العتبة العباسية المقدسة

الخميس

٧٧٠

السنة السادسة عشرة

١٦ / رجب الأصب / ١٤٤١هـ

١٢ / ٣ / ٢٠٢٠م

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

تأثير الرضاعة على الطفل

الحليب هو المصدر الأساسي والوحيد لتغذية الطفل في الأشهر الأُولى من حياته، وأفضل الحليب حليب الأُم؛ لأنّ عملية الرضاعة لها تأثيرها على الجانب العاطفي للطفل، والأُم أفضل من تمنحه الحنان والدفء العاطفي، بدافع غريزة الأُمومة التي أودعها الله تعالى في المرأة، حيثُ تصب ركائز مشاعر الطفل وأحاسيسه من أُولى أيام الرضاعة، وتتوثّق أواصر المحبّة بين الطفل وأُمّه عن طريق الرضاعة، فيكون الطفل أقل توتّراً وأهنأ بالاً وأسعد حالاً.

وقد جاءت روايات أهل البيت عليهم السلام ووصاياهم مؤكّدة على التركيز على حليب الأُم، قال أمير المؤمنين عليه السلام: «ما من لبنٍ يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن أُمّه» (الكافي: ٦/ ٤٠/ ١).

فحليب الأُم أفضل غذاء للطفل من الناحية العلمية، إضافة إلى أنَّ عملية الرضاعة يشعر الطفل من خلالها بالأمان والطمأنينة والرعاية، وفي الحالات الاستثنائية التي تعيق عملية الرضاعة بسبب قلّة حليب الأُم أو مرضها أو فقدانها.. أكدّ أهل البيت عليهم السلام على اختيار المرضعة المناسبة والملائمة ضمن مواصفات معيّنة، قال أمير المؤمنين عليه السلام: «انظروا مَن ترضع أولادكم فإنّ الولد يشبُّ عليه» (الكافي: ٦/ ٤٤/ ١).

فالحليب ونوعيّة المرضعة يؤثّر على الطفل من ناحية نموّه الجسدي والنفسي، وقد أثبتت التجارب صحّة تعاليم أهل البيت عليهم السلام في هذا المجال، وهنالك مواصفات يجب أن تكون عند المرضعة حبّذها أهل البيت عليهم السلام في الاختيار. لا يسع المجال هنا لذكرها..

ويؤكّد علماء الطب على أن تكون الأُم مستريحة وهي تقوم بعملية الرضاعة، ثم تمسّ برفق وجنة الطفل، ويجب ألا تحاول الأُم إرغامه على توجيه رأسه نحو صدرها؛ لأنّ ذلك يربكه ويحيّره.

ووضع أهل البيت عليهم السلام برنامجاً في أُسلوب الرضاعة ومدّتها، وهو الرضاع من جهتين، وإطالة مدّتها إلى واحد وعشرين شهراً، قال الإمام الصادق عليه السلام لأُمّ إسحاق بنت سليمان: «يا أمّ إسحاق لا ترضعيه من ثدي واحد وأرضعيه من كليهما يكون أحدهما طعاماً والآخر شراباً» (الكافي: ٦/ ٤٠/ ٢).

فطول مدة الرضاعة له تأثير ايجابي على الوضع النفسي والعاطفي للطفل، وهي أهم المراحل في البناء العاطفي للطفل.. تقول عالمة النفس لويز كابلان: (إنّ الطفل الذي ينعم بحنان أُمّه المتدفّق خلال العام الأول والثاني من عمره يشعر بالأمان، وعادة لا يشعر بالقلق أو الخوف فيتصرّف بتلقائية عندما يبلغ سن الثالثة أو الرابعة، والطفل الذي يشعر بالطمأنينة يتمتّع بالثقة بالنفس ويتعامل مع الآخرين بسهولة، ويندمج مع الأطفال في مثل عمره) (قاموس الطفل الطبّي: ٢٥٧).

كيف تكون محبوباً بين الناس؟

إعداد / منتظر علي

ما أجمل أن تكون محبوباً بين الناس، إن أقبلت عليهم رحبوا بك أشد ترحيب، وإن غبت عنهم سألوا عنك، واشتاقوا لرؤيتك، وما أجمل أن تحتل مكانة سامية في قلوب الناس، وفي سبيل ذلك لابد من التحلّي بالعديد من الصفات، نذكر منها:

- التحلّي بالأخلاق الفاضلة: قال الإمام علي عليه السلام: «حُسنُ الخُلُقِ يورِثُ المَحَبَّةَ، ويُؤَكِّدُ المَوَدَّةَ» (غرر الحكم: ص٢٥٦).

فالأخلاق الفاضلة ذات أثر واضح ومباشر في اكتساب مودة الآخرين وحبهم، وهذا الميل الذي تجرّه الأخلاق الحسنة هو زرع في القلب وله أثر في واقع علاقة الإنسان بالآخرين، ولأن رابطة القلوب هي الأقوى على الإطلاق فإن الأخلاق هي أفضل وسيلة لتحقيق تلك الرابطة التي تحمل مقوّمات الثبات ومقوّمات الانتشار.

- الابتسامة: الابتسامة فعلٌ صغير يحمل معنى المحبة، وتُخبر الشخص المقابل بأنك سعيدٌ برؤيته، الابتسامة كالسراج، تبدّد ظلمة الأحزان بنور الأمل، فهي بلسم الروح ودواء الجروح تنير لك الدروب وتعطيك مفاتيح القلوب، لذا فالابتسامة هي سرّ الحياة، وفي هذا الصدد يقول الإمام علي عليه السلام: «البَشاشَةُ حِبالَةُ المَوَدَّةِ» (مجموعة ورام: ج١/ص٣٢).

- ابدأ الآخرين بتحية الإسلام: (السلام عليكم ورحمة الله وبركاته)، إنها تحية من الله مباركة تضمّنت الخير كله، وحوت كل ما يريح الإنسان ويعطيه السكينة والاستقرار، إنها تُدخل على النفس الاطمئنان والمحبة وتؤلّف بين القلوب وتزرع المودة والسكينة، ولذا قال رسول الله صلى الله عليه وآله: «لا تَدخُلونَ الجَنَّةَ حَتّى تُؤمِنوا، ولا تُؤمِنوا حَتّى تَحابّوا. أوَ لا أدُلُّكُم عَلى شَيءٍ إذا فَعَلتُموهُ تَحابَبتُم؟ أفشُوا السَّلامَ بَينَكُم» (روضة الواعظين: ص٤١٨).

- الكلمة الطيبة: الكلمة الطيبة نفحة روحانية تصل ما بين القلوب وتربطها برباط المحبة والود والتآلف، وتزهر النفس لتتفتح بأجمل أزهار الخير والحب التي يعبق شذاها فواحاً في كل مكان وزمان، وفي هذا الصدد يقول الإمام علي عليه السلام: «مَن عَذُبَ لِسانُهُ كَثُرَ إخوانُهُ» (غرر الحكم: ص٤٣٦).

- الهدية: للهدية تأثير عجيب على نفوس الآخرين، فهي أقصر الطرق إلى قلوب الناس. ولهذا قال رسول الله صلى الله عليه وآله: «تهادوا تحابوا، تهادوا فإنها تذهب بالضغائن» (الكافي: ص١٤٤).

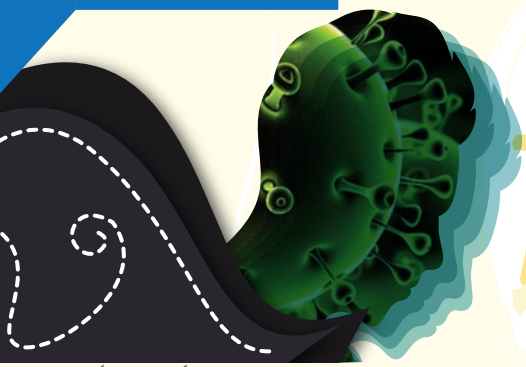
- التواضع: التواضع صفة محمودة تدل على طهارة النفس وتدعو إلى المودة والمحبة والمساواة بين الناس، والتواضع ينشر الترابط ويمحو الحسد والبغض والكراهية من قلوب الناس، ولذا قال الإمام علي عليه السلام: «ثَمَرَةُ التَّواضُعِ المَحَبَّةُ» (غرر الحكم: ص٢٤٩).

الصداقة

إعداد/ علي الأسدي

يرتبط الناس فيما بينهم بمجموعة من الروابط والصلات الإنسانيّة المختلفة، وتعدُّ رابطة الصداقة من أصدق هذه الروابط؛ لأنها تتشكّل من تلقاء نفسها وتنمو مع مرور الأيام لتصل إلى مرتبة بعض الصلات الإنسانيّة التي توثّقها رابطة الدم أو القرابة، والصداقة قد تجمع من يختلفون في الشكل واللّون والطبقة الاجتماعية، ولا تكون الصداقة حقيقية إذا ارتبطت بمصالح دنيوية مؤقتة لأنها تزول بزوالها.. لذلك تعدّ الصداقة مرتبة من أسمى مراتب العلاقات الإنسانية بين الأشخاص؛ فهي تمثل الحب خير تمثيل بين طرفين ربما لم يلتقيا في أي صلة قرابة، فالصداقة ليس لها علاقة بصلة القرابة.. وقد تُبنى علاقة الصداقة بين شخصين وربما بين مجموعة أشخاص، تقوم بينهم علاقة كبيرة قائمة على الحب والصدق والثقة، فلا كراهية ولا حقد ولا بغضاء ولا قطيعة بينهم..

قد تجبر الظروف الإنسان على أن يكون بينه وبين الناس تواصل ضمن إطار البيئة الاجتماعية أو مكان السكن أو في بيئة العمل، لكن لا يمكن إجباره على أن يتّخذ فلاناً صديقاً له، ومن هنا ينبغي على الإنسان أن يكون انتقائيّاً فيما يتعلّق باختيار أصدقائه؛ لأن الصديق الحقيقيّ يغيّر حياة الإنسان إلى الأفضل، فيقود صاحبه إلى السعادة في الدين والدنيا، أما صديق السوء فإنه يجرّ صاحبه إلى المهالك، فيحرمه من تحقيق الإنجازات الدنيوية على الصعيد المهني أو التعليمي من خلال إضاعة وقته أو صرفه عن العلم والتعلم، أو على الجانب الديني من خلال دفعه إلى ارتكاب المحرمات والبعد عن الله تعالى وإلهائه عن أداء الفرائض والعبادات المختلفة، لذا فليكن جليسك من يزهّدك في الدنيا ويرغّبك في الآخرة، وإياك ومجالسة الذين يخوضون في حديث الدنيا فإنهم يفسدون عليك دينك وقلبك.



كورونا والإنفلونزا

أوجه الشبه والاختلاف

تشعر الهيئات والمؤسسات الطبية حول العالم بالهلع، جرّاء الانتشار الواسع لفيروس كورونا المستجد.

ولا سيما أن أعراض مرض (COVID-19) تشبه تلك التي تسببها الانفلونزا العادية إلى حد كبير.

وكل من الإنفلونزا و(COVID-19) -المرض الناجم عن فيروس كورونا المستجد- من أمراض الجهاز التنفسي المعدية. لكن تسبب كلاً منهما فيروسات مختلفة. فما هي أوجه الشبه والاختلاف الأساسية بين المرضين؟

أوجه الشبه

الأعراض: كلاهما يسبب الحمى والسعال وآلام الجسم والتعب. وأحياناً القيء والإسهال. المرض يمكن أن يكون خفيفاً أو حاداً بل حتى قاتلاً، لكن في حالات نادرة. ويمكن أن يؤدي إلى التهاب رئوي.

انتقال العدوى: كلا المرضين يمكن أن ينتقلا من شخص مصاب لآخر عبر الرذاذ الملوّث المتطاير في الهواء والناتج عن السعال أو العطس أو عند التحدّث.

وهناك فرق محتمل وهو أن (COVID-19) قد ينتقل عبر القطرات الملوّثة العالقة في الهواء، حتى بعد مغادرة الشخص المصاب. أما الإنفلونزا فيمكن أن تنتشر عبر شخص مصاب لعدة أيام قبل بدء ظهور الأعراض، ويعتقد أن (COVID-19) ينتشر بذات الطريقة، لكن فترة حضانته غير محددة بدقة حتى الآن.

أوجه الاختلاف

في حين أن كلاً من الإنفلونزا و(COVID-19) قد ينتقلان بطرق مماثلة، لكن هناك أيضاً اختلافاً محتملاً وهو أن (COVID-19) قد ينتشر عبر القطرات الصغيرة الملوثة المتبقية في الهواء حتى بعد ذهاب الشخص المصاب الذي نشر العدوى.

العلاج

يمكن الوقاية من المرض من خلال غسل اليدين بشكل متكرر وكاف، واستخدام المرفق عند السعال أو العطس، والبقاء في المنزل عند المرض، مع الحد من الاتصال بالأشخاص المصابين.

لا يمكن علاج الأمراض الفيروسية بالمضادات الحيوية، التي تعمل فقط على الالتهابات البكتيرية. وإنما بمعالجة الأعراض، مثل الحد من الحمى. وقد تتطلب الحالات الشديدة الاستشفاء والدعم، مثل التنفس الصناعي.

بالنسبة لـ(COVID-19): يتم حالياً اختبار الأدوية المضادة للفيروسات لمعرفة ما إذا كان يمكنها معالجة الأعراض.

أما الإنفلونزا: فيمكن للأدوية المضادة للفيروسات معالجة الأعراض وتقصير مدة المرض في بعض الأحيان. ويتوفر لقاح فعال لمنع بعض أنواع الفيروسات الأكثر خطورة، أو للحد من شدتها. ويفضل أن يحصل الشخص على التطعيم عندما يكون معافى، ولكن إذا كان مصاباً فيفضل الانتظار. ويفضل أخذ اللقاح أو "التطعيم" قبل فترة من بدء موسم النزلات (الشهر العاشر)، لإعطاء الجسم فرصة لإنتاج الأجسام المضادة التي تحمي من الفيروس.

أثر الوعي في تكوين الشخصية الناجحة /١

الشيخ حسن الجوادي

إنّ الشخصيات المختلفة التي نراها أمامنا اليوم جاء اختلافها نتيجة عوامل عدة، أعظمها وعي الإنسان بواقعه وذاته، كلّما عرف الإنسان نفسه ووعاها جيداً أصبح إنساناً ناجحاً نبيلاً، في النص المقدس المروي عن أمير المؤمنين علي بن ابي طالب عليه السلام: «من عرف نفسه عرف ربه» (غرر الحكم: ص٢٣٣)..

هذا هو أثر معرفة النفس، وما أعظمه من أثر، فمعرفة الله عزّ وجلّ هي الغاية والهدف من وجودنا، وكل ذلك لا يأتي دون الوعي وهو حضور الإنسان كاملاً يقظاً أمام واقعه، ومعرفة كهذه كفيلة بأن تجعل شخصيتنا أعلى وأكمل الشخصيات، إذن يظهر التفاوت بين البشر بإدراك كل واحد منهم نفسه، ومن ثم إدراكه ربه الذي يتفرّع عليه الالتزام والحب والطاعة، وكل هذه الصور تنتج التقوى التي يكون بها مائز إنسان عن إنسان آخر، فالوعي يعتبر المحرك الأول، منه ينطلق الإنسان للتدبر والتأمل والتفكر، بل كل هذه الحالات التقدمية التي يمر بها تسمى وعياً، وقد نسمي الإنسان المتدبّر المتأمّل المتفكّر -الذي سهر ليالٍ وأياماً من أجل معرفة نفسه وشخصيته وواقعه- بالواعي، فيعرف الإنسان ساعات الخمول والضعف ومتى تؤثر فيه العاطفة، ومتى يكون مجاملاً، وفي أي ساعة يعود إلى الله تعالى، ويكون مدركاً وسوسة الشيطان، ويدرك جيداً أثر العاطفة في انتقاداته وتقييماته، كما يدرك عيوب النفس الكثيرة ويقف عليها واحدة واحدة، ويبدأ يعالج كل الأخطاء التي يرتكبها، كل ذلك يأتي وفق خطة يعدّها لدراسة نفسه وتطويرها وتقدمها، فكل عاقل يسعى لتخليص نفسه من المساوئ والعادات السيئة والأفعال التي ينبذها الشرع والدين.

كيل التّهم

علي عبد الجواد

من الصفات الذميمة والعادات السيّئة جداً هو أن ترمي أحدهم بتهمة أنت لم تتأكد من صحتها أو عدمها وذلك لمجرد أنّك سمعت أحدهم قد ذكرها لك أو رأيت منظراً يوحي لك بأمر لم تتأكد منه فرحت تؤوّله بما تشتهي أو يشتبه عليك!!

يقول أحدهم: كنت أسكن في شقة في الطابق الثالث شدّ انتباهي امرأة يبدو أنها موظفة تخرج من البيت مع طفلها حاملاً حقيبته المدرسية، وبعدها تأتي شابة عشرينية فتدخل البيت.. تبقى لفترة من الزمن ثمّ تغادر البيت بعد أن تقف لحظات في الباب ليعطيها شاب ثلاثيني مبلغاً من المال! تكرّر هذا المنظر أكثر من أسبوع فانزعجت من هذه الوقاحة التي أخذت تتفشى في مجتمعنا (هكذا فكّرت)!

أردت أن أخبر صاحب العمارة التي أسكن فيها ليجد حلاً لهذا الاستهتار! ولكنّي فضّلت أن أتكلّم مع هذا الشباب وانصحه لعلّ الله يهديه وألّا أكون سبباً في فضيحته.. وفعلاً بعد أن غادرت تلك المرأة أسرعت وطرقت الباب ففتح لي الباب وبدون مقدّمات قلت له: يبدو من ملامح وجهك بأنك رجل شهم، ولك زوجة وطفل، فلماذا تفعل أموراً تشوّه سمعتك وسمعة عائلتك.. فانصعق الشاب! ولكنه سرعان ما تبسّم في وجهي قائلاً: خيراً إن شاء الله يا عم، ماذا حصل؟

قلت له: تلك الشابة التي خرجت قبل قليل!.. فردّ عليّ: ولكنك مشتبه يا عم! فتلك المرأة هي ممرضة تأتي لتطبّب أمي التي أجرت عملية، وطلب منا الطبيب أن نداويها ونبدّل ضمادها يومياً بعد خروجها من المستشفى!!

وقفة تأمّل:

* كم واحد منّا تسرّع في الحكم على أحد ما أو أمر ما من غير أن نتروّى أو نتأكد مما سمعناه أو شاهدناه.. وقد يصل الأمر إلى القتل لمجرد كلمة قد خرجت من أفواهنا..

* في كثير من الأحيان نكيل التهم على أشخاص لا نعرفهم، ولكن مجرد أن الإعلام قد سلّط لسانه عليهم، وكأنّ الإعلام منزّه عن كلّ خطأ..

* قد يصل الأمر إلى رجال الدين والمراجع الكرام، فيتّهمونهم بشتّى التهم التي لا تليق بأبسط الناس فضلاً عن سادتهم..

* فلنتق الله في أنفسنا ونتذكّر بأنّ لنا وقفة غداً يوم القيامة فيقف الشخص المعني أمامنا ويريد منّا الدليل على اتّهامنا إياه، فأين المفرّ

ومضات

خطورة النفور من الداعي

إنّ من موجبات المحاسبة الشديدة للعبد يوم القيامة -قد يصل إلى حد مقت الحق له- هو دعوته للعباد إلى الطاعة مع عدم العمل بما يدعو الناس إليه، بل وارتكابه ما يخالف ذلك.. فإنّ الخلق بطبيعتهم (الساذجة) يخلطون بين الدعوة والداعي، وبين المبدأ ومن ينتسب إليه، فيرون شبه (امتزاج) فيهما مع وجود المفارقة الشاسعة بينهما.. ويتعاظم الخطب عندما يتحقق (النفور) من ذلك الداعي، فيعمد المدعو إلى مخالفة الداعي ولو كان محقاً في دعوته لمجرد النفور منه، بل لرغبة المدعو في تحدي الداعي ولو أوجب مخالفة للحق وسخطاً للرب الجليل.. وهذا الأصل مما ينبغي مراعاته بدقة، وخاصة في تعامله مع أهله وعشيرته الأقربين، وذلك لاطلاعهم -بحكم معاشرتهم اللّصيقة- على هفواته التي قد توجب لهم النفور المانع من قبول الموعظة والنصيحة.

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمات مضيئة

خير الناس وشرّ الناس

عن رسول الله محمد صلى الله عليه وآله أنه قال:

«خير الناس من انتفع به الناس، وشرّ الناس من تأذّى به الناس، وشرّ من ذلك مَن أكرمه الناس اتّقاء شرّه، وشرّ من ذلك من باع دينه بدنيا غيره».

(الاختصاص، للشيخ المفيد رحمه الله: ص٢٤٤)

كلمة ومعنى

تبدأ السّورة في ذكرها أحداث نهاية العالم المهولة بالإشارة إلى السماء فتقول: ﴿إِذَا السَّمَاءُ انْشَقَّتْ﴾ (الانشقاق: ١)، فتلاشت نجومها وأجرامها واختلّ نظام الكواكب فيها، كإشارة الآيتين (الأوليتين) من سورة الانفطار التي أعلنت عن نهاية العالم بخرابه وفنائه: ﴿إِذَا السَّمَاءُ انْفَطَرَتْ * وَإِذَا الْكَوَاكِبُ انْتَثَرَتْ﴾ (الانفطار: ١، ٢).

(تفسير الأمثل: ٢٠/٥٢)

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين عليهم السلام فالرجاء عدم وضعها على الأرض. كما ننوه بأنه لا يجوز شرعاً لمس تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والكون على الطهارة. كما نرجو من الإخوة المؤمنين المحافظة على النشرة وعدم استخدامها لحجز مكان لصلاة الجماعة أو الزيارة؛ كي لا تداس بالأقدام فتتعرض للإهانة.

* 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 : حيدر خير الدين