

58

عقود العرب

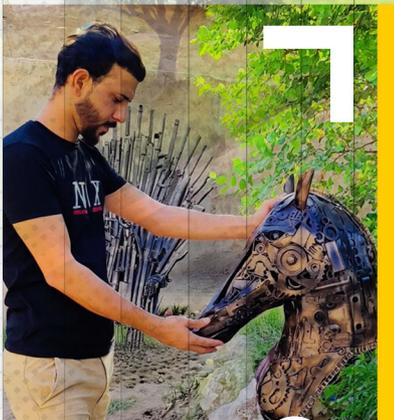
مجلة فصلية اجتماعية فكرية تُعنى بالشباب



التقنيات الحديثة
في التعليم



التعامل مع الفشل



من الخردة إلى التحف الفنية



تراثنا هويتنا

فن التعامل مع زملاء العمل

التواصل الاجتماعي وثقافة التفاهة

قوة الحوار
في بناء المجتمعات وتجاوز الخلافات

السايبيركوندريا (Cyberchondria)
القلق الصحي في العصر الرقمي

بناء الإنسان وتربيته في نهج البلاغة

الانحرافات المجتمعية
وتأثيرها على
النسيج الاجتماعي



المَجَلَّةُ الْعِبَّاسِيَّةُ الْمُقَدِّسَةُ قِسْمُ الشُّؤْنِ الْفِكْرِيَّةِ وَالثَّقَافِيَّةِ

مجلة فصلية اجتماعية فكرية تُعنى بالشباب
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية
مركز الفكر والإبداع
شوال ١٤٤٦هـ / نيسان ٢٠٢٥ م
العدد ٥٨

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

الإشراف العام

عقيل عبد الحسين عيسى

رئيس التحرير

رضوان عبد الهادي

سكرتير التحرير

محمد يوسف السعدي

مدير التحرير

حيدر فائق هادي

هيئة التحرير

حيدر محمد صالح

أحمد نعمة

حسين صباح العكيلي

التدقيق اللغوي

علي هاشم الحسيني

المشاركون في هذا العدد

نجاح العرسان

الشيخ عبدالرزاق فرج الله الاسدي

امجد رمزي

د. عمار حسن الخراعي

علي مؤيد

محمد الطالب

التصميم والإخراج

علي طالب

مصطفى محمد

الموقع

والبريد الإلكتروني

info@alkafeel.net

ataa@alkafeel.net

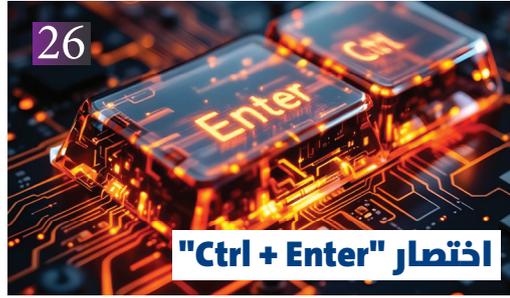
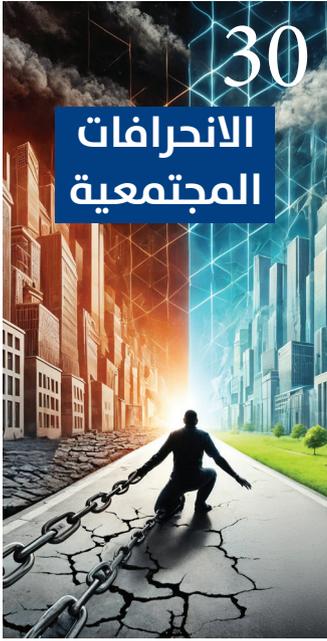
مشاريع العطاء

التعاون والتواصل وتقديم الأفكار ورئاسة فرق العمل مشاريع مهمة، لكنها تحتاج خبرة وحرفية عالية وتفاني وقليل من التضحية ونكران الذات، ومواكبة للتطور في استخدام وسائل التواصل وانعدام المزاجية والمحسوبية والعلاقات الشخصية، ومن طبيعة الإنسان أن يحاول المحافظة على موقعه في إدارة المشاريع أو تطويرها بوسيلة أو بأخرى.

وهنا نعطيه الحق إذا كان مؤهلاً للتطوير وإدارة المشروع، لكن إذا كان العكس وهو الحاصل في العديد من المواقع والمؤسسات حيث العقلية الإدارية البسيطة هي التي تتحكم بالموارد البشرية وبالطاقات التي من الممكن أن تحدث تغييراً نحو الأفضل، وأحياناً تضع العراقيل أمام المشاريع الواعدة والهادفة.

ومن هذا المنطلق أخذت مجلة عطاء الشباب على عاتقها تسليط الضوء على الشباب المتميز والمبدع في جامعاتنا العراقية، منهم المصور والكاتب والرسام والخطاط وغيرها من الهوايات والحرف، فكانوا ضيوفاً في مجلة عطاء الشباب عرضوا تجاربهم ومشاريعهم التي تسهم في بناء الفرد والمجتمع.

رئيس التحرير



نصائح المرجع الديني الأعلى السيد علي السيستاني (دام ظلّه) للشباب المؤمن

أن يتحلّى المرء بروح التعلّم وهمّ الازدیاد من الحكمة والمعرفة في جميع مراحل حياته ومختلف أحواله، فيتأمل أفعاله وسجاياه وآثارها وينظر في الحوادث التي تدور حوله ونتائجها، حتى يزداد في كلّ يوم معرفة وتجربة وفضلاً.

إنّ هذه الحياة مدرسة متعدّدة أبعادها، عميقة أغوارها، لا يستغني المرء فيها عن التزوّد من العلم والمعرفة والخبرة، ففي كلّ فعل وحدث دلالة وعبرة، وفي كلّ واقعة رسالة ومغزى، تفصح لمن تأملها عما ينتمي إليه من الظواهر والسنن، وتؤثّل ما يناسبها من العظات والعبر، فلا يستغني المرء فيها عن التزوّد من العلم والمعرفة والخبرة حتّى يلقى الله سبحانه، وكلّمه كان المرء أكثر تبصراً أغناه ذلك في معرفة الحقائق عن مزيد من التجارب والأخطاء. وقد قال تعالى: ﴿وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ (البقرة: ٢٦٩)، وقال

لنبيّه ﷺ ﴿وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾ (طه: ١١٤).
وينبغي للمرء أن يأنس بكتب ثلاثة يتزوّد منها بالتأمّل والتفكير: أوّلها وأولاهها: القرآن الكريم فهو آخر رسالة من الله سبحانه إلى خلقه وقد أرسلها إليهم ليشير دفائن العقول ويفجر من خلالها ينابيع الحكمة، ويلين بها قساوة القلوب، وقد بيّن فيها الحوادث ضرباً للأمثال، فعلى المرء أن لا يترك تلاوة هذا الكتاب على نفسه، ليشعرها أنّه يستمع إلى خطاب الله سبحانه له، فإنّه تعالى أنزل كتابه رسالة منه إلى جميع العالمين.
وثانيها: نهج البلاغة فإنّه على العموم تبيين لمضامين القرآن وإشاراته بأسلوب

بليغ يحفّز في المرء روح التأمل والتفكير والاتعاظ والحكمة. فلا ينبغي للمرء أن يترك مطالعته كلّما وجد فراغاً أو فرصة، وليشعر نفسه بأنّه ممّن يخاطب فيهم الإمام ﷺ كما يتمنّاه، وليهتمّ برسالته ﷺ إلى ابنه الحسن ﷺ فإنّها جاءت لمثل هذه الغاية. وثالثها: الصحيفة السجّادية فإنّها تتضمن أدعية بليغة تستمدّ مضامينها من القرآن الكريم، وفيها تعليم لما ينبغي أن يكون عليه الإنسان من توجّهات وهواجس ورؤى وطموح، وبيان لكيفيّة محاسبته لنفسه ونقده لها ومكاشفتها بخباياها وأسرارها، ولاسيّما دعاء مكارم الأخلاق منها.

الاستفتاءات الشرعية

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

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقُرْآنِ وَالْقُرْآنَ عَلَّمَ بِاللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ وَاللُّغَةَ الْعَرَبِيَّةَ عَلَّمَ بِالْحَرَفِ وَالْحَرَفَ عَلَّمَ بِالْيَدِ وَالْيَدَ عَلَّمَ بِالْأَمْرِ وَالْأَمْرَ عَلَّمَ بِالْحَقِّ وَالْحَقَّ عَلَّمَ بِالْحَقِّ وَالْحَقَّ عَلَّمَ بِالْحَقِّ وَالْحَقَّ عَلَّمَ بِالْحَقِّ



الغيبة

السؤال: إذا اغتاب شخص شخصاً آخر فهل يجب عليه أن يعتذر منه شخصياً أو يستغفر عن ذنبه؟

الجواب: الأحوط استحباباً الاستحلال من المغتاب أو الاستغفار له، بل لو عدّ الاستحلال تداركاً لما صدر منه من هتك حرمة المغتاب فألحوظ لزوم القيام به مع عدم المفسدة، ولا يجب أن يعرف المغتاب متعلق الإبراء وأنه عن أي شيء يحلله، إلا إذا كان هناك قرينة على عدم شمول الإبراء لمثل الغيبة المذكورة.

السؤال: إذا سمع الغيبة ولم يستطع نصر المستغاب فهل يجب عليه ترك المكان أم يبقى ويلتزم الصمت؟

الجواب: نعم يجب النهي عن الغيبة بمنطاط وجوب النهي عن المنكر مع

الجواب: ليس كذلك وإنما تجوز الغيبة فيما يتجاهر الفاسق فيه فالذي يعصي علناً لا يجوز ذكر عيوبه ومعاصيه التي تخفيها عن الناس.

السؤال: ما المقصود بالظالم الذي تجوز غيبته (فقد يكون الظلم شخصياً أو نوعياً) وعلى كلا رأيي الجواز مطلقاً أو بقصد الانتصار؟ وهل تجوز غيبته بقصد بث الشكوى لا بقصد الانتصار؟

الجواب: يجوز للمظلوم أن يغتاب الظالم بقصد الانتصار سواء أكان ظلمه مختصاً به أم ممّا يعمه وغيره، والأحوط ترك اغتيابه بقصد بث الشكوى من دون أن يكون للانتصار.

السؤال: غالباً ما ينتقد بعض الأشخاص أشخاصاً آخرين في غيابهم ليس بنية النيل منهم ولكن بهدف الإصلاح فهل يعتبر هكذا نقد غيبة ويأثم الفرد عليها؟

الجواب: لا يجوز إذا ذكر منه عيباً مستوراً كما لا يجوز الانتقاص إلا إذا ترتّب على ذلك مصلحة أهم.

السؤال: إذا استمع للغيبة وشك في أنّ المغتاب (المفعول) متجاهر بفسقه أم لا، أو أن للمغتاب (الفاعل) مسوغاً آخر للغيبة فهل يسقط وجوب الرد؟

الجواب: يجوز لعن شارب الخمر (المتجاهر) بالفسق؟

الجواب: يجوز لعن شارب الخمر؛ لأنّ النبي ﷺ لعنه مع عدة آخرين.

السؤال: هل يجوز غيبة الكفّار؟

الجواب: ينبغي التنزّه عن ذلك.

السؤال: ما مصداقية مقولة (لا غيبة على الفاسق)؟

الجواب: وجوب الرد على المغتاب غير ثابت بعنوانه ووجوب نهيه عن الغيبة لا يثبت إلا مع إحراز صدورها منه على الوجه المحرّم.

التعليم وأهميته وآدابه في منظور السيدة الزهراء عليها السلام

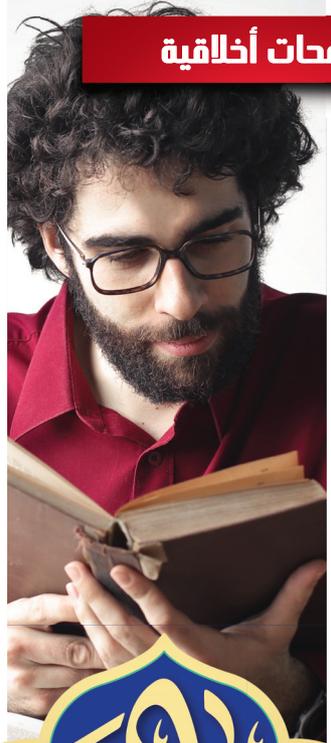
د. عمّار حسن

العلم سور يُحصّن الإنسان من الزلزل ويحفظه من السوء والخلل، وبه يتسامى الإنسان تألقاً نحو الكمال المنشود، والإنسان العالم هو ذلك الشخص الذي ينير لمن حوله، كأثّه الشمس يستدلّ بنورها الآخرون، ومن هنا شدّد الإسلام على طلب العلم والسعي إليه، وأعطى للعالم منزلةً لا تداينها منزلة، وهذا واضح لكلّ من يطلع على آيات القرآن الكريم أو السنته النبوية

في مقالتنا هذه سنحاول قراءة أهميّة العلم وآدابه مع السيدة الزهراء عليها السلام، التي كانت محوراً علمياً للنساء في المدينة المنورة فكانت تعلم النساء ما يشكل عليهنّ من الأحكام الشرعيّة والمعارف الإلهيّة الضروريّة، وكان يغشاها نساء المدينة وجيران بيتها^(١)، وكانت تنقطع لتعليم النساء فلا تمل أو تضجر من ذلك؛ بل كانت تؤسّس لترصين آداب العلم والتفقه لدى النساء، ومما أثار عنها في هذا الصدد ما ورد عن الإمام الحسن العسكري عليه السلام بقوله: ((حضرت امرأة عندني إلى العرش لؤلؤاً فأحرى أن لا يثقل

الصديقة فاطمة الزهراء عليها السلام فقالت: إن لي والدة ضعيفة وقد لبس عليها في أمر صلاتها شيء، وقد بعثتني إليك أسألك، فأجابتها فاطمة عليها السلام عن ذلك فثنت فأجابت، ثم ثلثت فأجابت، إلى أن عشت فأجابت، ثمّ خجلت من الكثرة، فقالت: لا أشق عليك يا بنت رسول الله، قالت فاطمة عليها السلام: هاتي وسلي عمّا بدا لك، رأيت من أكثرى يوماً يصعد إلى سطح بحمل ثقيل، وكراه مائة ألف دينار أيثقل عليه؟ فقالت: لا . فقالت عليها السلام: أكثرتُ أنا لكلّ مسألة بأكثر من ملء ما بين الثرى إلى العرش لؤلؤاً فأحرى أن لا يثقل

١- ينظر: شرح ابن أبي الحديد: ٤٣١/٩.



عليّ، سمعت أبي رسول الله ﷺ يقول: إنَّ علماء شيعتنا يحشرون، فيخلع عليهم من خلع الكرامات على قدر كثرة علومهم، وجدهم في إرشاد عباد الله، حتَّى يخلع على الواحد منهم ألف ألف خلعة من نور، ثمَّ ينادي منادي ربنا (عزَّ وجل): أيُّها الكافلون لأيتام آل محمد، الناعشون لهم عند انقطاعهم عن آبائهم الذين هم أئمتهم، هؤلاء تلامذتكم والأيتام الذين كفلتموهم ونعشتموهم، فاخلعوا عليهم [كما خلعتموهم] خلع العلوم في الدنيا، فيخلعون على كل واحد من أولئك الأيتام على قدر ما أخذوا عنهم من العلوم، حتَّى أن فيهم يعني في الأيتام لمن يخلع عليه مائة ألف خلعة، وكذلك يخلع هؤلاء الأيتام على من تعلم منهم، ثمَّ إنَّ الله تعالى يقول: أعيديوا على هؤلاء العلماء الكافلين للأيتام حتى تتموا لهم خلعهم وتضعفوها، فيتمُّ لهم ما كان لهم قبل أن يخلعوا عليهم، ويضاعف لهم، وكذلك من بمرتبتهم من يخلع عليه على مرتبتهم، وقالت فاطمة ؑ: يا أمة الله إنَّ سلركة من تلك الخلع لأفضل مما طلعت عليه الشمس ألف ألف مرة، وما فضل فإنَّه مشوب بالتنغيص والكدر)) (٢).

فالسيدة الزهراء ؑ تقول بصيغة غير مباشرة إنَّ على العالم أن لا يضجر من كثرة السؤال حتَّى وإن بلغت الأسئلة عددًا كبيرًا، وعليه أن يكون مصغيًا لسائله جيِّبًا له ومقبلاً عليه.

وقد أعطت السيدة الزهراء ؑ درسًا للعلماء بأنَّ كلَّ إجابة لها من الأجر عند الله تعالى ما لا يُحصى، وضربت لذلك مثالاً في غاية الروعة، وهو أن لو شخصًا يعمل بنقل حمولة ثقيلة إلى السطح، وعلى كلِّ نقلة له من المال مائة ألف دينار

وهو رقم كبير جدًّا بحسب مقياس ذلك العصر، ولو اقترحنا مبلغًا يوازي الفرق بين عصرنا وعصر السيدة الزهراء ؑ والفارق بينهما لكان مبلغًا كبيرًا جدًّا في أرقامنا الحاليَّة، ثمَّ جعلنا عوضًا عن كلِّ إجابة يُجيبها العالم على سؤالٍ يرد إليه؛ فستكون النتيجة أنَّ العالم سيفرح كلِّما ورد إليه سؤال، ولن يُظهر الضجر أو التعب أبدًا؛ بل سيكون مقبلًا بكلِّ فكره وعواطفه على السائل، بل يترقى الأمر أكثر حتَّى يكون العالم فرحًا بكلِّ سؤالٍ يرد إليه، وكلِّما ازدادت الأسئلة يزداد فرحًا وبهجةً وسرورًا . هذا بالنسبة فيما لو كان الأجر بهذا

الشكل في هذه الدنيا الفانية فكيفما لو كان الأجر أضعاف هذه الأرقام كميَّة ونوعيَّة وديمومةً فإنَّ الأمر سيزيد من فرح العالم وسعادته بكثرة الأسئلة الواردة إليه، وهذا ما أوضحته السيدة الزهراء ؑ بأنَّ الأجر في الآخرة لا يقاس فيه مع الأجر المفترض في عالم الدنيا، والله يُضاعف لمن يشاء .

ثمَّ تأتي السيدة الزهراء ؑ لتبيِّن أجر العلماء عند الله تعالى بصورة تجعل الإنسان يتحسَّر أسفًا فيما لو لم يكن عالمًا؛ ولكن نقول هؤلاء إنَّ الأمر لم يفهم وما زال الوقت متسعًا لأنَّ ينضمُّوا لهذه الفئة، وما عليهم إلَّا أن يُشتمُّوا عن سواعدهم ويعقدوا النيَّة على اكتساب العلم والسعي من أجله . وهناك درسٌ آخر يمكن أن نفهمه من حديث السيدة الزهراء ؑ وهو أن تكون النيَّة في اكتساب العلم لله وحده لا شريك له وإلَّا سيكون هذا العلم وبالًا على صاحبه، وفي هذا المعنى يقول الإمام جعفر بن محمد الصادق ؑ: ((مَنْ طَلَبَ الْعِلْمَ لِنَيْهَايِهِ بِهِ الْعُلَمَاءُ، أَوْ يُبَارِي بِهِ السُّفَهَاءَ، أَوْ يَصْرِفَ بِهِ وُجُوهَ النَّاسِ إِلَيْهِ، فَلْيَتَّبِعُوا مَقْعَدَهُ مِنَ النَّارِ)) (٣). فالعلم يجب أن يكون لله وحده؛ لكي يحصل على ما يصبو إليه من الأجر عند الله تعالى.



حيدر فائق هادي



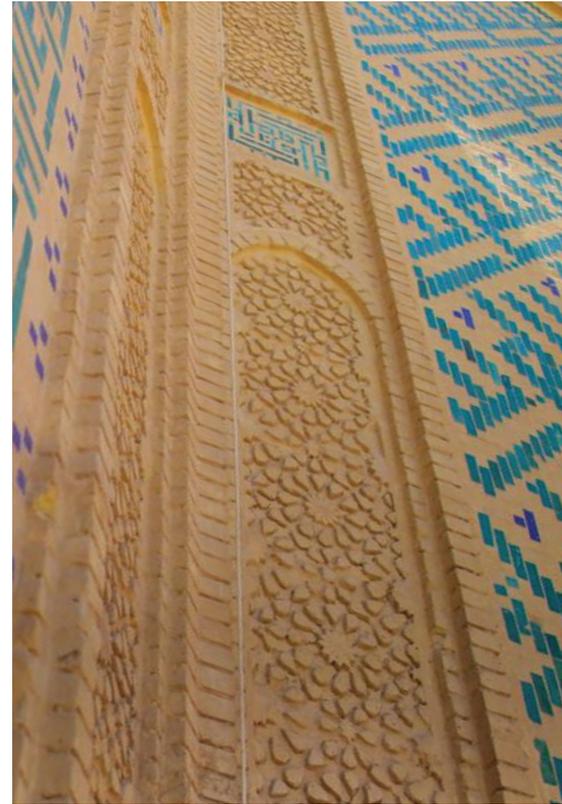
تراثنا هويتنا

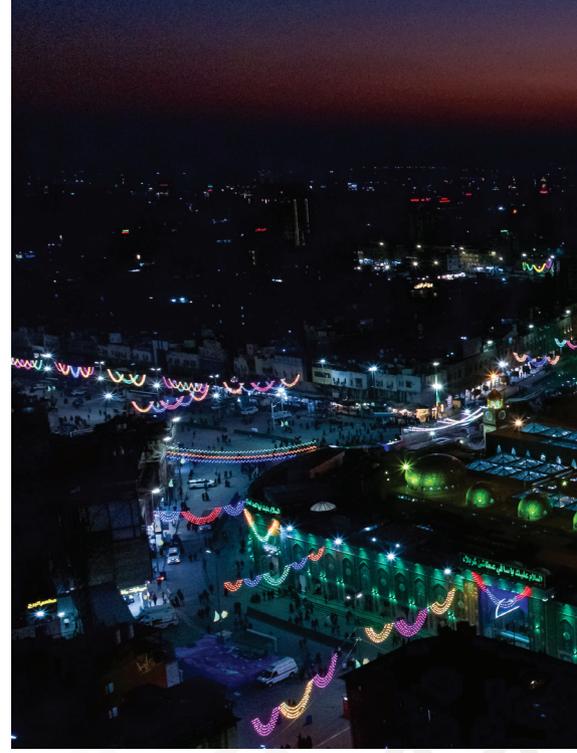
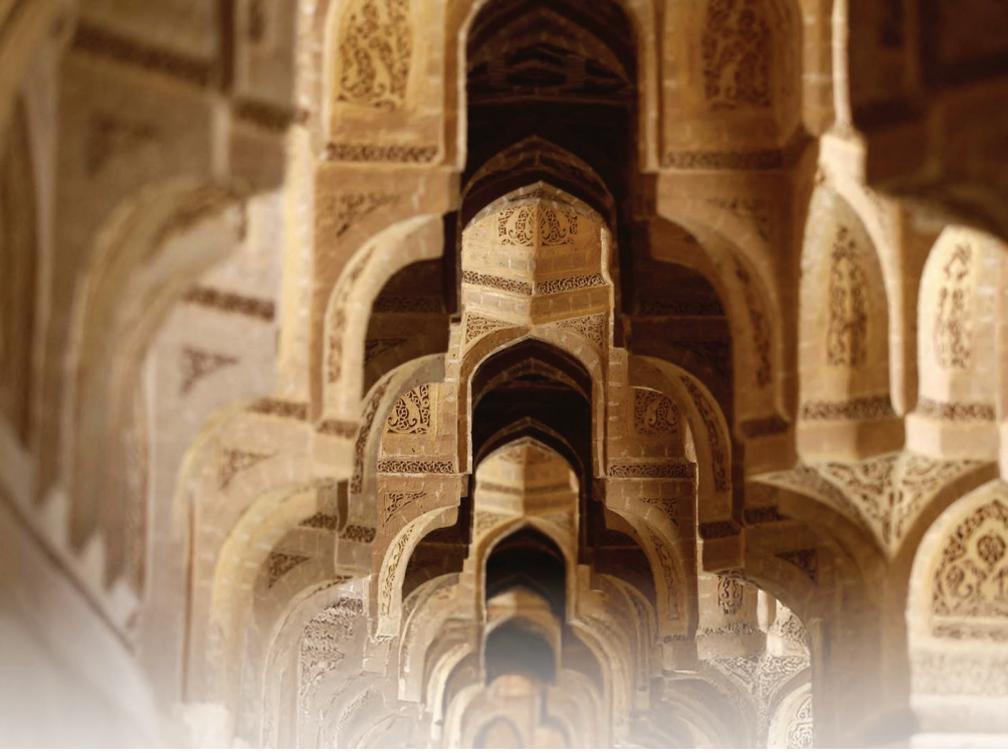
يعدُّ التراث من أسمى العناصر التي تمثل هوية أي شعب، فهو يعكس تاريخ الأمة، وقيمها، وتقاليدها، ويشكل أساساً للانتماء والشعور بالفخر. وفي العراق، يعتبر التراث جزءاً لا يتجزأ من الهوية الوطنية، حيث يُعبّر عن عراقية وتنوع هذا البلد الذي يمتد تاريخه لآلاف السنين. منذ حضارات ما بين النهرين مروراً بالعصور الإسلامية وحتى العصر الحديث، شكلت معالم العراق الثقافية والفكرية ملامح أصيلة لتاريخه، والتي تجسد هوية شعبه في كل زاوية من زوايا الأرض.

التراث المادي:

الإسلامية المتمثلة بمراقد الأئمة عليهم السلام مثل مرقد الإمام علي عليه السلام في النجف الأشرف وأبي عبد الله الحسين وأخيه أبي الفضل العباس عليهما السلام في مدينة كربلاء المقدسة، كذلك مرقد الإمامين الكاظم والجواد عليهما السلام في بغداد والهادي والعسكري عليهما السلام في سامراء فضلاً عن المساجد التاريخية مثل مسجد الكوفة المعظم ومساجد بغداد القديمة، هذه المعالم تبرز أهمية العراق كمركز ديني وثقافي عبر العصور.

يتمثل التراث المادي في العراق في معالم أثرية وتاريخية فريدة، تعكس التقدم الحضاري الذي وصل إليه هذا البلد عبر العصور. ومن أبرز هذه المعالم هي المدن التاريخية مثل بابل، التي تعدُّ من عجائب الدنيا السبع، وآشور، وبعثان، التي تحتوي على مواقع أثرية هامة تمثل ذروة الحضارة السومرية والبابلية. بالإضافة إلى ذلك، تحتفظ العراق بالكثير من الآثار





اللغة:

اللغة العربية العراقية، بجانب اللهجات المحلية مثل الكردية والتركانية، تعتبر من أعمدة التراث العراقي. فاللغة العراقية تعتبر وسيلة لنقل التراث الثقافي من جيل إلى جيل، وتعتبر أحد أوجه الهوية الوطنية، حيث تضم مفردات وتعبيرات تعكس تفاعل الشعب العراقي مع محيطه الثقافي والبيئي.

أهمية الحفاظ على التراث: على التراث الوطني العراقي، سواء من إنَّ التراث هو الأساس الذي يقوم خلال حماية المواقع الأثرية أو من خلال عليه البناء الثقافي في أي مجتمع، وهو تعليم الأجيال الجديدة قيِّم التراث يشكل الهوية التي تجمع بين أفراد وأهمية الحفاظ عليه. الشعب. في العراق، يمثل التراث أداة إنَّ تراث العراق هو شرف الأمة، وهو مهمة لتعزيز الوحدة الوطنية، حيث الجسر الذي يربط بين الماضي والمستقبل. يساهم في تعزيز الانتماء الوطني ويعيد ويمثِّل هذا التراث الهوية التي يتفاخر للأجيال الجديدة الوعي بجذورهم بها العراقيون في كل أنحاء العالم، ويجسد الثقافية. لكن مع مرور الزمن وتغير أصالتهم وعمق تاريخهم. لذا فإن الحفاظ الظروف، يواجه التراث العراقي العديد على هذا التراث ليس مجرد مسؤولية من التحديات مثل التدمير جراء الحروب ثقافية، بل واجب وطني لضمان استمرارية والتغيرات الاجتماعية والاقتصادية. هذه الهوية في العصور القادمة. لذلك، لا بد من تكثيف الجهود للحفاظ

التراث اللامادي:

لا يقتصر التراث العراقي على المعالم المادية فقط، بل يمتد ليشمل تراثاً لامادياً غنياً يعكس التقاليد والفنون التي تميِّز المجتمع العراقي. من أشهر هذه الفنون الخط العربي، الذي يتمثَّل في الكتابات التاريخية والمنشورات الدينية التي حافظت على جمالية اللغة العربية وتطورها. كذلك، يعتبر الشعر العراقي جزءاً هاماً من التراث اللامادي، فقد مر العراق بتطورات شعرية هائلة بدءاً من الشعر الجاهلي وصولاً إلى الشعر الحديث، ليعكس هذا الفن التفاعلات الفكرية والثقافية لشعبه عبر العصور. ولا يمكن تجاهل التقاليد العراقية العريقة مثل الاحتفالات بالمناسبات الدينية، والأعياد الشعبية مثل عيد الأضحى وعيد الفطر، حيث تُحيي العراق فعاليات تعكس أصالة وعمق الروح الاجتماعية للعراقيين.



٢- لأنّ الولد إذا كبر ونمى عقله، واشتدّ ساعده، كان ميله واحترامه للأب على قدر ذلك، ولا تقدر عليه إلا بعون الله وتوفيقه)).

في أغلب الأحيان أكثر من الأم. أيها الإبن العزيز: بذلك أراد رسول الله ﷺ أن يعطي للولد إشارة بليغة إلى رعاية هذا الحق، لأجل أن لا تصل الحالة به إلى هجران الأم والإعراض عنها في كبرها إذا ما ملأ قلبه حبّ الزوجة والأولاد فتخلق الفجوة ما بينه وبين أمه.

وإليك - يا ولدي - ما جاء في رسالة الإمام زين العابدين (عليه السلام) في بيان حق والديك عليك:

((فحق أمك أن تعلم أنها حملتك حيث لا يحمل أحدٌ أحداً، وأطعمتك من ثمرة قلبها ما لا يطعم أحدٌ أحداً، أنها وقتك بسمعها وبصرها ويدها ورجلها وشعرها وبشرها وجميع جوارحها مستبشرة بذلك، فرحة، محتلمة لما فيه مكر وهها وألمها وثقلها وغمها، حتى دفعتها عنك يد القدرة، وأخرجتك إلى الأرض، فرضيت أن تشبع وتجوّع هي، وتكسوك وتعري، وترويك وتظمى، وتظلك وتضحى، وتنعمك ببؤسها، وتلذذك بالنوم بأرقها، وكان بطنها لك وعاءً، وحجرها لك حواءً، وثديها لك سقاءً، ونفسها لك وقاءً، تباشر حرّ الدنيا وبردها لك ودونك، فتشكرها

أيها الإبن العزيز: فهل علمت كم لرضا الوالدة من أثر على مجرى حياة الولد في كل مراحل عمره، وإلى أن تنتهي عجلة حياته؟، فإن لرضا الوالدة أثراً في تجاوز نقطة الخطر الأخيرة، وهي: ((الموت الذي قد خط على ولد آدم مخط القلادة على جيد الفتاة)).

ولذلك جاء دعاء عيسى بن مريم (عليه السلام): بعد إقراره بالعبودية والطاعة لله عزّ وجل، وبالبرّ والإحسان لوالدته فقال: ﴿وَالسَّلَامُ عَلَيَّ يَوْمَ وُلِدْتُ وَيَوْمَ أَمُوتُ وَيَوْمَ أُبْعَثُ حَيًّا﴾ (٤)

فكما يكون لدعاء الوالدة عند ولادتك أثرٌ في سلامتك وتجاوزك خطر الولادة، فإنّ له أثراً في سلامتك عند الممات والقبر، ويوم المثول بين يدي الخالق عزّ وجل.

الحاضرين: ألهذا الشاب والدة؟. قالوا: بلى يا رسول الله، فأنبرت امرأة كانت جالسة إلى ناحية المجلس، وقالت: أنا والدة يا رسول الله.

فقال ﷺ: هل أنت راضية عنه أم ساخطة، فأجابت: أنا ساخطة يا رسول الله.

قال ﷺ: إعلمي أني رضيت عنه. قالت: وأنا رضيت عنه يا رسول الله، فأعاد على سمعه الشهادتين فنطق بهما)) (٣)

٢- مستدرک الوسائل - للنوري: ١٥/١٩٠
٣- القصة مفصلة في جواهر الكلام: ١٨/٤

آفاق الرجاء

في انتظار الإمام المهدي عجل الله فرجه الشريف

حيدر محمد

الرجاء والانتظار مفهومان راسخان في الفكر الإسلامي، خاصة في ما يتعلّق بانتظار الإمام المهدي عجل الله فرجه الشريف. هذه العقيدة ليست مجرد فكرة دينية، بل هي قوة دافعة تُحرّك الفرد والمجتمع نحو التغيير والإصلاح. وقد أكّد الرسول صلى الله عليه وآله على أهمية الرجاء والانتظار، مما يجعلها من أبرز المعالم الاعتقادية التي تُشكّل أساساً لفكر الإنسان المسلم. ففي الحديث الشريف: "أفضل أعمال أمتي انتظار الفرج" (ميزان الحكمة، ج ١، ص ١٨٢)، وهذا يدل على أنّ الانتظار هو عمل إيجابي يتطلب الاستعداد والتغيير.

في علم النفس، يُعتبر الرجاء عاملاً محورياً في حياة الإنسان. فالنفس الإنسانية ترتبط بنشاطاتها ارتباطاً وثيقاً بالأمل. إذا انسَدَّ باب الرجاء أمام الإنسان، فإنّ ذلك يُعدّ إشارة إلى بداية الانهيار النفسي. فالرجاء هو حبل النجاة الذي يُبقي الإنسان متوازناً ومتطوعاً نحو المستقبل. وغياب الرجاء قد يؤدي إلى حالات من الاكتئاب واليأس؛ لذلك فإنّ الرجاء ليس مجرد شعور عابر، بل هو قوة دافعة تُحفّز الإنسان على الاستمرار وتحقيق الأهداف. وهذا ينطبق أيضاً على المجتمعات، فالأمة التي تفتقر إلى الرجاء في مستقبل أفضل تكون عرضة للانهار والتفكك. فالرجاء هو المحرك الرئيسي للنهضة الحضارية، وكل حضارة عظيمة في التاريخ كانت نتاج أمل كبير وهدف سام سعت إليه الأمة.

عقيدة انتظار الإمام المهدي عجل الله فرجه الشريف تحمل في طياتها دعوة للتغيير الجذري. فالإيمان بظهور الإمام يفرض على الأمة مسؤولية الإعداد لهذا الحدث العظيم. وهذا الإعداد يجب أن يكون بالسعي الفاعل لتغيير الذات والمجتمع. فالله تعالى لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم، وهذا يعني أن الرجاء مرتبط بالعمل والمسؤولية. فانتشار علوم أهل

الحكمة

ويضطرب، والسبب هو عدم وجود بُعد النظر الموجود لدى صاحب العقيدة.

عقيدة انتظار الإمام المهدي عليه السلام تُقدّم رؤية شاملة تجمع بين الأمل والعمل وبين الرجاء والمسؤولية. فهي دعوة للتغيير والإعداد لمستقبل أفضل. هذه العقيدة تُشكّل مصدر إلهام وقوة لكل من يؤمن بها، وتفتح آفاقاً جديدة تتجاوز كل الحدود التي وضعتها الحضارات البشرية. فالرجاء في ظهور الإمام عليه السلام يفتح آفاقاً جديدة تتجاوز حدود الحضارة الغربية وتُقدّم حلولاً جذرية لمشاكل البشرية. وهذا ما يجعل هذه العقيدة متفوقة على كل النظم الفكرية والسياسية الأخرى، بما في ذلك الديمقراطية والليبرالية. فالرجاء في ظهور الإمام عليه السلام يفتح آفاقاً جديدة تتجاوز حدود الحضارة الغربية وتُقدّم حلولاً جذرية لمشاكل البشرية.

إنّ عقيدة انتظار الإمام المهدي عليه السلام تُعتبر من أهم العقائد التي تُعطي الإنسان قوة روحية ومعنوية. فهي تجمع بين الأمل والعمل، وبين الرجاء والمسؤولية. فمن خلال الإيمان بهذه العقيدة، يستطيع الإنسان أن يواجه التحديات ويُحقق النجاح في حياته.

البيت عليه السلام ونشر العدل والحرية هي من أهم العلامات التي تُهيئ الطريق لظهور الإمام. وهذا ما يجعل هذه العقيدة متفوقة على كل النظم الفكرية والسياسية الأخرى، بما في ذلك الديمقراطية والليبرالية. فالرجاء في ظهور الإمام عليه السلام يفتح آفاقاً جديدة تتجاوز حدود الحضارة الغربية وتُقدّم حلولاً جذرية لمشاكل البشرية.

الرؤية العقائدية التي تُقدّمها عقيدة الانتظار تُعتبر من أقوى العوامل التي تُعطي الإنسان توازناً واستقراراً. فالإيمان بوجود إمام منتظر يُعيد العدل إلى الأرض يُعطي المؤمنين قوة روحية ومعنوية تجعلهم قادرين على مواجهة التحديات. هذه الرؤية الواسعة تُبعد الإنسان عن الحيرة والاضطراب، وتُعطيه منظوراً شاملاً للحياة. فالعقيدة ليست مجرد مجموعة من الأفكار، بل هي نظام متكامل يُشكّل أساساً للفكر والسلوك. فمن يمتلك رؤية عقائدية ينتقل بها من عالم إلى عالم، ولا يعتره اضطراباً أو بلبلة، لأنّ الخرائط العقائدية لديه واضحة ومعلومة. ولذلك لا يُصابُ بالحيرة ولا تفاجئه المفاجآت لأنّها تعطيه توازناً، بخلاف من حرم الرؤية العقائدية، إذ ما إنْ تتابه وتعتره حالة من الحالات في بدنه أو في روحه إلا

فن التعامل مع زملاء العمل.. مفاتيح النجاح في بيئة المكتب

علي مؤيد

تعتبر بيئة العمل من الأماكن التي يشهد فيها الأفراد تفاعلات يومية مستمرة، حيث تتنوع الشخصيات والطباع، مما يجعل عملية التفاعل مع الزملاء ضرورة أساسية لتحقيق التوازن والاستقرار في العمل، ويعدُّ فن التعامل مع زملاء العمل من أهم المهارات التي يجب على كل فرد أن يتقنها، فالعلاقات المهنية الجيدة تؤثر بشكل مباشر على الإنتاجية، الروح المعنوية، والنجاح الشخصي والجماعي.

إنَّ آداب التعامل مع الزملاء لا تقتصر على مجرد احترام الآخرين بل هي مجموعة من السلوكيات التي تسهم في بناء بيئة عمل إيجابية فعندما يسود جو من الاحترام المتبادل، الثقة، والود بين الموظفين، فإنَّ ذلك يؤدي إلى تحسين التعاون وزيادة الإنتاجية، ويقلل من حدوث النزاعات التي قد تؤثر سلبًا على سير العمل كما أنَّ الأفراد الذين

يملكون القدرة على بناء علاقات طيبة مع زملائهم يتمتعون بفرص أفضل للنمو المهني والتطور الوظيفي، وهي كالاتي:

الاحترام المتبادل

التواصل الفعّال

أول وأهم عنصر في التعامل مع الزملاء هو الاحترام المتبادل لأن احترام وقت الزملاء، وأفكارهم، وآرائهم من الأساسيات التي تساعد في تعزيز علاقات العمل كما أنَّ الاهتمام بالاختلافات

يعتبر التواصل الجيد من الركائز الأساسية التي تساهم في بناء علاقات مهنية قوية، فيجب أن يكون التّواصل



واضحًا ومباشرًا، مع الحرص على استخدام أسلوب لبقٍ وغير هجومي، وعند تقديم الملاحظات أو الانتقادات، يجب أن تكون ببناءً وليس تهجيمًا، ويُفضل أن يتم التواصل بشكل دوري لتنظيم العمل وتفاذي أي سوء فهم، في بعض الأحيان قد تكون الابتساماة أو إيماءة من الرأس كافية لإيصال رسالة من دون الحاجة إلى كلمات كثيرة.

إدارة الصراعات بشكل بناء

من الممكن أن تنشأ بعض الخلافات بين الزملاء بسبب التباين في الآراء أو الأفكار ولكن الطريقة التي يتم بها التعامل مع هذه الصراعات هي التي تحدّد مدى تأثيرها على بيئة العمل، ومن الأفضل التعامل مع النزاعات بشكل هادئ وبناء، مع التركيز على حل المشكلة بدلاً من تصعيد الموقف، ويمكن استخدام مهارات التفاوض والوساطة لحل النزاع بطريقة عادلة تُرضي جميع الأطراف.

التحلي بالصبر والمرونة

العمل مع مجموعة من الأشخاص يعني أن الفرد سيواجه مواقف قد تتطلب الصبر والمرونة، وقد لا يسير العمل دائمًا كما هو مخطط له، وقد يحدث تأخير أو تغيير في الخطط، ففي مثل هذه الحالات من المهم أن يتمتع الفرد بالصبر ومرونة

العمل الجماعي والتعاون

إنّ القدرة على العمل الجماعي من أهم السمات التي يجب أن يتمتع بها الفرد في مكان العمل، التعاون مع الزملاء لأنه يساهم في تبادل المعرفة والأفكار، ممّا يؤدي إلى حلول أفضل وأكثر إبداعًا، ومن المهم أن يظهر كل فرد في الفريق استعداداه للمساعدة والمشاركة في المهام المختلفة عندما يشعر الزملاء أنهم يعملون كفريق واحد، فإن ذلك يعزز روح الانتماء ويزيد من الرغبة في تحقيق النجاح الجماعي.

التعامل مع الاختلافات الشخصية

من الطبيعي أن يختلف الأفراد في شخصياتهم، وأسلوب عملهم لكن القبول بالاختلافات وتقبلها يكون من الصفات المهمة التي تساهم في تقوية

التعامل مع التغييرات والتعامل مع المشاكل بروح مرحة وتفهمٍ يساعد في تقليل التوتر والضغط داخل المكتب.

الاعتراف بإنجازات الآخرين

الاعتراف بإنجازات الزملاء يعزز من روح الفريق ويشجعهم على تقديم المزيد من الجهد عندما يقوم أحد الزملاء بإنجاز عمل متميز، من المهمّ تهنئته أو تقديم شكر صادق، وقد لا تكون الكلمات المكافئة دائمًا ضرورية، لكن التقدير المعنوي يمكن أن يكون له تأثير كبير في تحفيز الزملاء على الاستمرار في العمل الجاد.

من يجتهد ينل ثمار جهده، ومن يعمل بجد يحصد النجاح.

في قرية صغيرة تسمى "الخير"، عاش شاب يدعى "سالم". كان سالم معروفًا بين أهل القرية بذكائه وحبه للعلم، لكنه كان يعيش في أسرة فقيرة لا تملك المال الكافي لإرساله إلى المدرسة. كان والده مزارعًا بسيطًا يعمل من الفجر حتى الغروب ليؤمن لقمة العيش لعائلته. رغم ذلك، كان سالم يؤمن بأن "من جد وجد، ومن زرع حصد"، فقرر أن يبذل كل ما في وسعه لتحقيق حلمه بأن يصبح عالمًا.

في كل صباح، كان سالم يستيقظ مبكرًا لمساعدة والده في الحقل، لكنه كان يحمل معه دائمًا كتابًا قديمًا ورثه عن جده. كان الكتاب يتحدث عن العلوم والرياضيات، وكان سالم يقرأه بتمعن في أوقات الراحة. رغم أن الكتاب كان مليئًا بالمعلومات المعقدة، إلا أن سالم لم يستسلم. وكان يعيد قراءة الصفحات مرارًا وتكرارًا حتى يفهمها.

ذات يوم، سمع سالم عن مسابقة علمية ستقام في المدينة المجاورة. كانت الجائزة الأولى منحة دراسية لأفضل طالب في المسابقة. قرر سالم المشاركة، لكنه واجه مشكلة كبيرة: المسابقة كانت بعد شهر واحد فقط، ولم يكن لديه أي موارد أو كتب حديثة لدراساتها. لكن سالم لم يفقد الأمل. بدأ يبحث عن كل ما يمكن أن يساعده. ذهب إلى مكتبة القرية الصغيرة، واستعار بعض الكتب القديمة، وبدأ يدرس بجد يوميًا بعد انتهاء عمله في الحقل. كانت الأيام تمر بسرعة، وسالم يعمل بلا كلل. وكان يدرس حتى ساعات متأخرة من الليل، مستخدمًا ضوء القمر عندما ينفد زيت المصباح. رغم التعب والإرهاق، كان سالم يؤمن بأن جهده لن يذهب سدى. في ليلة قبل المسابقة، شعر سالم بالتوتر الشديد. كان يعلم أن المنافسة ستكون قوية، لكنه تذكر مقولته المفضلة: "من جد وجد، ومن زرع حصد". قرر أن ينام مبكرًا ليكون في أفضل حالاته في اليوم التالي. وفي صباح يوم المسابقة، ذهب سالم إلى المدينة برفقة والده. كانت المسابقة صعبة، والأسئلة معقدة، لكن سالم استخدم كل ما تعلمه من كتبه القديمة ومن دراسته المضنية. عندما أعلنت النتائج، كان الجميع في حالة ترقب. وفجأة، سمع سالم اسمه يُنادى كالفائز بالجائزة الأولى! كانت لحظة لا تُنسى. شعر بأن كل تعب واجتهاده قد أتى ثماره. بعد ذلك، حصل سالم على المنحة الدراسية وانتقل إلى المدينة ليكمل تعليمه. واصل بذل الجهد

قال رسول الله ﷺ : ((إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه))

في أحد القرى الصغيرة، كان هناك نجار يُعرف بمهارته وإتقانه في عمله. كان يحرص على أن يكون كل مشروع ينفذه متقناً في أدق التفاصيل، من الأثاث البسيط إلى البناء الكبير. كان يولي اهتماماً خاصاً بجودة المواد التي يستخدمها، ويحرص على أن تكون قطع العمل متوافقة بشكل مثالي. مرَّ الوقت، وبدأ النجار يشعر بالملل. لقد عمل لسنوات طويلة وكان يعتقد أن الوقت قد حان لتقاعده. فقرر أن يكون مشروعه الأخير عملاً سريعاً، دون بذل الجهد الذي كان يبذله في السابق. أخذ اختصاراً في بعض الجوانب، ولم يكن متأناً كما كان يفعل عادةً. استخدم خشباً أقل جودة، ولم يعطِ التفاصيل ذات

الأهمية الكبرى العناية التي يستحقها. عندما انتهى من بناء المنزل، الذي كلفه به صاحب العمل، شعر النجار بالراحة لأنه سيقاعد أخيراً. إلا أن المفاجأة كانت في انتظار النجار، فقد قال له صاحب العمل: "هذا هو منزلك، هدية لك عن كل سنوات العمل المخلصة". صدم النجار من هذا الكلام، وشعر بالحزن الشديد لأنه كان قد اختصر في عمله الأخير. شعر بندم عميق لأنه لم يبذل نفس الجهد والإتقان الذي كان يقدمه طوال السنوات. فإنَّ العمل بإتقان ليس فقط لتحقيق النجاح في مشروع واحد، بل هو استثمار في سمعتك وتقدير الآخرين لك.

في دراسته، وأصبح من أفضل الطلاب في جامعته. بعد سنوات، تخرج سالم كعالم مشهور، وعاد إلى قريته لمساعدة أهله ومجتمعه. قام ببناء مدرسة صغيرة في القرية لتعليم الأطفال، وأصبح مثلاً يُحتذى به للجميع. كان سالم دائماً يردد لأطفال القرية: "من جد وجد، ومن زرع حصد". كان يعلم أن النجاح لا يأتي بالصدفة، بل بالعمل الجاد والإصرار. وهكذا، أصبحت قصة سالم مصدر إلهام، تذكروهم بأن كل جهد يُبذل سيعود بثماره في النهاية.

التعامل مع الفشل: كيف يمكن للشباب تحويل الإخفاقات إلى فرص؟

حيدر الدفاعي

يواجه الشباب العديد من التحديات في مسيرتهم المهنية والشخصية، ويعد الفشل من أكثر التجارب التي يمكن أن تكون محبطة. إلا أن الفشل ليس بالضرورة أن يكون نهاية الطريق، بل هو فرصة للنمو والتعلم. في عالم يتسارع فيه التغيير ويزداد فيه التنافس، يصبح من الضروري أن يتعلم الشباب كيفية تحويل الفشل إلى فرصة لإعادة تقييم الأهداف واستراتيجيات العمل. ويمكن أن يكون الفشل نقطة انطلاق نحو النجاح، إذا تمَّ التعامل معه بعقلية إيجابية.

في هذا السياق كان لمجلة عطاء الشباب لقاء مع مستشار تطوير الأعمال الأستاذ فراس الشـمري، ليبين لنا من خلال الأسئلة الآتية كيفية تحويل الإخفاقات إلى فرص ثمينة.

كيف يمكن للشباب تغيير نظرتهم للفشل ليصبح فرصة بدلاً من عبء؟

الفشل جزء طبيعي من الحياة، مثل أي تجربة أخرى. الإشكالية تكمن في النظرة

السلبية التي نحمّلها للفشل، حيث نعتقد أنه نهاية المطاف، بينما في الحقيقة ليس كذلك. قبل أن يتعلم الشباب كيفية التعامل مع الفشل، عليهم أولاً أن يغيروا طريقة نظرتهم إليه. الفشل ليس سوى تجربة لم تنجح بالشكل المطلوب أو أن الطريقة المتبعة كانت غير صحيحة.

هي أن هذه التجربة ليست فاشلة بالمعنى المطلق، بل هي خطوة نحو تصويب المسار. على سبيل المثال، إذا كان لدينا مهمة يمكن إنجازها بأربع طرق مختلفة، وفشلنا في الطريقة الأولى، فإن نسبة النجاح في الطرق المتبقية تزداد. فبدلاً من أن تكون نسبة النجاح ٢٥٪، تصبح ٣٠٪ أو أكثر مع كل محاولة فاشلة، لذلك، للتغلب على الفشل، يجب فهمه بشكل صحيح: الفشل

عندما يركز الشخص على أن التجربة فاشلة، قد يشعر بالإحباط، لكن الحقيقة

ليس نهاية، بل هو جزء من عملية التعلّم والتطوير. بل إن المرور بالفشل هو طريق لا بد منه للوصول إلى النجاح.

ما هي أبرز الطرق التي يمكن أن يساعد بها الفشل في تطوير مهارات الشباب؟

الفشل يُعد أداة فعّالة لتطوير المهارات، ولكن قبل ذلك، لتساءل: متى يحدث الفشل؟ يحدث الفشل عندما ينقصنا شيء ما، سواء كان مهارة محددة أو معلومة ضرورية لتحقيق النجاح. وعندما نفشل، ندرك أن هناك فجوة في معارفنا أو مهارتنا تحتاج إلى سدّ.

الفشل يعيد توجيه تركيزنا نحو الأمور التي نحتاجها لتحقيق أهدافنا، سواء كانت مهارات جديدة أو معلومات إضافية. فهو بمثابة مرآة تعكس نقاط الضعف وتُظهر لنا المجالات التي تحتاج إلى تحسين. ونتيجة لذلك، نعود إلى مسار التعلّم لاكتساب المهارات والمعرفة اللازمة لتجاوز العقبات وتحقيق النجاح.

باختصار، الفشل ليس نهاية، بل هو بداية لفهم الذات وتحديد المسار الصحيح لتطوير المهارات والوصول إلى الأهداف المنشودة.

كيف يمكن للشباب استغلال الفشل في تعلم أشياء جديدة عن أنفسهم وعن عالم الأعمال؟

بالإضافة إلى ذلك، الفشل يعلم الشباب الصبر والمرونة، وهما صفتان أساسيتان لأي رائد أعمال ناجح. فهو يدفعهم إلى تحليل الأخطاء، وتطوير خطط بديلة، واتخاذ قرارات أكثر حكمة في المستقبل. وبالتالي، فإن الفشل ليس نهاية، بل هو بداية لفهم أعمق للذات ولعالم الأعمال، مما يخلق قادة أعمال أقدر على مواجهة التحديات وتحقيق الإنجازات.

هل يمكن أن يؤثر الفشل في بناء شخصية الشباب؟ وكيف؟

نعم، يمكن للفشل أن يؤثر بشكل كبير في بناء شخصية الشباب، ولكن هذا التأثير يعتمد بشكل أساسي على الطريقة التي ينظرون بها إلى الفشل. إذا نظرنا إلى

عندما يفشل الشباب في مشروع أو فكرة عمل، فإنهم يكتشفون نقاط ضعفهم ونقاط قوتهم، كما يتعرفون على جوانب لم يكونوا على دراية بها في أنفسهم أو في السوق.

هذا الفشل يقلل من الخيارات غير المجدية ويركز الجهود على الطرق الأكثر فعالية لتحقيق النجاح. بمرور الوقت، يصبح الفشل أداة لتصفية الاستراتيجيات غير الناجحة، مما يزيد من فرص الوصول إلى النجاح.



الأستاذ فراس الشمري

الفشل على أنه مصدر للإحباط والضعف والخسارة، فسيكون تأثيره سلبيًا وقد يؤدي إلى تراجع الثقة بالنفس. ولكن إذا نظرنا إليه على أنه مجرد تجربة غير ناجحة يمكن الاستفادة منها، فإنه يصبح محفزًا للنمو والتطور.

الفشل يعلم الشباب الصبر

والمرونة، ويجبرهم على تحليل أخطائهم وتطوير استراتيجيات جديدة. كل تجربة فاشلة تقلص الخيارات غير المجدية وتزيد من فرص النجاح في المحاولات القادمة. صحيح أن الفشل قد يؤثر عاطفيًا في البداية، ولكن إذا تمَّ تغييرُ النظرة إليه واعتباره جزءًا طبيعيًا من رحلة التعلم، فإنه يصبح منطلقًا لتحقيق أهداف أكبر.

بالإضافة إلى ذلك، الفشل يعزز لدى الشباب مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات، كما يزيد من وعيهم بذواتهم وقدراتهم. فهو ليس مجرد عقبة، بل فرصة لاكتساب الخبرات التي تسهم في بناء شخصية قوية وقادرة على مواجهة التحديات بثقة وإصرار.

باختصار، الفشل ليس نهاية، بل هو بداية لفهم أعمق للذات وللحياة،

وتعديل المسار عند الحاجة، مما يقلل من احتمالية الفشل.

المرونة في التكيف: كن مستعدًا لتعديل خططك

عند مواجهة العقبات.

الفشل ليس نهاية، بل

هو فرصة لإعادة النظر في

الاستراتيجيات وتحسينها.

التعلم من التجارب: استفد من كل

تجربة فاشلة لتتعلم منها. قم بتحليل

أسباب الفشل واستخلاص الدروس

التي تساعدك على النجاح في المستقبل.

الثقة بالله والتوكل عليه: لا تنس أن

تبدأ عملك وتخطط مع الاستعانة بالله

عز وجل. التوكل على الله مع الأخذ

بالأسباب هو مفتاح النجاح.

التفكير الإيجابي: حافظ على نظرة

إيجابية تجاه التحديات. اعتبر الفشل جزءًا

من رحلة النجاح وليس نهاية الطريق.

بناء شبكة دعم: احرص على أن تكون

محاطًا بأشخاص يدعمونك ويقدمون

لك النصائح والتوجيهات المفيد.

باتباع هذه النصائح، ستتمكن من

تقليل احتمالية الفشل، وستكون أكثر

استعدادًا لتحقيق النجاح في المستقبل

بخطوات واثقة ومستدامة.

وفرصة لبناء شخصية أكثر نضجًا وقدرة على تحقيق النجاح في المستقبل.

ما هي النصائح التي

تقدمها للشباب لتجاوز

الفشل وتحقيق النجاح في

المستقبل؟

وضع خطة واضحة: قبل الشروع

في أي مشروع أو فكرة، يجب أن يكون

لديك خطة مفصلة تحدد فيها أهدافك

بوضوح، والموارد المتاحة لديك، سواء

كانت مادية أو معرفية أو مهارية. كما

يجب أن تحدد ما إذا كنت بحاجة إلى

موارد إضافية، مثل مهارات جديدة أو

معلومات معينة، وتعمل على توفيرها.

التقييم المستمر: أثناء تنفيذ الخطة،

قم بتقييم خطواتك بشكل دوري. هذا

يساعدك على اكتشاف الأخطاء مبكرًا



من الخردة إلى التحف الفنية: قصة الفنان حسين داود الذي يحوّل الحديد المهمل إلى إبداع بيئي

محمد يوسف

في ورشته المتواضعة بقلب مدينة النجف الأشرف، يُبدع الفنان الشاب حسين داود في تحويل الحديد المهمل والخردة إلى أعمال فنية مبهرة، تجمع بين الإبداع الفني والاهتمام بحماية البيئة، بدأ حسين داود، المولود عام ١٩٩٥، رحلته الفنية عام ٢٠١٨.

عندما انضمّ إلى مجموعات تعليمية عبر الإنترنت، تعلم من خلالها أسرار هذا الفن حيث استغلّ موهبته في تشكيل المسامير والبراغي والمواد المعدنية المهملة لصنع مجسمات صغيرة، مستلهماً أفكاره من فنّانين عالميين، ومع مرور الوقت تطوّرت مهاراته لتصبح أعماله أكثر تعقيداً وحجماً، حتى أصبح اليوم واحداً من أبرز الفنّانين العراقيين في مجال إعادة تدوير الخردة. عملت كهربائياً للمنازل وصاحب ورشة تبريد للسيارات، أنا أعشق فن الخردة وأتقنه بمهارة فائقة، تخصصت في تحويل الخردة والحديد المهمل إلى أعمال فنية، وأرى في هذا الفن وسيلة للتعبير عن الإبداع مع الحفاظ على البيئة، كنت أستلهم أفكارهم من فنّانين عالميين، ومع الوقت تطورت مهاراتي وانضمت إلى

العراقيين في مجال إعادة تدوير الخردة. وللتعرف أكثر على مهارات وأعمال الفنان حسين داود كان لمجلة عطاء الشباب وقفة معه وإجراء الحوار التالي: **عطاء الشباب: بداية، نريد أن نعرف المزيد عنك. من هو حسين داود؟** حسين داود: أنا فنّان عراقي من مدينة النجف الأشرف، وُلدت عام ١٩٩٥.

عطاء الشباب: ما هي الخطوات التي تتبعها لتحويل الخردة إلى عمل فني؟

حسين داود: أولاً، أختار المواد المناسبة. ثم أنظفها وأقطعها حسب الحاجة. بعد ذلك، أصمم الشكل الفني وأبدأ في تجميع القطع وتثبيتها. أخيراً، أطلي العمل الفني وأصقله ليظهر بشكل نهائي.

عطاء الشباب: ما هي الرسالة التي تحاول إيصالها من خلال أعمالك الفنية؟

حسين داود: أريد أن أوصل رسالة بيئية، وهي أهمية إعادة التدوير في حماية البيئة، كما أسعى إلى نشر الفن

عامين. أيضاً، صنعت «عرش الخردة» و«القيثارة السومرية»، ومجسمات مستوحاة من الأنمي. بالإضافة إلى ذلك، صممت ذراعاً وكرسياً متحركاً لمساعدة ذوي الاحتياجات الخاصة على الوقوف، في محاولة لدمج الفن بالابتكار لخدمة المجتمع، بالإضافة إلى أعمال فنية كثيرة قمت بإنجازها.

عطاء الشباب: ما هي الصعوبات التي تواجهها في عملك؟

حسين داود: أحياناً أواجه نقصاً في الدعم المادي والأدوات المتخصصة. أيضاً، عملي يتطلب وقتاً وجهداً كبيرين، خاصة في تنظيف وتقطيع الخردة.

عطاء الشباب: كيف تختار المواد التي تعمل عليها؟ وهل هناك معايير محددة تتبعها؟

حسين داود: أختار المواد بناءً على شكلها وإمكانية تحويلها إلى عمل فني. أتعتمد على قطع غيار السيارات، إطارات السيارات، قناني غاز التبريد الفارغة، وغيرها من المواد المعدنية والبلاستيكية المهملّة، التصميم والتنفيذ كانا جهداً فردياً، لكنني تلقيت دعماً من إخوتي وأصدقائي في تقطيع الخردة وتنظيفها وطلائها وصقلها، مما ساعدني في إنجاز أعمالتي.



مجموعات متخصصة في التصميم، مما ساعدني على تنفيذ أعمال أكبر.

عطاء الشباب: ما الذي دفعك إلى الاهتمام بفن تحويل الخردة إلى أعمال فنية؟

حسين داود: كنت أرغب في الجمع بين الإبداع وحماية البيئة. رأيت في الخردة المهملّة فرصة لتحويلها إلى شيء جميل ومفيد، بدلاً من أن تبقى مصدراً للتلوث. **عطاء الشباب: ما هي أبرز إنجازاتك في هذا المجال؟**

حسين داود: من أبرز أعمالتي مجسم حصان بطول مترين، استغرق إنجازه



التواصل الاجتماعي وثقافة التفاهة

نجاح العرسان

التفاهة هي القيام بأفعال لا قيمة لها وغير أصيلة خالية من الإبداع وتأتي إمّا عن طريق عدم قدرة الشخص على إنتاج مادة ذات قيمة وفاعلية وتأثير في المجتمع أو إنّها ناجمة عن قصيدة تخدم أغراضاً معينة في ذهن الإنسان الذي يقوم بها وتسخر التفاهة لخدمتها.

ومن الممكن أن تكون ناتجة بسبب سلوك اجتماعي يعزز قيمة الأشياء أو الأفعال التفاهة بحيث لا يراها مرتكبوها تفاهة بل على العكس ذات قيمة وأهمية فيختلط الأمر على صاحبها لقلة أو عدم قدرته على التمييز المتأني من اختلال التوازن الناتج عن تداخل الثقافات التي لا تتناسب وطبيعة المجتمع. حيث يولّد هذا التداخل نوع من الصراع يتنامى عندما يختلف المجتمع وينقسم بين مؤيد ومندد. وقد أنتج لنا هذا الصراع شعراً تفاهياً وفناً تشكيمياً تفاهياً، وأغاني تفاهية وسينما ودراما تلفزيونية تفاهية تعمل بمجملها على مفهوم الشهرة والكسب المادي بدون مراعاة لأيّ أعراف أو مفاهيم وتقاليد. وتتزاحم هذه الدراما وتنشط في

شهر رمضان أكثر من أي وقت سواه، وطيلة العام وتتم إعادتها ليستمر جلد المتلقي بهذه التفاهة، وفي أغلب الأحيان يكون المستهدف الشباب من هذا الكم الهائل من المحتويات الهابطة والرخيصة التي تصدر لنا شخصيات تصدق أنّها أصبحت من الأهمية والتأثير ما تفوق به الشاعر والأديب الهادف والسينما والدراما الهادفة لتصبح قدوة ونموذجاً للشباب. العالم اليوم أصبح يتواصل لحظياً مع بعضه بسبب تطبيقات التواصل الاجتماعي التي تتيح لكل إنسان مهما كانت مكنته وقدرته العقلية والمعرفية أن يكون صاحب محتوى، وينجز مادة يجبر العالم إذا أحسن تمويلها على مشاهدتها مهما كانت وبأي درجة كانت من التّدني

والفراغ ويصل هذا المحتوى إلى الصغير والكبير وقد تغير قناعات الشباب، حيث أصبحت تسهل على الشباب الحصول على المتع الشخصية واللهو بما لا يحلم به. ويقول الفيلسوف الكندي (الان دونو) في كتابه (نظام التفاهة) القيام بأشياء تفاهة ملحة أسهل من القيام بأشياء مهمة غير ملحة، حيث تشكل مكونات ورموزا تفاهة وشخصيات تفاهة ووسائل تفاهة وقد عمّلت على هذا المفهوم أغلب وسائل التواصل الاجتماعي رغم أنّها تفتعل وتدّعي أنّها تضع ضوابط لمنع المحتوى الهابط عبر منصاتها. وهناك تطبيقات تمنع المحتوى الهادف أو الجاد وتحذفه لأنّه لا يتناسب

عليها مثل اليابان، ونحن في مجتمعنا العراقي لا بد من الالتفات إلى إضافة فصول دراسية لتحصين الشباب ضد هذه الثقافة أو إضافة فصول دراسية إلى التربية الإسلامية تبني موضوع الأخلاق وتحصين الطلبة ضد ثقافة التفاهة. العراق في الفترة الأخير قام بمحاسبة أصحاب المحتوى الهابط وتجريمهم رغم المحاولات التي هنا وهناك التي تدّعي الحرية وهي راسخة في عبودية الحرام والضلال، وهذا لا يليق بشبابنا الإسلامي المؤمن والسائر خلف خطى الأئمة الأطهار، فلا بد من الالتفات والانتباه جيداً إلى مرامي وأهداف هذه الوسائل الداعمة لهذه الثقافة التي أصبحت مؤثراً خطيراً بسبب تراكمها وتزاحمها في محاولة الاستحواذ على عقول الشباب، وأكثر ما يثير الخوف ويدعو إلى الحذر هو الكم الهائل من المواقع والصفحات الداعية للعنف والقتل والكراهية، والتي تجاوزت موضوع تفاهة الثقافة بكثير وأصبحت تهدد السلم المجتمعي عن طريق بث الكراهية والحقد بين الطوائف والديانات والعرق البشري، وكذلك الداعية إلى الانحرافات الأخلاقية والإلحاد وخير من يجارب هذه الثقافة التي تستهدف الشباب هم الشباب أنفسهم لأنهم الأقدر والأجدر إذا ما قرروا ذلك.

وخصوصية المشتركين لأنها قائمة في الأصل على الدعوة للتفاهة ومثال ذلك الكثير مثل التيك توك والانسثغرام، وقد صممت الكثير من التطبيقات لتستهدف مجتمعات بعينها لتغيير قناعاتها، وتحييد الشباب عن الدور الريادي في البناء والتنمية وإشغالهم بما لا يخدم بلدانهم وشعوبهم ويعزز عندهم الخمول والتواكل والعبث وفقدان القدرة على العمل والدراسة وشعوره بعدم جدوى كل ذلك حيث بوسعه أن يحصل على المال وهو جالس أمام الحاسوب أو الموبايل بمجرد أن يكثر من المحتوى التافه، ولطالما تم حذف حسابات لأن محتواها جاد وهادف وغير هابط. ومن هنا انتبهت بعض الدول لهذا الأمر فمنعت بعض التطبيقات في بلدانها وبدأت بمحاربة ثقافة التفاهة التي يروج لها بقوة بكل ما أُتيح لها بل إن بعض الدول استحدثت مادة الأخلاق كمادة أساسية في مناهجها وتهتم في تدريسها وتحاسب

اختصار "Ctrl + Enter" : تحسين الكفاءة وتسريع إنجاز المهام اليومية

أمجد رمزي

في عالمنا المعاصر، إذ أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءًا أساسيًا من حياتنا اليومية، باتت الحاجة إلى تحسين الكفاءة وتقليل الوقت المهدر أحد أبرز أولويات الأفراد. ومن بين الأدوات البسيطة التي تساهم بشكل فعّال في تحقيق هذا الهدف، يبرز اختصار لوحة المفاتيح "Ctrl + Enter" كأداة قوية يمكن أن تساهم في تسريع إنجاز المهام اليومية سواء في العمل أو في الحياة الشخصية.

أهمية اختصارات لوحة المفاتيح تعتبر لوحة المفاتيح الوسيلة الرئيسية للتفاعل مع الأجهزة الرقمية، ومع الاستخدام المتزايد للأدوات والبرامج في حياتنا اليومية، أصبح من الضروري تعلم كيفية استخدام اختصارات لوحة المفاتيح التي تساهم في توفير الوقت والجهد. العديد من الاختصارات مثل "Ctrl + C" و "Ctrl + V" (لنسخ ولصق) لكن اختصار "Ctrl + Enter" قد يكون أقل شهرة على الرغم من تأثيره الكبير في تسريع إنجاز المهام.

تطبيقات اختصار "Ctrl + Enter" لإرسال البريد الإلكتروني فورًا بعد كتابته، دون الحاجة إلى تحريك المؤشر للضغط على زر «إرسال». وفي بيئة العمل المزدهمة بالبريد الإلكتروني والمهام المتعددة، يوفر هذا الاختصار وقتًا ثمينًا ويساهم في تقليل الوقت المستهلك في إدارة البريد الإلكتروني.

في العديد من التطبيقات والبرامج، وأشهرها تطبيقات البريد الإلكتروني. لكن أهمية "Ctrl + Enter" حيث يمكن للمستخدم استخدامه لا تقتصر على البريد الإلكتروني

فحسب، بل يمكن استخدامه في برامج أخرى مثل "Google Docs" أو "Microsoft Word" لإتمام عمليات متكررة بسرعة ودون الحاجة للانتقال بين القوائم والنوافذ. حالة مهمة معينة، يصبح قادرًا على التركيز على المهام الأكثر أهمية. وهذا بدوره يعزز القدرة على إدارة الوقت بشكل أفضل، مما يؤدي إلى إنجاز المزيد من المهام في وقت أقل.

تأثير "Ctrl + Enter" في الحياة الشخصية

الاستفادة القصوى من "Ctrl + Enter" في العصر الرقمي

لا يقتصر استخدام اختصار "Ctrl + Enter" على بيئات العمل فقط، بل يمكن أن يكون له دور كبير في الحياة الشخصية أيضًا. فالكثير من الأشخاص يواجهون تحديات يومية في إدارة بريدهم الإلكتروني وتنظيم مهامهم. من خلال تسريع العمليات المتكررة، يمكن لهذا الاختصار أن يساعد الأفراد في إتمام المهام بشكل أسرع، مما يقلل من الضغط ويزيد من الفعالية في التعامل مع الأنشطة اليومية.

الختام

على الرغم من أن اختصار "Ctrl + Enter" يبدو بسيطًا جدًا، إلا إنَّ له تأثيرًا كبيرًا في تحسين الكفاءة وتسريع إنجاز المهام اليومية، من خلال استخدام هذه الأدوات الذكية يمكننا توفير الوقت والتركيز على الجوانب الأكثر أهمية في حياتنا الشخصية والمهنية، مما يساعدنا على العيش بشكل أكثر تنظيمًا وكفاءة.

تعزيز التنظيم الشخصي

باستخدام "Ctrl + Enter"

يعتبر اختصار "Ctrl + Enter" من الأدوات التي تساهم في تحسين التنظيم الشخصي. فعندما يستطيع الفرد تسريع بعض العمليات البسيطة، مثل إرسال رسائل البريد الإلكتروني أو تحديث



عطاء الشباب بين روادها



أساس المجتمع، لذا كانت لأسرة المجلة مهمة دقيقة وحساسة في انتقاء المواضيع، وطرح الأفكار في مختلف التوجهات. المجلة حريصة على الحضور الدائم في المحافل الأدبية، ليكون لها تفاعل وتماس مباشر ومستمر مع شريحة الشباب، من أجل الاطلاع على آرائهم وطموحاتهم ومقترحاتهم، وتكوين الشخصية المتوازنة القادرة على النجاح والإبداع، وتعزيز مفهوم تكامل عنصر الشباب عقلاً وروحاً وسلوكاً.

تحتفي مجلة (عطاء الشباب)، باهتمام الشباب من رواد المعارض والمحافل الثقافية وذلك لما فيها من تنوع في المواضيع التي تخاطبهم، بالإضافة إلى طرح المشاكل التي يعانون منها، وتقديم الحلول الناجعة لها. المجلة لها أهمية كبيرة نظراً لأهمية الفئة التي تخاطبها، إذ أنها تخصص فئة عمرية مهمة في المجتمع، فهي تخاطبهم وتناغم أفكارهم وترشدتهم لما ينفعهم في مواجهة صعوبات الحياة، وتحثهم على الإبداع، لأنهم

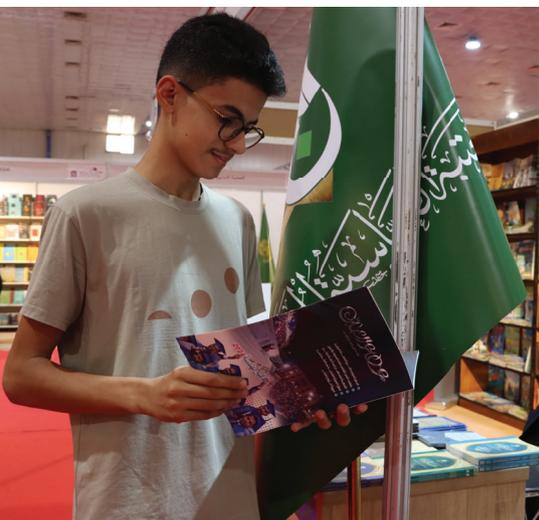
للتواصل مع مجلة عطاء الشباب أو المشاركة فيها بمواضيع تخص فئة الشباب إرسال المشاركات عبر الإيميل الآتي:

sadayat14@gmail.com

أو مراسلة صفحة مجلة عطاء الشباب في Facebook:

رابط الاتصال على:
Facebook





الانحرافات المجتمعية وتأثيرها على النسيج الاجتماعي

محمد طالب

الانحرافات المجتمعية ظاهرة معقدة لها أسباب متعددة، وهي ليست مجرد سلوكيات فردية طارئة، بل تعكس خللاً في البنية الاجتماعية والثقافية والاقتصادية للمجتمع، وهذه الظواهر تتجلى في العديد من الصور، مثل انتشار الخرافات، اللجوء إلى السحر والشعوذة، الانحراف الأخلاقي، والتفسيخ القيمي، وكلها تهدد استقرار المجتمع وتماسكه.

إنَّ من أهم أسباب هذه الانحرافات ضعف الوعي الديني الصحيح وانتشار الفهم المغلوط للمفاهيم العقائدية، مما يجعل بعض الأفراد عرضة لاستغلال الدجالين والمشعوذين.

فقد نجد من يعتقد أنَّ حلَّ مشاكله الحياتية يكمن في زيارة أشخاص يدَّعون امتلاك قدرات خارقة، أو اللجوء إلى طقوس غير عقلانية بغرض جلب الرزق أو فكِّ السحر

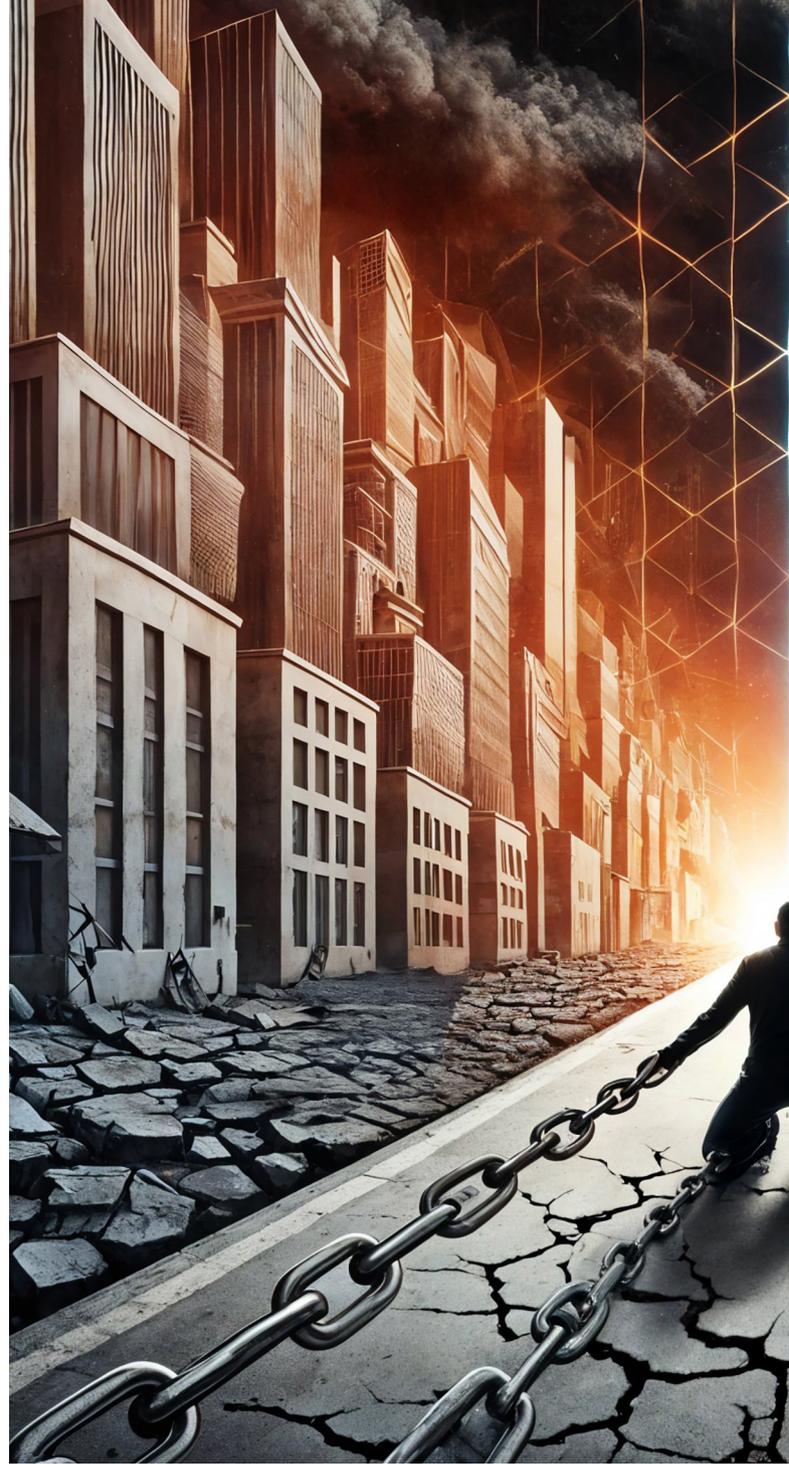
وهذه الممارسات تعكس حالة من الجهل الذي يتغذى على غياب التوجيه الديني والعلمي الصحيح، حيث لم يتم بناء أساس متين من الوعي لدى الأفراد منذ الصغر.

البيئة الاجتماعية تلعب دورًا كبيرًا في تفشي هذه الظواهر، فحينها يسود الفقر والبطالة، تزايد الحاجة للبحث عن حلول

سريعة، حتى وإن كانت وهمية، على سبيل المثال: في بعض المجتمعات التي تعاني من معدلات بطالة مرتفعة، يلجأ الناس إلى العرافين بحثًا عن بصيص أمل في مستقبل أفضل، وهذا ما يفسر استمرار هذه الظاهرة رغم التقدم العلمي والتكنولوجي. كذلك، إنَّ ضعف المؤسسات التعليمية وعدم تحديث المناهج الدراسية بما يتناسب مع تطورات العصر، يجعل العقول أكثر عرضة للتأثر بالمفاهيم الخاطئة، ويترك الأفراد بلا مناعة فكرية كافية لمواجهة الخرافات.

المفاهيم بشكل غير مباشر، سواء عبر الإعلانات التي تدّعي امتلاك حلول خارقة للمشاكل، أو من خلال شخصيات مؤثّرة تستغل سداجة الجمهور لتحقيق مكاسب مالية. إن محاربة الانحرافات المجتمعية تتطلب استراتيجية شاملة تشمل إصلاح التعليم، دعم البحث العلمي، وتعزيز دور المؤسسات الدينية في تقديم خطاب معتدل مبنيّ على أسس عقلانية، كما أنّ التشريعات القانونية يجب أن تواكب هذه التحديات.

حيث يتم وضع قوانين صارمة تجرّم الاستغلال القائم على السحر والشعوذة والخرافات، تمامًا كما يحدث في بعض الدول التي تفرض عقوبات مشددة على من يمارسون هذه الأعمال أو يروجون لها، ولا يمكن أن يتحقق الإصلاح المجتمعي دون تعزيز العدالة الاجتماعية، فحينما يحصل الأفراد على فرص عمل حقيقية وتعليم جيد ورعاية صحية متكاملة، فإنهم لن يضطروا للجوء إلى أساليب غير منطقية لحل مشكلاتهم. إنّ المجتمعات التي تشهد نهضة حقيقية هي تلك التي تستثمر في الإنسان، وتعطيه الأدوات التي تجعله قادرًا على التفكير السليم واتخاذ القرارات الصحيحة، وهذا يتطلب تضافر الجهود بين المؤسسات الحكومية، الدينية، التعليمية والإعلامية، إضافة إلى دور الأفراد أنفسهم في رفض كل ما يتعارض مع المنطق والعلم. أخيراً، لا يمكن القضاء على الانحرافات المجتمعية بين ليلة وضحاها، لكنّها معركة تحتاج إلى وعي وإصرار، فالمجتمع الذي ينهض هو ذاك الذي يواجه مشكلاته بشجاعة ويعمل على بناء مستقبل خالٍ من الجهل والخرافات، حيث يسود العقل، ويسود العلم، وتسود القيم النبيلة التي تضمن حياة أكثر استقراراً ورقياً للجميع.



الأسرة هي الحصن الأول ضد الانحرافات، فإذا نشأ الطفل في بيئة تدعوه إلى التفكير النقدي وتعلّمه التمييز بين الصحيح والخطأ، فإنه لن يكون فريسة سهلة لمن يروّجون للوهم، ومع ذلك، فإن دور الأسرة وحده لا يكفي، إذ تحتاج المجتمعات إلى وسائل إعلام مسؤولة تقدّم محتوى هادفاً يساهم في تشكيل وعي الأفراد بدلاً من ترسيخ الصور النمطية وتغذية الخرافات، وللأسف، فإن بعض البرامج التلفزيونية ومنصات التواصل الاجتماعي أصبحت تروج لهذه



دور الشباب في ترسيخ القيم الدينية والاجتماعية

حيدر الصالح



في عالم متسارع التغير، يبقى الشباب الركيزة الأساسية لبناء المجتمعات وتطويرها، فهم يحملون آمالاً واسعة وطموحات كبيرة تتجاوز حدود الزمن والجغرافيا. ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية رعاية هذه الشريحة الفاعلة والاهتمام بتطلعاتها وتوجيهها نحو تحقيق الأهداف النبيلة، خصوصاً في ظل التحديات الثقافية والفكرية التي تواجهها المجتمعات الإسلامية اليوم.

وفي هذا الإطار، أجرت مجلة «عطاء الشباب» لقاءً مع الأستاذ ماهر خالد، مسؤول شعبة العلاقات الجامعية والمدرسية في قسم العلاقات العامة بالعتبة العباسية المقدسة، للحديث عن أبرز نشاطات مشروع «فتية الكفيل» ودوره في دعم الشباب وترسيخ القيم الدينية والاجتماعية.

إدراكاً لأهمية الشباب ودورهم المحوري في صناعة المستقبل، تُولي العتبة العباسية المقدسة اهتماماً خاصاً بهذه الفئة، وتسعى إلى تعزيز دورها في المجتمع من خلال برامج ومبادرات تساهم في توجيه طاقاتها نحو العمل الهادف. ومن بين هذه المبادرات، يأتي مشروع «فتية الكفيل»، الذي أطلقتته شعبة العلاقات الجامعية والمدرسية في قسم العلاقات العامة، بهدف دعم الشباب وتوفير بيئة ملائمة لتنمية قدراتهم ومهاراتهم، إلى جانب تشجيعهم على الانخراط في العمل التطوعي والاجتماعي، وإحياء روح الهوية الإسلامية.



شهد المشروع العديد من الفعاليات الثقافية والتوعوية التي استهدفت فئات متعددة من الطلبة في مختلف الجامعات العراقية.



ومن بين أبرز هذه الفعاليات، مهرجان «أميرة الشام» السنوي الثاني الذي أقيم بالتعاون مع جامعة الإمام جعفر الصادق عليه السلام فرع ميسان، تخليدًا لذكرى وفاة السيدة زينب عليها السلام. تضمّن المهرجان مجموعة من الفعاليات التي افتُتحت بتلاوة آيات من الذكر الحكيم، أعقبها الوقوف لقراءة سورة الفاتحة على أرواح شهداء العراق، والاستماع إلى النشيد الوطني العراقي ونشيد العتبة العباسية «لحن الإباء». كما تحلّل المهرجان كلمات توجيهية ألقّتها شخصيات دينية وأكاديمية، بالإضافة إلى محاضرات عن سيرة السيدة زينب عليها السلام ودورها في نشر رسالة الإصلاح والتضحية، والتي استهدفت غرس القيم الإسلامية لدى الطلبة وتعزيز الوعي بأهمية القدوة الحسنة في بناء الشخصية.

كما كان لجامعة كركوك نصيب في استضافة النسخة الخامسة من مهرجان «العقيلة»، الذي أقيم تحت شعار «عفة وجهاد»، حيث شهدت فعالياته مشاركة واسعة من الطلبة والأساتذة. اشتملت الفعاليات على محاضرات فكرية، وفقرات شعرية ألقيت خلالها قصائد تعبر عن مكانة السيدة زينب عليها السلام في وجدان الأمة.

ومن أهم محطات المهرجان، تكريم ٢٥٠ طالبة ممن التزمْنَ بارتداء العباءة الزينية داخل الحرم الجامعي، وذلك تعزيزًا للقيم الإسلامية والهوية الثقافية. وأكد المشاركون أنّ هذه الفعاليات تترك أثرًا كبيرًا في توجيه الشباب نحو التمسك بثوابت الدين ومبادئه الأصيلة.

وفي جامعة الموصل، نظّم قسم العلاقات العامة في العتبة العباسية المقدسة مهرجان «نبي الرحمة الثقافي» السنوي الثالث، احتفاءً بذكرى المبعث النبوي الشريف، حيث شهد المهرجان حضور شخصيات أكاديمية ودينية بارزة، بالإضافة إلى طلبة من مختلف الخلفيات الدينية والثقافية، ما يعكس روح التعايش السلمي بين مختلف مكونات المجتمع العراقي.

واشتملت الفعاليات على تلاوة القرآن الكريم، وكلمات توجيهية، إلى جانب أنشطة ثقافية متنوعة مثل المسرحيات الهادفة والمعارض الفنية، التي جسّدت القيم النبوية وتعاليم الإسلام السمحة.

وفي هذا السياق، تبرز أهمية هذه الفعاليات في توعية الشباب وتعريفهم بالنهج النبوي القويم، إلى جانب



تحفيزهم على التحلي بالأخلاق الفاضلة في حياتهم اليومية. كما أشار القائمون على المشروع إلى أن هذه المهرجانات الثقافية لا تقتصر على نقل المعرفة فقط،



نقاشية وورش تنمية تهدف إلى تطوير مهارات الطلبة العلمية والفكرية، وتعزيز إدراكهم بأهمية البحث والتعلم المستمر.

أما في جامعة القادسية، فقد نظم مشروع «فتية الكفيل» مهرجان «الولادات الميمونة» الثقافي السنوي الثالث، الذي ضم فقرات متنوعة شملت محاضرات فكرية، وأمسيات شعرية، وتكريماً خاصاً لطلبات الجامعة المرتديات العباءة العراقية، واللاتي بلغ عددهن ٣١٣ طالبة.

كما شهد المهرجان افتتاح محطات ثقافية متعددة، استهدفت تعزيز الوعي الديني والثقافي بين الطلبة من

بالإضافة إلى كليتي الإمام الكاظم (عليه السلام) والتربية المفتوحة. وشهد الحفل تكريم الحافظات للقرآن الكريم والطلبات المتميزات، إلى جانب تقديم محاضرات وورش عمل حول أهمية الحجاب في تعزيز الهوية الإسلامية.

وفي جامعة بغداد، تزامنت محطات «فتية الكفيل» الثقافية مع المهرجان السنوي «السبت المنتظر»، حيث استمرت الفعاليات خمسة أيام، واشتملت على محطات ثقافية متنوعة، مثل «اقرأ كتاباً واقتنيه لنفسك مجاناً»، التي هدفت إلى تعزيز القراءة بين الشباب، ومحطة طباعة المصحف الشريف، بالإضافة إلى حلقات

بل تسهم أيضاً في بناء جسور التواصل بين الأجيال المختلفة، وتعزز روح التعاون والعمل الجماعي.

وبمناسبة ذكرى الولادات الشعبانية، نظم مشروع «فتية الكفيل» الوطني بالتعاون مع مكتب المتولي الشرعي للشؤون النسوية الحفل السنوي السابع لتكريم الطالبات المرتديات العباءة العراقية في جامعات محافظة بابل، وذلك تحت شعار «العباءة عفة وجهاد». استمر الحفل ثلاثة أيام في مجمع الشيخ الكليني (قدس سره)، وشارك فيه أكثر من ٢٠٠٠ طالبة من جامعات بابل والقاسم الخضراء والحلة والمستقبل،



الشباب وتطوير مهاراتهم في مجالات متعددة، منها التنمية البشرية، القيادة، والإعلام الرقمي، بهدف إعداد جيل شبابي قادر على تحمل المسؤولية والمساهمة في بناء المجتمع. ويسعى المشروع أيضًا إلى توظيف وسائل الإعلام الحديثة ووسائل التواصل الاجتماعي لنشر الوعي والتفاعل مع الشباب بطرق مبتكرة تتناسب مع اهتماماتهم.

ويواصل مشروع «فتية الكفيل» الوطني مسيرته في تعزيز القيم الدينية والاجتماعية بين الشباب، من خلال أنشطته المستمرة التي تشمل مجالات متعددة، من الوعي الديني إلى التنمية البشرية، إضافة إلى تعزيز روح العمل التطوعي لدى الطلبة في مختلف المحافظات العراقية. هذه الجهود تسهم بشكل مباشر في بناء جيل واع، قادر على حمل رسالة القيم والمبادئ السامية، ليكون عنصرًا فاعلًا في نهضة المجتمع وتقدمه، ومؤهلًا للمساهمة في مستقبل مشرق.



خلال المناقشات الفكرية، والندوات العلمية، والمحاضرات التنموية. ولا يقتصر مشروع «فتية الكفيل» على إقامة الفعاليات والمهرجانات فقط، بل يمتدُّ إلى برامج مستمرة تهدف إلى دعم

الصبر في مواجهة المحن: كيف يصبح الصبر عادة إيمانية؟

حيدر الجواد

الصبر هو من أسمى الفضائل التي دعا الإسلام إلى التحلي بها، وهو أحد ألوان التقوى التي تميز المؤمن الصادق. فالصبر ليس مجرد تحمل للشدائد والمصاعب، بل هو سلوك مستمر يعكس إيمان الشخص بالله سبحانه وتعالى. في عالمنا المعاصر، حيث تزداد التحديات والمشاكل، يصبح الصبر أداة ضرورية تمكن الإنسان من مواجهة صعوبات الحياة بثبات وثقة، بما يعكس على حياته الشخصية وعلاقاته المجتمعية.

القرآن الكريم ذكر الصبر في العديد من الآيات التي جعلت منه صفة أساسية للمؤمنين الذين ينجحون في اختبار الحياة. يقول الله عز وجل في كتابه الكريم: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ" (آل عمران: ٢٠٠).

الآية تدعونا للتحلي بالصبر في مواجهة الفتن والابتلاءات، مع ضرورة التقوى والطاعة؛ لأن الصبر في تلك المواقف هو وسيلة لتحقيق الفلاح في الدنيا والآخرة. فالصبر على الشدائد هو الطريق إلى النصر، وهو أيضاً دليل على قوة إيمان الشخص. ومن الآيات الأخرى التي تبين فضل الصبر: "وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ" (النحل: ١٢٧).

هنا يبين الله تعالى أن الصبر هو نعمة من الله، وأنه لا يمكن تحقيقه إلا بتوفيق الله ورعايته. لذا يجب على المؤمن أن يتوكل على الله، ويعلم أن قدرته على الصبر تتزايد بتوكل قلبه على الله في كل أموره. كذلك نجد في قوله تعالى: "وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ" (البقرة: ١٥٥).

الآية تذكرنا بأن الابتلاءات جزء من حياة المؤمن، وأنه لا بد من مواجهتها بالصبر. وقد بشر الله الصابرين بأن لهم جزاءً عظيماً عنده في الدنيا والآخرة. الرسول الأعظم ﷺ كان صبره نموذجاً يُحتذى به، رغم التحديات التي واجهها من أعداء الحق. وفي واقعة كربلاء، أظهر الإمام



الحسين عليه السلام أعلى درجات الصبر والثبات رغم الظلم الذي تعرض له وأهل بيته.

ولكي يصبح الصبر عادة إيمانية، يجب على المسلم أن يوجه قلبه نحو الله في كل لحظة من لحظات الحياة. يبدأ ذلك بالتوكل على الله واليقين بأن كل شيء بيد الله سبحانه وتعالى، وأنه لا يأتي من بعد المصائب إلا الخير. وينبغي للمؤمن أن يتذكر دائماً قول الله تعالى: "إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا" (الشرح: ٦). إيمان المؤمن بأن الله لا يبتليه إلا ليختبره ويزيده في الأجر يجعل الصبر سلوكاً مستمراً.

الصبر يعد ركيزة أساسية في حياة المؤمن، وهو المفتاح إلى الفلاح والنجاح في الدنيا والآخرة. من خلال تعلم الصبر وتطبيقه في حياتنا اليومية، نتمكن من مواجهة تحديات الحياة بثبات، مدركين أن الله سبحانه وتعالى لا يضيع أجر من صبر.



التقنيات الحديثة في التعليم: خمسة أنواع أساسية لتعزيز التعلم

حسنين العكيلي

يشهد التعليم في مختلف دول العالم عمليات تطوير وتحديث مستمرة لمواكبة متطلبات العصر الرقمي، إذ أصبح استخدام التقنيات الحديثة ضرورة لتعزيز قدرات الطلاب وتنمية مهاراتهم الإبداعية، فالاستفادة من الأدوات والتقنيات المتطورة في العملية التعليمية تساهم في تحسين جودة التعلم وتوسيع آفاق المعرفة لدى المتعلمين.

نسلط الضوء على خمسة من أهم أنواع التقنيات الحديثة في التعليم، مع توضيح الفروقات بين وسائل التعليم وتقنيات التعليم، وأثرها في تحسين بيئة التعلم وتطوير مهارات الطلاب.

أولاً: تقنية الواقع الافتراضي

يُعرّف الواقع الافتراضي على أنه بيئة رقمية تفاعلية ثلاثية الأبعاد، يتم إنشاؤها بواسطة برامج الحاسوب، وتُعرض من خلال نظارات الواقع الافتراضي، مما يمنح المستخدم تجربة غامرة تشعره وكأنه داخل عالم حقيقي، يمكن أن يكون هذا العالم خياليًا أو محاكاة دقيقة للواقع، حيث يتفاعل المستخدم مع البيئة الافتراضية عبر حواسه واستجاباته الفسيولوجية.



وتنقسم تقنية الواقع الافتراضي إلى نوعين رئيسيين:

نظارات مستقلة: تعمل بذاتها دون الحاجة إلى هاتف ذكي أو جهاز إضافي.

نظارات تعتمد على الهاتف الذكي: وهي الأكثر شيوعاً، حيث تتطلب إدخال الهاتف الذكي ليعمل كوسيط لعرض المحتوى الافتراضي.

تستخدم تقنية الواقع الافتراضي بشكل متزايد في مجالات التعليم، حيث توفر بيئة تفاعلية تحفز الاستكشاف والتعلم بطريقة أكثر جاذبية وواقعية.

ثانياً: تقنية الواقع المعزز

تمثل تقنية الواقع المعزز مزيجاً متكاملًا بين العالمين الحقيقي والافتراضي، إذ تتيح دمج العناصر الرقمية مع البيئة المحيطة، مما يوفر تجربة تفاعلية متطورة وعلى عكس الواقع الافتراضي، الذي يغمر المستخدم بالكامل في بيئة رقمية، فإن الواقع المعزز يسمح له بالبقاء على اتصال بالعالم الحقيقي مع إضافة عناصر افتراضية تعزز التجربة وفقاً للهدف المطلوب.

تستخدم هذه التقنية في العديد من المجالات، مثل التعليم، إذ يمكنها تحويل الكتب التقليدية إلى محتوى تفاعلي. وفي الطب، حيث تساعد في التدريب الجراحي، إضافةً إلى استخدامها في

الترفيه والتسويق لتعزيز تجربة المستخدم بطرق مبتكرة.

ثالثاً: ألواح الكتابة التفاعلية الرقمية.

تُعدُّ ألواح الكتابة التفاعلية الرقمية من أبرز التقنيات الحديثة المستخدمة في التعليم، حيث توفر تجربة تعليمية أكثر تفاعلية وسهولة في العرض والتوضيح وهي عبارة عن شاشات عرض كبيرة تتصل بجهاز الكمبيوتر أو جهاز العرض (البروجكتور)، مما يسمح بعرض محتوى سطح المكتب عليها والتحكم به عبر قلم خاص، أو اللمس بالإصبع، أو باستخدام أجهزة إدخال أخرى.

مزاياء ألواح الكتابة التفاعلية الرقمية تعزيز التفاعل: تتيح للمعلمين والطلاب التفاعل مع المحتوى التعليمي من خلال الكتابة المباشرة، أو الرسم، أو تحريك العناصر الرقمية.

تنوع أساليب التدريس: تدعم عرض الوسائط المتعددة مثل الفيديوهات والصور والرسوم التوضيحية، مما يسهل شرح المفاهيم المعقدة.

حفظ ومشاركة المحتوى: يمكن تخزين الملاحظات والمخططات التي يتم تدوينها على اللوح، ثم مشاركتها مع الطلاب لاحقاً، مما يساعد في تحسين الاستيعاب والمتابعة.

تكامل مع البرمجيات التعليمية: تتوافق مع العديد من التطبيقات والبرامج التفاعلية، مما يجعلها أداة قوية لدعم التعلم الإلكتروني والتعليم عن بُعد.

بفضل هذه المزايا، أصبحت ألواح الكتابة التفاعلية الرقمية جزءاً أساسياً في الفصول الدراسية الحديثة، حيث تعزز من جودة العملية التعليمية وتسهم في إشراك الطلاب بطرق أكثر ديناميكية وفعالية.

رابعاً: السبورات الذكية

تُعدُّ السبورات الذكية من أبرز تقنيات التعليم الحديثة، حيث أحدثت نقلة نوعية في طرق وأساليب التدريس وهي عبارة عن أجهزة حاسوب متطورة مزودة بشاشات كبيرة فائقة الوضوح، تُدار عبر تقنية اللمس، مما يجعلها أداة تفاعلية تسهم في تحسين العملية التعليمية داخل الفصول الدراسية، بالإضافة إلى استخدامها في الاجتماعات، المؤتمرات، والندوات.

خامساً: الأجهزة اللوحية

(التابلت)

تُعدُّ الأجهزة اللوحية (التابلت) من أبرز التقنيات الحديثة في التعليم، حيث تجمع بين سهولة النقل والاستخدام في أي مكان، إلى جانب إمكانية الاحتفاظ بالكتب الإلكترونية والمصادر التعليمية التفاعلية، مما يجعلها أداة تعليمية مرنة وعملية.

قوة الحوار في بناء المجتمعات وتجاوز الخلافات

جود محمد

في عالم تتسارع فيه التغيرات وتتراكم المعوقات، يصبح الحوار أداة لا غنى عنها لتحقيق التفاهم وتعزيز الاستقرار الاجتماعي؛ لأنه الوسيلة التي يمكن من خلالها تحويل التباينات الفكرية إلى مصدر إثراء بدلاً من أن تكون سبباً في النزاعات والصراعات، كما إن غياب الحوار الفعّال يؤدي إلى تفاقم الأزمات، سواء على مستوى الأفراد أو الجماعات أو حتى بين الدول، لذلك، فإن إرساء ثقافة الحوار ليس مجرد ترف، بل ضرورة تملئها طبيعة الحياة المعاصرة التي تتطلب تواصلًا واعياً وقائماً على الاحترام المتبادل.



الحوار ليس مجرد تبادل للكلمات، بل هو منظومة متكاملة تقوم على الاستماع الجيد واحترام الرأي الآخر، والانفتاح على وجهات النظر المختلفة، إذ إن القدرة على الحوار البناء تمثل حجر الأساس لأي مجتمع يسعى إلى التطور والتماسك، حيث تمكن الأفراد من تجاوز الخلافات عبر النقاش العقلاني بعيداً عن التعصب والانغلاق، وإذا ما ألقينا نظرة على المجتمعات المتقدمة، نجد أن الحوار هو السمة الأبرز التي أسهمت في

نهضتها، سواء في السياسة أو الاقتصاد أو حتى في الحياة الاجتماعية. من أن تكون منصات للحوار الهادف.

” لقد أدّى غياب التربية على ثقافة الحوار

منذ الصغر إلى ضعف قدرة الأفراد على

إدارة نقاشات مثمرة، مما يجعل الخلافات

تتحول بسرعة إلى نزاعات غير منتجة،

ويمكن أن نجد أمثلة عديدة على أهمية

” الحوار في حل المشكلات وتعزيز التفاهم.

على المستوى السياسي، تمكّنت دول

عديدة من تجاوز أزماتها الداخلية عبر

الحوار الوطني، حيث يُعدّ «الحوار



التونسي» مثلاً ناجحًا عندما اجتمعت القوى السياسية المختلفة للوصول إلى حلول توافقية جنبت البلاد صراعات كادت أن تعصف بها. وفي مجتمعات أخرى، مثل جنوب أفريقيا بعد انتهاء نظام الفصل العنصري، كان الحوار الذي قاده نيلسون مانديلا عاملاً أساسياً في تحقيق المصالحة الوطنية وتفادي الانزلاق في دوامة العنف. أما على المستوى الاجتماعي، فإن الحوار بين الأجيال يلعب دوراً محورياً

في نقل الخبرات وتعزيز التفاهم بين الفئات العمرية المختلفة، ففي بعض المجتمعات، أدت الفجوة بين الأجيال إلى تفكك العلاقات الأسرية، حيث يجد الشباب أنفسهم في مواجهة مستمرة مع الأفكار الدخيلة على المجتمع، بينما يشعر كبار السن بأن الأجيال الجديدة لا تحترم قيمهم، والحل لهذه المعضلة يكمن في الحوار الصادق النابع من تعاليم ديننا الإسلامي والذي يُقرّر بتغير الزمن وتطور المفاهيم، مع الحفاظ على القيم الأساسية التي تعزز التماسك الأسري والمجتمعي.

ولتعزيز ثقافة الحوار في مجتمعاتنا، لا بد من العمل على عدة مستويات، تبدأ من الأسرة التي ينبغي أن تكون النموذج الأول للحوار البناء، حيث يتعلم الأطفال من والديهم كيف يعبرون عن آرائهم بحرية واحترام، كما يجب أن تلعب المؤسسات التعليمية دوراً رئيسياً في غرس هذه الثقافة، عبر تشجيع الطلاب على النقاش وتبادل الأفكار بدلاً من أسلوب التلقين الذي يحدّ من قدرتهم على التفكير النقدي، كذلك، يجب أن تتحمل وسائل الإعلام مسؤولية كبيرة في نشر ثقافة الحوار من خلال تقديم برامج تفاعلية تشجع على النقاش الهادئ والمبني على الحقائق، ولقد أثبتت التجارب أن المجتمعات التي تبني ثقافة الحوار تكون أكثر قدرة على مواجهة الأزمات، وأكثر استعداداً للتطور والابتكار، فالحوار ليس مجرد وسيلة لحل الخلافات، بل هو أداة لبناء الجسور بين الثقافات المختلفة، وتحقيق التفاهم بين الأفراد مهما كانت اختلافاتهم.

الحوار هو الخطوة الأولى نحو مجتمع أكثر تسامحاً وانسجاماً، حيث يصبح احترام الآخر والاستماع إليه قاعدة ثابتة في التعامل اليومي، وما من شك أن غرس هذه القيم في حياتنا اليومية سيجعلنا أكثر قدرة على مواجهة الأفكار الدخيلة التي تحاول طمس الهوية الدينية، وتحديات المستقبل بروح منفتحة وعقلية بناءة.

بناء الثقة بالنفس وقوة الشخصية: مفاتيح النجاح في الحياة الشخصية والمهنية

محمد السعدي



الثقة بالنفس وقوة الشخصية تُعدّان من الركائز الأساسية التي تُسهم في نجاح الفرد على المستويين الشخصي والمهني. وتعني الثقة بالنفس إيمان المرء بقدراته وصفاته وحكمه على الأمور، وهي نظرة إيجابية وصحية للذات. ولا تُعتبر الثقة بالنفس سمة فطرية يولد بها الإنسان، بل هي مهارة يمكن تنميتها وتطويرها مع مرور الوقت. فهي نتاج لتجارب الحياة، والإنجازات، والمعرفة، والمهارات التي يكتسبها الفرد، وعادةً ما يتمتع الأشخاص الواثقون بأنفسهم بقدرة أكبر على التعامل مع التحديات والمواقف الصعبة، كما أنهم أكثر مرونة في مواجهة الإخفاقات والنكسات.

التفكير الإيجابي:

التركيز على الجوانب الإيجابية في الحياة يعزز قوة الشخصية ويساعد على التغلب على الصعوبات. التفكير الإيجابي يُعدّ أداة قوية لتعزيز الثقة بالنفس. الأشخاص الواثقون بأنفسهم يتمتعون بقدرة أكبر على اتّخاذ القرارات بثقة. تنظيم الوقت واتّخاذ قرارات مدروسة يعزز الشعور بالسيطرة على الحياة.

الصبر والمثابرة:

التحلّي بالصبر وعدم الاستسلام أمام العقبات يُسهم في بناء شخصية قوية. المثابرة والجهد المستمر في تحسين الذات تعزز الثقة وتزيد من القدرة على مواجهة التحديات. السعي الدائم لتحسين الذات من خلال القراءة والتعلّم يزيد من المعرفة ويعزز الثقة. التطور الشخصي المستمر يُعدّ مفتاحًا لبناء شخصية قوية.

تطوير المهارات:

العمل على تحسين المهارات الشخصية والمهنية يزيد من احترام الذات ويعزز الثقة بالنفس. كلما زادت معرفتك وقدراتك، زادت ثقتك بنفسك. الصحة الجسدية والنفسية مرتبطتان بشكل وثيق. ممارسة الرياضة، اتّباع نظام غذائي صحي، والحصول على قسط كافٍ من النوم تُسهم في تعزيز الصحة العقلية، مما ينعكس إيجابيًا على الثقة بالنفس وقوة الشخصية.

مواجهة الخوف والقلق:

الخوف والقلق جزء طبيعي من الحياة، ولكن يمكن التغلب عليها باستخدام تقنيات مثل التنفس العميق، التأمل، أو التفكير المنطقي. مواجهة المخاوف بدلاً من تجنبها تُعزز الثقة بالنفس.

التقدير الذاتي:

الاعتراف بالإنجازات، حتى وإن كانت صغيرة، يساعد على بناء قاعدة قوية من الثقة. احتفل بنجاحاتك واعترف بقيمتك. **"باختصار، الثقة بالنفس وقوة الشخصية ليست أمرًا ثابتة، بل يمكن تطويرها من خلال الممارسة اليومية والعمل على تحسين الذات. وباتّباع هذه النصائح، يمكن لأي شخص أن يبني ثقته بنفسه ويعزز من قوة شخصيته، مما يفتح أبواب النجاح في مختلف جوانب الحياة."**

على الجانب الآخر يعاني الأشخاص الذين يفتقرون إلى الثقة بالنفس من عدم الاستقرار النفسي وعدم الشعور بالأمان، مما يجعلهم يتجنبون المواقف الصعبة أو يترددون في اتّخاذ القرارات خوفًا من الفشل. وقد يحتاجون إلى بذل جهد كبير لتجاوز الإخفاقات، وأحيانًا قد يلجؤون إلى طلب المساعدة من متخصصين نفسيين.

هناك عدة طرق يمكن من خلالها تعزيز الثقة بالنفس وبناء شخصية قوية، منها: القبول الذاتي: تقبّل نفسك بكل ما فيها من نقاط قوة وضعف يُعدّ خطوة أساسية لبناء الثقة بالنفس. فعندما تتقبّل ذاتك، تصبح أكثر قدرة على مواجهة التحديات والتعامل معها بشكل إيجابي. وضع الأهداف وتحقيقها: تحديد أهداف واضحة والعمل على تحقيقها يعزز الشعور بالإنجاز ويزيد من الثقة بالنفس. كلما حققت أهدافًا صغيرة، زاد إيمانك بقدراتك.

بناء الإنسان وتربيته في نهج البلاغة

عمّار الخزاعي

المتتبع لنصوص نهج البلاغة يرى بوضوح استراتيجية أمير المؤمنين عليه السلام التي ينطلق منها لبناء الإنسان السوي، فهو يغوص في النفس الإنسانية إلى طبقاتها السفلى؛ وينتهج نهج الطبيب الحكيم، الذي يُشخّص المرض بدقة لا تقبل احتمالية الخطأ، ثمّ يضع له العلاج المناسب، وهناك خصوصية في معالجات أمير المؤمنين عليه السلام للنفس الإنسانية تكمن في بساطتها ويسرها وسهولة تطبيقها، وهذا ما لا تجده عند غير أئمة أهل البيت عليهم السلام، وهو من معجزهم العلمية والمعرفية.

واليوم نحاول في هذه العجالة أن نأخذ درسًا من أمير المؤمنين عليه السلام في كيفية معالجة تتبع عثرات الناس ورميهم بالعيوب، وقد تطرَّق أمير المؤمنين عليه السلام إلى ذلك في كلماتٍ كثيرة منها: ((فَكَيْفَ بِالْعَائِبِ الَّذِي عَابَ أَخَاهُ وَعَيَّرَهُ يَبْلُوَاهُ! أَمَا ذَكَرَ مَوْضِعَ سِتْرِ اللَّهِ عَلَيْهِ مَنْ ذُنُوبِهِ مِمَّا هُوَ أَعْظَمُ مِنَ الذَّنْبِ الَّذِي عَابَهُ بِهِ! وَكَيْفَ يَدْمُهُ بِذَنْبٍ قَدْ رَكِبَ مِثْلَهُ؟! فَإِنَّ لَمْ يَكُنْ رَكِبَ ذَلِكَ الذَّنْبَ بَعَيْنِهِ فَقَدْ عَصَى اللَّهَ فِيهَا سِوَاهُ مِمَّا هُوَ أَعْظَمُ مِنْهُ، وَإِنَّمَا اللَّهُ لَئِن لَمْ يَكُنْ عَصَاهُ فِي الْكَبِيرِ وَعَصَاهُ فِي الصَّغِيرِ، لَجُرَّأْتُهُ عَلَى عَيْبِ النَّاسِ أَكْبَرَ!

يَا عَبْدَ اللَّهِ، لَا تَعْجَلْ فِي عَيْبِ أَحَدٍ بِذَنْبِهِ، فَلَعَلَّهُ مَغْفُورٌ لَهُ، وَلَا تَأْمَنْ عَلَى نَفْسِكَ صَغِيرَ مَعْصِيَةٍ، فَلَعَلَّكَ مُعَذَّبٌ عَلَيْهِ؛ فَلْيَكْفُفْ مَنْ عَلِمَ مِنْكُمْ عَيْبَ غَيْرِهِ لِمَا يَعْلَمُ مِنْ عَيْبِ نَفْسِهِ، وَلْيَكُنِ الشُّكْرُ شَاغِلًا لَهُ عَلَى مُعَافَاتِهِ مِمَّا ابْتُلِيَ بِهِ غَيْرُهُ)) (١).

نسج أمير المؤمنين عليه السلام في هذه النص كلمات بنسيج لا يرقى له كلام ما خلا كلام النبي صلى الله عليه وآله، فهو يذكر ويحذر من يُعيب الناس بستر الله تعالى عليه في عيوبه، فقد يكون العائب له ذنبًا أعظم

من ذنب الميعب ومع ذلك فإن الله تعالى قد ستره ولم يفضحه بين الناس، ولو قال قائل إنني لم أرتكب ذنبًا كذنب هذا الشخص ولذلك يحق لي التشهير به، وهنا يقول له الإمام بأنك إذا لم ترتكب مثل هذا الذنب بعينه فقد يمكن أن تكون ارتكبت ذنبًا آخر لا يقل شناعة عن هذا الذنب، ولو ادعى العائب بأن ذنبي صغير أمام ذنبه، فيجيبه الإمام بأن جرأتك على عيب الناس وفضحهم بذنوبهم أعظم من ذنوبهم نفسها؛ لأنك تفضح مؤمنًا من الممكن أن يتوب فيغفر له الله تعالى، ولكن لو شهّرت به فحتمًا أنك ستمنعه من التوبة بالفضيحة التي تكون فيما بعد دافعًا له لارتكاب المحارم. ثم يوصي أمير المؤمنين عليه السلام الناس بعدم عيب غيرهم، إذ من الممكن أن يرى العائب عظم ذنب غيره بالنسبة لذنبه، ولكن هو لا يعلم بأن من الممكن أن يكون الله تعالى قد غفر لمن يراه بالذنب العظيم ولم يغفر ذنبه الصغير، وعلى ذلك يكون الرأي السليم والبناء القويم لشخصية الإنسان السوي أنه إذا اطلع على عيب غيره أن ينشغل بشكر الله تعالى الذي عصمه من هكذا ذنب أو ستره

عندما اقترف مثل هذا الذنب .

وهكذا يُقدِّم لنا أمير المؤمنين عليه السلام درسًا أخلاقيًا يُعالج ما تتطَّع عند بعض النَّاس الذين يتتبعون عثرات غيرهم من أجل التشهير بهم وفضحهم، وقد لاحظنا أن أمير المؤمنين عليه السلام لم يُقدِّم النصيحة فحسب؛ بل حاجج النفس الإنسانية بكل ما يمكن أن تحتجُّ به على صحة فعلها في عيب غيرها، فتتبع تلك الاحتمالات وأسقطها الواحدة تلو الأخرى، وبذلك لم يعد لها إلا التسليم والإذعان .

وهناك كلمات أخرى لأمر المؤمنين عليه السلام يكشف بها عن حقيقة من يعيب غيره فيقول: ((أَكْبَرُ الْعَيْبِ أَنْ تَعِيبَ مَا فِيكَ مِثْلَهُ)) (٢)، وقوله عليه السلام: ((مَنْ نَظَرَ فِي عُيُوبِ النَّاسِ فَأَنكَرَهَا ثُمَّ رَضِيَهَا لِنَفْسِهِ فَذَلِكَ الْأَحْمَقُ بِعَيْنِهِ)) (٣) .

فالذي يُعيب غيره يرتكب عيبًا أكبر مما عاب به، وهو أحمق بامتياز وذلك لأنه أنكر العيب في غيره ورضاه في نفسه . أعاذنا الله تعالى وإياكم من تتبع عيوب الآخرين، ونسأل الله تعالى أن يُشغلنا بعيوبنا عن عيوب غيرنا .

٢- نهج البلاغة (تحقيق صبحي الصالح): ٥٣٦ .
٣- المصدر نفسه .

١- نهج البلاغة (تحقيق صبحي الصالح): ١٩٧ .



اكرم الفيحان



سامر الحسيني



سامر الحسيني

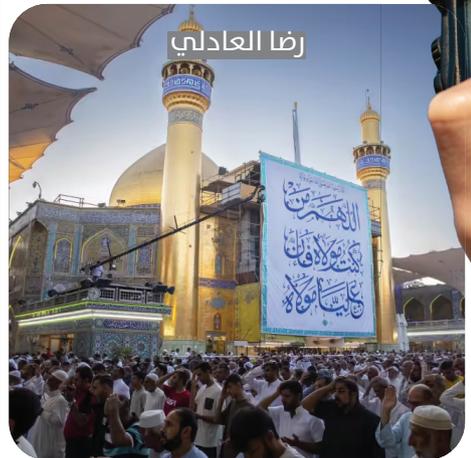


سامر الحسيني



سامر الحسيني





تَبَيُّ الماءِ

القصيدة الفائزة بالمركز الأول في مسابقة الجود العالمية العاشرة للشاعر مبارك لبنان ناصر الجوراني

بحر القوافي وأتبعْتُ الرُؤى سَبِيبا
سبيلُهُ في خبايا بحرِهِ سرِبا
وكنْتُ من مجمعِ الكفِّينِ مُقْتَرِبا
قد كان في الطفِّ من آياتنا عجبا
سأبْلُغُ النّهْرَ أو أمضي له حُقْبا
فرائضُ النهرِ في مجراه واضطربا
ملامحُ الماءِ حتى لونه تُربا
مابالُ مائي إلى خلفي قد انسحبا؟
مُدُّ مَسْنِي كَفُّهُ أصبحتُ مُلْتَهبا
أم أن موسى عليها بالعصا ضربا؟
إنِّي أرى قربةً لا تُشْبِهُ القِرْبا
سربُ النوارسِ أن الجودَ قد نَضَبا

رَكِبْتُ فيمن إلى شُطآنِهِ رَكِبا
يطوفُ بي زورقُ الإلهامِ مُتَخِداً
حتَّى إذا ما دنا فِكْري لِشاطِئِهِ
نوديتُ أن بوركَ العباسُ من قمرِ
إذ قالَ عباسُ في يومٍ لقربَتِهِ
فسارَ حتى تدانِي منه فارتعدتُ
وقطرةً قطرةً من وجهه رشحتُ
فلاذَّ بالجُرفِ مفزوعاً يُسألُهُ
برُودَتِي لم تُعدْ تسري بأوردتِي
جبريلُ هزَّ على جُزْفِي أَجْنَحَةً
من أنت؟ ماتلك في يَمناكَ يسألُهُ
فقالَ إنِّي نَبِيُّ الماءِ أنبأني



وَتَمَّ وَرَدُّ عَلَى غَصَنِ الظَّمَا صُلْبَا
أَسْقَى الحَيَاةَ نَقَاءً والوَجُودَ إِبَا
كَفُّ مِنَ المَاءِ حَتَّى تَحْرِقَ الحُجْبَا
سَوَادِ طَيِّبَاتِهَا الإِبْثَارُ قَدْ كُنْبَا
فِي المَاءِ تُخْرِجُ مِنَ اطْرَافِهَا اللِّهْبَا
إِنْ لَمْ يَكُ المَاءُ فِي الخَيْمَاتِ قَدْ شُرْبَا
وَقَطَعَ النَهْرُ جُرْفِي شَطِّهِ إِرْبَا
مَا كُنْتَ لِلعَالَمِ الأَرْضِيِّ مُنْتَسِبَا
ارْكُضْ بِرَجْلِكَ، أَوْ مِئِي لِي لِأَقْتَرْبَا
أَفْجِّرُ الأَرْضَ نَبْعاً أَعِصِرُ السُّحْبَا
كَمَا وَفَيْتَ فَنَفْدي كُلِّ مَا وَهْبَا
يَجْرِي فِدَاءً لِيَوْمِ السَّبْطِ مُنْسَكْبَا

تَرَكْتُ خَلْفِي وَجَهَ اللهُ قَدْ شَجْبَا
بُعِثْتُ أَنْ تُرْفِي مَدَّ القِفَارِ نَدَى
أَنَا امْتِدَادُ نَبِوَاتٍ سِيحْمِلُهَا
وهذه قَرَبَتِي بِلِ مُصْحَفِي فعلى
وَآبَتِي أَنْ كَفِّي كَلَّمَا دَخَلْتُ
فَلَا تُطِيقُ بَأَنْ تَنْدِي أَنَامِلُهَا
فَمَا جَ مِنْ قَوْلِهِ دَهْشاً وَأَكْبَرَهُ
وَقَالَ أَنْتَ وَفَاءً حَلَّ فِي جَسِدِ
عِبَاسُ لَا تَأْتِنِي لَوْحُ بِكَفِّكَ لِي،
آتِيكَ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَرْتَدَّ طَرْفُكَ بَلْ
لِي شَهَدَ الطِّفُّ أَنِّي قَدْ وَفَيْتُ لَهُ
مِنْكَ الدَّمَاءَ وَمَنِّي المَاءُ فَيَضُمُّهَا



٤. الرغبة في اللطمثان:

الأشخاص الذين يعانون من القلق الصحي يسعون إلى تهدئة مخاوفهم عبر البحث المستمر، لكنهم ينتهون بزيادة توترهم. ٥. التكرار القهري للبحث:

كلما بحث الشخص عن الأعراض، زاد قلقه، مما يدفعه للبحث مرة أخرى في دورة لا تنتهي من التوتر.

وتظهر الأعراض على الشخص المصاب بالسايبيركوندريا من خلال

القلق المفرط بشأن الصحة بناءً على ما يقرأه على الإنترنت، والبحث المستمر عن الأمراض المحتملة بناءً على أعراض بسيطة، والاعتقاد بأنه مصاب بحالة خطيرة رغم عدم وجود دليل طبي مع صعوبة الشعور بالراحة حتى بعد زيارة الطبيب وطمأنته، وحتى تكرار الفحوصات الطبية والانتقال من طبيب إلى آخر بحثًا عن إجابات مطمئنة.

التأثيرات النفسية والاجتماعية للسايبيركوندريا

السايبيركوندريا لا تؤثر فقط على الصحة العقلية، بل قد تؤثر أيضًا على الحياة الاجتماعية والمهنية للشخص المصاب بالقلق المستمر بشأن الأمراض قد يؤدي إلى:

- الضغط النفسي المستمر، مما قد يسبب الاكتئاب أو اضطرابات القلق.
- تأثير سلبي على العلاقات الاجتماعية بسبب الحديث المتكرر عن المرض والقلق المستمر.
- الإفراط في زيارة الأطباء وإجراء الفحوصات، مما قد يكون مكلفًا ماديًا ومرهقًا بدنيًا.

كيفية التعامل مع السايبيركوندريا
يمكن التغلب على السايبيركوندريا من

خلال عدة استراتيجيات، منها: الاعتماد على مصادر موثوقة: يجب البحث عن المعلومات الطبية فقط من مواقع رسمية مثل منظمة الصحة العالمية (WHO) أو مراكز السيطرة على الأمراض (CDC).

١. تحديد وقت معين للبحث: من الأفضل تجنب البحث العشوائي والتقليل من الوقت المخصص له.

٢. التحكم في القلق: يمكن ممارسة التأمل، الرياضة، وتقنيات الاسترخاء للحد من التوتر.

٣. استشارة الطبيب بدلاً من الإنترنت: إذا كان هناك قلق حقيقي بشأن الصحة، فمن الأفضل استشارة طبيب مختص بدلاً من الاعتماد على التشخيص الذاتي.

٤. تقليل التفكير القهري في المرض: يمكن استبدال هذه العادة بأنشطة أخرى مفيدة مثل القراءة أو ممارسة الهوايات.

من المهم أن يكون لدى الأفراد وعيٌ بكيفية التعامل مع هذه الحالة وتجنب الاعتماد الزائد على الإنترنت في التشخيص الطبي. الوعي بالمصادر الموثوقة، وضبط سلوك البحث عن الأعراض، واستشارة الأطباء عند الحاجة، يمكن أن يساعد في الحد من تأثير السايبيركوندريا على الحياة اليومية.

التمارين الهوائية والحركة الديناميكية: مفتاح اللياقة والصحة Aerobic exercise and dynamic movement

أحمد نعمة

تُعدّ التمارين الهوائية والحركة الديناميكية من أهم عناصر اللياقة البدنية والصحة العامة، حيث تساعد في تعزيز صحة القلب، وتحسين تدفق الأكسجين في الجسم، وزيادة القدرة على التحمل. تلعب هذه التمارين دوراً مهماً في تحسين جودة الحياة من خلال تقوية العضلات، وتحفيز عملية الأيض، وتحسين الأداء الرياضي.



تقليل خطر الإصابات: تعمل على تدفئة العضلات وزيادة تدفق الدم إليها.
تحسين الأداء الرياضي: تزيد من القدرة على التحمل والاستجابة السريعة للحركات.
تنشيط الدورة الدموية: ترفع من مستوى تدفق الأكسجين إلى العضلات.

التمارين الهوائية:

المشي السريع والجري: يساعد على تحسين صحة القلب والأوعية الدموية.
ركوب الدراجة: يقوي عضلات الساقين ويحسن توازن الجسم.
القفز بالحبل: يعمل على تحسين التنسيق بين اليدين والعينين، ويزيد من اللياقة القلبية.
السباحة: تقوي الجسم بالكامل، وتقلل من الضغط على المفاصل.

أولاً: ما هي التمارين الهوائية؟

هي الأنشطة البدنية التي تزيد من معدل ضربات القلب لفترة مستمرة، مما يساعد في تحسين اللياقة القلبية والتنفسية. تتضمن هذه التمارين الحركات المستمرة مثل المشي السريع، الجري، ركوب الدراجات، السباحة، والقفز بالحبل. تعتمد التمارين الهوائية على استخدام الأكسجين كمصدر رئيسي للطاقة، مما يساعد الجسم على حرق الدهون والسعرات الحرارية بفعالية.

ثانياً: ما هي الحركة الديناميكية؟

الحركة الديناميكية تشير إلى تمارين الإحماء التي تتضمن تحريك الجسم بشكل نشط ومتتابع، مثل تمارين القفز، التبديل بين الأوضاع، وتمارين التمدد المتحركة. تهدف هذه التمارين إلى تحضير العضلات والمفاصل للحركة، مما يقلل من خطر الإصابات، ويزيد من مرونة الجسم.
تحسين مرونة الجسم: تساعد في زيادة نطاق حركة المفاصل، مما يسهل أداء التمارين الأخرى.



تمارين الحركة الديناميكية:

رفع الركبتين عاليًا: يساعد على تنشيط عضلات الساقين وزيادة التوازن.
تمارين التبديل بين الأوضاع (Lunges): تحسن قوة الأرجل والمرونة.
حركات دوران الذراعين: تعمل على تدفئة عضلات الكتفين وتحسين نطاق حركتها.
تمارين القرفصاء المتحركة: تقوي العضلات السفلية وتحسن الأداء الرياضي.
دمج التمارين الهوائية والحركة الديناميكية في الروتين اليومي للحصول على أقصى فائدة من هذه التمارين، يمكن اتباع الجدول التالي:

الإحماء بالحركة الديناميكية

(0-10 دقائق):

القفز الخفيف

دوران الذراعين

تمارين تمديد الساقين

التمارين الهوائية (30-40 دقيقة):

المشي أو الجري

ركوب الدراجة

القفز بالحبل

تمارين التهدئة

والتمدد (0-10 دقائق):

تمارين التمدد الثابت

التنفس العميق



استخدم الملابس والأحذية المناسبة: اختيار ملابس وأحذية رياضية مريحة يقلل من خطر الإصابات.
تعد التمارين الهوائية والحركة الديناميكية من العوامل الأساسية في الحفاظ على صحة الجسم وزيادة اللياقة البدنية. فهي لا تساعد فقط في تحسين صحة القلب والرتين، بل تساهم أيضًا في تقليل التوتر وتحسين الحالة النفسية. ومن خلال دمج هذه التمارين في الروتين اليومي، يمكن لأي شخص تحسين صحته العامة والاستمتاع بحياة أكثر نشاطًا وحيوية.



عند ممارسة هذه الرياضة يجب مراعاة الفقرات الآتية:
ابدأ تدريجيًا: لا تضغط على جسمك منذ البداية، وابدأ بتمارين خفيفة ثم زد من شدتها تدريجيًا.
استمع إلى جسمك: إذا شعرت بالتعب المفرط أو الألم، فمن الأفضل التوقف وأخذ استراحة.
حافظ على الترطيب: شرب الماء ضروري أثناء ممارسة التمارين للحفاظ على توازن السوائل في الجسم.

محمد السعداوي

ما بعد شهر رمضان:

كيف نحافظ على روح العبادة ونستمر في الطاعة؟

شهر رمضان هو شهر الخير والبركات، شهر الصيام والقيام، شهر التوبة والغفران، شهر يتجدد فيه الإيمان وتُغسل فيه الذنوب، وترُفع فيه الدرجات. لكن السؤال الذي يطرحه الكثيرون بعد انقضاء هذا الشهر العظيم هو: ماذا بعد شهر رمضان؟ هل نعود إلى حياتنا كما كانت قبل شهر رمضان، أم أن شهر رمضان كان محطة للتزود بالطاقة الروحية التي تساعدنا على الاستمرار في الطاعة والعبادة؟

الصدقة والإحسان

شهر رمضان كان شهر العطاء والكرم، حيث كنا نكثر من الصدقات ومساعدة المحتاجين. بعد شهر رمضان، يجب أن نستمر في هذا الخير، فالصدقة تُطْفِئُ غضب الرب، وتزيد في الرزق، وتقي من المصائب.

التفكير في الدروس المستفادة من رمضان

شهر رمضان كان فرصة للتأمل والتفكير في حياتنا وأعمالنا، بعد شهر رمضان، يجب أن نستمر في هذا التفكير، وأن نقيّم أنفسنا باستمرار. هل تحسنت علاقتنا مع الله؟ هل أصبحنا أكثر قرباً منه؟ هل تغيرت أخلاقنا وسلوكياتنا للأفضل؟ هذه الأسئلة تساعدنا على الاستمرار في طريق الهداية.

شهر رمضان كان محطة روحية عظيمة، ولكن الحياة مستمرة، والطاعات لا تنتهي بانتهاء الشهر. فلنحرص على أن نكون من الذين يستفيدون من شهر رمضان في تغيير حياتهم للأفضل، وأن نستمر في الطاعة والعبادة طوال العام. قال تعالى: ﴿وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾ (الحجر: ٩٩). فليكن شهر رمضان بدايةً لنا نحو حياة مليئة بالإيمان والتقوى.

المحافظة على العبادات والطاعات

شهر رمضان كان مدرسة روحية تعلمنا فيها الصبر والالتزام والانضباط، بعد انقضاء الشهر، ينبغي أن نستمر في المحافظة على العبادات التي كنا نؤديها في شهر رمضان، مثل الصلاة في وقتها، وقراءة القرآن، والذكر والدعاء.

الاستمرار في التوبة والاستغفار

شهر رمضان كان فرصة للتوبة والرجوع إلى الله تعالى، ولكن التوبة ليست مقصورة على شهر معين. يجب أن نستمر في التوبة والاستغفار بعد شهر رمضان، فالإنسانُ خطاءٌ وخيرُ الخطّائين التوابون، فلنحرص على أن تكون توبتنا دائمة، ولنبتعد عن الذنوب والمعاصي التي كنا نتجنبها في شهر رمضان.

المحافظة على الأخلاق الحسنة

في شهر رمضان، كنا نحرص على التحلي بالأخلاق الحسنة، مثل الصبر، والكرم، وحسن التعامل مع الآخرين. بعد شهر رمضان، يجب أن نستمر في هذه الأخلاق، فلا نعود إلى الغضب أو الجفاء أو سوء الخلق. قال رسول الله ﷺ: «إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق». فلنحرص على أن تكون أخلاقنا رمضانبة طوال العام.



تقرير الامانة العامة للعتبة العباسية المقدسة

اسبوع الامامة الاولى الثالث

وَبِعُتْوَانِ
نَحْتِ شِعَارِ
النُّبُوَّةِ وَالْإِمَامَةِ صُنُوفَ الْإِفْتِرَاقِ
وَصَيَاةِ الْإِمَامَةِ شِدْقِ وَتَقْوَى

للمدة ١٧-٢٤ ذي الحجة ١٤٤٦ هـ

ويتضمن

مؤتمر الإمام
السجاد عليه السلام

مؤتمر الإمام
الحسين عليه السلام

مؤتمر الإمام
الحسن عليه السلام

مؤتمر الإمام
علي عليه السلام

مؤتمر الإمام
الرضا عليه السلام

مؤتمر الإمام
الكاظم عليه السلام

مؤتمر الإمام
الصادق عليه السلام

مؤتمر الإمام
الباقر عليه السلام

مؤتمر الإمام
الحجة عليه السلام

مؤتمر الإمام
العسكري عليه السلام

مؤتمر الإمام
الهادي عليه السلام

مؤتمر الإمام
الجواد عليه السلام