الخميس

السنة السابعة عشرة

٢٩/جمادى الأولى/١٤٤٢هـ

٢٠٢١/١/١٤م

٨١٣

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

من السلوكيات المدمّرة للأطفال
السخرية

سارة رعد

يقع كثير من الآباء والأمهات في خطأ كبير أثناء تربيتهم ابناءهم، وذلك بسخريتهم الدائمة من بعض السلوكيات! كما يمكن لأحد أن يكسر عظمة طفل، فإنّه في الوقت نفسه يمكن للمرء أن يكسر روحه، إنّ التقليل من شأن الأطفال وإهانتهم والحط من شأنهم يقوّض من إحساس الطفل بذاته.

إنّ الاعتداء اللفظي هو عبارة عن الاستمرار في الشتائم، وتجاهل أو رفض الطفل، مثل: "اتمنى أنّك لم تولد"، "أنت غبي للغاية"، "أنت لا قيمة لك".. إنّ هذه الكلمات يصدّقها الأطفال وخاصّة إن سمعوها من آبائهم أو مدرسيهم أو غيرهم ممن يحبون ويثقون بهم، أنّ استمرار هذه الإهانات أو الإساءات يمكن أن تسبب الضرر في شخصية الطفل، وبغض النظر عما إذا صاحبت هذه الشتائم اعتداء جسدياً.. أو من تلقاء نفسها فإنّ آثارها ستكون مدمرة.

حيث يقع كثير من الآباء والأمهات في خطأ كبير أثناء تربيتهم ابناءهم، وذلك بسخريتهم الدائمة من بعض السلوكيات التي يقوم بها الطفل أو من خلال نطقه غير الصحيح لبعض الكلمات، ولا يتوقف الأمر عند هذا الشأن بل يمتد ليتحول إلى سخرية وتقليل من شأن الطفل مما ينعكس على نفسيته بشكل سلبي.

ومعظم الأشخاص الذين يعانون من العقد والمشاكل النفسية، إذا نظرنا إلى طفولتهم فسنجد أنهم عاشوا طفولة مشوهة وتعرضوا إلى قسوة شديدة من قبل الأهل، فلابد من استخدام الأساليب الراقية في التعامل مع الأطفال حتى في وسائل العقاب، ويجب البعد عن كل ما يؤذي الطفل نفسياً ومعنوياً وذهنياً.

ومن أهم الاحتياجات النفسية التي يحتاجها الطفل وكثيراً ما نهمل في منحها إياه خلال سنيّ حياته الأولى هي الحاجة إلى الاحترام.

الطفل يحتاج إلى الاحترام أكثر مما يحتاجه الكبير.. لأن الكبير لديه من العقل ما يجعله يتقبل بعض المواقف البسيطة والتي يعلم أنها غير مقصودة من أحب الناس إليه كوالديه مثلاً.. لكن الطفل لا يعلم ذلك؛ لأن عقله لم ينمُ بعد وبالتالي وقْع الإهانات والأذى النفسي قد تكون أكبر من وقْعها على الكبير العاقل البالغ.

المؤاخاة وصنع الحياة

علي حسين عبيد

تحتاج صناعة الحياة مقومات وعوامل مساعدة، كي ينجح الإنسان في بنائها، ولعل طريقة التفكير والسلوك الفردي والجمعي، هي التي تسهم بصورة أو أخرى بتحديد مزايا ومساوئ حياتنا، وأمر بديهي كلما كانت القيم الجيدة هي المعيار الحاكم في علاقاتنا مع بعضنا، كانت حياتنا أفضل وأكثر استقراراً وتطوراً، علماً أن المقومات الأساسية لصناعة الحياة، هي صاحبة الدور الأهم في جعلها متميزة ممتلئة أو خاوية وبليدة وناقصة!.

الإخاء يعد من أهم المقومات التي تصنع حياة ناجحة للفرد والمجتمع، وهي كلمة توحي إلى الأخوة والتآخي وعلاقة الأخ بأخيه، إذ تتحدّد قيم كثيرة، ونتائج أكثر على طبيعة العلاقة بين الأخوان، ولا نخطئ أو نبالغ عندما نقول أن طبيعة حياتنا تعتمد بصورة كبيرة على علاقة الإخاء، لدرجة أننا يمكن من خلال هذه المفردة، أن نصنع حياة جيدة، ويمكن أن نفشل في ذلك في حالة حدوث العكس.

وهذا يعتمد أيضاً على الأخوان أنفسهم، وطبيعة العلاقات القائمة فيما بينهم، وهي حتماً تكون مختلفة من أخ إلى آخر ومن جماعة إلى أخرى، تبعاً لمنظومة القيم والثقافة والأعراف والدين والتقاليد والأخلاق وما شابه، لذلك قدّمت الأديان والأنبياء وأئمة أهل البيت عليهم السلام، وكثير من المفكرين ورجال الدين والفلاسفة، مواعظ ونصائح تؤكد الاهتمام بالمؤاخاة لصناعة حياة أفضل.

ولكن يبقى الأخ (الكائن أو الإنسان) محكوماً بالتركيبة التكوينية له، فضلاً عن البيئة، والرغبات والأهواء التي قد يضعف إزاءها الإنسان في أية لحظة، ما يعني انهياراً أمام الملذات، وشروعاً في الانحراف، وتدميراً لقيمة الإخاء، لدرجة قد يكون الأخ عدواً لأخيه، أو حاسداً اياه، وهنا سوف تفشل المجتمعات بصناعة حياة متناسقة ومنسجمة، كون قيمة الإخاء تتراجع، وفي حالة العكس، فإن حياة المجتمع ستكون نموذجية.

الأمير غريب!

بعدما أرخى اللّيل ستائره.. ونشر الظلام أجنحته.. واستيقظت النجوم.. وكانت ليلة من ليالي الشتاء الباردة الموحشة.. سار الأمير مبتعداً عن المدينة نحو الصحراء، وكان منتصف اللّيل.. وفي هذا الوقت ينطلق الصوت من القلب ليرسم حالة صاحبه، فانطلق الصوت من قلبه حاملاً هموماً لا تحملها الجبال الرواسي:

أرى علل الدنيا علي كثيرة

وصاحبها حتى الممات عليل

وإني لمشتاق إلى من أحبه

فهل لي إلى من قد هويت سبيل

سار.. والجزع والغربة قد ملأت أعماقه.. نعم الغربة.. فهو القائل: فقد الأحبة غربة..

وأيّ غربة عاشها بفقد (سيدة الكون)؟!

سار.. بجسمه الذي أنحله البكاء والنحيب.. فبدا كزهرة أذبلها غياب شمس، فحجب نورها وجه الظلام الموحش!

ما ذنب الشمس إن كان الظلام لا يطيق نورها؟!

سار.. الإمام إلى الأمام.. بخطوات وئيدة تحكي جسداً أنهكه الفراق.. رفع رأسه إلى السماء.. ووجهه يحمل طيفاً ملكوتياً.. وغدت عيناه -التي يتألق فيها حزن مرير- تسرحان في السماء بين النجوم.. فراح يتأمل بتألم وحسرة.. فازداد قلقه وحزنه!

لَكأنه علم أن مصير النجوم كمصير الشمس.. الغياب!

وهو يرى كيف أنّ لكل نجم قصة تنهش قلبه المُنهك..

ماذا بقي من قلبه الذي صفعته الغربة؟

غدا قلبه يحتضر كخيمة أتلفها ريح عاصف.. فتمتم بكلمات مخاطباً بها الدهر:

سأصبر حتى يعلم الصبر أنّي

صبرت على شيء أمرّ من الصبر

وكان القمر في تلك الليلة تامّاً..

القمر؟!

نعم القمر.. القمر الذي سيصارع نفس القدر الذي لا مفرّ منه..

طأطأ رأسه مجدداً ودموعه تشعل الرمال فوراناً.. فتهيج لتكون شاهداً للتاريخ.. انهال بعدها بين يدي ربه متضرعاً خاشعاً مُسلّماً أمره إليه.. ذهب اللّيل.. مستقبلاً الصباح.. لكن ما زال الظلام ناشراً أجنحته.. والسماء أثقلتها غيوم سوداء؟!

وإلى يومنا بقيت الظلمة.. ولم تشرق الشمس..

لكنها ستشرق يوماً ما.. نعم ستشرق.. ستشرق بشمس تمحو كل ظلمات الكون.. وتضيء حتى النجوم..

نعم ستشرق..

نغم الهلايين نعيم

ما هو عرق النسا؟

هل تعلم أن حوالي ٤٠ ٪ من الأشخاص قد يعانون من حدوث عرق النسا على الأقل مرة واحدة في حياتهم؟ فما هو عرق النسا؟

لا يعتبر عرق النسا حالة مرضية في حد ذاته، ولكنه يعتبر أحد أعراض وجود مشكلة متعلقة بالعصب الوركي. حيث يطلق اسم عرق النسا (Sciatica) على الألم الناتج عن إصابة أو تهيّج العصب الوركي، والذي يعتبر أعرض وأطول عصب في جسم الإنسان، حيث إنه يمتد من أسفل الظهر مروراً بالأرداف والساقين وينتهي عند أسفل الركبة مباشرة، ثم يتفرع العصب الوركي إلى أعصاب أخرى والتي تمتد بدورها حتى أصابع القدمين.

وقد يرجع ذلك إلى عدة أسباب، إلا أنه عادة ما يصاب الشخص بعرق النسا كنتيجة لوجود تضيّق في مسافات العمود الفقري، أو نتيجة النتوءات العظمية في أسفل العمود الفقري، أو عندما يضغط القرص المنفتق على جزء من العصب الوركي، أو كنتيجة لوجود ورم بالعمود الفقري، مما يتسبب في حدوث ألم يتراوح ما بين خفيف إلى شديد.

قد يصف بعض الأشخاص ألم عرق النسا بأنه حاد، أو ناري، أو كهربي، أو مثل الطعنات. وذلك يرجع للحالة المرضية والمسبب لها. وقد يحدث الألم بشكل مستمر أو قد يحدث على فترات متفاوتة.

كما أنه عادة ما يصبح الألم أكثر حدة في الساق مقارنة بأسفل الظهر، ويزداد الألم سوءاً عند الوقوف، أو الجلوس لفترات طويلة، أو عند التواء الجزء العلوي من الجسم، وعادة ما يصيب عرق النسا ساقاً واحدة، ونادراً ما يصيب كلا الساقين. هذا بالإضافة إلى أنه قد تؤدي حركة الجسم المفاجئة والناجمة عن السعال أو العطاس إلى الشعور بمزيد من الألم.

طاقتك تبعاً لتركيزك!

أي شيء تركز عليه يحدث تبادل في الطاقة بينكما، الأعلى يعطي الأقل، لو ركزت على شيء إيجابي أو فكرت فيه تأخذ منه طاقة إيجابية وتنتعش، لو ركزت على شيء سلبي وفكرت فيه تأخذ منه طاقة سلبية وتنتكس..

والطاقة الإيجابية أعلى بأضعاف مضاعفة من الطاقة السلبية، فلو انتبهت لمريض وتعاطفت معه بمشاعر ألم، تشحنا بعضكما بالطاقة السلبية فتزيده مرضاً وتتأثر منه بالمرض، ولو انتبهت لمريض وأنت مملوء باليقين والراحة والتفاؤل تفيده وتشحنه بطاقة إيجابية تخفف عنه المرض وتسرع من تشافيه.

جرب مرة وأنت تسير في الشارع، انظر إلى السحاب، أمعن النظر وابتسم وظل هكذا فترة بسيطة، ستفاجأ أنك أخذت شحنة إيجابية رائعة.. جرب مرة أخرى ولكن هذه المرة انظر إلى مكان تجمّع قمامة أو شيء سلبي، أمعن النظر وتضايق، ستفاجأ بأنك أخذت شحنة سلبية كبيرة.

جرب الآن: أغلق عينيك، تخيّل شيئاً جميلاً رائعاً مريحاً.. عش في الخيال وكأنك في المكان أو في هذه اللحظة (لحظة تفوق، موقف إيجابي سعيد من الماضي أو توقع في المستقبل إيجابي).. ستأخذ منه شحنة إيجابية رائعة تشحن بها طاقتك.

جرب الآن: أغلق عينيك، وتخيّل شيئاً حزيناً خانقاً محبطاً، عش في الخيال وكأنك في المكان أو في تلك اللحظة (لحظة حزن، موقف سلبي حزين من الماضي أو توقع في المستقبل سلبي).. ستأخذ منه شحنة سلبية كبيرة تشحن بها طاقتك بصورة سلبية.

إذن المشاعر هي (ترمومتر) الطاقة و(ترمومتر) الأفكار.. إن كانت مشاعر إيجابية فطاقتك إيجابية، وأفكارك إيجابية في هذه اللحظة، وإن كانت مشاعر سلبية فطاقتك سلبية، وأفكارك سلبية في هذه اللحظة.. غيّر ما في نفسك يتغيّر ما حولك.

لا تنس أيضاً القاعدة الذهبية في الطاقة: ما تركز عليه يزداد ويكثر.. فيا ترى علامَ تركز لكي يزداد؟ بالإضافة إلى أنك ستأخذ شحنة منه.. كم هي رائعة نعم الله تبارك وتعالى علينا ولكن لمن يتدبر ويتأمل.

إعداد / علي الأسدي

قصة فيها حكمة

الاستجارة

إعداد / علي عبد الجواد

يُحكى أن رجلاً من رجالات المملكة -بعد سقوط الملك وقتله- قد أخفى نفسه في بعض قرى البصرة خشية من قتله، ولكن بعد فترة توسّطوا له عند الملك الجديد فآمنه وقرّبه منه. وفي إحدى الجلسات طلب الملك منه أن يحدّثه عن أغرب شيء رآه في مدة اختفائه..

فقال الرجل: عندما كنت مختفياً في إحدى قرى البصرة رأيت أعلاماً سوداً تقترب من القرية فوقع في ذهني أنها تطلبني فخرجت متنكراً، والله ما أعرف إلى أين أذهب؟

فأتيت الكوفة من غير طريق معروفة، وأنا لا أعرف الرحبة، ووقفت قريباً من الباب، وإذا رجلٌ حسن الهيئة، وهو راكبٌ فرساً ومعه جماعة من أصحابه وغلمانه فدخل الرحبة فرآني واقفاً مرتاباً، قال لي: ألك حاجة؟

قلت: غريب خائف من القتل، فهل لك أن تجيرني؟

قال: ادخل، فدخلت إلى حجرة في داره وقال: هذه لك. وهيأ لي كل ما أحتاجه.. وما سألني قط من أنا وممن أخاف!! وكان إذ ذاك يركب في كل يوم ويعود متعوباً متأسفاً كأنه يطلب شيئاً لم يجده، فقلت له يوماً: أراك تركب كل يوم وتأتي متعوباً متأسفاً كأنك تطلب شيئاً فاتك؟

فقال: إني أبحث عن فلان قاتل أبي، وبلغني أنه متخفٍّ، وأنا أطلبه لعلي أجده فآخذ ثأري منه.

فتعجبت والله من هربي وشؤم بختي الذي ساقني إلى منزل رجل يريد قتلي، ويطلب ثأره مني، فكرهت والله الحياة واستعجلت الموت لما نالني من الشدة، فسألت الرجل عن اسم أبيه وعن سبب قتله فعرفت الخبر، وهو صحيح، فقلت: يا هذا قد وجب عليّ حقك أن أدلّك على قاتل أبيك.

قال: أتعلم أين هو؟ قلت: نعم. قال: أين أجده؟ قلت: هو أنا، خذ بثأر أبيك. قال: أظنك مضّك الاختفاء وكرهت الحياة.

قلت: والله أنا قتلته يوم كذا وكذا بسبب كذا وكذا.

فلما علم صدقي تغيّر لونه واربَدّ وجهه واحمرّت عيناه.. فأطرق ساعة ثم رفع رأسه وقال: أما أبي فسيلقاك غداً يوم القيامة يحاكمك عند من لا تخفى عليه خافية، وأما أنا فغير مختفر ذمتي ولا مضيّع نزيلي، وقد أجرتك. ولكن أخرج عني فإني لا آمن من نفسي عليك بعد اليوم، ثم وثب إلى صرة فيها ألف دينار، فقال: خذ هذه واستعن بها على خفائك، فكرهت أخذها.

وخرجت من عنده وهو أكرم رجل رأيته.

ومضات

تعصّب المحب

إنّ العبد عندما يستغرق في محبة عبدٍ من العباد -لشهوة أو لحكمة- يجد في نفسه نفوراً و(استيحاشاً) ممن لا يشاطره ذلك الحب، فكيف إذا أحسّ بعداوة أحد تجاه من يحبّ؟! كل ذلك من صور (التعصّب) الذي يفيده ذلك الحب المستغرق لشغاف القلب.. وقياساً على ذلك نقول: إنّ محبة الحق تتغلغل في نفس العبد المطيع إلى درجة يصل إلى المرحلة نفسها، فيجد استيحاشاً بل نفوراً من الغير الذي لا يلتفت إلى الحقيقة التي استشعرها هو بكل وجوده، وأحبها بمجامع قلبه، ولو كان ذلك الغير من أقرب الخلق إليه.. ولهذا: ﴿لَا تَجِدُ قَوْمًا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ﴾ (المجادلة: ٢٢).

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمات مضيئة

التفقّه في الدين

عن رسول الله صلى الله عليه وآله أنه قال:

«إذا أراد الله بعبدٍ خيراً فقّهه في الدين، وزهّده في الدنيا».

(الأمالي؛ للطوسي رحمه الله: ص٥٣٢)

كلمة ومعنى

﴿يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ﴾ (الانشقاق:٦):

قال الراغب: الكدح السعي والعناء، (انتهى). ففيه معنى السير، وقيل: الكدح جهد النفس في العمل حتى يؤثر فيها، (انتهى).

وعلى هذا فهو متضمن معنى السير بدليل تعدّيه بـ(إلى)، ففي الكدح معنى السير على أي حال. وقوله: "فَمُلَاقِيهِ" عطف على "كَادِحٌ"، وقد بيّن به أنّ غاية هذا السير والسعي والعناء هو الله سبحانه بما أنّ له الربوبية.. ومن هنا يظهر؛ أولاً: أنّ قوله: "إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ" يتضمن حجة على المعاد لما عرفت أنّ الربوبية لا تتم إلا مع عبودية، ولا تتم العبودية إلا مع مسؤولية، ولا تتم مسؤولية إلا برجوع وحساب على الأعمال، ولا يتم حساب إلا بجزاء. وثانياً: أنّ المراد بملاقاته انتهاؤه إلى حيث لا حكم إلا حكمه من غير أن يحجبه عن ربه حاجب. وثالثاً: أنّ المخاطب في الآية هو الإنسان بما أنه إنسان، فالمراد به الجنس وذلك أنّ الربوبية عامة لكل إنسان.

(تفسير الأمثل: ج٢٠/ص١٣٥)

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

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

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