

37

عقود

مجلة فطرية اجتماعية فكرية ثقافية عامة تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية / مركز الفكر والإبداع العدد 37
شهر محرم الحرام 1441هـ - أيلول 2019م

احتياج

البشر إلى الإمام

النسيان

وقلة التركيز

الاسلام

ونبذ الكراهية

الطلاق

أسبابه وعلاجه

Do not invite friends into the lab.
Keep pencils, fingers, etc. out of
your mouth, ears, eyes, nose, etc.

حافظ

على صحتك

كيف

تصبح رشيقا

مشروع

فتية الكفيل الوطني





17

التحدي
الجرئ

11



نصائح سماحة السيد علي الحسيني
السيستاني (دام ظله) للشباب



6 حافظ علي صحتك



28

كلية الطب - جامعة الكوفة
التميز في التعليم الطبي وخدمة المجتمع



20



38

مشروع فتية
الكفيل الوطني



60

توثيق الانتصارات



48

الشخصية الاعتمادية

الإشراف العام

عقيل عبد الحسين عيسى

مدير التحرير

رضوان عبد الهادي

المشاركون في هذا العدد

أ.د. نجم عبد الله الموسوي

الشيخ طاهر الغانمي

حسن قحطان

علي عبد الحسن

التصوير الفوتوغرافي

سامر خليل إبراهيم

رئيس التحرير

صباح نعيم جاسم

سكرتير التحرير

حيدر فائق هادي

هيئة التحرير

محمد يوسف محمد

حيدر محمد صالح

حسنين صباح حسن

التدقيق اللغوي

محمد رضا جاسم

التصميم والإخراج

حسين شمران



مجلة فصلية اجتماعية فكرية تعنى بالشباب
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية
مركز الفكر والإبداع
شهر محرم الحرام ١٤٤١هـ / أيلول ٢٠١٩ م
العدد ٣٧

رقم الإبداع في دار الكتب والوثائق العراقية
١٣٥٩ لسنة ٢٠١٠ م
معتمدة لدى نقابة الصحفيين برقم (٨٩٥)

الشعائر الحسينية

لكل مجتمع قيمه العليا، التي تعكس عن حضوره الخاص في التاريخ، كما وأن لكل أمة من الأمم شعائر وممارسات خاصة تعبر بها عن خصوصياتها، وتحمل مبادئها وهويتها.

وتكون الشعائر بمعناها العام الموروث الحضاري الذي ينتقل من الآباء والأجداد الى الأبناء والأحفاد في أطر معيئة مختلفة، قد تتأثر بالواقع الديني أو القومي.

هذا بالنسبة للصعيد العام أما على الصعيد الإسلامي فإن الإسلام تضمن شعائر كثيرة ساهمت في تحديد الهوية الحضارية للأمة الإسلامية، فمنها ما يرتبط بالعبادة والجوانب العبادية، ومنها ما يرتبط بالحياة الاجتماعية والسياسية.

والشعائر الحسينية قضية إسلامية أصيلة جسدت الإخلاص والحب والتفاني للرسالة الإلهية.

ولعل من أهم أهداف الشعائر الحسينية أن تستلهم الأمة من عطاء تلك النهضة المقدسة، وأن تساهم في بناء المجتمع الصالح الذي يقوم على أسس عقائدية وسياسية صاغ مفرداتها الأئمة المعصومون بعد استشهاد الإمام الحسين (عليه السلام).

لقد استمدت الشعائر الحسينية عظمتها من عظمة من أضيفت إليه ألا وهوريحانة الرسول الأعظم محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) سيد الشهداء الإمام الحسين (عليه السلام) صاحب النهضة السامية الأهداف التي جسدت كل معاني العظمة.

ولقد حفظت لنا الشعائر الحسينية الرسالة الخاتمة من الضياع والتشويه والتحريف لذلك أراد النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) والأئمة من أهل البيت (عليهم السلام) للشعائر الحسينية أن تستمر في الزمان والمكان لتؤتي أكلها كل حين.

إن العلة الرئيسة التي لأجلها كانت الشعائر الحسينية هي الممارسة الإعلامية العلنية الواضحة المشيرة إلى الحق الذي سلب من أهل البيت (عليهم السلام)، وجميع الغايات والأهداف الأخرى تنفرع منها.

فالشعائر الحسينية تعرف البشرية بتاريخ وعلوم أهل البيت (عليهم السلام) وبيان فضائلهم ومآثرهم، ولا يمكن لأحد أن ينكر عظيم الحاجة إلى ذلك بسبب ما تعرض له هذا التاريخ من تحريف ودس ولاسيما في عصر بني أمية وعصر بني العباس، وما عملته وتعمله اليوم

الأفلام المأجورة والضالة.

كما أنها تخلق نوعاً خاصاً من الترابط العاطفي مع أهل بيت العصمة (عليهم السلام) والذي دعا إليه القرآن الكريم بقوله -تعالى- : (قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى وَمَنْ يَقْتَرِفْ حَسَنَةً نَّزِدْ لَهُ فِيهَا حُسْنًا إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ شَكُورٌ) سورة الشورى: ٢٣.

وتربي النفوس على نصره إمام العصر والزمان (عليه السلام) من خلال ترسيخ القيم والمبادئ السامية مثل التضحية والمواساة ونصرة الحق وغيرها، والتحقير والتفجير للصفات المذمومة مثل الطمع والظلم وقسوة القلب وغيرها.

ومن هنا كانت هذه الشعائر تمثل أحد الأعمدة التي يقوم عليها المذهب جنباً إلى جنب مع المرجعية التي تمثل الإدارة والعقل

الموجه في حين أن الشعائر تمثل العنصر الجامع والموحد بين أبناء المذهب على اختلاف جنسياتهم وقومياتهم .



سيّد الوفاء

العباس بن علي

العبد الصالح، الأخ النَّاصِح، المطيع، سيد الماء، وغيرها.... الأسماء كثرت والصفات تشعبت والمآثر تعددت وعجزت عن وصف شخصيَّة سيدي ومولاي أبي الفضل العباس بن أمير المؤمنين علي (عليهما السلام)، فانحنى القلم وسجدت الحروف أمام هذه الشخصية الكبيرة والروح المتفانية والهمة العالية التي انضرد بها هذا الشخص العجيب.

لا غرابة أن تكون شخصية العباس بن علي (عليه السلام) بهذه الصفات، ولا سيَّما أنه سليل الإمام علي (عليه السلام) وأمّه الطاهرة أمّ البنين (سلام الله عليها) فجاءت تربيته متكاملة الأبعاد، صقلت شخصيَّته وجعلت منه ذاك العبد الصالح صاحب الصفات النادرة التي تميَّز بها عن الآخرين، وأنَّ أغلب الناس تعرف عن شخصيَّة الإمام من خلال واقعة كربلاء، لكن المتابع لشخصيَّته المباركة يجد أنه يمتلك صفات الصَّلاح والفلاح منذ صغر سنّه المبارك، وأنّه تربى على طاعة أولياء أمره من المعصومين (عليهم السلام) وأنّه يمتلك

عند دراسة آية شخصية عظيمة وفدّة في تاريخ الإنسانية لا بد من الوقوف على مكوناتها وخصائصها وصفاتها التي جعلتها تنفرد عن غيرها من الشخصيات الأخرى، وبذلك يتم تسليط الضوء على أبرز مكوناتها الشخصية ولو بلمحة سريعة.

البصيرة التي جعلته يصل إلى عمق الأشياء وتبيّن حقيقتها، فلا تستهويه غير مبادئ الحقّ وأسس الإسلام والإيمان، ولا ينخدع بالسراب الزائل من هذه الدنيا الفانية .

فقد نشأ تنشئةً صالحة وتربية مقصودة عليها سمات طاعة الله ورسوله وآله (صلوات الله عليهم) ورضاهم، والعلم والمعرفة، تربية خالصة لوجه الله تعالى نبعث من سيرة أبيه وسيرة أمّه حتى انعكست إيجاباً في تربيته فكان العباس (عليه السلام)

أ.د. نجم عبد الله غالي الموسوي

ذلك البطل الذي أخضع كلّ قوانين الأرض إليه، وحطّم كلّ أمثلة المحبّة والطاعة والوفاء عندما أطاع أخاه الحسين (عليه السلام) إلى آخر نفس من روحه الطاهرة.

ذلك العباس (عليه السلام) الذي أوقف قانون الجاذبية، فالإنسان الذي يعطش يجذب نحو الماء ولا عذر في لومه إن شرب من الماء.. والعباس (عليه السلام) كان عطشاً ومجهداً وقلبه ينكسر من العطش واقترب من الماء حاملاً ذلك الجود الذي يأمل أن يرجع به مملوءاً بالماء الذي يروي قلوب الصغار والنساء ويحطم عطشهم ويسقيهم به، وكان جدّاً من الطبيعي أن يشرب من هذا الماء.. لكنه توقّف عن الشرب وأبدل ذاته العزيزة بقلوب الآخرين الظامئة واستكثر على نفسه أن يكون الماء ملامساً ليديه ويحس ببرده فكيف به أن يجعله بين فكّيه الشريفين وفي فمه الشريف.. هذا الوفاء الذي سجّله العباس (عليه السلام) جعل منه أسطورة ورمزاً للوفاء إن أراد أحد أن يجسم الوفاء، فما أروع الوفاء لو اقترن باسم العباس (عليه السلام).



الإستفتاءات الشرعية

موقع سماحة المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني - دام ظله -

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الْعَلِيِّ الْإِيمَانِي الْعَظِيمِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَآلِهِ الطَّيِّبِينَ



حقاً عليّ أن أزوره يوم القيامة حتّى أخلّصه من ذنوبه".

وعن الإمام أبي عبد الله الصادق (عليه السلام): "من زار قبر الحسين بن علي (عليهما السلام) عارفاً بحقه كتب في عليّين".

وعنه (عليه السلام): "من زار واحداً منّا كان كمن زار الحسين (عليه السلام)".

السؤال ٥: شخص كانت بحوزته أواني خاصّة بمأتم الحسين (عليه السلام) فبقت عنده فترة في بيته، ومن ثمّ رماها فما العمل؟
الجواب: عليه أن يدفع للمأتم أواني مثلها إذا وجدت وإلاّ يدفع قيمتها.

السؤال ٦: يوجد ولي لأحد الحسينيات، وتلك الحسينية يوجد فيها صندوق به مبالغ خاصّة بالحسينيّة. فهل يجوز للولي أو بإذنه الاقتراض من صندوق الحسينية لمدة معيّنة وإعادته الى الصندوق، في وقت لا تحتاج الحسينية فيه إلى أي مصاريف، أي أنّ المبلغ لا يؤثّر على عطاء الحسينية.. فهل يجوز مثل هذا التصرف لحاجة عقلانيّة؟

الجواب: لا يجوز.

السؤال ٧: هل يجوز السجود على السبحة الحسينية المفخورة؟
الجواب: يجوز.

السؤال ٨: هل توجد كراهة في المصافحة مطلقاً في يوم عاشوراء سواء كانت للسلام أو التحيّة العابرة أو حتّى لتعظيم الأجر في مصاب أبي عبد الله الحسين (عليه السلام)؟
الجواب: ٩: لم نجد ما يدل على الكراهة.

السؤال: ما حكم فتح الأماكن التجاريّة في أيام تاسوعاء وعاشوراء أبي الأحرار (عليه السلام)؟

الجواب: إذا عدّ نوعاً من عدم المبالاة بما جرى على أهل البيت (عليهم السلام) في هذين اليوميّن الحزينين فلا بُدّ من تركه.



السؤال ١:

من يطبخ الطعام

في محرّم الحرام الغرض منه أن يجعله ثواباً للحسين (عليه السلام) هل يكسب الشخص جرّاء هذا العمل أجراً وثواباً؟

الجواب: نعم فإنّ إطعام الطعام من المستحبّات الأكيدة، وللمؤمن أن يهدي ثواب الأعمال الحسنة إلى من يشاء فيثيبه الله (تعالى) على إحسانه إحساناً مضاعفاً، ومن أفضل وجوه ذلك: الإطعام بثواب الإمام الحسين (عليه السلام) لما أشرنا إليه.

السؤال ٢: هناك رابطة لها ثلاثة اتجاهات رئيسة أوّلها إحياء المجالس الحسينية، والثانية كفالة الأيتام، والثالثة دعم المحرومين من أبناء المنطقة، ما حكم شراء بعض مستلزمات للرابطة مثل كامرة أو كمبيوتر من حساب اليتيم؛ لتوثيق العمل؟

السؤال ٢: هل يوجد استثناء في أكل الطين؟

الجواب: يستثنى من الطين طين قبر الإمام الحسين (عليه السلام) للاستشفاء، ولا يجوز أكله لغيره، ولا أكل ما زاد عن قدر الحمصة المتوسطة الحجم، ولا يلحق به طين قبر غيره حتّى قبر النبي (صلى الله عليه وآله) والأئمة (عليهم السلام)، نعم لا بأس بأن يمزج بماء أو مشروب آخر على نحو يستهلك فيه والتبرّك بالاستشفاء بذلك الماء وذلك المشروب.

السؤال ٤: هل هناك تأكيد على زيارة الإمام الحسين (عليه السلام)؟

الجواب: عن الإمام أبي جعفر الباقر (عليه السلام) أنّه قال: "قال الحسين بن علي (عليهما السلام) لرسول الله (صلى الله عليه وآله): يا أبا ما جزاء من زارك؟ فقال رسول الله (صلى الله عليه وآله): من زارني، أو زار أباك، أو زارك، أو زار أخاك، كان

حافظ على صحتك

مجتبي الحافي

عن أمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام: " أَلَا وَإِنَّ مِنَ الْبَلَاءِ الْفَاقَةَ وَأَشَدُّ مِنَ الْفَاقَةِ
فَرَضُ الْبَدَنِ وَأَشَدُّ مِنْ فَرَضِ الْبَدَنِ فَرَضُ الْقَلْبِ أَلَا وَإِنَّ مِنْ صِحَّةِ الْبَدَنِ تَقْوَى الْقَلْبِ"^(١).

النجاح لا
العمل، والعمل يحتاج إلى جهد
لا يمتلك الإنسان القدرة على التفكير الجيد والعمل الجاد إلا عندما يتمتع
بصحة جيدة.

قيمة الصحة:

يُروى عن أحد العلماء أنه زاره ضيف من أصحابه في آخر حياته، فقالوا له: كيف حالك؟
قال: الصّحة كرقم (١)، والمال صفر على يمينه، والجاه صفر على اليمين، والبنون صفر
على اليمين (١٠٠٠)، فإذا ذهب الواحد ذهب الجميع ولم يبق شيء.
أي إذا ذهبت الصّحة لم يعد ينفع مال ولا جاه ولا بنون^(٢).
ولو رجعنا للنصوص الشريفة نجد أحاديث كثيرة حول الصّحة وأهميتها في
حياة الإنسان، عن أمير المؤمنين عليه السلام: "الصّحة أهنأ اللذتين"^(٣).
فالشعور بالراحة، والاطمئنان، والتفكير الإيجابي، والقدرة على
مواجهة المصاعب، والثقة بالنفس كلها لها ارتباط بالصّحة،
وكلّ هذه العوامل مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالنجاح،
فالصّحة أساس لكثير من العوامل التي
تساعد على النجاح.



فوائد التدخين:

قيل إن للتدخين ثلاث فوائد: لا يصاب بالشيخوخة، ولا يسرق داره اللصوص، ولا تقترب منه الكلاب.

وإنما يكون ذلك: لأنه لن يعيش حتى يصل لسن الشيخوخة، ويقضي الليل يسعل فيظنّه اللصوص مستيقظًا، وسيحمل العكازة مبكرًا فلا تقترب منه الكلاب (١٠).

هل تريد أن تعيش طويلًا حتى تمل من الحياة؟!

عَنْ جَمِيلِ بْنِ دَرَّاجٍ، قَالَ دَخَلَ رَجُلٌ عَلَى أَبِي عَبْدِ اللَّهِ (عليه السلام)، فَقَالَ لَهُ يَا سَيِّدِي عَلَتْ سِنِّي، وَمَاتَ أَقَارِبِي، وَأَنَا خَائِفٌ أَنْ يُدْرِكَنِي الْمَوْتُ وَكَيْسَ لِي مَنْ أَنْسَ بِهِ وَأَرْجِعُ إِلَيْهِ.

فَقَالَ لَهُ: "إِنَّ مِنْ إِخْوَانِكَ الْمُؤْمِنِينَ مَنْ هُوَ أَقْرَبُ نَسَبًا أَوْ سَبَبًا وَأَنْسَكَ بِهِ خَيْرٌ مِنْ أَنْسَكَ بِقَرِيبٍ، وَمَعَ هَذَا فَعَلَيْكَ بِالدُّعَاءِ، وَأَنْ تَقُولَ عَقِيبَ كُلِّ صَلَاةٍ: اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، اللَّهُمَّ إِنَّ الصَّادِقَ الْأَمِينَ (عليه السلام) قَالَ: إِنَّكَ قُلْتَ مَا تَرَدَّدْتَ فِي شَيْءٍ أَنَا فَاعِلُهُ كَتَرَدَّدِي فِي قَبْضِ رُوحِ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ، يَكْرَهُ الْمَوْتَ وَأَكْرَهُ مَسَاءَتَهُ، اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ لَوْلِيكَ الْفَرَجَ وَالْعَافِيَةَ وَالنُّصْرَةَ، وَلَا تَسُوْنِي فِي نَفْسِي، وَلَا فِي أَحَدٍ مِنْ أَحِبَّتِي."

ثم قال: "إِنْ شِئْتَ أَنْ تُسَمِّيَهُمْ وَاحِدًا وَاحِدًا فَافْعَلْ، وَإِنْ شِئْتَ مُتَفَرِّقِينَ، وَإِنْ شِئْتَ مُجْتَمِعِينَ." قَالَ الرَّجُلُ: وَاللَّهِ لَقَدْ عَشْتُ حَتَّى سَمِمْتُ الْحَيَاةَ. قَالَ أَبُو مُحَمَّدٍ هَارُونَ بْنُ مُوسَى (رحمه الله): إِنَّ مُحَمَّدَ بْنَ الْحَسَنِ بْنَ شُمُونَ الْبَصْرِيَّ كَانَ يَدْعُو بِهَذَا الدُّعَاءِ، فَعَاشَ مِائَةً وَثَمَانِينَ وَعَشْرِينَ سَنَةً فِي خَفْضٍ إِلَى أَنْ مَلَ الْحَيَاةَ، فَتَرَكَهُ فَمَاتَ. (١١)

١٠- أحسن الطرائف، ١٨٢.

١١- مستدرک وسائل الشیعة: ٥ / ٧٦.

الرجوع إلى بلده.

فقال له المرجع في ذلك الزمان: ما الأمر فقصص عليه ما حصل له.

فقال له المرجع: من يطبخ لك طعامك؟

فقال: أنا أتولى ذلك بنفسي.

قال: هل تطهر اللحم قبل طبخه؟

قال: ولماذا أليس هو من عند مسلم؟

قال: إنه مشكوك في طهارته؛ لأن بعض اللحامين

لا يعتنون بالطهارة، وإن النجاسة إذا أكلها

الإنسان سببت له ظلمة من أثارها الغفلة والنسيان... (٧)

وعنه (عليه السلام): "إِنَّ فِي الْقُرْآنِ لَأَيَّةَ تَجْمَعُ الطَّبَّ كُلَّهُ (وَكُلُّوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا)" (٨).

٢- لا تجهد نفسك حتى تصل إلى حد الإسراف، فالإسراف في الجهد قد يسبب الإرهاق وتبديد القوى بل حتى الرياضة المفرطة يمكن أن تسبب ذلك أيضًا.

٣- ابتعد عن العادات السيئة كالتدخين فإن كنت مدخنًا فاعلم بأنك في حالة تخسر فيها صحتك شيئًا فشيئًا.

٤- اهتم ببعض المأكولات التي تحافظ على صحتك، نذكر منها:

١- التمر.

٢- الباذنجان.

٣- التفاح.

وهناك مأكولات آخر تنفع البدن (٩).

٥- الاعتدال في العمل والرأحة.

فكلا الأمرين الإفراط فيها، أو التفریط يسبب أضرارًا بالإنسان، وخصوصًا على القلب.

والنجاح يعتمد على ركنين أساسيين هما التفكير والعمل، والمرض يؤثر على كلا الأمرين فيؤدّي إلى التخبّط أحياناً في مجال التفكير والعمل.

ولذلك يجمع علماء التنمية البشرية إن من يمتلك عقلًا سليمًا، وصحة، ونشاطًا فإنه ينتج في كثير من مجالات الحياة.

كيف تحافظ على صحتك:

ولكي نحافظ على الصحة فلا بُدَّ أن نلتزم بمجموعة من القواعد يمكن أن نطلق عليها (أصول الصحة) وهي:

١- التغذية السليمة:

وتعني التغذية السليمة أن تأكل مما أحلّ الله (سبحانه)، وتجنّب ما حرّم، في الوقت المناسب وبالشكل المناسب.

عن أمير المؤمنين (عليه السلام): " لا تجتمع الصحة والنهم" (٤).

وعنه (عليه السلام): " كثرة الأكل والنوم تقسدان، النفس وتجلبان المضرة" (٥).

وعنه (عليه السلام): " من اقتصر في أكله كثرت صحته، وصلحت فكرته" (٦).

فما يأكله الإنسان ووقت أكله وطريقة أكله تؤثر على تقدّم الإنسان ونجاحه وإليك بعض الشواهد على ذلك:

طهارة المأكّل:

جاء شخص إلى النجف يريد الدراسة وكان ذكيًا يحفظ على البديهية فلمّا بدأ الدراسة إذا به ينسى كل شيء يقرأه، فحزم أمتعته وقرر

١- نهج البلاغة، ٥٤٥.

٢- ينظر قصص ومواظ، ٤١٣، ٤١٤.

٣- هداية العلم في تنظيم غرر الحكم، ٣٢٧.

٤- هداية العلم في تنظيم غرر الحكم، ٣٢٨.

٥- المصدر نفسه، ٤٢.

٧- المصدر نفسه، ٤٢.

٨- قصص ومواظ، ٢٠٠.

٩- أدكياء الأطباء، ٤٦.

١٠- راجع مكارم الأخلاق. فوائد المأكولات. طب الأئمة من الآداب

الطبية. طب الرسول المصطفى (عليه السلام).

زيادة نسبة الطلاق لدى الشباب.. أسباب وعلاج

محمد السعدي

الأسرة نواة المجتمع، وركيزته الأولى، ومتى وُجد خلل في الأسرة انعكس ذلك على المجتمع، فتضرر وتصدّع، ومن المشكلات اللافتة التي تحتاج إلى علاج ونظر، كثرة حالات الطلاق لدى الشباب حديثي الزواج، ما يُشكّل تهديداً للبناء الأسري.

إن

أبغض الحلال عند الله الطلاق، هذه العبارة تتكرر دائماً من قبل رجل الدين الذي يحاول إيقاف عملية الطلاق بالحسنى، ويُعدّ هذا اليوم أسوأ يوم تعيشه الزوجة والزوج، وهو يوم انفصالهما الذي تمّ تحديده ولا مجال لسماع كلام رجل الدين أو أي رجل وامرأة من الأقارب والأصدقاء. لوحظ في السنوات الأخيرة زيادة كبيرة جداً في نسبة حالات الطلاق في المجتمع العراقي بما ينذر بكارثة اجتماعية على المستوى القريب والمستقبلي على حدٍ سواء. وتقف أسباب عدّة خلف هذه الحالة الغربية في المجتمع:

أسباب الطلاق

لا شك أن أسباب الطلاق متعددة، وقد يكون السبب من الزوج أو الزوجة، أو منهما، ومن هذه الأسباب، سوء العشرة، بأن يعامل أحد الزوجين الآخر معاملة سيئة، والفتور العاطفي، وافتقار المشاعر بين الزوجين، سبب آخر من أسباب الطلاق، وهذا الفتور، يُسمّى البعض بالطلاق كذلك، وتغليب أحد الزوجين مصلحته الفردية، والأيام إلى طلاقٍ حقيقيٍّ، ومن أسباب الطلاق الطرف الآخر، وكذلك الغضب وسرعة الانفعال من وعدم التشاور والتعاون وتقدير مصلحة الطرف الآخر، وكذلك التفاهم بين الزوجين، ويستولد أعظم أسباب هدم الحياة الزوجية، لأنه يسد باب الحوار والتفاهم بين الزوجين، ومن أسباب الطلاق ردود أفعال سلبية من الطرف الآخر، وقد يؤدي إلى ما لا تُحمد عقباه، ومن أسباب الطلاق أيضاً، إفشاء المشكلات الزوجية وعدم احتوائها، وإدخال أطراف خارجية فيها، وتُمثّل المشكلات المادية إحدى أسباب الطلاق في المجتمعات، وأما ضعف الوازع الديني كذلك يُعدّ سبباً خطيراً لهدم الأسرة.

أول المتحدثين كان الأستاذ المساعد الدكتور علي عبد الكريم آل رضا (أستاذ علم النفس في كلية التربية / جامعة كربلاء) قال: " إن الطلاق لا يحصل دون أسباب، لكن الملفت للنظر في الآونة الأخيرة أن أحد الأسباب الرئيسة للطلاق في المجتمع العراقي هو الاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي، وما ينتج عنه من تنكك للأسرة، وانعدام الثقة بين الزوجين؛ مما يؤدي لاتهام أحدهما الآخر بالخيانة الزوجية وبالتالي حصول الطلاق، وهناك أسباب نفسية واجتماعية واقتصادية، وربما تكون أزمة السكن من بين الأسباب التي أدت إلى تزايد



حالات الطلاق، وكذلك البطالة وقلة فرص العمل، وتدني المستوى المعيشي للشباب، فضلاً عن عدم التكافؤ بين الزوجين في المجالين الثقافي والاقتصادي والاجتماعي، وربما الزواج في سن مبكرة تسبق مرحلة النضوج تجعل هذا الكيان مهدداً لا يقوى على الصمود بوجه المشاكل فيكون الطلاق هو الحل بنظر الزوجين أو عائلتيهما ... ومن بين الحلول المقترحة للحد من هذه الظاهرة.

علاج مشكلة الطلاق

مما يحد من مشكلة الطلاق، نشر الوعي المجتمعي بعواقب الطلاق وأضراره، وما ينتج عنه من تشقت في الأسرة، وانعكاسات سلبية على الأبناء، فقد كشفت دراسة خاصة ما يصيب الأبناء جراء الطلاق من الحزن لتعزيز الاستقرار الأسري في المجتمع. كما يجدر بالمقبلين على الزواج، حسن اختيار الشريك، ثقافياً ومادياً واجتماعياً، وأن يعلموا أن الحياة يتحملوا مسؤوليتهم على أكل وجه، لينبؤوا حياة أسرية سعيدة. وقال الدكتور علي عبد الكريم " إن من الأمور التي تُعالج

عنه من تشقت في الأسرة، وانعكاسات والعزلة والعدوانية، وتدني المستوى بالتركيز على هذه القضايا، ونشر الوعي، الزوجية حقوق وواجبات، وأن



الأثر على دوام الحياة المشتركة".
ومن هذا الاستطلاع نستنتج أن هناك عدة أسباب منها رئيسية ومنها ثانوية، منها سهلة التجاوز والحل، ومنها صعبة وتحتاج الى تربية وتنقيف وتوعية منذ الصغر ومن قبل كل العاملين في الأماكن التي يتعرع فيها الشباب والفتيات على حدٍ سواء. والمسؤولية تقع علينا جميعاً في محاولة إيجاد الحلول الناجمة لهذه الكارثة الإنسانية، والوصول إلى الحل الأفضل والقضاء على تلك الظاهرة الغريبة في المجتمع العراقي.

مشكلة الطلاق أن تكون فترة الخطوبة طويلة؛ كي يتعرّف الطرفان على بعضهما نفسياً وسلوكياً، والاختيار الصحيح أو السليم لشريك الحياة.. كما أن التوافق بين الطرفين من الناحية الثقافية والاجتماعية والنفسية له دور في تسيير الحالة الزوجية، ومحاولة إيجاد السكن المستقل؛ لأنّ سكن الزوجين في بيت مستقل يبعد شبح الطلاق؛ ويجنبهما الاحتكاكات التي تنغص عليهما الحياة، وعلى الشاب أيضاً أن يجد له عملاً يعيل به زوجته وعياله".

أما الخطيب الحسيني السيد صباح الموسوي فقد تحدّث قائلاً: "أعتقد أنّ التكنولوجيا الحديثة ومواقع التواصل الاجتماعي فضلاً عن المسلسلات المدبجة وغيرها من الدراما التي تدعو إلى حرّية مفرطة للمرأة ومزاجية للرجل في التعامل مع الأسرة والزوجة، منها الخيانة وعدم الخجل من أيّة علاقة غير شرعية، فتعالج هذه الدراما الخطأ بالمثل، وأصبح هذا الأمر سمة بارزة في حالات الطلاق التي تنتج عن أفعال كثيرة منها الخيانة".

"المطلوب اليوم معالجة مجتمعية دينية توعوية في الصحافة والإعلام من مخاطر الطلاق في المستقبل على الأسرة العراقية، وللأسف الشديد كثير من الناس أصبح الطلاق عنده طبيعياً، وعلى تهاة الأسباب يفكرون ويلجؤون للطلاق، وهو ما جعل أرقامه مخيفة لعقلاء وقادة المجتمع الصالحين، ونأمل أن نرى تحركاً بهذا الشأن، وأن يكون هناك تكاتف على الأقل لتجسيم هذه الظاهرة إن لم نستطع الحد منها".

ولتسليط الضوء على رأي الشرع في هذه المشكلة الخطيرة سألنا السيد محمد الموسوي/ قسم الشؤون الدينية فقد ذكر لنا الأسباب والعلاجات بقوله: "بحكم تجربتي في رجوع بعض الناس إليّ في حالات الطلاق وجدت أن أكثر حالات الطلاق سببها سوء اختيار الزوجة أو الزوج، وعدم معرفة حالها وثقافتها وطريقة عيشها، ما يتسبب بعد الارتباط بها في حالة صراع بينها وبين الزوج يؤدي إلى الطلاق، كذلك عدم وجود ثقافة زوجية ومعرفة عند طرفي الزواج أو أحد طرفيه وطبيعة العلاقة الزوجية والمسؤولية الاجتماعية الملقاة على عاتق كل منهما، بعضهم غير مستقلين في قراراتهم وليس لهم رأي ولا قرار، إضافة إلى الاستخدام السيء لوسائل الاتصال ومواقع التواصل الاجتماعي. وللحيلولة دون وقوع الانفصال بين الزوجين يجب أن يحسن اختيار كل منهما الآخر، وربما يكون أكثر قرباً لطبيعة حياة وبيئة وثقافة الطرفين، وأن يعرف كل من الزوجين واجباتهما الشرعية والقانونية والاجتماعية تجاه كل منهما.. قبل الزواج ومع كل ذلك أعتقد أن التوفيق الإلهي والإخلاص في النوايا والمشاعر في العلاقات له بالغ



علي باسم العكابي

الاجتماعية والاقتصادية، والسياسية، والرياضية، والفنية، والإبداعية وغيرها؛ بما يتيح للشباب ترك بصمة تحدث طفرة ونقله نوعية في الأداء، وعندما نصفهم بأنهم ثروة وقوة المجتمع وسواعده الفتية القادرة على دعم مسيرة التنمية، فإننا نشير إلى أن قرابة نصف المجتمع - في الفئة العمرية التي لا تتجاوز سنها الأربعين ربيعاً - قادرون على تحمّل المهام بكلّ حماسة وتوهُج، وإمكانية تنفيذ المهام بنفس تَوَاقُعٍ للتقدّم والإنجاز، وعزيمة متّعدة لا تعرف اليأس أو الإحباط. وهم من تجددهم في مختلف المواقع مرتفعي الهمة ومنتصبي القامة، يعملون بجدّ واجتهاد، يتقبّلون النقد، ويتفهّمون الاختلاف مع الآخر بكلّ ارتياح، يمتلكون أفقاً معرفياً.

هم الرّاعبون في العمل لأقصى مدى، هم محور اهتمام عتباتنا المقدّسة ويتجلّى ذلك في كثير من المشروعات المخصّصة لهم، والبرامج التي تمّ إطلاقها حصراً عليهم، إيماناً بدورهم الفاعل في بناء الوطن، غيرها كثير من المكرّمات السامية التي تستهدف الشباب؛ سواء لتكريمهم على ما قدّموه من إنجازات، أو تلك التي تسعى لتحفيزهم على العطاء، والبذل لأجل الوطن، والكل يدرك حجم الطاقات التي يزخر بها وطننا الحبيب، فما من محافظة من محافظاتنا العزيزة إلا وخرّجت شباباً مبدعاً في عديد من مجالات الحياة، وشاهد الجميع هذه المخرجات .

إنّ رعاية الشباب، وتنمية مهاراتهم، من ضروريّات التنمية وجوهر تقدّمها؛ فإطلاق العنان لطاقات الشباب يوفّر بيئةً حاضنةً لهذه العقول المبدعة؛ كي تُنتج وتبتكر وتطرح حلولاً غير تقليدية للكثير من مشكلاتنا، والتحدّيات التي قد تعرقل مسيرة التقدّم.

شبابنا قوتنا

إنّ جيل الشباب في كلّ مجتمع بمثابة العمود الفقري في جسم الإنسان، والحديث عنهم وعن تأثيرهم في المجتمع يحتاج مؤلفات عديدة، تتناول مختلف الأبعاد:



مسيرة النور

إنَّ نهضة الإمام الحسين (عليه السلام) هي حركة إسلامية شاملة حملت عناوين عديدة، وكثير من الناس تحدّثوا عن واقعة الطفّ - كربلاء - من وجهة نظر تراجمية تقوم على أساس موت البطل وأسرته الطاهرة المقدّسة بيد جيش من الظلمة القادمين من عفن التاريخ، وظلام الجهل الضارب بجذوره عميقاً في عقولهم قبل قلوبهم، وكثير من الناس والرّواة أيضاً ينقلون لنا صورة الإمام الحسين - عليه السلام - بطريقة غير ناضجة حيث يَصوِّرونه لنا بصورة الإمام الثائر الذي لا يهّمه إلا أن يُقتل بسيف الأعداء من أجل الحصول على شرف الشهادة فقط، والحقيقة أن هذه الصورة ناقصة في محتواها الفكري، وقاصرة في عمقها الإيماني والروحي، ويأتي جزء كبير من هذا النقص أننا غالباً ما نقوم بتسليط الأضواء على الإمام الحسين (عليه السلام) فقط دون تسليط بعض الأضواء على خصومه وأعدائه، فعندما نعرف ماهية أهداف وغايات يزيد فإننا بالمقابل سنعرف أهداف ورسالة الإمام الحسين (عليه السلام) الذي خرج بأعز ما يملك من أجل إحياء رسالة جدّه المصطفى (عليه السلام)، فعندما نقرأ بعمق وصيّة رسالة الإمام الحسين (عليه السلام) لأخيه محمد بن الحنفية قبيل مغادرته المدينة سنلتم وبشكل واضح السبب الأساس لخروج الإمام (عليه السلام).

فهذا هو الخوارزمي الحنفي يحدّثنا في كتابه (مقتل الحسين) عن أنّ الحسين (عليه السلام) دعا بدواة وبياض وكتب فيها هذه الوصية لأخيه محمد بن الحنفية بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ؛ هَذَا مَا أَوْصَى بِهِ الْحُسَيْنُ بْنُ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ إِلَى أَخِيهِ مُحَمَّدٍ الْمَعْرُوفِ بِابْنِ الْحَنْفِيَّةِ :
 إِنَّ الْحُسَيْنَ بْنَ عَلِيٍّ يَشْهَدُ أَنَّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَحَدَّهُ لَا شَرِيكَ لَهُ؛ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ؛ جَاءَ بِالْحَقِّ مِنْ عِنْدِ الْحَقِّ. وَأَنَّ الْجَنَّةَ وَالنَّارَ حَقٌّ؛ وَأَنَّ السَّاعَةَ آتِيَةٌ لَا رَيْبَ فِيهَا وَأَنَّ اللَّهَ يَبْعَثُ مَنْ فِي الْقُبُورِ.
 إِنِّي لَمْ أَخْرَجْ أَشْرًا وَلَا بَطْرًا وَلَا مُفْسِدًا وَلَا ظَالِمًا؛ وَأِنَّمَا خَرَجْتُ لَطَلِبِ الْإِصْلَاحِ فِي أُمَّةٍ جَدِّي مُحَمَّدٌ عَلَيْهِ السَّلَامُ؛ أُرِيدُ أَنْ أَمَرَ بِالْمَعْرُوفِ وَأَنْهَى عَنِ الْمُنْكَرِ؛ وَأَسِيرُ بِسِيرَةِ جَدِّي وَسِيرَةِ أَبِي عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ (عليه السلام).
 فَمَنْ قَبِلَنِي بِقَبُولِ الْحَقِّ، فَاللَّهِ أَوْلَى بِالْحَقِّ؛ وَمَنْ رَدَّ عَلَيَّ هَذَا، أَصْبِرُ حَتَّى يَقْضِيَ اللَّهُ بَيْنِي وَبَيْنَ الْقَوْمِ بِالْحَقِّ؛ وَهُوَ خَيْرُ الْحَاكِمِينَ.
 وَهَذِهِ وَصِيَّتِي إِلَيْكَ يَا أَخِي؛ وَمَا تَوَفَّقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ؛ وَالسَّلَامُ عَلَيْكَ وَعَلَى مَنْ اتَّبَعَ الْهُدَى؛ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ.
 إنَّ هذه السطور القليلة تلخّص لنا فلسفة الحركة الحسينية الكامنة وراء مسيرته من المدينة المنورة

أغياث الجشعبي

إلى كربلاء، فالوعد الحسيني يمثل لنا الأمل الدائم في ضرورة الخلاص من كل أنواع الانحراف الذي يصيب الضمير الإنساني القابل للتمظهر بمظهر الإيمان والعدل والنقاء ولذلك فخرج الإمام الحسين (عليه السلام) مع أهل بيته طلباً للإصلاح في أمة جدّه (عليه السلام)، لا يعني أنّ الفساد قد دخل قلب الرسالة الإسلامية، بل الشيء الذي فسد هو الإنسان الطاغية الذي أراد أن يفسد كل ما حوله بقدر الفساد الذي يعيشه هو شخصياً بداخله، فالدين الإسلامي واضح، وتعاليمه واضحة، وأساسه جليلة، وأحكامه وقوانينه بيّنة، ولكن ما تبدّل هو التطبيق والممارسة لا النظرية والمبادئ.
 لا يشك كل قارئ للتاريخ الإسلامي في أنّ الحكام الأمويين قد ألقوا بغبار سيرتهم السوداء على الوجه الناصع للمرأة الإسلامية التي تعكس قوانين وأحكام السماء، وأنهم حاولوا أيضاً أن يطفئوا نور الله بأفواههم، ولكن إرادة الله كانت فوق إرادتهم، ومشيتها أعلى وأقوى من مكرهم.
 إنّ للنهضة الحسينية أبعاداً عميقة لا نراها في غيرها من الحركات والثورات فهي حركة نهضوية لا تتبع من منظور أو منطلق شخصي ولا تهدف إلى تحقيق منفعة ذاتية فردية، وإنّما هي حركة جهادية ذات أهداف شمولية وإنسانية عامّة.





بِقِيَّةِ اللَّهِ خَيْرٌ لَكُمْ

محمد رزاق

احتياج البشر إلى الإمام

البشر بنحوٍ عامٍّ محتاجٌ إلى إمامٍ يَقْتَدِي به، وَيَسْتَضِيءُ بنور علمه، ووليٍّ يلجأ إليه ويستفيد منه، كاحتياجه إلى النبي والرسول.. إذ الإمامة إتمام وامتداد للنبوَّة الباقية والرسالة الخالدة. وهذا أمر فطريٌّ وحقيقة ارتكازية يحكم بها العقل السليم والوجدان المستقيم، وتشهد البدهة بأنَّه لا بُدَّ لكلِّ قومٍ، بل لكلِّ عالمٍ من عوالم الوجود من إمامٍ ورئيسٍ يهديهم إلى سبيل الصَّلاح، ويقودهم إلى الخير والفلاح، ويرفع عنهم النزاع والخلاف، ويكون داعياً إلى الله ومصلاً لعباد الله.

والوصي والإمام بعد نبيِّه الكريم لكان نقضاً لغرض البعثة النبوية الشريفة التي بشرت بها الأنبياء، وكانت أشرف الغايات، وخاتمة الرسالات.

وعلى الجملة؛ فالإمامة أمر فطريٌّ، واحتياجٌ ضروريٌّ، وحاجة لازمة كفى بارتكازيتها دليلاً لها، بالإضافة إلى أنَّه يدلُّ عليها الكتاب والسنة والعقل بالبيان التالي:

أما الكتاب أولاً:

فقول الله تعالى شأنه: (إِنَّمَا أَنْتَ مُنذِرٌ وَلِكُلِّ

أحكامها وحلالها وحرامها إلى يوم القيامة، وهذا الدِّين الإسلامي أبديٌّ في بقائه، خاتم للأديان في رسوله، ولا يُقبل من أحد غيره.

قال تعالى: (إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ)^(١)،

وقال عزوجل: (وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ)^(٢).

فالإسلام إذا رسالة سماوية خالدة أريد لها - بواسطة أكمليتها - أن تبقى بقاء السماوات والأرضين.. وامتداد الدنيا والآخرة.

فلو كان بناء هذا الدِّين على عدم الحافظ

وكلَّ ما يتصدى له النبي الأكرم ﷺ في حياته من الوظائف والقوانين والأحكام والشؤون الدينية والاجتماعية والعلمية والقضائية والأخلاقية والإدارية والإرشادية وغيرها يلزم أن يتصدى له من بعده مَنْ يكون أنموذجاً له، ومظهراً من مظاهره، وزعيماً للدِّين مثله.. حذراً من زوال الدين واضمحلال الرسالة التي جاءت للدوام، وأسست للبقاء، وإلا كان شأن هذا الدِّين شأن سائر المبادئ التي تزول بزوال أصحابها.

وشريعة الإسلام نزلت لتكون باقية بجميع

١ - سورة آل عمران: (الآية ٩١).

٢ - سورة آل عمران: (الآية ٥٨).

قَوْمَ هَادٍ (٣) فَإِنَّهُ قَدْ ذَكَرَتْ الْخَاصَّةُ وَالْعَامَّةُ، أَنَّ الْهَادِي فِي هَذِهِ الْآيَةِ الشَّرِيفَةِ، هُوَ الْإِمَامُ أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيَّ بْنَ أَبِي طَالِبٍ (عَلَيْهِ السَّلَامُ)، وَقَدْ جَاءَتْ فِيهِ ثَلَاثَةٌ وَعِشْرُونَ حَدِيثًا مِنْ طَرَقِ الْخَاصَّةِ، وَسَبْعَةٌ أَحَادِيثٌ مِنْ طَرَقِ الْعَامَّةِ، كَمَا تَلَاظَمَتْ فِي كِتَابِ غَايَةِ الْمَرَامِ (٤).

وَلِلنَّمُودِجِ نَخْتَارُ مِنْ أَحَادِيثِ الْخَاصَّةِ مَا رَوَاهُ عَبْدِ الرَّحِيمِ الْقَصِيرُ، عَنِ الْإِمَامِ أَبِي جَعْفَرِ الْبَاقِرِ (عَلَيْهِ السَّلَامُ) فِي قَوْلِ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: (إِنَّمَا أَنْتَ مُنذِرٌ وَلِكُلِّ قَوْمٍ هَادٍ) فَقَالَ: «رَسُولُ اللَّهِ ﷺ الْمُنذِرُ، وَعَلِيُّ الْهَادِي، أَمَا وَاللَّهِ مَا ذَهَبَتْ مِنَّا وَمَا زَالَتْ فِينَا إِلَى السَّاعَةِ» (٥).

وَمِنْ أَحَادِيثِ الْعَامَّةِ مَا رَوَاهُ عَبْدِ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو عَنِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «بِي أَنْذَرْتُمْ، وَبِعَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ اهْتَدَيْتُمْ - وَقَرَأَ (إِنَّمَا أَنْتَ مُنذِرٌ وَلِكُلِّ قَوْمٍ هَادٍ) (٦) - وَبِالْحَسَنِ أَعْطَيْتُمْ الْإِحْسَانَ، وَبِالْحُسَيْنِ تَسْعُدُونَ وَبِهِ تَشْقُونَ. أَلَا وَإِنَّ الْحَسِينَ بَابٌ مِنْ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ مَنْ عَانَدَهُ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ رِيحَ الْجَنَّةِ» (٧).

وَأَمَّا السُّنَّةُ ثَانِيًا:

فَمَثَلُ حَدِيثِ نَهْجِ الْبَلَاغَةِ فِي كِتَابِ الْإِمَامِ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ (عَلَيْهِ السَّلَامُ) إِلَى عَامِلِهِ عَلَى الْبَصْرَةِ، عَثْمَانَ بْنِ حَنِيفِ الْأَنْصَارِيِّ قَالَ (عَلَيْهِ السَّلَامُ):

٣ - سُورَةُ الرَّعْدِ: (الآيَةُ ٧).

٤ - غَايَةُ الْمَرَامِ: (ص ٥٣٢)، وَتَلَاظَمَتْ اسْتِقْصَاءُ أَحَادِيثِ الْعَامَّةِ فِي إِحْقَاقِ الْحَقِّ: (ج ٣ ص ٨٨، وَج ٤١ ص ٦٦١، وَج ٥٢ ص ٩٥).

٥ - غَايَةُ الْمَرَامِ: (ص ٥٣٢).

٦ - سُورَةُ الرَّعْدِ: (الآيَةُ ٧).

٧ - غَايَةُ الْمَرَامِ: (ص ٥٣٢).

«أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَأْمُومٍ إِمَامًا يَقْتَدِي بِهِ وَيَسْتَضِيءُ بِنُورِ عِلْمِهِ» (٨).

مِمَّا يَسْتَفَادُ مِنْ هَذِهِ الْقَاعِدَةِ الْجَارِيَةِ، وَالسُّنَّةِ الْمَاضِيَةِ، وَالضَّرُورَةِ الْقَاضِيَةِ بِوُجُودِ الْإِمَامِ الصَّالِحِ لِكُلِّ مَأْمُومٍ.

وَأَمَّا الْعَقْلُ ثَالِثًا:

فَدَلِيلُ الْعَقْلِ وَحُكْمُهُ بِلِزُومِ الْإِمَامِ يَقْرَأُ

بِوُجُوهٍ أَرْبَعَةٍ:

١ أَنْ الْعَقْلَ يَحْكُمُ بِوُجُوبِ الْإِمَامَةِ بِدَلِيلِ اللَّطْفِ، لِمَا ثَبِتَ مِنْ كَوْنِ الْإِمَامَةِ لَطْفًا مِنَ اللَّهِ تَعَالَى وَلَا يَتِمُّ التَّكْلِيفُ بِدُونِهَا، فَمَقْتَضَى كَرَمِهِ تَعَالَى أَنْ يَهَيِّئَ لِعِبَادِهِ وَسَائِلَ الطَّاعَةِ، وَيَصْرِفَهُمْ عَنِ طَرُقِ الْقَسَادِ، وَهُوَ لَطْفٌ، وَاللَّهُ لَطِيفٌ بِعِبَادِهِ.

وَالْإِمَامَةُ مِنَ الْأَلْطَافِ الْإِلَهِيَّةِ الَّتِي لَا يَحْسِنُ التَّكْلِيفُ بِدُونِهَا، فَجَرَتْ مَجْرَى سَائِرِ الْأَلْطَافِ الْإِلَهِيَّةِ، إِذِ الْأُمَّةُ مَحْتَاجَةٌ إِلَى أَخْذِ مَعَالِمِ دِينِهَا مِنَ الْإِمَامِ، وَالْإِمَامُ لَا يَكُونُ عِنْدَنَا إِلَّا مَنْ هُوَ عَالِمٌ بِجَمِيعِ مَا تَحْتَاجُ إِلَيْهِ الرَّعِيَّةُ.

٢ أَنْ الْغَرَضَ وَالْحِكْمَةَ فِي إِيجَادِ الْخَلْقِ هِيَ الْمَعْرِفَةُ وَالْعِبَادَةُ، كَمَا قَالَ تَعَالَى: (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) (٩)، وَهَذَا الْغَرَضُ الشَّرِيفُ يَتَوَقَّفُ عَلَى الْوَسْطَةِ بَيْنَ الْخَلْقِ وَالْخَالِقِ لِاسْتِحَالَةِ الْمَشَاهِدَةِ وَالْمَكَامَلَةِ، وَتَكُونُ الْوَسْطَةُ بِالرِّسَالَةِ أَوْ الْإِمَامَةِ، فَغَرَضُ الْخَلْقَةِ يَقْتَضِي الْإِمَامَةَ بَعْدَ الرِّسَالَةِ.

٣ أَنْ كِتَابَ اللَّهِ الْعَظِيمِ الَّذِي هُوَ كِتَابُ الْهُدَايَةِ

وَدُسْتُورِ الْبَشَرِيَّةِ الَّذِي فِيهِ آيَاتُ مَحْكَمَاتٍ وَأُخْرٍ مِتَشَابِهَاتٍ، كَيْفَ يَمَكُنُ التَّوَصُّلُ وَالْوَصُولُ إِلَى مَرَادَاتِهِ، وَمَعْرِفَةُ مَحْتَوِيَاتِهِ، وَفَهْمُ مَجْمَلَاتِهِ وَمِتَشَابِهَاتِهِ، حَتَّى يَتَسَنَّى الْعَمَلُ بِآيَاتِهِ بِدُونِ مَعْلَمٍ وَمُبِينٍ لَهَا وَهَادٍ بِهُدَايَةِ اللَّهِ فِيهَا؟

وَمَنْ الْوَاضِحُ أَنَّ كِتَابَ الدِّرَاسَاتِ الْعِلْمِيَّةِ وَالْمَوْسُوعَاتِ الْجَامِعِيَّةِ بِالرَّغْمِ مِنْ كَوْنِهَا مِنْ نَتَائِجِ الْعُقُولِ الْبَشَرِيَّةِ لَا يَمَكُنُ فَهْمُهَا بِدُونِ مَعْلَمٍ وَأُسْتَاذٍ، مَعَ دِرَاسَاتٍ مُتَوَاصِلَةٍ فِي سِنَوَاتٍ عَدِيدَةٍ.

فَكَيْفَ بَكِتَابٍ يَعْجِزُ عَنِ مِثْلِهِ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ وَلَوْ كَانُ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ ظَهِيرًا؟

مِنَ الْمُسْتَحِيلِ أَنْ نَسْتَفْنِي فِي فَهْمِ أَعْظَمِ الْكُتُبِ عَنِ تَعْلِيمِ مَنْ نَزَلَ فِي بَيْتِهِمُ الْكِتَابُ، فَالضَّرُورَةُ تَقْتَضِي بِلِزُومِ الْإِمَامَةِ بَعْدَ الرِّسَالَةِ، وَالْإِمَامُ فِي جَنْبِ الْقُرْآنِ.. وَقَوْلُ: (حَسْبُنَا كِتَابُ اللَّهِ) هُوَ وَخَدَاعٌ وَتَزْوِيرٌ وَبُهْتَانٌ، قَدْ كَذَّبَهُ حَتَّى هُوَ نَفْسُهُ حَيْثَمَا كَانَ يَرْتَطِمُ فِي الْإِشْكَالِ: (لَا أَبْقَانِي اللَّهُ لِمُعْضَلَةٍ لَيْسَ لَهَا أَبُو الْحَسَنِ).

فَهَلَّا كَانَ يَكْتَفِي بِكِتَابِ اللَّهِ لِحَلِّ الْمَسَائِلِ الْوَارِدَةِ عَلَيْهِ.. وَعَلَيْهِ فَالْبَشَرِيَّةُ مَحْتَاجَةٌ فِي جَمِيعِ مَجَالَاتِ حَيَاتِهَا إِلَى كِتَابِ اللَّهِ مَقْرُونًا مَعَ حِجَّةِ اللَّهِ.. وَهِيَ تَوْأَمَانٌ لَا يَفْتَرِقَانِ وَتَكُونُ الْهُدَايَةَ بِهِمَا مَعًا حَتَّى يَرْدَا عَلَى الْحَوْضِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ (١٠).

١٠ - إِحْقَاقِ الْحَقِّ: (ج ٤ ص ٦٣٤، وَج ٥ ص ٧،

وَج ٩ ص ٩٠٣، وَج ٦١ ص ٥٠٤، وَج ٨١ ص ١٦٢)،

وَغَايَةِ الْمَرَامِ: (ص ١١٢ مِنْ اِثْنَيْنِ وَثَمَانَيْنِ حَدِيثًا مِنْ طَرَقِ الْخَاصَّةِ، وَتِسْعَةً وَثَلَاثِينَ حَدِيثًا مِنْ طَرَقِ الْعَامَّةِ).

٨ - نَهْجِ الْبَلَاغَةِ: (الرِّسَالَتِ ص ٨٧ مِنْ الطَّبْعَةِ الْمِصْرِيَّةِ الْكِتَابِ ٥٤).

٩ - سُورَةُ الذَّارِيَّاتِ: (الآيَةُ ٦٥).

أزهد علماء البلد

يُذكر أن أحد الخلفاء قال لوزيره ذات ليلة: يا تُرى من هو أزهد العلماء في عصرنا هذا لنذهب إليه فينصحننا؟ قال الوزير: فلان وفلان، فمضيا حتى وصلا إلى باب دار أحدهما، فطرق الوزير الباب، فجاء العالم خلف الباب وقال: من الطارق؟

قال الوزير: الخليفة بالباب.

قال العالم بكل حفاوة: اصبر حتى آتي بالمصباح، فلم يلبث إلا أن جاء بالمصباح وأقبل نحو الباب وفتحته، وأخذ يسلم على الخليفة بإمرة المؤمنين ويقول: لماذا لم تبعث عليّ حتى آتيك أنا بنفسي ولا تتحمل تعب المجيء؟ ثم عرض عليهما الدخول، فأبى الخليفة من الدخول وودّعه الوزير وانصرفا، فلما ابتعدا عنه، التفت الخليفة إلى الوزير وقال له: ما أردت مثل هذا.

فذهبا حتى أتيا باب دار العالم الثاني، فطرق الوزير الباب وانتظر فتحه، ولكن لم يفتح عليهما، فسمعا صوت العالم وهو يتلو القرآن، وبعد عدة طرقات، قال العالم وهو في مصلاه: من بالباب؟

قال الوزير: إنّه الخليفة، يريد زيارتك.

قال العالم بكل برودة: فليذهب الخليفة من حيث جاء فأني مشغول مع ملك الخليفة - يعني بالملك الله تعالى -.

وكلّمَا ألحّ الوزير على العالم بفتح الباب، أصرّ العالم على عدم الإجابة، حتى اضطرّ إلى أن يجعل سلماً ويتسلّق الجدار، ويدخلا عليه في مصلاه.

فلما أحسّ العالم بذلك ورأى الخليفة والوزير عنده في مصلاه، وقد مدّ الخليفة إليه يده للمصافحة، رأى العالم نفسه أمام الأمر الواقع، واضطرّ إلى أن لا يردّ يده إلا بما ينبتّه به، ويردّه عن غفلته، فلما استقرّت يد الخليفة في يد العالم، قال العالم: أه ما أليتها لئلا نار جهنّم؟

فوقع الخليفة مغشياً عليه من البكاء، فلما أفاق جلس بين يدي العالم كالغلام، وطلب منه أن ينصحه، فنصحه العالم بالشفقة على الرعية والعدل فيهم والإحسان إليهم، ثم ودّعه وقاما وخرجا، عند ذلك التفت الخليفة إلى وزيره وقال: لمثل هذا أردت، إنّه العالم حقاً.

من أخلاق العلماء / ص ٢٥.

المتسامح في الأسعار

كان نفران في بغداد يعملان في طريق الجسر، وكان كل واحد منهما يبيع البيض، ولكن أحدهما كان مزدحماً بالمشتريين دون الآخر.

يقول الراوي: وبعد مدة غير قصيرة مررت على الجسر وإذا أرى أحد البائعين دون الآخر، فسألت عن الآخر؟ فقالوا: ترك هذا العمل وذهب إلى السوق وأصبح تاجراً كبيراً، فتعجّبت من ذلك وذهبت إليه لأسأل عن السبب؟ فقال التاجر الجديد: أنا كنت أفهم موازين العمل وصديقي لم يكن يفهم، ولذا لا يزال باقياً على عمله ومستواه السابق. قلت: وكيف؟

قال: كنت أشتري كل يوم عشرين صندوقاً من البيض - مثلاً - ومن اليوم الأوّل قرّرت أن لا أربح في البيض، وإنما أبيع بالثمن الذي أشتريه لا أزيد، وإنما كان ربحي من بيع الصندوق نفسه فكنت أشتري كل بيضين بفلس وأبيعهما بفلس أيضاً، ثم أبيع الصناديق الفارغة بأربعة فلوس، بينما كان صديقي يشتري كل بيضين بفلس ويبيع ستة بيوض بأربعة فلوس؛ وحيث عرف الناس أنني أبيع بالأرخص اجتمعوا حولي تدريجاً، بينما خفّ الازدحام حول صديقي... وبعد عشر سنوات جمعت مالاً كثيراً وتمكّنت بسببه من فتح هذا الدكان، وأخذت أترج شيئاً فشيئاً حتى أصبحت هكذا.. بينما صديقي بقي في محله يبيع البيض.

وهكذا حال كل بائع أرخص من حيث التقدم والرفق.

القطرات والذرات / ١٥.



الحطب وقانون الذرات

كان رسول الله ﷺ ومعه أصحابه في صحراء خالية من الشجر ونحوها.. فقال لهم رسول الله ﷺ: اجمعوا الحطب. فقالوا: يا رسول الله هذه الصحراء مقفرة لا حطب فيها. قال لهم رسول الله ﷺ: افحصوا واجمعوا. فأخذ رسول الله ﷺ وأصحابه في البحث والجمع، وبعد قليل جمعوا كدسًا كبيرًا من الحطب. فقال لهم رسول الله ﷺ: هكذا تجتمع الذنوب. نعم أراد الرسول الأعظم ﷺ بهذه القصة أن يمثل، كما أن الحطب المتناثرة تنتهي إلى كدس كبير إذا جمعت، كذلك سائر الأشياء من الذنوب وغيرها. وهكذا تكون الحسنات، وسائر شؤون الحياة، وحتى أسباب الحب أو البغض أو المال أو العلم أو غيرها. القطرات والذرات / ١٩.



التّحدّي الجريء

يُحكى أنه لما أراد البريطانيون احتلال العراق، واجهوا مقاومة العراقيين لهم بكلّ شدة، ورأوا أنّ جذر المقاومة التي تُمدّ الناس بالقوّة والمعنوية هي مراكز العلم والعلماء وفي مقدّمهم: النجف الأشرف وكربلاء المقدسة. ولذلك لما فرضوا سيطرتهم على العراق بالكامل، فكّروا في الانتقام، فبدأوا بالنّجف الأشرف، فبعثوا الحاكم البريطاني إلى السيّد محمّد كاظم اليزدي صاحب العروة - قدّس سرّه - ليقول له: إنّ الحكومة البريطانية تطلب من سماحتكم مغادرة النّجف الأشرف. قال السيّد: ولماذا؟

أجاب: لأنّنا نريد الانتقام من الأهالي.

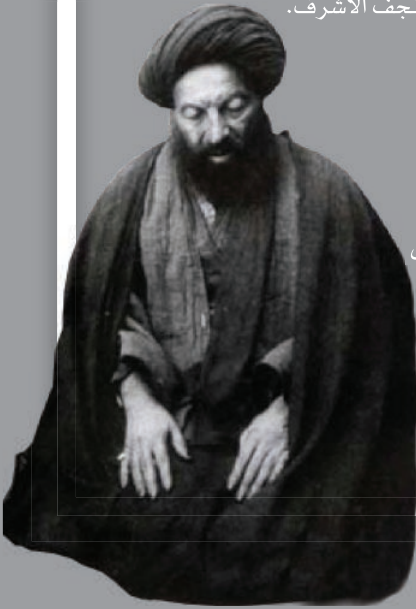
قال: أخرج وحدي أم مع عائلتي وأسرّتي؟

أجاب: بل مع عائلتكم وأسرّتكم.

قال: فإنّ أهالي النّجف الأشرف كلّهم أسرّتي وعائلتي، وإنّي لن أخرج منها مهما كلف الأمر، وسوف أبقى وليصيبني فيها ما يُصيبهم.

وبذلك ردّ الحاكم البريطاني خائبًا، وتراجعت الحكومة البريطانية عن نواياها بأهالي النجف الأشرف على أثر مقاومة السيّد اليزدي وشجاعته، ووفائه وإخلاصه.

من أخلاق العلماء / ص ٢٨.





النسيان

وقلة

التركيز

نائل فائق

يُعاني بعض الأشخاص من مشكلة النسيان، وقلة التركيز بشكل كبير، وهي مشكلة تصيبهم في مراحل مختلفة من العمر، وتكون نتيجة أسباب عديدة مُختلفة، وتجدر الإشارة إلى أنّ مُستويات الذكاء تختلف من شخص إلى آخر، فهو يُعدُّ أمرًا نسبيًا، وله علاقة وثيقة بالموروثات الجينيّة لدى الإنسان، ويمكن زيادة نسبة الذكاء والتركيز لدى الإنسان باستخدام كثير من الأساليب والطرق البسيطة والمُسلية أيضًا، والتي تساعد بفعالية في التّخلص من تلك المشكلة التي قد تسبّب الإحراج في كثير من المواقف اليوميّة.

طرق زيادة الذكاء والتركيز

1. ممارسة النشاطات البدنية اليومية تُعدُّ التمارين الرياضيّة البسيطة مثل الجري، من أهم ما يمكن القيام به يوميًا لمدّة لا تقل عن

نصف ساعة لتنشيط الدّورة الدّمويّة في الجسم، وزيادة نسبة الأوكسجين في الدم، وبالتالي وصول كمّيّة أكبر من الأوكسجين إلى المخ، حيث أثبتت دراسة سويدية أنّ لياقة الأوعية الدّمويّة والقلب تساعد بفعالية برفع نسبة الذكاء، وخاصّة الذكاء اللفظي بنسبة ٥٠٪.

٢. الاسترخاء اليومي

أثبتت كثير من الدراسات حول العالم أهمية الحصول على الاسترخاء بشكل يومي، وممارسة تمارين التنفس العميق، ويعود ذلك إلى أن تلك التمارين تُقلل من فقدان المَخِّ لأنسجته عند الوصول إلى سنٍّ متأخّر من العمر، كما أنها تزيد من التركيز بفعالية كبيرة، بالإضافة إلى أنها تُساعد على تنمية الذكاء ويقظة العقل، حيث إن الضغوطات التي يتعرّض لها الإنسان بشكل يومي تؤدي إلى زيادة الضغط على الدماغ، ممّا تُسبب أضراراً كبيرة لخلايا المَخِّ، فتقلل من تركيز الشخص وذكائه، ويُفضّل ممارسة التنفس العميق بعد صلاة الفجر؛ حيث يكون الهواء نقياً، أو التنزه في الحدائق العامة المليئة ومشاهدة المناظر الطبيعية الخلابة والاستمتاع بها.

٣. اتباع نظام غذائي جيد

إن اتباع نظام غذائي جيد يُعدّ من أهم وأفضل الطرق التي يُمكن للإنسان اتباعها لاستعادة حيويته ونشاطه العقلي، وبالتالي زيادة تركيزه، ولا شك بأن نوعية الأطعمة التي يتناولها الإنسان يومياً لها أكبر الأثر على صحّة عقله، حيث إن الإفراط في تناول الأطعمة الدسمة والملبّنة بالدهون والسكريات الحرارية سيؤدي إلى إصابة الإنسان بالغباء، وتبلد التفكير لديه، لذلك يُنصح بتناول الخضروات والفاكهة الطازجة المليئة بالفيتامينات والمعادن الضرورية لصحة العقل والدماغ، وأهمّها: العسل، وعشبة إكليل الجبل، والمكسّرات، واللحوم.

٤. الحصول على الرّاحة الكافية: يجب على

الإنسان الحرص على أخذ قسط من الرّاحة لتقوية المَخِّ والتركيز؛ حيث يُرتب الدماغ أثناء النوم المعلومات التي استقبلها طوال اليوم، كما يُجدّد نفسه وخلاياه أيضاً، لذلك يجب الابتعاد

عن السّهر لساعات مُتأخّرة من الليل؛ لأنّه يرهق الدماغ، ويُفقد حيويته، وبالتالي لا يقوى على التركيز نهاراً، ويُفضّل ألا تقل ساعات النوم عن ثماني ساعات يومياً خلال الليل، ويُنصح بالحصول على قيلولة الظهيرة، فهي تُجدّد حيوية الجسم والدماغ لاستقبال معلومات أكبر، بحيث يخزنها الدماغ، ويستعيدها بسهولة.

٥. ربط العلاقات ببعضها وتحليلها: اكتشف

علماء النفس وجود علاقة قويّة بين مهارة الربط، ومعدّلات الذكاء، وقدرة الفرد على التفكير وحلّ المشكلات، فكلّما زاد فهم العلاقات الرياضية بين المفاهيم أو الأشياء، وتحديد أو استكشاف العلاقة بينها وبين أشياء آخر شبيهة لها أو عكسها، أو العلاقات بين قبل وبعد زاد معدل الذكاء لدى الإنسان.

٦. توسيع دائرة المعارف: بما أنّ العالم

أصبح شبكة واسعة من الاتّصالات، يستطيع أيّ شخص أن يوسّع دائرة معارفه بسهولة، وأن يتواصل مع أشخاص يتمتّعون بمعرفة أمور عدّة، ولا يملكون حدوداً للتفكير والمغامرة، وهذا كلّه يساعد على زيادة الأسئلة في العقل ويشجّع على البحث عن أجوبة لها.

٧. إنّ التّعرّف على أشخاص يختلفون

في التفكير والبيئة والقدرات العقلية، توسّع دائرة التفكير، وتجعل الإنسان قادراً على مواجهة تحديات لم يسبق له القيام بها من قبل، وهذا بالتأكيد يساهم في تطوير الذكاء.

أسباب ضعف الذاكرة

هناك أسباب عديدة تُسبب ضعف التركيز، ومنها ما يأتي:

• قلة النّوم وطول ساعات السّهر، بالشكل الذي يؤدي إلى عدم إراحة العقل وبالتالي تقلّ قدرته

وكفاءته على العمل.

- الإجهاد والتعب الجسماني والعقلي مما يؤدي إلى نسيان العديد من الأمور والتفاصيل.
- التّعرّض لحوادث معينة يفقد معها العقل جزءاً من قدراته الإدراكية والاستيعابية.
- التدخين، حيث يخرب العقل والقدرات العقلية على المدى البعيد.
- اضطرابات بعض الغدد خاصة الغدّة الدرقيّة.
- الاضطرابات النفسية كحالة الاكتئاب والانزعاج والألم.
- التوتّر والخوف والقلق.
- تناول بعض الأدوية والعقاقير وآثارها الجانبية السلبية.

علاج ضعف الذاكرة عند الشّباب

لعلاج ضعف الذاكرة اتبع الخطوات التالية:

١. تدريب الدّماغ على التذكّر، حيث أثبتت الدّراسات بأنّ العقل البشري هو مثل العضلات، إذ إنّهُ من الممكن تقويته بالتمارين، ويكون ذلك من خلال المواظبة على حلّ التمارين الرياضية، والألغاز، أو الكلمات المتقاطعة، أو محاولة حفظ أرقام الهواتف الخاصّة بالأهل والأصدقاء وغيرها من التمارين الأخر.
٢. الحرص على تناول الوجبات الغذائيّة المتوازنة، والتي تحتوي على كافّة العناصر التي يحتاجها جسم الإنسان، مثل: الفيتامينات، الأملاح المعدنية، والبروتينات، والأحماض الدهنيّة مثل: الأوميغا ٢ والأوميغا ٦.
٣. شرب الماء بكميّة لا تقلّ عن لترين أو ثمانية أكواب كبيرة بشكل يومي، حيث إنّ عدم شرب الماء بكميّات كافية من شأنه التسبب بحدوث الجفاف في الجسم، وبالتالي التأثير على تدفق الدم بشكل كافٍ إلى الدماغ، الأمر الذي من شأنه التأثير على صحّة العقل وقوّة الذاكرة.

الله أكبر وفين الكراهية

محمد محفوظ

لعلّ من الظواهر الإنسانية الثابتة، والتي تتطلب قراءة عميقة لمعرفة العوامل والأسباب المفضية إليها، والطرق المناسبة لتجاوز التأثيرات السلبية والمدمرة لهذه الظاهرة، أو التقليل من حدوثها وبروزها في الفضاء الإنساني هي ظاهرة الكراهية والعداء والعداوة بين بني الإنسان. حيث تشترك عوامل عدّة، موضوعية وذاتية، داخلية وخارجية، في بروز حالة العداء والعداوة بين الإنسان وأخيه الإنسان. وفي إطار سعيها الحثيث في إرساء ثقافة الحوار والتسامح وحقوق الإنسان في فضاءنا الاجتماعي، من الأهمية بمكان، تفكيك هذه الظاهرة، ومعرفة العوامل المباشرة لحدوثها، وما هي الكيفية أو الآليات المناسبة للتقليل منها في فضاءنا الاجتماعي والوطني. فهل من الطبيعي أن يقود الاختلاف الأيدلوجي أو السياسي إلى العداوة والكراهية. أم أنّ هناك عوامل وأسباباً أخرى، تتدخّل في هذا الأمر، فتحوّل الاختلافات بكلّ مستوياتها إلى مصدر من مصادر العداوة والكراهية.. إنّنا بحاجة ماسّة اليوم، إلى قراءة هذا الواقع، وإزالة كلّ موجبات الكراهية والعداوة من فضاءنا الاجتماعي.

بكلّ صورته ومستوياته. فالسلوك العدواني هو عبارة عن فكرة في العقل وغريزة في النفس وممارسة تدميرية والغائية في الواقع والموقف. لذلك نجد أنّ المجال الإسلامي المعاصر، يعيش هذه المحنة في صور ومستويات متعدّدة. فالأفكار والأيدلوجيات التي تلغي الآخر المختلف والمغاير، ولا تعترف بحقوقه، فإنّها أوصلتنا في المحصلة النهائية إلى انتشار ظاهرة العنف والتطرّف والإرهاب. والتي تعمل على معالجة خلافاتها مع الآخرين عن طريق استخدام القوة العارية. فتحسم اختلافاتها عن طريق ممارسة

فالثقافة التي لا ترى إلا ذاتها وتلغي ما عداها، هي المقدّمة النظرية لذلك السلوك العدواني الذي لا يرى إلا قناعاته ومصالحه ويعمل على تدمير الآخر بمستويات متعدّدة.

فالعلاقة بين الثقافة التي تبت الكراهية بين بني الإنسان لدواعي أيديولوجية أو سياسية، وبين السلوك العدواني بكلّ مستوياته والذي يستهدف تدمير الآخر والغائه هي علاقة السبب بالنتيجة. فلا يمكن أن تنتج ثقافة الكراهية والبغضاء والإلغاء واقع المحبّة والألفة والتسامح، بل تنتج واقعاً من نسخها ومن طبيعة ماهيتها وجوهرها. وهو العدوان

حيثما يسود العداء الواقع الاجتماعي، فإنّ الأخطار الحقيقية تتلاحق علينا. ولا يمكن بأيّ حال من الأحوال أن تستقرّ أحوالنا وأوضاعنا، ونحن نحضن ثقافة تدفعنا إلى ممارسة الكراهية ضدّ الآخر المختلف عنّا والمغاير لتصوراتنا وقناعاتنا. والسلوك العدواني هو في جوهره حالة نفسية سلبية ضدّ الآخر بحيث تنفيه وترفضه في وجوده ونفسه أو في موقعه ومنصبه أو في مصالحه وعلاقاته، وتتحرك نحوه بطريقة عدوانية - تدميرية. والعلاقة جدّاً قريبة بين الثقافة التي تؤسس لمقاولات الإكراه والإلغاء والنفي، والسلوك العدواني تجاه الآخر.

القهر والعنف.

والمشروعات السياسيّة التي سادت في مجالنا الإسلامي بصرف النظر عن أيديولوجيّتها وشعاراتها، والتي كانت تحمل مضموناً سيئاً من الآخر. قادتنا هذه المشروعات وأوصلتنا إلى أنها تحوّلت إلى مصدر من مصادر العدوان والعنف في الواقع الاجتماعي والسياسي. فالمشروعات الأيديولوجية والسياسية، التي لا تحمل موقفاً حضارياً وتعددياً من الآخر المختلف والمغاير، فإنها ساهمت بشكل أو بآخر في نشوء ظاهرة العدوان والعنف والتطرف، فالذي يرفض الآخر على مستوى الشعور والفكر، هو الذي يؤسس للحرب وممارسة العنف تجاهه في الواقع الخارجي.

لذلك فإنّ المدخل الحقيقي لعلاج ظاهرة العنف والعدوان في الفضاء الاجتماعي، هو إعادة تأسيس العلاقة والموقف من الآخر المختلف والمغاير. فالأنا لا تقبض على كل الحقيقة، والآخر ليس شرّاً وباطلاً بالمطلق.

إنّ تأصيل هذه الحقيقة، هو الذي يزيل من نفوسنا وعقولنا كلّ المسوغات النظرية والنفسية لمعاداة الآخر بعدّه مخالفاً لنا في الأيديولوجية أو الموقف الثقافي أو السياسي.

فالآخر هو مرآة ذاتنا، وإذا أردنا أن نتعرّف على خبايا وخفايا ذاتنا، فعلينا أن نتواصل مع الآخر فهو مرآتنا الذي نكتشف من خلالها صوابية أفكارنا أو خطئها، سلامة تصوّراتنا أو سقمها. لهذا كله فإنّ إعادة تأسيس العلاقة بين الذات والآخر على أسس القبول بالتعددية والاعتراف بحق الاختلاف ونسبية الحقيقة، هو الذي يزيل من ذاتنا وفضائنا الاجتماعي كثيراً من موجبات العدوان على الآخرين.

فالاختلاف الأيديولوجي أو السياسي أو الثقافي، ليس مدعاة لانتهاك حقوق الآخرين، بل على العكس من ذلك تماماً، حيث إنّ الاختلاف بكلّ مستوياته، ينبغي أن يقود إلى التّواصل والتّعارف ومعرفة الآخرين على مختلف المستويات.. إذ يقول تبارك

وتعالى: (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ، وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا، إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ، إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ) (الحجرات: ١٣). فالإناء الخصوصيات لا يمثّل نهجاً واقعياً في التعاطي مع الواقع، لأنّ الإناء من أي طرف كان لا يغيّر شيئاً من المسألة في طبيعتها الذاتية، أو من تأثيراتها الموضوعية، على أنها تمثّل بعداً في عمق الذات، لا مجرد حالة طارئة على الهامش، مما يجعل من مسألة الإناء مشكلة غير قابلة للحل.. والرؤية القرآنية تؤكد ضرورة أن تحرك الخصوصية في دائرتها الدّاخلية في الجانب الإيجابي الذي يدفع الإنسان للتفاعل عاطفياً وعملياً مع الذين يشاركونه هذه الخصوصية في القضايا المشتركة. ويبنى التّعارف غاية إنسانية من أجل إغناء التجربة الحية المنفتحة على المعرفة المتنوعة والتجربة المختلفة للوصول إلى النتائج الإيجابية في مستوى التّكامل الإنساني.

ويقول عزّ من قائل: (وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِّمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ، وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ، ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ) (فصلت: ٣٢-٣٤).

فحينما يختلف الناس في مواقع الفكر أو في مواقع الحياة الخاصة والعامة، فتثور المشاعر، وتتعدّد المواقف، حتى تتحوّل إلى خطر كبير على العلاقات الإنسانية في المجتمع، عندما يتّجه الموقف إلى الصّدام الذي يهدّد الجميع، ويقطع التّواصل في أفرادهم.. فهناك أسلوب السيّئة الذي يعمل على إثارة الانفعال الذي يتحرّك بالحق والعداوة والبغضاء ويدفع بالموقف إلى القطيعة والصّراع، وذلك بالكلمة الحادة والنّابية، والموقف الغاصب، واليد المعنوية.

وهناك أسلوب الحسنة الذي يعمل على تحريك الموقف والرؤية على أساس الدراسة العقلانية - الموضوعية لكلّ المفردات المتأثرة في ساحة الأفكار والمواقف والمواقف ومحاولة اكتشاف العناصر

والمفردات الدّاخلية والخارجية التي تضيق الهوة بين هذا الموقف أو ذاك، أو تدممها، وتجمع العقول والقلوب على قاعدة فكرية وحياتية واحدة، وذلك بالكلمة الطّيبة والنّظرة الحانية والموقف الموضوعي واليد المصافحة.

ف(ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ) ليتحوّل العدو إلى صديق، والبعيد إلى قريب، والخصم إلى رفيق، وذلك لأنّ الإيمان يفرض على الإنسان أن يختار الأحسن في حركة العلاقات، كما يريده اختيار الأحسن في حركة الحياة.

ولعلّ هذا الهدف يحتاج إلى كثير من الجهد النّفسي والفكري والعملية، الذي يتجاوز كثيراً من الضّغوط الدّاخلية والخارجية التي تريده أو تقوده إلى الاستسلام إزاء المشاعر الانفعالية والعدوانية. لذلك يقول تعالى: (وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا). ومجاهدة النفس ضد رغباتها الدّاتية الضّيقة، وضدّ نزواتها العشوائية، وعلى بعض الأوضاع الصّعبة التي قد تحصل للإنسان من خلال ذلك، وعلى الوقت الطويل الذي يحتاجه الفكر الموضوعي - المتزن للوصول إلى الحلول العملية التي تتناسب مع طبيعة المشاكل الموجودة في الساحة.. (وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ) من الإيمان والوعي والإنسانية النّابضة بكلّ معاني الخير والإحسان.

إنّ وأد ثقافة الكراهية من مجتمعا وفضائنا الوطني، بحاجة إلى إعادة الاعتبار إلى الآخر وجوداً ورأياً ومشاعر، حتى يتسنى للجميع صياغة العلاقة بين الذات والآخر، بين مكونات المجتمع وتعبيرات الوطن المتعدّدة على أسس الاعتراف بحق الآخر في التعبير عن وجوده وأفكاره بعيداً عن ضغوط الإكراه وموجبات النّفى والإلغاء.

فالاختلاف مهما كان حجمه، لا يشرع للحقد والبغضاء وممارسة العدوان الرّمزي والمادّي، بل يؤسس لضرورة الوعي والمعرفة بالآخر. وعياً يزيل من نفوسنا الأدران والأحقاد والهواجس التي تسوّغ لنا بشكل أو بآخر معاداة المختلفين معنا.

نهضة الإمام الحسين عليه السلام ووحددة الكلمة

الشيخ طاهر الفانسي

لقد قدّم الإمام الحسين عليه السلام من وحدة أصحابه أنموذجاً كاملاً عن الوحدة الإنسانية العلميّة التي ينشدها الإسلام ودعا إليها القرآن، وثار لأجل تحقيقها سيّد الشهداء أبو عبد الله الحسين عليه السلام، ومن قبله أبوه الإمام علي عليه السلام الذي هو القدوة المثلى للمسلمين جميعاً في العمل لوحددة المسلمين، والحفاظ عليها والتضحية في سبيلها بمصلحته ومصلحة أبنائه ومصلحة شيعته.

صبر على اغتصاب حقوقه وحقوق أهل بيته وشيعته خمساً وعشرين سنة، ولقد تعاون مع الخلفاء الفاصبين لحقّه في الشؤون العامّة، وخدمة المصلحة العليا بكلّ إمكاناته وطاقاته حسب ما هو معروف لدى الجميع... وكذلك جميع أبنائه الأئمة الأحد عشر عليهم السلام، سالموا خلفاء الوقت وسايروا الحكومات الإسلاميّة على حساب مصلحتهم الخاصة وحقوقهم المشروعة؛ لأجل صيانة الوحدة الإسلاميّة.

وفي هذا الحوار سنتبيّن هذه الحقيقة:

عاصم: هل يحدث إحياء ذكرى الحسين عليه السلام تفرقة طائفيّة بين المسلمين كما يزعم البعض؟

علي: الجواب ببساطة هو أن نقول:

أولاً: إنّ نهضة الحسين عليه السلام لم تخدم مصلحة الشيعة فحسب ولا مصلحة المسلمين فحسب، بل خدمت مصلحة الإنسانية العليا في كلّ زمان ومكان، وعليه فالحسين ليس للشيعة فقط، بل لجميع المسلمين ولكلّ الناس الخيرين في العالم، وقد أجمعت كلمة الخبراء والعلماء بكنه نهضة الحسين وحقيقتها على أنّ واجب كلّ شعب وأمة أن تحيي ذكرى الحسين عليه السلام خدمة لمصلحة أبنائها، وتربية لشبابها على الشعور بعزّة النفس وإبائه الظلم والكرامة الإنسانية في حياتهم.

فذكرى نهضة الحسين عليه السلام لا

تفرّق، بل بالعكس توحد

الكلمة على الحقّ

والعدل.

ثانياً:

إنَّ الذي أمر بقتل الحسين عليه السلام هو يزيد بن معاوية، وإنَّ الذي نفذ الأمر هو عبيد الله بن زياد (لعنه الله)، وإنَّ الذي باشر تنفيذ الأمر هو قائد الجيش عمر بن سعد (لعنه الله). وهم كما ترى ليسوا من صحابة رسول الله صلى الله عليه وآله بالمعنى المعروف، أي ليس منهم أحد أدرك الرسول صلى الله عليه وآله وجالسه وسمع حديثه.

فمن هم هؤلاء الصحابة الذين يخشى من الطعن بهم في إحياء ذكرى الحسين عليه السلام؟ نعم، ربما يتعرض في خلال الذكرى إلى معاوية بن أبي سفيان بأنه مهّد الطريق إلى قتل الحسين عليه السلام عن قصد أو غير قصد بتوليته ابنه على إمارة المسلمين.

ثالثاً: كيف يعقل أن تكون ذكرى نهضة الحسين عليه السلام مفرقة للصف، ومشتتة للوحدة بين المسلمين مع أن نهضة الحسين عليه السلام بالذات ضربت أروع مثال للوحدة بين المسلمين؛ حيث جمعت بين أفراد مختلفين وأشخاص متباينين من حيث العنصر والقومية، والدين والمذهب، والوطن والسن والجنس.

وحدت بينهم النهضة توحيداً كاملاً حتى جعلتهم وكأنهم جسم واحد وشخص واحد يتحركون ويعملون وينطقون بإرادة واحدة ويد واحدة ولسان واحد، وهم أصحاب الحسين عليه السلام الذين كانوا حوالي ثلاثمائة وثلاثة عشر رجلاً.

عاصم: هل كان هنالك غير العرب في معسكر الإمام الحسين عليه السلام.

علي: كان فيهم العربيّ القرشيّ والعربيّ غير القرشيّ إلى جنب الفارسيّ والتركيّ، والرّوميّ والزنجيّ، والمسيحيّ والمسلم السنّيّ والمسلم الشّيعيّ، من أقطار الحجاز والكوفة والبصرة واليمن، منهم الفقير والغنيّ، والحرّ والمعبّد،

والرئيس والمرؤوس من مختلف مراحل العمر، كالشيخ الكبير، والكهل، والشاب، والمراهق، والصّبيّ. وكان معهم جملة من النساء من الهاشميّات والعربيّات.

عاصم: وممّا يقوله البعض أيضاً: هو أن الشيعة شغلوا بالبكاء والعيول على الحسين عليه السلام عن مصالحهم الحيويّة وقضاياهم المصيريّة، فتخلّفوا عن ركب العالم علمياً واقتصادياً وصناعياً وسياسياً.

علي: إن قولهم هذا يذكرني بقول بعض الملحدّين الذين يقولون إن المسلمين شغلوا بالصّلاة والصّيام والحلال والحرام عن مسابرة ركب التطوّر العالمي، فظلّوا متخلّفين عن الأمم الأخرى.

أجل، ما أشبه قول المشاغبين عن الشيعة بقول الملحدّين عن المسلمين عامّة، وما أقرب الدّوافع والغايات للقولين. تلك الغايات التي تتلخّص بكلمة واحدة وهي (التشويه)، فكلّ من القولين مغالطة مفضوحة، لا تتطلي إلاّ على السّدج من عوام الناس، وإلاّ فكلّ عاقل عارف يعلم يقيناً أن الإسلام بكلّ ما فيه لا دخل له في تخلف المسلمين مطلقاً، كما إن إحياء ذكرى عاشوراء بكلّ ما فيه لا دخل له في تخلف الشيعة مطلقاً.

إنّ السبب الأساس في تخلف المسلمين عامّة والشيعة خاصّة في العصور الأخيرة هو الاستعمار الكافر بأساليبه وعملائه وسياساته.

وإن قلت: منّ الذي مكّن العدو المستعمر من السيطرة عليهم واستعمارهم؟ قلت: هم الحكّام الخونة الذين اغتصبوا السلطة من أصحابها الشّرعيين منذ العصور الأولى، وبعد وفاة الرسول صلى الله عليه وآله على وجه التّحديد وإلى اليوم.

عاصم: ما هي العبر من نهضة الحسين عليه السلام **علي:** منها:

أولاً: صدق القول المأثور: «ما ضاع حقّ وراءه مطالب». يعني أن الحقّ، أي حقّ، لا يضيع بالاغتصاب، ولا يذهب إلى الأبد بالعدوان إذا

كان وراء ذلك الحقّ صوت يرتفع بالمطالبة به وإن كان الصوت ضعيفاً، ودعوة مستمرّة لاسترجاعه ولو كانت الدّعوة فرديّة. المهمّ عدم السكوت عنه واليأس من حصوله، هذه هي سنّة الحياة وقانون الطّبيعة في كلّ زمان.

فبعد مرور خمس وعشرين عاماً على اغتصاب حقّه عليه السلام قامت ثورة شعبيّة ضدّ الفاصبين واكتسحتهم عن طريق الإمام عليه السلام، وحمله الثّائرون على الاكتاف حتّى أجلسوه في مجلسه الشّرعى، وأحلّوه مقامه الطّبيعيّ وسلّموه حقّه المغتصب.

ثانياً: ومن تلك العبر والدروس التي تستخلص من ثورة الحسين عليه السلام أيضاً صدق القول المأثور الآخر: «الظلم لا يدوم». وإن تراه أحياناً يستمرّ عشرات الأعوام؛ فإنّها قليلة وضئيلة بالنسبة إلى عمر الزمن. ولو قدّر لدولة ظالمة أن تدوم وتستقر على الظلم والعدوان لدامت الدّولة السفيانيّة التي أسسها معاوية بن أبي سفيان في الشام مئات من الأعوام، ولكنّها زالت بعد هلاك مؤسسها بأربع سنوات فقط، وقامت على أنقاضها دولة مروانيّة بعد فترة من الفوضى والانحلال.

ليس في شعائر الشيعة وذكرياتهم شعار ولا ذكرى تفرّق المسلمين، أو تورث طائفيّة بينهم، بل إن الذي يفرّق ويمزّق صفّ الوحدة الإسلاميّة، ويثير الطائفيّة والفتنة بين المسلمين، هم أولئك العملاء المأجورون من قبل الاستعمار وأعداء المسلمين الذين ينفثون سموم التفرقة بين حين وآخر، بواسطة بعض الكتب أو المقالات، أو الخطب التي تحمل وتتحمّل على الشيعة بالكذب والافتراء، والتّهم والسّبّ والشتم، ونسبة الكفر والشرك إليهم بكلّ صراحة ووقاحة.

إنّ مذهب الشيعة في الإسلام إنّما هو مذهب أهل البيت عليهم السلام الذين أذهب الله عنهم الرجس وطهرهم تطهيراً. ذلك المذهب الذي يفرض التعاون بين المسلمين جميعاً على البرّ والتقوى ومصالحة الإسلام العليّ.

محمد الخرسان

موهبة في عالم الخطابة والإنشاء

| حيدر الدفاعي

تُعرف الخطابة أنَّها: القدرة على الإقناع واستمالة المستمعين، فهي تتعامل مع الجانب العقلي والعاطفي، إلَّا أنَّها تركزُ بشكلٍ كبيرٍ على الجانب العاطفي للإنسان، كما تُعرَف أيضاً بأنَّها: القدرة على توصيل المعلومات والأفكار والأخبار لجمهور المستمعين بصورة واضحة ومؤثِّرة ومقنعة، فالهدف الرئيس من الخطابة الإقناع والتأثير على الأشخاص، فالخطابة هي علم يقوم على أسس وقواعد وضوابط واضحة، كما أنَّها موهبة ربَّانية فهي تجمع ما بين العلم والموهبة.



وهذه الخطوة تُعدُّ عائقاً لدى كثيرٍ من المبتدئين في مجال الإلقاء حيث يشعر المبتدئ بالحرَج والرَّهبة من مقابلة الناس والحديث أمامهم وهذا شيء معتاد بل هو حاصل في أيِّ مهارة أخرى كقيادة السيَّارة مثلاً لأوَّل مرَّة.

كيف يمكن التغلُّب على الخوف والرَّهبة؟

يمكن التغلُّب على الخوف والرَّهبة بالعزيمة والتكرار مع التدرج في ذلك لتُلا يقنع الشَّخص في موقفٍ حرجٍ يمكن أن يُسبِّب له انصرافاً عن الإلقاء بشكلٍ كامل.

ماذا يعني الأداء الصوتي الجيِّد؟

أن لا يكون الصَّوت ضعيفاً لا يكاد يسمع، ولا قوياً جداً يؤدِّي السامعين ولكن بين ذلك، وأن لا يكون الصوت بطيئاً يجلب الكسل والنَّوم، ولا سريعاً جداً لا يكاد يفهم بل بينهما.

ومن المفيد والنافع تنوع الأداء الصوتي فلا يكون على وتيرة صوتية واحدة بل يخلط في أدائه بين رفع الصَّوت وخفضه وبين السَّرعة والبطء جاعلاً ذلك يأتي بشكلٍ متجانسٍ وسلس.

اللَّه من نعم قادر على اكتساب هذه المهارة مهما كان جنسه ومهما بلغت سنُّه إلَّا أن يكون لديه مشكلات حقيقية في النَّطق. واكتساب هذه المهارة يحتاج إلى بعض المعلومات مع بعض التدريبات التطبيقية، وتموهذه المهارة مع الزمن ومع طول الممارسة وزيادة المعلومات حولها وحول إتقانها.

ما هي خطوات الوصول للإلقاء النَّاجح؟

أولاً: اختيار الموضوع المناسب:

وهذه إحدى أهم الخطوات التي لأبَد من الاهتمام بها وإيلائها فائق العناية؛ وذلك لأنَّ بقية الخطوات مبنية عليها ومتفرعة عنها فمهما كانت درجة جودة الإلقاء فلن يكون لها فائدة كبيرة وأهمية إذا كان الموضوع الذي يتكلَّم عنه غير مناسب أو كان موضوعاً لا قيمة له.

ثانياً: التحضير الجيِّد للموضوع:

بحيث يقرأ عنه ويحفظ أدلته أو يكتبه، وأن يعرف معانيه، وكذلك أن يتقن قراءة الآيات والأحاديث والأسماء والأماكن التي سترد في موضوعه.

ثالثاً: ممارسة الإلقاء تدريجياً:

وتهدف الخطابة الحث على القيام بالأمر والأعمال التي ترجع بالنفع للمستمعين، كما أنَّها تصرف الأشخاص عن القيام ببعض الأعمال السيِّئة، فهي تهدف إلى التعليم والتثقيف. كما يتم الاتصال المباشر مع الأشخاص، فهي مهمَّة لإقامة علاقات جيِّدة وجديدة بينهم.

وللتعرف على مزيد من القضايا المهمة التي تتعلق بهذا الفن كان هذا اللقاء مع الشاب محمد عصام مطر الحاصل على المرتبة الأولى في مسابقة مهرجان الخطابة.

• أين أقيم هذا المهرجان، وما الهدف منه؟

أقيم المهرجان في محافظة النجف الأشرف للعام ٢٠١٨-٢٠١٩ للكشف عن مواهب الخطابة لدى الشباب العراقي، وكان بمشاركة من مختلف محافظات العراق في الخطابة والشعر.

هل يمكن اكتساب القدرة على الإلقاء النَّاجح؟

الإلقاء النَّاجح مهارة يمكن اكتسابها كباقي المهارات مثل الخط وقيادة السيارة وغير ذلك، والإنسان العاقل بطبيعته وبما وهبه

من هم أشهر الخطباء الذين تأثرت بهم؟

في الواقع أنا أعيش في بيئة أغلبها خطباء فوالدي خطيب وعمي خطيب وعمي الآخر منشد في مجالات متنوعة، وكنت متأثر بما أسمعهم منهم خاصة خطب أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام) وخطب السيدة زينب (عليها السلام) وخاصة خطبتها في مجلس يزيد بن معاوية حينما تقول:

"أظننت يا يزيد حيث أخذت علينا أقطار الأرض وأفاق السماء، فأصبحنا نساق كما تساق الأسارى أن بنا على الله هواناً وبك عليه كرامة، وإن ذلك لعظم خطرِكَ عنده، فشمخت بأنفِكَ، ونظرت في عطفِكَ، جذلان مسروراً، حين رأيت الدنيا لك مستوسقة، والأمور متسقة، وحين صفا لك ملكنا وسلطاننا، فمهلاً مهلاً، أنسيت قول الله تعالى: ﴿وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ خَيْرٌ لَّأَنفُسِهِمْ إِنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ لِيَزْدَادُوا إِثْمًا وَلَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ﴾.

أمن العدل يا ابن الطلقاء، تخديرك حرائرك وإماءك، وسوقك بنات رسول الله سبايا، قد هتكت ستورهن، وأبديت وجوههن، تحدو بهن الأعداء من بلد الى بلد، ويستشرفهن أهل المناهل والمعاقل، ويتصنح وجوههن القريب والبعيد، والدني والشريف، ليس معهن من حُماتهن حمي ولا من رجالهن ولي، وكيف يرتجى مراقبة من لفظ فوه أكباد الأركياء، ونبت لحمه من دماء الشهداء، وكيف يستبطن في بغضنا أهل البيت من نظر إلينا بالشنف والشنآن، والإحن والأضغان ثم تقول غير متأثم ولا مستعظم:

لأهلوا واستهلوا فرحاً ثم قالوا يا يزيد لا تشل منحنياً على ثنايا أبي عبد الله سيد شباب أهل الجنة تكنتها بمخصرتك وكيف لا تقول ذلك، وقد نكأت القرحة، واستأصلت الشأفة، بإرافتك دماء ذرية محمد صلى الله عليه وآله ونجوم الأرض من آل عبد المطلب وتهتف بأشياخك زعمت أنك تتاديهم فلتردن وشيكاً موردهم ولتودن أنك شللت وبكمت ولم تكن قلت ما قلت وفعلت ما فعلت، اللهم خذ لنا بحقنا، وانتقم ممن ظلمنا،

واحلل غضبك بمن سفك دماءنا، وقتل حماتنا. فوالله ما فريت إلا جلدك، ولا حززت الا لحكم، ولتردن على رسول الله صلى الله عليه وآله بما تحملت من سفك دماء ذريته وانتهكت من حرمة في عترته ولحمته، حيث يجمع الله شملهم، ويلم شعثهم، ويأخذ بحقهم (وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ).

• من خلال الكلام معك تبيّن أنك تعرّضت لجلطة

دماغية، فكيف تجاوزتها وهل أثرت على أدائك؟

كل شخص معرض للإصابة بجلطة دماغية في أي مكان وزمان، وذلك بغض النظر عن عمره، فالجلطة الدماغية تأتي فجأة بدون سابق إنذار. لكن هذا لا يعني أن فئة الأطفال والشباب بمنأى عن الإصابة بالجلطة الدماغية، فقد أظهرت إحصاءات أن كثيراً من الصغار والشباب معرضون للإصابة بهذه الجلطة، وكنت واحداً منهم.

لكن لم تتنبني عن هدي في أن أتقدم في مجالات عديدة، منها الخطابة والإنشاد.

• ذكر والحكم أنّ الشفاء كان بتربة سيّد الشهداء

صلوات الله عليه-

نعم إن تربة الحسين (عليه السلام)، وما أدراك ما تربته! كان لها الدور الأكبر في شفائي عندما احتار الأطباء في كيفية شفائي من المرض فكانت تلك التربة الزاكية الطاهرة المطهرة، التي تضمّت جسد سيّد الشهداء أبي عبد الله الحسين (عليه السلام)، وأجساد المنتجبين من عترته وصحبه.

فهي الإكسير الأعظم، ذخيرة الله لحبيبه المظلوم الشهيد القتيل، وهديته لشيئته ومحبيه، المنجاة من كل خوف، والدواء والشفاء من كل عاهة وسقم. عن أبي عبد الله (عليه السلام) قال: «طين قبر الحسين (عليه السلام) شفاء من كل داء» كامل الزيارات: ٤٦١.

وبعد أن تناولتها تماثلت للشفاء والآن أنا بصحة جيّدة ولله تعالى الحمد والشكر بفضل تربة سيد الشهداء -صلوات الله عليه-.

• هل هناك عوامل ركّزت عليها لأجل الخروج

مما مررت به وتحقيق النجاح

نعم هناك عوامل أساسية ركّزت عليها، وأهمها التخطيط، وهو وضع أهدافك في برنامج عملي قابل للتنفيذ، ورسم صورة واضحة للمستقبل وتحديد الخطوات الفاعلة للوصول إلى هذه الصورة، وكيف تتعامل مع الزمن وتختار الأولويات وبعد ذلك العزم والتنفيذ للأهداف المطلوبة.

• ماذا تنصح الشباب بلوغ طريق النجاح

لا شك أن المشاكل التي يقابلها الشاب في حياته كثيرة ومتعددة، وكذلك التحدّيات التي تواجه الشاب. كل ذلك يحتاج منا أن نلجأ إلى القوي المتين الذي بيده مقاليد الأمور، ويعلم خاتمة الأعين وما تخفي الصدور.

والتوكّل على الله والاعتماد عليه عبادة من أفضل العبادات القلبية، وليس معنى هذا أن التوكّل إهمال الإنسان نفسه، كما يعتقد البعض، لكن لا بد أن يأخذ الإنسان بالأسباب والوسائل، ويبدل آخر ما في وسعه؛ لأن اتخاذ الأسباب باب من أبواب الإيمان بالله، فيجب علينا أن نحقق التوكّل بهذا الفهم؛ فالمدد الإلهي لا يأتي للقاعدين المستريحين.

• ماذا تتمنى أن تحقق وتكون في المستقبل؟

أتمنى أن أكون طبيباً وتحوّل يدي إلى منديل يمسح الأوجاع، فأنا أحب أن أكون طبيباً لأغرس مكان كل ألم وردة، ولأنثر عطر الفرح والسعادة مكان أنات الوجع، ولأنتمس من كل قلب دعوة خير ورضا خالصة لله تعالى، فالطلب يعلم الإنسان أن يكون رحيماً ومتفانياً وصاحب همّة عالية.

أهميّة البناء الروحي للشباب في عصر المغريات

الشيخ عبدالله اليوسف

الإنسان كائن عجيب من حيث الخلقة والقدرة، فقد خلقه الله عز وجل مزدوج الطَّبِيعَة، فيه عنصر مادّيّ طينيّ، وعنصر روحيّ سماويّ، يقول الله تعالى: (إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَأِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ * فَاذْأَسْوَيْتَهُ وَتَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَعَقُّوا لَهُ سَاجِدِينَ) (١) ونتيجة لتركيبه الإنسان الممزوجة من عنصر الطين والروح، فإنَّ عنصر الطين يشدّه إلى الأرض، وما ترمز إليه من شهوات وملذّات وغرائز، وهو بحاجة إلى إشباع غرائزه وشهواته من مأكّل ومشرب وملبس ومسكن ومنكح.. في حين أنّ عنصر الرّوح يدفعه نحو إشباع ميوله ورغباته الرّوحية والمعنويّة، كما يدفعه كذلك إلى الرّقي في مدارج السمو الرّوحي، والتّحليق في سماء المثل والقيم.

مشروعة، وضمن حدود وضوابط الشرع، والألاّ فلا يمكن للإنسان أن يتجاوز ويتجاهل حاجاته المادّيّة من أكل وشرب وجنس ومال.. وليس من الصّحيح أن يكون الإنسان منمزلاً عن الجانب المادّي في كيانه، وأنما نتحدّث هنا عن الانسحاق وراء الشهوات، والانغماس في المذلّات بطرق غير مشروعة ومن دون حدود ولا قيود... فهذا هو الممنوع والمحرم.

وبما أنّ الشباب هي مرحلة الهيجان واستيقاظ الغرائز لأبّد من الاهتمام بالجانب الرّوحي للشباب، فهم أحوج ما يكونون إلى الارتباط بالخالق عزّ وجلّ، والتّقرّب إليه، والتّوسّل به، وبذلك يقترب الشاب أكثر وأكثر من ربّه وخالقه تبارك وتعالى.

وفي عصر طغت فيه المادّيّة على كلّ شيء، وذلك بفعل الحضارة المادّيّة التي تركز على كلّ ما هو مادّيّ، وتتجاهل كلّ ما هو روحيّ وقيميّ، أصبحت السباحة في بحر الشهوات والماديات شعار الفلسفة المادّيّة الحديثة، وعنوان المدنية والتّقدّم والتّحضّر!

وقد قسمت الفلسفات المادية الحديثة المعرفة

نفخة الرّوح، ولا نفخة الروح على قبضة الطين، فالله عزّ وجلّ خلق الإنسان مزيجاً منهمماً، ويريد منه أن يعيش كذلك!

والشباب حيث القوّة والعنفوان والشعور بالمعج والاقترار أحوج ما يكونون للتوازن الدقيق بين متطلّبات الجسم ولوازم الرّوح؛ ولأنّ النّفس أميل بطبيعتها إلى الانشداد إلى غرائزها وشهواتها المادّيّة، فإنّ الشباب بحاجة قويّة إلى مجاهدة النفس، وممارسة الرياضة الرّوحيّة، وترويض الذات على سلوك طريق الحق والهدى والصّلاح.

وجيل الشباب حيث يعيش صراعاً قوياً ومحتدماً ويوميّاً بين شهواته ورغباته المادّيّة من جانب، وميوله ورغباته الرّوحيّة والمعنوية من جانب آخر، يقع في امتحان عسير، فإنّ قدّم شهواته على مبادئه وقيمه ومثله، فإنّه بذلك يكون قد اتخذ إلهه هواه، وأما أن ينتصر لمبادئه وقيمه ومثله الدينية، وعندئذ يكون قد اجتاز الامتحان بنجاح!

والإسلام لا يمانع من إشباع الغرائز المادّيّة ولكن يجب أن يكون ذلك بالحلال، وبوسائل

وقد زوّد الإنسان بالغرائز المادّيّة التي تدفعه وتحثّه على القيام بعمارة الأرض، وتكثير الجنس البشري، وإدارة الحياة. ولولا هذه الغرائز لانعدم التّقدّم والتّطوّر والتّحضّر، ولأنقرض الجنس البشري منذ قديم الزمان كما انقرضت الديناصورات منذ ملايين السنين. كما زوّد الإنسان بالميل والرغبات والغرائز الروحية والمعنوية كي يقوم بعبادة الله عز وجل (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) (٢) ولولا ذلك لما عبد الإنسان الله عز وجل، ولما شعر بالحاجة إليه، ولما تذوّق لذة محبّته.

ومن الضروري خلق التوازن بين الجسم والرّوح؛ كي لا يطفئ جانب على حساب آخر، إذ لو طغى الجانب المادي (الطيني) في الإنسان على الجانب الرّوحي فإنّ ذلك يهبط به إلى مستوى البهائم أو أضلّ سبيلاً. ولو طغى الجانب الرّوحي على الجانب المادّي فإنّ ذلك سيؤدّي به إلى الرّهينة والتّصوّف والانعزال عن الحياة، ومن ثمّ ترك القيام بمسؤولية عمارة الأرض، وبناء الحضارة، وإدارة الحياة، وبالخصوص لجيل الشباب. فلا تطفئ قبضة الطين على

إلى طبيعيتها (فيزيقيا) وما وراء الطبيعة (ميتافيزيقيا) فاعترفت بالأولى وأنكرت الثانية وعدتها مجرد خرافات وأساطير وتصوّرات ابتدعها الإنسان من وحي خياله وتفكيره، وهذا ما أدى إلى تقوية العلاقة بين الإنسان وعالم الطبيعة وكل ما هو مادّي ومحسوس، والانقطاع عن عالم الرّوح وكل ما هو قيمى ومُتلى، وقد انعكس هذا سلبيًا على سلوك الإنسان وممارساته المادّية، فالإنسان في ظل الحضارة المادية أصبح يمارس كل الوسائل المشروعة وغير المشروعة في سبيل الوصول إلى غاياته وأهدافه، وإن كان ذلك على حساب الأخلاق والقيم الإنسانية.

أما فلسفة الإسلام تجاه الإنسان فهي قائمة

على التوازن بين أبعاد الإنسان ومكوّناته الروحية والعقلية والجسمية، وهو لا يجيز الوصول إلى الغايات والأهداف النبيلة إلا من خلال وسائل وأساليب نبيلة أيضًا.

ووحدة الخالق وتوحيده حرّز الإنسان من عبوديّة الذات، ومن عبوديّة الإنسان لأخيه الإنسان، وبذلك تتحقّق للإنسان الحرّيّة الحقيقية القائمة على توحيد الله عزّ وجل، والخضوع له، ورفض الخضوع لأيّ كائن آخر.

وتعدّ العبادات الشعائرية من صلاة وصيام وحج وزكاة.. وسائل مهمّة لبناء الرّوح، وتنمية المثل والقيم الروحية في الإنسان. كما أنّ لتلاوة القرآن، والدعاء، والمناجاة الأثر الكبير في تنمية

الروح وتغذيتها.

إنّ التزام الشباب بالصّلاة والصّيام والزّكاة والحجّ والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وتلاوة القرآن والدعاء والابتغال إلى الله سبحانه وتعالى هو الذي يحافظ على شعلة الدّين في نفوس الشباب، وينمي الأبعاد الروحيّة لديهم، مما يجعلهم أقوياء أمام ضغوط النفس، وأعباء الحياة، ومغريات الحضارة المادّية الحديثة.

والتمسك بالقيم الروحية والمعنوية هو أفضل حصانة للشباب من الانهيار أمام مغريات المادة، أو التحوّل إلى عبد من عبید الشهوات، كما أنّ البناء الصّلب للجوانب الروحيّة هو الذي يجعل الشاب قريباً من الله-تعالى-، محبوباً عنده، وعند الناس.



الهوامش:

١- سورة ص، الآية ٧١، ٧٢.

٢- سورة الذاريات، الآية ٥٦.

كلية التمريض جامعة العميد

خطوة رائدة من أجل إعداد الملاكات التمريضية ذات الكفاءة العالية

محمد يوسف

التمريض من التخصصات الطبية المهمة، ومن دونه لن يتم توفير الرعاية الصحيّة والنفسية للمرضى، ومنذ القدم عُرف الممرضون بأنهم ملائكة الرحمة؛ لما يتمتعون به من صفات حسنة ومن حسن تعاملهم مع المرضى، ويُعدّ التمريض أحد التخصصات الطبية التي تعتنى بصحة المريض والتخفيف من ألمه، كما يُعدّ التمريض من التخصصات المساعدة لمهنة الطبابة، حيثُ يُساعد أخصائي التمريض الطبيب في تقديم وسائل العلاج للمريض، ومدّ الطبيب بالكشوفات الطبيّة اللازمة، والملف الصحيّ لكلّ مريض، ويدرس طلبة التمريض العديد من المواد التي تؤهلهم للقيام بهذه الوظائف، ويتطلب هذا التخصص شروطاً وصفات لممارسته بشكلٍ رسميٍّ ومهنيٍّ.

تأسست كلية التمريض جامعة العميد مع تأسيس الجامعة عام ٢٠١٧م، وتنطلق فكرة تأسيس الكلية للضرورة الملحة لإعداد ملاكات تمريضية ذات كفاءة علمية وعملية عالية تتسجم مع التطور التكنولوجي العلمي والتقني وبما يتناسب مع الحاجة إلى تقديم خدمات تمريضية وقائية وعلاجية وتأهيلية تعزز المحافظة على المستوى الصحيّ اللائق بالفرد والعائلة والمجتمع من خلال استخدام الوسائل المتقدمة.



إنّ كلية التمريض وبما تمتلكه من إمكانات مادية وعلمية وموارد بشرية تمثّل طاقات كبيرة يمكن استثمارها في رفد مؤسسات الدولة العراقية العراقية بالخبرات والكفاءات المتخصصة بمختلف المجالات العلمية والتطبيقية والإنسانية والاجتماعية، ووفقاً لما توفره أقسام الكلية من تخصصات متعددة ومتميزة تمارس دورها في إعداد تلك الملاكات وتهيئتها لخدمة الوطن ورفد المسيرة العلمية والتعلمية في بلدنا الحبيب.



مسؤول شعبة التعليم المستمر في الكلية
الأستاذ عبد الستار أسود كوكز

الأستاذ المساعد الدكتور ناجي ياسر المياحي
عميد الكلية

أحياناً مجهرية) وتوظيف هذه العلوم وجعلها في خدمة العملية التمريرية، كما يُهيئ ويعد منظومة فكرية للطالب تمكنه من الربط بين العلوم الأساسية والوظائف الحيوية للجسم البشري في سبيل الارتقاء بالعملية التمريرية. أما الفرع الثاني هو فرع علوم التمريض الأساسية: ويقوم بتعريف الطلبة بالمبادئ الأساسية للدخول إلى علم التمريض، وتدريبهم، وإكسابهم المهارات التمريرية اللازمة للعناية بالمرضى واتباع الخطوات العلمية في تقديم الرعاية التمريرية؛ انطلاقاً من رؤية ورسالة الكلية وتحقيقاً لأهدافها الاستراتيجية يقوم الفرع بتدريس مجموعة من المقررات

مجلة عطاء الشباب كان لها لقاء مع عميد الكلية الأستاذ المساعد الدكتور ناجي ياسر المياحي، وقد وجهت له بعض الأسئلة:

- هل من الممكن أن تقدّموا لنا لمحة عن كلية التمريض جامعة العميد؟

كلية التمريض هي من الكليات ذات القسم الواحد؛ وتنقسم على فرعين: فرع العلوم الطبية الأساسية: والذي يمكن الطلبة من فهم العلوم الأساسية التمريرية (كيمياء حيوية، كيمياء سريرية، فسلجة تشريح، طفيليات،



كافة سواء في المستشفيات أو المراكز الصحية، وقد تأسس الملاك التدريسي للكلية على الكفاءات العراقية ولدينا خمسة من التدريسيين يحملون لقب بروف وهم من الأساتذة المتقاعدين وبعض الأساتذة المساعدين، والتدريسيين الآخرين. بدأت الكلية مسيرتها بكل عزم من خلال إعداد البرامج التعليمية والأنشطة العلمية، وقد تمكّنت

الععيد عن بقية كليات التمريض؟

لا يخفى على أي مواطن عراقي أن هنالك نقص حاد في الملاكات التمريرية المؤهلة للمؤسسات الصحية العراقية، وتتميز كلياتنا بأنها تخرّج ممرضين من حملة الشهادات الأكاديمية وهو أعلى مستوى تقريباً في المهن التمريرية، وفي النهاية تكون مخرجاتنا الى المؤسسات الصحية

الدراسية التي لها علاقة بتدريب الطلبة وصقل اتجاهاتهم حول مهنة التمريض؛ من خلال التدريب السريري المتقدم الذي يخضع لأسس ومعايير الرعاية التمريرية المعتمدة التي تُعدّ حجر الأساس في التطور المهني نحو احتراف مهنة التمريض على المستوى الجامعي.

- ما الذي يميّز كلية التمريض في جامعة



- هل لديكم نظرة لتطوير واقع التمريض الطبي في العراق؟

يُعاني التمريض في العراق

كثيراً بسبب العوائق في مجال النظام الصحي، وليس في مجال التدريس والتعليم إذ تحتوي الكليات العراقية أساتذة أكفاء، ومختبرات متطورة، والمرضى الجامعي عندما يتخرج من كلية التمريض يكون خاضعاً لبرنامج مكثف وعلوم طبية أساسية وعلوم تمريضية، لذلك ينبغي للطالب الذي يتخرج أن تكون واجباته في المؤسسات الصحية توازي الذي تعلمه في الكلية.

- ماهي المختبرات المتاحة في الكلية وما

مدى تطورها؟

هنالك مختبران متاحان في الكلية؛ مختبر الأحياء المجهرية، ومختبر الكيمياء، ويُعد مختبر الأحياء المجهرية مفصل حيوي ومهم في جامعة العميد الطبية؛ لما له من أهمية في رقد الطلبة بالمهارات والمعرفة العلمية في مجال الكائنات المجهرية ولاسيما الممرضة منها، والأحياء الطبية بصورة عامة حيث وفرت الجامعة أحدث التجهيزات في كافة الأصدقاء، إضافة الى وسائل الإيضاح المتطورة في عرض المادة العلمية للطلبة. أما مختبر الكيمياء فيُعد أحد المراكز النشطة

من تحقيق ذلك بفضل مناهجها الدراسية التي تُعبر عن حصيلة خبرات علمية متراكمة موجودة لدى أعضاء الهيئة التدريسية الذين يُعدون من أكثر المتعلمين في مجال التمريض ولذلك تميّزت هذه المناهج بالرصانة العلمية.

وتُقدم الكلية التدريس النظري والعملي لطلبة الدراسات الأولية، والاستشارات العلمية في مجال البحث العلمي، وتنفيذ الأعمال المشتركة مع وزارة الصحة، والمشاركة في نشاطات التعليم المستمر، وإجراء دورات التعليم المستمر داخل الكلية وخارجها.

- الجانب التطبيقي في الكلية إلى أي مدى يخدم الطلبة؟

هناك صفة مميزة لكليات التمريض في العراق حيث تعمل جميع الكليات ككتلة واحدة، والآن نحن نعمل مع كلية التمريض جامعة بغداد وجامعة هوليبر الطبية وجامعة البصرة وجامعة الأنبار، وهنالك اتفاق على أن يكون عملنا واحد، أما بالنسبة إلى المنهج المعتمد لكليات التمريض العراقية هو نظام بريطاني يدرس جميع المواد في اللغة الانكليزية، وفي حالة إضافة او حذف يكون هنالك اجتماع لمجلس اعتمادية كليات التمريض العراقية، ولهذا السبب تكون مخرجاتنا واحدة ومتشابهة، وكذلك بعض كليات التمريض في الجامعات العراقية عملت توأمة مع بعض الجامعات البريطانية، وقد أضافوا لنا زيادة في التركيز على الجانب التطبيقي والعملي في التدريس، ومنهاجنا الآن إضافة الى التمريض العملي والمختبري في المرحلة الأولى يتعرض الطالب الى مختبرات عملية، وفي المرحلة الثانية تضاف إليه ساعات تدريسية تطبيقية سريرية في المستشفيات.

- هل أدخلتم نظام التعليم الإلكتروني في الكلية؟

يُعد التعليم الإلكتروني من أهم أنماط التعليم في الوقت الحاضر، فالتكنولوجيا لغة العصر، وتكنولوجيا التعليم أصبحت من الضرورات الأساسية لتطوير النظم التعليمية، وتحسين الجوانب المختلفة للتعليم، وفي كلية التمريض جامعة العميد نسير وفق توصيات وزارة التعليم العالي والبحث العلمي في إدخال الأنظمة التعليمية الالكترونية، ونعمل في نظام المودل، والأساتذة يقومون برفع المحاضرات والواجبات على هذا النظام وبالتالي يكون الطالب قد استفاد من هذا البرنامج.



والمعايير المعتمدة دولياً. وشعبة التعليم المستمر في كلية التمريض هي الشعبة المسؤولة عن النشاطات التعليمية داخل الكلية، وأيضاً بعض النشاطات التي تكون خارج الكلية، ففي كل عام دراسي يتم وضع خطة تتضمن الأنشطة التي سوف تُطبق في العام الدراسي حسب الأشهر وحسب الاحتياجات أو نقاط الضعف التي تُرصد من قبل الكلية، فيتم اقتراح دورات أو ورش يتم تطبيقها؛ لتسد نقاط الضعف.

كما تقوم شعبة التعليم المستمر ببرنامج (كلية التمريض في خدمة المجتمع) حيث يقوم الملاك التدريسي للكلية بعمل جولات ميدانية يقدمون من خلالها دورات في المدارس، حول التوعية الصحية والأمراض والأوممة وبصورة عامة استخدام المضادات الحيوية، وكل الأمور التي تتعلق بالشؤون الصحية السليمة، وهذه الدورات تتجدد في كل عام، وأي أستاذ لديه رغبة في إقامة دورة أو ورشة تخدم المجتمع وتخدم الكلية يستطيع أن يقدمها من خلال هذا البرنامج.

أما فيما يخص طلبتنا فلدينا برنامج التدريب الصيفي، وكل طالب في التمريض يجب أن يمر في فترة التدريب في المستشفى، وهذا يتم من خلال التنسيق بين العمادة والتعليم المستمر والمؤسسات المعنية وكل طالب حسب المحافظة؛ لكي يتم التدريب الصيفي لهم، والآن نريد أن نركز على الأمن الصحي والغذائي، وذلك لما فيه من أهمية بسبب قلة وجود الوعي الكامل عن الأمراض التي تنجم عن الأغذية غير الصحية.

والحيوية في الجامعة، وقد جُهدت بأحدث الأجهزة والمعدات، ومن أرقى المناشئ العالمية التي تُسهل عملية الاكتشاف للطلبة، وتساعدهم في الحصول على معلومات دقيقة في مجال اختصاصهم، كما أن العمل يتم تحت إشراف نخبة من التدريسيين والمعيرين الكفاء؛ ليسهل على الطالب التعامل مع المواد الكيميائية والأجهزة بالشكل السليم والصحيح.

- ما هي أبرز الصعوبات التي تواجهكم في الكلية؟

من أبرز الصعوبات التي تواجهنا نسبة تفاوت المعدلات في القبول المركزي، حيث تقبل كليات التمريض المعدلات العالية في الدراسة الصباحية وبتعداد (٩٠) أو أكثر، أما التعليم الأهلي والمسائي فإنه يقبل معدلاً منخفضاً بتعداد (٦٥) أو أقل وهذا يسبب مشكلة حيث يكون هنالك تفاوت كبير في المستوى العلمي بين الطالب الذي يقبل في الصباحي وبين الطالب الذي يقبل في الأهلي والمسائي الحكومي، وهذا التفاوت يحتاج الى تقليل بحيث يصب الفارق بين المعدلين بتعداد (١٥) درجة وليس (٤٠)، حتى يكون هنالك تقارب في المستوى بين طلبة كليات التمريض.

كما كان لمجلة عطاء الشباب لقاء آخر مع الأستاذ عبد الستار أسود كوكز، مسؤول شعبة التعليم المستمر في الكلية؛ ليتحدث لنا عن أعمال الشعبة قائلاً:

التعليم المستمر والتطوير المهني للعاملين في القطاع الصحي من أهم أولويات شعبة التعليم المستمر؛ وذلك لبناء المستقبل، وضمان تقديم رعاية صحية متميزة لكافة أفراد المجتمع، لذا نحرص في هذه الشعبة على خلق بيئة تعليمية متميزة تعزز النشاطات التطويرية والتعليمية وفق أفضل الممارسات



حيدر الدفاعي

مركز العميد الدولي للبحوث والدراسات يقيم مؤتمر فتوى الدفاع المقدسة الثاني

ضمن فعاليات مهرجان فتوى الدفاع المقدسة الذي نظّمته العتبة العباسية المقدسة، أقام مركز العميد الدولي للبحوث والدراسات التابع لقسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة المؤتمر العلمي الدولي الثاني لفتوى الدفاع المقدسة، تحت شعار: (المرجعية الدينية حصن الأمة الإسلامية) وبعنوان: (فتاوى الدفاع المقدسة بين الماضي والحاضر) في يوم الجمعة (٢٤ شوال ١٤٤٠هـ) الموافق لـ (٢٨ حزيران ٢٠١٩م)، وعلى قاعة الإمام الحسن عليه السلام للمؤتمرات والندوات، وبمشاركة وحضور باحثين ومختصين ووفود ممثّلت جهات عديدة من داخل العراق وخارجه.





المؤتمر جاء بجلستين بحثيتين صباحية ومساءلية؛ الصباحية كان رئيسها الأستاذ الدكتور سرحان جفات ومقرها الأستاذ الدكتور أحمد صبيح الكعبي. ابتدأت ببحث الدكتور طلال إبراهيم علامة، وقد توّسم بحثه بعنوان: (أصالة المسار ووحدة المسير.. دراسة مقارنة بين فتوى الجهاد الكفائي المقدّس عند المرجعيّين اليزيدي-قدّس سرّه- والسيستاني-دام ظلّه-). من ثم بحث للدكتور أكسم فياض بعنوان: (لغة الخطاب في فتوى الدفاع المقدّس للسيّدين اليزيدي-رحمه الله- والسيستاني-دام ظلّه-). بعدها جاء الدور على بحث الأستاذ آزر عبد الكاظم إسماعيل وقد توّسم بحثه بعنوان: (فتوى الجهاد للسيّد كاظم اليزيدي ضدّ الإنكليز عام ١٩١٤م وأثرها على مسرح الأحداث السياسيّة للعراق.. دراسة تحليليّة)، لتُختتم هذه الجلسة ببحث للباحث الأستاذ حسين جويد الكندي وكان بحثه بعنوان: (ما قبل مقرّرات مؤتمر لوزان ١٩١٢م وفتوى الجهاد الكفائيّ).

أما الجلسة المسائية فقد ترأّسها الأستاذ الدكتور مشتاق عباس معن والدكتور حيدر غازي الموسوي مقررًا، فأبدت ببحث الدكتور يوسف البيومي من لبنان، وكان بحثه بعنوان: (قراءة وتحليل في وصايا المرجعيّة الدينيّة العُليا للمقاتلين)، أما البحث الثاني فكان للأستاذ المساعد الدكتور صبا حسين مولى والاستاذ المساعد الدكتور غصون مزهر حسين من العراق، وكان بحثهما بعنوان: (دور المرجعيّة الدينيّة العُليا في المحافظة على الوحدة الوطنيّة.. استفتاء ١٩١٩م أنموذجاً)، والبحث الثالث للأستاذ المساعد الدكتور محمد حسين عبود الطائي من العراق، وكان بحثه بعنوان: (الأبعاد الإنسانيّة لوصايا السيّد السيستاني للمجاهدين)، أما البحث الرابع كان للمدرس المساعد محمد حسين يوسف الحسيني من العراق، وكان بحثه بعنوان: (فتاوى المرجعيّة ودورها في حفظ الكرامة والهويّة.. فتوى السيد محمد كاظم اليزيدي والسيد علي الحسيني السيستاني أنموذجاً)، والبحث الخامس للمدرس المساعد رنا جابر عبيد ثامر من العراق، وكان بحثها باللّغة الإنكليزيّة وحمل عنوان: (أخلاقيّات التضحية بالنفس.. الحشد الشعبي أنموذجاً).

أمّا البحث السادس الذي اختتمت فيه الجلسة فكان للمدرس المساعد مصطفى لفته ماضي والمدرس المساعد محمد جابر كاظم من العراق، وكان بحثهما بعنوان: (وصايا المرجعيّة الدينيّة وأثرها على الإدارة العسكريّة في تعزيز السلم المجتمعيّ.. لواء علي الأكبر أنموذجاً).

هذا وقد تخلّل الجلستين طرح العديد من الأسئلة والاستفسارات والمدخلات من قبل الحاضرين، التي قام الباحثون من جانبهم بالإجابة عنها وتوضيح ما يلزم توضيحه.

يُذكر أنّ هذا المؤتمر يقام ضمن مهرجان فتوى الدفاع المقدسة الذي يُقيمه قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدّسة؛ إحياءً واستذكاراً للفتوى التاريخيّة التي أطلقتها المرجعيّة الدينيّة العُليا في النجف الأشرف، والتي حفظت العراق ومقدّساته من العدوان الداعشي وأرجعت كيده لنحره بفضل الاستجابة السريعة والمؤثّرة للعراقيّين، ويضمّ المهرجان العديد من الفقرات والفعاليات والأنشطة التي تستمرّ ليومين.

صدر حديثاً

عن مركز العميد الدولي للبحوث والدراسات
التابع لقسم الشؤون الفكرية والثقافية



الانجرار وراء الدعاوى باطل

سماحة السيد أحمد الصافي (دام عزه)

خطبة الجمعة

10/ شعبان/ 1438هـ الموافق 12 / 0 / 2017م

هناك دعاء للإمام الحسن العسكري عليه السلام علمه لبعض أصحابه يُدعى به في قنوت صلاة الليل

وهو دعاء طويل ومضامينه عالية، ومن جملة ما قال عليه السلام:

" اللَّهُمَّ وَالِدَّاعِي إِلَيْكَ، وَالْقَائِمُ بِالنِّقْصِ مِنْ عِبَادِكَ، الْفَقِيرُ إِلَى رَحْمَتِكَ، الْمَحْتَاجُ إِلَى مَعُونَتِكَ عَلَى طَاعَتِكَ، إِذِ ابْتَدَأْتَهُ بِنِعْمَتِكَ، وَأَلْبَسْتَهُ ثَوَابَ كَرَامَتِكَ، وَأَلْقَيْتَ عَلَيْهِ مَدَبَّةَ طَاعَتِكَ...".

أود في هذه الخطبة أن أعرض أمرين متعلقين بالإمام المهدي عليه السلام:

الأمر الأول: لاشك أننا لا بد أن نسعى بمقدار ما نستطيع حتى تكون أعمالنا بمحط رضا عليه السلام.

وهذا السعي ليس من الأمور الكمالية، بل رضا

الله (تعالى) رضا أهل البيت (عليهم السلام)،

وإنما هو من الأمور التي تحدد قبول أعمالنا

على أن الإمام عليه السلام وهذا الوجود المبارك المعني

الأمر الثاني: مع هذه العقيدة المباركة والمهمة،

ووجود حفنة من السنين فاصلة ما بين ولادته

الشريفة وما نحن فيه الآن، لاشك أنه ستحرّف

هذه العقيدة على نحوين:

النحو الأول: إنكار أصل هذه العقيدة، وسيأتي

من يأتي ليحاول أن يزيّف هذه العقيدة الحقّة...

والحديث ليس مع هذه الفئة.

وتارة الدعاوى المنسوبة والاعتزاز بها، والانخداع

بمشروع إلهي كبير جداً ألا وهو ملء الأرض

قسماً وعدلاً، وهذا المشروع فيه أبعاد كبيرة

وواسعة وهو المسؤول عن تنفيذ هذه القضية.

إن عبارة (المصلح) ذكرتها جميع الأديان

السماوية، والنتيجة أن الكل يترقب، والكل يفتقر،

والكل ينظر إلى هذا الوجود المبارك، والحصيلة

لا بد أن تكون هذه الأعمال التي تؤدّيها تصب في

رضاه عليه السلام...

بها مع إيمان الفرد بأحقيّة العقيدة لكن يحاول أن يحزّف تطبيقات هذه العقيدة.

لاحظوا القرآن الكريم، لا يزال يصدق ويتحدّى الناس أن تأتي بمثله.. وفشلت المحاولات، والقرآن لا يزال.

لقد حاول البعض أن يزيّف قضية الإمام المهدي (عليه السلام)، لا أن ينكرها، وإنما يزيّف تلك الدعاوى، ويحزّفها عن طريق الادعاء أن له علاقة خاصّة مباشرة مع الإمام المهدي (عجل الله فرجه الشريف).

نحنُ أمرنا أن نكذب هؤلاء، ولكن المشكلة أن هذه الدعاوى وللأسف الشديد لها رواج في ضعاف العقول وسذاجة بعض النفوس، وأصحاب هذه الدعاوى يستغلّون هذا الضعف والسذاجة فيقتحمون فكره ويحاولون السيطرة عليه.

ولذلك نحذّر وبشدة من الاغترار بهذه الدعاوى المزيّفة التي تسبب نفسها للإمام (عليه السلام).

ويمكن القول إن أكثر شخص مظلوم هو (عليه السلام) بحيث ينسب إلى نفسه، وإلى وجوده المبارك المتردّية والتطيحة.. وبئس ما فعلوا.

وينبغي التنبّه أن هذا الجهل الثقلي، والبساطة في التفكير والعقيدة المأخوذة عن طريق غير صحيح، غير معدّر للوقوع في فخاخ هؤلاء الدجالين..

ولذلك على كل مؤمن وعلى كل عاقل أن يدافع عنها ويبيّن حقيقة هذه الأمور، أمّا أن يأتي بعض الاقزام، وبعض العقول النتنة، وبعض الذين لا يفقهون شيئاً، ولا كلاماً ولا فكراً وينسبون أنفسهم إلى الإمام المهدي (عليه السلام) فهذه حالة من الظلّامة تقع على قلبه المقدّس (عليه السلام)..

المشكلة أن هناك من السّدج والناس الذين لا يفقهون شيئاً هؤلاء يضحكون عليهم عن طريق الرّوّايا.. أو من خلال الوعود الكاذبة بالشفاء من جميع العلل والأمراض.

هؤلاء يعيشون ويقتاتون من ضعاف الناس على

قضيّة الإمام المهدي التي جاء بها الله تعالى.

إنّ الأمة التي ينتشر ويستنحل فيها مرض الجهل أمة لا تفلح، وإذا أردنا أن نطوّر أنفسنا ما علينا إلا أن نتعلّم، ونأخذ الأمور من مصادرها وحقيقتها، والآن ولله تعالى الحمد العلماء موجودون في كل مكان، ويوجد إلى جانبهم أيضاً الفضلاء وأهل العقائد الحقّة ولهم صوتهم ورأيهم.. فهل نترك هؤلاء! ونأتي إلى بعض الدجالين بزعم أنه يربطنا بالإمام المهدي (عليه السلام).

هل لاحظتم هذه الظلّامة الكبيرة بسبب الجهل المدقع، هل لاحظتم شخصيات تدّعي امتلاكها الثقافة، ولكنه لا يعرف الإمام أصلاً كأنه يعيش في احراش بعض الدول التي لم يصلها أي شيء.

والمشكلة الأخرى أن بعض الناس تروّج للزيف والانحراف من حيث لا تعلم.. ما أبعد هؤلاء الناس عن الحقائق. ما هي الجناية الكبرى التي يرتكبها هؤلاء. عندما نربط ما جاء به الله تبارك وتعالى مع خرافات وخزعبلات.

الحذار أيّها الإخوة والأخوات.. فالإنسان تارة يكون فاسقاً، ويفعل المنكر.. وتارة يربطها بعقيدة، بل يربطها بأقدس عقيدة من عقائدنا ويحاول تلويثها.

إنّ بعض هذه الأشياء ستسخّف هذه العقيدة، وتحاول أن تهزّها؛ لأنّ الذي يدّعيها نكرة لا يفقه، ولا يعرف شيئاً من القرآن بل أحياناً لا يعرف حتّى تلاوة هذا الكتاب الكريم.. وعندما يسمعه آخر يقول: هذه عقيدة!؟

لا بدّ علينا أن نزن بميزان العلم والمعرفة عقيدة الآخرين، وأن تكون عقيدة راسخة مأخوذة من عين صافية لا أن تلطّح بهذه الخزعبلات بدعوى أنها مرتبطة بالإمام المهدي.

إنّ الانجرار وراء هذه الدعاوى باطل، وخطأ غير مرتبط أصلاً بقضيّة الإمام المهدي (عليه السلام)، فهؤلاء أكّالون للسحت يستأكلون بهذه الدعاوى بأموال إزاء السّدج البسطاء.

والنتيجة أن البسطاء السّدج عليهم أن يتعلّموا وأن يضعوا نصب أعينهم أنهم غير معذورين.

لأبد أن يتعلّموا وأن يكون لهم دراية وعلم.. خصوصاً الشباب والفتية الذين هم في أجمل ما يكون من أعمارهم.

أنتم أمل والأمل لا بد أن يكون مصداقاً حقيقياً لصدق ما يعتقد به هؤلاء.

على كل حال نسأل الله (سبحانه وتعالى) أن يعصمنا وإياكم من الزلّل والخطأ، ونسأله أن يرحمنا ويوفّقنا الى ما يحب ويرضى، وآخر دعوانا أن الحمد لله ربّ العالمين، وصلى الله على محمد وآله الطيبين الطاهرين.

يا عمّنا الحسين الشهيد

الحاج عبد الحسين الأزري
المتوفى عام ١٣٧٤هـ

ولد الحاج عبد الحسين الأزري في بغداد عام ١٢٩٨هـ، وترعرع في زمن كثرت فيه الانتفاضات على النظم السياسية وعلى العادات والتقاليد البالية، من أجل ذلك نشأ وهو ثورة أدبية اجتماعية سياسية وعندما تقرأ ديوانه يرتفع بك الى جوّ مَوَاجٍ بهذه الألوان، وفي سنة ١٩١١م أصدر جريدة المصباح ثمّ عطّلتها شؤون الحرب العامّة الأولى، وحيث إنّ الأدب الفرنسي واسع الخيال، وكان الشاعر يتقن الفرنسيّة فكان محلّقاً في خياله ومبدعاً في أسلوبه القصصي.

وكتب عنه الأستاذ الكبير جعفر الخليلي في موسوعة (العتبات المقدّسة) فقال: الحاج عبد الحسين الأزري من شعراء العراق اللامعين، حرّ التفكير والعقيدة ومن أوائل دعاة التحرير، وقد أصدر في العهد العثماني جريدة ببغداد، كانت من أوائل الجرائد إن لم تكن أوّل جريدة طالبت بحقوق العرب وحرّيتهم، وقد نفاه الأتراك وحبس في الأناضول، ولم يكن أحد يعرف له هذه الشاعرية الفياضة إلا القليل حتّى ظهر لأوّل مرة بسوق عكاظ ببغداد، وكان من المجلّين في تلك الحلبة ثمّ اشتهر بعد ذلك كشاعر متحرّر، سلس العبارة، محكم القافية، ولشعره طابع خاصّ قلّ الذين يجارونه فيه عذوبة.

محمد الأسدي

له ديوان شعر يصوّر فيه أفكار جيل كامل بكلّ نزعاته تصويراً غاية في البراعة.

آثاره:

١. بطل الحلّة رواية عصرية.

٢. البوران رواية عصرية.

٣. قصر التاج.

٤. ديوان شعر.

توفي في بغداد يوم الأحد ٢١

ربيع الثاني ١٣٧٤هـ ونقل

جثمانه إلى النجف الأشرف

بتشجيع مهيب فدفن في وادي

السلام، ونعته الصحف

العراقية والعربية، ورثاه

عارفوه وأبنوه.



رسول الإباء

عِشْ فِي زَمَانِكَ مَا اسْتَطَعْتَ نَبِيلاً
وَلِعِزِّكَ اسْتَخِصَّ حَيَاتَكَ، إِنَّهُ
الْعِزُّ مِقْيَاسُ الْحَيَاةِ، وَضَلَّ مَنْ
قُلَّ: كَيْفَ عَاشَ، وَلَا تَقُلْ: كَمْ عَاشَ
لَا غَرَوِي إِنْ طَوَّتِ الْمَنِيَّةُ مَا جَدَا
مَا كَانَ لِلْأَحْرَارِ إِلَّا قُدْوَةٌ
بَعَثْتَهُ أَسْفَارَ الْحَقَائِقِ آيَةً
لَا زَالَ يَمَرُّوهُمَا الزَّمَانُ مُعْظَمًا
أَفْدِيكَ مُعْتَصِمًا بِسَيْفِكَ لَمْ تَجِدْ
خَشِيَّتَ أُمِّيَّةٍ أَنْ تُزَعِزَعَ عَرْشُهَا
وَمَشِيَّتَ مَشِيَّةٍ مُطْمَئِنِّ، حِينَمَا
فَكَانَ مَوْقِفَكَ الْأَبِيَّ رِسَالَةً
نَهَجَ الْأَبَاءُ عَلَى هُدَاكَ، وَلَمْ تَزَلْ
وَتَمَشَّقُ الْأَحْرَارُ سُنَّتَكَ الَّتِي
قَتَلُوكَ لِلدُّنْيَا... وَلَكِنْ لَمْ تَدَمْ
وَلَرُبُّ نَصْرٍ عَادَ شَرَّ هَزِيمَةٍ
حَمَلَتْ بِصَفِينِ الْكِتَابِ رِمَاحَهُمْ
يَدْعُونَ بِاسْمِ (مُحَمَّدٍ).. وَبِكَرْبَلَا
مَا أَبْخَسَ الدُّنْيَا إِذَا لَمْ تَسْتَطِعْ
بِسَمَائِكَ الشُّعْرَاءُ مَهْمَا حَلَقُوا

وَاتْرُكْ حَدِيثَكَ لِلرُّوَاةِ جَمِيلاً
أَغْلَى وَإِلَّا غَادَرْتَكَ ذَلِيلًا ۱۱
قَدْ عَدَّ مِقْيَاسَ الْحَيَاةِ الطُّوْلَا
مَنْ جَعَلَ الْحَيَاةَ إِلَى عُلَاهُ سَبِيلاً
كَثُرَتْ مَحَاسِنُهُ، وَعَاشَ قَلِيلاً
بَطَلٌ تَوَسَّدَ فِي الطُّفُوفِ قَتِيلاً
لَا تَقْبَلُ التَّفْسِيرَ وَالتَّأْوِيلَا
فِي شَأْنِهَا، وَيَزِيدُهَا تَرْتِيلاً
إِلَاهُ فِي حِفْظِ الذَّمَارِ كَفِيلاً
وَالْعَرْشُ لَوْلَاكَ اسْتَقَامَ طَوِيلاً
أَزْمَعْتَ عَنْ هَذِي الْحَيَاةِ رَحِيلاً
وَبَهَا كَأَنَّكَ قَدْ بُعِثْتَ رَسُولَا
لَهُمْ مِثَالاً فِي الْحَيَاةِ نَبِيلاً
لَمْ تَبْقِ عُدْرًا لِلشُّجَا مَقْبُولَا
لِبَنِي أُمِّيَّةٍ بَعْدَ قَتْلِكَ جِيلاً
تَرَكْتَ بِيُوتِ الظَّالِمِينَ طُلُولَا
لِيَكُونَ رَأْسَكَ بَعْدَهُ مَحْمُولَا
دَمُهُ غَدَا بِسُيُوفِهِمْ مَطْلُولَا
أَنْ تُوْجِدَ الدُّنْيَا إِلَيْكَ مَتِيلاً
لَمْ يَبْلُغُوا مِنْ أَلْفِ مِيلٍ مِيلاً

مشروع فتية الكفيل الوطني

مشروع ثقافي وديني

حيدر فائق

يُعنى بتطوير وتنمية الشباب في جميع الأقطار وفي أي قطر من الأقطار هم عماد حضارة الأمم، وسرُّ نهضتها؛ لأنهم في سنّ الهمم العالية والجهود المبذولة، سنّ البذل والعطاء، سنّ التضحية والفداء، وغالباً ما يمثل الشباب النسبة العظمى من السكان في الدول، الأمر الذي يقتضي مزيداً من الاهتمام به، والاستثمار فيه، حيث يعتمد نمو خيرات هذه المجتمعات، وملاحقتها لمطالب التطور وتفوق هيكلي عملها وجودته على مدى عنصر الشباب فيها، ولهذا السبب نجد سرعان ما ينهار أي مجتمع وتضيع قيمه إذا ما وهن شبابه، وأُغلقَت دونه نوافذ العلم والخبرة، بينما تتقدّم المجتمعات الأخرى وتسبق غيرها معتمدة على فارق الزمن في إطلاق هذه الطاقات لأقصى ما تستطيع، وكلّما اغتنمت الدول طاقات شبابها في العلم والإنتاج وبناء الحضارة زاد إنتاجها وحققت أهدافها.

من هذا المنطلق أولت الأمانة العامة للعتبة العباسية المقدّسة اهتماماً بالغاً بشريحة الشباب وذلك لأهميّة هذه الشريحة في المجتمع، فقد وضعت العديد من المشاريع والبرامج الفكرية والثقافية والتمهنية لدعم هذه الفئة من المجتمع، من أجل المساهمة في ترسيخ وتجذير مبادئ الدين الإسلامي وتعاليمه وفق نهج وسلوك النبي ﷺ وأهل البيت عليهم السلام وزرع حبّ الوطن والمواطنة وبلورتها في سلوكهم وحياتهم العامّة.

ومن هذه المشاريع مشروع فتية الكفيل الوطني، وهو مشروع فكري تربوي يهدف لتطوير قدرات الشباب بمختلف المجالات في الجامعات والمعاهد العراقية، وجعلهم شباباً واعياً محبباً لآل البيت عليهم السلام ويمتلك الثقافة والمهارات الحياتية التي تمكّنه من بناء وطنه؛ ليكون قادراً على تفهم التحديات المستقبلية التي تواجه شعبنا وأمّتنا الإسلامية.

مشروع فتية الكفيل الوطني الذي تبنّته وحدة العلاقات الجامعية التابعة لقسم العلاقات العامّة في العتبة العباسية المقدّسة يضمّ بين طيّاته العديد من البرامج التي تهدف إلى الرقيّ بالمستوى العلمي والثقافي تبعاً لرؤية تبنّاها





المشروع، وقد قامت هذه الوحدة خلال فترة تأسيس المشروع بجولات أسبوعية لطلبة الجامعات العراقية، للتعريف بإنجازات العتبة المقدّسة، والقيام بمشروع مسابقات فكرية بين الجامعات، وإقامة المخيمات الصيفيّة للطلبة والتي تُنفذ في مجمّعات العتبة العبّاسيّة المقدّسة الخدمية، ويُقام من ضمنها بطولة دورية لكرة القدم، ومسابقات علمية ودينية بين الجامعات المشاركة، وجولات دينية وسياحية ومحاضرات ثقافية وعلمية ودينية وغير ذلك، فضلاً عن نشاطات المعارض والمهرجانات والندوات الحوارية في الجامعات والمعاهد العراقية.

يحاول المشروع وبصورة جادّة الاستفادة القصوى من العطلّة الصيفيّة، والعمل على تسخيرها واستثمارها بالاتجاه الصّحيح وفق منهج وتعاليم الدّين الإسلاميّ الحنيف وتعاليم أئمة أهل البيت (عليهم السلام)، والمساهمة في تجذيرها في نفوس هذه الفئة من المجتمع والتي تُعدّ أحد أهم القواعد التي يرتكز عليها، وقد حقّق المشروع نجاحاً هائلاً، وأدى الهدف الذي أقيم من أجله. يتكوّن المشروع من عدّة محاور رئيسية وضعت على شكل منهاج سنويّ متكامل، وهذه المحاور هي:

المحور الأوّل:- المهرجانات والمؤتمرات والندوات، ويشمل:

أولاً/ المهرجانات: حيث تقام المهرجانات في المناسبات الدّينية لإحياء ذكر أهل البيت (عليهم السلام) إضافة إلى فعّاليات علمية وندوات بحثية وفكرية وثقافية وفنية وغيرها من خلال التنسيق مع الجامعات العراقية؛ بهدف مزج الرؤية الدّينية مع الرّؤية العلمية، والتّواصل مع الطلبة، وتمتية مهاراتهم، وتشجيعهم من خلال مشاركتهم الفاعلة في المهرجان الشعري، والمسرحيات، وغيرها من المشاركات. وكذلك استثمار الحضور الطلابي الرسمي في سبيل تركيز هذه المناسبات بشكلٍ ينمي الجانب العقائدي لدى الطلبة الجامعيين.

ويتم تقسيم المناسبات الدّينية على الجامعات والمعاهد ضمن برنامج معدّ مسبقاً، وتحديد المناسبات بالتوافق مع التّقييم الجامعي لوزارة التعليم العالي والبحث العلمي، ومن هذه المهرجانات (مهرجان الرسول الأعظم ﷺ الثقافي السنوي، ومهرجان استشهاد السيدة الزهراء (عليها السلام) الثقافي السنوي، ومهرجان العقيلة الكبرى (عليها السلام) السنوي، ومهرجان ولادة الزهراء (عليها السلام) السنوي، ومهرجان وليد الكعبة السنوي).

ثانياً/ تكريم الطالبات المرتديات للعباءة العراقية: تتضمّن هذه الفقرة إقامة حفل للطالبات المرتديات للعباءة العراقية داخل الحرم الجامعي، ونظراً لما يمر به البلد من هجمة شرسة وتيّارات منحرفة تسعى إلى تغيير المنظومة القيمية لدى الطالبات؛ لذلك دأبت الأمانة العامّة للعتبة العبّاسية المقدّسة منذ تأسيس مشروع فتية الكفيل الوطني على دعم هذه الشّريحة المهمّة من الطالبات، وقد استمرّ إقامة هذا الحفل لمدة خمس سنوات على التوالي ولأكثر من أربع جامعات، وكان الأثر واضحاً بشكلٍ كبيرٍ جداً من خلال إقبال الطالبات على ارتداء العباءة داخل الحرم الجامعي.

ثالثاً/ تكريم الطّلبة الأوائل في الجامعات والمعاهد: حيث يُقام حفل تكريم الطلبة الخريجين الأوائل على الجامعات والمعاهد

العراقية

في العتبة العباسية المقدسة

من خلال برنامج يتم خلاله دعوة الطلبة وأساتذة الجامعات والمعاهد، بالإضافة إلى عقد ورش عمل لتعريف الطلبة على تاريخ العراق والمراقد المقدسة. رابعاً/ إقامة الندوات: تتضمن إقامة ندوات حوارية دورية تختص بالجوانب المعنوية والأخلاقية والتنموية والعلمية وتنمية الذات الوطنية وذلك بالتنسيق مع الجامعات العراقية، وعادة ما تكون هذه الندوات تفاعلية من خلال مشاركة الطلبة، ويكون الطالب المحور الأساس فيها، وتكون في العتبة المقدسة أو الجامعات وذلك حسب التنسيق مع الجهات الأخرى.



المحور الثاني المخيمات الطلابية

يشمل هذا المحور إقامة مخيمات لطلبة الجامعات والمدارس للمراحل المتوسطة والإعدادية خلال عطلة نصف السنة والعطلة الصيفية، من خلال استضافة عدد معين من الطلبة إذ يتم استضافة فئة الطلبة المستهدفة وفق برامج خاصة لذلك، ويتكوّن هذا البرنامج من مخيمات عدّة، منها مخيم خاص بالطلبة المنسّقين، ويهدف إلى إعداد كوكبة من الطلبة المنسّقين الجدد لديمومة العمل في تلك الجامعات وفق برنامج ديني تنموي رياضي يتناسب مع الضوابط الدينية والشريعة للعتبة المقدسة.

وهناك مخيم آخر تحت اسم مخيم (أبطال

الكفيل)،



وهو
مخيّم يخصّ طلبة
المرحلة المتوسطة من أبناء شهداء
الحشد الشعبي والقوّات الأمنيّة خلال العطلة
الصيفية وبالتنسيق مع مؤسّسات المجتمع المدني،
ويضم البرنامج (محاضرات دينيّة وتعمويّة،
تعلّم القراءة الصّحيحة لسورة الفاتحة،
ومسابقات ثقافية، وفقرات رياضية)،
ويعد هذا المخيّم من

البرامج المهمة الخاصة للأيتام، وتكمن فائدة هذا البرنامج في اكتشاف المواهب والطاقات وتمييزها، وتحفيز الطلبة وحثهم على العلم والمثابرة، وتنمية أساليب تعلم الحوار الناجح.

المحور الثالث:- المسابقات الثقافية والدينية:

ويشمل هذا المحور إقامة مسابقات دينية ثقافية علمية عامة لطلبة الجامعات والمدارس بالتعاون مع الجامعات ومديريات التربية في العراق، وتهدف هذه المسابقات الى استقطاب الطاقات الشابة المبدعة ولفت أنظار المختصين لدعم الكفاءة العراقية الشابة وتنمية روح المنافسة بين الأوساط الطلابية، والتواصل بين العتبة المقدسة وطلبة الجامعات والمدارس من جهة والتواصل الاجتماعي بين طلبة الجامعات العراقية من جهة أخرى، ومن هذه المسابقات (مسابقة فتية الكفيل للإبداع الفكري السنوية) وهي مسابقة تُقام لأفضل اختراع علمي أو نتاج إبداعي طلابي، وتعرض هذه الاختراعات في العتبة العباسية المقدسة لمدة أسبوع بعد مخاطبة الجامعات العراقية بتقديم أفضل (5) نتاجات علمية للعام الدراسي، وتكون هنالك لجنة علمية مختصة من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي لتقييم الاختراعات، ويُعلن عن الفائز في حفل خاص وبحضور المعيّنين والجهات الداعمة ذات العلاقة بالنتائج





العلمية.

وهناك مسابقات دينية ثقافية علمية عامة لطلبة المراحل المتوسطة والثانوية منها (مسابقة فتية الكفيل الثقافية المتنوعة السنوية) وهي مسابقة لطلبة المراحل المتوسطة والإعدادية عن طريق إعداد كراس يضم مجموعة من الأسئلة المتنوعة (دينية، ثقافية، علمية، رياضية، عامة)، ثم توزع على مدارس إحدى المديرية العامة للتربية في المحافظات وإعطائهم مدة زمنية محددة للإجابة، ومن ثم تُسحب لتصحيحها، وتكون هناك جوائز للفائزين بالمسابقة وحسب التنسيق مع إدارة القسم والأمانة العامة، كذلك توجد مسابقة باسم (المسابقة الوطنية لفن الخطابة السنوية)، وهي مسابقة تقام بالتعاون مع مديريات التربية في العراق لترشيح ثلاثة طلاب من كل مديرية لمشاركتهم بالمسابقة ويكون ذلك عبر موضوع معين يتم اختياره وبحضور لجنة مختصة يتم اختيارها لاحقاً لتشرف على اختيار الطلبة الفائزين في برنامج المسابقة.

المحور الرابع:- السفرات والزيارات

يستهدف هذا المحور طلبة وأساتذة الجامعات والمعاهد العراقية من خلال (الملتقى الثقافي الأسبوعي)، كما يتضمن استضافة مجموعة من الطلاب أو الأساتذة في العتبة المقدسة، ويضم البرنامج (زيارة العتبتين المقدستين ومشاريعهما، محاضرات عقائدية، ورش تنمية حول مواضيع معاصرة تختص الشباب الجامعي).

كما يضم هذا المحور السفرات المدرسية لطلبة المراحل المتوسطة والإعدادية من محافظة كربلاء المقدسة وضواحيها بمعدل (١٢٠) طالباً وبنات ثلاث سفرات في الأسبوع الواحد في مجمع الشيخ الكليني (قدس سره).

ويشمل أيضاً سفرات مدرسية لطلبة المحافظات لمدة ثلاثة أيام (الخميس والجمعة والسبت) بمعدل (١٠٠) طالب أسبوعياً خلال العام الدراسي وفق برنامج (ديني، تنموي، ثقافي)، ويتم ذلك بالتعاون مع مديريات التربية عبر مخاطبتهم بكتاب رسمي، وتحمل مديريات التربية أجور نقل الطلبة.

المحور الخامس:- نشاطات أخرى ومنها:

أ/ إحياء المناسبات الدينية في الأقسام الداخلية للطلبة: وذلك بالتنسيق مع مديريات الأقسام الداخلية في الجامعات العراقية، ويهدف البرنامج الى تحقيق التواصل مع هذه الشريحة الكبيرة بصورة فعّالة من خلال إحياء ذكر أهل البيت (عليهم السلام)، وتنمية الجوانب العقدية والتنموية، وتقديم المحاضرات ذات الأثر من خلال تحديد ودراسة احتياجاتهم.

ب/ برنامج متطوعي فتية الكفيل في الزيارات المليونية:-

يقام هذا البرنامج خلال الزيارات المليونية، وذلك بتهيئة مجموعة من طلبة الجامعات والمعاهد للعمل كمراقبين أو في مراكز إرشاد المفقودين أو مرافقين للسيارات الحوضية وتوزيع المياه على المواكب الحسينية.

ج/ برنامج اللوحات الإعلانية (الجدار الثقلي): ويتضمن نشر اللوحات الإعلانية (البوسترات) داخل الجامعات والأقسام الداخلية وأماكن الصلاة ومدارس محافظة كربلاء المقدسة وخارجها وحسب المتوفر من المطبوعات المتضمنة الأحاديث النبوية الشريفة وأقوال أهل بيت النبوة ﷺ، إضافة الى منشورات عامّة تحث على العلم والأخلاق الحميدة.

ت/ برنامج المحاضرات القرآنية في الجامعات والمدارس العراقية: وهو برنامج بحثي معلوماتي عن القرآن الكريم بأسلوب جديد على شكل محاضرات تُطرح على طلبة الجامعات وكذلك طلبة المدارس الإعدادية، الهدف منه نشر ثقافة القرآن الكريم والمعلومات التي لم يُتطرق لها بشكل موجز.

ث/ تطبيق تصحيح الأخطاء الشائعة في قراءة القرآن الكريم: يأتي هذا التطبيق نظراً لكثرة الأخطاء الشائعة في قراءة القرآن الكريم، حيث بدأ المشروع بتصحيح قراءة سورة الفاتحة للوفود والمخيّمات المدرسية ومن ثم تطور المشروع لعمل بوسترات خاصّة بتصحيح قراءة سورة الفاتحة المباركة وتوزيعها على الجامعات والمدارس، والآن العمل جارٍ لإنشاء تطبيق يعمل على نظام الأندرويد وال ICE بالتنسيق مع قسم الشؤون الفكرية والثقافية / شعبة الأنترنت، حيث يعمل على تصحيح الألفاظ الشائعة في قراءة القرآن الكريم.

ج/ المنشورات القرآنية في الجامعات والمدارس: يضم هذا البرنامج وضع المنشورات في لوحات الإعلانات في الجامعات والمدارس، وهذه المنشورات تحتوي أحاديث أهل البيت ﷺ في فضل تعلّم القرآن الكريم وتعليمه، وكذلك تفسير بعض الآيات التي تحرّم الغناء والغيبة وعدم الالتزام بالحجاب وبعض القصص القرآنية القصيرة التي تجذب الطلبة لقراءتها والاطلاع عليها، وكذلك بوسترات خاصّة بتصحيح سورة الفاتحة المباركة.





الشخصية الاعتمادية .. أعراضها وأسبابها وكيفية علاجها

حسن جوادتي

الحالة التي يتوقع فيها الفرد المساعدة من الآخرين أو يبحث بنشاط من الدعم العاطفي والمادي وكذلك الحماية والرعاية اليومية. والشخص الاتكالي يعتمد على الآخرين بالتوجيه وفي اتخاذ القرار وفي الإعالة.

بشكل محدود، لكن أحياناً يمكن أن تستخدم في علاج القلق والاكتئاب، كما يجب المراقبة جيداً للمريض حتى لا يتحول العلاج بالأدوية لإدمان لديه. عزيزي الشاب اجعل لنفسك دائماً شخصية مميزة وقائدة، من الجميل مراعاة مشاعر الآخرين، لكن لا تجعل ذلك سبباً في استغلال بعضهم لك، ولا تجعل الحالة تتطور لديك لتصبح عرضة للاضطراب.

- فقدان الثقة بالإضافة إلى اقتناعهم بعدم قدرتهم على الاعتناء بأنفسهم.
- الخوف من إبداء الاعتراض على آراء الآخرين، خوفاً من فقدان دعمهم له.
- عدم القدرة على البدء في أي مشروع.
- صعوبة التصرف بنفسه، والخوف من الوحدة.
- الرغبة الدائمة في المسامحة حتى مع إيذاء الآخرين لهم.
- وضع احتياجات الآخرين قبل احتياجاتهم.
- الميل للسذاجة والعيش في الخيال.

وتُعرف أيضاً: العجز وعدم القدرة على تقديم المساعدة، والاستخفاف بالقدرات الذاتية، والشعور الدائم بالحاجة للاعتناء بصاحب هذه الشخصية من قبل الآخرين، بالإضافة إلى عدم القدرة على اتخاذ أسبق القرارات اليومية دون طلب المساعدة والنصيحة من الآخرين، ويحدث هذا الاضطراب في الغالب في مرحلة مبكرة من العمر وحتى منتصف البلوغ ويصاب به كل من النساء والرجال.

نصيحة، يا من تمتلك شخصية اعتمادية:

إن الموت الحقيقي ليس أن تخرج روحك من هذه الحياة، إن الموت الحقيقي هو حينما تتوقف عن صناعة إنجازاتك وطموحاتك، بل إن الموت عندما تعتقد أنك لست قادراً على النجاح والتطوير والتغيير والارتقاء.

إنك تستطيع أن تفعل الشيء الكثير، ولكنك لم تفكر يوماً من الأيام أن تُغير هذه القناعات، وأن تنتقل من الفكر الذي كان أثره سلبياً عليك. لا تقل: أنا لست ناجحاً، أنا لست متميزاً، أنا لن أنجح لأنني فقير.

أتظن أن الله - سبحانه - خلق فيك هذا العقل الجبار الذي خلق هذه التقنيات الموجودة الآن، أتظنه خلقه عبثاً؟ لا.

يجب أن تعتقد أن قضية النجاح سهلة وأنه

السبب الرئيس لاضطراب الشخصية الاعتمادية:

هناك بعض الأبحاث التي ترى في الحماية الزائدة من الأبوبين منذ الطفولة سبباً في ذلك، وبالتالي ظهور سمات الشخصية المضطربة على الطفل.

علاج اضطراب الشخصية الاعتمادية

يهدف العلاج النفسي لجعل الشخص التابع أكثر نشاطاً واعتماداً على نفسه في القيام بالأمور والتعلم من العلاقات الناجحة التي يراها أمامه، ويفضل هنا استخدام العلاج قصير المدى لأن اعتماد طريقة المدى الطويل من شأنه أن يجعل الشخص معتمداً على العلاج بشكل أساسي. أما الأدوية فتستخدم

أعراض اضطراب الشخصية الاعتمادية

في الغالب يكون أصحاب هذه الشخصية معتمدين بشكل كبير على الآخرين في تلبية احتياجاتهم وبذل مجهود كبير في إرضاء الآخرين بالإضافة لخوفهم الدائم من الانفصال، وتتنوع أعراض الإصابة بهذا المرض كالتالي:

- عدم القدرة على اتخاذ القرارات، حتى القرارات اليومية البسيطة.
- تجنب تحمل المسؤولية الشخصية. تجنب الوظائف التي تتطلب تحمل المسؤولية.
- لديهم خوف كبير من تخلي شخص عنهم والشعور بالدمار عند انتهاء العلاقة، حتى أنهم يقومون بالانتقال لعلاقة أخرى بسرعة لتعويض ذلك.
- الحساسية المبالغ فيها عند سماع الانتقاد.

يمكن الوصول إليها، فالنجاح في الدنيا يجعلك تكسب المال، والمال لا بُدَّ أن يحقق لك نوعاً من الارتياح في الملبس والمسكن والمركب وبعض الطموحات.

إذا أردت أن يعلو ذكرك وأن تبقى لك بصمة في التاريخ، فلا بُدَّ أن تعتقد في قرارة نفسك بأنك ناجح ثم بعد ذلك تبدأ في الأسباب التي تساهم في الانطلاق.

كُن أنت التغيير الذي تريد أن تراه في العالم. إذا كنت تنظر لنفسك أنك فاشل وأنك لا شيء، وأنك لا تستطيع فأقول لك: من الآن لن تتجح. يا من يخاف أن يطرق باب التجارة-لا تخف- فأنت قادر، ولكنك لم تمنح لنفسك الفرصة لتنهض من جديد.

كلما كان تفكيرك إيجابياً كلما دخلت منظومة النجاح؛ لأن الذي ينظر إلى نفسه نظرة سلبية فلن يستطيع التقدّم والارتقاء مهما توقّرت له إمكانيات النجاح.

إنَّ الحياة مليئة بالفرص، والذكيّ من يستغل الفرص سواء في أمور الدنيا أو الدين.

اعتنِ بوقتكَ وكن مديراً له، ولا تُلقِ اللوم على الزمان، فالزمان هو هو لم يتغير، لن يزيد الوقت أبداً، ولكن تزيد الإنتاجات، وتزيد البرامج والمشاريع إذا أتقنت استغلال الأوقات.

يا طالب النجاح: إنَّها دقائق عظيمة لو استثمارتها استثماراً حقيقياً لكنت متميزاً وناجحاً، فالمستقبل آتٍ إليك، فأعد له ما استطعت بتوفيق الله أولاً وأخيراً.

كيف تصبح رشيقاً

محمد الموسوي

هل تساءلت يوماً عن أسباب رشاقة الجسم التي يتمتع بها بعض الناس أكثر من غيرهم بسهولة دون عناء يذكر مقارنة بالآخرين؟ حسناً يمكن لعادات بسيطة أن تسبب فارقاً في لياقة ورشاقة الجسم لدى البعض دون أن تعلم مدى التأثير العظيم لها! لذلك نحن في هذا المقال سنوضح لك عزيزي القارئ بعض تلك الأسرار البسيطة، وأهمها:

١. الحصول على مدرب شخصي

للحصول على جسم رشيق في أسرع وقت لا بُدَّ من أخذ الاستشارة من قبل مدربٍ محترفٍ يساعد في تحقيق هذا الهدف، كما يمنع من الوقوع بالأخطاء التدريبية التي يمكن أن تعيق الحصول على جسم رشيق، وتصحيح الأخطاء وقت الحاجة.

٢. ممارسة التمارين الرياضية

تساعد ممارسة كثيرٍ من التمارين الرياضية في الحصول على جسم رشيق، وتتوفر العديد من التمارين البسيطة التي يمكن ممارستها خصوصاً أثناء فصل الصيف؛ كاللشي، والجري، والسباحة، والتنزه، وغيرها من التمارين البسيطة.

ولتحقيق أفضل النتائج ينصح بعدم حصر ممارسة التمارين الرياضية في الصالة الرياضية فقط، بل تحويلها إلى نظام حياة وممارستها في المنزل بشكل يومي كجزء طبيعي من حياة الإنسان، وبناءً على رأي (كيفين ستيل)



نصائح للتخلص من الوزن الزائد

يقدم أخصائيو التغذية العلاجية بعض النصائح التي تساعد على التخلص من الوزن الزائد بسرعة فائقة، وهذه النصائح تجعلك تغير نظام الحياة اليومي وتتمتع بنظام يومي وحياتي أفضل لك ولصحتك، وذلك عن طريق:

١- الابتعاد عن تناول الطعام في وقت متأخر أو قبل النوم مباشرة، خاصة الوجبات ذات السعرات الحرارية العالية، لأن المعدة تستغرق وقتاً في عملية الهضم، ولذلك يمكنك تناول كوب من الزبادي أو ثمرة فاكهة قبل النوم، وهذا التغيير يجعلك أكثر قدرة على النوم باستغراق ولا يسمح بتراكم الدهون في الجسم فيزيد الوزن، بل يساعد على التخلص من الوزن الزائد.

٢- عليك تنظيم وجباتك اليومية على أن تصبح ٥ وجبات في اليوم، ثلاث رئيسية و٢ وجبة خفيفة كثمره فاكهة أو كوب من الحليب خالي الدسم، فتعد الوجبات يساعد على تحفيز وزيادة قدرة الجسم في حرق الدهون.

٣- عليك الاهتمام بممارسة الرياضة والاستمرار بها، لأنها من أهم الأسباب التي تقودك للرشاقة، وتساعدك على زيادة نسبة حرق الدهون في الجسم.

٤- الابتعاد عن تناول الوجبات السريعة؛ لأنها تحتوي على نسبة عالية من السعرات الحرارية، وتتسبب في ارتفاع نسبة الدهون الثلاثية في الجسم، ولذلك ينصح بالتقليل منها.

٥- يمكنك الإكثار من تناول الأسماك بدلاً عن اللحوم الحمراء والدجاج.

٦- الإكثار من تناول المياه؛ لأنها تعمل على زيادة نسبة حرق الدهون في الجسم.

خفيفة بدلاً من تناول رقائق البطاطس المقلية.

كما يجب الحد من تناول الأطعمة السريعة المملئة بالدهون غير المشبعة والسكريات المضافة، والحد من الكربوهيدرات السيئة؛ كالخبز الأبيض المكرر، والأطعمة المصنعة؛ كالبطاطس المحمرة، حيث تعتمد كمية الطعام الواجب استهلاكها على مستوى النشاط البدني، وطول ووزن الجسم، والعمر، والجنس.

والمحافظة على شرب الماء إذ يعد الماء عنصراً أساسياً ومهماً للمحافظة على صحة القلب والجسم في آن واحد، وذلك لأهميته في عملية ضخ الدم عبر الأوعية الدموية إلى جميع عضلات الجسم، وإكسابها القدرة على العمل بكفاءة عالية، بالإضافة إلى دوره المهم في المحافظة على ترطيب الجسم، ويمكن الكشف عن كمية المياه التي يجب شربها خلال اليوم من خلال الانتباه إلى لون البول، فإذا كان لون البول داكناً فإن الجسم بحاجة لكميات إضافية من الماء، إما إذا ما كان لونه فاتحاً فهذا دليل على أن الجسم يحصل على كفايته من الماء، مع التركيز على شرب كميات إضافية عند التعرض لأشعة الشمس لساعات طوال خاصة خلال فصل الصيف، وتجنب شرب المشروبات التي تسبب الجفاف كالكحول.

الحاصل على درجة الدكتوراه في التمارين الفسيولوجية فإن أفضل طريقة لممارسة التمارين الرياضية في المنزل تعتمد على الترتيب الآتي:

• تمارين الإحماء: تتضمن تمارين مثل: المشي، وركوب الدراجة، والقفز على الحبل.

• التمارين الهوائية التي تزيد ضربات القلب.

• تمارين المقاومة: تتضمن تمارين القرفصاء، وتمرارين الضغط على المعدة، وتمرارين رفع الأثقال.

• تمارين المرونة: تتضمن تمارين اليوغا، وتمرارين التمدد.

• تمارين التهدئة: يشترط أن تكون مشابهة لتمرارين الإحماء حتى تخفض نبضات القلب إلى معدلها الطبيعي.

٣. تناول الطعام الجيد

يجب أن يتألف النظام الغذائي من كميات وفيرة من الفاكهة والخضروات، حيث تصح مدرسة هارفارد للصحة العامة بتناول سع حصص كحد أدنى من الفاكهة والخضروات بشكل يومي أي ما يعادل كوبين من الفواكه، وكوبين ونصف من الخضراوات يومياً، كما يجب التركيز على تناول كميات مناسبة من البروتين، والدهون، والكربوهيدرات الجيدة.

بالإضافة إلى إمكانية تناول الفاكهة في أيام الصيف الحارة على شكل سلطة باردة بدلاً من تناول المتلجات والكيك، كما يمكن تناول الخضار المشوية؛ كالقرع، والبصل، أو السلطة كوجبات

كيف تتعقب هاتف آيفون من كمبيوتر ويندوز أو هاتف أندرويد

حسين العجيلي

لم تعد إضاعتنا لهواتفنا الذكيّة أو سرقتها في الأماكن المزدحمة حالات نادرة، أحياناً نتركها بإهمال غير متعمّد في المطاعم أو قاعات السينما أو السيارات. وبما أننا لا نملك جميعاً أجهزة آيباد تساعدنا في العثور عليها أو كومبيوترات Apple، إذاً كيف تتعقب هاتف آيفون من كمبيوتر ويندوز أو هاتف أندرويد؟

ماذا تفعل عندما لا

تظهر شبكة Wi-Fi؟

إليك كل الأسباب المحتملة وكيفية إصلاح المشكلة

إذا لم يكن بإمكانك الاتصال بالإنترنت، قد يكون ذلك بسبب أحد المشكلات

العديدة التي قد تواجهها مع شبكتك اللاسلكية. ويعد عدم ظهور شبكة

Wi-Fi الخاصة بك عند محاولة

اتصال جهازك بالإنترنت واحدة من أشهر تلك المشكلات.

سبب مشكلات «عدم ظهور الشبكة اللاسلكية» في القائمة

بحسب موقع LifeWire الأمريكي؛

فهناك أسباب عدّة قد تمنع ظهور شبكة Wi-Fi الخاصة بك في قائمة

الشبكات المتاحة. تتضمن تلك الأسباب:

* تهيئة الجهاز بشكل غير صحيح.

* مشكلة بالمودم أو جهاز التوجيه (الراوتر).

* الشبكة مخفية.

* مشكلة بخدمة الإنترنت نفسها.

* التداخل مع أجهزة أخرى.

ولأنّ مشكلة عدم ظهور شبكة Wi-Fi في قائمة الشبكات المتاحة قد تكون ناتجة عن أسباب مختلفة، ستحتاج معالج

استكشاف الأعطال وإصلاحها للعثور على المشكلة وحلّها.

iCloud.com الهاتفي، لذا يمكنك النقر على خيار النقاط الثلاث، وفتح الإصدار المكتبي من الموقع الإلكتروني للاستمرار.

تأكد من تسجيل الدخول إلى الموقع الإلكتروني في المتصفح باستخدام وضع التّخفي، بحيث لا تذهب معلوماتك الشخصية إلى أيّ مكان آخر.

وسجّل خروجك أيضاً في حال إتمام المهمة. في حالة إذا كان لديك جهاز كمبيوتر مكتبي بالجوار، يمكنك الوصول إلى جهاز آيفون عن طريقه أيضاً.

وفي كلّ الحالات، يجب أن تُسجّل دخولك في أحد تطبيقات جوجل مثل «Gmail»، على جهاز آيفون. وبذلك تتمكن من تتبّع جهاز آيفون المفقود، عبر الخطوات التالية:

1. افتح وضع التّخفي في متصفح كروم وزيارة account.google.com.

2. في خانة «تسجيل الدخول والحماية»، اختر «اعثر على الهاتف».

سيعرض ذلك كلّ الهواتف الذكيّة المتّصلة بحساب جوجل الخاص بك، وتتضمّن تلك القائمة أجهزة آيفون أيضاً.

3. اختر جهاز آيفون المفقود، وكتب كلمة مرور جوجل في حال طلبها للبحث عن الجهاز.

بالإضافة إلى تتبّع جهاز آيفون، هناك بعض الخيارات الأخرى المتاحة التي تحصل عليها تتضمن العثور على جهاز آيفون وقفل الجهاز، والاتصال بجهاز آيفون، وتسجيل الخروج من جهاز آيفون، وغيرها.

في حين يمكن للشخص بسهولة العثور على هاتف أندرويد الذكي من خلال الإنترنت أو من جهاز أندرويد آخر، يصبح الأمر أصعب قليلاً عندما تحتاج إلى البحث عن جهاز آيفون.

تقدّم Apple خاصيّة «اعثر على هاتفي» بالفعل للعثور على هواتف آيفون المفقودة، ولكن هناك طرق أخرى أيضاً.

هذا يعني بشكل رئيس إمكانية العثور على جهاز آيفون حتى إذا كان لديك جهاز كمبيوتر أو هاتف ذكي أندرويد بجوارك.

إنّك في هذا التقرير الخطوات التي تحتاجها للبحث عن جهاز آيفون المفقود باستخدام جهاز أندرويد، نقلاً عن موقع GadgetNow

استخدام هاتف ذكي أندرويد لتتبع جهاز آيفون لا يحتاج إلى مستوى تقنيّ أو علميّ خارق، ولكنك ستحتاج إلى ضبط كلّ الإعدادات اللازمة في جهاز آيفون لتفعل تلك الطّريقة.

آيفون لتفعل تلك الطّريقة.

وإليك الخطوات:

1. في هاتف أندرويد الذكي افتح متصفح كروم.

2. قم بالتسجيل iCloud.com وكتب تعريف وكلمة مرور جهاز Apple الخاص بك.

3. استخدم تطبيق «اعثر على هاتفي» لتحديد موقع جهاز آيفون الخاص بك.

4. بمجرد تسجيل الدخول، ستتمكن من تمكين وضع المفقود ومسح بيانات جهازك عن بعد لكيلا تقع تلك البيانات في الأيدي الخاطئة.

يذكر أنّ متصفحات هواتف أندرويد لا تدعم موقع

كيفية إصلاح مشكلة عدم ظهور شبكة Wi-Fi في قائمة الشبكات المتاحة

١. استكشاف أعطال شبكة اتصالاتك اللاسلكية وإصلاحها.

قبل البدء بمحاولة إصلاح شبكة Wi-Fi لديك، تأكد من عدم وجود مشكلة بالجهاز الذي تحاول الاتصال بالإنترنت من خلاله. إذا كانت المشكلة عدم ظهور شبكة Wi-Fi الخاصة بك في قائمة الشبكات المتاحة على جهاز لابتوب.

على سبيل المثال، استغرق بعض الدقائق أولاً للتأكد من أن كل شيء بالجهاز على ما يرام. تأكد من تمكين الشبكات اللاسلكية على الجهاز. قد يكون ذلك من خلال زر على لوحة المفاتيح، أو إعداد من إعدادات الإنترنت، أو كليهما.

٢. أعد تشغيل المودم وجهاز الراوتر.

بالإمكان إصلاح وحل مشكلات الاتصال اللاسلكية من خلال إعادة توصيل الطاقة لجهاز الراوتر والمودم. من المهم إعادة تشغيل كل من المودم والراوتر اللاسلكي معاً.

٣. تحقق لترى إن كانت الشبكة مخفية

قد يكون إخفاء الشبكات اللاسلكية طريقة فعالة لتعزيز وحماية الخصوصية. ولكن قد ينتج عن ذلك عدم ظهور شبكة Wi-Fi على الجهاز. من أجل الاتصال بشبكة مخفية، سوف تحتاج إلى معرف مجموعة الخدمات (SSID) والمعلومات الأخرى الخاصة بالشبكة.

يمكنك استخدام إعدادات Wi-Fi للوصول للشبكة.

قد تختلف الخطوات من جهاز لآخر، هذه الإعدادات في إعدادات الشبكة والإنترنت بنظام تشغيل ويندوز:

اذهب إلى الإعدادات > الشبكة والإنترنت

* اختر Wi-Fi من

القائمة على اليسار.

* ثم اختر إدارة الشبكات

المعروفة < إضافة

شبكة جديدة.

* أدخل معرف مجموعة

الخدمات (SSID) في

خانة اسم الشبكة.

* اختر نوع الحماية.

* أدخل كلمة مرور الشبكة في

خانة مفتاح الحماية.

* اختر الاتصال تلقائياً.

* اختر حفظ، وسوف يتصل

الجهاز بالشبكة إذا كانت

متاحة.

٤. ابحث عن وجود أيّ تداخل

هناك كثير من الأشياء في أرجاء

المنزل أو المكتب قد تتداخل مع عمل

جهاز الراوتر اللاسلكي. تحقق من

عدم وجود مشكلات محتملة، مثل

أجهزة كهربائية أو أجهزة ميكروويف

أو مصابيح فلورسنت؛ أو أجهزة

لاسلكية أخرى مثل محرّكات ألعاب

الفيديو اللاسلكية أو كاميرات الحماية؛

أو جدران سميكة أو عواميد خرسانية.

إرشادات: شبكات الجيران اللاسلكية قد

تتداخل أيضاً مع شبكتك. يمكنك تغيير

رقم قناة Wi-Fi الخاصة بك لحل

المشكلة.

٥. تحقق من مقدم خدمة الإنترنت

إذا لم تسفر جهودك لاستكشاف المشكلة عن

أيّ حلول، اتصل بمقدم خدمة الإنترنت. قد

تكون هناك مشكلة على مستوى المنطقة ولا

تعلم بها، أو قد تكون هناك مشكلة في المعدات

والأجهزة التي تعمل بها الشركة.

الأكياس البلاستيكية .. آفة زراعية !!

علي عبد الحسن

يشهد العالم ثورة للتقليل من استخدام الأكياس البلاستيكية؛ وذلك لضررها البالغ بالبيئة، وعدم إمكانية تحللها إلا بعد مدّة طويلة جدًّا قد تصل إلى ٥٠٠ عام. هذا ما يتداول حالياً في الإعلام لكن أن تصبح هذه الأكياس البلاستيكية آفة زراعية فهذا هو الجديد.

تؤدي في معظمها الى انخفاض في إنتاج القطيع من الألبان واللحوم وتدني جودة اللحوم نتيجة لضعف الحيوانات وذلك لتراكم جزء من هذه الأكياس في الجهاز الهضمي للحيوان وتقليلها لحجمه.

بينما يشتكي الكل من التلوث البصري الناتج من تطاير ملايين الأكياس البلاستيكية المتطايرة وتناثرها في القرى والحضر، وتشابك بعضها في أشواك الشجيرات التي تحدّد المزارع والأسلاك الشائكة، وغطى بعضها سهولاً كاملة مليئة بالأشجار والشجيرات.. تلوث بيئي وبصري لا مثيل له.

في ولاية الجزيرة بالسودان وهي ولاية زراعية بامتياز، أصدرت السلطات المحليّة منذ أكثر من عامين قانوناً نادراً يمنع تصنيع وتداول الأكياس البلاستيكية بالولاية. قد تستغرب لذلك كثيراً. هل يُعقل هذا؟ ولاية في ريف السودان تقوم بهذه الخطوة المتقدّمة ومنذ مدّة!! ولكن قد تستغرب أكثر لو علمت أن هذا القانون تم إصداره ليس بناءً على طلب من جمعيات المحافظة على البيئة والتي هي طرف لا يتحمّله هذا المجتمع وليست فكرة أحد المسؤولين ولا استجابة لرؤية منظمة دولية لكن القانون أصدر بضغط مباشر من المزارعين المحليين ومربي الماشية نتيجة للخسائر الكبيرة الناتجة من الأضرار النّاشئة من تناثر الأكياس البلاستيكية في المزارع والحقول.

يشتكي المزارعون من أن هذه الأكياس التي معظمها سوداء أو ملوّنة- تلتصق بسيقان وأوراق المحاصيل، وتمنع أشعة الشمس من الوصول إليها وبالتالي تتسبب في موت جزء من المحصول، هذا بالإضافة إلى أن هذه الأكياس تطمر في التربة بعد الحصاد وتتسبب في نشوء بقع مميّنة عند إعادة الزراعة في الموسم التالي؛ وذلك نتيجة لموت (البادرات) بسبب حجز الأكياس للمياه حولها ومنعها من دخول الهواء بالإضافة الى تسببها بتكوين ملاجئ للآفات.

بينما يشتكي مربو الماشية من أن ابتلاع ماشيتهم لهذه الأكياس يتسبب في مشاكل معويّة مختلفة وقد تؤدي أحياناً الى موت الحيوان ولكن من المؤكّد أنّها



على إفراز مواد كيميائية كنواتج ثانوي من عملية التمثيل الضوئي. هذه المواد التي أطلق عليها **allelochemicals** تقوم مقام السلاح الكيميائي للقضاء على غيرها من النباتات وذلك بتأثيرها على نمو وتكاثر النباتات المنافسة.

يمكن للنباتات أن تفرز تلك المواد من بعض أجزائها مثل الزهور والأوراق واللحاء والساق وأحياناً في التربة المحيطة بالجذور ونواتج تساقط الأوراق الميتة، وقد تظل هذه المواد موجودة لمدة طويلة في التربة، وقد تتحلل بعوامل الطبيعة المختلفة.

من أشهر النباتات التي تستخدم هذه التقنية شجرة الجوز الأسود (**Black Walnut**) فعادة تكون المنطقة تحت الشجرة عارية تماماً من النباتات لعدم قدرتها على النمو مع هذه الشجرة القوية حيث تفرز مادة ال **Juglone** التي تؤثر على النباتات المنافسة وذلك بالتدخل في الانزيم المطلوب لإكمال عملية التغذية وإفساده.

يمكنها من الوصول الى أعماق بعيدة دون غيرها بحثاً عن الماء، وأخرى تتميز بطول الجذع مما يمكنها من تلقي قدر أكبر من أشعة الشمس خصوصاً في الغابات الكثيفة، وسميت هذه الظاهرة -أي ظاهرة قيام بعض النباتات بالحصول على قدر أكبر من أي مصدر من المصادر الطبيعية- (ضوء الشمس - الغذاء - الماء...) دون استخدام مواد كيميائية بالمنافسة على الموارد الطبيعية ولكن بعض أنواع النباتات تتخذ أساليب أكثر تطرفاً لمنافسة غيرها من النباتات فمثلاً أشجار الأثل (**Tamarix**) تتميز بجذورها العميقة مما يمكنها من الوصول الى مصادر المياه الجوفية المالحة، حيث تقوم بتخزين الأملاح في مجموعها الخضري وعند تساقطها تنقلها للطبقة السطحية من التربة مما يجعل من الصعب على غيرها من النباتات العيش بالقرب منها.

في ثلاثينيات القرن الماضي درس العلماء ظاهرة سيادة أنواع معينة من الأعشاب على المحاصيل واكتشف العلماء قدرة هذه الأعشاب

سلاح النبات الكيميائي

النباتات كغيرها من الكائنات الحية تخوض صراع بقاء مع غيرها من الكائنات الحية، وبالرغم من الصورة المرسومة في أذهاننا عن النباتات وضعفها ورقعتها إلا أن بعض هذه النباتات يتميز بشراسة غير عادية مع غيرها من النباتات تتوق تلك المعروفة عن الحيوانات. فالمنافسة بين الأنواع في النظام البيئي من أساسيات الحياة، إذ إن جميع الحيوانات والنباتات طورت على مدار الزمن طرق مختلفة للمنافسة على الغذاء والماء والمساحة وغيرها من الموارد الطبيعية.

ما يهمنا هنا هي الطرق التي تتبعها النباتات للسيادة على غيرها من النباتات فمن المعلوم أن بعض النباتات تمتلك جذراً عميقاً ومتفرعاً

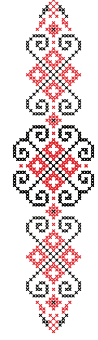
allelochemicals الجيل الجديد من مبيدات الأعشاب

لأهمية هذه الظاهرة في المجال الزراعي، ولحرص العلماء على الاستفادة من هذه الخاصية لمكافحة الأعشاب وإنتاج أجيال جديدة من مبيدات الأعشاب تحاكي ال **allelochemicals** الموجودة في الطبيعة وتقليل الأضرار البيئية، ركزت الأبحاث على تأثير الأعشاب على المحاصيل والتأثير المتبادل بين المحاصيل، وركزت أيضاً على إنتاج مبيدات أعشاب ومنظمات نمو طبيعية وذلك بإنتاج **allelochemicals** معدلة مثل أحماض الهيدروكسامين لاستخدامها في تكوين مبيدات أعشاب جديدة.

وأخذت بعض الأبحاث منحى آخر لتجنب استخدام مواد كيميائية في المطلق وذلك بتحسين جينات المحاصيل بتزويدها بقدرة طبيعية على تكسير ال **allelochemicals** المنتجة بواسطة الأعشاب المنافسة لها وبالتالي إلغاء سلاح الأعشاب، وزيادة قدرة المحاصيل على منافسة الأعشاب والتقليل من أضرارها.

أمثال أوكرانية | انور نعمة

- الإخفاق يعلمك أكثر من النجاح.
- إذا كان الزوج كبيراً في السن فإنّ ذلك ذنب زوجته.
- إذا نامت المصيبة فلا توقظها.
- إنَّك لن تستطيع أن تربط ألسنة الناس.
- من أعطى وقت الحاجة كانت عطيتّه مضاعفة.
- من نام مع الكلاب استيقظ مع البراغيث.



السّمْن والهزال

الحالة الطبيعية للبدن أن يكون معتدلاً بين السّمْن والهزال، فإن كان واحداً منهما أضراً بالفعل، وأعدّ البدن لقبول آفات عظيمة.

أما السّمْن، فإنّه وإن كان يوقى البدن مما يردّ عليه من خارج من الصدمات والسقطات وغيرهما، غير أنّه يضرّ بالبدن من داخله، بمعنى أنّه يضيق مجاريه، ويضعف حرارته الغريزية ويفمرها.

وأما الهزال، فإنّه وإن كان البدن سليماً من آفاته الداخلية، غير أنه يهيء البدن لآفاته الخارجية. فلدلك كان كل واحد منهما خارجاً عن الحالة الطبيعية.



مرارة الدّين

شعر / عبد الفتاح عمرو

يا ربّ حالي أنت تعرفُ ما له
لكنّ وعدتَ بأنّ تجيبَ سؤالَ مَنْ
إني سألتُكَ والكريمُ به الرّجا
إن تقضيه عني فأكرمُ رازقِ
أدمى فؤادي همّه وعذابه
تالله ما احتجتُ الوجاهةَ والغنى
من بعض عطفك أستمّدُ شجاعتِي
أنت المؤمنُ مَنْ سواك لحاجتي
إني وحقّك لا أخافُ شداً
إلا الديونَ أخافُها من خيفتي
فبغيرِ بابك ما وقفتُ بذلّةٍ
ولغيرِ وجهك ما بدا جُبني.

لغز في القلم

قال بعضهم ملغزاً في القلم:

وأهيفَ مذبوحٍ على صدرٍ غيره
تراه قصيراً كلما طال عمره
يترجمُ عن ذي منطِقٍ وهو أبكمُ
ويُضحى بليغاً وهو لا يتكلّمُ

التكنولوجيا المعاصرة وتأثيراتها على الفرد والمجتمع

حسنين العكيالي

لا يخفى على الجميع أن التكنولوجيا أصبحت من الوسائل المهمة واللازمة في حياة المجتمع بشكل عام وبالفرد بشكل خاص، ويمكن لنا أن نطلق على أي شيء من حولنا سواء كان جهازاً أو آلة تقنية حديثة تكنولوجيا معاصرة، ولو التفتنا من حولنا لوجدنا في المنزل أو مكان العمل جهاز الكمبيوتر أو اللابتوب والتلفاز والموبايل أيضاً، كل هذه تعدّ من الوسائل الحديثة التي هي نتاج لهذه التكنولوجيا وتعبّر عن أي نوع من التطوير أو الحداثة في أداة قديمة أو إنشاء شيء حديث غير موجود من قبل، كل هذه هي نتاج التكنولوجيا التي تمكنا من أن نطلق عليها باللغة الإنجليزية (Modern Technology)، وهذه التكنولوجيا بالفعل مفيدة جداً لدى الإنسان فهي تساعده لتسيير عجلة الحياة بشكل أسرع على هذه الإيجابيات التي تمتلكها التكنولوجيا، ولكنها بالتأكيد فهي تمتلك بعضاً من السلبيات التي تؤثر على الإنسان المستخدم لها، ومن هنا يمكننا تقسيم التكنولوجيا الحديثة على عدّة أقسام؛ منها الإيجابية والسلبية وفي مقالنا هذا نتطرق إلى بعض فوائدها التي تدخل في مجالات الحياة لدى الفرد والمجتمع منها:

- إن كثيراً من الأشخاص لا يتمكنون من ممارسة أي عمل ما خارج المنزل، ولكن مع وجود هذه



لهم فرصة كبيرة جداً لأن يتمكنوا من ممارسة أيّ
وذلك عبر استخدام هذه التكنولوجيا.
مع أيّ شخص كان وفي أيّ بلد من خلال مواقع هذه

- إتاحة الفرصة أمام الباحث الأكاديمي وتمكينه من البحث المتواصل من خلال اختصاصه، وشراء الكتب الإلكترونية.
- تسهيل المعاملات البريدية من خلال التّواصل بين المؤسّسات والاستغناء عن البريد اليدوي وذلك لسرعتها مما ساعدت على إنجاز المهام بصورة مرنة وبأقل جهد وكلفة.

التكنولوجيا فقد أتاحت
عمل من داخل المنزل
يمكن التّواصل والتّحدّث
التكنولوجيا.

أما السلبيات:

لا تخلوا التكنولوجيا المعاصرة من تأثيرات جانبية على الفرد والمجتمع وخصوصاً على الفئات العمرية منها في سن الخامسة إلى سن العاشرة من عمر الأطفال، والى فترة المراهقة وحتى مرحلة الشباب، بل حتى الكبار، مما جعل هذه الفئات تستخدم هذه التكنولوجيا المعاصرة وتجعلها جزءاً من حياتهم، وباتت تسيطر على قدراتهم الذهنية والعقلية والفكرية وتطبيقها على الواقع من خلال مشاهدة البرامج المتنوعة التي تحملها هذا التكنولوجيا من أفكار ورؤى سائدة غريبة فضلاً عن ضياع الوقت وعدم كيفية التعامل مع الوقت وهدر ساعات طوال.

وفي الآونة الأخيرة أيضاً قد لاحظنا غياب أو قلّة التّواصل الاجتماعي بين أفراد المجتمع بشكل عام والعائلي بشكل خاص، فهناك كثير منّا جعل هذه التّقنيّة الحديثة تسيطر عليه ويعدّها جزءاً لا يتجزأ منه.

أملنا بالشباب أن يتم استخدام التقنية لتسيير أمورهم وليس تعقيدها، وأن يأخذوا ما يفيدهم منها ويتركوا ما يضرهم وبالتالي يصبح لديهم متسع من الوقت لإدارة حياتهم الاجتماعية والتّواصل مع الآخرين.

أطعمة وممارسات تضرّ بصحة العظام

من المهم استهلاك الأطعمة التي تُساعد في الحفاظ على قوّة عظامك، ومن الضروري أيضاً معرفة الأطعمة التي قد تسبّب تلفها.

إ حسن قحطان

معظم الناس على دراية بالأطعمة التي يجب تناولها للحفاظ على العظام قوّة مثل الأطعمة الغنيّة بالكالسيوم لبناء العظام، وغيرها من الأطعمة المشابهة لمكافحة مرض هشاشة العظام. وبالمقابل، هناك عدد من الأطعمة والمشروبات التي تضرّ بصحة العظام كالوجبات الخفيفة شديدة الملوحة، والمشروبات الغازيّة التي تحتوي على نسبة عالية من السكّر، وبعض الأطعمة الأخرى التي قد تمنع جسمك من امتصاص الكالسيوم، وتقليل كثافة المعادن في العظام، فضلاً عن بعض الممارسات والعادات اليوميّة التي لا تعد مثالية لصحة العظام.

* أطعمة ضارّة بالعظام

لذا يحذّر المختصّون من الأطعمة والممارسات التالية التي تعد ضارّة لعظامك:

1: الأطعمة عالية الملوحة

كلّما زادت كمّيّة الملح التي تتناولها قلت كمّيّة الكالسيوم التي تستفيد منها، مما يعني أنّه ليس هناك دعم لعظامك، وهذه الأطعمة هي الخبز والجبن ورقائق البطاطس واللحوم المعلبة.

لا يتعيّن عليك التخلّص من الملح تماماً

في نظامك الغذائي، ولكن يجب

أن تستهلك أقل من ٢٣٠٠

مليغرام من الصوديوم

يوميّاً.



٢: المبالغة في تناول بعض المشروبات

مشروبات غازية كثيرة مثل الكولا قد تضر عظامك، كما أن الإكثار من شرب القهوة أو الشاي يمكن أن يسلب الكالسيوم من العظام.

٣: الأطباق المكوّنة من نخالة القمح مع الحليب من المعروف أن نخالة القمح صحيّة ١٠٠٪، لكن عندما تأكله مع الحليب فإن جسمك يمتصّ كمّيّات أقل من الكالسيوم، فإذا كنت أيضاً تتناول مكمّلاً من الكالسيوم فاترك ساعتين على الأقل بين النخالة وحبوب الكالسيوم.

* ممارسات ضارّة بالعظام

١: الاستلقاء مدّة طويلة

لا بأس بالاستلقاء أمام التلفاز والاستمتاع ببرنامجك المفضّل، ولكن من السهل قضاء ساعات طوال أمام الشاشة، التي قد تصبح عادة فتقلّل من حركة العظام، وبالتالي تفقد من قوتها وصحتها، لذا التمارين والحركة تجعل عظامك أقوى.

٢: ركوب الدراجة لأميال طويلة

عندما تقوم بركوب الدراجة لساعات طويلة سواء في العمل أو في عطلة نهاية الأسبوع يصبح قلبك ورتنك أقوى،

لكن ماذا بخصوص عظامك؟

ركوب الدراجة لا يزيد من

كثافة العظام، على عكس

المشي والجري

والمشي لمسافات

طويلة.

وإذا كنت

متسابقاً أو من

هواة ركوب الدراجات

فيجب إضافة بعض الأنشطة

الرياضية الأخرى إلى روتينك مثل

التنس، والمشي لمسافات طويلة والسباحة (مقاومة الماء تساعد عظامك).

٣: المكوث في المنزل لفترات طويلة

يحتاج جسمك للخروج من البيت فهو بحاجة إلى ضوء الشمس؛ ليصنع فيتامين (د) الذي يُعدّ عنصراً مهماً لصحة العظام، حيث يجب أن تتعرّض لأشعة الشمس فقط ١٠-١٥ دقيقة عدّة مرات في الأسبوع، ولكن يجب عدم المبالغة في التعرّض لمدّة طويلة لأشعة الشمس حيث يزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد.

يمكن أن يكون عمرك، لون بشرتك، الوقت من السنة أو المكان الذي تعيش فيه عائقاً أمام صنع فيتامين (د)، لذا أشعة الشمس يمكن أن تساعدك في ذلك.

أضف الحبوب والعصائر والحليب (بما في ذلك اللوز وفول الصويا والأرز وغيرها من أنواع الألبان النباتية، وكذلك الألبان قليلة الدسم) إلى نظامك الغذائي، واسأل

طبيبك إذا كنت بحاجة إلى

مكمّل فيتامين (د).

٤: التدخين

عندما تستشق دخان

السجائر بانتظام، لا يمكن

لجسمك تكوين أنسجة صحيّة

جديدة للعظام بسهولة، وكلّما زادت مدّة

تدخينك زاد الأمر سوءاً، ولكن إذا قمت بالإقلاع

عن التدخين فيمكنك تقليل هذه المخاطر،

وتحسين صحّة العظام على الرغم من أن الأمر

قد يستغرق سنوات عدة.

٥: الوصفات الطيبيّة

قد يكون لبعض الأدوية -خاصّة إذا كنت تتناولها

لمدّة طويلة- تأثير سلبي على عظامك، مثل بعض

العقاقير المضادّة لنوبات الصّرع والكورتيزونات مثل البريدنيزون التي يمكن أن تُسبّب فقدان العظام.

وتوصف هذه الأدوية المضادّة للالتهاب في حالات التهاب المفاصل الروماتويدي والذئبة والربو ومرض كرون.

٦: وزن أقل من الطبيعي

انخفاض وزن الجسم بحيث يصبح مؤشّر الجسم (١٨,٥) أو أقل يعني فرصة أكبر للكسر وفقدان العظام، وإذا كان وزنك أقل من الطبيعي فقم بتمارين حمل الأوزان، واسأل طبيبك إذا كنت بحاجة إلى مزيد من الكالسيوم في نظامك الغذائي، وإذا لم تكن متأكّداً من سبب نقص الوزن فاسأل طبيبك عن ذلك أيضاً، حيث يمكنك التّحقّق ممّا إذا كانت حالة اضطراب في الأكل أو حالة طبيّة أخرى هي السبب.

٧: التّعثر والسقوط

عندما تعثّرت وأنت طفل فمن المحتمل أنك استعدت صحّة عظامك بسرعة، لكن مع التّقدّم في السنّ يصبح السقوط أكثر خطورة، خاصّة إذا كانت لديك عظام ضعيفة، حيث يمكن للكسر أن يستغرق وقتاً طويلاً للشفاء عند البالغين الأكبر سنّاً، ويمكن أن يكون بداية تراجع تصعب العودة منه.

يمكنك تسهيل المشي في المنزل عن طريق الاستناد إلى القضبان، وفرش الحصى غير القابل للانزلاق، وإزالة العثرات من طريقك في الخارج والداخل لتجنّب التّعثر والسقوط.

المصادر:

1. Bad to the Bones: What to Avoid for Bone Health
2. 9 Foods That Are Bad for Your Bones



التوثيق الانتصارات

يُعدّ التوثيق مغذياً حيوياً لذاكرة الأمم، لا بل هو حاضنة الحقيقة الرئيسة التي يستند عليها الباحثون، ويتواصل معها الأفراد والجماعات من أجل ربط ماضي أمتهم بحاضرها من خلال وفرة المعلومات التي تتحوّل إلى مخطوطات، ومطبوعات، وبيانات ومذكرات أو كتب أو إلى توثيق تصويري، وآخر سمعي ومرئي.. فالتدوين والتوثيق كما يُقال هو (علم حفظ المعلومات وتنسيقها وإعدادها).

طارق الفانمي



إصدار أول وأكبر موسوعة توثيقية لفتوى الدِّفاع المقدَّسة بأربعة وخمسين مجلداً

إيماناً بدور الفتوى المقدَّسة للمرجعية الدينية العليا في حفظ العراق وأهله ومقدَّساته وتزامناً مع الذكرى الخامسة لصدورها، أنجزت العتبة العباسية المقدَّسة موسوعة فتوى الدِّفاع المقدَّسة؛ أول وأكبر موسوعة توثق فتوى المرجعية الدينية العليا المتمثلة بسماحة المرجع الديني الأعلى سماحة السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله)، التي استجاب لها أبناء الشعب العراقي من كل محافظات العراق ملتحقين بجبهات القتال مدافعين عن الأرض والعرض مليين نداء مرجعه؛ لدحر الإرهاب الداعشي.

هذه الموسوعة جاءت في أربعة وخمسين مجلداً احتوت كل ما يتعلق بالفتوى منذ أن انطلقت في الصحن الحسيني الشريف وعلى لسان المتولي الشرعي للعتبة الحسينية المقدَّسة سماحة الشيخ عبد المهدي الكربلائي (دام عزه) مروراً باستجابة العراقيين للفتوى والأحداث الأخرى، والعمليات العسكرية وتحرير الأراضي، وتشكيل اللجنة العليا للدعم اللوجستي ولجان إغاثة النازحين.

كما تناولت هذه الموسوعة دور العتبات المقدَّسة والحوزة العلمية والمؤسسات الحكومية وغير الحكومية في دعم هذه الفتوى وعلى رأس هذه المؤسسات مؤسسة العين للرعاية الاجتماعية التي ترعاها المرجعية العليا فضلاً عن دور المواكب الحسينية في إسناد المقاتلين وتقديم الدعم اللوجستي لهم، كما وثقت هذه الموسوعة عملية إغاثة النازحين.

وتناولت هذه الموسوعة إلى الدور الإعلامي في المعركة وعملية توثيق العمليات العسكرية للمقاتلين الأبطال في سوح القتال بالإضافة إلى الصدى الإعلامي للفتوى المباركة والعمليات العسكرية وعمليات الإغاثة، كل هذا وأكثر تناولته هذه الموسوعة بشكل موسع ودقيق جداً لتكون هذه الموسوعة ذاكرة للأجيال القادمة لتقرأ وتطلع أن العراق كان على حافة الهاوية وهناك يد رحيمة ومباركة أنقذته بهذه الفتوى.

وإقامة المهرجانات التي ربما تترك أثراً أنياً على الرغم من أهميتها.

فنحن لظالمنا اختلفنا في مسائل كثيرة في التاريخ؛ لأن نقلها لم يكن صحيحاً، فأصبح كل طرف ينسبها لطرف آخر، ومن شخص لآخر وبتحريف بعيد عن الحقيقة.. إذ إن تداول الأحداث لا بد أن يكون موثقاً، وهناك نوافذ عديدة لهذا التوثيق مثل كتابة القصص والروايات أو من طريق إنتاج أفلام سينمائية تتناولها الأجيال ويفخر بها الأبناء؛ لأن ما سمعناه من قصص إنسانية بطولية تستحق الوقوف عندها طويلاً مثلما تصلح أن تكون مادة توثيقية مهمة؛ لأن فيها دروساً عظيمة عن البطولات التي حققتها الجيش العراقي والحشد الشعبي ولوحات رائعة في صناعة الجمال وتعزيز روح الانتماء للوطن.. ولا نكتفي بذلك، بل نقيم متاحف خاصة لمقتنياتهم وصورهم ولكل ما له علاقة بهذه البطولات، فهناك كثير من الشعوب في العالم التي ناضلت من أجل حرّيتها ودخلت حروباً كثيرة قد وثقت وكتب ما تعنقه مفخرة لتراثها ولأجيالها بعد دخولها لحروب عديدة. وعلى مراكز الدراسات والبحوث أن تتبنى طباعة ما تجود به قريحة كتاب القصة والرواية والأفلام ودعمها وأن يكون هناك تفكير جدّي ومدعوم بتأسيس مركز يُعنى بتوثيق بطولات الحشد الشعبي، وهذا ليس بالأمر العسير، فهو يُعدّ تشجيعاً وعنصراً جاذباً لمن يمتلك المعلومة والقدرة على كتابة شذرات متوهجة لسفر الجهاد المحمّدي ويُسهّم في صناعة جيل يعتزّ بمرجعياته وبوطنيته، وبحبه لبلده ومقدَّساته وكيف انتفض الشرفاء للدفاع عن الأرض والعرض والشرف والكرامة بإيمان قويّ وعقيدة راسخة، ومن كل الطوائف من أجل مستقبل الأجيال القادمة.

وما نشهده اليوم من نجاحات تحقّقها قوّاتنا المسلّحة من الجيش والشرطة، وقوّات الحشد الشعبي على زمر الإرهاب (الداعشي)، يدفعنا إلى استثمار هذا العلم وتوثيق هذه البطولات والاندفاع العاليي للالتحاق في صفوف المواجهة الشريفة، التي جاءت لتبليّة لنداء الوطن والمرجعية الدينية العليا التي نادى بالوجوب الكفائي لحماية أرض العراق وشعبه ومقدَّساته وتراثه.

وقد أكد المتوليّ الشرعيّ للعتبة العباسية المقدَّسة سماحة السيد أحمد الصافي (دام عزه) ضرورة توثيق الانتصارات والمواقف الإنسانية التي جاءت بعد الفتوى التي صدرت من المرجعية الدينية العليا، ولا بد أن يكون هناك حرص على مسألة التوثيق وكتابة أيّ شيء عن هذه المعارك؛ لأن التوثيق شاهد حيّ نحتاجه لبيان بسالة وشجاعة هؤلاء الأبطال الذين يقاثلون، وأيضاً لبيان حسّة ودناءة الطرف الآخر الدواعش.

إذن، علينا أن لا نكون مستهلكين للخطابات الإعلامية فقط في نقل حقيقة الانتصارات، بل لا بد وأن تكون هناك كتب ومدونات تؤرّخ وتوثق هذه الانتصارات.. وما ذكره السيّد الصافي دفعني إلى أن أساءل مع نفسي: لماذا نتفاخر ببطولات البابليين والسومريين، ولا نكتب عن بطولات تاريخنا المعاصر ونتفاخر بها؟ ألسنا امتداداً لهم؟ ألسنا أبناء هؤلاء وامتداداً طبيعياً لعظماء تاريخنا؟

إذن، علينا أن نكون منصفين في التوثيق وخاصة نشر وتوثيق (ثقافة الانتصار) التي يجب أن تسود لتصبح ظاهرة من ظواهر الوعي المجتمعي، ولاسيما ونحن نمتلك كل ما توصل إليه العلم الحديث من وسائل وتقنيات يمكن لها أن تفجّر ثورة في عالم التوثيق والأرشفة، وأن لا نكون شفاهيين، ونكتفي بتداول الأحداث وكتابة التقارير الصحفية

الشباب والسهر

هياة التحرير



ومتابعة كالقلق أو الاكتئاب أو التوتر. إن عدم أخذ القسط الكافي من النوم يؤدي إلى ظهور أعراض منها: التعب، القلق، التوتر العصبي، ضعف التركيز، سرعة الغضب، وبعض المشكلات الجلدية كالبتور... الخ. كما أنه يؤدي إلى خلل في جهاز المناعة، حيث إن جهاز المناعة يُصاب بالتشويش عند حدوث اختلاف في الدورة اليومية لساعات اليقظة وساعات النوم، ويؤدي أيضًا إلى تشوهات نتيجة الجلوس لفترات طويلة أمام التلفاز مثلاً، ومن نتائج الواضحة حدوث اسوداد تحت العينين، وأما ضرر السهر على الدماغ فقد أظهرت دراسة أجراها باحثون من جامعة (بيرمنغهام) البريطانية، أن طبيعة عمل الدماغ تختلف بين من يستيقظون مبكراً ومن ينامون حتى ساعات متأخرة.

فقد أجرى الباحثون دراسة مسحية لمتابعة إشارات الدماغ للأعضاء المختلفة في الجسم بين مجموعتين؛ الأولى تضم من ينامون في وقت متأخر (الثانية والنصف فجراً) ويستيقظون بعد العاشرة صباحاً، والثانية تشمل من ينامون قبل الحادية عشرة مساءً ويستيقظون قبل السابعة صباحاً.

وبيّنت الدراسة أن الفريق الأول الذي ينام متأخراً فقد قام المخ بإرسال إشارات أقل، خصوصاً في المناطق المخصصة للإدراك والوعي، كما أنهم أيضاً عانوا من ضعف التركيز وبطء ردود الفعل وشعور متزايد بالرغبة في النوم، ورَجَّح الخبراء أن هذه الأعراض تنتج عن الضغوط التي يعاني منها هؤلاء خلال يومهم في العمل.

إن النوم ليلاً أفضل للصحة العامة للأشخاص، وأن السهر فترات طويلة من الليل والنوم بالنهار عكس الطبيعة البشرية، ويسبب أضراراً كبيرة على القدرات العقلية وكل أجهزة الجسم، حيث رصدت الأبحاث قرابة ٧٥٪ من الشباب يفضلون السهر بالليل، وهذا عدد كبير من الشباب ونسبة تؤثر لحدوث مشاكل كبيرة في المستقبل، كما أنه يضعف عضلات الجسم كلها بشكل تدريجي وملحوظ، ويسهم في إصابة هذه العضلات بالترهل والتراخي، وينعكس ذلك على شكل الجسم ويصبح مترهلاً وغير متناسق.

تبدل الحال وأصبح الليل نهاراً لدى كثير من الشباب، فهم يسهرون طوال الليل، ويخلدون للنوم مع بزوغ الصّباح، ويقضون طوال النهار في النوم، وأسهم في ذلك انتشار أجهزة المحمول الحديثة، حيث يُفضّل الشباب الجلوس لمتابعة وسائل التواصل الاجتماعي لفترات طويلة، وهم لا يشعرون بمرور الوقت.

بعض الشباب يشاهد الفضائيات أو الأفلام والمسلسلات التي لم يشاهدها عبر المواقع المتخصصة، والبعض يظل يتحدث في التلفزيون لساعات طويلة من الليل، ومع السهر يتناول الشخص كثيراً من الأطعمة والمسليات، ومعظم هذه المسليات تُسبب السمنة وزيادة الوزن، ونتيجة هذه الأحوال المعكوسة يحدث اضطراب كبير في معظم أجهزة الجسم؛ لأن أوقات الوجبات الغذائية تبدلت وتغيّرت، وضاعت مواعيد الغذاء المناسبة مع الطبيعة البشرية، وبالتالي حدث خلل واضطراب كبير في الجهاز الهضمي للشخص.

قد يكون السهر انعكاساً وهروباً من واقع نعيشه، أو تغطية لمشاكل معيّنة؛ كأن تكون هناك مشاكل في العمل، الدراسة، الزواج... الخ ويتحوّل هذا الواقع وتلك المشاكل بالهروب منها كأن نقضي ساعات طوال أمام التلفاز أو جهاز الكمبيوتر، كما قد يكون تعبيراً عن اضطراب نفسي يحتاج معالجة





مناسبات شهر محرم الحرام

اليوم الأول: بداية المحاصرة على النبي ﷺ في شعب أبي طالب ﷺ، سنة ٢ قبل الهجرة .

اليوم الثاني: في نهار هذا اليوم وصل الإمام الحسين ﷺ أرض كربلاء سنة ٦١ هـ

اليوم الثالث: ورد عمر بن سعد -عليه اللعنة- إلى أرض كربلاء مع أربعة آلاف مقاتل.

اليوم العاشر: واقعة الطف الأليمة واستشهاد الإمام الحسين ﷺ سنة ٦١ هـ .

اليوم الثاني عشر: دخول سبايا أهل البيت ﷺ إلى الكوفة سنة ٦١ هـ .

اليوم الثالث عشر: دفن الأجساد الطاهرة لشهداء الطف ﷺ سنة ٦١ هـ .

اليوم التاسع عشر: في هذا اليوم سيرت عيالات الحسين ﷺ السبايا من الكوفة إلى الشام.

اليوم الثالث والعشرون: في مثل هذا اليوم من سنة ١٤٢٧ هـ حدثت فاجعة تفجير مرقد وقبة الإمامين العسكريين ﷺ على يد النواصب.

اليوم الخامس والعشرون: استشهاد الإمام زين العابدين ﷺ في المدينة المنورة سنة ٩٥ هـ على رواية.

مناسبات شهر ربيع الأول

اليوم الأول: واقعة صفين ٢٧ هـ .

دخول سبايا أهل البيت ﷺ إلى بلاد الشام سنة ٦١ هـ .

اليوم الثاني: شهادة زيد بن علي بن الحسين

ﷺ سنة ١٢١ هـ .

اليوم الثالث: ولادة الإمام محمد الباقر ﷺ

سنة ٥٧ هـ على رواية .

اليوم الخامس: شهادة السيدة رقية بنت

الإمام الحسين ﷺ سنة ٦١ هـ .

اليوم السابع: شهادة الإمام السبط الحسن

بن علي المجتبى ﷺ سنة ٥٠ هـ .

اليوم الثامن: وفاة الصحابي الجليل سلمان

الفارسي-رضوان الله عليه- سنة ٢٥ هـ .

اليوم التاسع: شهادة الصحابي الجليل عمار

بن ياسر -رضوان الله عليه- سنة ٢٧ هـ في

معركة صفين.

واقعة النهروان سنة ٢٨ هـ .

اليوم الرابع عشر: شهادة محمد بن أبي بكر-

رضوان الله عليه- في مصر سنة ٢٨ هـ .

اليوم السابع عشر: شهادة الإمام علي بن

موسى الرضا ﷺ سنة ٢٠٢ هـ على رواية .

اليوم العشرون: ورود السبايا من آل بيت

الرسول ﷺ أرض كربلاء، سنة ٦١ هـ.

اليوم الثامن والعشرون: وفاة الرسول الأكرم

ﷺ سنة ١١ هـ .

اليوم الخامس: توفيت السيدة سكينه بنت

الإمام الحسين ﷺ سنة ١١٧ هـ .

اليوم الثامن: شهادة الإمام الحسن العسكري

ﷺ سنة ٢٦٠ هـ.

وهو أول يوم من أيام إمامة صاحب الأمر ﷺ

اليوم العاشر: زواج النبي ﷺ من السيدة

خديجة بنت خويلد ﷺ.

اليوم السابع عشر: ولادة الرسول الأعظم

محمد بن عبد الله ﷺ في مكة المكرمة سنة

٥٢ قبل الهجرة على رواية.

ولادة الإمام جعفر بن محمد الصادق ﷺ

سنة ٨٢ هـ.

اليوم السادس والعشرين: في سنة ٤١ للهجرة،

إبرام معاهدة الصالح بين الإمام الحسن

المجتبى ﷺ، ومعاقبة بن أبي سفيان -عليه

اللعنة-.

مناسبات شهر ربيع الثاني

اليوم الثامن: شهادة سيدة نساء العالمين

فاطمة الزهراء ﷺ، سنة ١١ هـ، على رواية.

اليوم العاشر من شهر ربيع الثاني: في مثل

هذا اليوم من سنة ٢٢٢ للهجرة كان مولد

الإمام الحسن العسكري ﷺ.

وفي مثل هذا اليوم من سنة ٢٠١ للهجرة وفاة

السيدة فاطمة المعصومة بنت الإمام موسى

بن جعفر ﷺ.

مناسبات شهر ربيع الأول

اليوم الأول: مبيت أمير المؤمنين ﷺ على

فراش رسول الله ﷺ.

اليوم الثالث: ضربت الكعبة بالمنجنيق سنة

٦٤ هـ، وأحرقت، بأمر من يزيد عليه اللعنة.





الاعتماد الأكاديمي

- ريادة التعليم الجامعي في العراق
 - مختبرات تعليمية متطورة
 - قاعات دراسية حديثة مكيفة
 - سكن داخلي للبينين والبنات
 - خدمات الدعم الطلابي المتنوعة
 - ملاعب ومنشآت ترفيهية
 - مركز متخصص بمصادر التعلم والمعرفة
- تضم الجامعة كليات (الطب، طب الأسنان، التمريض)