

٦٤٥

السنة الثالثة عشرة

٨ / ذي الحجة الحرام / ١٤٣٨ هـ

٣١ / ٨ / ٢٠١٧ م

الخبير



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





أوجاع طفلي

أماك كاظم الفتلوي

ونتعب فهو لأجلك، ولكن، عذراً لك يا صغيري، كان من المفروض أن أدع لك والدتك لترعاك، لا أن أسمح لها هي أيضاً بالعمل، فتركك كأنك دمية في البيت! أو قطعة من الأثاث.. ولكن سوف أسعى بجهد لي أوفر ما توفره أمك من مال، لكي أجعلها تتفرغ لك، ولتريبتك فأنت أغلى ما لدينا..

قالت الأم: حبيبي الغالي، يا ثمرة فؤادي.. سامحني، لأنني لم أعرف ما تعاني.. كنت أظن أن الوقت الذي أتركك فيه، أعوضك عنه عندما أعود.. ولكن، يا لغفتي.. كل شيء ممكن أن يعوّض إلا الوقت، فهو يمضي ولا يمكن تعويضه، حبيبي الصغير، عذراً لك ولسنينك القليلة، التي عشتها بعيداً عني.. من الآن وصاعداً سأبقى بقربك، لتجديني عندما تصحو وعندما تنام.. وأكون بقربك عندما تشعر بالجوع، وأبدل ملابسك متى ما احتجت لذلك، حتى وإن أثر ذلك على دخلنا الشهري، سأدبر الأمر بالاقتصاد بالمصروف، فأنت أغلى عندي من كل عمل.

قال الطفل لوالديه: منذ أن فتحت عيني على الدنيا وأنا أرى البيت خالياً منكما، وكانت كل لحظة تمرّ تؤلّمني، فأكون في حيرة من أمري! فإذا شعرت بالجوع التفت فلا أجد من يطعمني.. وإذا احتجت إلى من اللعب معه لا أجد إلا أطفال الجيران، الذين التقيهم في الشارع، فأخذ منهم أكثر مما أخذ منكما.. أكثر ما يؤلّمني، إنني كنت ولا زلت أنتقل إلى أي شخص تضعانه في حسابكما انه سيتولى أمري، وكأنكما نسيتماني ولم تعيرا أهمية لما يمكن أن أتقبله أو تتقبله نفسي، فأنا بحاجة إلى حنانكما، وبحاجة إلى أن أبقى في بيتي معزواً مكرماً، أنهل من عطفكما وحنانكما.. لماذا تحرمانني من أبسط حقوقي؟! إنني أتحسر بمرارة كلما شاهدت طفلاً يضحك ويلعب بين أبويه، وهما يوليانه الرعاية اللازمة، والوقت الكافي.. فلماذا تحرمانني حقي هذا؟!.. قال الأب: طفلي الحبيب، يا فلذة كبدي.. لا تظن بأننا نبخل عليك باهتمامنا ومشاعرنا.. ولكن صعوبة الحياة هي التي جعلتنا نعمل، كي نوفر لك المأكل والملبس الجيد، والحياة الرغيدة التي نعيشها.. فحبنا لك هو الذي جعلنا نعاني

الممكن و غير الممكن

الشيخ علي السعدي

الشباب تقديرأ أعلى للذات، واحتراماً أكبر لمفهوم الفردية.. فأنتجت بالمقابل ما يسمى بـ (الحياة الافتراضية)، لديهم، وخلقت عالماً وهمياً فيه أخذ وعطاء وتبادل.. لكن دون أن يكون هناك شيئاً مادياً أو ملموساً.. مما يجعل الشاب يعيش حالة أشبه بـ(انفصام الشخصية)، لأنه أصبح -من ناحية- قادراً وجريئاً.. يخوض مواضيع لم يتعود على الخوض فيها سابقاً، ويستخدم مصطلحات جديدة وقوية.. وهو -من ناحية أخرى- محافظ وهادئ في محيطه الأسري والاجتماعي.. وهنا تكمن الخطورة! فقد أصبح ذا قيم موازية -لكنها ليست افتراضية- سرعان ما تتسرب لداخله، لتكون قيماً واقعية..!

لقد طفت على سطح المجتمع اليوم، الكثير من العادات والتصرفات الهجينة والدخيلة -الخطرة جداً- ما لم تُدرك باجتثاثها واقتلاع جذورها، فسوف تكون عواقبها وخيمة.. والأنكى والأشد! أننا لا نستطيع أن نقيدها بأنواع اللحى، أو قصات الشعر، أو خلاعة الملابس.. فالأمر قد يصل الى طرق التعاطي مع القيم والتعاليم السماوية، كالعبادات والواجبات.. أو العلاقات الأسرية، كاحترام الوالدين وبرهما.. أو المنظومات الاجتماعية، كالتكافل والتراحم وغيرها..!

لقد عمل العلماء اليوم- في ظل العلوم التجريبية- على تحسين الحياة المادية للبشر، ووفروا ما من شأنه أن يريح الإنسان، ويرفع عن كاهله عبء الأتعاب الجسمية.. لكنهم (بالمقابل)، لم يفكروا بسلامة فكره، وإصلاح الأخلاق البشرية.. وكان هذا سبباً في خلق معاناة نفسية، وضغوط عصبية على عامة الناس -بنسبة أو بأخرى- كان لجيل الشباب الحظ الأوفر منها..! فقد أدت به إلى الشعور بالحزن والقلق والتشتت الفكري، وإصابته بالردائل الأخلاقية والآلام النفسية.. مما ترك أثراً على قواه الجسمية، شاء ذلك أم أبى..!

إن المنعطف الذي تمر به المجتمعات الاسلامية عامة، والعربية منها على وجه الخصوص -اليوم- منعطفٌ خطيرٌ جداً، والمرحلة التي تجتازها مرحلة حرجة جداً.. حيث الانفتاح اللامدروس للثقافات المختلفة -حيث الانترنت والفضائيات المقولية شيطانياً- التي تبث سمومها هنا وهناك.. ولعل الخطورة تضاعفت عندما سمحت للشباب بالتطلع فكرياً،

لطرَح مواضيع كان غير قادر على

التطرق إليها من خلال

القنوات التقليدية!

مما زاد في قيمة

الحرية لديه،

وولد لدى



اجعل العطلة وقتاً للترفيه والعلم

إعداد / علي خلف

على الرغم من أنّ العطلة الصيفية لم يتبق منها إلا وقت أقل مما انتقضى، إلا أنه يمكن استثمارها والاستمتاع بما بقي منها من ترفيه، والذي قد يبالغ بعض الآباء في حرمان أبنائهم منه أثناء العام الدراسي.. ولكن الحقيقة التي يجب الانتباه إليها، هي أنه حتى بإنهاء الموسم الدراسي فإنّ التعلّم ينبغي أن يظل مستمراً. ويحذّر المربون من أنّ (الإجازة الصيفية) ليست وقتاً للأبوين للسماح لأطفالهم بنسيان أمر الدراسة. فقد أوضحت الأبحاث التربوية أنه في حال أخفقت في حماية عقل طفلك -خلال هذه الاستراحة المدرسية- فإنه ربما يفقد في المتوسط ما يعادل (٦, ٢) شهراً من تحصيله على مستوى الصف في مهارات علم الحساب، وكذلك ما يعادل عاماً كاملاً على مستوى القراءة.

يقول أحد المختصين بالتربية: إنّ الانهيار يكون أكثر وضوحاً لدى الأطفال القادمين من أسر ذات دخول منخفضة (والذين ربما يدفعون أبنائهم لاهتمامات أخرى كالتركيب والعمل في العطلة). إنه ولا شك في صالح طفلك بدرجة كبيرة أن يظل نشطاً من الناحية التعليمية. أما النبأ الجيد هو أن العقل يمكن تحفيزه بالعديد من الطرق والأساليب التي لن تكلف كثيراً، أو تقابل برفض عنيد من جانب الأطفال. ويقول أحد أساتذة التربية: إنّ الطفل يتعلم عن طريق التقليد.. فإذا كانت الأم أو الأب يقرآن، فإنّ الطفل سيحذو حذوهما. وإن كان الطفل لا يستطيع القراءة بنفسه، فاقراً أنت له. إنّ أي نوع من التعلم عندما يقترن بالمحبة فإنه يصبح عادة.

وقد أشار إلى أن فترة الصيف يمكن أن تكون وسيلة لاحتكاك الأطفال بخبرات تعليمية صعبة، ولكن بوسيلة جديدة، مضيافاً: أن الصيف يُعد فرصة عظيمة لمساعدة الطفل لكي يصبح شخصاً أكثر تطوراً. ومما يجدر التأكيد عليه هو ضرورة أن يتم كل ذلك (بتوازن). وبصورة عامة فإنّ الأطفال بحاجة إلى التمتع بالمرح والاسترخاء خلال الصيف، لأنهم يكونون محمّلين بالأعباء ويواجهون ضغوطاً أكاديمية واجتماعية وخارجية. ويُقترح اشتمال أي برامج تعليمية صيفية على جرعة من المرح، وكذلك التركيز على الاهتمامات الخاصة بكل طفل. مثلاً: هل هذا الطفل يحب الأنشطة الخارجية؟ مثل المساعدة في زراعة حدائق أو غرس نباتات، فمن الممكن في هذه الحالة الاستفادة بذلك كمدخل لمناقشته في أشياء تتعلق بالطبيعة من حوله وهكذا..





التبول
المتكرر



انخفاض
الوزن



الكسل وقلة
النشاط



العطش
الدائم

قبل الإصابة بالسكري أعراض يجب الحذر منها

تأتي الإصابة بداء السكري على مراحل قبل أن يستقر المرض نهائياً، غير أن ظهور بعض الأعراض يمكن أن تمهد للتعرف على احتمال الإصابة، وبالتالي الوقاية من هذا المرض وأخذ العلاجات اللازمة قبل أن يصل إلى مراحل متقدمة.

وتتعدد المشاكل الصحية لدى المصابين بداء السكري، الذين يتفاجؤون بالإصابة من دون سابق إنذار. أما الذين جرى تشخيصهم بالإصابة بهذا الداء (قبل أن يصل إلى مراحل متقدمة) فإن الأعراض عادة ما تتطور بسرعة قد لا تتعدى بضعة أيام أو أسابيع على أقصى تقدير. ولهذه الأسباب ينصح الأطباء بالحذر من بعض الأعراض التي قد تكون إنذاراً بالإصابة بداء السكري، والتصرف معها بسرعة قبل فوات الأوان.

الجوع والتعب:

يحول جسم الإنسان الأغذية إلى (كلوكوز) يمد الخلايا بالطاقة التي يستخدمها الإنسان. غير أن الخلايا تحتاج بدورها إلى مادة (الأنسولين) لاستقطاب (الكلوكوز)، وإذا كان (الأنسولين) غير متوفر بالكمية الكافية، فإن الجسم لن تكون لديه الطاقة الكافية، الأمر الذي يجعل الإنسان دائم الشعور بالجوع وبالتالي التعب.

التبول الكثير:

يقدر الأطباء عدد المرات التي يتبول فيها الإنسان العادي بين أربع وسبع مرات في الـ (٢٤) ساعة، غير أن هذا الرقم قد يتضاعف عند المصابين بالسكري، وذلك لكون الجسم يمتص مادة (الكلوكوز) بعد مروره عبر الكبد. وفي حالة الإصابة بالسكري يعجز الكبد عن الإفراز الكافي، ما يؤدي إلى التبول أكثر.

جفاف الحلق:

كثرة التبول تجعل جسم الإنسان يفقد جفاف الجسم والنفم أيضاً.

الضبابية في النظر:

يسبب النقص في السوائل داخل الجسم في انتفاخ عدسة العين، الأمر الذي يجعل شكلها يتغير وتفقد بعضاً من قدرتها على الإبصار بدقة.

الالتهاب الفطري:

يصيب الالتهاب الفطري المصابين بالسكري من الرجال والنساء على حد سواء. وتتم هذه الفطريات في عدة أماكن في الجسم خاصة بين الأظافر وتحت الإبط.

اعراض
السكري

تخطي العقبات في حل المشكلات

إعداد / علي الأسدي

ومن الأفضل لصاحب المشكلة أن يزيل عن ذهنه (هذا النمط من التفكير) ازاء المشكلة، وأن يوقر نفسه الأجواء المناسبة التي تفرس في ذهنه التفكير الإيجابي وتساعد على توليد الأفكار الجديدة التي تثير لديه الدافع والمحفز للتفكير الجيد فيما يمكن عمله لحل المشكلة، وتغيير الواقع الذي لا يرضاه إلى ما يتمناه في المستقبل.

- ومن العقبات الأخرى: هي أن البعض يكرس جهده في التفكير بالمشكلة من حيث ردود أفعالها.. من دون مواجهتها أو التعامل معها على أساس التغلب عليها.

وهذا ما يحجب بصيرة الإنسان عن رؤية الحلول، نتيجة تأثره بالجانب العاطفي (الذي يندرج تحت عنوان الانفعالات).

وعموماً؛ فإن من أهم عوامل النجاح في حل المشكلات: هو الاهتمام والرغبة والدافعية والثقة بالنفس وارتقاء مستوى التفكير الإبداعي والتفكير الناقد وثراء الخبرات والخلفية الثقافية والمعرفة لمشكلات سابقة..

فكل هذه العوامل تساهم بشكل جاد في تخطي جميع العقبات والحواجز التي تعترض سبيل الإنسان في حله للمشكلات.

تعترى -بعض الأحيان- صاحب المشكلة عقبات تحول دون مبادرته إلى حل المشكلة، منها:

- أن يعتقد صاحب المشكلة بأن مشكلته لا تخضع لقوانين محدّدة، أو يفرض لها تفاسير خاطئة، تسلب منه الاعتقاد بإمكانية السيطرة عليها أو وجود حل لها. وبهذه -الرؤية الخاطئة- يفقد صاحب المشكلة المحفز للمبادرة إلى الحل، أو الاستعانة بمختلف التحاليل التي تقرّبه إلى الأمر المطلوب. كما أن (هذه

الرؤية) تسلب منه الدافع للبحث من أجل اكتشاف نوع

الخلل الذي يعاني منه، فلماذا يبقى لا يعي موطن الداء ولا يعرف موقفه من المشكلة، لأنّه لا يحسّ فهم المشكلة.

كما أنه قد يتوجّه إلى الحل، لكنه يتركه في منتصف الطريق بمجرد أي أمر تافه يصرفه عنه،

لأنّه لا يشعر أنّه ترك أمراً يتوقّف عليه حلّ المشكلة.

- ومن العقبات الأخرى (التي تعترض سبيل صاحب المشكلة وتمنعه من تحقيق الحل): هي صياغته السلبية للمشكلة، من قبيل: شعوره بضيق الوقت لحلّ المشكلة، أو فقدان التأييد المطلوب لإنجاز المهمة، أو الاحساس بالضعف والعجز.. ومن هذا القبيل من التفكير السلبي الذي يثبّط الهمم ويدعم الاتجاه السلبي في حلّ المشكلة.





الولد الغريب !!

إعداد / علي عبد الجواد

وفي اليوم التالي -من قدوم الجيران الجدد- جاء هذا (الأخضر) إلى بيت الشاب الغريب -بعد أن علم عبر أهله، الذين علموا من أهل المنطقة بوجود صاحب العين الواحدة- فطرق الباب، ليفتح له مباشرة ويقول له: ماذا تريد؟

فأجابه الشاب (الأخضر): جئت لأكون صديقك، فأنا غريب المنظر مثلك!

فردّ (صاحب العين الواحدة) بشكل مفاجئ وغير متوقع: ها... أتريدني أن أصادق شخصاً غريب اللون مثلك؟!

فاستغرب الشاب (الأخضر) وعاد مطأطئاً رأسه حزناً، يمشي ببطء إلى بيته.. محدثاً نفسه: حتى الغريب الآخر لم يستطع أن يستوعب غرابتي.. وبقي (الغريبان) وحيدين حتى وافتهما المنية بلا أصدقاء.

العبرة: كثيراً ما نرفض بعض الناس لعيوب فيهم، ونحن فينا من العيوب ما يجعل الناس ترفضنا، لكنهم استوعبونا وتقبلونا على ما فينا من تلك العيوب، فلم لا نستوعب الآخرين ونتقبلهم على ما فيهم، فلا يوجد شخص كامل إلا الأوحدين من الناس الذين اصطفاهم الله تعالى!.

ولد في قرية (طفل غريب) بعين واحدة فقط، جاءت في وسط وجهه، حاول والده إدخاله المدرسة.. وبعد الإلحاح وتقديم الأوراق التي تثبت أهليته قبلت المدرسة بدخوله في مدرسة المنطقة.. ولكن الطفل لم يستطع التعايش مع الطلبة الموجودين فيها.. بسبب السخرية والاستهزاء الذي تلقاه من زملائه..

فاضطرب والده لإخراجه من المدرسة.. وعلمه مهنة النجارة التي كان يزاولها، وهناك ظلّ يعمل في المشغل ولا يراه أحد، وكان والده يتكفل بمسألة التعامل مع الزبائن..

ولكن بعد وفاة والده لم يعد هناك زبائن، فاضطر لبيع المحل والجلوس في البيت مقتصرأ في الإنفاق على هذا المال الذي كان يكفيه لفترة طويلة من السنين.

وفي يوم من الأيام اشترى أحدهم بيتاً مجاوراً لبيت هذا الشاب الغريب -ذي العين الواحدة- فجلس إلى النافذة ينظر إلى من ينزل من السيارة فكانوا جميعهم طبيعيين، باستثناء شاب (لون وجهه أخضر) بشكل ملفت للغاية.. فراودته مشاعر غريبة تجاه هذا الفريد من نوعه، حيث شعر بالقلق من وجود جار -غريب اللون- إلى جانب بيته.

الحُمقاء في الدين

إنَّ ما يثير التحير والتحسّر، هو هذا السعي الحثيث للعباد في شؤون دنياهم، إذ أن (ثُلث) حياتهم في اليوم والليلة، وقف على النشاط اليومي لكسب المال، ليَمضي (الثُلثان) الباقيان في صرف ذلك المال المكتسب في الاستمتاع والاسترخاء، وفيما لا يُعَدُّ زاداً للحياة الأبدية.. أما السعي في ما يورث له سعادة الأبد، فلا موقع له في نشاطهم، أو له موقع لا (يُعبأ) به متمثلاً في صلاة لا يُقبَلون فيها بقلوبهم، ولا تُغيّر شيئاً من واقعهم.. وقد ورد عن النبي ﷺ أنه قال: «يا أبا ذر: لا تصيب حقيقة الإيمان، حتى ترى الناس كلهم حُمقاء في دينهم، عقلاء في دنياهم» (البحار: ج ٧٧/ص ٨٥).

الشيخ حبيب الكاظمي

سجدة الشكر

كلمات مضيئة

عن الإمام الصادق عليه السلام أنه قال:

«أيما مؤمن سجد لله سجدة لشكر نعمه في غير صلاة كتب الله له بها عشر حسنات، ومحا عنه عشر سيئات، ورفع له عشر درجات في الجنان»

(ثواب الأعمال: ص ٣٢)

كلمة و معنى

﴿وهديناه النجدين﴾ (البلد: ١٠)

أي سبيل الخير وسبيل الشر. فعن رسول الله ﷺ أنه قال:

«يا أيها الناس: هما نجدان؛ نجد الخير ونجد الشر، فما جعل نجد الشر أحب إليكم من نجد الخير». ولو قيل كيف يكون نجد الشر مرتفعاً كنجد الخير، ومعلوم أنه لا رفعة في الشر؟! والجواب: أنَّ الطريقين جميعاً ظاهران باديان للمكلفين، فسمى سبحانه كلاهما نجداً؛ لظهوره وبروزه. ويجوز أن يكون: سمي طريق الشر نجداً من حيث يحصل في اجتناب سلوكه الرفعة والشرف، كما يحصل ذلك في طريق الخير. وقيل أيضاً: أنه على عادة العرب في تثنية الأمرين، إذا اتفقا على بعض الوجوه، فيجري لفظ أحدهما على الآخر، كقولهم القمرين في الشمس والقمر.

* النجد: هو الارتفاع، أو الأرض المرتفعة.

(تفسير مجمع البيان: ج ١٠/ص ٣٢٤)

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين عليهم السلام، فالرجاء عدم إلقائها 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؛ فإنها تتعرض للإهانة بسبب سحقها بالأقدام لعدم الانتباه لها.

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد: (١٢١٩) لسنة ٢٠٠٩ م.

- زوروا على موقع شبكة الكفيل العالمية: www.alkafeel.net - راسلونا على البريد الإلكتروني: nashra@alkafeel.net

التحرير: الشيخ علي السعدي / علي عبد الجواد - التدقيق اللغوي: عمار السلامي - التصميم والإخراج: حيدر خير الدين