

٧١١

السنة الخامسة عشرة

جمادى الأولى / ١٤٤٠ هـ

٢٠١٩ / ١ / ١٠ م

الخبير



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



كوني أمّاً ناجحة



علي خلف

فشاركيه حماسه.. فهذه المشاركة هي طريقة رائعة لبناء رابط بينكما، من الممكن أن تشاهدي رياضته المفضلة، أو تراقبي الحركة الجيدة التي تعلّمها، فهذا ييقبك على تواصل معه.. تعرّفي إلى أصدقائه، ما من طريقة لتعرّفي المزيد عن ابنك أفضل من مراقبته وهو يلعب مع رفاقه، رَحّبي بقدوم أصدقاء ابنك إلى المنزل فيما هو يكبر.

إذا استطاع أن يأتي بحياته إليك، فمن المرجح ألا يشعر بالحاجة لأن يخفيها عنك.. احترمي خصوصياته، فحتى الصبيان الصغار يحتاجون لبعض الوقت، فقد يختار ابنك أن يلعب وحده في غرفته -بين الحين والآخر- أو أن يختفي تحت الطاولة أو السرير، وهو يلعب ببعض ألعابه.. يمكنك أن تظهري له أنك تهتمين لأمره، وأن تحترمي في الوقت نفسه مساحته الخاصة.

أخيراً، اعتمدي التأديب اللطيف والحازم بدلاً من قول: (انتظر حتى يحضر والدك من العمل)، تعلّمي مهارات التأديب الفاعل.. علّمي آداب الإسلام كالسلام عند الدخول، والبسملة عند البدء بالأكل، والشكر لله تعالى عند الانتهاء، واحترام الكبير، وطاعة الوالدين.. وإن فعلت أنت ذلك معه، فسيساعدك احترامه على إبقاء العلاقة بينكما في مسارها الصحيح.

قد يتصوّر البعض أن العلاقة المشتركة بين الزوجين هي أطول العلاقات أمداً.. وفي الحقيقة إنّ هنالك علاقة واحدة أطول منها أمداً، ألا وهي علاقة الابن بأمه! فهي تبدأ منذ لحظة ولادته، إلى أن يُفرق بينهما. وثمة مقولة قديمة مفادها (أنّ المرأة تستطيع الحكم على قيمة الرجل كزوج ناجح من نوعية علاقته بأمه)، لذا فنحن نقدم بعض النصائح لكل أم تتمنّى أن يكون ولدها ناجحاً في حياته المستقبلية:

تبدي الأم -الصالحة- الاستعداد لتمضية الوقت في الاستماع والمراقبة لطفلها.. لذا فمن الضروري أن تطرحي أسئلة -فضولية- كي تجعلي ابنك يتكلم، ودعيه ينهي أفكاره قبل أن تقدّمي له النصائح والاقتراحات.. وامضي معه بعض الوقت، فبعض العلاقات تتطلب وقتاً، سواء للعب أم للقيام ببعض النشاطات وجهاً لوجه.. خصصي له خمس عشرة دقيقة -على الأقل- ولا تقومي بمهمة أخرى في هذا الوقت، كما عليك أن تتجاوبي مع تلميحات ابنك، عندما يقول: (أستطيع أن أفعل هذا الأمر وحدي يا أمي)، علّمي المهارات اللازمة، واحرصي على أن يكون آمناً، ثم اسمحي له أن يحاول، فالمهارات والتجارب تساعد على تنمية احترامه لذاته.. كوني فضولية بشأن اهتماماته، فإذا كان ابنك يحب نشاطاً ما،

أهمية التماسك الأسري

الشيخ علي السعيد



إلى مجموعة الأهل والأصدقاء،
والعلاقات الأسرية الطيبة.. لها
فعل السحر في الأزمات، فعلى سبيل
المثال: نحن نرى أن الأم التي فقدت زوجها،
تسلو وتصابر - أكثر بكثير - حين يكون أولادها أو
إخوتها أو أخواتها حولها، ولا تقع ضحية للاكتئاب،
مثل الأرملة المعزولة.. وكذلك الأخ الذي فقد شقيقه
أو شقيقته، حين يرى الأهل والأقارب متماسكين
متراپطين، يصبح صابراً ومحتسباً أكثر ممن يكون
في عزلة.

لذا فنحن نجد أن معظم الديانات السماوية حثت
مجتمعة على صلة الأرحام، لما فيها من فائدة دنيوية
وأخرية.. يقول البارئ عز وجل: ﴿وَأُولُو الْأَرْحَامِ
بَعْضُهُمْ أَوْلَىٰ بِبَعْضٍ فِي كِتَابِ اللَّهِ﴾ (الأحزاب: ٦).
ويقول الإمام الحسين (عليه السلام): «من سرّه أن ينسأ له في
أجله، وأن يوسّع له في رزقه فليصل رحمه» (ميزان
الحكمة: ٥٩/٤).

وهل هناك أحلى وأبهى من هذه الصور الناصعة،
فمن أراد أن يطول عمره ويتسع رزقه - فما عليه إلا أن
يصل أهله وأقاربه - وهو في هذه الحالة يتبادل معهم
الهموم والأحزان، ويتعاون على الصبر والسلوان
- حين وقوع المصائب - وهو من أكبر وأفضل أسباب
تحمل الضغوط.

لا شك أن الله سبحانه وتعالى
لما أوجد الإنسان وسائر الأفراد
من نوعه، وجعلهم شعوباً وقبائل
ليتعارفوا.. أراد بذلك صالحهم، ورضي منهم
أن ينتفعوا بهذا، وزان ما ينتفع منهم، وهذا حكمه
بوجوب اتخاذ المدنية، والاجتماع التعاوني، ويلزمه
الحكم بلزوم الاستقرار الاجتماعي - بنحو ينال كل
ذي حق حقه - وبما يتعادل فيه النسب والروابط،
وهو العدل الاجتماعي.. وهذا الحكم (الاجتماع
المدني)، والعدل الاجتماعي.. ربما هو حكم دعا إليه
الاضطرار، ولولا الاضطرار المذكور لم يقض به
الإنسان أبداً، وهذا معنى ما يقال: إن الإنسان مدني
بالطبع، وإنه يحكم بالعدل الاجتماعي، فإن ذلك أمر
ولده - حكم الاستخدام المذكور - اضطراراً على ما
مرّ بيانه، ولذلك كلما قوي إنسان على آخر، ضعف
حكم الاجتماع التعاوني! وحكم العدل الاجتماعي
أثراً، فلا يراعيه القوي فيه حق الضعيف! وهو ما
نشاهده من معاناة الضعفاء أمام أهل القوة والنفوذ،
سواء على مستوى الأفراد، أم على مستوى الأمم
والشعوب من الأمم والشعوب القوية..

لذا فإن حالة العزلة - خصوصاً على مستوى الأسر
والأفراد - تجعل الإنسان في عرضة للأمراض
الجسدية والنفسية.. فالحياة الاجتماعية والانتماء



ظاهرة الصوت العالي

علي حسين الخباز



فيستخدم الشخص صوته العالي كحيلة دفاعية لتعزيز موقفه على طريقة (اغلبوهم بالصوت)، وقد يكون أيضاً وسيلة لجذب الانتباه أو لفرض السيطرة على المتلقي.

ونجد الاحتجاجات والاعتصامات يصاحبها دائماً أصوات عالية وصراخ، كانعكاس لحرارة الموقف، ولكن بعض الدول المتحضرة ترفع لافتات تعبر عن مطالبهم في صمت، وقد تكون رسالتها الصامتة أعلى صوتاً من الصراخ..

وهناك مشكلات تنشأ نتيجة ثقافة الصوت العالي (خاصة) عند الأطفال، منها القلق والخوف والتوتر والعصبية، وتؤثر على الجهاز السمعي، كما تؤدي إلى ارتفاع نسبة

الخلاطات، ويقل معدل الذكاء والقدرة على الاستيعاب.



ارتفاع الصوت عند الغضب يعدّ علامة من علامات تدني المستوى الثقافي عند الإنسان وعدم التحكم بردود الفعل.. ويرى البعض أنّ ارتفاع الصوت يؤثر على الذكاء ومستوى التحصيل والتفهم والاستقرار النفسي.. ورفع الصوت عادة سيئة، وبعضهم يرافق الصوت العالي كثرة استخدام الإشارات بالأيدي.

وتنشأ ثقافة الصوت العالي عند الطفل من البيت من خلال الأم أو الأب أو كليهما، ويعتاد عليها شيئاً فشيئاً حتى تصبح عادة مكتسبة. وهناك سلوكيات أخرى تزيد من هذه الثقافة داخل البيت مثل فتح الراديو أو التلفزيون باستمرار طوال اليوم مع ارتفاع صوته حتى لو لم يشاهده أحد، ولا يخص هذا السلوك طبقة معينة، ولكنه يزيد بالتأكيد في الطبقات المتدنية، كما أنه قد يكون مؤشراً لضعف الشخصية وقلة الثقة بالنفس، أو دليلاً على ضعف الحجة،

أسباب تشتت الانتباه وعدم التركيز والكسل أثناء الدراسة

أمر معين، كأن

يريد أن يفكر في مشكلة ما فيجد نفسه

خرجت منها إلى مشكلة أخرى ثم عادت إليها وهكذا.

وبعبارة أخرى: قد لا يستطيع جمع فكره على

شيء واحد، وهذا ناتج عن القلق الذي أنتجه كثرة

التفكير السلبي، بمعنى أنه قد يفكر في مستقبله:

(ماذا ستصنع في دراستك الآن؟ هل ستنجح بالتقدير

الحسن أو لا؟ ماذا ستفعل بعد التخرج؟ كيف ستكون

طبيعة عملك؟ ما هي الفرص المتاحة لك بعد ذلك؟

كيف تريد أن تصلح في علاقاتك بينك وبين أسرته

أو بينك وبين والديك مثلاً؟).. فهذا التفكير المقلق

ينتج ضعفاً في التركيز، ولذلك يجد الإنسان نفسه

تعيش هذه الأفكار وتذهب بخياله بعيداً، وربما رسم

أحياناً بعض الأخيلاء في ذهنه، والتي يريد أن يتصور

فيها نفسه كيف سيصبح مثلاً، أو أنه يتخيل كيف

سيعالج هذه المشكلة، أو أنه يتخيل أمراً، أو يستذكر

مشكلة وقعت معه مع بعض الطلاب أو مع بعض

الأصدقاء.. ونحو هذه المعاني.

فهذا هو السبب الخفي، وهو القلق الذي يجعلك

تشعر بضعف القدرة على التركيز وإمعان النظر.

يسأل

البعض:

بأنني أعاني من

تشتت الانتباه وعدم التركيز

والكسل أثناء الدراسة، فما هو السبب؟

إن هذه المشكلة -وهي شروء الذهن وعدم التركيز

أثناء الدراسة- يعاني منها كثير من الشباب

والفتيات، وهذا له أسباب قد تكون ظاهرة، وقد تكون

خفية!

فالأسباب الظاهرة هي وجود بعض المشاكل التي قد

تواجه الإنسان في حياته، سواء أكانت هذه المشاكل

في محيطه الأسري مثلاً، أم في محيطه الطلابي أم

الاجتماعي عموماً، فهذا قد يجعل الإنسان يذهب

بفكره بعيداً، ويسرح بخياله في هذه المشاكل التي قد

أثرت عليه والتي قد جعلته أبعد عن التركيز.

أما الأسباب الخفية؛ فهي تعود في الحقيقة إلى قلق

في النفس، وهذا القلق يجعل البعض ضعيف التركيز،

ويجد صعوبة في إمعان النظر في الشيء الذي يحاول

فهمه، فليس شرطاً أن يكون في الدراسة، بل قد يكون



عدم الانخداع بالأفكار الباطلة

التصور
الإيماني
أو جفاف العلم
بمنهاج الله تعالى أو
الغيوبة عن الواقع ليعتمد على
السبل الخاطئة في معرفة الحق.

فلهذا يكون الإنسان الواعي مصاناً من الانخداع
بالشبهات التي يصفها الإمام علي عليه السلام: «فلو
أن الباطل خلس من مزاج الحق لم يخف على
المرتادين، ولو أن الحق خلس من لبس الباطل
انقطعت عنه ألسن المعاندين، ولكن يؤخذ من
هذا ضغث ومن هذا ضغث فيمزجان، فهناك
يستولي الشيطان على أوليائه، (نهج البلاغة:
الخطبة: ٥٠). وله (سلام الله عليه) أيضاً: «كم
من ضلالة زخرفت بأية من كتاب الله كما يزخرف
الدرهم النحاس بالفضة المموهة، (غرر الحكم:
٦٨٨٥).

ولكن أصحاب الشخصيات الواعية والعقول النيرة
مصانة من الانخداع بهذه الفتن والشبهات، لأنها
تمتلك بنور إيمانها الفرقان الذي يمنحها قدرة
تمييز الحق عن الباطل، لأنّ للحق نوراً لا يمتلكه
الباطل مهما خدع زخرفة وسرابه، وقد قال
الإمام أمير المؤمنين عليه السلام في هذا المجال: «إنما
سميت الشبهة شبهة لأنها تشبه الحق، فأما
أولياء الله فضياؤهم فيها اليقين ودليلهم
سمت الهدى» (نهج البلاغة: الخطبة ٣٨).

(انظر: تنبيهة الوعي: ص ١٥٩)

إنّ
الوعي
الديني يحصّن
صاحبه من التخبّط في
أحوال الرذائل والابتلاء بالآفات
السيئة والانحراف وراء الإغراءات المزيّفة.

وهو يدفع صاحبه إلى اكتساب أسمى الصفات
الرائعة، والتحلّي بأفضل السمات النبيلة التي تعين
صاحبها على نيل الأهداف السامية.
وبصورة عامّة فإنّ الوعي الديني يترك أروع الآثار
الإيجابية في حياة الإنسان، والتي منها:

عدم الانخداع بالأفكار الباطلة

إنّ الوعي الديني يحصّن صاحبه من الانخداع
بالأفكار الباطلة والآراء المزيّفة والحقائق المشوّهة
التي يلقيها المنحرفون، ولا سيما منهم الشخصيات
الضالة التي تمتلك القدرة الفائقة في كسب
الآخرين والتأثير فيهم وإقناعهم بمختلف الأفكار؛
لأنّ الإنسان الواعي يمتلك بوعيه الميزان الذي يقيّم
به الأفكار. فلهذا يكون في غنى عن التقليد الأعمى
والسير الهمجي وراء الهتافات البراقة.

ومن جهة أخرى فإنّ النفس البشرية قد تندفع
بدافع الكسل الفكري إلى قبول بعض الأحكام
والإذعان لها من دون بحث وتحقيق، أو ربّما يعتاد
الناس على الخطأ حتى يألفوه.

لكنّ الإنسان المتمتّع بالوعي الديني يجعل ميزانه
في تقييم الواقع هو المنهج الرباني الذي ينبغي أن
ترد القضايا كلّها إليه، فهو لا يعاني من اضطراب

التمسك بالأمل

اعداد / علي عبد الجواد

وبالفعل تجاوزت تلك الأزمة وانتظمت في محاضراتها في دراستها الجديدة، ودائماً كانت تقول في نفسها: أنا لم أحب هذا المجال ولكن لن أدع الفشل يسيطر عليّ مرة أخرى! وما إن بدأت الامتحانات حتى حققت أعلى الدرجات، وفي نهاية السنة تفوّقت على كلّ أقرانها، وشكرتها الإدارة على أدائها المتميّز. ورجعت ذلك اليوم إلى المنزل سعيدة جداً، واحتفلت العائلة بنجاحها.. وأخذت دموع الفرح تجري على وجنتيها، ولم تنس كيف ساندتها الله تعالى ووقفها لتجاوز محنتها، بعد أن عملت بجِد واجتهاد، وهذا ما جعلها متميّزة في مجالها، وحوّلت الإحباط واليأس إلى أمل وهدف يمكن أن تحقّقه إذا ما سعت إليه..

وتخرّجت بامتياز، مما أهلها لدخول كلية الهندسة، ولم يتوقّف طموحها عند هذا الحد، بل حصلت على شهادة (الدكتوراه)، وأصبحت من أساتذة الكلية الكفوئين.

وقفة تأمل:

لا تدع حياتك تتوقف عند مرحلة معينة، فعدم تحقيق الهدف المعين ليس فشلاً، بل الفشل الحقيقي هو أن تتوقف عن المحاولة ويصيبك اليأس والإحباط.

الأمل لا يأتي من فراغ، ولا يولد من العدم، ولا تنس "التوكل على الله تعالى"، ازرعه فيك ثم ارسم الأمل لك ولغيرك.

كانت هناك أم وطفلتها في القطار، وقبل أن يتحرّك القطار جلست امرأة قبالتها، فبادرتهما بالقول: ربنا يحفظ بنتك، وإن شاء الله تصبح دكتورة.. ومن ذلك اليوم أصبحت الأم تحكي هذه القصة دائماً لمعارفها وأقاربها، وتحتّ ابنتها على الدراسة ليتحقّق ما قالته تلك المرأة.

ومرّت الأيام وكان التفوق الدراسي صفة ملازمة للبت، والأبوان يساعدانها على الدراسة والتحضير اليومي.. ولكن بعد أن انتهت المرحلة الابتدائية، ترك والداها تدريسيها وحثّاها على الاعتماد على نفسها، وهي لم تستطع ذلك! وبدأ هنا الفشل -في نظرها- لأنها لم تكن من الأوائل. ودخلت المرحلة الإعدادية ولم تكن درجاتها عالية، ودخل الخوف يتسرّب إلى داخلها بأنّها إن بقيت على هذا المستوى لن تدخل كلية الطب كما كانت تحلم.. وأصبحت أكثر خوفاً وتوتراً في المرحلة النهائية -المصرية- وكانت تقول: لن أنجح في تحقيق حلمي. وما إن انتهت الامتحانات حتى حصلت على معدل (٨٠٪) فقط، ولم تتمكن من دخول الكلية التي كانت تحلم بها.

على كلّ حال دخلت البنت المعهد التقني.. والمفاجأة أن هذا الأمر لم يحبطها (كما هو متصوّر)، بل إنّها تركت التوتر والقلق الذي كان ملازماً لها طوال فترة الامتحانات، وقرّرت أن تبدأ مشوارها من جديد بكل جدية واجتهاد..

المجنون عند الخاصة

ما المجنون عند الناس إلا الذي تصدر منه الأفعال التي لا يتعارف صدورها من عامة الخلق، فلو كان ما يصدر من (عامة) الخلق لا يتعارف أيضاً صدورها من (الخواص) من أولياء الحق، لعد ذلك بنظرهم ضرباً من الجنون أيضاً، لأنه خروج عن المألوف عندهم، بل خروج عن مقتضى الاستواء في السلوك الطبيعي لمن يعيش العبودية تجاه الحق المتعال.. فليست حسنات الأبرار سيئات عند المقربين فحسب، بل أن مستوى (الإدراك) عند الأبرار يعد ناقصاً عند المقربين، لاختلاف درجات العقل الذي لا يكمله الرحمن إلا فيمن يحب، وباختلاف درجات حب الرحمن لهم، تختلف أيضاً درجات العقل الممنوحة لهم.

الشيخ حبيب الكاظمي

كلمات مضيئة

عمود الدين

عن الإمام محمد الباقر (عليه السلام) أنه قال:

«الصلاة عمود الدين، مثلها كمثّل عمود القسطاط، إذا ثبت العمود يثبت الأوتاد والأطناب، وإذا مال العمود وانكسر لم يثبت وتد ولا طناب»

(الحاسن: ج ١ / ص ٤٥)

كلمة ومعنى

﴿إِنِّإِنَّاإِيَابَهُمْ * ثُمَّ إِنِّإِنَّاإِيَابَهُمْ﴾ (الغاشية: ٢٥، ٢٦):

الآيتان تتضمنان التسليّة لقلب النبي ﷺ في مواجهته لأساليب المعاندين، لكيلا يبتئس من أفعالهم، ويستمر في دعوته. وهما أيضاً، تهديد عنيف لكل من تسوّّل له نفسه فيقف في صف الكافرين والمعاندين، فيخبرهم بأن حسابهم سيكون بيد جبار شديد.

(تفسير الأمثل: ج ٢٠ / ص ١٦٤)

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمصومين (عليهم السلام) فالرجاء عدم إلحاقها على الأرض كما نلوه بأنه لا يجوز شرعاً أن تكون تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والتكون على الطهارة. كما نرجو من الأخوة المؤمنين المحافظة على النشرة وعدم استخدامها لحجز مكان لصلوة الجماعة أو الزيارة. فإنها تتعرض للإهانة بسبب سحقها بالأقدام لعدم الانتباه لها.