

# لِكْفَيْلِمَا



اسبوعية ثقافية يصدرها قسم الشؤون الفكرية والثقافية / شعبة الاعلام / وحدة الدراسات والنشر في العتبة العباسية المقدسة

يا ابن الرضا يا رضا المرضى، ان شفقتك عند الله

## الجنة ونعيمها

إعداد/ منير الحزامي

ذكرنا سابقاً بعض الم لذات والنعم الجسمانية والروحية في الجنة.. ولا شك أن ذكرها من الطرق الجيدة لإصلاح النفس وتهذيبها.. ولذا نجد أن تلامذة الأئمة عليهم السلام كانوا يطلبون منهم أن يرغبوهم في الجنة ويشوقوهم إليها.. فعن أبي بصير قال: قلت لأبي عبد الله الصادق عليه السلام: جعلت فداك.. شوقني إلى الجنة.

فقال عليه السلام: «يا أبا محمد... إن أدنى أهل الجنة منزلاً لو نزل به أهل الثقليين الجن والإنس لوسعهم طعاماً وشراباً ولا ينقص مما عنده شيء.. وإن أسير أهل الجنة منزلةً من يدخل الجنة فيرفع له ثلاث حدائق، فإذا دخل أدناهن رأى فيها من الأزواج والخدم والأنهار والأثمار ما شاء الله مما يملأ عينه قره، وقلبه مسرةً، فإذا شكر الله وحمده قيل له: ارفع رأسك إلى الحديقة الثانية.

فيقول: أعطني هذه.

فيقول الله تبارك وتعالى: إن أعطيتك إياها، سألتني غيرها؟ فيقول: ربّ هذه، هذه. فإذا هو دخلها شكر الله وحمده.

ويكمل عليه السلام: «فيقال: افتحوا له باب الجنة، ويقال له: ارفع رأسك هذه الحديقة الثالثة، فإذا فُتح له باب من الخلد، ويرى أضعاف ما كان فيه.. فيقول عند تضاعف مسرّاته: ربّ لك الحمد الذي لا يُحصى إذ مننت عليّ بالجنان ونجيتني من

النيران...». (أمالي الصدوق: ٧٠٤)

## السيد محمد العطار

استمر التنزيل التدريجي للقرآن الكريم طيلة ٢٣ سنة وهي المدة التي قضاها النبي صلى الله عليه وآله في أمته منذ بعثته إلى وفاته، فقد بعث صلى الله عليه وآله لأربعين سنة ومكث بمكة ١٣ سنة يوحى إليه، ثم هاجر إلى المدينة وظل فيها ١٠ سنين والقرآن يتعاقب ويتواتر عليه حتى مات وعمره الشريف ٦٣ سنة.

وقد امتاز القرآن عن الكتب السماوية السابقة عليه بإنزاله تدريجاً، وكان لهذا التدرج أثر كبير في تحقيق أهدافه وإنجاح الدعوة وبناء الأمة، كما أنه كان من آيات الإعجاز في القرآن الكريم، ويتضح كل ذلك في النقاط التالية:

١- مرت على النبي صلى الله عليه وآله والدعوة حالات مختلفة جداً خلال ٢٣ سنة تبعاً لما مرت به الدعوة من محن وقاسته من شدائد، وهي حالات يتفاعل معها الإنسان وتنعكس على روحه وأقواله وأفعاله ويتأثر بأسبابها وظروفها.

ولكن القرآن الذي واكب تلك السنين بمختلف حالاتها في الضعف والقوة في العسر واليسر والتنزيل تدريجاً خلال تلك الأعوام كان يسير دائماً على خطه الرفيع، لم ينعكس عليه أي لون من ألوان الانفعال البشري الذي تثيره تلك الحالات، وهذا من مظاهر الإعجاز في القرآن التي تبرهن على تنزيله من لدن علي حكيم.

( ينظر : علوم القرآن ، للحكيم )

تتمة في العدد القادم

## كيف تحصل

### على نوم عميق؟

إعداد / المحرر

- ما تشعر به خلال يومك يعتمد بشكل كبير على جودة النوم الذي حصلت عليه في الليل. وبالمثل، المشكلات التي تواجهها أثناء النوم تجد حلها بتغييرات بسيطة في روتين يومك، وللحصول على نوم عميق باسترخاء..
- فالنصائح التالية تساعدك في الحصول على الراحة القصوى خلال الليل، وبالتالي تزيد طاقتك وإنتاجيتك وأداءك الذهني والجسدي خلال اليوم:
- حدد الساعات النوم التي يحتاجها الجسم يومياً، وهي ٨ ساعات.
  - ابدأ بتحديد موعد للنوم، ليس مبكراً ولا متأخراً، وعود نفسك على التوقيت الجديد.
  - قاوم النعاس والنوم بعد الأكل بكل الطرق الممكنة، فإنه يزيد الوزن ويسبب الأرق الليلي الذي نسعى إلى التغلب عليه.
  - إن الجسم يفرز هرمون (الميلاتونين) ليلاً في الظلام بنسبة كبيرة لذا ننام جيداً، وفي النهار تقل نسبة الإفراز فنصبح نشطاء.. فترى أن العمل لساعات طويلة في المكاتب المغلقة والبعيدة عن الضوء الطبيعي تزيد من
- إفرازه فيسبب الكسل، وأن التعرض للإضاءة القوية في الليل من أي مصدر يقلل من إفراز الهرمون فيسبب الأرق. ولذا يجب قضاء فترة الراحة في العمل في مكان مفتوح أو معرض للضوء الخارجي.
- مارس التمارين الخفيفة من ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة بشكل يومي.
  - اكتب ما عليك فعله في اليوم التالي في ورقة وضعها جانبك، وتوقف عن التفكير في هذه المهام إلى أن يحين وقتها.
  - خذ نفساً عميقاً بتكرار قبل النوم لتخلصك من أي توتر، ثم اغلق العينين وتخيل مكاناً هادئاً يبعث على الطمأنينة والاسترخاء.
  - اضبط درجة الحرارة بحيث تكون باردة قليلاً ومعتدلة.
  - إذا كنت تشعر بالآلام في الظهر أو الرقبة في الصباح، فغيّر الوسادة؛ لحماية فقراتك والحصول على النوم مريح.
  - لا تتناول الوجبات الدسمة أو المشروبات المنبهة أثناء الليل لثلاث ساعات نومك ويضر بصحتك.



**السؤال:** ما هي الشروط في التيمم؟ على الأحوط لزوماً.

**الجواب:** يشترط في التيمم أمور:

(١) أن يكون المكلف معذوراً عن الطهارة المائية، للضرب، أو الوضع.

فلا يصح التيمم في موارد الأمر بالوضوء أو (٩) الترتيب بين الأعضاء.

الغسل. (١٠) الموالة، والمناطق فيها أن لا يفصل بين

(٢) إباحة ما يتيمم به. الأفعال ما يخل بهيئته عرفاً.

(٣) طهارة التراب ونحوه، والأحوط وجوباً اعتبار (١١) المباشرة مع التمكن منها.

الطهارة في الشيء المغبر أيضاً، كما أن الأحوط (١٢) أن يكون التيمم بعد دخول وقت الصلاة

لزوماً أن يكون ما يتيمم به نظيفاً عرفاً.

على الأحوط استحباباً، وإن كان يصح قبله أيضاً مع عدم

رجاء زوال العذر في الوقت، (٤) أن لا يمتزج بغيره مما

وأما مع رجاء زواله فلا يجوز لا يصح التيمم به كالتبن

أو الرماد. نعم، لا بأس بذلك إذا كان المزيج أو الرماد. نعم، لا بأس بذلك إذا كان المزيج

مستهلكاً. مستهلكاً.

(٥) طهارة أعضاء التيمم على المشهور، ولكن طهارة أعضاء التيمم على المشهور، ولكن

الظاهر عدم اعتبارها. نعم، يعتبر أن لا تكون الظاهر عدم اعتبارها. نعم، يعتبر أن لا تكون

النجاسة حائلة، أو متعدية إلى ما يتيمم به. النجاسة حائلة، أو متعدية إلى ما يتيمم به.

(٦) أن لا يكون حائل بين الماسح والممسوح. (٦) أن لا يكون حائل بين الماسح والممسوح.

(٧) أن يكون المسح من الأعلى إلى الأسفل (٧) أن يكون المسح من الأعلى إلى الأسفل

(من الموقع الإلكتروني لمكتب سماحة السيد السيستاني دام ظلته)

الاختيار للإنسان بأن يختار ما اختاره الله تعالى له، فإن القواعد الإلهية مبنية على أساس ﴿فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ﴾، ولكن يحذرنا: ﴿إِنَّا أَعْتَدْنَا لِلظَّالِمِينَ نَارًا﴾ (الكهف: ٢٩).

ولا تنسى العاقبة بأن المخالف لأمر الله هي: ﴿اسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِينَ﴾. ولا يكون المخالف كافراً فحسب بل ﴿وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُهِينًا﴾ (النساء: ١٥١).

مع العلم بأنه وإن كانوا ﴿يُرِيدُونَ أَنْ يُطْفِئُوا نُورَ اللَّهِ بِأَفْوَاهِهِمْ﴾ لكن الله عز وجل يخاطبهم: ﴿وَيَأْبَى اللَّهُ إِلَّا أَنْ يُتَمَّ نُورُهُ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ﴾

(التوبة: ٣٢)، ويتم نور الله بظهور إمامنا صاحب العصر والزمان ﷺ، جعلنا الله جميعاً من أنصاره أبدأً ووفقنا الله به للعلم والعمل الصالح والخلص من المخزيات والعادات السيئة إلى أبد الأبد.

عرفنا في الحلقة السابقة أن الصراط المستقيم، الذي يحقق لنا هدف الحياة - لقاء الله - هو التمسك بالثقلين، كتاب الله وعترة النبي محمد ﷺ، ولا يحق لنا النقاش والجدال في هذا الأمر؛ لأن الله سبحانه خالقنا ونحن عبده وهو الحكيم المطلق، ولا يكون اختيار الحكيم عبثاً.

ونحن نعلم بوجودنا بأننا لا نقدر تحديد ما هو الأصلح للأمة، ولكون الدنيا واحدة فلا يستطيع الإنسان أن يجعلها حقلاً للتجارب، ثم ما نلمسه من نقد وإبطال للنظريات السابقة جيلاً بعد جيل، علماً أن هذا أمر طبيعي..

ولذا لا يصح أن تختار الأمة سيدياً لها، فالله سبحانه قد نجانا من مهاوي سوء الاختيار، واختار لنا سيد الخلق محمد ﷺ، وبلغنا بوصية ربنا، باختياره الثقلين سبيلاً لتحقيق الهدف الأسمى للحياة وهو لقاء الله سبحانه، فيكون مطلق



# والله اعلم

إعداد / الشيخ عبد العباس الجياشي

كيف نتخلق بأخلاق الله؟

ومن موجبات العفو عن الآخرين: التعالي عن الأمور الحقيرة.. فالمؤمن مشغول بعالمه العلوي، فلا يكاد تشغله الأمور التافهة.. فما قيمة كلام بعض الناس الذي لا يكشف عن الواقع، ليتخذ منه موقفاً عدائياً يسلب منه نعمة العفو والسماح؟!

ومن موجبات العفو: الرغبة في إصلاح الآخرين.. فإن التجاوز عن أخطائهم درس عملي للتحلي بمكارم الأخلاق.. فإن الإنسان بطبيعته خاضع أمام الفضيلة وصاحب الفضيلة من دون أن يطلب ذلك بلسانه.

وتأكد حالة العفو على ذوي الحقوق؛ كالوالدين، والزوجة، ومن لهم حق الهداية والإرشاد.. فإنه من الإنصاف أن ننظر إلى الطرف المقابل بمجموع صفاته.. فلا نجعل إساءة واحدة تُنسبنا جميع الحقوق التي ينبغي مراعاتها في ذوي الحقوق.. إن هذا الإحساس -إذا ما تحلينا به- كفيل لترطيب العلاقات الاجتماعية والأسرية بما يمنع حدوث المشاكل المختلفة.. والذي يرحم العباد ويعفو عن الخاطئين منهم، فهو في معرض الرحمة الإلهية الغامرة.

إن من المفاهيم التي قد لا يستوعبها البعض، ضرورة التخلق بأخلاق الله تعالى، كما ورد عن النبي ﷺ.. بمعنى أن يكمل الإنسان جميع بذور الخير في نفسه، ليحولها إلى شجرة نامية في أعلى درجات النمو.. وهذا هو معنى الفناء في الله.

ومن الصفات والأخلاق الإلهية: صفة العفو والتجاوز عن الخطايا.. فالآيات الواردة في هذا الباب مذهلة، كقوله تعالى: ﴿قل يا عبادي الذين أسرفوا على أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعاً﴾.. وهذا هو كمال اللطف بحق العباد.. وما يشعر العبد بالخجل والتذلل.

ومن أجمل صور الرحمة: العفو عند المقدرة.. وهذا ما لاحظناه في حياة الرسول الأكرم ﷺ عندما فتح مكة ودخل فيها منتصراً، ونحن نعلم ما هي عادة المنتصرين عندما يفتحون مواقع أعدائهم.. إلا أن رسول الرحمة يصدر بياناً قائلاً: «من ألقى السلاح فهو آمن.. ومن أغلق بابه فهو آمن.. ومن تعلق بأستار الكعبة فهو آمن».. فهل نرى في حياة الفاتحين مثل هذه الصورة من السماح والعظمة؟!

## وصايا الطاهرين

**عن عمار بن موسى الساباطي قال: كنت عند أبي عبد الله عليه السلام فقال رجل:**

اللهم صل على محمد وأهل بيت محمد، فقال له أبو عبد الله عليه السلام: «يا هذا، لقد ضيقت علينا، أما علمت أن أهل البيت خمسة، أصحاب الكساء»، فقال الرجل: كيف أقول؟ قال عليه السلام: «قل: (اللهم صل على محمد وآل محمد) فنكون نحن وشيعتنا قد دخلنا فيه».

## الإسراف والتبذير

❖ مقتنيات من محاضرات الشيخ حبيب الكاظمي

عبارة عن هذه الساعات التالفة؟.. إن هناك عدة أبواب للاستثمار، منها :

- **القراءة..** كقراءة القرآن الكريم، وقراءة كل ما ينفع الإنسان لندياه وآخرته.. فإن المؤمن في أيام حياته لا بد أن يقرأ الألفاظ الصعبة في القرآن الكريم ويفهم معناها.. من تلك الألفاظ: ﴿تَلَكَّ إِذَا قَسَمَ ضَيْرَى﴾، ﴿وَفَاكِهَةً وَأَبًّا﴾.. وفي الصلاة نردد: (سمع الله لمن حمده)..! لماذا (سمع لمن)، وليس (سمع من)؟.. وما معنى الصلاة على محمد وآل محمد؟.. و﴿اللَّهُ الصَّمَدُ﴾، و﴿لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ﴾؟.. فليجعل الإنسان في بيته القرآن المفسر البسيط، ويقرأ كل يوم آية، وبذلك

يختم القرآن في سنة، من حيث المعنى.

- **الذكر..** والذكر قسمان: ذكر لفظي وذكر قلبي.. لا بأس للمؤمن أن يتخذ ورداً

معيناً بين وقت وآخر؛ ويلتزم به.. كل أربعين يوماً ويلتزم به خلال ذهابه وإيابه.. ومن أفضل الأذكار سورة التوحيد، ولو اتخذ المؤمن من هذه السورة ورداً، لأصبح ثرياً.. حيث إن كل ثلاث سور بمثابة ختمة.

إن هنالك مالاً مُسرفاً فيه، ومالاً مبدراً به.. فالإنسان تارة يُسرف: بمعنى أنه يشتري طعاماً مثلاً، ولكن يشتري زيادة عن حاجته.. وتارة يبذر: أي أنه يشتري ما لا يحتاج إليه، ويجعل ماله في غير موضعه؛ فهؤلاء عبر عنهم القرآن الكريم بأنهم ﴿إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾.. فإذا كان صرف المال الفاني في غير محله يعد تبذيراً، ويجعل الإنسان من إخوان الشياطين؛ فكيف بما هو أرقى من المال، عندما يُصرف في غير محله، ألا وهو (العمر) و (الوقت)؟!..

إن القسم الجاد في حياتنا، يكاد ينحصر في الحضور إلى المسجد، والوقوف للصلاة بين يدي الله سبحانه..



وإلا فإن الأعمار في تلف مستمر، ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ﴾.. فبعض الناس يمضي عدة ساعات في سيارته يومياً، والبعض الآخر قد يمضي

ساعات من الانتظار في طوابير الشراء.. وبعض الحالات قد تكون قسراً دون اختيار الإنسان.. ولكن أحياناً بسوء اختيار يمضي الإنسان ساعات في النظر إلى التلفاز، دون الاستفادة من ذلك لندياه أو لآخرته.

فماذا نعمل في معظم ساعات العمر، التي هي

إيماناً منها بضرورة التعاهد والتواصل مع السيرة العطرة لأئمة أهل البيت عليهم السلام، وارتشاف المعين الصافي من تراثهم الأصيل، وحرصاً منها على رفد المكتبة الإسلامية على الدوام بكل ما هو غني ومفيد، ودعماً منها للحركة العلمية والفكرية والثقافية التي تشهدها العتبات المقدسة.

تقيم الأمانة العامة للعتبة العباسية المقدسة مسابقة في التأليف لأفضل ثلاثة كتب تؤلف بحق الإمام الحسن المجتبي عليه السلام.

### شروط المشاركة

- 1- أن يكون البحث غير مطروح سابقاً، وأن لا يكون قد نُشره أو طباعته، أو طباعته جزء من أجزائه سابقاً.
- 2- أن لا يعتمد الكاتب على شواذ الأخبار والروايات في كتابة بحثه.
- 3- أن لا يكون أسلوب الكاتب استفزازياً لبقية المذاهب.
- 4- أن يكون البحث موافقاً للمعايير العلمية في كتابة البحوث.
- 5- يقدم كل مشارك في المسابقة سيرته الذاتية، ورقم الموبايل.
- 6- أن لا تقل صفحات الكتاب عن (٢٠٠ - ٣٠٠) صفحة A4 حجم الخط ١٤ على ان تكون النسخة مطبوعة والكترونية وعلى برنامج (Word).

تكون الجائزة الواحدة  
٨,٠٠٠,٠٠٠ للثلاثة الأوائل  
ثمانية ملايين دينار عراقي

### التعليمات

- 1- تسلم المشاركات إلى قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة العباسية المقدسة / شعبة الإعلام / وحدة الدراسات، أو عن طريق البريد الإلكتروني [info@alkafeel.net](mailto:info@alkafeel.net). وذلك ابتداءً من يوم: ١ / شوال / ١٤٣٤ هـ.
- 2- آخر موعد لإستلام المشاركات يوم: ٣٠ / جمادى الآخرة / ١٤٣٥ هـ.
- 3- يتم الإعلان عن الفائزين الخمسة في مهرجان ولادة الإمام الحسن المجتبي السنوي السابع المقام في مدينة الحلة والمصادف يوم: ١٤ رمضان ١٤٣٥ هـ.
- 4- تحتفظ أمانة العتبة العباسية المقدسة بجميع المشاركات، ولا تلتزم بإعادتها إلى أصحابها.
- 5- تشكل لجنة عليا لتقييم المشاركات وإعلان النتائج.
- 6- إذا لم ترُق المسابقة إلى المستوى المطلوب فلجنة الحق في حجب الجائزة.
- 7- لأمانة العتبة العباسية المقدسة حق الاحتفاظ بنشر البحوث المقدمة.
- 8- للإستفسار عن المسابقة يرجى الإتصال بالرقم التالي: ٠٧٧١٧٠٤٧٦٦١

تنبيه: تحتوي النشرة على أسماء الله تعالى والمعصومين عليهم السلام، فالرجاء عدم إلقاءها على الأرض. كما ننوه بأنه لا يجوز شرعاً لمس تلك الكلمات المقدسة إلا بعد الوضوء والكون على الطهارة. كما نرجو من الإخوة المؤمنين المحافظة على النشرة وعدم استخدامها لِحجز مكان لصلاة الجماعة أو الزيارة، فإنها تتعرض للإهانة بسبب سحقها بالأقدام نتيجة لعدم الانتباه لها.

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد ١٣٢٠ لسنة ٢٠٠٩

زوروا على الموقع [www.alkafeel.net](http://www.alkafeel.net). راسلونا على [nashra@alkafeel.net](mailto:nashra@alkafeel.net)

تحرير: السيد محمد العطار / منير فاضل الحزامي - التدقيق اللغوي: مصطفى كامل الضفاجي - التصميم والإخراج: أحمد السيلوي