



الحديث

٧٧٥

السنة السادسة عشرة

٢٩ / شعبان / ١٤٤١ هـ

٢٣ / ٤ / ٢٠٢٠ م



التربية المبكرة على حبّ النبي وآله ﷺ وقراءة القرآن

إعداد / زينب علي

الطفل متعاطفاً معهم مُحِباً إياهم، مبغضاً من آذاهم من مشركين ومنحرفين.

لذا يجب على الوالدين تنمية عواطف الطفل تجاه رسول الله ﷺ، وسائر الرسل والأنبياء وأهل البيت ﷺ، وأفضل طريقة في هذا المجال هي طريقة السرد القصصي الهادف، والذي يحقق فائدتين:

الأولى: تعميق حبهم ﷺ في قلبه. والثانية: محاولة الاقتداء بهم ﷺ بعد التعلّق بسلوكهم في الحياة.

فتنمو في داخله العواطف المختلفة: كحب الإخلاص، وحب الكرامة، وحب الشجاعة والكرم والإيثار، وحب القيم والسلوك الصالح، والابتعاد عن كلّ ما ابتعدوا عنه. وتنمو عواطف البغض والكره والنفور من الذين خالفوهم ووقفوا في مواجهتهم، واجتناب سلوكهم في الحاضر أو في المستقبل.

التركيز على قراءة القرآن في الصغر يجعل الطفل منشداً إلى كتاب الله، متطعاً على ما جاء فيه، وخصوصاً الآيات والصور التي يفهم الطفل معانيها، وقد أثبت الواقع قدرة الطفل في هذه المرحلة على ترديد ما يسمعه، وقدرته على الحفظ، فينشأ الطفل وله جاذبية وشوق للقرآن الكريم، وينعكس ما في القرآن من مفاهيم وقيم على عقله وسلوكه.

تبدأ مرحلة (الطفولة المبكرة) من عام الفطام إلى نهاية العام السادس أو السابع من عمر الطفل، وهي من أهم المراحل التربوية في نمو الطفل اللّغوي والعقلي والاجتماعي، وهي مرحلة تشكيل البناء النفسي الذي تقوم عليه أعمدة الصحة النفسية والخلقية، وتتطلب هذه المرحلة من الأبوين إبداء عناية خاصة في تربية الأطفال وإعدادهم؛ ليكونوا عناصر فعّالة في المحيط الاجتماعي..

قال رسول الله ﷺ: «ادَّبُوا أولادكم على ثلاث خصال: حبّ نبيكم، وحبّ أهل بيته، وقراءة القرآن» (كنز العمال: ٤٥٦٩/١٦).

في هذه المرحلة (مرحلة الطفولة المبكرة) تنمو المشاعر والعواطف والأحاسيس عند الطفل، من حب وبغض وانجذاب ونفور، واندفاع وانكماش، فيجب على الوالدين استثمار حالات الاستعداد العاطفي عند الطفل وتنمية مشاعره وعواطفه، وتوجيهها نحو الارتباط بأرقى النماذج البشرية، والمبادرة إلى تركيز حبّ النبي ﷺ، وحبّ أهل البيت ﷺ في خلجات نفسه، والطريقة الأفضل في تركيز الحبّ هو إبراز مواقفهم وسلوكهم في المجتمع، وخصوصاً ما يتعلّق برحمتهم وعطفهم وكرمهم ومعاناتهم، وما تعرّضوا له من حرمان واعتداء، يجعل



الأسرة في رمضان

إعداد / منتظر علي

٥- هذا الشهر المبارك مناسب تماماً لاجتماع

الأقرباء وصلة الأرحام، فهي فرصة للمصالحة وصلة الرحم المقطوعة.

٦- كان من هدي الرسول ﷺ في العشر الأواخر أنه "يحيي ليله"، وفي هذا دلالة على أن الأسرة يجب أن تهتم باستغلال هذه الأوقات المباركة فيما يرضي الله عز وجل، فعلى الزوج أن يوقظ زوجته وأولاده للقيام بما يقربهم عند ربهم عزوجل.

٧- قد يوجد في البيت أولاد صغار وهم بحاجة للتشجيع على الصيام، فعلى الأب أن يحثهم على السحور، ويُسجّعهم على الصيام بالثناء والجوائز لمن أتم صيام الشهر أو نصفه.. وهكذا.

٨- شهر رمضان شهر القرآن، فننصح بعمل مجلس في كل بيت يُقرأ فيه القرآن ويقوم الأب بتعليم أهله القراءة، ويوقفهم على معاني الآيات، وكذا أن يكون في المجلس قراءة كتاب في أحكام وآداب الصيام، وكذلك الأمور الفقهية.

٩- حثهم على الإنفاق وتفقد الجيران والمحتاجين.

١٠- وعلى الآباء منع أولادهم من تضييع الوقت في أمور تافهة، مثل البرامج والمسلسلات التافهة وتصفح المواقع غير المفيدة أو الضارة، ومنعهم من السهر على هذه الأمور بلا فائدة.

من نعم الله تعالى على المسلم أن يبلغه صيام

شهر رمضان المبارك ويعينه على قيامه، فهو شهر تتضاعف فيه الحسنات، وتُرفع فيه الدرجات، ولله تعالى فيه عتقاء من النار، فحري بالمسلم أن يستغل هذا الشهر بما يعود عليه بالخير، وأن يبادر في ساعات عمره الى الطاعة، فكم من شخص حُرِمَ إدراك هذا الشهر لمرض أو وفاة أو ضلال.. وكما أنه يجب على المسلم أن يبادر ساعات عمره باستغلال هذا الشهر، فإن عليه تجاه أولاده واجباً لا بد له منه، بحسن رعايتهم وتربيتهم، وحثهم على معرفة أبواب الخير، وتعويدهم عليه؛ لأن الولد ينشأ على ما تعود عليه.

وفي هذه الأيام المباركة لا بد من أن يكون للأبوين دور في استغلال هذا الأمر، ويمكن أن نوصيهما بما يلي:

١- متابعة صيام الأولاد والحث على من قَصُر منهم في حقه.

٢- تذكيرهم بحقيقة الصيام، وأنه ليس فقط ترك الطعام والشراب، وإنما هو طريق لتحصيل التقوى، وأنه مناسبة لغفرة الذنوب وتكفير الخطايا.

٣- تعليمهم آداب وأحكام الطعام، وتذكيرهم بتحريم الإسراف وضرره عليهم.

٤- التذكير بحال الفقراء والمعدمين ممن لا يجدون لقمة يطفئون بها نار جوعهم.

أفضل الشهور

إعداد / علي الأسدي

* كثيرون يرجون المغفرة، غير أن سعيهم إليها بطيء، وهذا تفريط ظاهر؛ لأن العمر محدود، فلا يحتمل إلا المسارعة لا التباطؤ: ﴿وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ﴾ (آل عمران: ١٣٣).

* أهل الفجر فئة موفقة، وجوههم مسفرة وجباههم مشرقة وأوقاتهم مباركة، فإن كنت منهم فاحمد الله تعالى على فضله، وإن لم تكن فادع الله تعالى أن يجعلك منهم.

* شهر رمضان شهر تسود فيه الرحمة، فمن الطبيعي أن تبدأ الرحمة من داخل الأسرة ثم تنتشر لتعم المجتمع بأسره، ومن مظاهر الرحمة داخل الأسرة في شهر رمضان ألا يكلف بعض أفرادها البعض الآخر ما لا يطيقون، ومن ذلك عدم إثقال كاهل الأم والأخوات بطلب أمور أو أعمال صعبة، أو طلب أصناف طعام متعددة أو صعبة التحضير.

* حافظ على ما غزلت وشيدت في شهر رمضان، حافظ على صفاء قلبك، وسمو روحك، وجمال لسانك، ونقاء بصرك، حافظ على كل بناء شيدته في شهر رمضان، فالجمال الذي وجدته في قلبك وروحك، بإمكانك أن تحافظ وتداوم عليه طوال السنة.

* من أجمل ما قاله أحد الأدباء عن شهر رمضان المبارك: رمضان بين أحد عشر شهراً.. كيوسف بين أحد عشر كوكباً، فلا تقتلوه.. ولا تلقوه في الجُب.. ولا تبيعوه بثمان بخس.. بل أكرموا (مَثَوَاهُ عَسَى أَنْ يَنْفَعَنَا)!

* وأجملهن قولاً ما قاله النبي ﷺ في خطبته في استقبال شهر رمضان المبارك: «شهر هو عند الله أفضل الشهور، وأيامه أفضل الأيام، ولياليه أفضل الليالي، وساعاته أفضل الساعات»..

كل رمضان وأنتم إلى الله تعالى أقرب.

أسس التغذية الصحية في شهر رمضان المبارك

يجب

على كل صائم اتباع

القواعد والأسس الصحية لتناول الطعام

والشراب في شهر رمضان المبارك، وذلك للحفاظ على الصحة وتنظيف الجسم وإراحة الجهاز الهضمي، ومن أبرز هذه الأسس اعتماد نظام غذائي صحي يتكوّن من العناصر الغذائية الأساسية التي تمكّن الصائم من أداء واجباته الدينية دون مشقة، وسنعرّف على أسس التغذية الصحية في شهر رمضان المبارك فيما يأتي:

* وجبة الإفطار

- على الصائم تعجيل تناول طعام الإفطار لمن لا يطيق الانتظار لما بعد صلاة المغرب؛ وذلك لتفادي حدوث انخفاض في معدل السكر في الدم.

- أن يحتوي الطعام الذي يُقدّم على وجبة الإفطار على عناصر غذائية أساسية، حيث يجب شرب كمية قليلة من الماء في البداية ثم تناول طبق الشوربة، ويُفضل أن يتناول الصائم اللبن مع التمر، بعد ذلك يتناول طبقاً من السلطة تمهيداً لتناول الوجبة الرئيسية التي يُنصح بتناولها بعد مرور عشر دقائق.

- التقليل من تناول الأطعمة المقلية واستبدالها بالأطعمة المشوية، وذلك للحفاظ على معدل الدهون ضمن المعدل الطبيعي.

- الحرص على تناول السلطة المكوّنة من الخضروات الورقية لتسهيل عملية الهضم والوقاية من حدوث الإمساك.

- تجنب تناول الأطعمة المحتوية على نسبة عالية من الملح؛ لأنها تعيق عملية تنظيف الجسم من السموم.

- الحرص على

يعادل ثمانية أكواب من الماء بعد الإفطار.

- يُفضّل تناول الفواكه المجففة والعصائر الطبيعية والعسل عوضاً عن الحلويات الدسمة.

* الوجبة الخفيفة بعد الإفطار

- يجب تناول هذه الوجبة بعد الإفطار بساعتين على الأقل.

- يجب أن تحتوي هذه الوجبة على كميات قليلة من السعرات الحرارية والدهون، وذلك للحد من الإصابة بمشاكل الهضم، مثل عسر الهضم وتجنب زيادة الوزن.

- يجب التقليل من تناول المشروبات الرمضانية والحلويات الدسمة عند تناول هذه الوجبة.

* وجبة السحور

- تعتبر وجبة السحور وجبة مهمة جداً وهي من قواعد التغذية الصحية في الشهر الفضيل، فالبعض يهمل تناولها بالرغم من أنها تشكّل دعامة رئيسية للجسم وتزوّد بالطاقة التي يحتاجها.

- يجب أن تحتوي هذه الوجبة على الحبوب أو البقوليات أو الفواكه ومشروبات الحليب قليلة الدسم إضافة إلى التمر.

مصادر الوهم / ١

الجهل

الشيخ حسن الجوادي

والقضايا التي نعيشها، ولا يكون الجهل في الجانب الفردي فقط، بل قد يكون في الجانب الدولي أيضاً!! فلا تعلم دولة ما يحاك لها، وغياب وعيها سيجعلها تضطرب، وهذا جهل يوهم الإنسان معه، ويصبح -الإنسان- به فقيراً للوعي مكتسباً للوهم، فعن أبي عبد الله عليه السلام قال: «قال رسول الله ﷺ: يا علي لا فقر أشد من الجهل، ولا مال أعود من العقل».

الجميل في النص الديني أعلاه أنه وصف الجهل بالفقر، وهذا الفقر ليس مادياً إنما هو فقر معنوي وفقر حالي وذاتي، فقيمة الإنسان بما يعلم ويعرف ويؤمن ويتخلق، وهذه الأشياء كلها تتنافى مع الجهل، فلا يُقال للإنسان المؤمن التقي البصير جاهلاً.. فالبصير لا يُساوى بالأعمى، ولا ريب أن الجاهل أعمى، يقول ربنا عز وجل في كتابه الكريم: ﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الْأَعْمَى وَالْبَصِيرُ أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ﴾ (الأنعام: ٥٠).

مجموع هذه القضايا توصلنا إلى حقيقة ناصعة هي أن للجهل مضار كثيرة، ولا تقع على وتيرة واحدة، وبالتالي فإن الجهل يكون أحد مصادر الوهم التي تشكل الجزء الأكبر في غياب الرؤية الصحيحة عن الإنسان.

إنّ الجهل قاتل وقد حدّرت منه النصوص الدينية بشكل دقيق ونّبّه عليه العقلاء والحكماء، وكل واحد منا يستطيع أن يكتشف خطره، ويعتبر الجهل مصدراً أكبر للوهم؛ لأن الوهم يتركب من أجزاء عدة، أكبر هذه الأجزاء هو الجهل، فعندما يُخدع الإنسان بصحة قضية ما، وعندما يُفسر له بأن الاحتلال هو انقاذ، وعندما يفسر له بأن الحب هو تملق، وعندما يدافع عنه شخص يكرهه في سبيل إيقاعه في الفتنة.. كل هذه الصور تسمى جهلاً بالنسبة للشخص الذي تنطلي عليه، لا سيما وأنّ الجهل يتخذ جهات عدة، فلا يكون في المعرفة الكلاسيكية فقط، إنما في الفيزياء وقوانينها، والكيمياء ومعادلاتها، والقوانين والرياضيات وحساباتها، والاعلام والصحافة والسياسة وأزقتها ونظم الحياة المختلفة..

فالشخص الذي تكثر معرفته في أشياء عديدة يقل جهله ويزداد وعيه أكثر في الحياة، فكل جانب من هذه الحياة له أثره في وعي الإنسان. فالتناس الذين تنطلي عليهم الخدع التي يقوم بها المحترفون في الألعاب والخدع البصرية ما هي إلا خفاء الأسباب على المخدوع، ولو قرأها جيداً وعرف أسبابها لما انطلت عليه ولما أصبحت تخدعه.

خذ هذه الحقيقة البسيطة وانطلق بها في أغلب الشؤون



جويبر

إعداد/ علي عبد الجواد

من الأنصار، اذهب أنت، وتُسوف أرى رسول الله بنفسي. كانت ذلفاً خلال ذلك قد سمعت كل شيء، فقالت له: والله إن جويبراً لصديق، لا تفعل ما يُعيد جويبراً إلى رسول الله حاملاً رفضك أو تردّدك، أرسل من يرجع إليك بجويبر، ففعل ذلك.

وقالت ذلفاً: بما أن رسول الله هو الذي أرسله، فإنّي راضية به، فأمسك زياد بيد جويبر وزوّجه ابنته. وأعدّ له زياد داراً مؤثثة بما يلزمهما وجَهز ابنته تجهيزاً كاملاً، وبعث بها إلى بيت الزوجية مع بدلتين لجويبر، وإذ دخل جويبر حجرة العرس ورأى كل ذلك، شكر الله على نعمه وآلأته.. بحيث أنه أمضى ليلته في إحدى زوايا الدار حتى الصباح يشكر الله ويناجيه ويتعبّده، فنوى الصيام ذلك اليوم، وأمضى ثلاثة أيام على مثل تلك الحال..

وصلت أخبار جويبر إلى رسول الله ﷺ، فاستدعاه وسأله عن حاله تلك، فقال جويبر: يا رسول الله عندما دخلت ورأيت داراً واسعة، فيها الأثاث والفرش، وامرأة جميلة، وكان كل ذلك لي، فحقّ عليّ أن أشكر الله، فصُمت قربةً إلى الله تعالى، فكان أن أمضيت أياماً أصوم نهارها وأشكر الله ليلها، وإنّي عائدٌ إلى بيتي وأهلي.

قَدِمَ رجل من اليمامة إلى المدينة يقال له: (جويبر) فأسلم وحسن إسلامه، وكان رجلاً قصيراً دميماً محتاجاً عارياً، فضمّه رسول الله ﷺ لحال غربته وعراه، وكان يجري عليه طعامه صاعاً، وأمره أن يلزم المسجد ويرقد فيه بالليل..

نظر رسول الله ﷺ إلى جويبر ذات يوم برحمة منه له ورقة عليه فقال له: يا جويبر ما أحسن لو أنّك تزوجت. فقال: يا رسول الله، ومنّ ترضى بي، فلا حسب ولا نسب ولا مال ولا جمال، فمن ترى ترغب في رجل مثلي؟! فقال الرسول ﷺ: إنّ الله قد وضع بالإسلام من كان في الجاهلية شريفاً، وشرف بالإسلام من كان في الجاهلية وضعياً، وأعزّ بالإسلام من كان في الجاهلية ذليلاً، فالناس اليوم كلّهم، أبيضهم وأسودهم وقرشيهم وعربيهم وعجميهم من آدم، وإنّ آدم خلقه الله من طين.

ثم أمره أن يذهب إلى دار "زياد بن لبيد الأنصاري"، ويقول له: إنّ رسول الله قد أرسلني إليك أخطب إليك ابنتك "ذلفاً" لنفسي. ففعل جويبر ما أمره الرسول به وذهب إلى بيت زياد، وقال له: لقد أرسلني رسول الله أخطب منك ابنتك ذلفاً لنفسي، فما قولك؟

فقال زياد: ليس من عادتنا أن نزوج بناتنا إلى غير قرنائنا

تحية شهر رمضان

نُحيي شهرَ رمضان المبارك بمقاطع من أدعية

أهل البيت عليهم السلام فنقول:

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا شَهْرَ اللَّهِ الْأَكْبَرِ، وَيَا عِيدَ أَوْلِيَائِهِ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا أَكْرَمَ مَصْحُوبٍ مِنَ الْأَوْقَاتِ، وَيَا خَيْرَ شَهْرٍ فِي الْأَيَّامِ وَالسَّاعَاتِ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ شَهْرٍ قَرُبَتْ فِيهِ الْأَمَالُ، وَنُشِرَتْ فِيهِ الْأَعْمَالُ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ مُجَاوِرٍ رَقَّتْ فِيهِ الْقُلُوبُ، وَقَلَّتْ فِيهِ الذُّنُوبُ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ نَاصِرٍ أَعَانَ عَلَى الشَّيْطَانِ، وَصَاحِبٍ سَهَّلَ سُبُلَ الْإِحْسَانِ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مَا أَكْثَرَ عِتْقَاءَ اللَّهِ فِيكَ، وَمَا أَسْعَدَ مَنْ رَعَى حُرْمَتَكَ بِكَ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ شَهْرٍ لَا تُتَنَافَسُهُ الْأَيَّامُ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ شَهْرٍ هُوَ مِنْ كُلِّ أَمْرٍ سَلَامٌ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مِنْ مَطْلُوبٍ قَبْلَ وَقْتِهِ، وَمَحْزُونٍ عَلَيْهِ قَبْلَ فَوْتِهِ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ وَعَلَى لَيْلَةِ الْقَدْرِ الَّتِي هِيَ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ.

السَّلَامُ عَلَيْكَ مَا كَانَ أَحْرَصَنَا بِالْأَمْسِ عَلَيْكَ، وَأَشَدَّ شَوْقَنَا غَدًا إِلَيْكَ.