



المجلد الخامس

٩٢٦

السنة التاسعة عشرة
١٥ / شهر رمضان الكريم / ١٤٤٤ هـ
٢٠٢٣ / ٤ / ٦

شهر رمضان المبارك
شهر الأسرة بامتياز

نشرة أسبوعية ثقافية تصدرها وحدة النشر التابعة لمركز الدراسات والمراجعة العلمية في قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة





الأطفال والصيام أثناء الدراسة

وبما يسمح به وقتهم، فهو شهر الطاعات المليء بالخيرات والبركات.

- الحد من الجلوس أمام شاشات التلفاز والأجهزة الذكية، فيضيع وقتهم من غير الانتباه لدروسهم، وخاصة أن الفضائيات ومواقع التواصل تتفنن في هذا الشهر بطرح البرامج والمسلسلات المختلفة التي تجذب إليها المشاهدين، والتي تكون -غالباً- بعيدة عن روحية هذا الشهر الفضيل، إلا ما رحم ربي.

- على إدارات المدارس مراعاة الطلبة الصائمين خاصة ممن بدؤوا صيامهم أول مرة، بأن يقللوا من الواجبات البيتية، وكذلك الامتحانات، وبالقدر الممكن.

- أن يسعوا الطلاب بأخلاقهم المعهودة منهم، ولا يدعوا الصيام يؤثر على منهجهم التربوي المعتاد، لأنهم آباء تربويون قبل أن يكونوا معلمين.

- أن يحثوا الطلاب على أن يوازنوا بين مطالعتهم وطاعتهم من غير تقصير، ومن الجميل مساعدتهم بترتيب دروسهم وتنظيم أوقاتهم خلال هذا الشهر المبارك.

- أن يشيعوا بين التلاميذ حب الطاعة، وأنه الأمر الأهم في هذه الحياة، فما خلُقنا إلا لنطيع خالقنا، فإليه مآلنا.

علي عبد الجواد

لا شك في أن شهر رمضان المبارك يختلف فيه نمط الحياة عن بقية الشهور، إذ لا بد من إعداد برامج خاصة به وكل حسب عمله، وأكثر فئة قد تعاني من اختلاف الأنماط المعتادة في بقية الشهور هو الطالب، وخاصة لمن كانوا في بدايات تكليفهم الشرعي!

فالتألم عليه ضغوطات الدراسة والامتحانات ومن ثم يُجهد نتيجة الصيام! وخاصة إذا ما ارتفعت درجات الحرارة، لذا لا بد من تهيئة الطالب وتنظيم وقته خلال أيام هذا الشهر المبارك سواء من قبل الأسرة أم إدارات المدارس، منها:

- أن يرشد الأهل أبناءهم إلى أهمية الصيام ووجوبه، فالتارك لله عاص لله تعالى، لذا لا بد من أن نكون عند حسن ظن ربنا ليحبنا ويقربنا منه.

- أن يأخذ الطالب وقتاً كافياً من النوم، من غير سهر مفرط يؤثر على نشاطه في اليوم التالي.

- ينبغي على الأسرة أن تهتم بوجبات الفطور والسحور، فتكون متضمنة الغذاء المتنوع والمفيد والعصائر الطبيعية، وبالحد الطبيعي من غير إسراف، خاصة وقت السحور.

- أن يكون هناك وقت للعبادة وعمل المستحبات

الأسرة في شهر رمضان

الأولياء والصالحين أو للذكر أو لقيام الليل لتعزيز العمل الجماعي بين أفراد الأسرة. ومن القضايا المجتمعية المهمة في شهر رمضان (الإسراف في الطعام)، حيث نجد البعض يضع العديد من الأصناف، وأغلب هذا الطعام لا يؤكل بل يرمى في النفايات! فلنحافظ على نعم الله تعالى ليزيدنا من فضله.

كما لا يجوز تكليف الزوجة بما لا طاقة لها من حيث إعداد الطعام والعمل الشاق في البيت، ف شهر رمضان فرصة لتتعلّم التعاون في الأسرة، فقد كان أشرف الخلق ﷺ يساعد أهله، ويخيّط ثوبه، ويخفف نعله. ولا بد من أن يكون للأطفال اهتمام خاص في شهر رمضان، من حسن الرعاية والتربية وحثهم على الخير وتعويدهم عليه، فقد أرشد نبينا الأكرم ﷺ أولياء الأمور أن يدرّبوا أبناءهم على الطاعات، بشرط الرفق بهم وعدم المشقة عليهم؛ لأنهم غير مكلفين ابتداءً، وهذا من باب التدريب والتعليم.

الخلاصة: إن شهر رمضان المبارك فرصة ثمينة للارتقاء بالأخلاق والقرب من الله تعالى، وتعميق العلاقات الأسرية، والتأسيس للتكافل والتراحم، وتحقيق معاني التسامح.

من أعظم النعم على المسلم أن يبلغه الله تعالى شهر رمضان، وأن يعينه على أداء واجباته من صيام نهاره وقيام ليله، فهو شهر الرحمة والغفران والعتق من النار، فتفتح فيه أبواب الجنة وتغلق فيه أبواب النار وتصفد الشياطين إعانة من الله تعالى للمؤمن للجد والعمل والطاعة، فحري بالمؤمن أن يستثمر هذا الشهر الفضيل بما يعود عليه بالخير، وأن يبادر بالبِر والطاعة.

وشهر رمضان هو شهر الأسرة بامتياز، فهو الشهر الذي تجتمع فيه الأسرة على مائدة الطعام على السحور والإفطار، فتلتقي فيه العائلات وتتواصل، فهو دورة تدريبية يمكن أن نحصل من خلالها الكثير من الأخلاق والأدبيات الإيجابية.

ومن أهم الأولويات تحصيل التقوى في رمضان وذلك من خلال التركيز على تحصيل المعاني الراقية من التسامح والرحمة والإحسان، ولبتنا في هذا العام نبداً بتعزيز الإيجابيات بجعله شهر تغيير للأفضل نقرن فيه بين النظرية والتطبيق.

ومن النقاط المهمة أن نضع برنامجاً لأسرتنا في هذا الشهر المبارك من توزيع

المستحبات؛ كأن نجعل جلسة لقراءة القرآن الكريم أو قراءة كتاب فيه سيرة



إعداد / منتظر محمد

الصوم وتصفير الخصومات

السيد فاضل علوي



للمفلحين في الدنيا والآخرة، ففي الدنيا كل عمل عبادي هو لقاء واختبار لمدى علاقتنا بالله عز وجل، ولا تنزل الرحمة والمغفرة الإلهية في وعاء يمتلئ بالحق والحسد، ومن أجل الوصول إلى الأهلية والقابلية للاستفادة وتحصيل الثمرات وفضائل الشهر الكريم لا بد من تصفية كل تلك الشوائب المظلمة للقلب، فالأحقاد والكراهيات ناجمة من خلاقات وقطيعة استجاب فيها المرء لصوت الشيطان وأهواء الانتصار الوهمي، وحن الوقت لتطهير نفسه وعقد المصالحات وتبني استراتيجية التسامح مع من أساء له وتقديم الاعتذار لمن أخطأ في حقه، فالصفح عن الناس من أقصر الطرق إلى عفو الله تعالى وتجاوزه عن معاصي العباد.

وهاهو أمام فرصة الشهر الكريم لينطلق بهمة عالية في تقوية علاقته بربه فيجني من المناجاة والأجواء الروحية العبادية فهماً لحقيقة الرزق وتفاوته فيسلم ويقنن بما قسمه سبحانه له.

فشهر رمضان شهر المحبة والوفاء وتقوية أواصر العلاقات بين الأرحام والجيران والأصدقاء، فما طلب رضوان ربه من بقي في دائرة السوء من اللؤم والفتن والغيبة والنميمة، وكلها أوبئة ناجمة عن سواد القلب ومشاعره المتأججة حقداً.

الشهر الكريم صناعة للإنسان في فكره الواعي وقلبه السليم جنة من الكراهيات ولخلقه وتعامله مع الناس صبغة الحسن والطيب، فجني ثماره ونيل جوائزه لا يكون بالتوقف عن الطعام والشراب مع بقاء نقطة سوداء في قلبه، فيمارس العدوان والقطيعة والتجاهل لمن اختلف معه في موقف، وإنما هو تطهير للنفس من أسر الشهوات والأهواء وتنقية علاقاته من الخصومات. الشهر الكريم فرصة لالتقاط الأنفاس وإعادة الحسابات والتأمل في خطواته وأحواله وخصوصاً علاقته بالله عز وجل وبرنامجه العبادي وعلاقاته بالآخرين، فإصلاح النفس فرصة ثمينة لتصحيح أخطائه وكذلك الرجوع عن أي حالة خصام على مستوى محيطه الأسري والاجتماعي، فتلك الحالات من المشاحنات والخلافات من غير المقبول أخلاقياً ونفسياً أن تبقى حساباً مفتوحاً لا أمد له، تنبت في القلوب بذور الظنون السيئة والكراهيات والأحقاد، ولن يجد المتخاصمون فرصة تهدأ فيها النفوس وتغلق أبواب الخلافات كشهر الله تعالى، إذ تسمو النفس وتصفو من التعلق بالشهوات من جهة، وتطهر وتصفو من كل المشاعر السلبية والإحسان تجاه الآخرين من جهة أخرى، فالخصومات مرتع الشيطان ونقطة استنزاف إيماني يثقل ميزانه بالسيئات.

القلب السليم شرط لقاء الله تعالى

الصيام والنفس والوقاية من الأمراض

المجلة الطبية (Psychother Psychosom) في إيطاليا بحثاً أثبتت بأن التوتر النفسي والقلق يؤدي إلى زيادة الإصابة بالالتهابات الفيروسية والبكتيرية والطفيلية.

ولكن أخي الكريم: هل القلق والاضطرابات النفسية قلت في شهر رمضان كما أراد الله تعالى للإنسان، ففي عام ٢٠٠٠ نشرت مجلة (Pschosom Med) الطبية بأن القلق النفسي والاضطرابات العصبية وعدم الراحة وسرعة الانفعالات تزداد عند الصائمين، والزيادة تكون أعظم لو كان الصائم مدخناً.

ولكن هل سألنا أنفسنا: لماذا زادت الحالات النفسية توتراً أثناء الصوم، فالمفروض أن النفس البشرية تكون أكثر فرحاً وابتهاجاً وسعادة في أيام شهر رمضان؛ لأنه شهر خاص بزيادة العلاقة بين الإنسان وربّه، ولو كان الإنسان فعلاً يسير بهذا الاتجاه لما زادت الحالات النفسية والمشاكل النفسية والقلق.

إذن لا بد للصائمين من أن يحسنوا صيامهم ويزدادوا تقرباً ووثوقاً بالله عزّ وجلّ فهو السبيل لراحة البال وطمأنينة النفس البشرية.

د. نوري سراج الوائلي

شهر رمضان فرصة كبيرة للنفس المضطربة والتأهية لتعود لشاطئ الأمان والاستقرار والقناعة، وكل هذا يزيد من مناعة الجسم ويبعد المرض ويشدّ النفس ويطيل العمر ويجلب السعادة إلى الإنسان والأسرة والمجتمع وهذا مقصد كل نفس وروح، وكل الأبحاث العلمية المنشورة في المجلات الطبية أثبتت بأن القلق النفسي له دور مهبط لجهاز المناعة وسبب لكثير من الأمراض وخاصة أمراض القلب والضغط وداء السكري وقرحة المعدة وحتى الأمراض السرطانية، بل إن الشدّ العصبي والغضب يقتل الإنسان.

وقد نشرت مجلة (Soc Sci Med) عام ١٩٩٩ بحثاً عن علاقة القلق والتأزم النفسي مع أمراض كثيرة وخاصة أمراض القلب وداء السكري والسرطان وأمراض الضغط، وفي العام نفسه نشرت المجلة الطبية (Rev Med Intern) في فرنسا مقالة مطولة أظهرت بأن القلق النفسي والشدّ العصبي وعدم الاستقرار والشعور بالمشاعر السلبية يؤدي إلى ضعف المناعة الناتجة عن خلل في هرمونات الجسم، وأن السعادة والرضا والقناعة تؤدي إلى زيادة المناعة وتخفيف حدّة المرض وخاصة الأمراض المناعية والروماتزم والسرطان، وفي عام ١٩٩٧ نشرت



ليلة القدر

يكون له اهتمام سنوي محدّد لتطهير نفسه وتأملها وتصفيتها بمقدار شهر من الأشهر الاثني عشر للسنة حتى لا يغفل بفعل تتابع الحوادث.

وقد جعل الله سبحانه في وسط ذلك ليلة القدر لتكون محفوظة بأجواء جادة ومناسبة للحساب والتقدير، وذلك أمر جيد وحكيم؛ لقد أراد الله تعالى من خلال شهر رمضان وفرض صيامه أن يهيئنا للقاءه، ويوجّهنا إلى استحضاره، ويوفر لنا أدوات الاستعداد للدار الآخرة.

فعلينا أن ننتبه ونلتفت ونأخذ بالعظة وبالحكمة، ولا تغلبنا ضوضاء الحياة ودفؤها... فالذي يكون قرين الإنسان بشكل دائم إنما هو الله سبحانه... كما أن ما يكون قرين الإنسان هو ما اشتمل عليه من خصاله الكريمة أو خصاله اللئيمة -نعوذ بالله-، والمحاسن أو المساوئ التي هي فيه، وأعماله التي اكتسبها، فهذه الأمور هي قرين الإنسان دائماً، وإنما ينظر الله تعالى إلى شخصية الإنسان من خلالها، فعلينا أن نسعى في أن نطوّر أنفسنا في هذا الشهر الفضيل، ونسعى إلى تأمل أحوالنا، ونستعد للقاء الله تعالى.

السيد محمد باقر السيستاني

لقد خصّ الله تعالى هذا الشهر بليلة فريدة في أيام السنة، وهي ليلة القدر، لكي يتأمل الإنسان تأملاً سنوياً أمور سنته السابقة من جهة، ويحصي على نفسه مواضع القصور والتقصير والتفريط، ويخطط لأمور سنته القادمة من جهة أخرى؛ كي يتّقي تلك المواضع ويسعى إلى الرقي والاستزادة، فهذه مناسبة لطيفة، وذلك تشريع لطيف وحكيم للغاية.

ليس من الصحيح أن يسترسل الإنسان طيلة السنة وينشغل دائماً دون توقف في ضوضاء الحياة والشهوات والرغبات والاجتماعات، وإذا به يقترب من الموت من غير أن يحاسب نفسه، بل يكون هناك موعد سنوي للمحاسبة ومقتضياتها، وهي ليلة القدر.

وللعقلاء موعد سنوي لمحاسبة أمورهم، فالتجار والفلاحون والعمال عادة يكون لهم يوم بالسنة يقدّرون فيها الربح والخسارة، فالتاجر النبه الذي يريد أن لا تختلط عليه الأمور يجعل لنفسه حساباً سنوياً، ولذلك وجب الخمس في السنة؛ لأنّ السنة باختلاف فصولها من الشتاء والصيف والربيع والخريف، وتقلّبات الجو وتقلّبات الأشجار والحيوانات وأمزجة الناس، كل ذلك يوجب تفاوتاً في الحوائج وتنمية المال، فاقترض أن يرتب موعداً سنوياً، حتى يلاحظ ما حصل له في السنة ويخطط لسنته المقبلة، فهذا شيء معقول ومفهوم وحكيم.

وكذلك يكون الحال في الجانب الأهم في حياة الإنسان وهو الجانب المعنوي والروحي، فلزم على الإنسان أن

قصة نبي الله شعيا عليه السلام

صالح سلف مني وأنت أعلم مني بنفسي، أسألك أن تؤخر عني الموت وتنسئ لي عمري وتستعملني بما تحب وترضى.

فأوحى الله تعالى إلى شعيا عليه السلام أني رحمت تضرعه واستجبت دعوته، وقد زدت في عمره خمس عشرة سنة، فمره فليداو قرحته بماء التين، فإني قد جعلته شفاء مما هو فيه، وإني قد كفيته وبني إسرائيل مؤونة عدوهم. فلما أصبحوا وجدوا جنود ملك بابل مصروعين في عسكرهم موتى، لم يفلت منهم أحد إلا ملكهم وخمسة نفر، فلما نظروا إلى أصحابهم وما أصابهم كروا منهزمين إلى أرض بابل وثبت بنو إسرائيل متوازين على الخير.

فلما مات ملكهم ابتدعوا البدع ودعا كل نفسه، وشعيا يأمرهم وينهاهم فلا يقبلون حتى أهلكهم الله.

وقال صاحب الكامل: قيل إن شعيا أوحى الله إليه ليقوم في بني إسرائيل يذكرهم بما يوحى على لسانه لما كثرت فيهم الأحداث، ففعل، فعدوا عليه ليقتلوه فهرب منهم، فلقيته شجرة فانفلقت له فدخلها، وأخذ الشيطان يهدب ثوبه وأراه بني إسرائيل، فوضعوا المنشار على الشجرة فنشروها حتى قطعوه في وسطها.

(بحار الأنوار، ج ١٤ / ص ١٦١)

عن الإمام الباقر عليه السلام قال: قال الإمام علي عليه السلام: أوحى الله تعالى جلّت قدرته إلى شعيا عليه السلام أني مهلك من قومك مائة ألف؛ أربعين ألفاً من شرارهم، وستين ألفاً من خيارهم!

فقال عليه السلام: هؤلاء الأشرار، فما بال الأخيار؟

فقال: داهنوا أهل المعاصي فلم يغضبوا لغضبي.

وعن وهب بن منبه قال: كان في بني إسرائيل ملك في زمان شعيا، وهم تابعون مطيعون لله، ثم إنهم ابتدعوا البدع فأتاهم ملك بابل، وكان نبиеهم يخبرهم بغضب الله عليهم، فلما نظروا إلى ما لا قبل به من الجنود تابوا وتضرعوا.

فأوحى الله تعالى إلى شعيا عليه السلام أني قبلت توبتهم؛ لصالح آبائهم، وملكهم كانت له قرحة بساقه وكان عبداً صالحاً.

فأوحى الله تعالى إليه عليه السلام أن مُر ملك بني إسرائيل فليؤص وصيه وليستخلف على بني إسرائيل من أهل بيته، فإني قابضه يوم كذا فليعهد عهده.

فأخبره شعيا عليه السلام برسالته تعالى عزّ وعلا.

فلما قال له ذلك، أقبل على التضرع والدعاء والبكاء فقال: اللهم ابتدأتني بالخير من أول يوم، وسببتني لي وأنت فيما ستقبل رجائي وثقتي فلا الحمد بلا عمل

مسابقة أجر الرسالة الأسبوعية الإلكترونية (١٠)

هي مسابقة ثقافية تُعنى بنشر سيرة وعلوم وأخلاق أهل البيت الأطهار عليهم السلام، وكذلك نشر المبادئ والقيم الإنسانية التي يحملها الإسلام العظيم.

السؤال الأول: مَنْ الذي خاطب الإمام أمير المؤمنين علي عليه السلام بقوله: (أنت الطريق إلى الله) :

السؤال الثاني: ما أبرز ما أوصى الإمام علي عليه السلام ولده الإمام الحسن عليه السلام بعد أن ضربه ابن ملجم :

السؤال الثالث: متى قال أمير المؤمنين (عليه السلام) كلامه هذا: (لا تتركوا الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، فَيُؤْتَى عليكم شراركم، ثم تدعون فلا يُستجاب لكم) :

ملاحظات:

- * تكون الإجابة عن الأسئلة من خلال الدخول إلى صفحة أجر الرسالة في الفيسبوك بواسطة مسح رمز الـ (QR)، وملء النموذج الإلكتروني الخاص.
- * تُطلق الأسئلة الجديدة كل يوم خميس من كل أسبوع.
- * آخر موعد للإجابة هو يوم السبت.
- * تعلن أسماء الفائزين كل يوم اثنين على المنصات الإلكترونية الخاصة ببرنامج أجر الرسالة.
- * هناك هدايا تبركية للفائزين الخمسة الأوائل.
- * تسليم الهدايا: يوم الخميس من الساعة (١ - ٤) عصراً.
- * مكان تسليم الهدايا: العتبة العباسية المقدسة - معرض الكفيل للهدايا.



برنامج على منصات التواصل الاجتماعي
يهدف لنشر مفاهيم أهل البيت عليهم السلام

