

قال امير المؤمنين عليه السلام
لا يعاب المرء بتأخير حقه، إنما يعاب من أخذ ما ليس له

الجنائز المسلمة

51

السنة الخامسة / شوال ١٤٣٦ هـ / معتمدة لدى نقابة الصحفيين العراقيين بالرقم ١٢٢٦ سنة ٢٠١٢

- ✓ تصورات الآباء عن طفل المستقبل
- ✓ فنان واسطي أمي يتحدى بفنه الفطري
الإمكانات الأكاديمية
- ✓ كيف تكون المرأة ناجحة ومحبوبة ؟
- ✓ التوظيف غير السليم للولاء عند الشباب



هيئة التحرير
طالب عباس - علي الشاهر

سكرتير التحرير
حسين النعمه

رئيس التحرير
سامي جواد كاظم

الاشراف العام
السيد سعد الدين البناء

الارشيف
محمد حمزة - ليث النصراوي

التصوير
عمار الخالدي

الاشراف اللغوي
عباس عبد الرزاق الصباغ

المراسلون
حسين نصر - ضياء الاسدي
قاسم عبد الهادي

الخطاط
سرحان الخفاجي

التصميم
منتظر التميمي - حسنين الشالجي
علي صالح المشرفاوي - حيدر عدنان

المشاركون في هذا العدد

حسن رحم - السيد محمد جمال الهاشمي - سناء الربيعي

14



4



31



16



22



26



10



لا تُجِب بالنيابة

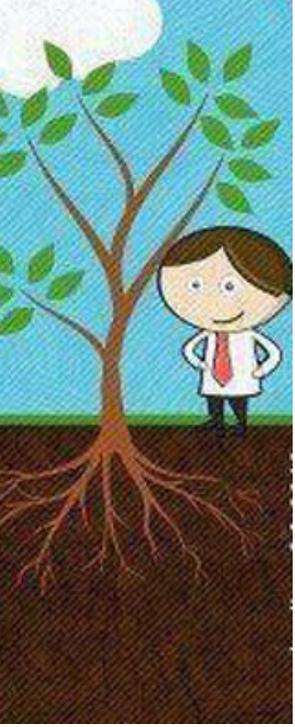
التواصل الاجتماعي أصبح متعدد الوسائل ومنها المباشرة وغير المباشرة ودائماً يكون ضمن التواصل اسئلة واستفسارات ، ولبعض هذه الاسئلة خصوصيات من مسؤولية رب الاسرة او ربة الاسرة فلربما يرن الهاتف فيجيب عليه احد الابناء ويكون المتصل مستفهما عن شان ما يخص العائلة فعلى المجيب ان لا يجيب قبل الاستفسار والتأكد من رب الاسرة او ربة الاسرة وان لم يعلم فليعتذر ويطلب من المتصل الاتصال مرة اخرى ، اما الاجابة ارتجالا على السؤال فانه يوقع العائلة في حرج شديد لاسيما ان كانت الاجابة غير صحيحة او لربما هنالك اسرار للعائلة لا يريد رب الاسرة ان يعلم بها احد حتى ولو كانوا اقرباءه، فالتنبه لكل افراد العائلة ضرورة التحفظ على الاجابة التي لا علاقة لهم بها.

ذكرى
استشهاد
الامام جعفر
الصادق
عليه لاسلام
في ٢٥
شوال
وهذه
مجموعة
من حكمه

الجنة درجات



عن الإمام أبي جعفر (عليه السلام) قال: قال أبي يوماً وعنده أصحابه: مَنْ منكم تطيب نفسه أن يأخذ جمره في كفه فيمسكها حتى تطفأ؟ قال: فكاع الناس كلهم ونكلوا. فقمت وقلت: يا أبا أنت أمر أن أفعل؟ فقال: ليس إياك عنيت، إنما أنت مني، وأنا منك، بل إياهم أردت. قال: وكررها ثلاثاً. ثم قال: ما أكثر الوصف وأقل الفعل! إن أهل الفعل قليل، إن أهل الفعل قليل. ألا وإنا لنعرف أهل الفعل والوصف معاً، وما كان هذا مناعامياً عليكم، بل لنبلو أخباركم ونكتب آثاركم. فقال: والله لكأننا ماددت بهم الأرض حياء مما قال، حتى إني لأنظر إلى الرجل منهم يرفض عرقاً، ما يرفع عينيه من الأرض. فلما رأى ذلك منهم قال: رحمكم الله، فما أردت إلا خيراً. إن الجنة درجات فدرجة أهل الفعل لا يدركها أحد من أهل القول، ودرجة أهل القول لا يدركها غيرهم. قال: فوالله لكأننا نشطوا من عقال.



القناعة

وهي : الاكتفاء من المال بقدر الحاجة والكفاف ،
وعدم الاهتمام فيما زاد عن ذلك .
وهي صفة كريمة ، تعرب عن عزة النفس ، وشرف
الوجدان ، وكرم الأخلاق .

الصلاة
قربان كل
تقي ، والحج
جهاد كل
ضعيف ،
وزكاة البدن
الصيام ،
والداعي
بلا عمل
كالرامي بلا
وتر .

وإليك بعض ما أثر عن فضائلها من النصوص :
قال الباقر عليه السلام : « من قنع بما رزقه الله فهو من أغنى الناس » .
إنما صار القانع من أغنى الناس ، لأن حقيقة الغنى هي : عدم الحاجة إلى الناس ، والقانع راض ومكتف بما رزقه الله ، لا يحتاج ولا يسأل سوى الله .
قيل : لما مات جالينوس وُجد في جيبه رقعة فيها مكتوب : « ما أكلته مقتصداً فلجسمك ، وما تصدقت به فلروحك ، وما خلفته فلغيرك ، والمحسن حيٌّ وإن نقلَ إلى دار البلى ، والمسيء ميت وإن بقي في دار الدنيا ، والقناعة تستر الخلة ، والتدبير يكثر القليل ، وليس لابن آدم أنفع من التوكل على الله سبحانه » .
وشكى رجل إلى أبي عبد الله عليه السلام أنه يطلب فيصيب ، ولا يقنع ، وتنازعه نفسه إلى ما هو أكثر منه ، وقال : علمني شيئاً أنتفع به . فقال أبو عبد الله عليه السلام « إن كان ما يكفيك يغنيك ، فأدنى ما فيها يغنيك وإن كان ما يكفيك لا يغنيك ، فكل ما فيها لا يغنيك » ، وقال الباقر عليه السلام

: « إياك أن يطمح بصرك إلى من هو فوقك فكفى بما قال الله تعالى لنبه صلى الله عليه وآله « ولا تعجبك أموالهم ولا أولادهم » وقال : « ولا تمدن عينيك إلى متعنا به أزواجاً منهم زهرة الحياة الدنيا » ، فان دخلك من ذلك شيء فاذكر عيش رسول الله صلى الله عليه وآله ، فإنما كان قوته الشعير ، وحلوه التمر ، ووقوده السعف إذا وجدته » .
محاسن القناعة للقناعة أهمية كبرى ، وأثر بالغ في حياة الانسان ، وتحقيق رخائه

استنزلوا
الرزق
بالصدقة
. وحصنوا
أموالكم
بالزكاة .
وما عال
من اقتصد
. والتدبير
نصف
العيش .

ولكن فيه رقي » .
« وكان ديوجانس الكليبي من
أساطين حكماء اليونان ، وكان
متقشفاً . زاهداً ، لا يقتني شيئاً
، ولا يأوي إلى منزل ، دعاه
الإسكندر إلى مجلسه ، فقال
للسول قل له : إن الذي منعك
من المسير إلينا ، هو الذي منعنا
من المسير إليك ، منعك استغناؤك
عنا بسلطانك ، ومنعني استغنائي
عنك بقناعتي » .

وكتب المنصور العباسي إلى أبي
عبد الله الصادق عليه السلام
: لم لا تغشانا كما يغشانا الناس
؟ فأجابه : ليس لنا من الدنيا ما
نخافك عليه ، ولا عندك من
الآخرة ما نرجوك له ، ولا أنت
في نعمة فنهنيك بها ، ولا في نقمة
فنعزيك بها . فكتب المنصور :

تصحبنا لتصحنا . فقال أبو عبد
الله عليه السلام : « من يطلب
الدنيا لا ينصحك ، ومن يطلب
الآخرة لا يصحبك » .

وما أحلى قول أبي فراس الحمداني
في القناعة :
إن الغني هو الغني بنفسه ولو
أنه عار المناكب حاف
ما كل ما فوق البسيطة كافيًا
فإذا قنعت فكل شيء كاف
المصدر كتاب اخلاق اهل البيت
عليهم السلام

ارض بما قسمه الله لك
فقد تكون أغنى الناس

وأنت لا تدري!



النفسي والجسمي ، فهي تحرره
من عبودية المادة ، واسترقاق
الحرص والطمع ، وعنائهما
المرهق ، وهوانها المذل ، وتنفخ
فيه روح العزة ، والكرامة ،
والإباء ، والعفة ، والترفع عن
الدنيا ، واستدرا عطف اللئام .
والقانع بالكفاف أسعد حياة
، وأرخى بالاً ، وأكثر دعة
واستقراراً ، من الحريص المتفاني
في سبيل أطعاه وحرصه ، والذي
لا ينفك عن القلق والمتاعب
والهموم .

والقناعة بعد هذا تمد صاحبها
بيقظة روحية ، وبصيرة نافذة ،
وتحفزه على التأهب

للآخرة ، بالأعمال الصالحة ،
وتوفير بواعث السعادة فيها .

ومن طريف ما أثر في القناعة :
أن الخليل بن أحمد الفراهيدي
كان يقاسي الضر بين أخصاص
البصرة ، وأصحابه يقتسمون

الرسول : فما أبلغه ؟
فقال :
أبلغ سليمان أي عنه في سعة وفي
غنى غير أني لست ذا مال

والفقر في النفس لا في المال فاعرفه

ومثل ذلك الغنى في النفس لا المال

فالرزق عن قدر لا العجز ينقصه

ولا يزيدك فيه حول محتال

وفي كشكول البهائي « أنه أرسل
عثمان بن عفان مع عبد له كيساً
من الدراهم إلى أبي ذر وقال له
: إن قبل هذا فأنت حُرٌّ ، فأتى
الغلام بالكيس إلى أبي ذر ، وألح
عليه في قبوله ، فلم يقبل ، فقال له
: أقبله فإن فيه عتقي . فقال : نعم

غانمة بنت غانم

من ربّاتِ الفصاحة والبلاغة ، والشجاعة والإقدام ، ومن
المواليات لأمر المؤمنين الإمام علي بن أبي طالب سلام الله
عليه ، والناصرات له بلسانه .
فعندما سمعت أنّ معاوية بن أبي سفيان وعمرو بن العاص
يسبّان عليّاً عليه السلام وبني هاشم ، وقفت بمكّة ذلك
الموقف البطولي ، وتحدّت كلّ الجبابرة والطغاة أعداء أهل
البيت عليهم السلام ، وقفت أمام الناس جميعاً قائلة :

هاشم ، وأكرمَ مَنْ احتفى وتنعل
بعد رسول الله صلى الله عليه وآله
وسلم ، ومن فضائله ما قصر عنكم
أبناؤها ، وقال الشاعر في حقّه :
وهذا عليّ سيّدُ الناس فاتقوا
عليّاً بإسلام تقدّم من قبل
ومنّا الحسن بن عليّ عليهما السلام
أحد السّيطين وسيّد شباب أهل
الجنة ، والذي يقول الشاعر في حقّه
: ومن يك جدّه حقّاً نبياً فإنّ له
الفضيلة في الأنام
ومنّا الحسين بن عليّ عليهما السلام
الذي ركّب على ظهر جبرئيل ،
ويكفيه بهذا فخراً ، وقال الشاعر

أتيت ملكاً فقام بحاجتي
وترى العليج خائباً مذموماً
ومنّا حمزة سيّد الشهداء الذي قال
فيه الشاعر :
أبا يعلى لك الأركان هدّت
وأنت الماجد البرّ الوصول
ومنّا جعفر بن أبي طالب ذو
الجناحين ، أحسن الناس حسناً
وأكملهم كمالاً ، والذي يقول عنه
الشاعر :
هاتوا كجعفرنا ومثل عليّنا
ألسنا أعزّ الناس عند الحقائق
ومنّا أمير المؤمنين أبو الحسن علي بن
أبي طالب عليه السلام ، أفرس بني

أيها الناس إنّ قريشاً لم تلد من
لؤم ولا رقم ، سادت وجادت ،
وملكت فملكت ، ولا حاد ولا نادم
ولا المغضوب عليهم ولا الضالين
، إنّ بني هاشم أطول الناس باعاً ،
وأجد الناس أصلاً ، وأحلم الناس
حلماً ، وأكثر الناس عطاءً ، وإنّ عبد
مناف منّا ، والذي يقول الشاعر في
حقّه :
كانت قريش بيضة فتفلقت
فالمخ خالصها لعبد مناف
ومنّا ولده أبو طالب سيّد بني هاشم
وزعيم أولاد عبدالمطلب ، والذي
يقول الشاعر في حقّه :

التودد
نصف
العقل
وقلة .
العيال أهد
اليسارين .
ومن أحزن
والديه فقد
عقهما .

من ضرب
يده على
فخذه عند
مصيبته
فقد حبط
أجره .

بحقّه :
نفى عنه عيبَ الآدميين ربّه
ومن مجدهُ مجدَ الحسين المطهر
ثم قالت : يا معشر قريش والله ما
معاوية بأمر المؤمنين ، ولا هو كما
يزعم ، هو والله شأنىء رسول الله ،
إني آتية معاوية وقائلة له بما يعرق له
جبينه ، ويكثر منه عويله .
فسمع عامله في مكة بهذا الخطاب ،
فكتب إليه وأعلمه أنها ستأتي إلى
المدينة ، وعندما وصل الكتاب إلى
معاوية أمر أن يهيا لها مقاماً كريماً
في دار الضيافة . فلما قربت المدينة
أرسل معاوية ولده مع جمع من
الخدم والمماليك باستقبال غانمة ،
وأتوا بها إلى دار الضيافة .
وحينما اجتمعت بمعاوية بن أبي
سفيان بادرها معاوية بالسلام ،
فقالت غانمة : السلام على المؤمنين
والهوان على الكافرين ، أيكم عمرو
بن العاص ؟
قال عمرو : ها أنا ذا .
فقالت : أنت تسب قريشاً وبني
هاشم ؟ ! وأنت أهل السب
وإليك يعود السب ، يا عمرو إني
والله لعارفة بعيوبك وبعيوب أمك
، وإني أذكر لك ذلك عيباً عيباً :
ولدت من أمة سوداء مجنونة حمقاء ،
تبول من قيام ، ويعلوها اللثام ، إذا
مسها الفحل كانت نطفتها أنفذ من
نطفة ركبها ، وفي يوم واحد ركبها
أربعون رجلاً .
وأما أنت يا عمرو رأيتك غاوباً غير
راشد ، ومفسداً غير صالح ، ولقد
رأيت فحلّ زوجتك على فراشك فما
غرّت وما أنكرت .
ثم التفتت إلى معاوية قائلة : أما
أنت فما كنت معاوية في خير ، ولا
ربيت في خير ، فمالك ولبني هاشم
؟ أنساء بني أمية كنسائهم ، أم
أعطي أمية مثل ما أعطي هاشم في
الجاهلية والإسلام ، وكفى برسول
الله فخراً ؟
(رياحين الشريعة ٤ : ٣٨٩ نقلاً عن
المحاسن والمساوى للبيهقي .)

تحذير لمن يستخف بصلاته

عن محمد بن علي وغيره عن ابن فضال ، عن المثنى ، عن أبي بصير قال : دخلت على أم حميدة أعزّيتها بأبي عبد الله (عليه السلام) فبكت وبكيت لبكائها ثم قالت : يا أبا محمد لو رأيت أبا عبد الله (عليه السلام) عند الموت لرأيت عجباً ، فتح عينيه ، ثم قال : أجمعوا لي كل من بيني وبينه قرابة ، قالت : فلم نترك أحداً إلا جمعناه . قالت : فنظر إليهم ثم قال : إن شفاعتنا لا تنال مستخفاً بالصلاة (المحاسن ١ : ١٥٩ ح ٢٢٥ ، الأمل للصدوق : ٣٩١ ح ١٠ ، عقاب الاعمال : ٢٧٢ ، وسائل الشيعة ٣ : ١٧ ح ١١ ، البحار ٤٧ : ٢ ح ٥ و ٦ و ٨٣ ، ١٩ ح ٣١ و ٨٤ ، ٢٣٤ ح ١٠ .
ونفس الرواية نقلها الكليني : عن محمد بن يحيى ، عن أحمد بن محمد ، عن محمد بن إسماعيل ، عن أبي إسماعيل السراج ، عن ابن مسكان ، عن أبي بصير قال :
قال أبو الحسن الأول (عليه السلام) : أنه لما حضر أبي الوفاة قال لي : يا بني إنّه لا ينال شفاعتنا من استخفّ بالصلاة .
(الكافي ٣ : ٢٧٠ ح ١٥ ، وسائل الشيعة ٣ : ١٥ ح ٣ ، البحار ٤٧ : ٧ ح ٢٣ ، العوالم ٢٠ : ١١٦٨ ح ٣)





سَمَلْحَتَا الرَّجْعِ الدِّيْنِي اَيْتَرَاللّٰهُ الْعُظْمَى السَّيِّدُ عَلِيّ الْحَسِينِي السَّرِيْسْتِيْنَا

سؤال العدد
(٥١):

هل يحق للزوجة عدم المثل لأمر الزوج في حال أن الزوجة محتاجة في العمل وإن كان بفترات مختلفة أي اما ان يكون نهراً او عصرًا حسب عرض الشركة أو المؤسسة التي توفر هذه الوظيفة. بينما الزوج يرفض عمل الزوجة من بعد الظهر؟

جواب العدد
السابق:

لا يجوز مع عدم الامن من الوقوع في الحرام ولو بالانجرار اليه شيئاً فشيئاً .

السؤال: على من تقع مسؤولية التربية من ناحية المسائل الشرعية وغيرها من الامور الحياتية في الشرع على الام او الاب؟ او على الاثنين معاً واذا الوالدان كانا منفصلين على من تقع المسؤولية ؟

الجواب: هذا من شؤون الحضانة وهي مشتركة بينهما الى ان يبلغ الولد سنتين ثم تخصص بالاب سواء انفصلا ام لم ينفصلا.

السؤال: هل يجوز ضرب الأولاد؟
الجواب: اذا توقف التأديب على أعمال القوة والضرب جاز والاحوط لزوماً ان لا يتجاوز في ذلك ثلاث جلدات وان يكون برفق بحيث لا يوجب ذلك احمرار البدن او اسوداده وفي جوازه بالنسبة للبالغين اشكال فالاحوط لزوماً تركه.

السؤال: ما هي نوعية البرامج والافلام التلفزيونية التي يحرم على الوالدين ترك ابنائهما يشاهدونها؟
الجواب: كل ما ينافي تنشئتهم

نشأة دينية صالحة مما يتضمن الامر بالمنكر والنهي عن المعروف ونشر الافكار الهدامة والصور الخلاعية المثيرة للشهوات الشيطانية وكل ما يوجب الانحطاط الفكري والخلقي للمشاهد.

السؤال: ما هي المستحبات للمولود؟

الجواب: يستحب غسل المولود عند وضعه مع الأمن من الضرر، والأذان في اذنه اليمنى والاقامة في اليسرى فانه عصمة من الشيطان الرجيم كما ورد في الخبر، ويستحب ايضاً تحنيكه بماء الفرات وتربة الحسين عليه السلام، وتسميته بالأسماء المستحسنة فان ذلك من حق الولد على الوالد، وفي الخبر: (ان اصدق الأسماء ما يتضمن العبودية لله جل شأنه مثلاً عبدالله وعبدالرحيم وعبدالكريم ، وافضلها اسماء الانبياء صلوات الله عليهم وتلحق بها الأئمة عليهم السلام ، وعن النبي صلى

الله عليه وآله وسلم : انه قال: (من ولد له أربعة أولاد لم يسم احدهم بإسمي فقد جفاني)، ويكره ان يكنيه ابا القاسم إذا كان اسمه محمداً، كما يكره تسميته باسماء اعداء الأئمة صلوات الله عليهم، ويستحب ان يخلق رأس الولد يوم السابع، وان يتصدق بوزن شعره ذهباً أو فضة، ويكره ان يخلق من رأسه موضعاً ويترك موضعاً.

السؤال: هل يجوز للأب مراقبة الولد أو البنت في فحص موقعه أو الجوال ليرى مع من يتحدث صوتاً له ؟

الجواب: يجوز بمقدار الضرورة فيما يتوقف عليه صيافته من المحرمات. السؤال: مدرسة أوربية في ملاكها مدرسون لا يؤمنون بدين ينكرون أمام التلاميذ وجود الله، فهل يجوز إبقاء الطلاب المسلمين بها ، رغم أن تأثرهم بأساتذتهم محتمل جداً؟
الجواب: لا يجوز، وولي الطفل يتحمل كامل المسؤولية عن ذلك.

حوارات فقهية

٣

استاذن حسن اباہ بان صديقه قاسم يود الاستماع الى الحوار لكي يتعلم ، فلم يمانع بل رجب بذلك وبالفعل جاء قاسم بالموعد المحدد وبدات الجلسة .



الوالد: بما ان قاسم لم يستمع الى جلساتنا السابقة فعليك يا حسن ان تعيدها له في وقت فراغكم والان بماذا تحب ان نبدا؟
حسن : الصلاة لان الصلاة عمود الدين

الوالد : بل الطهارة قبل الصلاة
حسن : وما سبب عدم طهارتنا؟

الوالد : عدة امور منها :

١ - أمور مادية تقع في نطاق عمل الحواس كالنجاسات.

٢ - وأُمور معنويّة غير مدرّكة

بالحواس لو «حدثت» بأحد أسبابها من جنابة أو حيض أو استحاضة أو نفاس أو مسّ ميّت أو نوم أو خروج بول أو غائط أو ريح، للزم ازالتهما بالوضوء أو الغسل أو التيمم.

وهذا يجعلنا ان نبدا بـ «النجاسات»، فتتعرّف عليها أوّلاً، ثم نتعرّف بعد ذلك على «مطهراتها»، مثلاً الغسل او التيمم ، وغيرها لنضمن طهارة الجسد قبل الصلاة

قبل كل شيء يجب ان تعرف قاعدة عامّة ذات أثر كبير في حياتك وهي «كلُّ شيء طاهر». كلُّ شيء.. البحار، والامطار، والانهار، والاشجار، والصحارى والجبال، والشوارع

سائلة.. إذا سال الدم منه عند ذبحه بفتور، وهذوء، وأناة لعدم وجود شريان عنده كالسمك.

«٣» الميتة من الحيوان ذي النفس السائلة وإن كان حلالاً أكله، وكذلك أجزاءها الحيّة المقطوعة منها.

حسن: وما هي الميتة؟

- كل ما مات من دون أن يذبح على الطريقة الشرعيّة الاسلاميّة.
مثلاً؟

- الحيوان الذي يموت لمرض - مثلاً - أو بحادث، أو يذبح بطريقة غير شرعيّة، هذه كلها من الميتة.

الباقى من هذه النقاط مع التعقيب سنمر عليها في الجلسة القادمة.

والعمارات والبيوت والأجهزة والأدوات، والملابس المختلفة وإخوانك المسلمون.. و.. كلُّ شيء طاهر..

والنجاسات عشرة أشياء هي:

«١، ٢» بول الانسان وغائطه. وبول وغائط كلِّ حيوان يحرم أكل لحمه، إذا كانت لهذا الحيوان نفس سائلة كالقطة [وكذا بول ما ليست له نفس سائلة إذا كان ذا لحم].

حسن: وما النفس السائلة؟

الوالد: عندما نقول لهذا الحيوان نفس سائلة.. إذا اندفع الدم منه بقوة عند ذبحه. لوجود شريان عنده كاللدجاج. ونقول: ليس لهذا الحيوان نفس

تصورات الآباء عن طفل المستقبل

كثيراً ما يتخيل الآباء طفلهم الذي لم يولد بعد
وماذا سيكون ؟
يتوقعونه طفلاً عادياً صحته جيدة، ويحدوهم الأمل
لرؤية هذا الطفل ويكون امتداداً لهم ويحقق ما
يصبون إليه؟؟.

فجعلت معظمهم يستجيبون
بمشاعر متنوعة بين الصدمة
والحداذ والشعور بالذنب والشعور
بالخجل والرفض والقبول، وهذه
المشاعر تختلف بين الآباء والأمهات
على السواء، فبعضهم تتطور إيجابياً
نحو هذه المشاعر وبعضهم تقف
عند حد معين، وآخرون تكون ردة
فعل لإحداث معينة تنتهي بنهاية
الحدث وحدث هذه المشاعر
وتأزمها تؤثر سلباً على الطفل.

اعتراف شجاع:

يرفض معظم الآباء الاعتراف
بإعاقة طفلهم وهم قد ينكرون
وجود أي مشكلة لديه خاصة إذا
كانت غير شديدة وهذا في البداية،
ولكن قد تتغير نظرتهم عندما يكبر
ذلك الطفل، وهي ردة فعل طبيعية
يعذر بها الآباء.
وبعض الآباء يكون الأمر عليه
سهلاً بأن يعترف بالإعاقة ويتعامل
مع هذا الطفل والذي يذكرهما
بالطفل الذي فقدها وفقداً معه

ولكن عندما يولد الطفل
ولديه إعاقة يشكل
ذلك لهم صدمة
عنيفة وتبدد آمال
الأسرة الجميلة بسبب
تلك الصدمة التي
يرون فيها الطفل لا
يستطيع خدمة
الأسرة أو القيام
بها على أكمل
وجه وأشياء
أخرى بددت
أحلامهم
الجميلة



الصنعة
لا تكون
صنعة إلا
عند ذي
حسب
ودين .

اللَّهُ تعالى
منزل الصبر
على قدر
المصيبة ،
ومنزل الرزق
على قدر
المؤونة .

الذكي والرغبة في وجوده تجعل الوالدين يشعرون بالإحراج والخجل من وجود الطفل المعوق ولذلك يتجنبون إخراجه من البيت خوفاً من نظرات الآخرين الغريبة ومن عبارات الشفقة والتدخلات التي لا مبرر لها.

إن الشعور بالذنب تجاه الطفل الخاص تسبب مشاعر الرفض التي تجعل الوالدين يفكران بمكان يوضع به الطفل خارج البيت وأحياناً يشعر الآباء بعزله عن أقرانهم وأصدقائهم وتتغير اهتماماتهم الحياتية إذ عليهم أن يخصصوا جهداً كبيراً للعناية بأطفالهم.

وطأة الشعور بالذنب مثل تذكر الأم من بداية الحمل حتى الولادة تبحث عن سبب للإعاقة كسوء التغذية أو الجهد الزائد وأحياناً يتهم الوالدان بعضهم الآخر بوجود العامل الوراثي لديه .

وقد تحدث هذه الاتهامات أزمة خطيرة بين الزوجين وهي قد تكون غير حقيقية وأحياناً أخرى يقوم الوالدان بلوم الطبيب وإهماله ومرة يعتقدون أن الطفل محسود وأن عيناً أصابته ونحن بدورنا لا ننكر هذه الأشياء قد تكون من الأسباب في وجود الطفل ولكن في حدود وليست مطلقة في جميع الإعاقات. واهتمام المجتمعات المتزايد بالطفل

الحلم الجميل.

ولذلك فإن مشاعر الأسى والحزن ضرورية للوالدين إلى حد معين، وبعض الآباء يكون لديه شعور بالذنب بالنسبة لطفلهم المعوق فهم يشعرون بأنهم فعلوا شيئاً ما تسبب في إعاقة طفلهم أو أن إعاقته إنما هي عقاب لخطأ ارتكبه.

ولا شك أن تقوى الله والدعاء للأولاد تكون - بإذن الله - حرزاً لهم من أشياء كثيرة يحفظهم الله منها ولا يعني ذلك أن إعاقة الطفل تكون بسبب عقاب لأمر مرتكب من الوالدين .

والوالدان عادة يبحثان عن سبب للإعاقة لدى الطفل للتخفيف من

أخي الأب ... أختي الأم ...

بالذنب ويعتبروا أقوى من الآخرين وهذه الأشياء تكون ضرورية للطفل الخاص لكي يتعلم ويتطور، ولا يعني ذلك أن المشاعر قد انتهت حيث أن الواقع يقول ان مشاعر الحزن والأسى لا ينتهيان ولا يقدمان أي شيء للطفل لذلك يجب النظر إلى مستقبل الطفل والأسرة معاً.

الطفل، ويجب أن يتكيفوا مع مشاعرهم الشخصية ومع ردود فعل الآخرين ولذلك يمكن أن يكون تقبل الطفل على مراحل. ١ - **يتقبل الوالدان أن الطفل معاق ويقبل به كما هو ويدركون أن الطفل المعاق شخص له مشاعر وحاجات.**

٢ - **يجب أن يقبل الآباء أنفسهم حيث عليهم أن يتغلبوا على مشاعرهم الخاصة بالخجل والشعور**

إن الشعور بالذنب تجاه الطفل الخاص يسبب مشاعر الرفض التي تجعل الوالدين يفكران بمكان يوضع به الطفل خارج البيت، ولذلك فالآباء يحاولون أن يعملوا كل شيء للطفل فيبقى معتمداً عليهم ولذا يكونون قد ألحقوا به ضرراً. إن على الآباء أن يكونوا قادرين على التعامل مع مشاعرهم الذاتية قبل أن يكونوا قادرين على تقبل

قضية العدد

من قدر
معيشته
رزقه الله
تعالى
ومن بذر
معيشته
حرمه الله
تعالى .

القضية هذه المرة تختلف عن القضايا التي تردنا ، فهذه المرة جاءتنا رسالة من احدى الاخوات تطلب رايانا في موقفها الذي ارغمت عليه حسب ادعائها ونحن نعرض هذه القضية بلسانها تقول العلوية (ا، ا) :

لي ولد يعمل سائق سيارة اجرة من المال دفعته عشيرة الموقوف ، وتعود ملكيتها الى عمه (شقيق زوجي) وشاءت الاقدار ان افقد ولدي نتيجة حادث سيارة كان هو السبب في الحادث ، ولكنني لم اعلم بذلك فقد تم توقيف صاحب السيارة الاخرى التي اصطدم بها ولدي ، طلب مني عمه ان اذهب الى مركز الشرطة الذي تم ايقاف صاحب السيارة الاخرى ، لكي اقر بشهادتي بخصوص وفاة ولدي ، ولا اعلم انه وقعني على اقامة دعوى على الشخص الموقوف متهمه اياه بانه السبب في موت ولدي .

المجلة : بخصوص موقفك فان الشارع المقدس له الحكم ولا علاقة لنا بذلك بل ليس من اختصاصنا ، ولكننا نوجه كلامنا الى العشيرتين اللتين فصلتا هذه المسألة التي اساسها باطل ، فعشيرة المقتول كيف ارتضت على نفسها ان تأخذ

هذا المبلغ مع تأكيد رجال الشرطة ان سبب الحادث هو ولدهم ؟ وعشيرة الموقوف لماذا لم يلجأوا الى القانون لإيقاف مثل هكذا عشائر عند حدهم ؟ هذا المبلغ حرام في حرام لانه جاء على اساس باطل كان غاية صاحب السيارة ان يحصل على ثمن سيارته التي اصبحت لا قيمة لها .

لا زاد أفضل
من التقوى
، ولا شئ
أحسن من
الصمت ، ولا
عدو أضر
من الجهل ،
ولا داء أدوى
من الكذب .



تاكدي قبل ان تتحدثي

متابعة المجالس الحسينية وبعض الفضائيات ذات الخطاب التوعوي والثقافي السليمين هنالك اشاعات واكاذيب او تحريفات لحكم شرعي او حتى حديث نبوي تكون المراه وسيلة لنشرها من غير تمعن وتفكر وقد يترتب عليه اثر شرعي من حيث الخطيئة والحرمة تتحمل المراه الوزر الاكبر منها.

هنالك نساء محدثات اشار عليهن ائمتنا عليهم السلام في صدق ودقة حديثهن واصبحت هن مكانتهن بل ان بعض المحدثين من الرجال يستشهدون باحاديثهن ، فعلى المراه ان تطلع على هكذا شخصيات وكيفية حصولهن على هذه المنزلة العظيمة واصبحن من اعلام التاريخ يشار اليهن بالبنان.

ظاهرة تناقل الاخبار والاحداث بين العوائل ظاهرة معروفة ولها تاثيرها بينهم والاكثر اهتماما واستماعا وحديثا لهذه الظاهرة هن ربات البيوت ، ودائما بعد خروج الزوج لعمله تكون هنالك فسحة من الوقت لكي يلتقين فيما بينهما في بيت احدهن ولو لنصف ساعة فيبدأ الحديث عن قال ومن فعل وحتى عن الاحكام الشرعية والامور الاخلاقية.

هذه الظاهرة بحاجة لنصائح وتنويهات فالدقة في الكلام والتأكد من مصدر الخبر ومعرفة ما يجب ان يقال وما لا يقال يحتاج الى ثقافة يجب ان تتسلح بها المراه وتستمد هذه الثقافة من زوجها او ابنائها او اطلاعها على الكتب وحتى

رأيته ولم يرني

البعض منهم عندما يرى شخصا يعرفه وذلك الشخص لا يعرفه او ينسى اين تعرف عليه فعليه ان يتصرف معه وكأنه صديق حميم وحتى لا يخرج وباسلوب فيه نوع من النباهة يحاول ان يستذكر متى التقاه او راه او حتى يعتذر له ويساله كما يقال (ليس صغرا اود ان تذكرني لانني انسى) وبهذا يتحاشى الموقف المحرج.

والسؤال لها الاثر الحسن على اخلاقك بل تكتب لك المبادرة ويتبعها الاجر الجزيل من الله عز وجل. في بعض الاحيان هنالك من يرى صديقه او قريبه فيشتت نظره الى مكان اخر والتظاهر بانه لم يره وهذا التصرف له تبعات سيئة على اخلاقيات من يقدم على هكذا تصرف تؤثر مستقبلا على حياته.

هذه الحالة كثيرا ما تعترضنا في حياتنا في الاسواق او الشارع وهي اننا نرى احد اصدقائنا او ارحامنا وهو لايرانا هذا ظاهرا ، فكيف نتصرف اذا اعترضنا هذا الموقف؟ في بعض الاحيان تراودنا نفسنا بانه لم يرني فلان تركه من غير سلام، وهذا خطأ بل بادر بالسلام والسؤال عن صحته ولا تدع كبرياءك ان ياخذ مجاله في تصرفاتك ، فالسلام

هوسُ الموبايلات

من حادث مأساوي حدث بهذا السبب. واما استخدام النساء للموبايل في الشارع او الاسواق فانه محرج ومخجل جدا بل يؤدي الى محاذير شرعية من خلال صوتها وكلماتها. هذه الظاهرة بحاجة الى حملة توعية ومن كل الوسائل المتاحة.

أخلاقيات الشباب. البعض منهم يستخدمه اثناء قيادته السيارة ولا يبالي في الشارع ، فيضايق الاخرين وهو غير مكترث بالإزعاجات التي سببها ، والبعض يستخدمه اثناء قيادة الدراجة وهذا يعني انه يقود الدراجة النارية بيد واحدة وكم

ظاهرة انتشار استخدام الموبايلات بشكل مجنون لاسيما بعد انتاج الاجهزة الذكية والتي تعمل باللمس مع البرامج المتعددة والتي تجعل من مستخدم الهاتف مدمنا بدرجة امتياز ، وزيادة على الادمان لا وقت مخصصا للاستخدام بل في اي وقت كان واي مكان شاء من غير الالتفات الى طبيعة المحيطين به ، والخطر فيه انه اصبح لا مانع من ان يستخدم الشاب الموبايل الذي فيه خدمة الانترنت فانه مجرد كتابة ما يرغب على محرك البحث كوكل يرى ويسمع ما يريد ومثل هذا الاستخدام يؤثر تأثيرا سلبيا على



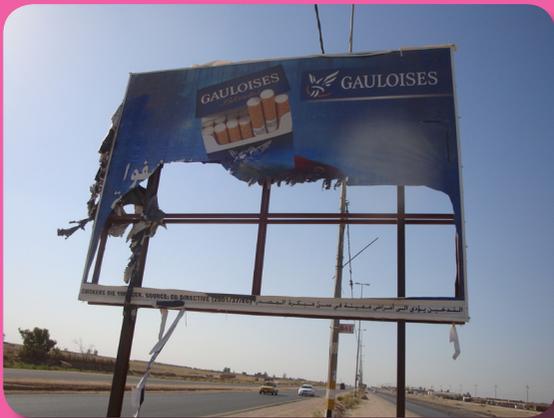
إياكم
والخصومة
في الدين
فإنها
تشغل
القلب
وتورث
النفاق .

عشوائية الاعلانات

جدران مدرسة او بيت او مؤسسة بخط رديء جدا ومن غير الاستئذان من صاحب العلاقة. لابد من تشكيل لجان لمراقبة هذه الظاهرة لتقوم برفع ومحاسبة المسبب حتى تحذ من هذه الاعلانات العشوائية.

والارصفة، بل ان البعض منها تنتهي مدته ويقتى عالقا . بعض الاعلانات فيها اخطاء لغوية ، البعض منها توضع في مكان لا علاقة له بالاعلان ، البعض يستخدم الأصباغ ويقوم صاحب الاعلان بالكتابة على

للإعلان ضوابطه من حيث صيغة الاعلان ومكان الاعلان ووقت الاعلان وشكل الاعلان، اما ان يقوم كل من يرغب بالاعلان عن ما يريد وفق ما يرغب فان مثل هذه الظاهرة شوهت المدينة بل وشوهت كثيرا من المباني



يأس الشباب

هو الذي يطغى على أفكارهم ولهم بعض الحق ولكن ان لم تجد الحكومة الحل الامثل لهؤلاء الشباب فان

الحكومة بالدرجة الاولى تتحمل هذا الياس لاسيما الطلبة الذين على وشك انهاء الدراسة الجامعية ، فمسالة البطالة التي لم تجد لها حلا تبقى الاثار السلبية المترتبة على الدراسة بسبب بطالة الخريجين هي المانع الرئيسي من تحفيز الطلبة على الدراسة لانه سيقول وان حصلت على شهادة ثم ماذا ؟ بائع متجول لو عامل بناء لو متسكع في المقاهي . الاباء يجدون حرجا شديدا امام ابنائهم عندما يحثونهم على الدراسة لان التفكير المادي في هذا الزمن



يا ولدي فكر جيدا

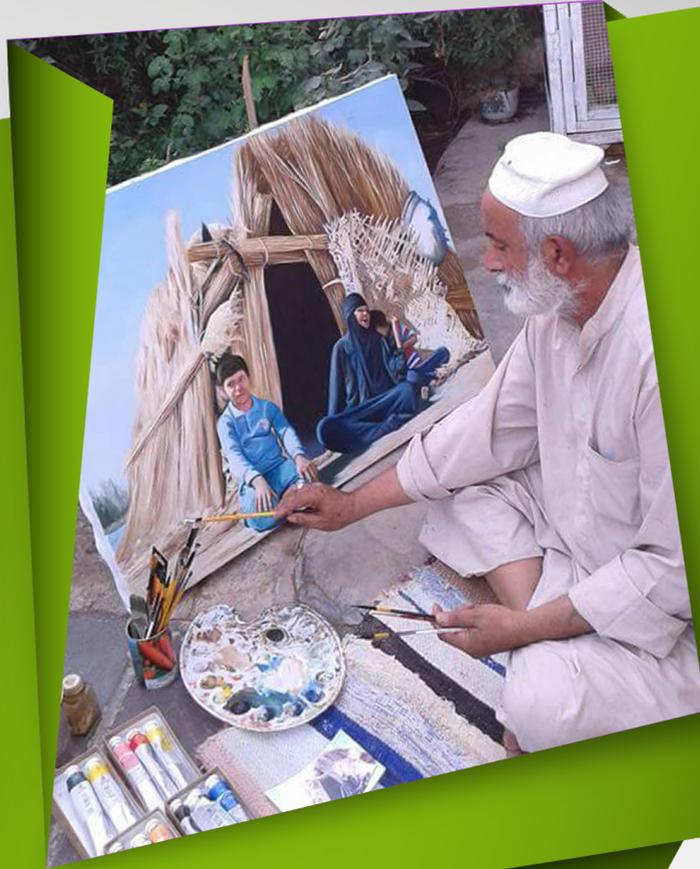
اقول للأبناء استغلوا وجود آباءكم والاخرة . معكم في برهم حتى تنالوا الدنيا

قد تكون هنالك مشكلة مع والدك او والدتك والمشكلة هي تمردك على ما يريدون منك معتبرا نفسك قادرا على التصرف من غير نصيحة بالرغم من انك تحب والديك ولكن بسبب هذه النزوة تتصرف تصرفا احمق ، وقد تأخذ جانب الانطواء والزعل معتقدا بانك على حق . فكر قليلا لو انك في فترة الزعل حدث ما لا يحمد عقباه لاحد والديك فانك ستندم على زعلك ، اما ان اقول لك عندما تكبر ستندم هذا يحتاج الى سنوات ، ولكن فكر في لحظة زعلك لو فقدت والدك سيكون تفكيرك ان والدك رحل وهو غاضب عليك ، وحقيقة لا يغضب الوالد على ابنه ولكن يتألم عندما لا يسمع نصيحته .



إذا بلغك
عن أخيك
شيئ
يسوؤك فلا
تغتم ، فإنه
إذا كان كما
يقول كانت
عقوبة
عجلت ،
وإن كان
على غير ما
يقول كانت
حسنة لم
تعملها .

لا يتم
 المعروف
 إلا بثلاثة :
 بتعجيله
 وتصغيره
 وستره .



فنانٌ واسطيٌّ أقي يتحدى بفنه الفطري الإمكانيات الاكاديمية

واسط : حسن رحم

منذُ العصور القديمة إلى يومنا هذا ما زال الفن الفطري هو الفن المرغوب من قبل هواة الفن كونه هبة من الله سبحانه وتعالى إلى الشخص نفسه، ففي سابق العصور لم تكن هناك جامعات ولا معاهد ولا دورات تطويرية كما نلاحظها في عصرنا هذا إلا أن ما وصلنا له من ابداعات الماضي كان مكللا بالتميز كما وصلنا من رسومات المصريين والبابليين نزولا إلى أواخر القرن المنصرم. والفن الفطري هو يعده الفنانون في العالم أساس كل فن اما الأكاديميات فتعتبر تدريبا وتطويرا لقدرات الفنان، وفي بلدنا الحبيب نجد كثيرين من هؤلاء الفنانين والى مدينة الكوت العراقية جنوبا إلى قضاء الحي الذي يبعد حوالي ٤٠ كيلومترا عن مركز مدينة الكوت نجد أنموذجا عن الفن الفطري لشخصية عراقية فنية كان منذ صباه يقضي ساعات طوالا لرسم ملامح الطبيعة التي يراها على جرف الشاطئ الذي يمرُّ بمدينة الحي، هو الفنان كريم ناصر الغرباوي. والفنان الغرباوي من مواليد ١٩٦٢م تحديدا في حي سعيد الذي يرقد فيه التابعي الجليل سعيد بن جبير، وبدأ حياته الفنية في مدرسة (التهديب) الابتدائية حيث كان مهتما بالزخرفة وكذلك رسم كل ما تقع عليه عيناه، شغف بموهبته معلم الفنية فساعدته للمشاركة في معارض المدارس التي تقام في القضاء والمحافظه حينها. والبيئة التي يعيش فيها اثر كبير على

ثلاثة من
تمسك
بهن نال
من الدنيا
والآخرة
بغيته :
اعتصام
بالله ، ورضى
بقضاء الله
، وإحسان
الظن بالله .



الظروف الصعبة لعائلي وأتمنى أن تخصص الدولة مقاعد للمواهب لتكملة دراستها دون الضوابط المعمول بها كون الفن موهبة وليست عمل وتدريب فقط».



طموحه الفني قال: «كثيرة هي التطلعات ولكن اطمح أن أشارك في مسابقات دولية لتمثيل العراق لأبرهن للجميع أن في العراق مواهب تتفوق على العديد من الامكانيات الأكاديمية من خلال الموهبة الفطرية التي وهبها الله سبحانه وتعالى لنا، معربا عن تمنيه في رؤية ولده الطالب في المرحلة الأخيرة من الدراسة الإعدادية فنانا كبيرا كما يحلم أن يزين شوارع مدينته «الحي» بلوحات كبيرة ترسم بأنامله».

وسألته «العائلة» عن نية اكماله الدراسة الأكاديمية؟

فأجاب قائلا : «مشاغل الحياة الصعبة لا تسمح لي بذلك مع

إبداعاته الفنية حيث كانت ملهمته ومشجعته للاستمرار في تطوير موهبته التي سعى دوما لتطويرها بالرغم من تركه لحياته المدرسية. كان أول عمل استهوى مخيلته الفنية صورة امرأة مسنة تطحن الحبوب في الرحى، فنجح في ان يشارك عمله هذا مع مجموعة من الشباب لأول معرض له في قاعة المنصور الذي أشرف على تنظيمه (مركز اتحاد الشباب) وقتها فكانت تلك التجربة نقطة مضيئة في حياته، وبعدها انطلق في إقامة المعارض الشخصية وحصل على العديد من الجوائز وشهادات التقدير حتى تسابقت إليه القنوات الفضائية للقاء به ولعرض مواهبه الفنية .

ويقول مراسل «العائلة» في محافظة واسط ان «أعماله التشكيلية التي اطلعت عليها من مدونات أعمال المستشرقين التي أجاد تقليدها بحرفية عالية في معالجات اللون والأبعاد، ظننتها للوهلة الأولى أنها أصل العمل الفني، ناهيك عن أعماله التي جسدت واقع وتفاصيل مدينة أدمن حبها ولم يفارقها خشية أضواء المدينة!».

ويبين أن «الفنان الغرباوي حصل على مرتبة افضل فنان في واسط لعام ٢٠١٤ في مهرجان الكوت نت للإبداع الواسطي وهو المهرجان الوحيد الذي يقوم بتقييم المبدعين في محافظة واسط بإدارة إعلاميين وأكاديميين».

وحينما سألت «العائلة» عن

إذا كان
الزمان زمان
جور وأهله
أهل غدر
فالطمأنينة
إلى كل أحد
عجز.

خطبة أبي طالب عليه السلام



في زواج الرسول صلى الله عليه وآله وسلم بالسيدة خديجة.
خطب أبو طالب حين زواج النبي صلى الله عليه وآله وسلم بالسيدة خديجة فقال:
الحمد لله الذي جعلنا من زرع إبراهيم وذرية إسماعيل وجعل لنا بلدا حراما وبيتا محجوجا وجعلنا الحكام على الناس ثم إن محمد بن عبد الله ابن أخي من لا يوازن به

فتى من قريش إلا رجح عليه برا وفضلا وكرما وعقلا ومجدا ونبلا وإن كان في المال قل فإنما المال ظل زائل وعارية مسترجعة وله في خديجة بنت خويلد رغبة ولها فيه مثل ذلك وما أحببتم من الصداق فعلى .
(صبح الأعشى ١) ٢١٣، إعجاز القرآن ١٢٦، وتهذيب الكامل ١: ٤؛ والسيرة الحلبية ١: ١٣٣)

مقال عمرو بن الحمق

قال عمرو بن الحمق مخاطبا الامام عليا عليه السلام

:
يومئذ والله يا أمير المؤمنين إني ما أحببتك ولا بايعتك على قرابة بيني وبينك ولا إرادة مال تؤتيني ولا التماس سلطان ترفع ذكرى به ولكنني أحببتك بخصال خمس إنك ابن عم رسول الله صلى الله عليه وآله ووصيه وأبو الذرية التي بقيت فينا من رسول الله صلى الله عليه وآله وأسبق الناس إلى الإسلام وأعظم المهاجرين سهما في الجهاد ولو أني كلفت نقل الجبال الرواسي ونزح البحور الطوامي حتى يأتي علي يومي في أمر أقوى به وليك وأهين عدوك ما رأيت أني قد أديت فيه كل الذي يحق علي من حقتك فقال علي عليه السلام اللهم نور قلبه بالتقى واهده إلى صراطك المستقيم ليت أن في جندي مائة مثلك فقال حجر إذن والله يا أمير المؤمنين صح جندك وقل فيهم من يغشك .

حب آل البيت

محمد وعلي ثم فاطمة
مع الشهيد زين العابدين علي
والصادقان وقد فاضت علومهما
والكاظم الغيظ والراضي الرضاء علي
ثم التقي النقي الأصل طاهره
محمد ثم مولانا النقي علي
ثم الزكي ومن يرضى بنهضته
أن يظهر العدل بين السهل والجبل
إني بحبهم يا رب معتصم
فاغفر بحرمتهم يوم القيامة لي

(الشيخ قطب الدين أبو الحسن سعيد بن هبة
الله بن الحسن ، توفي سنة ٥٧٣ هـ / ١١٧٨ م)

من أنصف
الناس من
نفسه رضي
به حكما
لغيره.

بنت الخلود

السيد محمد جمال الهاشمي



صدايخة

زهراء من نورها الأكوان تزدهر
أم الزمان إليها تنتمي العصر
لم تأتلف بيننا الأرواح والصور
وفاقت الأرض ، لا جن ولا بشر
يرف لطفها عليها الصون والخفر
على الرجال نساء الأرض تفتخر
منا المقاول أو يدنو لها الفكر
في بيت عصمتها الآيات والسور
لولا الرسالة ساوى أصله الثمر
لمشرق النور حيث السر مستتر
تطوى القرون عياء وهي تنتشر
وجه الحقيقة عنا كيف ينستر
ما كان للحق ، لا عين ولا أثر
والعطر فيه الذي في الورد مدخر
والحور في الجنة العليا لها سمر
والشمس يقربها في الرتبة القمر
فضل الولاية لا تبقى ولا تذر
يعلو القضاء بنا أو ينزل القدر
مديحها تهتف الألواح والزبر
قد فاجأتنا به الأنباء والسير
تئن مما بها والضع منكسر
عن دينهم وبشرع المصطفى كفروا

شعت فلا الشمس تحكيها ولا القمر
بنت الخلود لها الأجيال خاشعة
روح الحياة ، فلولا لطف عنصرها
سمت عن الأفق ، لا روح ولا ملك
مجبولة من جلال الله طينتها
ما عاب مفخرها التأنيث أن بها
خصالها الفر جلت ان تلوك بها
معنى النبوة ، سر الوحي ، قد نزلت
حوت خلال رسول الله أجمعها
تدرجت في مراقي الحق عارجة
ثم انثنت تملأ الدنيا معارفها
قل للذي راح يخفي فضلها حسدا
بنت النبي الذي لولا هدايته
هي التي ورثت حقا مفاخره
في عيد ميلادها الأملاك حافلة
تزوجت في السماء بالمرتضى شرفا
على النبوة أضفت في مراتبها
أم الأئمة من طوعا لرغبتهم
قف يا يراعي عن مدح البتول ففي
وارجع لنستخبر التاريخ عن نبأ
هل أسقط القوم ضربا حملها فهوت
إن كان حقا فإن القوم قد مرقوا

كيف اقنع مروان خليفات أخته سناء وسوسن باتباع مذهب اهل البيت عليهم السلام؟

ثلاثة من
فرط فيهن
كان محروما
: استماعة
جواد ،
ومصاحبة
عالم
، واستمالة
سلطان .

* من بين الصعوبات التي تواجه المستبصر عائلته والبعض قد تنقطع علاقته بعائلته نتيجة استبصاره والبعض يبقى ثابتا على موقفه ويعمل على اقناعهم ، ومثل هذا الموقف كان للاستاذ مروان خليفات في تعامله مع عائلته وطلب منهم النقاش الهادف والبناء فكانت اول المناقشين له اخته سناء خليفات .

أن لا تتبعه تقليداً بلا وعي ولا اقتناع ، بل طلب منها أن تبحث بنفسها، وأن تراجع المصادر؛ لتكون على بصيرة في أمر عقيدتها. وذكر «مروان» لأخته أن التعصب من الموانع الكبيرة التي تحجب بصيرة الإنسان عن رؤية الحق وأن الأنانية قد تُبقي الإنسان مشدوداً للالتناء الذي كان عليه، وطلب منها أن تتوجه إلى البحث بموضوعية كي تبرئ ذمتها أمام بارئها ولتلقى ربها بقلب سليم ونفس مطمئنة. وبالفعل توجهت «سناء» إلى البحث، وسارت بنفس المسار الذي

تر فيها ذلك فكل نفس بما كسبت رهينة. وكان «مروان» يردّد هذه الآية بين كلامه : **(فَبَشِّرْ عِبَادِ * الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَلْبَابِ) (الزمر: ١٧-١٨).** لبّت «سناء» طلب أخيها «مروان» ، وجلست أمامه بهدوء لتستمع إلى قصة رحلة أخيها «مروان» من المذهب الموروث إلى مذهب أهل البيت (عليهم السلام). فبيّن لها «مروان» أدلة استبصاره واحدة تلو الأخرى ، وطلب منها

بادر «مروان خليفات» بعد استبصاره إلى تبين أدلة اعتناقه لمذهب أهل البيت (عليهم السلام) إلى أفراد أسرته، وطلب منهم أن لا يثوروا بمجرد استماعهم إلى شيء يخالف موروثاتهم ، ودعاهم إلى عدم الاستغراب من هذه الحقيقة التي ذكرها البارئ بصراحة في محكم كتابه بقوله: **(وَكَأَكْثَرُهُمْ لِلْحَقِّ كَارِهُونَ) (المؤمنون: ٧٠).** ثم دعا «مروان» أخته «سناء» إلى الإصغاء لكلامه وطلب منها أن تستمع إلى أدلته جيّداً ، فإن كانت حقاً فالحق أحقّ أن يُتبع، وإن لم

ثلاثة توارث
المحبة :
الدين ،
والتواضع ،
والبذل .



أخيها ، فاندفعت إلى البحث لتصل إلى العقيدة الواعية؛ كي لا تبقى على عقيدة ورثتها من البيئة والظروف المحيطة بها وبلا اختيار منها. ورأت «سوسن خليفات» أنّ من شروط البحث هو التحرر من التعصّب ، والانفتاح على أفكار الآخرين برحابة صدر ، ومناقشتها بموضوعيّة ؛ لأنّ الإنسان إذا انكمش عن كلّ فكرة تخالف مورثه العقائديّ فإنّه سيصل إلى نتائج غير صحيحة ، ومن الصعب عليه أن يغيّر أفكاره الخاطئة.

وبهذه الروحيّة انطلقت «سوسن خليفات» نحو التنقيب عن الفرقة الناجية ، فساقها البحث إلى اعتناق التشيع نتيجة تأثرها بأحاديث الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) التي أوصى فيها المسلمين باتباع أهل البيت (عليهم السلام) ، ولاسيّما الإمام علي (عليه السلام) منها: قال رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم): «من سرّه أن يحيا حياتي، ويموت مماتي، ويسكن جنّة عدن غرسها ربّي ، فليوال عليّاً وليوال وليّه ، وليقتد بالأئمّة من ولده من بعدي ، فإنهم عترتي ، خلقوا من

سار عليه أخواها «مروان» ، وبمرور الزمان تبلورت عندها قناعة للتخلّي عن عقيدتها السابقة، واعتناق مذهب التشيع ، وبالفعل حينما اجتمعت عندها الأدلّة المقنعة لتغيير انتمائها المذهبيّ أعلنت استبصارها وركبت سفينة أهل البيت (عليهم السلام) اما سوسن خليفات دفعها استبصار أخواها «مروان خليفات» ، إلى البحث والمقارنة بين مذهبها السابق والمذهب الذي تأثر به أخواها لتحديد مصيرها العقائديّ.

بيّن «مروان خليفات» لأخته بأنّ رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) أخبر أمته بأنّها ستفترق إلى ثلاث وسبعين فرقة كلّها في النار إلاّ واحدة منها فإنّها في الجنّة.

ثمّ ذكر لها بأنّ المسلمين اليوم فرق عديدة ، وكلّ واحدة تدّعي أنّها على الحقّ ، وهذا ما يجتّم على كلّ مسلم مهتمّ بشأن دينه ويرجو الخلاص يوم القيامة أن يسعى إلى معرفة هذه الفرقة الناجية فيتّبعها.

وأكد «مروان» على أخته «سوسن» أنّ تهتمّ بأمر دينها، وأن تقوم بواجبها الشرعيّ في البحث عن هذه الطائفة بحريّة وموضوعيّة، وأن تتجنّب الاتّباع الأعمى لموروث الآباء والأجداد لتبرئ ذمتها ولتلقى ربّها بقلب سليم ونفس مطمئنّة. تأثرت «سوسن خليفات» بكلام



العناية بالمظهر الخارجي

بالرغم من كون التفاهم والانسجام الفكري هو الأساس في العلاقات الزوجية، إلا أن المظهر الخارجي له تأثيراته التي لا يمكن التغاضي عنها، فالمقولة التي تفيد بأن بعض عقول الرجال في عيونهم صحيحة إلى حد ما .

أربع لا تجزي
في أربع
الخيانة
والغلول
والسرقة
والربا لا تجزي
في حج ولا
عمره ولا
جهاد ولا
صدقة.

فلا تفرط بالمظهر الخارجي وإهماله تماماً، ولا إفراط بهذا الجانب والوصول إلى حدود غير معقولة، بحيث تنفق المرأة - مثلاً - من الميزانية ما يهدد بقية الجوانب، وبالتالي تفجير كوامن الغضب في قلب الرجل تجاهها .

ثانياً: الحياة المنسقة :

النقطة الأخرى التي لها أهميتها في تعزيز العلاقات الزوجية هي الاهتمام بنظام المنزل وترتيب شؤونه، بما يدخل الرضا في أعماق من يعيش فيه .

فالنظام والذوق والنظافة، ربما تجعل من الغرفة البسيطة والمنزل البسيط آية في الجمال، تغمر القلب بمشاعر الهدوء والسلام، حتى أن

فليس من اللائق أن يكون اللقاء بين الزوجين في ملابس العمل وثياب المطبخ، فالاحترام المتقابل يفرض على الزوجين اهتماماً أكثر بمظهرهما الخارجي، ومحاوله إدخال الرضا في قلب كل منهما بما يعزز من مكانته لديه .

والاهتمام بالمظهر الخارجي لا يعني فقط الثياب النظيفة والعبور الفوّاحة، بل يشمل أموراً أخرى كالابتسامة المشرقة، والحديث الحلو، والمعاشرة الطيبة، وإشادة كل منهما بذوق الآخر وإلى آخره .

وتكاد تكون قاعدة (لا إفراط ولا تفريط) شاملة لكل نواحي الحياة، ففي الاهتمام بالجانب الجمالي ينبغي أن يكون الأمر في حدود المعقول .

ولذا فإن على الزوجين - وخاصة المرأة - الاهتمام بهذا الجانب والسعي دائماً للظهور بالمظهر اللائق، ذلك أن الحياة فن، وعلى المرأة أن تحسن مثلاً كيفية الاحتفاظ بقلب زوجها، وتفجير عواطفه تجاهها، وسنشير إلى جملة من الأمور المهمة التي ينبغي أخذها بنظر الاعتبار :

أولاً: إصلاح المظهر :

يظن البعض من الرجال والنساء أن الاهتمام بالمظهر يقتصر على الأيام الأولى من الزواج فقط، وهذا غير صحيح إن جمال الحياة ولطافتها تفرض على الزوجين الاستمرار في الظهور بأجمل ما يمكن، والحديث الشريف الذي يقول: (إِنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ)، له مغزاه ودلالته .

أربعة من
أخلاق الأنبياء
عليهم
السلام) البر
والسخاء
والصبر
على النائبة
والقيام بحق
المؤمن.

التعب والإرهاق ، ويتصوّر الرجل لو أنه يقضي وقته خارج المنزل لو وجد له مكاناً يأوي إليه ويستريح فيه .

إن توفير جو من الراحة والهدوء هي من واجبات الزوجين تجاه بعضهما البعض ، فالقيام برحلة ممتعة حتى لو كانت قريبة ، وتغيير الجو كما يقولون ضروري بين فترة وأخرى .

رابعاً : رعاية الأدب والأخلاق :

إن أسمى مقومات الحياة الزوجية إنما تتجسّد في رعاية الزوجين للأدب والخلق الكريم ، وذلك الاحترام العميق ، والعلاقات الصحيحة في علاقة الزوجين ببعضهما البعض ، ذلك أن الخيانة ، والحسد ، وبذاءة اللسان ، والأنانية ، والكذب ، هي وقود النزاعات والخلافات في الحياة الزوجية .

ضرورة ضبط النفس :

إن الحياة المشتركة تفرض على المرأة احترام مشاعر زوجها ، وتوجب على الرجل مداراة زوجته ، وعدم إهانتها ، أو توجيه كلمة تجرح قلبها ، فقد تفعل الكلمة القاسية ما لا يفعله خنجر مسموم من الألم والمرارة .

إن ضبط النفس والحديث الهادئ الذي يفيض حباً ومودة لا بدّ وأن يزرع في قلب الآخر شعوراً بالمحبة والصفاء ، ولذا فإن على المرأة مراعاة الحالة النفسية لزوجها ، ومن ثم التعامل معه في ضوء ذلك ، وكذلك على الرجل رصد نفسية زوجته ، ومن ثم العمل على إدخال الفرحة إلى قلبها .



شهية زوجها ، ويدفعه إلى إعجابه بزوجه التي تتفنن وتفعل المستحيل من أجله ، وهذا ما ينعكس في قلبه ، ويفجر مكان الحب فيه تجاهها .

توفير الراحة :

لا شكّ في أن الرجل والمرأة يبذلان من طاقتها الكثير ، هذا خارج المنزل يكدّ ويتعب من أجل توفير العيش الكريم ، وتلك تدور في المنزل ، فهي تعدّ الطعام تارة ، وتغسل الثياب تارة أخرى ، وترتب البيت أحياناً ، وتقوم على تربية الأطفال أحياناً أخرى ، وغير ذلك من شؤون المنزل .

وقد يتعب الرجل أكثر من زوجته ، فالرجل يهتّب لمساعدة زوجته ، ويخفف عنها بعض عناء العمل ، والزوجة تهتّب لمساعدة زوجها في إنجاز بعض شؤونه ، وتوفير بعض مستلزماته ، وإشعاره بالدعم والمحبة .

فقد تتصوّر المرأة أنها لو بقيت في بيت أبيها لما عانت ما تعانيه من

المرء ليشعر بالروح تنبض في كل زاوية من زوايا المنزل ، وينظر إلى سيّدته بعين الاحترام والإجلال .

كسر الرتابة والجمود :

إنّ عمليات التغيير في نظام البيت وتوزيع أثاثه بين فترة وأخرى يكسر في القلب جدار الملل والرتابة ، ويبعث روحاً جديدة في زواياه .

فترتيب الديكور وتغييره ، وانتخاب نوع آخر من الزينة ، له آثاره النفسية في تجديد فضاء الحياة المنزلية .

ثالثاً : الجوانب المادّية :

فالرجل الذي يعود من عمله متعباً جائعاً ثم لا يجد طعاماً يسدّ به رمقه ، ولا يجد مكاناً مناسباً يأوي إليه ويستريح فيه ، لا بدّ وأن يحزّ في نفسه ذلك ويستنتج منه أن زوجته لا تقدّر تعبها ، ولا تحترمه ، مما يولد ضعفاً في عواطفه تجاهها ، وقد يثور في وجهها عندما تشتعل شرارة الموقف .

فالمرأة الماهرة يمكنها وبقليل من المال - أن تهيئ طعاماً متنوعاً يثير

قراءة في كتاب



✓ قراءة : حسين النعمة

ان غاية ما يتمناه الانسان في حياته هو أن يكون ناجحا في جميع مجالات الحياة لاسيما المرأة باعتبارها انسانا مفعما بالأحاسيس المرهفة، فلا توجد انسانة في هذه الدنيا الا وتتمنى ان تكون ناجحة وعظيمة ومحبوبة ادراكا للنجاح كونه الامنية الرفيعة لها، فكل لبيبة تسعى أن تكون امرأة مثالية في كل عمل سواء أكان صغيرا أم كبيرا مهماً أم تافها لتقطف ثماره النافعة والمفيدة لحاضرها ومستقبلها .

كيف تكون المرأة ناجحة ومحبوبة؟

أن هذه الابواب وما تحمله من مفاهيم وعوامل تجعل المرأة مدركة للنجاح. يفترض الكتاب على المرأة الواعية ان تفهم معنى النجاح والمحبووية في الحياة الدنيا باعتبارها سرّ الوجود وديمومته، فالطالبة لا يمكن أن تنجح بالتمني والكلام بل بقضاء الساعات الطويلة بالذاكرة لإحراز النجاح. وكذلك حال البنت لا يمكن ان تنجح مع زميلاتها الا من خلال الاحترام والمودة لهن والتكاتف معهن وهكذا العاملة في المعمل لا يمكن ان تنجح الا من خلال الاخلاص والمثابرة في العمل والجهد المتواصل. كما المريية لا يمكن ان تنجح الا من خلال بذل الجهود الكافية لتربية الاطفال، وكذلك هي الزوجة لا يمكن ان تنجح بالتمني والكلام

والديها وبرّهما والتعامل معها حتى بعد الموت ثم ما هي الخطوات التي عليها اتباعها لتكون ناجحة كزوجة منذ ليلة الزفاف، ويجعل في باب النجاح مع شريك الحياة نوافذ تضع المرأة أمام الرؤية الزوجية بمنظار العقل ويمر في باب نجاح المرأة في الحمل والنفاس في التأثيرات النفسية خلال الحمل ويعرج على السلوكيات التربوية للأولاد في باب النجاح بتربية الابناء وصناعتهم ابناءً ناجحين مجتمعيًا وفق اسس التربية الاسلامية بعد ذلك يخصص المؤلف أبوابا لنجاح المرأة في التعامل مع صديقاتها وصفات الصداقة الصالحة وحقوق الصحبة وينتقل الى ترويض النفس وتحليها بالأمانة والنزاهة وحب العمل واحترام الوقت واستثماره وتدبر الامور في باب نجاح المرأة في العمل، في محصلة هذا الايجاز سيتعرف القارئ

والمرأة الناجحة هي التي تحقق النجاح في كل ميادين الحياة التي تعمل بها او تتعامل معها وقد وضع الاسلام لنجاح المرأة في حياتها خطوطا عريضة وبيانات دقيقة لكيفية سيرها في دنيا الحياة منذ بلوغها لحين دخولها بيت الزوجية واحتضانها للحياة الاسرية بأحاسيسها الدافئة وحبها المتدفق واحترامها لمشاعر وعواطف زوجها وابتدائها حياة جديدة مليئة بالسعادة والوئام والمحبة والاحترام. وقد اختارت «العائلة المسلمة» لقراءتها كتابا يتطرق صاحبه فيه الى مفاهيم وعوامل النجاح لحياة المرأة في الدنيا والاخرة لعموم المجالات الخاصة بحياة المرأة والاكثر ضرورة في وجودها وذلك من محاور فصل الكاتب فيها نجاح المرأة في صناعة شخصيتها المحبوبة وفي الرشاقة والجمال ونجاحها بعلاقتها مع

الذنوب التي
تغير النعم:
البغي.
والذنوب
التي تورث
الندم:
القتل. والتي
تُنزل النقم:
الظلم.
والتي تهتك
الستور:
شرب الخمر
والتي
تحبس الرزق:
الزنا. والتي
تعجّل الفناء:
قطيعة
الرحم. والتي
تردّ الدعاء،
وتظلم
الهواء:
عقوق
الوالدين.

مَن دعا
لعشر من
إخوانه
الموتى في
ليلة الجمعة،
أوجب الله له
الجنة.

او تدل على نجاح المرأة عندما تتصرف التصرف السليم .
وتعتبر مرحلة سن البلوغ للابناء من المراحل المهمة التي يجب على المرأة الناجحة استخدام الاسلوب التربوي الامثل لتربية ابنائها في هذه المرحلة وتعليمهم تكاليفهم الشرعية ، اضافة الى ذلك الالتفات الى اصدقاء ابنائها وتتابع كل صغيرة وكبيرة لتصرفات الابناء وتحديد من له التأثير على تصرفاتهم فتجنبهم السيئ وتؤكد لهم على الحسن .
مما لاشك فيه ان الاهتمام بالزوج امر مفروغ منه فلا يجب ان يتاثر بعد الانجاب بل ان المرحلة تتطلب اكثر وعيا واكثر حرصا في سبيل البقاء على نفس المنهج الناجح الذي اختطته البنت لنفسها قبل الزواج .

واشار الى نقطة مهمة وهي البر للوالدين واعتبرها من اهم عوامل نجاح المرأة في حياتها ، هذه الامور وان اشار اليها المؤلف قبل الزواج فمن كانت هكذا تصرفاتها عليها الالتزام بها بعد الزواج .
واما للزفاف وما يترتب عليه من امور تجعل المرأة تشق طريقها نحو النجاح فعليها قراءة اداب الزفاف حسب راي مدرسة اهل البيت عليهم السلام ، ومن المؤكد من تفكر بالزواج تفكر بالزوج المؤمن الناجح في حياته لان مثل هكذا تفكير يعني ان المرأة ناجحة في حياتها .
وبعد الزواج هنالك واجبات واعمال تستجد في حياة المرأة فبعدها كانت بنتا اصبحت زوجة ، والزوجة يعني بيتا مستقلا وحملات وانجاب اطفال وتربيتهم ولكل حالة ثقافتها الخاصة بها التي تؤدي

بل من خلال بذل الجهد من اجل اسعاد الزوج وكيفية احتضانه بالمودة والاحترام .
والام لا يمكن ان تنجح في اداء رسالتها التربوية الا من خلال الاخلاص والحب والتربية السليمة .
وهذا الكتاب تجدد فيه وسيلة للتكامل فهو يتضمن اسباب النجاح الرئيسية لأكثر المجالات والجوانب في حياة المرأة واكثرها ضرورة في وجودها ، كما يحتوي على جملة من الموضوعات كل واحد منها مستقل عن الآخر جمعت تحت هذا العنوان «كيف تكون المرأة ناجحة ومحبوبة» للشيخ مجيد الصائغ .

ومن بين عوامل النجاح التي اشار اليها المؤلف عناية المرأة بصحتها وجملها ورشاقتها ، وحتى الى ماكلها من حيث المستحب والمكروه ،



إذا أضيف
البلاء إلى
البلاء كان
من البلاء
عافية.

التوظيف غير السليم للولاء عند الشباب

تشجيع فرق رياضية اجنبية والمميز فيها الدوري الاسباني . مباراة الكلاسيكو هكذا يسمونها مباراة برشلونة وريال مدريد تكتسب هذه المباراة اهمية خارج المالوف ولاغلب شرائح المجتمع لاسيما الاعلام والمشجعين ، هذه المباراة اخذت هذا الطابع المثير بسبب تاريخ سياسي ثوري بين الفريقين فتشجيع احد الفريقين هو تشجيع سياسي، وباختصار يرجع السبب لزمان ليس بالقريب ففي منتصف الثلاثينات عندما تولى حكم اسبانيا الملك الديكتاتور فرانكو الذي اذاق اهالي كاتالونيا (برشلونة) شتى انواع العذاب والألام ، واعلن

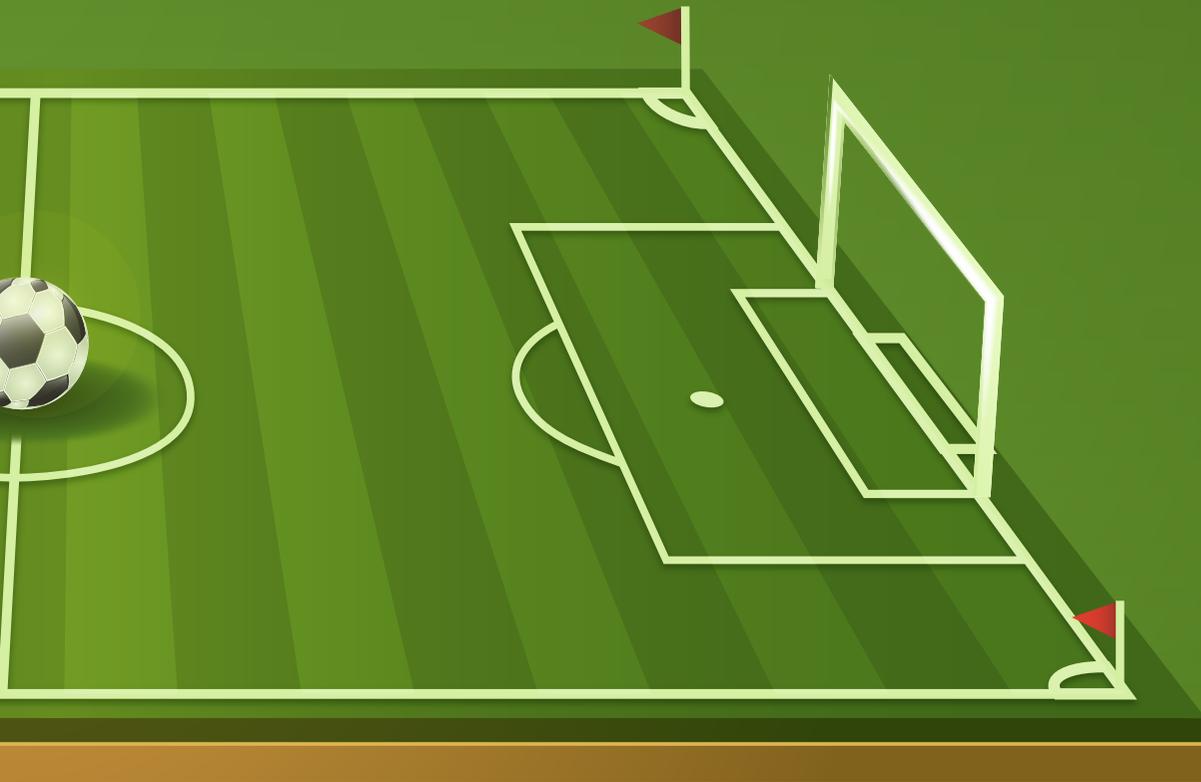
والدفاع عنه بشكل مستميت لدرجة تؤدي الى الخصام والتقاذف بكلمات حادة هذا ان لم تقطع العلاقة مع من يختلف بولائه عنه.

الرياضة وتشجيع الرياضة امر مالوف بين الشباب ولكن عندما يتجاوز حدوده تصبح ظاهرة سيئة تؤدي الى هدر الولاء بالاتجاه غير الصحيح وهذا يعني الترسبات الناجمة عن هذا الولاء الخاطيء او خارج الحدود يؤثر على اخلاقيات الشباب.

ظاهرة تشجيع الفرق الرياضية بشكل جنوني اخذت حيزها بين اهتمامات بعض الشباب والظاهرة الاكثر انتشارا هي

لدى الانسان طاقات سخرها الله عز وجل لنا كي نحسن استخدامها بما يرضيه ولفائدتنا واذا ما استخدمت اي من هذه الطاقات او الغرائز في غير المكان الصحيح يترتب عليها اثر سيء اخلاقي او شرعي او اجتماعي وغيرها. وهنالك طاقة ان لم يحسن استخدامها في اولها لربما تعتاد على الخطا في نهايتها وهذه الطاقة ليست حكرا على الشباب بل قد تكون في اوجها عند الشيوخ .

هذه الطاقة هي الولاء وما يترتب عليه من تاثيرات بخصوص الالتزام بمن تمنحه ولاءك من حيث تتبع اخباره وتقليده



احذر من
الناس ثلاثة:
الخانن
والظلوم
والنمام لأن
من خان لك
سيخونك
ومن
ظلم لك
سيظلمك
ومن نمَّ
إليك سينم
عليك.

تاريخكم الاسلامي بدقة؟
في يوم ما لو صحا احدكم على
حاله هذا سيندم كثيرا على ما
بدر منه في شبابه، اغتنم الفرصة
وصحح مسار حياتك فاعلم ان
عبادتك لله فيها من الاجر افضل
من عبادة الرجل الكبير لانك
استطعت كبح جماح شهواتك
النفسية وهي في اوج طاقتها
وتسخيرها من اجل مرضاة الله
عز وجل .



متيقنون بان ما يجري في العالم من
مسابقات تخص كرة القدم يخلو
من رهانات وفساد وتلاعب
بالتتائج؟

لماذا لا تمنحون ولاءكم لعقائدكم
، لدينكم؟ لماذا لا تتفضون ضد
المنكر وتنصرون المعروف؟
لماذا لا تتصدقون للفقراء بدلا
من شراء الاجهزة المشفرة
وكارتات الشحن لمشاهدة
المباريات؟ لماذا لا
تستيقظون

ليلا لصلاة
الليل بدلا من
متابعة مباراة

كرة قدم؟ لماذا
تتابعون اخبار
الفرق بدقة
ولا تتابعون

الحرب على هذا الاقليم وكان
السبب في ذلك قوله بان كاتالونيا
كانت مستوطنة للمجرمين
والاشرار ، وبالطبع قال ذلك
لان معظم معارضي حكمه كانوا
من كاتالونيا ، ومن هذا المنطلق
اخذت مباراة الفريقين بعدا اخر .
انتم شبابنا لماذا هذا الهيجان
والولاء المطلق لهذه المباراة ؟
لماذا سخرتم ولاءكم لامر لا ناقة
لكم فيه ولا جمل؟ قد تستمتعون
بالرياضة فهذا لا يعني فقد
شعوركم وهدر اوقاتكم وحتى
اموالكم وجهودكم من اجل
هذه الرياضة .

بعد الفضائح الاخيرة للاتحاد
الدولي لكرة القدم والفساد
المالي والاداري في التلاعب
بادارة هذه الرياضة هل انتم

تجنب الشيخوخة بالإكثار من تناول الفواكه

أحرص على تجنب هذا الأمر وإذا اضطررت للتعرض للشمس يجب استعمال الكريمات الواقية لأشعة الشمس، مع تجنب التدخين قدر الإمكان وتناول الفواكه التي تغذي الجسم مع الإكثار من تناول فيتامين سي وممارسة التمارين الرياضية التي تساعد في الحفاظ على الصحة العامة.

البشرة وتسبب الإرهاق بها، والشيخوخة يمكن تجنبها بما يلي:
الإكثار من تناول الخضروات، لأنها تحتوي على مواد مضادة للأكسدة مع تجنب السكر قدر الإمكان، لأنه يحتوي على مواد مضادة للأكسدة مع ضرورة استعمال الكريمات المرطبة التي تساعد في المحافظة على نعومة البشرة، مع ضرورة الإكثار من تناول السمك، كما أن التعرض المستمر لأشعة الشمس يزيد من مشاكل الشيخوخة التي يتعرض لها الجسم، لذا

البعض منا يكتئب عندما تظهر ملامح الشيخوخة على وجهه بل مجرد التفكير بالشيخوخة تجعله يفكر في كيفية تلافي هذا الأمر والمقصود بالشيخوخة تجاعيد الوجه فالذين يرغبون في إخفاء أثارها، فإن الشيخوخة مرض مثل باقي الأمراض، وللتغلب على الشيخوخة نقدم مجموعة من النصائح، وللعلم ان الشيخوخة لا يعاني منها كبار السن فقط بل يعاني منها الصغار من الشباب أيضاً، بفعل عوامل قد تضر

إذا أردت أن تعلم صحة ما عند أخيك فأغضبه فإن ثبت لك على المودة فهو أخوك وإلا فلا.



احذر من
الناس ثلاثة:
الخانن
والظلوم
والنمام لأن
من خان لك
سيخونك
ومن
ظلم لك
سيظلمك
ومن نمَّ
إليك سينم
عليك.

صَحِّحْ معلوماتك الغذائية

الجسم. إلا أن شرب كمية كافية من الماء كل يوم يسهل عمل الأمعاء و يتيح التخلص من السموم المتراكمة في الجسم.

٧- الفيتامينات والمعادن لا تزود الجسم بأية وحدات حرارية:

✓ لكن الفيتامينات والمعادن ضرورية للجسم الذي لا يعرف كيف ينتجها. يمكن العثور على الفيتامينات في الدهون (فيتامينات A و D و E و K) وفي الماء الموجود في الأطعمة (فيتامينات B و C و PP).

٨- يحتاج الرجال إلى حديد أكثر من النساء :

✗ فمن سن البلوغ وحتى سن اليأس، تحتاج المرأة إلى ١٨ إلى ٢٠ ملغ من الحديد يومياً، مقابل ١٠ ملغ فقط للرجل. لذا، تُنصح النساء عموماً بالتركيز على الأطعمة الغنية بالحديد مثل اللحم، والعدس، والفاصوليا، والصويا وكبد الدجاج....

٩- تناول الطعام مباشرة قبل الخلود إلى النوم يسبب البدانة:

✗ فإذا لم تتناول أي شيء طوال النهار، ثم تناولت وجبة كبيرة في المساء قبل الخلود إلى النوم، لن تحصل كارثة في وزنك لأن عدد الوحدات الحرارية الذي دخل إلى جسمك لا يزال محدوداً.

٤- تناول الشوكولا السوداء يسهل الدورة الدموية:

✓ لأنها تجعل الأوعية الدموية أكثر مرونة. و يتيح ذلك تفادي تصلب الشرايين، العامل المسبب للنوبات القلبية، عبر تحسين عمل الخلايا المبطنة لجدران الأوعية.

٥- يمكن تناول الصودا وعصير الفاكهة أثناء الوجبات



✗ فحتى المشروبات غير المحلاة تحتوي على ما يوازي ٢٠ إلى ٣٠ مكعباً من السكر. وهذه الأنواع من المشروبات لا تروي العطش وتؤثر سلباً في صحة الأسنان.

٦- تحتوي الفاكهة المجففة على فيتامينات بقدر الفاكهة الطازجة:

✗ فعند إزالة الماء من الفاكهة، لحفظها لوقت أطول، تختفي أيضاً كمية كبيرة من الفيتامينات، ولاسيما الفيتامين C. في المقابل، يمكن

١- الأناناس هو فاكهة «حارقة للدهون»



✗ فالأناناس لا يحرق الدهون في الجسم. بل يسهل هضم البروتينات بفضل أنزيم اسمه البروميلين، موجود بكميات كبيرة في النبتة وليس في الفاكهة. بالتالي لا يملك الاناناس أية قدرة منحفة.

٢- المعكرونة تسبب البدانة:

✗ فالتطبيق المؤلف من ٢٠٠ غ من المعكرونة المسلوقة ينطوي على ١٨٠ وحدة حرارية فقط، وهذا منطقي جداً. إلا أن الصلصة المرافقة للمعكرونة هي التي تسبب البدانة، وإذا كنت تتبعين حمية غذائية منحفة، ننصحك باستهلاك المعكرونة عند الظهر فقط والامتناع عن تناولها مساءً.

٣- بعض أنواع المياه المعدنية تساعد على النحافة :

✗ فمهما كانت مزايا المياه المعدنية (بعضها غني بالكلسيوم، وأخرى غنية بالصوديوم أو المغنيزيوم...)، لا يستطيع أي نوع منها تنحيف

متبل الباذنجان بالرمان

المقادير :

• ملح: نصف ملعقة صغيرة

طريقة التحضير

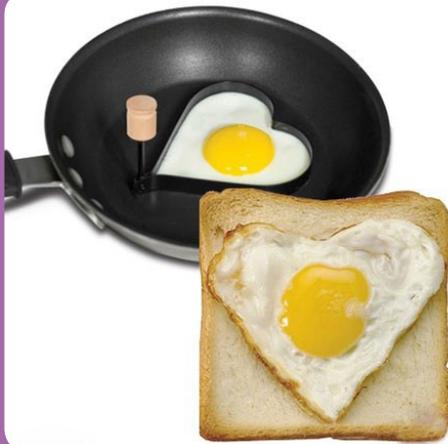
١. اغسلي الباذنجان ثم أثقبي الحبة بالشوكة وضعيها في صينية بالفرن لمدة نصف ساعة حتى تستوي ثم اتركها لتبرد قليلا.
٢. اخلطي الثوم والطحينة واللبن وزيت الزيتون وعصير الليمون في وعاء واتركه جانبا.

- الباذنجان: ١ حبة (كبيرة الحجم)
- الطحينة: ٣ ملاعق كبيرة
- لبن زبادي: ٤ ملاعق كبيرة
- زيت الزيتون: ملعقتان كبيرتان
- الثوم: فصّان (مهروس)
- الرمان: ملعقتان كبيرتان (حبات، للزينة)
- عصير الليمون: ٣ ملاعق كبيرة



من صدق
لسانه، زكا
عمله. ومن
حسنت نيته،
زيد في رزقه.
ومن حسن
بره بأهل
بيته، زيد في
عمره.

تقطيع الرقي بشكل معجنات



لحفظ البطاطا والبصل والثوم وما شاكل ذلك

لا تعتد
بمودة أحد
حتى تخضبه
ثلاث مرات.

تصميم الدور الحديثة بدأ يتغير عن ما كان عليه سابقا ومن بين التغييرات ما يخص المطبخ ، حيث ظهر نظام المطبخ البارد والمطبخ الحار ، والفرق بين هذين المطبخين هو الطباخ ففي البارد لا يوجد طباخ لطبخ الاطعمة الدسمة والشوي والقلي بينما البارد يعتمد على الاكلات الخفيفة وماكنة تسخين السندويج والخبز ، ودائما يكون في المطبخ البارد مكان للجلوس لتناول الطعام ، اما المطبخ الحار يكون بمساحة صغيرة لانه مخصص للطباخ ودولاب المواد الاولية للطبخ واواني الطبخ فقط .

من ضروريات المطبخ الحار هو وجود مفرغة هواء وشافطة الدخان والدهون وغالبا ما تنصب فوق الطباخ ، وذلك لتجنب تاثير الغازات والروائح على المطبخ البارد .

المطبخ البارد يجب ان يكون مؤثما بشكل يساعد العائلة على تناول الطعام فيه ومن اهم ما يجب ان يتوفر في المطبخ البارد الكراسي والمائدة ، الثلاجة ، ماكنة التسخين (الهيتر) التدفئة والتبريد ، شبك يطل على الفضاء، واما الوان الجدران واستخدام نباتات الظل فهي تزيد من جمال المطبخ .

المطبخ البارد والحار



أمراض القلب... كيف ولماذا؟

الإضرار بالأوعية الدموية وبعض أعضاء الجسم الأخرى. اظهرت احدي الدراسات، أن الشباب، ولاسيما الفتيات، غالبا ما يفشلون في ملاحظة أن آلام الصدر المتصلة بالقلب ربما أحد أعراض مرض القلب. وذلك بسبب اهمالهم الالم معتقدين انها تشنجات وستزول.

فالاستشارة حالما الشعور باي الم تجنب الشباب الاصابة بامراض القلب والالتزام بنظام صحي يبعد خطر الاصابة بالضغط وداء السكري والبدانة وتصلب الشرايين يمكن تجنب الاصابة بالمرض.

العوامل والمسببات التي قد تؤثر على عمل القلب منها التدخين، والوزن الزائد وارتفاع ضغط الدم وزيادة نسبة الكوليسترول والشحوم الثلاثية في الدم إضافة إلى الإصابة بداء السكري ووجود عامل وراثي للإصابة بأمراض القلب وغيرها من المسببات الأخرى.

ويزيد ضغط الدم من مخاطر إصابة الشخص بعدد من الأمراض على رأسها أمراض القلب، والسكتات الدماغية، والفشل الكلوي، كما قد يتسبب في

تعتبر أمراض القلب إحدى أهم واطهر الأمراض التي تؤدي بحياة الكثير من البشر في العديد من دول العالم، فهي على الرغم من التطور الهائل في مجالات الطب والجراحة لاتزال القاتل الأول في أمريكا وأوروبا حيث تصل نسب الوفيات فيها الى ما يقارب الـ ٧٠٪ بحسب بعض التقارير الخاصة، والبعض يعتقد انه يصيب كبار السن فقط، بل ان الشباب معرضون للإصابة بامراض القلب ومن

الإسلام درجة
والإيمان على
الإسلام درجة
واليقين
على الإيمان
درجة وما
أوتي الناس
أقل من
اليقين.



إن الله
يعطي الدنيا
من يحب
ويبغض
ولا يعطي
الإيمان إلا
أهل صفوته
من خلقه.

خلود الحياة الزوجية

الاعتقاد بأن الحياة الزوجية عند المؤمن لا تنتهي بانتهاء الحياة الدنيا ، بل أن المرأة الصالحة تلتحق بالزوج مع أبنائها (بشرط الصلاح) في الجنة بمقتضى قوله تعالى {جنات عدن يدخلونها ومن صلح من آبائهم وأزواجهم وذرياتهم } و { والذين آمنوا واتبعتهم ذريتهم بإيمان ألحقنا بهم ذريتهم } .. إن هذا الإحساس بالاستمرارية ، بل الخلود في العلاقة الزوجية بلوازمها ، يضيف على الحياة الزوجية رباطاً لا ينفصم بتقادم الدهور والأعوام .

مباركة الحق لحياة الزوجية

إن من أهم عوامل التجاذب الروحي بين الزوجين - إضافة إلى سعي كل منهما في إيجاد موجبات ذلك التجاذب - هي مباركة الحق المتعال لتلك العلاقة ، ولهذا يسند الحق المتعال التوفيق إلى نفسه ، عند إرادة الإصلاح من الزوجين بقوله : { إن يريدوا إصلاحاً يوفق الله بينهما } .. ومن هنا كانت الاستقامة العملية للزوجين في ساحة الحياة - داخل البيت الزوجي وخارجه - من موجبات نظرة الحق المتعال لهما ، مع ما تستتبعها من الألفة والثبات في العلاقة الزوجية .

الوصف الإيماني لا الشخصي

إن من الضروري أن ينظر كل من الزوجين إلى الآخر بوصفه الإيماني لا بوصفه الشخصي .. فإن عدم وجود الرقابة البشرية داخل البيت ، وانفراد كل منهما بالآخر في كثير من الساعات ، يهيب الأرضية للتعدي وتجاوز الحدود ، إذ أن الإحساس بالرقابة الإلهية المتصلة من موجبات الالتزام بالحدود والقيود ، وإن غاب الرقيب البشري .. وقد أكد الحق تعالى هذه الحالة من الرقابة بقوله : { والله يسمع متحاوركما } .

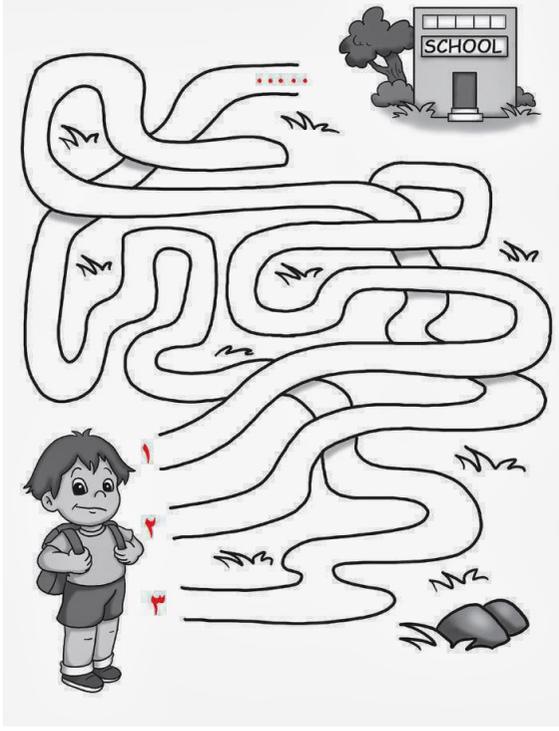
تحديد تحرك المرأة

إن من الأفضل - بل المتعين - في بعض الحالات - تحديد تحركات المرأة ، وخاصة في ما لو استلزم التعامل المريب مع الرجال ، إذ أنها قد تفتقد بذلك تفرغها لما هو أهم لها و أقرب إليها من شؤون الزوج والأولاد ، بل قد تفقد في بعض الحالات أنوثتها من خلال الاحتكاك المستمر بعنصر الرجال ، وهو ما نشاهده بوضوح في بعض البيئ المختلطة ، وخاصة مع ضعف الروادع الدينية .. ولا ننسى القول : ان للضرورات أحكامها ، إلا أنها تتقدّر بقدرها .

حسن الخلق
من الدين
وهو يزيد
في الرزق.

اجب بسرعة

- * ينام وهو لا بس حذاء؟
- * ما الفرق بين هنا وهناك؟
- * ما هو الشيء الذي يشبه نصف القمر؟
- * اسم فاكهة يقرأ مقلوباً (من اليسار لليمين ومن اليمين لليساار)؟
- * المواد السائلة تتجمد بالبرودة ولكن ما هي المادة السائلة التي تتجمد بالحرارة؟
- * ماذا يوجد في نصف بيروت؟
- * يوجد في استراليا وفي أوروبا وأمريكا وأفريقيا وكل القارات إلا آسيا؟



عمودي

١. من سور القرآن + أداة نهي
٢. من الدول العربية + يتكلم
٣. الحكم الذي يصدره المشرع (معكوس) + لمن الحيوانات الفقارية
٤. عكس وجود + حرف جرّ + تجده في (قال)
٥. تجده في (قتل) + أشدّ + تابوت
٦. سائل وجاري + النعت
٧. أداة التعريف + وَلَجّ + حرف متكرر
٨. سدّ الخرق + تجده في (لون) + نحاس
٩. طالب + عكس شراء
١٠. استوطن العراق + إله

١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	
										١
										٢
										٣
										٤
										٥
										٦
										٧
										٨
										٩
										١٠

افقي

١. يأتي بعد الخطأ + تجده في (عاد)
٢. أصحاب المعلقات + الضيق
٣. انتساب + ارتفع
٤. زاد وارتفع + عكس حرّ + مدينة مقدّسة (معكوس)
٥. مهارة + من حروف الجرّ + تجده في (خوف) + حرف متكرر
٦. تجده في (قاع) + حلوى هلامية تصنع من النشا والماء والسكر و مواد أخرى
٧. أمّ السيد عليّ الأكبر بن الحسين (عليهما السلام) + تجده في (سل)
٨. رئيس النصارى + الذين يُعادون أهل البيت (عليهم السلام)
٩. عتاب + من الطيور
١٠. من التفاسير المشهورة + خوف

أجابة العدد السابق

الدائرة الاغور الأعمى
الزجاجة الفيل على الخريطة



الرغبة في
الدنيا تورث
الغم والحزن
والزهد
في الدنيا
راحة القلب
والبدن.



**القراءة تصنع انساناً كاملاً
والمشورة تصنع انساناً مسنعداً
والكتابة تصنع انساناً دقيقاً**

موبايل الطبيب



وما احلاها عندما يخصص وقتا على برنامج الفيسبوك فتكون له محادثات مع من يحتاج خدمته الطبية ولتكن هذه الخدمة بمثابة صدقة يجنبك الله عز وجل عذابه او حتى يدفع عنك مصائب الدنيا ويزيدك نجاحا في عملك. وناسف لمن يمتنع عن تزويد رقم هاتفه الى مرضاه او حتى لايرد عليهم .

الموبايل هذا الجهاز الذي اخذ حيزا واسعا من حياة البشرية وباختلاف استخداماته من حيث كثرة البرامج التي تحمل فيه ، وعمل الخير من الامور التي يحث عليها الشارع المقدس .

نامل ان يخصص الطبيب ساعة حتى ولو نصف ساعة ليحجب على اتصالات المرضى او من لديه استشارة طبية للذين يتصلون به كان يكتب على عيادته الوقت المخصص لاستقبال مكالمات المتصلين .

عليهم السلام

امهات المعصومين

النبى محمد صلى الله عليه واله امنة بنت وهب بن

عبد مناف بن زهرة بن كلاب

الامام علي بن ابي طالب فاطمة بنت اسد

فاطمة الزهراء خديجة بنت خويلد

الامام الحسن بن علي فاطمة بنت محمد

الامام الحسين بن علي فاطمة بنت محمد

الامام علي بن الحسين شاه زنان بنت يزدجرد

الامام محمد الباقر فاطمة بنت الامام الحسن

الامام جعفر الصادق ام فروة بنت القاسم بن محمد

الامام موسى الكاظم جارية يقال لها حميدة

الامام علي الرضا جارية يقال لها نجمة

الامام محمد الجواد جارية يقال لها سَكينة المرسية ، وقيل : الخيزران ،

الامام علي الهادي جارية يُقال لها : سُمانَة

الامام الحسن العسكري جارية يُقال لها : سَوْسَن

الامام المهدي جارية يُقال لها : نَرَجِس

