مجلة ملتقى القمر الثقافي

مجلّة فصلية اجتماعية فكرية ثقافية تصدر عن مركز ملتقى القمر الثقافي

قسم الشؤون الفكرية والثقافية – العتبة العباسية المقدسة

العدد 6

- التغيير ولادة جديدة
- ظاهرة الفومو وعقولٌ مثقلة بلا شيء!!
- اساس نهضة الانسان والمجتمع
- فوائد من نصائح المرجعية الدينية

تقرأ في هذا العدد..

7
العقيدة بين التثبّت والـ ...

4
ظاهـــرة الفومـو ...

16
التغيير ولادة جديدة

12
الشباب والسلوك الايماني

18
ثقافة التبرير وتقبّل الاختلاف

26
الإخلاص طريق النجاح

24
أنظر لموقع قدميك!

28
كيف يُعيد الصبر بنـاء الدمـاغ؟

مجلة ملتقى القمر الثقافي

مجلة فصلية اجتماعية فكرية ثقافية
تصدر عن مركز ملتقى القمر الثقافي
قسم الشـؤون الفكريـة والثقافيـة
العتبـــة العباسيـــة المقدســـة

المشرف العام
السيد ليث الموسوي

رئيس التحرير
السيد عقيل الياسري

مدير التحرير
الشيخ حارث الداحي

سكرتير التحرير
علي عبد الوهاب

هيأة التحرير
الأستاذ علي خلف السعيدي
الشيخ علي محمد شيال ابو الحسن
السيد محمد حسن المولى
الشيخ مصطفى العيداني

التدقيق اللغوي
أحمد كاظم حسين الحسناوي

التصميم والإخراج الفني
كرار عامر الصافي

خلاصة القول

مدير التحرير

إنَّ القيم الاجتماعية الأصيلة ليست مجرد مفاهيم تُتداول، بل هي الروح التي تسري في جسد المجتمع، وعماد تماسكه واستقراره. فهي التي تصوغ السلوك، وتهذِّب النفوس، وتمنح الأمة هويتها وملامحها الحضارية، ومن دونها يفقد المجتمع بوصلته الأخلاقية، ويغدو عرضة للاضطراب والانحلال.

وقد جاء الإسلام ليؤسس منظومة أخلاقية راسخة، جعل فيها الصدق، والأمانة، والعدل، والإحسان، وصلة الرحم، والتكافل الاجتماعي ركائز لا تقوم الحياة السوية إلا بها. قال تعالى: ﴿إِنَّ اللهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ وَالْبَغْيِ﴾ (سورة النحل: ٩٠)، وهي آية جامعة اختصرت معالم الإصلاح الفردي والاجتماعي.

إنَّ التمسُّك بالقيم الاجتماعية الأصيلة يُشيع الطمأنينة في النفوس، ويشدُّ أواصر المجتمع، ويجعل من أفراده أدوات البناء لا معاول هدم. أما الانحطاط القيمي، فهو داء عضال إذا استشرى أضعف الروابط، وفتَّت الأسر، وزرع الأنانية، وأطلق العنان للفوضى الأخلاقية، فيكون سببًا في شيوع الجريمة، واهتزاز الأمن، وانحدار المجتمع في مدارج التراجع.

ويقع على عاتق الشباب الدور المحوري في حفظ المنظومة القيمية، فهم عماد الأمة وطاقتها المتجددة، وبصلاحهم تُصان القيم وبانحرافهم تتعرض للاندثار. ويكمن دورهم في التمسك بالأخلاق الفاضلة، والوعي بمخاطر السلوكات الدخيلة، واستثمار وسائل التواصل الحديثة لنشر القيم الإيجابية، بدل أن تكون معاول لهدمها. فالشباب الواعي هو السدُّ المنيع في وجه الانحراف، والقدوة الصالحة في السلوك والتعامل.

وقد خَّص أهل البيت عليهم السلام هذه الحقيقة بالدعاء الوارد في الصحيفة السجادية: «**اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي فَإِنَّهُ عِصْمَةُ أَمْرِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي فَإِنَّهَا دارُ مَقَرِّي، وَإِلَيْهَا مِن مُجاوَرَةِ اللِّئَامِ مَفَرِّي، وَاجْعَلِ الحَياةَ زِيادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَالوَفاةَ راحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍ**».

فالأصلاح القيمي هو الأساس في العيش السليم الحياتي، وميزان النجاح على المستوى المعيشي والإيماني.

وفي زمن تتسارع فيه رياح الانفتاح الثقافي وتتعدد المؤثرات الفكرية، تزداد الحاجة إلى تكاتف الأسرة والمؤسسات التربوية والإعلامية في توجيه الشباب وحمايتهم من الانزلاق القيمي.

وخلاصة القول، أنَّ الحفاظ على القيم الاجتماعية الأصيلة واجب حضاري ورسالة أخلاقية مشتركة، وبقيام الشباب بدورهم الريادي تُصان الهوية، وتُبنى الأوطان، ويُرسم مستقبل قوامه العدل، وسنده الأخلاق، وغايتُه مجتمع متماسك وإنسان كريم.

ظاهـــــــرة الفومـــــــو

وعقولٌ مثقلة بلا شيء!!

ضياء ستار

«الفومو» (FOMO)

خلـف كلِّ «هاشـتاج» متصـدر و«ترينـد» منتـشر تكمـن غريـزة إنسـانية قديمـة تُسـمى «**الخـوف مـن الفـوات**» أو مـا يسـمَّى بظاهـرة «الفومـو».

تُعدُّ ظاهرة «الفومو» (FOMO) واحدة من أكثر المصطلحات النفسية تعبيراً عن العصر الرقمي الذي نعيشه. وهي حالة نفسية مركبة تعيد تشكيل سلوكنا اليومي وعلاقتنا بأنفسنا وبالآخرين.

الكثير منا يركض خلف الترينـد ليواكب أحداث المجتمع وخوفًا من أن يكون خارج السياق وقليلَ ثقافةٍ بعين المجتمع بنظره. هذه الصورة الأخرى «للترينـد» تكشف عن جيل يخشى العزلة الرقمية، مما يدفعه لتبني آراء، واستهلاك منتجات، وتقليد حركات لا تُمثله، ويتبنى أفكاراً لا تناسب هويته الوطنية والأخلاقية فقط ليقول: «أنا هنا، أنا معكم».

مصطلـح FOMO هـو اختصـار للجملـة الإنجليزيـة «Fear of Missing Out» أو «الخـوف مـن فـوات الـشيء». يُعـرف نفسـياً بأنَّـه القلـق الدائـم مـن أنَّ الآخريـن يمـرُّون بتجـارب ممتعـة أو مثمـرة في حـين أنَّـك غائـب عنهـا أو الخـوف مـن انتشـار شيء أنـت تجهلـه.

كيف ومتى بدأ «الفومو»؟

عـلى الرغـم مـن أنَّ الرغبـة في الانتـماء غريـزة بشريـة قديمـة، إلا أنَّ المصطلـح صِيـغ لأول مـرة في عـام ١٩٩٦ مـن خبـير «الإسـتراتيجيات» التسـويقية «دان هيرمـان». ولكـن لم يصبـح المصطلـح عالميـاً إلا في عـام ٢٠٠٤ عندمـا نـشر «باتريـك ماكغينيـس» مقـالاً في «مجلـة كليـة هارفـارد للأعـمال». مـع ظهـور الهواتـف الذكيـة وانفجـار منصـات التواصـل الاجتماعـي (فيسـبوك، إنسـتغرام، تيـك تـوك) تحـول «الفومـو» مـن ملحوظـة تسـويقية إلى وبـاء اجتماعـي رقمـي.

في الصورة التقليدية، يُنظر «للتريند» على أنَّه «الديمقراطية الرقمية» وهو ما شاهده كثير من الناس في وقت قياسي، لكن الحقيقة أنَّ التريند هو صناعة خوارزمية بامتياز. المنصات تصمم ما يجب أن يراه الملايين بناءً على معادلات لزيادة وقت البقاء على الشاشة. وبهذا يتحول الإنسان من مُشاهد إلى مادة خام يُشكَّل فيها وعيه ويوجَّه اهتمامه نحو قضايا قد تكون لا تناسب بيئته التي يعيش فيها، و تطمس قضايا مهمة للمجتمع لأنَّها لا تملك جاذبية «التريند».

نحن نعرف كلَّ شيء عن لا شيء!!:

المشكلة في «التريند» بصورته الحالية أنَّه يعيش وقتاً قصيراً ويموت سريعاً. هذا الاستهلاك السريع حوّل عقولنا إلى مساحاتٍ للتخزين المؤقت.

نناقش قضية طبية في الصباح، وسياسية في الظهيرة، ومسألة اجتماعية في المساء، وفي نهاية اليوم لا نخرج بعلم ولا بصيرة، بل بإنهاك ذهني وتشتت عاطفي.

الآثار السلبية «للفومو»، ضريبة البقاء متصلاً «أونلاين»:

لا يتوقف أثر «الفومو» عند الشعور بالغيرة فحسب، بل يمتد ليشمل جوانب عميقة في شخصية الفرد:

تآكل الرضا عند الشخص:

المقارنة المستمرة بين «كواليس» حياته المملة وبين «أبرز لقطات» حياة الآخرين الممتعة تؤدي إلى شعور بالدونية.

اضطرابات النوم وصحة الدماغ:

الاستخدام المفرط للهاتف قبل النوم لملاحقة التحديثات يؤثر على جودة النوم وصحة الدماغ.

التشتت الذهني: الرغبة في متابعة كلّ شيء تؤدي

الرغبة في متابعة كلّ شيء تؤدي إلى تشتت الانتباه، مما يقلل من الإنتاجية في العمل والدراسة.

الاستنزاف المالي:

الانقياد خلف «التريند» وشراء ما هو منتشر في المدة الأخيرة لضمان عدم التخلف عن الركب الاستهلاكي.

كيف نكافح «الفومو» و «التريند الضارّ» ؟

مكافحة الفومو أو ما يسمَّى «الجومو(Joy of Missing Out) «(JOMO) «متعة فوات الشيء»، وهو مفهوم مضاد وهو التركيز على الحاضر دون الاكتراث بما يفعله الآخرون.

المقاومة الرقمية تبدأ حين نتوقف عن مشاهدة المحتوى غير النافع ونصنع المحتوى النافع والمناسب لنا ولأهلنا وأبنائنا.

الصورة الأخرى التي نريدها هي أن يكون التريند وسيلة لإيصال الرسائل الهادفة والمحتوى المرضي أخلاقيًا ودينيًا ، «فالتريند» ليس الغاية بل هو الوسيلة الأكثر سهولة في إيصال المعلومة والرسالة.

فالحياة الحقيقية تحدث في الأوقات التي تفصل بين منشور وآخر، وفي اللحظات التي لا يراها شخص، ولا يسجلها إعجاب ولا يصورها شخص فلا ينسَ الإنسان بأنَّه مُراقب في حركاته وسكناته ويعتقد ذلك في نفسه لأنَّه: ﴿مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ﴾ (سورة ق: ١٨) ويستذكر في نفسه «أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ الله يَرَىٰ».

ومن الطرائق الفعالة للمكافحة، على الشخص أن يقوم بالآتي:

الصيام الرقمي المنظم:

يخصص ساعات محددة في اليوم يكون فيها «خارج التغطية». وينصح أن يبدأ بساعة واحدة قبل النوم وساعة بعد الاستيقاظ.

تنقية قائمة المتابعة (Digital Declutter):

يُلغي متابعة الحسابات التي تشعره بالضغط النفسي أو الدونية. يتابع فقط من يضيف لمعلوماته أو يرفع من روحه المعنوية.

تفعيل الوعي المكاني

عندما يكون في نزهة أو مع عائلته مثلًا، يستشعر اللحظة بالحواس الإدراكية بدلاً من عدسة الكاميرا وتركيزه عليها.

إدراك «زيف» الصورة المعروضة:

يذكِّر نفسه دائماً بأنَّ ما يراه على الشاشة هو نسخة مُحَسَّنة من الحقيقة، فالكثير لا ينشر لحظات حزنه وفشله أو مللـه، و الكثير منهم يرتدي أقنعة المثالية في العالم الافتراضي.

مراقبة وتهذيب النفس:

وهذه النقطة من أهم النقاط إن لم تكن الأهم على الإطلاق.

«ترينـد الوعي» هل هو ممكن؟

الصورة الأخرى التي يجب أن نسعى إليها هي «ترينـد الوعي». أن نمتلك الشجاعة لنقول: «هذا لا يعنيني» حتى لو كان الجميع يتحدث عنه. أن نصنع «ترينـدات» تعيش طويلاً وتخدم الثقافة المجتمعية وتعزز ارتباط الإنسان بالقيم السامية وأخلاقيات العُرف الجيدة وأن لا ننسى واجبنا المنصوص عليه وهو الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر

﴿وَلْتَكُنْ مِّنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُوْلَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾(آل عمران:١٠٤).

الترينـد الحقيقي هو الأثر الذي يتركه الفرد في واقعه الملموس، وليس الرقم الذي يظهر بجانب اسمه في العالم الافتراضي.

والكلُّ في واقعنا يمكنه أن يصنع ترينـد! لكن بأيِّ طريقة وعلى حساب ماذا؟

فالكثير رأيناهم رؤيَ العين بزيادة أرقام «المتابعة» على حساب كرامتهم ومكانتهم بصنع محتوى لا يناسب الخُلُق الرفيع و لا يوافق مسلك الدين الذي ينسبون أنفسهم إليه، وهذا تملص واستبدال جلد الذُّلِّ والهوانِ بجلد الوقارِ

إذا المرءُ لم يلبسْ ثيابًا مِن التُّقَى تقلَّبَ عريانًا وإن كان كاسيَا .

إنَّ صراعنا مع «الفومو» هو في جوهره صراع من أجل استعادة ملكية عقولنا ووقتنا. وإن كان استعادة الوقت لشيء مستحيل، وعلينا أن نعيَ بأنَّ العالم لن يتوقف إذا فاتنا «ترينـد» اليوم، و حياتنا الحقيقية ووقتها الذي لا يرجع هو الذي يمضي

وأوجب ما يجب أن لا نراقب حياة الآخرين من خلف الزجاج بلا بصمة تُترك ولا أثر يُرى ولا قدوة حسنة تُتَّبع يمكن من عبرها تحسين السلوك الشخصي.

العقيدة

بين التثبُّت والتحديات المعاصرة

علي أبو الحسن

لم تعدِ العقيدة الدينية في عصرنا الحاضر مجرَّد مسألة تلقٍ ذهني أو انتماء موروث، بل أضحت ميدانًا مفتوحًا للأسئلة والاعتراضات والتحديات المتعدِّدة، بفعل التحولات الفكرية والثقافية المتسارعة. وفي هذا السياق، تبرز الحاجة الملحَّة إلى إعادة قراءة العقيدة بوصفها منظومة وعي وبصيرة، وتقديمها بوصف قادر على الثبات أمام التحديات المعاصرة، والتحوُّل إلى طاقة توجيهية فاعلة في حياة الإنسان.

ففي منطق القرآن الكريم، ومنهج العترة الطاهرة (صلوات الله عليهم)، لا تُطرح العقيدة بوصفها جامدة أو شعارات محفوظة، بل بوصفها حقيقة واعية تُؤسَّس على المعرفة، وتُصان بالبصيرة، وتُختبَر في الواقع العملي. وانطلاقًا من هذا المنظور، يأتي هذا المقال بوصفه قراءة بحثية في إشكالية التثبُّت في زمن الاضطراب الفكري، مكمِّلًا لسلسلة المقالات التي تناولتها في مجلة ملتقى القمر الثقافي، إذ تناول المقال الأول العقيدة وفق منطق القرآن الكريم وأهل البيت عليهم السلام؛ وقد عالج المقال الأول التأسيس المرجعي والمنهجي، ونُشر في العدد الثالث من مجلة الملتقى، فيما تناول المقال الثاني، المعنون: ماذا نقرأ في العقيدة وكيف نقرأ؟، منهج التلقِّي والمعرفة العقائدية، ونُشر في العدد الرابع، وجاء المقال الثالث بعنوان: كيف نحيا بعقيدتنا بين المعرفة والالتزام؟ في العدد الخامس، مبيِّنًا الانتقال من الفكر إلى السلوك.

ويقع المقال في أربعة محاور رئيسة:

أولًا: تحديد المفاهيم - العقيدة بين الإيمان الواعي والتقليد الجامد

العقيدة في منظور القرآن الكريم ليست مجرَّد تصديق قلبي منفصل عن الوعي، بل هي نتيجة تفاعل متكامل بين العقل والقلب والعمل. قال تعالى: ﴿قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ﴾ (البقرة: ١١١).

وهذا البعد البرهاني نجده حاضرًا بوضوح في روايات آل محمد عليهم السلام، الذين لم يفصلوا بين الإيمان والعقل، بل ربطوا العقيدة بالمعرفة والبصيرة. فقد روي عن الإمام جعفر الصادق عليه السلام قوله: «**العقل ما عُبِدَ به الرحمن واكتُسِبَ به الجنان**» (الكافي، الشيخ الكليني، ج١، ص١١، كتاب العقل والجهل).

وتكشف هذه الرواية عن أن العقيدة الصحيحة لا تقوم على الانفعال أو التلقين أو ما وجدت نفسك عليه من تعليم الآباء وما شابه ذلك لاحتمال عدم صحتها، قال الباري: ﴿وَإِذَا قِيلَ لَهُمُ اتَّبِعُوا مَا أَنْزَلَ اللهُ قَالُوا بَلْ نَتَّبِعُ مَا أَلْفَيْنَا عَلَيْهِ آبَاءَنَا أَوَلَوْ كَانَ آبَاؤُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ﴾ (البقرة ١٧٠)

بل على وعي عقلي يُنتج تثبُّتًا وتعبُّدًا حقيقيين. وعلى هذا الأساس يمكن التمييز بين: العقيدة الواعية القائمة على الدليل والفهم، والعقيدة الموروثة غير المفحوصة التي سرعان ما تضعف وتتلاشى أمام الشبهات، والعقيدة المشوَّهة التي تُختزل في الطقوس أو العصبية أو العاطفة.

وعبر ما تقدم يمكن معرفة مفهوم العقيدة وما ينطوي تحت صفحاته حسب منظور الثقلين.

ثانيًا: التحديات المعاصرة التي تواجه العقيدة

تواجه العقيدة اليوم جملة من التحديات، يمكن تصنيفها إلى مستويات متداخلة:

١ التحديات الفكرية

كصعود النزعات الإلحادية، والشك المنهجي، والنسبية المعرفية، وهي اتجاهات تستهدف في الغالب الأسس العقلية للإيمان، فهذا النوع من المستويات يحاول أن يعطيك فكرة التعارض المنهجي بين العقل والإيمان وأنَّ التوجه نحو الإيمان فكرة ليست منطقية وأنَّهما لا يمكن أن يتفقان، وما أكثر هذا النوع في بعض المجتمعات التي ما اعتادت على سلوك التثبت العلمي! فكلما كان الفرد أقلَّ تثبتاً كان أكثر عرضة للتأثر السلبي بهذا النوع من المستويات مما تنعكس نتائجه على عقيدته، وقد حذَّر أئمة أهل البيت عليهم السلام من الإيمان غير المحصَّن، روي عن الإمام الصادق عليه السلام قوله: «**من دخل في هذا الدين بالرجال أخرجه منه الرجال كما أدخلوه فيه، ومن دخل فيه بالكتاب والسنة زالت الجبال قبل أن يزول**» (الكافي، ج١، ص٥٦، كتاب فضل العلم، ح١).

فمن مبادئ ديننا الحنيف أنَّ مسألة الإيمان به مرتبطة بالعقل، فإيمان من دون عقل والعكس، خطر كامن، وزلل محتمل، فلا بد من أن تراعيَ أن يقوم أمرك على المستويين المتقدمين.

٢ التحديات الثقافية

وتتمثل في العلمنة، وهيمنة النموذج المادي المجرد للحياة، ومحاولات فصل الدين عن الواقع الحياتي، وتحويل العقيدة إلى شأن فردي منزوع الأثر الاجتماعي، فضلًا عن ظاهرة التفريغ القيمي.

٣ التحديات الداخلية

وهي أخطر التحديات، وتشمل الجمود الفكري، والاكتفاء بالشكل دون المضمون، والانفصال بين المعرفة والسلوك، مما يؤدي إلى هشاشة الإيمان على الرغم من كثرة الممارسات، وهو ما ينشأ غالبًا عن الطقوس الفارغة والتقليد الأعمى. ويأتي بيان سبل معالجة هذه الإشكالات ضمن المحور الثالث.

ثالثًا: منهج التثبُّت بمنظور الثقلين

يعتمد منهج الثقلين في تثبيت العقيدة على مجموعة من المرتكزات الأساس:

١ مركزية العقل

فالعقل في هذا المنهج ليس خصمًا للوحي، بل أداة لفهمه. وقد ورد عن الإمام موسى الكاظم عليه السلام قوله: «**إنَّ لله على الناس حجتين: حجة ظاهرة وحجة باطنة، فأما الظاهرة فالرسل والأنبياء، وأما الباطنة فالعقول**» (الكافي، ج١، ص١٦، كتاب العقل والجهل).

٢ الارتباط العملي بالولاية

فالعقيدة في مدرسة أهل البيت عليهم السلام ليست توحيدًا نظريًا مجرَّدًا، بل هي توحيد يتجسَّد في خط الولاية بوصفه الامتداد العملي للهداية الإلهية. وهذا المعنى منهج الاتباع الذي نصَّ عليه القرآن الكريم، قال تعالى: ﴿**قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ (آل عمران: ٣١).

٢ الارتباط العملي بالولاية

فالعلم الذي لا يثمر التزامًا عمليًا لا يُعدُّ علمًا نافعًا. وقد ورد عن الإمام الصادق عليه السلام قوله: «**العالم إذا لم يعمل بعلمه زلَّت موعظته عن القلوب كما يزلُّ القطر عن الصفا**» (الكافي، ج١، ص٤٤، كتاب فضل العلم).

وتشكِّل هذه المرتكزات مجتمعة منهجًا تثبيتيًا متكاملًا، منسجمًا مع منهج الثقلين، وقادرًا على معالجة الإشكالات المتقدمة على المستويات الفكرية والثقافية والداخلية.

رابعًا: العقيدة بوصفها وعيًا وسلوكًا

العقيدة الحقة تُنتج موقفًا أخلاقيًا واجتماعيًا، وتنعكس على خيارات الإنسان ومسؤولياته في الحياة؛ فالإيمان ليس حالة ذهنية معزولة، بل رؤية كونية تحدد معنى العدل، والالتزام، والمسؤولية. وقد عبَّر الإمام علي عليه السلام عن هذا المعنى بقوله: «**الإيمان معرفة بالقلب، وإقرار باللسان، وعمل بالأركان**» (الكافي، ج٢، ص٣٨، كتاب الإيمان).

ومن هنا، فإنَّ أيَّ انفصال بين العقيدة والسلوك يُعدُّ مؤشرًا واضحًا على خلل في الفهم، لا في متن النصوص الدينية.

عبر ما تقدَّم يمكن استخلاص جملة من النتائج، أبرزها:

١/ أنَّ العقيدة التي لا تُبنى على وعي ومعرفة عقلية تكون عرضة للانهيار أمام الشبهات.

٢/ التحديات المعاصرة لا تُواجَه بالانغلاق، بل بتجديد الفهم في إطار الثوابت.

٣/ منهج أهل بيت العصمة عليهم السلام يقدّم نموذجًا متكاملًا في التثبُّت والتحصين.

٤/ تحويل العقيدة إلى ممارسة حياتية وسلوك عملي هو الضمان الحقيقي لاستمرارها وفاعليتها.

إنَّ العقيدة، وفق منطق القرآن الكريم وأهل البيت عليهم السلام، ليست عبئًا على العقل ولا عائقًا أمام الحياة، بل هي مصدر للمعنى والبصيرة والثبات. وفي زمن تتكاثر فيه الأسئلة، تتعاظم مسؤولية المؤسسات الدينية والثقافية، والنخب الواعية، في إعادة تقديم العقيدة بوصفها مشروعَ وعي وإنسان، لا مجرَّد تراثٍ نظري محفوظ.

فوائد مـــن نصـــائح

المرجعيــة الدينيــة

علي محمد دواي

الشباب هم براعم الربيع لشجرة المجتمع، هم كالبذور المخفية في الزهور وإنَّ الحياة المشرقة والمزدهرة سوف تولد من هذه البذور والنوى، الشباب يعني المستقبل، ومستقبل أيِّ أمة من دونهم يعدُّ منعدماً وإذا كان نقل قيم الأمة إلى الأجيال القادمة عبئًا، فالحامل المقدس لهذا العبء هم الشباب وعلى إثره يجب ضمان وجود شباب أقوياء من كلِّ الجوانب شباب ذوي أخلاق نبيلة، وقلوب شجاعة، وعقول واعية ومشرقة.

والثقل الأكبر في تطوير المجتمع فيقع على عاتق الشباب أنفسهم، إذ إنَّ تثقيفهم وتطوير مهاراتهم واتقان مهنهم أمر حتمي لابد منه وألذي يترتب عليه أمور مطلوبة يجب مراعاتها وتحديدها.

كما أوصى سماحة المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله) : (السعي في إتقان مهنة و كسب تخصُّص، وإجهاد النفس فيه، والكدح لأجله، فإنَّ فيه بركات كثيرة يشغل به قسماً من وقته، وينفق به على نفسه وعائلته، وينفع به مجتمعه، ويستعين به على فعل الخيرات، ويكتسب به التجارب التي تصقل عقله وتزيد خبرته، ويطيب به ماله، فإنَّ المال كلّما كان التعب في تحصيله أكثر كان أكثر طيباً وبركة، كما أنَّ الله سبحانه وتعالى يحبُّ الإنسان الكادح الذي يجهد نفسه بالكسب والعمل، ويبغض العاطل والمهمل ممَّن يكون كلاًّ على غيره، أو يقضي أوقاته باللهو واللعب، فلا ينقضينَّ شباب أحدكم من دون إتقان مهنة أو تخصُّص فإنَّ الله سبحانه جعل في الشباب طاقاتٍ نفسيَّةً و جسديَّةً ليكوّن المرء عبرها رأس مال لحياته، فلا يضيعنَّ بالتلهِّي والإهمال)

فإنَّ العمل وسيلة أساس لتحقيق كرامة الشاب واستقراره النفسي والاجتماعي فالبطالة والكسل لا تحرم الشاب من الدخل فقط، بل تسلبه الإحساس بالقيمة والجدوى.

أما في العمل التطوعي، فإنَّ الشباب يعكسون أجمل صور العطاء، لأنَّهم يسعون للمشاركة في المبادرات المجتمعية التي تسهم في رفع الوعي وخدمة المجتمع وإنَّ إشراك الشباب في العمل التطوعي والأنشطة المجتمعية يعزِّز لديهم الشعور بالمسؤولية والانتماء فالعمل التطوعي ليس جهدًا مجانيًا فحسب، بل مدرسة تربوية تُنمِّي روح التعاون، وتكسب الشباب خبرات حياتية، وتربطهم بقضايا مجتمعهم الواقعية كما أوصى سماحة السيد السيستاني (دام ظله):

(السعي في أعمال البرِّ ونفع الناس ومراعاة الصالح العامِّ ولا سيَّما ما يتعلَّق بشؤون الأيتام والأرامل والمحرومين، فإنَّ فيها تنمية للإيمان وتهذيباً للنفس وزكاة لما أوتيه المرء من نعم وخيرات، وفيها سنٌّ للفضيلة وتعاون على البرِّ والتقوى وأداء صامت للأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، ومساعدة لأولياء الأمور على حفظ النظام العامِّ ورعاية المصالح العامة، وموجبٌ لتغيير حال المجتمع إلى الأفضل، فهو بركة في هذه الدنيا ورصيد للآخرة، وإنَّ الله سبحانه يحبُّ المجتمع المتكافل المتآزر الذي يهتَّم المرء فيه بهموم إخوانه وبني نوعه ويحبُّ لهم من الخير مثل ما يحبُّ لنفسه) ويمكن للعطاء والعمل التطوعي أن يكون فكرة نافعة تهديها للناس لأنَّ العطاء هنا دليل صدق، فأن تعطي لمحتاج أو فقير ما تملكه من النقود من جيبك، أو أن تحسن ليتيم وتعينه وتخفف مشاق حياته فمحبو العطاء المؤثرون للآخرين هم الأشخاص ذوو اهتمام عالٍ بمصلحة الآخرين واهتمام منخفض بالمصلحة الشخصية فيمنحون الآخرين وقتهم وطاقتهم بغض النظر عن احتياجاتهم ويدفعون ثمناً لذلك.

وتمثِّل واقعة كربلاء نموذجًا خالدًا للشباب في كلِّ زمان فقد كان أنصار الإمام الحسين عليه السلام غالبيتهم من الشباب الذين قدّموا أرواحهم دفاعًا عن القيم والمبادئ ويجد الشاب المعاصر في هذه السيرة مصدر إلهام لبناء شخصيته، والتمسك بالحق، ومواجهة الانحراف والفساد بالحكمة والثبات وإنَّ جوهر المجالس الحسينية يقوم على إحياء مبادئ الحق والعدل والكرامة ورفض الظلم، وهي مبادئ يحتاجها الشباب في زمن كثرت فيه التحديات الفكرية والأخلاقية فحين يحضر الشاب المجلس الحسيني بوعي، لا يكتفي بسماع المأساة، بل يتعلَّم منها معنى الموقف، وقيمة التضحية، وأهمية تحمُّل المسؤولية تجاه الدين والمجتمع وما يمكن أن يجنيه الشاب من حضور المجالس الحسينية أنَّ مجرد نجاح الشابِ في أن ينتزع نفسَه من الملهيات العصرية، وهي عديدة وشديدة الإغراء هو شكل من أشكال الانتصار على الهوى مهما كانت الغاية فالفرق واسع لا شك بين أن يجد الشاب متعته في البرامج التلفزيونية وفي الإنترنت العابر للحدود الأخلاقية كلَّها وفي مجالات جاذبة أخرى وبين أن يجدها في مجلس حسيني وكما ينبغي أن يكون التعليم خاصة في مراحله الأولى مقروناً بالمتعة فكذلك لا بأس في أن يصاحب حضور المجالس الحسينية شعور بالاستمتاع وإحساس بالاسترخاء وهذا يحصل حتى عند كبار السن، ولا ضير فيه وبتكرار حضور المجالس الحسينية تتولد لدى الشاب ملكة الانسجام مع المجالس التي تتسم بالرصانة والوقار والجدية، ويولد في داخله إحساس متنام بعدم تقبّل مجالس اللهو وليس هذا ادعاء بأن الشاب يتخلص من كل أهوائه الآثمة بمجرد الحضور المتكرر إلى المجالس الحسينية نعم هناك كثير من الشباب يجمعون بين النقيضين ولكنّ التعويل على المدى البعيد إذ لا يُنكَر أن الصراع بين الأساليب الدينية والمغريات والتحديات الأخلاقية التي يتعرض لها الشباب صراع غير متكافئ، وجانبه الأضعف هو الجانب الديني إلا أن هذا لا ينفي التأثير العميق الذي تتركه الأجواء الدينية على نفس الشاب وعقله هذا التأثير قد لا يبدو جلياً في المراحل الأولى على جميع الشباب بدرجات متساوية ولكنه يلعب دوراً خفياً عميقاً في توجيه الشاب في قابل أيامه.

الشبـــاب والسلوك الإيماني

السيد عدنان جلوخان

هنـاك علاقـة محوريـة بـين الشـباب والسـلوك الايـماني، إذ يشـكل التثبُّـت و الإيـمان بـالله وتوحيـده والإيـمان بالرسـالات السـماوية وآخرهـا رسـالة النبي محمد صلَّى الله عليه وآله والإيمان بالأئمة الاثني عشر، إضافة إلى الإيمان بالمعاد الـذي يكـون رادعاً للإنسـان مـن ارتـكاب المعـاصي ودافعـاً للسـعي في الحصـول عـلى رضـا الله تعـالى ومعرفتـه للوصـول إلى السـعادة في الدنيـا والآخـرة

وهـذه العقيـدة هـي الأسـاس لبنـاء شـخصية الشـباب المسـلم ومنحـه القـوة والثبـات لمواجهـة تحديـات الحيـاة وتدفعـه نحـو السـلوك الإيجـابي والمثمـر، وذلـك يتطلـب غرسـاً مستمراً عـبر التربيـة الصحيحـة وتدبـر آيـات الله تعـالى وحسـن اختيـار الصحبـة الصالحـة والابتعـاد عـن المؤثـرات السـلبية

واستثمار طاقته الشبابية في البناء والتفكر مما يحميه من الانحراف ويزيد في إيمانه وتثبته ، وتكمن أهمية العقيدة للشباب فيما يلي:

١ ترسيخ الهوية الإسلامية

فهي تبني شخصية قوية ومتوازنة قادرة على التفكير النقدي.

٢ مصدر قوة

إنَّ العقيدة تمنح الشباب الثبات في مواجهة الفتن وتحديات العصر، خاصة مع التطور التكنولوجي.

٣ دافع للعمل

تحفز على نشر الخير وحمل المسؤولية وتدفع نحو التفكر في خلق الله تعالى.

٤ حصن من الانحراف

تحمي من الشرك والضلال والمغريات وتوجه نحو الصراط المستقيم.

وهناك وسائل لغرس العقيدة في الشباب، أذكر منها:

١/ **التربية النبوية:** وتكون بتعليم مبادئ الإيمان والتعرف بالله ورسوله بطرائق قصصية جذابه.

٢/ **القدوة الحسنة:** وتكمن في صحبة الصالحين المؤمنين وحضور مجالس العلم.

٣/ **التفكر والتدبير:** ويكونان في التأمل في آيات الله الكونية والطبيعية.

٤/ **المحافظة على أوقات الصلاة :** الاهتمام بأوقات الصلوات الواجبة وأدائها في وقتها وهو اختبار للشيعة ولا سيما صلاة الفجر التي تشهدها ملائكة الليل والنهار.

٥/ **التحذير من المؤثرات:** الابتعاد عن الصحبة السيئة والمواقع الإلكترونية المنحرفة.

٦/ **الدعاء:** التوجه إليه تعالى. بالدعاء والتوسل بالنبي وأهل بيته عليهم السلام بالثبات على الحق والهداية وحسن العاقبة.

٧/ **مواجهة الأفكار المنحرفة** والنظريات التي تتعارض مع الدين بأسلوب علمي رصين وأدلة دامغة.

٨/ **السيطرة على النفس** وتقويم الإرادة للتحكم في الرغبات والغرائز الشهوانية.

٩/ **عدم الكسل واللامبالاة** بتحويل طاقة الشباب من اللعب واللهو إلى البناء والتفكر.

فالشاب المسلم القوي بإيمانه يكون عماد الأمة وحصنها وقادراً على حمل الرسالة والإسهام في نهضة مجتمعه.

ما الفرق بين التهاب ورمل المجاري البولية

الدكتور أحمد نصير

يعاني كثير من الناس من حرقة البول أو ألم أسفل البطن أو الظهر، وغالبًا ما يُشخَّصون بإحدى حالتين شائعتين:

التهاب المجاري البولية أو رمل المجاري البولية. على الرغم من تشابه الأعراض، إلا أنَّ السبب والعلاج مختلفان تمامًا.

أولًا: ما التهاب المجاري البولية؟

هو عدوى تصيب أحد أجزاء الجهاز البولي:

المثانة، الإحليل، الحالبين، أو الكلى، وغالبًا يكون السبب بكتيرياً تدخل إلى الجهاز البولي.

الأعراض الشائعة

١ – حرقة أو ألم في أثناء التبول
٢ – تكرار التبول بكميات قليلة
٣ – رائحة كريهة أو لون عكر للبول
٤ – ألم أسفل البطن
٥ – أحيانًا حمى وقشعريرة (إذا وصل الالتهاب للكلى)

السبب

١ – بكتيريا من الجهاز الهضمي مثل (E. coli)
٢ – قلة شرب الماء
٣ – عدم النظافة أو بعد العلاقة الزوجية
٤ – حبس البول طويلًا

العلاج

١ – مضاد حيوي حسب وصف الطبيب
٢ – الإكثار من شرب الماء
٣ – إكمال الجرعة حتى لو اختفت الأعراض

ثانيًا: ما رمل المجاري البولية؟

هو ترسُّب أملاح ومعادن دقيقة داخل الجهاز البولي، قد تتطور لاحقًا إلى حصى.

الأعراض الشائعة

١- ألم شديد في الخاصرة أو أسفل الظهر ٢- حرقة في أثناء التبول

٣- ألم ينتقل إلى أسفل البطن أو الأعضاء التناسلية

٤- دم في البول ٥- غثيان أو تقيؤ أحيانًا

السبب

١- قلّة شرب الماء ٢- زيادة الأملاح في الغذاء ٣- عوامل وراثية

٤- اضطرابات في أملاح الكالسيوم أو حمض اليوريك

العلاج

١- الإكثار من السوائل ٢- مسكنات للألم

٣- أدوية تساعد على إخراج الرمل ٤- أحيانًا تفتيت الحصى إذا تطورت

هل يمكن أن يسبب أحدهما الآخر؟

نعم، كلُّ حالة يمكن أن تؤدي إلى الأخرى:

كيف يسبب الرمل التهابًا؟

١- الرمل يخدش بطانة المجاري البولية ٢- يسبب جروحًا دقيقة

٣- هذه الجروح تسمح بدخول البكتيريا فيحدث التهاب بولي

كيف يسبب الالتهاب تكوّن الرمل؟

١- الالتهاب المتكرر يغيِّر تركيب البول ٢- تزداد الأملاح والخلايا الميتة

٣- تتجمع وتشكل نواة لرمل أو حصى

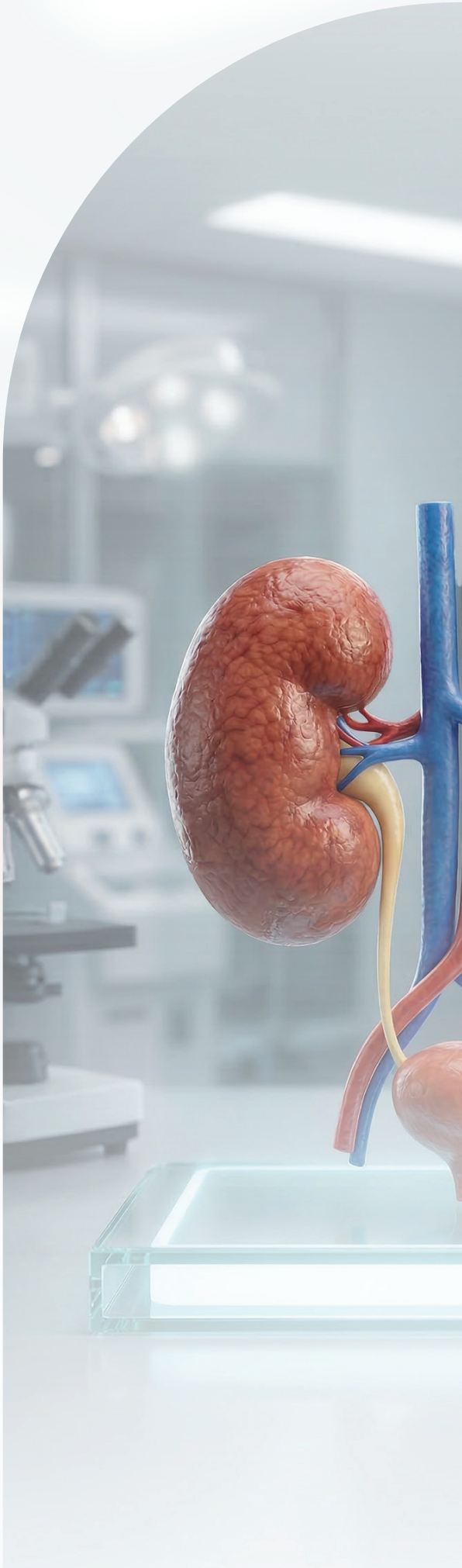
متى يجب مراجعة الطبيب فورًا؟

١- وجود دم في البول ٢- حمى شديدة ٣- ألم لا يُحتمل

٤- تقيؤ مستمر ٥- ألم في جهة واحدة من الظهر

كيف نحمي أنفسنا؟

١- شرب ٢-٣ لترات ماء يوميًا ٢- عدم حبس البول ٣- تقليل الملح والبروتين الزائد ٤- الاهتمام بالنظافة الشخصية



التغيير

ولادة جديدة

السيد علي عبد الوهاب

يُعدُّ التغيير من أكثر المفاهيم التي تُثير القلق في نفوس البشر، على الرغم من كونه سنّة من سنن الحياة وقانونًا ثابتًا من قوانين الوجود. فالإنسان بطبيعته يميل إلى الألفة والاستقرار، ويخشى المجهول حتى وإن كان يحمل في طيّاته الخير والنمو. ومع ذلك، فإنَّ الجمود الطويل قد يتحول إلى عبء ثقيل يمنع الإنسان من التطور، ويقوده – دون أن يشعر – إلى التراجع والذبول.

في كثير من الأحيان، لا يكون التغيير خيارًا ترفيهيًا نلجأ إليه متى نشاء، بل ضرورة حتمية تفرضها الظروف والوقائع. فالتكيُّف مع الواقع، ومواجهة التحديات المتجددة، يتطلبان شجاعة داخلية واستعدادًا نفسيًا للتخلي عن بعض القناعات أو العادات التي لم تعد صالحة للاستمرار. والمشكلة ليست في التغيير ذاته، بل في الألم المصاحب له، وفي الخوف من خسارة ما اعتدنا عليه، حتى إن كان هذا الاعتياد سببًا في تعطُّلنا.

ومن أجل تقريب فكرة التغيير إلى الأذهان، تُستحضَر كثيرًا قصة النسر، بوصفها قصة رمزية عميقة الدلالة، تعبِّر عن التحول والتجدد والانبعاث من جديد. فالنسر، في هذا التصوير الرمزي، يُقال إنَّه من أطول الطيور عمرًا، إذ قد يعيش عشرات السنين، لكنه لا يبلغ هذه المرحلة إلا بعد أن يمرَّ بمنعطف حاسم في حياته.

عندما يصل النسر إلى مرحلة متقدمة من عمره، تبدأ علامات الضعف بالظهور عليه؛ فمخالبه التي كانت حادة وقوية تصبح عاجزة عن الإمساك بالفريسة، ومنقاره المعقوف الذي كان أداة الصيد الأساس يفقد صلابته وفاعليته، كما يثقل ريشه فيصبح الطيران الذي هو سرُّ حياته أمرًا بالغ الصعوبة. في هذه المرحلة الحرجة، لا يعود النسر قادرًا على

العيش بالطريقة القديمة، ولا يمكنه الاستمرار بالأدوات نفسها التي خدمته في شبابه.

وهنا يجد النسر نفسه أمام خيارين مصيريين: إما الاستسلام للنهاية، أو اتخاذ قرار شجاع بالدخول في تجربة تغيير قاسية ومؤلمة. هذا القرار، في رمزيته، يشبه اللحظة التي يدرك فيها الإنسان أنَّ بقاءه على حاله سيقوده إلى الانطفاء، وأنَّ الألم المؤقت قد يكون السبيل الوحيد إلى النجاة.

تبدأ رحلة التغيير بحسب هذه القصة الرمزية بانعزال النسر في مكان مرتفع، بعيدًا عن الضوضاء والمخاطر، في إشارة واضحة إلى أنَّ التغيير الحقيقي يحتاج إلى خلوة مع النفس، ومراجعة صادقة للذات. ثم يبدأ النسر بالتخلُّص مما أصبح عائقًا أمام استمراره؛ فيكسر منقاره القديم، وينتظر حتى ينمو من جديد، ثم يتخلّص من مخالبه التي لم تعد نافعة، وبعد ذلك ينتف ريشه الثقيل، استعدادًا لمرحلة مختلفة كليًا.

هذه المرحلة، على قسوتها، ليست عبثية، بل هي مرحلة هدم ضروري يسبق البناء. فالهدم هنا لا يعني الفناء، وإنَّما إزالة ما لم يعد صالحًا، وفسح المجال لنموٍّ جديد. وهكذا هو التغيير في حياة الإنسان؛ إذ لا يمكن بناء فكر جديد، أو سلوك متوازن، أو علاقة صحية، من دون التخلِّي عن بقايا الماضي التي تُثقِل الروح وتقيِّد الحركة.

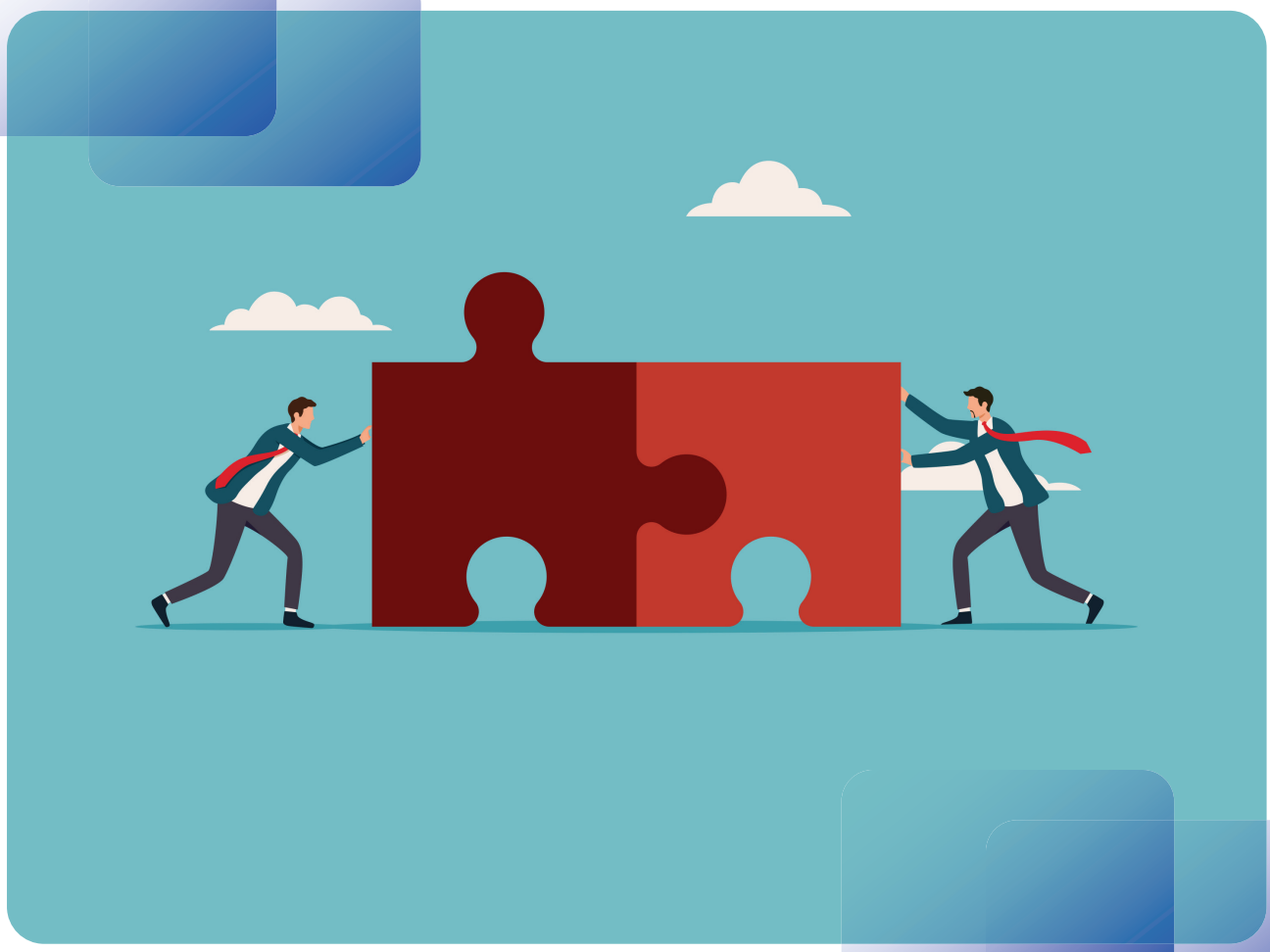
تمرُّ الشهور، ويكتمل التحول، ويعود النسر إلى التحليق من جديد، أقوى وأكثر قدرة على الصيد والطيران. وكأنَّه لم يفقد شيئًا، بل استعاد ذاته بصورة أعمق وأنضج. في هذه اللحظة تتجلَّى الحكمة من الألم، ويظهر أنَّ ما كان يبدو خسارة، لم يكن إلا استثمارًا في حياة أطول وأغنى.

إنَّ هذه القصة، وإن كانت رمزية وغير مقصودة لذاتها، تحمل في جوهرها رسالة إنسانية عظيمة. فهي تدعونا إلى التأمل في ذواتنا، وإلى التساؤل بصدق: ما الذي نحتاج إلى تغييره في أنفسنا؟ وما العادات أو الأفكار أو العلاقات التي استهلكت دورها، لكنها مازالت تُمسك بنا خوفًا من الفراغ؟

كثيرًا ما نُحمِّل الظروف أو الآخرين مسؤولية تعاستنا أو تعثُّرنا، في حين أنَّ السبب الحقيقي هو رفضنا الداخلي للتغيير. نخشى الاعتراف بأخطائنا، أو مراجعة مساراتنا، أو البدء من جديد، لأنَّنا نربط التغيير بالفشل، مع أنَّ الحقيقة عكس ذلك تمامًا. فالتغيير ليس اعترافًا بالهزيمة، بل هو دليل على الوعي والنضج، وشجاعة في مواجهة الذات.

إنَّ التغيير الحقيقي يبدأ من الداخل، من تصحيح النية، وتجديد الفهم، وإعادة ترتيب الأولويات. وعندما يتغير الداخل، ينعكس ذلك تلقائيًا على علاقتنا بالآخرين، وعلى طريقة تعاملنا مع الحياة ومشكلاتها. فنصبح أكثر رحمة، وأكثر صبرًا، وأوسع أفقًا، وأقرب إلى التوازن.

وفي النهاية، يمكن القول إنَّ التغيير ليس نهاية مرحلة فحسب، بل هو بداية حياة جديدة. هو ولادة ثانية، لكنها ولادة واعية نختارها بإرادتنا، لا نُدفَع إليها دفعًا. وكما احتاج النسرَ في رمزيته إلى أن يتألم ليحلق من جديد، نحن أيضًا قد نحتاج إلى بعض الألم، وبعض الجرأة، لنولد من جديد، أكثر صدقًا مع أنفسنا، وأكثر قدرة على التعايش مع الآخرين، وأكثر استعدادًا لمواصلة الطريق.



ثقافة التبرير وتقبُّل الاختلاف

حيدر سعد نعيم

في كثيرٍ من الأحيان، نبحث عن عذرٍ للآخرين لا لأنَّهم بلا أخطاء، بل لأنَّنا ندرك حقيقةً واضحة وهي أنَّ الإنسان ليس آلة تعمل بنظام واحد بل هو كائنٌ معقّد خُلق بتركيب دقيق (هرمونات وانفعالات، ذاكرة وتجارب، مشاعر وتفكير، ووعي يتشكل باستمرار على طول الزمن).

إنَّ اختلاف الناس ليس أمراً طارئاً أو شاذاً، بل هو نتيجة طبيعية لاختلاف التربية والبيئة والتعليم، واختلاف التجارب والظروف والفرص. ولهذا، فإنَّ الآراء والأفكار والمعتقدات التي يحملها الآخرون قد تكون محترمة في نظرنا، لكنَّها ليست بالضرورة مقدسة أو نهائية. وهنا تظهر قاعدة مهمَّة ينبغي أن نؤمن بها: احترام الإنسان واجب، أما الأفكار والآراء فليس ضروريا أن نؤمن بها أو نتبناها دون نقاش.

إنَّ من حق كلِّ إنسان أن يناقش ويعترض وينتقد، شرط أن يكون ذلك بأدبٍ ووعيٍ واحترام. فالحوار ليس تهديداً، والنقد ليس إهانة، والاختلاف ليس عداءً. بل إنَّ ترك مساحة للآخرين للنقاش والتعبير والتفسير هو جزءٌ أساس من نضج الإنسان ووعيه. ومن الخطأ الكبير أن نحصر الناس في تصنيفات جامدة: إما صديق وإما عدو، إما معنا وإما ضدنا، إما أبيض وإما أسود.

الحياة أوسع من هذه الثنائيات الضيقة.

وحين يفهم الإنسان هذه الضرورة يصبح أكثر هدوءاً وأقل عدوانية ويتحرر من التوتر المستمر الذي يولِّده سوء الظن والانغلاق. عندها يبدأ بالنظر إلى الآخرين بنظرة مختلفة. يطَّلع على ثقافاتهم وتجاربهم، ويستمع إليهم بإنصاف، ويكتشف أنَّ كثيراً مما ظنه خطأً قد يكون «**اختلافاً في زاوية النظر**».

إنَّ الحياة ليست مبنية على الكراهية والحب فقط، ولا على العداء والصداقة وحدهما، ولا على القرب والبعد بمعناهما السطحي. بل إنَّ الحياة تُبنى على القدرة على التعايش، وعلى تقبُّل الإنسان للإنسان، وعلى فهم أنَّ الاختلاف لا يمنع الاحترام، وأنَّ التعدد لا يعني الصراع.

والأجمل من ذلك أنَّ قبول الاختلاف لا يخدم الآخرين فقط، بل يخدمنا نحن كذلك. لأنَّ الإنسان حين يسمح للآخرين بالاختلاف، فإنَّه يمنح نفسه فرصة لمراجعة أفكاره، وتثبيت الصحيح منها، وتعديل ما كان راسخاً بعنادٍ أو عصبية أو وراثة اجتماعية. فالعقل الذي لا يتغير أبداً ليس راجحا... بل قد يكون مغلقاً.

وهنا تتجلَّى قيمة (التبرير) بمعناه الإنساني النبيل

أن نبحث عن الأسباب قبل الأحكام، وأن نفهم قبل أن نهاجم، وأن نترك مساحة للاحتمالات قبل إصدار الأحكام القاطعة. فالتبرير ليس تبرئةً للخطأ، لكنه محاولة عادلة لفهم الإنسان في سياقه وظروفه، بعيداً عن القسوة والتسرُّع.

في النهاية، ثقافة الاختلاف وتقبُّل الآخر ليست ترفاً فكرياً، بل هي ضرورة أخلاقية واجتماعية؛ لأنَّها تنعكس إيجاباً على الفرد والمجتمع: تقلِّل التعصب، وتزيد الاحترام، وتفتح باب المعرفة، وتخلق بيئة أكثر سلاماً وتسامحاً.

وفي عالمٍ يزداد انقساماً يوماً بعد يوم، ربما تكون أعظم قوة نمتلكها هي أن نكون بشراً... نفهم، ونعذر، ونحاور، ونتقبَّل.

فقاعة الترشيح سجن الخوارزميات في العوالم الرقمية

هيئة التحرير

في ظلِّ متغيرات العالم الرقمي الذي يعيشه أكثر الشباب، وما يرتبه من أثر كبير على بنائهم الفعلي لأنفسهم فقد تظهر بين الحين والآخر تحديات رقمية يترتب عليها أثر فكري خطير، ومن أبرز التحديات المعاصرة للشباب في هذا العالم الرقمي هي ما تسمى (Filter Babul) فقاعة الترشيح.

لو قسمنا الحياة اليومية لأغلب الشباب من ناحية الوقت لوجدناها مقسمة على ثلاثة أقسام، قسم يقضى في النوم وهو ما يقارب (٨) ساعات، وقسم يقضى في الهاتف والتواصل وهو ما يقارب (٨) ساعات أيضاً، والقسم الأخير الذي يكون فيه سائر شؤون الحياة من دراسة ومذاكرة والجلوس مع الأسرة والأصدقاء، والقراءة وحضور الندوات ومجالس الاستماع الى المحاضرات.

الثلث الأول لا يمكن أن يوضع في ميزان التأمل؛ لأنَّه خارج عن محل الكلام، فلا يمكن أن يستثمر في شكل من الأشكال؛ لأنَّه وقت للراحة والرقود، غير أنَّ الكلام كلَّه في الثلثين الباقيين، الذي يكون للعالم الافتراضي والواقعي، العالم الافتراضي هو الذي يكون فيه الفرد منغمساً في العالم الرقمي ومتعاطيًا مع منصاته ووسائله، في حين أنَّ العالم الواقعي هو ما يعيشه من انتقالات ويمارسه من نشاطات في الواقع الاجتماعي والشخصي في واقع الحياة.

ما نلحظه من تحديات فعلية حالياً هو أنَّ أثر العالم الافتراضي تجاوز ما يؤثر به العالم الواقعي بكثير، فكأن ما يعيشه من عالم واقعي هو تفكير في العالم الافتراضي بعد التعاطي فيه، وهذه المساحة التي أدَّت فيها خوارزميات منصات التواصل دورًا مؤثرًا على السلوك البشري.

مما لا يختلف عليه أحد أنَّ أذواق الأفراد مختلفة بفارق ملحوظ، وهذا ما لا يكون في العالم الواقعي فقط، إنَّما ينتقل أيضاً إلى العالم الافتراضي،

فصاحب الذوق الرياضي ستجده مغرمًا في الرياضة في واقعه وهاتفه، وكذلك صاحب الذوق الكوميدي والترفيهي والمعرفي وغيرهم، فكلُّ صاحب ذوق تجد ذوقه في منصاته، لا في حياته وكلامه فقط، وأنَّ من يجمع له محتواه المفضَّل ويجعله محتوى رائجاً في منصاته هي الخوارزميات بعينها، فيعيش منغلقًا على ذلك المحتوى الذي يحبه والذي يظنه رائجاً في كلِّ مكان غير أنَّ الواقع هو ليس ما يعتقد إنَّما هي فقاعة الترشيح.

فقاعة الترشيح (Filter Babul) هي ظاهرة رقمية تحدث عندما تقوم الخوارزميات المستخدمة في محركات البحث أو وسائل التواصل الاجتماعي بانتقاء وتخصيص المحتوى المعروض للمستخدم بناءً على تفضيلاته السابقة، وسلوك تصفحه، وموقعه الجغرافي، وتفاعلاته السابقة، مما يؤدي إلى عزل المستخدم داخل (فقاعة) من المعلومات المتجانسة مع آرائه واهتماماته، ويحدُّ من تنوع وجهات النظر التي يتعرض لها.

عندما يعتقد الفرد أنَّ الفضاء الرقمي الذي يعيش فيه (الفقاعة) هو كلُّ ما موجود، فإنَّ ذلك سيكون وهم كبير يقوده الى استمتاع مفرط عند مواصلة التصفح، وشعور بالفقدان والملل عندما يترك التصفح وينتقل من عالمه الافتراضي إلى الواقعي، ويترتب على ذلك العديد من الاضطرابات والمشكلات المزمنة منها: الانطواء، وعدم الثقة بالنفس، ومحاولة إشباع الغرائز، وضياع الاقتداء وعدم تمييز القدوة الحسنة، وغيرها.

دراسة أجرتها جامعة أكسفورد التي أُجريت في عام ٢٠١٩م تحت إشراف «معهد رويترز للدراسات الصحفية» تركزت على فهم تأثير الخوارزميات على الأخبار التي يتلقاها الأفراد عبر الإنترنت وكيفية تشكيل هذه الخوارزميات للمحتوى المقدم لهم. الدراسة تناولت تأثير «فقاعة الترشيح» على الأخبار والتنوع الإعلامي، وخلصت إلى أنَّ الخوارزميات التي تعتمد عليها منصات مثل فيسبوك وتويتر في عرض الأخبار تؤدي إلى تقليص تنوع المعلومات المعروضة للمستخدمين. كما أظهرت الدراسة أنَّ المستخدمين الذين لديهم ميول معين يتعرضون أكثر للمحتوى الذي يتوافق مع آرائهم، مما يعزز من الاستقطاب ويؤدي إلى خلق فجوات في الرؤية المعرفية بين مختلف الأفراد. ومع ذلك، أشارت الدراسة إلى أنَّه على الرغم من تأثير الخوارزميات في تضييق التنوع، إلا أنَّ بعض المستخدمين الذين يقومون بالبحث في مصادر متنوعة أو الذين يتفاعلون مع أخبار من مصادر مختلفة قد يتعرضون لمزيد من التنوع في المعلومات، وهو ما يحد من تأثير الفقاعة في بعض الحالات. هذه الدراسة سلطت الضوء على كيفية تأثير تخصيص المحتوى على أوجه الاستقطاب الاجتماعي وأثارت تساؤلات عن دور منصات التواصل الاجتماعي في تعزيز التوجهات المعلوماتية المحدودة.

التصفح بقدر ما هو تطلع وانفتاح لما هو رائج من أفكار وأحداث ومتغيرات اجتماعية وفكرية وإنسانية، قد يكون بالقدر نفسه سجنًا للون واحد تضعه لنا خوارزميات تتحسس ميولنا عبر مجساتها اللاواعية، فنكون في فقاعة نرى فيها شيئاً يجعلنا سعداء، دون الالتفات إلى فائدته وعدمها، فنحسبه كلَّ شيء مما يعود علينا ذلك بضروب من التحديات التي تضاعف علينا السلبيات المتوقعة وغير المتوقعة.

النتائج والحلول:

1 **زيادة الوعي بتأثير الخوارزميات:** فهم كيف تقوم الخوارزميات بتخصيص المحتوى يمكن أن يساعد في توسيع الأفق.

2 **تنويع المصادر الإعلامية:** التفاعل مع مصادر متنوعة يقلل من تأثير الفقاعة ويعزز التوازن المعرفي.

3 **التربية الإعلامية:** تعلم كيفية التمييز بين المحتوى المفيد والمحتوى المحدود.

4 **إدارة الوقت الرقمي:** تخصيص وقت لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتركيز على الأنشطة الواقعية.

5 **مراجعة التأثيرات النفسية:** متابعة التأثيرات النفسية للعالم الافتراضي واتخاذ أوقات راحة عند الحاجة.

6 **الاستثمار في الإبداع الشخصي:** إنتاج محتوى جديد يعكس اهتماماتك بدلاً من الاعتماد على الخوارزميات.

7 **تعزيز التواصل الاجتماعي الواقعي:** الحفاظ على توازن بين الحياة الرقمية والواقعية عبر التواصل مع الأسرة والأصدقاء.

8 **التأمل في اختياراتنا الرقمية:** التفكير في المحتوى الذي نتفاعل معه واتخاذ قرارات واعية بشأنه.

أساس نهضة الإنسان والمجتمع

ماهر الشمري

يعدُّ الدين أساس الحياة الإنسانية وروحها ،فهو الذي يوجه الإنسان نحو الخير ويعلمه معنى الرحمة والعدل والصدق ومع مرور الزمن والحداثة المنشرة حاليا والثقافة الدخيلة من الغرب تزداد الحاجة إلى التوعية الدينية للفرد التي تعيد للإنسان توازنه بين الجسد والروح، وتجعله يعيش حياة مطمئنة.

وإنَّ اهتمام الإنسان بدينة والتزامه الحقيقي بالدين هو الأساس الحقيقي للتنمية في حياتنا سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي إذ إنَّ الدين يوفر لنا الإرشاد والراحة، ويوجهنا نحو الأفضل في كلِّ جوانب حياتنا ،فهو يعزز قيم التسامح والمحبة ويساعدنا في بناء مجتمع قوي متماسك، إنَّ الاهتمام بالدين يمنحنا شعوراً بالسلام الداخلي والطمأنينة، وهذا بدوره ينعكس إيجاباً على سلوكنا وعلاقاتنا الفردية والمجتمعية ولذلك يجب أن يكون الاهتمام بالدين والحث عليه بصورة دائمة من أولويات الفرد فهو استثمار حقيقي لمستقبلنا ويسهم في تحقيق التنمية المستدامة، وإنَّ التوعية الدينية ضرورية في كلِّ زمان ،لاسيَّما في عصرنا الحالي الذي تتكاثر فيه المغريات والانشغالات المادية، لذا يجب علينا توعية الشباب وتثقيفهم بعدم الانجراف وراء الثقافة المزيفة التي أثرت على عقول شبابنا في الوقت الحاضر والأصعب والأكثر حزناً تقبل البعض من المجتمع والشباب لهذه الثقافة والانحدار الحاد بالمستوى الأخلاقي والتقليد الأعمى لهذه الثقافة بحجة التطور والحداثة وماهي إلاَّ أدوات من أجل تحطيم مجتمعنا ونبذ القيم والعادات الصحيحة لذا يجب أن يكون لكلِّ فعل رد فعل فهم يسعون إلى تعطيل الشباب وإشغالهم بالأمور السطحية التافهة وإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتي أصبحت مواقع انعزال اجتماعي واستخدامها بشكل مفرط ودون رقابة ومواجهه تحديات البطالة وتدهور الصحة النفسية إضافة إلى التفاوت في الوصول إلى التعليم والفرص الوظيفية وغيرها لذا كان لزاماً على كلِّ فرد أن يبدأمن نفسه وأسرته والمجتمع عن طريق كسب الشباب وتثقيفهم بخطط واعية وبصورة مستمرة ومنسجمه مع مراحلهم العمرية ومحببه لهم وإشغالهم بالتفكير والتخطيط لبناء مجتمعهم فيجب على الفرد أن يستمع ويشاهد الأفكار والآراء ويقيِّمها قبل أن يقبلها ويقلدها أو يرفضها

وتبقى التوعية الدينية نوراً يهدي القلوب وسلاحاً يحمي المجتمع من الانحراف وكلُّ فرد مسؤول عن نشر هذا النور بالكلمة الطيبة وبالقدوة الحسنة لأنَّ الدين سلوك وفكرٌ فلنحرص جميعاً على فهم ديننا الصحيح ونشر مبادئه السمحة، لنعيش بسلام مع أنفسنا ومع الآخرين.

انظر لموقع قدميك!

الشيخ علي السعيدي

قصيرة هي الحياة، مهما طالت أيامها ولياليها، فلابد من انقضائها، وقد لا تتناسب أحياناً طموحات أحدنا مع قصر هذه الحياة، فأنا وأنت نريد تحقيق الهدف الفلاني والغاية الفلانية والحلم الفلاني، ولكن! بالمقابل تأتي التوصيات عن سادة الخلق وقادتهم ﷺ، أن نعمل بتوازن بين قصر مدتها من جانب، وطول أحلامنا من جانب آخر، فما يروى من أحاديث أمير المؤمنين ﷺ، ما يشير إلى هذا المعنى: «**اعمل لدنياك كأنَّك تعيش أبداً، واعمل لآخرتك كأنَّك تموت غداً**»، وهنا تأتي عبارة ولكن! مرة أخرى لنقول: كيف والعمل للآخرة يتطلب دراية ومعرفة!؟ فمن غير المعقول أنْ أسير في طريق وأنا لا أعلم إلى أين يفضي بي في نهاية المطاف، من هنا جاءت الضرورة من السؤال والتفكر والتدبر .. فربما أكون سائراً في عكس الاتجاه الذي يوصلني إلى المكان الذي أنا قاصده – من حيث لا أعلم – وقد يكون الطريق معبد والمركبة سريعة! والمقصود من الأخيرتين الخديعة والالتباس .. فمما يروى عن الإمام الصادق ﷺ، قوله: «**العالم بزمانه لا تهجم عليه اللوابس**»، وهنا يقول أهل المعرفة: إنَّ المقصود

هـو أنَّ العـالم بأحـوال أبنـاء زمانـه وعاداتهـم الفاسـدة، مـن إنـكار الحقـوق واتِّبـاع أهـواء النفـوس وترويـج الـشرور وإعـلان قـول الـزُّور، لا تهجـم عليـه اللَّوابـس، أيْ :الّذيـن يلبسـون الحـقَّ بالباطـل والنـور بالظلمـة والأمـر الواضـح بالشـبهة .. ولا يدخلـون عليـه بغتـة، عـلى سـبيل الغلبـة بالتدليسـات والتلبيسـات، ولا يغلبونـه بالتخليـط وإلقـاء الشـبهات، لعلمـه بفسـاد أقوالهـم وأفعالهـم، وإدراكـه بالفراسـة والتجربـة سـوء صنائعهـم وقبائـح أعمالهـم، أو المقصـود أنَّـه لا تدخـل عليـه الشـبهات، وفيـه تنبيـه عـلى أنَّ الغالـب في كلِّ عصر هـو إنـكار الحـقِّ وترويـج الباطـل، كـما يعرفـه أصحـاب القلـوب وأربـاب المعرفـة، وإذا تحقَّـق ذلـك مـع طـول مـدَّة الإسـلام واسـتقراره في القلـوب، فـلا ينكـر تحقُّقـه بعـد مـوت النبـيِّ ﷺ، ولا يسـتبعد وقـوع مـا وقـع بعـده -مـن خـروج أكثـر الأُمّـة عـن الدِّيـن - ولَّـما كان هنـا مظنَّـة أن يقـال: عـدم هجـوم اللَّوابـس عـلى العـالم بأهـل زمانـه، لسـوء ظنِّـه بهـم وعـدم اسـتماعه لأقوالهـم، ولا اتِّباعـه لآثارهـم وأطوارهـم، إلاَّبعـد الاسـتظهار فيهـا، والأخـذ بالحـزم لئـلا ينخـدع، وسـوء الظـن لا يجـوز، فحـزم الرَّجـل جـودة رأيـه وإحـكام أمـره، وضبطـه لـه وأخـذه بالثقـة والحـذر مـن فواتـه، عـلى وجـه لا يقـع معـه في الباطـل والشـبهة فيقتـضي سـوء الظـنِّ بهـم، يعنـي تجويـز السـوء منهـم والتثبـت فيـما يأتـون بـه، حتـى يتبـيَّن الحـق مـن الباطـل والصـدق مـن الكـذب والعلـم مـن الشـبهة.. ولـو وجـب القبـول منهـم مـن غير حـزم، ولم يجـز نسـبة السـوء إليهـم لوقـع جـراء ذلـك الهـرج والمـرج! إلى هنـا دعونـا نتوقـف قليـلاً لنقـول: إنَّ الإنسـان العاقـل لابـد أن يبحـث إذا استسـقى مـن المشـارب الصافيـة، وإذا أراد أن يخطـو نظـر لموضـع قدميـه كـي لا تـزل بـه في منزلـق

أو هاويـة ..! وأوجـز الشـاعر في شـطره القائـل: (**ومـن مشـى زلقـاً عـن غـرةٍ زلجـا**)، فكيـف بنـا اليـوم وقـد تعـددت المشـارب، وكانـت ضروبـاً بـين صافيهـا وشـائبها، وجاريهـا وراكدهـا، وفراتهـا ومجِّهـا .. وكثـرت المزالـق والمهـاوي، حتـى لا يسـتطيع أن يثبـت فيهـا الأعصـم الصـدع .. مـن أجـل ذلـك نقـول: الحـذر ثـم الحـذر، لا تخطـو خطـوة قبـل التأكـد والتثبـت، وقبـل هـذا وذاك، انظـر إلى موضـع قدميـك ..!.

الإخلاص
طريق النجاح

أ.د. محمد نعمة حسن

يُعدُّ الإخلاص من أعظم القيم التي تُبنى عليها شخصية الإنسان، وهو الميزان الحقيقي لقبول الأعمال وصلاح المسار وأعمقها أثرًا في توجيه السلوك وصناعة المعنى. فالإخلاص ليس مجرَّد مفهوم أخلاقي أو حالة وجدانية عابرة، بل هو وعيٌ داخليّ يجعل العمل صادقًا، والهدف واضحًا، والطريق ثابتًا مهما تغيَّرت الظروف. ويمكن أن نوضح الإخلاص بما يلي:

أولا : الإخلاص... الميزان الحقيقي للأعمال

يؤكد القرآن الكريم أنَّ جوهر العمل لا يُقاس بمظهره، بل بنيَّته، قال تعالى:﴿**وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ**﴾ (البينة: ٥) وقد رسَّخ أهل البيت عليهم السلام هذا المبدأ بوصف الإخلاص شرط القبول ونموَّ الأثر، وأنَّ قيمة العمل لا تُقاس بكثرته أو مظهره، بل بنيَّته وصدق توجُّهه. فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وآله «**إنَّما الأعمال بالنيَّات، وإنَّما لكلِّ امرئ ما نوى**» (بحار الأنوار، ج٦٧، ص٢٤٩).، كما ورد عن الإمام الصادق عليه السلام «**لا يقبل الله عملًا إلَّا ما كان خالصًا**» (الصدوق، ثواب الأعمال، ص٢٠٥) وقال عليه السلام أيضًا«**ما كان لله ينمو، وما كان لغير الله يضمحل**» (الكليني، الكافي، ج٢، ص١٦) فهذه النصوص تضع قاعدة واضحة مفادها أنَّ العمل المخلص هو الذي يبقى ويؤثر، وأما العمل المرتبط بالرياء أو المصالح الظرفية فيفقد قيمته سريعًا وبيَّن عليه السلام خطورة فقدان الإخلاص بقوله: «**الدنيا كُلّها جهل إلَّا مواضع العلم، والعلم كلُّه حجَّة إلَّا ما عُمِل به، والعمل كلُّه رياء إلَّا ما كان مخلصًا، والإخلاص على خطر حتى يُنظر بما يُختم له**» (بحار الأنوار، ج٦٧، ص٢٤٢).

ثانيا : الإخلاص وأهميته للأفراد عمومًا

الإخلاص يمنح الإنسان: «**توازنًا نفسيًا، ووضوحًا في القرار، واستقرارًا في السلوك**» لأنَّه يربط العمل بالغاية الإلهية لا بالمصلحة الزائلة وقد خَّص أمير المؤمنين الإمام عليٌّ عليه السلام

شمولية الإخلاص بقوله: «**طوبى لمن أخلص لله عمله وعلمه وحبَّه وبغضه وأخذه وتركه وكلامه وصمته**» (عيون الحكم والمواعظ ٣١٤) فالإخلاص هنا لا يقتصر على العبادة، بل يشمل الفكر والعاطفة والسلوك اليومي. ويجعل الإنسان ثابتًا أمام تقلُّبات الحياة

ثالثا : الإخلاص ... حاجة ملحّة في مرحلة الشباب

تُعدُّ مرحلة الشباب أكثر المراحل حاجةً إلى الإخلاص؛ لما تشهده من طموح متَّقد، وضغوط اجتماعية، ومقارنات مستمرة. ومن دون إخلاص، قد ينحرف الطموح عن مساره القيمي، ويتحوَّل النجاح إلى سباق شكلي. قال أمير المؤمنين عليه السلام «**إنَّما العمل الصالح ما أُريد به وجه الله**» (نهج البلاغة، الحكمة ٢٣٧) فالإخلاص يصحِّح الاتجاه قبل تسريع الخطوات، ويجعل النجاح وسيلة لبناء الذات لا لإثباتها للآخرين.

في مرحلة الشباب، يظهر أثر الإخلاص بوضوح؛ إذ يسهم في: (رفع الدافعية الذاتية للتعلُّم، تقليل القلق المرتبط بنظرة الآخرين، تعزيز الصبر والثبات عند الإخفاق)

فالشاب المخلص: (يدرس ليفهم لا ليفاخر، ويجتهد ليُتقن لا ليُقارن، وينجح ليخدم لا ليُشهر اسمه (وقد قال أمير المؤمنين عليه السلام «**قيمة كلِّ امرئ ما يُحسنه**» (نهج البلاغة، الحكمة ٨١)، إنَّ الإخلاص يشكِّل حصانة داخلية تحمي الشباب من الانحراف القيمي والفكري، ويربط السلوك بالغاية لا بالمصلحة المؤقتة.

إنَّ ترسيخ الإخلاص في وعي الأفراد، ولا سيما الشباب، ليس خطابًا وعظيًا، بل مشروعًا تربويًا عميقًا يعيد للنجاح معناه، وللطموح اتجاهه، وللحياة توازنها. تؤكِّد الروايات أنَّ الإخلاص الصادق يثمر نورًا في القلب وحكمةً على اللسان. فقد رُوي عن الإمام الرضا عليه السلام، عن آبائه، عن رسول الله صلى الله عليه وآله أنَّه قال: «**ما أخلص عبدٌ لله عزَّ وجلَّ أربعين صباحًا إلَّا جرت ينابيع الحكمة من قلبه على لسانه**» (الخصال، ج١، ص٧٢؛ بحار الأنوار، ج٦٧، ص٢٤٩). ويدلُّ هذا الحديث على أنَّ الإخلاص ليس فضيلة روحية فحسب، بل هو مصدر وعي وبصيرة ومعرفة.

رابعا : خطوات عملية لبناء الإخلاص

الإخلاص لا يُنال دفعة واحدة، بل يُبنى بمجاهدة ووعي، ومن أهم خطواته:

١. **تصحيح النيَّة قبل العمل:** قال الإمام علي عليه السلام: «**إِخْلَاصُ الْعَمَلِ مِنْ قُوَّةِ الْيَقِينِ وَصَلَاحِ النِّيَّةِ**»(غرر الحكم)

٢. **مراقبة النيَّة في أثناء العمل:** قال الإمام الصادق عليه السلام: «**ما ضعف بدن عمّا قويت عليه النيَّة**» (الكافي؛ بحار الأنوار، ج٦٧، ص٢٠٥)

٣. **عدم ربط العمل بمدح الناس:** العمل المخلص ثابت سواء وُجد التقدير أم غاب.

٤. **إخفاء بعض الأعمال الصالحة:** قال الإمام الصادق عليه السلام: «**العمل الخالص الذي لا تريد أن يحمدك عليه أحد إلا الله**» (الكافي، ج٢ .ص١٦)

٥. **التواضع بعد الإنجاز:** قال الإمام الباقر عليه السلام: «ثلاث قاصمات الظهر : رجل استكثر عمله، ونسي ذنوبه، وأعجب برأيه» (الخصال : ١١٢ / ٨٥).

٦. **عدُّ العمل أمانة لا مصلحة:** قال رسول الله صلى الله عليه وآله «إنَّ الله تعالى يحبُّ إذا عمل أحدكم عملاً أن يُتقنهُ)). (كنز العمال: ج٣، ص٩٠٧، ح٩١٢٨).

٧. **طلب الإخلاص بالدعاء:** لأنَّ الإخلاص توفيق إلهي قبل أن يكون جهدًا شخصيًا. قال رسول صلى الله عليه وآله «**إنَّ الله لا يقبل إلَّا من أخلص له**» ثم تلا قوله تعالى: ﴿**أَلَا لِلَّهِ الدِّينُ الْخَالِصُ**﴾ (تفسير نمونه، ج١٩، ص٣٦٥).

كيـــــف يُعيـــــد الصبر بنـــاء الدمـــاغ؟

تخيل لو أنَّك تمتلك مادة سحرية إذا انكسر إناء ثمين لديك قامت هذه المادة ليس فقط بلصقه بل بجعله أقوى وأجمل مما كان عليه قبل الكسر في عالم النفس والأعصاب هذا ليس سحراً، بل هو حقيقة علمية تُدعى «المرونة النفسية».

لكن، هل تعلم أنَّ هذه التقنية العقلية» التي يتحدث عنها الغرب اليوم هي جوهر ما أسسه القرآن الكريم ومدرسة أهل البيت عليهم السلام قبل قرون؟ دعونا نغوص في رحلة داخل خلايا دماغك لنرى كيف يتحول«البلاء» إلى «بناء».

١- الدماغ ليس صخراً.. الدماغ عجينة

لسنوات طويلة اعتقد العلماء أنَّ دماغ الإنسان يتوقف عن النمو عند البلوغ. لكن العلم الحديث فجر مفاجأة دماغك يمتلك خاصية اللدونة العصبية». هذا يعني أنَّ كلَّ فكرة تفكر بها وكلَّ ردة فعل تتخذها، تقوم فعلياً بتغيير «أسلاك» مخك.

حين تواجه صدمة وتختار الانهيار»، تتقوى مسارات الاكتئاب في دماغك. وحين تختار «النهوض»، فأنت حرفياً تشق طريقاً عصبياً جديداً للقوة. ولكن كيف نقوم بذلك؟ هنا يأتي دور «الكتالوج» السماوي.

٢- «لنبلونكم».. حتمية الصدمة وقوة المعنى

علم النفس يؤكد أنَّ الألم النفسي لا ينبع من الحدث ذاته، بل من تفسيرنا للحدث. القرآن الكريم يسبق العلاج المعرفي السلوكي (CBT) بتأسيس «توقع واقعي» للحياة، يمنع الدماغ من صدمة المفاجأة. يقول تعالى: ﴿**وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ**﴾ [البقرة ص١٥٥].

هذا الإقرار القرآني يخبر الدماغ «لا تفزع، هذا جزء من النظام». ثم تأتي البشرى لتفعيل مركز المكافأة في الدماغ: ﴿**وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ**﴾.

٣- أهل البيت عليهم السلام الصبر عملية عقلية واعية

المرونة النفسية ليست مجرد تحمل سلبي»، بل هي «تكيف إيجابي». انظر كيف يصور الإمام عليٌّ (عليه السلام) هذه الصلابة النفسية بوصفها جزءاً لا يتجزأ من تكوين الشخصية السوية، فيقول: «**والصَّبْرُ مِنَ الإِيمَانِ كَالرَّأْسِ مِنَ الجَسَدِ، ولا خَيْرَ فِي جَسَدٍ لَا رَأْسَ مَعَهُ، ولا فِي إِيمَانٍ لَا صَبْرَ مَعَهُ**» (نهج البلاغة).

التشبيه هنا مذهل علمياً ؛ فالرأس هو مركز القيادة (الدماغ) ، والصبر هو وظيفة تنفيذية عليا تدير المشاعر وتمنع الانهيار تماماً كما يدير الرأس الجسد.

في حديث عميق للإمام الصادق عليه السلام عن «الشخصية المرنة» التي لا تكسرها الظروف، يقول «إن الحر حر على جميع أحواله: إن نابته نائبة صبر لها، وإن تداكت عليه المصائب لم تكسره وإن أسر وقهر واستبدل باليسر عسراً» (الكافي). الإمام هنا يعرف «الحرية» بأنَّها حرية النفس من الانكسار أمام الظروف الخارجية، وهو قمة ما يسعى إليه الطب النفسي الحديث.

٤- الكيمياء الحيوية للرضا

حين يجزع الإنسان يفرز الجسم هرمون الكورتيزول» هرمون التوتر الذي يدمر الخلايا العصبية مع الوقت. في حين أنَّ حالة «الرضا والتسليم» التي يدعو إليها أهل البيت عليهم السلام تحفز هرمونات الهدوء والسكينة. روي عن الإمام الكاظم عليه السلام قوله «المصيبة للصابر واحدة، وللجازع اثنتان». هذه معادلة رياضية نفسية دقيقة «الجازع» يعاني من ألم الحدث (المصيبة الأولى وألم التوتر والانهيار النفسي) المصيبة الثانية، في حين أنَّ «الصابر» المرن يحتفظ بطاقته للتعامل مع الحدث فقط.

خلاصة الأمر أنَّ المرونة النفسية ليست مهارة حديثة، بل هي إرث نبوي. كلما مارست «حسن الظن بالله» و «الصبر الجميل» فأنت لا تؤجر فحسب، بل أنت تمارس «رياضة للدماغ» تجعله أقوى وأكثر قدرة على التجدد. فالأزمات في مدرسة أهل البيت عليهم السلام ليست حفرة لندفن فيها، بل هي سلم لنرتقي عليه.

سؤال وجواب

السيد هاشم المكصوصي

س١/ من إحدى الأخوات المدرِّسات (وفقها اللّه تعالى)، ما دور المرأة في عصر الغَيبة، وما دوري بوصفي مدرِّسة في التعامل مع الطالبات لأكون مؤثِّرة من الناحية الأخلاقيَّة؟

الجواب/ نعتقد أنَّ دور المرأة في عصر الغَيبة لا يختلف في جوهره عمَّا كان عليه دورها في عصر رسول الله ﷺ، ولا سيَّما من جهة البعد القيمي والأخلاقي؛ إذ إنَّ القرآن الكريم والسُّنة النبويَّة الشريفة قد رسما معالم هذا الدور، ووضع النبيُّ الأكرم ﷺ مقاييس واضحة لحركة المرأة ونشاطها في المجتمع، وهي مقاييس صالحة لكلِّ الأزمنة، وإن اختلفت أساليب تطبيقها باختلاف الظروف والمعطيات.

فالقرآن الكريم يتحدَّث عن المرأة المؤمنة التي تشارك في بناء المجتمع عبر التزامها بالعهد الإلهي، كما في بيعة النساء للنبيِّ ﷺ، وهي بيعة ذات بُعد ديني واجتماعي وأخلاقي، تقوم على ترسيخ عقيدة التوحيد، واجتناب المحظورات الشرعية، والالتزام بالحدود والأحكام الإلهية.

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِذَا جَاءَكَ الْمُؤْمِنَاتُ يُبَايِعْنَكَ عَلَى أَنْ لَا يُشْرِكْنَ بِاللهِ شَيْئًا وَلَا يَسْرِقْنَ وَلَا يَزْنِينَ وَلَا يَقْتُلْنَ أَوْلَادَهُنَّ وَلَا يَأْتِينَ بِبُهْتَانٍ يَفْتَرِينَهُ بَيْنَ أَيْدِيهِنَّ وَأَرْجُلِهِنَّ وَلَا يَعْصِينَكَ فِي مَعْرُوفٍ فَبَايِعْهُنَّ وَاسْتَغْفِرْ لَهُنَّ اللهَ إِنَّ اللهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (سورة الممتحنة: الآية ١٢).

ومن هنا، فإنَّ التزام المرأة المؤمنة ـ سواء كانت مُربِّية، أو مُعلِّمة ـ بما أراده الله تعالى ورسوله ﷺ، يُعدُّ عاملًا أساسًا في التأثير الإيجابي في الآخرين، ولا سيَّما في الوسط التربوي.

أمَّا دور المُدرِّسة في التعامل مع الطالبات، فيقوم على الجمع بين التربية والتعليم، عبر الرفق واللِّين، وفهم المشكلات النفسيَّة والاجتماعيَّة التي قد تعاني منها الفتاة، ومحاولة معالجتها بروحٍ تربوية واعية.

فالطالبة حين تشعر بأنَّ المعلِّمة حريصة على مصلحتها، كما تحرص الأم على ابنتها، تكون أكثر استعدادًا للتقبُّل والتأثُّر، وقد تتحوَّل المعلِّمة إلى قدوة عمليَّة في سلوكها وأخلاقها.

ومع ذلك، فإنَّ الهداية ليست قسرية، ولا ترتبط دائمًا بتحقيق النتائج المباشرة؛ إذ إنَّ دور المربِّي يقتصر على البلاغ والنصح وبذل الجهد، أمَّا التوفيق والهداية فهما بيد الله تعالى.

وعليه، فإنَّ أداء المرأة لدورها الأخلاقي والتربوي بإخلاصٍ ووعي، يُعدُّ إسهاماً حقيقيًّا في التمهيد لمجتمعٍ صالح، منسجم مع القيم الإلهيَّة التي ستتجلَّى بصورة أكمل في عصر الظهور المبارك.

س٢/ أنا طالب جامعي، كيف أستثمر وقتي في مدَّة الدراسة، وأحافظ على اعتقاداتي في خصوص القضيَّة المهدويَّة؟

الجواب/ تمثِّل المرحلة الجامعية من أهم مراحل بناء الإنسان فكريًا وروحيًا وعمليًا، وهي فرصة حقيقية للاستثمار المتوازن للوقت، مع الحفاظ على الاعتقاد السليم، ولا سيَّما في ما يرتبط بالقضية المهدوية.

فإذا سألت عن كيفية استثمار الوقت في مدة الدراسة؟

فالمطلوبُ الجدُّ في طلب العلم فالدراسة الجامعيَّة ليست مجرَّد تحصيل شهادة، بل هي عبادة إذا صَحَّت النيَّة.

وكلُّ علمٍ نافع يُعدُّ لبنة في بناء المجتمع الصالح الذي يسهم في التمهيد لظهور الإمام المهديِّ عليه السلام.

وتنظيم الوقت والانضباط الوقت نعمة ومسؤولية.

فالطالب الواعي يجعل لكلِّ وقتٍ وظيفة: دراسة، وعبادة، وراحة، وتنمية ذاتية.

وبناء الشخصية الأخلاقية النجاح الحقيقي لا يقتصر على التفوُّق العلمي، بل يشمل حسن الخلق، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (البقرة: ١٩٥).

فالطالب الملتزم بأخلاقه هو نموذج عملي للدين في الوسط الجامعي.

وإن قُلت: كيف أحافظ على اعتقادي بالقضية المهدوية؟

كان الجواب: أنَّ المعرفة الواعية بالاعتقاد بالإمام المهديّ عليه السلام يقوم على العلم والبصيرة، قال تعالى: ﴿قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللهِ عَلَى بَصِيرَةٍ﴾ (يوسف: ١٠٨).

فقراءة المصادر الموثوقة وحضور المحاضرات الهادفة يحصِّن الفكر من الشبهات.

والالتزام العملي يُعدُّ من الانتظار الحقيقي؛ لذلك قال تعالى: ﴿وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ﴾ (التوبة: ١٠٥).

فالإيمان الصادق يُترجم إلى سلوكٍ واعٍ ومستقيم، سواء في وقت التحصيل العلمي أو في غيره من شؤون الحياة.

س٣/ من صديق الملتقى جناب الأخ مجيد من كربلاء المقدَّسة، أنا موظف في إحدى الشركات، فكيف يكون عملي مرضيًا عند الإمام صاحب العصر والزمان عجَّل اللّه تعالى فرجه الشريف؟

الجواب/ أنَّ رضا الإمام صاحب العصر والزمان (عجَّل الله تعالى فرجه الشريف) عن عمل الإنسان لا ينفصل عن رضا الله تعالى؛ لأنَّ الإمام هو خليفة الله وحجَّته في أرضه، وكلُّ ما يُرضي الله يُرضي وليَّه.

أولًا: تصحيح النيَّة والإخلاص

قال تعالى: ﴿وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ﴾ (البينة: ٥).

فإذا نوى الموظَّف بعمله تحصيل الرزق الحلال وخدمة الناس والاستغناء عن الحرام، تحوَّل عمله اليومي إلى عبادة مقرِّبة إلى الله والإمام.

ثانيًا: الأمانة والإتقان:

قال تعالى: ﴿إِنَّ اللهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا﴾ (النساء: ٥٨).

وقال رسول الله صلى الله عليه وآله: «**إنَّ اللهَ يُحِبُّ إذا عَمِلَ أحدُكم عملًا أن يُتقِنَه**».

فالموظَّف الأمين المتقن لعمله يكون في موقع الطاعة العملية لله تعالى، وهي ممَّا يسرُّ الإمام عليه السلام.

ثالثًا: ترك الحرام والظلم في بيئة العمل

قال الإمام الصادق عليه السلام: «**مَن سَرَّهُ أن يكون من أصحاب القائم فلينتظر، وليعمل بالورع ومحاسن الأخلاق**». بحار الأنوار: ج٥٢/ ص١٤٢.

مركز ملتقى القمر الثقافي

Multaqa Alqamar Cultural center

يمكنك التواصل مع مركز ملتقى القمر

عبر مسح رمز الكيو آر كود