الطبيب المختص، ومن أهمّها:

أولاً: يجب تقليل كمّيّة الغازات في الجهاز الهضمي؛ والمصدر الرئيس للغازات هو بلع الهواء أثناء الأكل، والكلام، والضحك لذلك يجب التقليل من الكلام والضحك خصوصاً أثناء الأكل.

ثانياً: يجب تجنّب (النركيلة) والتدخين بكلّ صوره.

ثالثاً: يجب أن يكون التنفّس من الأنف؛ لكن بعض كبار السن بسبب ضعف العضلات الرّافعة للفك السفلي يتدلّى الفك السفلي فيبقى الفم مفتوحاً ويكون التنفّس عن طريق الفم، وبذلك يتييس الفم واللسان ويتنفخ القولون.

رابعاً: يجب أن يكون الأكل بطيئاً ومضغ الطعام مضغاً جيّداً بواسطة استخدام كافة الأسنان؛ وإذا لم يمضغ الطعام مضغاً جيّداً فسوف يبقى الطعام في المعدة لفترة طويلة، ويتنج عن ذلك حركة شديدة في المعدة لهضم الطعام فيُسبّب آلاماً شديدة في البطن ويتخمّر الطعام وتنتج غازات نتيجة التخمر، وستنفخ المعدة والقولون ويزداد إفراز الحامض في المعدة؛ لذلك يجب المحافظة على الأسنان والعناية بها، ويجب تعويض الأسنان المفقودة.

خامساً: يجب التقليل من الطعام أثناء الوجبة الواحدة؛ وذلك بعدم الوصول إلى حدّ التّخمة، ويمكن زيادة عدد الوجبات، كما يجب الامتناع عن

الطّعام المقلي والبقوليات والبصل والثوم والخوامض والبهارات والحليب، وتقليل المشروبات الغازية والقهوة والشاي، وتقليل المواد الكربوهيدراتية والسكريات، والامتناع عن المشروبات الكحولية؛ كذلك ينبغي لكل شخص أن يكتشف الطّعام الضار بالنسبة إليه حتى يجتنبه مستقبلاً.

سادساً: وجبة العشاء يجب أن تكون خفيفة ويمتنع الشخص عن تناول الطعام لمدة ثلاث ساعات على الأقل قبل النوم.

سابعاً: الرياضة مهمّة؛ لأنّها تنشط الأمعاء، وتنشط الدورة الدّموية؛ لأنّ الدم في القولون له دور مهم في امتصاص الغازات.

ثامناً: التركيز على الرّاحة النفسيّة والجسدية بتجنب العصبية وتجنب الانفعالات، والحصول على فترة كافية من النوم.

وأخيراً استخدام بعض الأدوية التي ينصح بها الطبيب المعالج، وفي الختام تمنياتي لكم بالصّحة والعافية.

الحذر من الزّمان

هيئة التحرير

يكتب له آثار تلك الأعمال الطّيبة حتّى لو لم يكن يعملها بعد خيانة الزّمان.

أمّا الكسل، وضياع العمر بالمحرّمات والمباحات والشّهوات والغرائز دون طاعة وعمل صالح فهذا منتهى الأمان للزمان، وخيانة الزّمان، هنا أشدّ وطأة على الإنسان؛ إذ بعدها يندم، ويتحسّر، ولا ينفع النّدم.

إنّ الاعتماد على الدّنيا والمواهب المادّية والنّعم الدّنيويّة مثل الجمال، والثروات، والوجاهة الاجتماعية معرضة للزّوال إن لم تستغل في طاعة الله تعالى، والمطمئن للزمان هو من يعتمد عليها، ويسكن لها، ولكن لو زالت فسيصطدم بتلك الخيانة، وقد نقل لنا التّاريخ الكثير من قصص الملوك الذين كانوا يعتقدون أنّ تلك النّعم ستدوم لهم، ولكن لما دار الزّمان بهم تحوّلوا من قصورهم إلى قبورهم، ومن غناهم إلى فقرهم، ومن ملك يأمر إلى عبد يأتمر.

الاستعداد، ووجوب الحذر، ودوام ملاحظة تغيّرات ومتطلّبات الزّمان وتوقعها، وتحصيل الزّاد والأعمال الصّالحة هي أفضل سبيل نواجه بها خيانة الزّمان؛ لو تغير في لحظة ما وأبرز لنا وجهه الحقيقي، فمن اغترّ بشبابه؛ فالزمان سيخونه ويحوّله إلى شيخوخة، ومن اغترّ بأمواله فيمكن أن يخونه، ويخسرّها بأجمعها، ومن اغترّ بملكه فالزّمان يمكن أن يخونه، وفي لحظة ما يضيع كلّ الملك.

فالحذر من الزّمان يكون بإعداد الزّاد، وتحصيل الأعمال الصّالحة، واستثمار فرص الخير والعمل بطاعة الله تعالى، وتجنّب محارمه، وخدمة عيال الله تعالى، والتخلّق بالأخلاق الحسنة، وحتّى لو خانه الدّهر بعد كلّ هذا فلن يخسر شيئاً؛ بل عندنا في بعض الرّوايات أنّ الإنسان حينما كان شابّاً، واستغل فرص الخير، أو كان غنياً، واستغل فرص الخير فحينما يخونه الدّهر؛ فيمرض، أو يضعف أو يفتقر فإنّ الله تعالى





« منصة قنطرة الباحث
توفر مساحة نقاشية
للباحثين الاكاديميين
تقرب المسافات
وتعزز جسور التواصل »

للاستفسار والتواصل:



<https://qantaras.com/main.php/user/auth/login>