

موعد مع  
الفكر الاصيل  
لقارئ يبحث  
عن الحقيقة

# مَجَلَّةُ بَقِيَّةِ اللَّهِ

Baqiatollah

**المشرف العام** الشيخ خليل رزق  
**رئيس التحرير** السيد علي عباس الموسوي  
**مديرة التحرير** نهى عبد الله  
**المدير المسؤول** الشيخ محمود كرنيب  
**إخراج وطباعة** Dbouk international  
For printing & general trading

لبنان - الضاحية الجنوبية - بئر العبد - شارع الصنوبرة - ستر داغر - ط: 3  
تلفاكس: 00961 1 554870 ص.ب: 24/53  
هاتف نقال: 00961 70 924643

مندوبو البحرين:

\* مكتبة بنت الهدى:

البحرين - سوق واقف. هاتف: 0097333341234

\* دار العصمة:

البحرين - السنابس. هاتف نقال: 0097339214219

فاكس: 0097317795025

إسلامية ثقافية جامعة تصدر كل شهر عن



جمعية الممارس الاسلاميه الثقافية  
AL-MARAFI ISLAMIC CULTURAL ASSOCIATION

[www.baqiatollah.net](http://www.baqiatollah.net)

[info@baqiatollah.net](mailto:info@baqiatollah.net)

[baqiah@baqiatollah.net](mailto:baqiah@baqiatollah.net)

[twitter:@baqiatollah\\_](https://twitter.com/baqiatollah_)

مجلة بقية الله: Facebook



- 4 أول الكلام: وهو خير الفاصلين  
السيد علي عباس الموسوي
- 6 في رحاب بقية الله: شوق المنتظرين  
الشيخ نعيم قاسم
- 10 نور روح الله: لكل صلاة ظهور  
الإمام روح الله الموسوي الخميني قَدْ سَمِعْتُ
- 12 مع الإمام الخامنئي: المرأة في الغرب: حرية ملغومة  
الإمام السيد علي الخامنئي قَدْ سَمِعْتُ
- 15 وصايا العلماء: أبغض عباد الله<sup>(1)</sup>: عالم مغرور  
آية الله الشيخ محمد تقي مصباح اليزدي
- 18 حكمة الأمير: أفضل الزهد إخفاؤه  
الشيخ علي ذو علم
- 20 نصوص تراثية: محاسبة النفس  
الشيخ تقي الدين إبراهيم الكفعمي
- 22 فقه الولي: أحكام الشهيد  
الشيخ علي حجازي
- 25 فهرس الملف: ليلوكم أيكم أحسن عملاً
- 26 رحمة في بلاء
- 30 بلاء الأمم  
الشيخ علي سليم
- 36 البلاء بداية الكرامات  
الشيخ يوسف سرور
- 41 وبشر الصابرين  
تحقيق: زينب صالح



58



72



46



- 46 مهارات: الضغوط النفسية: هونها بتهون  
د. نبيل ألماس
- 52 تكنولوجيا: التسوق الافتراضي: فرصة أم فخ؟  
تحقيق: فاطمة شعيتو حلاوي
- 58 مجتمع: أخطبوط الإشاعات  
أحمد شعيتو
- 63 صحة و حياة: السير أثناء النوم  
تحقيق: هبة عباس
- 68 قضايا معاصرة: السينما الغربية: حشوعقول  
وثام أحمد
- 72 تساييح شهادة: ملاك.. وشيء من العشق  
ندى بنجك
- 76 أمراء الجنة: شهيد الدفاع عن المقدسات حسام الدين محمد الزركلي (أبو الفضل)  
نسرين إدريس قازان
- 80 تربية: كثير الحركة و قليل الانتباه  
داليا فتيش
- 86 تغذية: البصل: الدواء المعجزة  
د. أماني سعد ياسين
- 90 أدب و لغة: كشكول الأدب  
إبراهيم منصور
- 94 شباب: مشكلتي: متردد في كل شيء- أحبه، ولكن- 6 نصائح للشعور بالرضا  
ديما جمعة فواز
- 98 حول العالم  
حوراء مرعي عجمي
- 112 آخر الكلام: صاحبة السر  
نهى عبد الله

# وهو خير الفاسلين

السيد علي عباس الموسوي

الاختلاف في وجهات النظر أمر طبيعي في الاجتماع الإنساني، ولا يمكن حتى في الأسرة الواحدة أن تتطابق تماماً، بل من الطبيعي أن ينشأ الاختلاف، سواء أكان ذلك في تحليل الظواهر والأحداث أو في اتخاذ المواقف والقرارات.

والإسلام الذي يقرّ هذا الاختلاف ويعترف به كأمر طبيعي، يرى أنّ المفصل الذي لا بد وأن يحكم هذا الاختلاف هو الحقّ، وهذا الحقّ يتمثّل في أن يكون الفرد الإنساني معتمداً على البينة والبرهان والدليل فيما يؤمن به من اعتقاد أو يقوم به من فعل.

والثلاثية التي يدعو الإسلام إليها في رسمه للتعامل الصحيح واللازم مع حالات الاختلاف هي:

أولاً: أتباع الحق، بمعنى أتباع ما تراه حقاً. وسبيل الوصول لرؤية الحق أن تتبّع البيّنة، وتسير على طبق ما تملّيه عليك، أي الدليل والبرهان، ولذا كان الأساس في إيمان الإنسان أن ينطلق من البرهان والدليل المقنع للعقل بالحق.

ثانياً: عدم الاعتناء بالمكذّبين، ففي مقابل ما تراه أنت، ثمّة من يرى رأياً آخر. ولا شك في أنه سوف يكذبك في رأيك ويرى أنك على باطل، بل قد تواجه حرباً نفسيةً في مقابل ما تراه. وقد

تتخذ هذه الحرب أشكالاً مختلفة فتتحول حرباً إعلامية واتهاماً شخصياً يوصف الإنسان به بشتى الصفات المسيئة، كما فعل كفّار الجاهلية مع النبي الصادق الأمين ﷺ.

ومواجهة ذلك، لا بد وأن تكون بالتمسك بالحق والإصرار عليه، واللامبالاة إزاء ما يقوم به هؤلاء الخصوم وما يعتمدونه من وسائل وطرق.

ثالثاً: إيكال الأمر إلى الله عز وجل، بمعنى أن تواجه خصومك بالتحاكم إلى الحكم الفصل الذي يضع الأمور في مواضعها. وهذا الأمر يعكس ثقة تامة بأن الحق الذي تسير عليه معتمداً الدليل والبرهان، هو بيد الله عز وجل. فمن يخاف إيكال الأمر إلى الحكم الفصل، هو الذي لا يعيش حالة الاطمئنان والثقة بما يعتقده حقاً.

لا شك في أنّ هذا هو المنهج الذي ينبغي اعتماده من قبل الأفراد والمجتمعات، فعندما نقوم كمجتمع مؤمن ملتزم بالعمل بما نرى أنه الحق، وحيث إنّنا نعتمد في ذلك على الدليل والبرهان، فعلينا أن نبقى على ثباتنا في هذا الموقف، وعلينا أيضاً أن لا نتأثر بما يشنه الخصوم مهما كانت أشكال حربهم التي يخوضونها، ومهما اشتدت شراستها، كما أنّ علينا أن نوكل الأمر إلى الله عز وجل. ما يعزّز ثقتنا بأننا بالفعل على الحق، وأن كل ما نتحمّله في سبيل ما نرى أنّه الحق هو بيد الله، وهو الذي له وحده الأمر الفصل. وبهذا نكون مصداقاً لخطاب الأنبياء ﷺ الذي جاء به القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿قُلْ إِنِّي عَلَىٰ بَيِّنَةٍ مِّن رَّبِّي وَكَذَّبْتُمْ بِهِ مَا عِنْدِي مَا تَسْتَعْجِلُونَ بِهِ إِنَّ الْحُكْمَ إِلَّا لِلَّهِ يَقْضُ الْحَقُّ وَهُوَ خَيْرُ الْفَاصِلِينَ﴾ (الأنعام: 57).

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

# شوق المنتظرين

الشيخ نعيم قاسم

«اللَّهُمَّ أَنْتَ كَشَّافُ الْكُرْبِ وَالْبَلْوَى، وَإِلَيْكَ أَسْتَعْدِي فَعَنْدَكَ  
الْعُدْوَى، وَأَنْتَ رَبُّ الْأَخِرَةِ وَالْأُولَى، فَأَعْزْ يَا غِيَاثَ الْمُسْتَغِيثِينَ  
عَبِيدَكَ الْمُبْتَلَى، وَأَرِهِ سَيِّدَهُ يَا شَدِيدَ الْقُوَى، وَأَزِلْ عَنْهُ بِهِ الْأَسَى  
وَالْحَوَى، وَبَرِّدْ غَلِيلَهُ يَا مَنْ عَلَى الْعَرْشِ اسْتَوَى، وَمَنْ إِلَيْهِ الرَّجْعَى  
وَالْمُنْتَهَى، اللَّهُمَّ وَنَحْنُ عَبِيدُكَ التَّائِقُونَ إِلَيْكَ وَإِلَيْكَ الْمَذْكُورُونَ  
وَبِنَيْبِكَ».

طلب النُصرة من الله تعالى، فإليك يا رب أطلب النُصرة فأنت الناصر والمعين. «وَأَنْتَ رَبُّ الْآخِرَةِ وَالْأُولَى»، وهل يَطْلُبُ المرءُ إلّا من مالك المُلك؟ وهل يملك أحدٌ شيئاً في الدنيا والآخرة إلّا الله جلّ وعلا، وهو الربُّ المدبّر؟

### \*بلاءٌ فقد الإمام\*

إنّ مناجاة كَشَافِ الكُربِ والبَلوى، والنَّاصرِ المعين، الذي بيده ملكوت كل شيء، لطلب العون من غِيَاثِ المُسْتَعِيْثِينَ، للعُبَيْدِ الأقل من العبد، هو اعتراف بالضعف الشديد والتذلل الأقصى إلى الله تعالى، للإغاثة من البَلوى، «فَأَعِثْ يَا غِيَاثَ المُسْتَعِيْثِينَ عُبَيْدُكَ المُبْتَلَى».

ما هو هذا الأمر العظيم الذي استدعى هذه المقدمات؟ ما هو البلاء الذي يتطلّب غوثاً ونُصرةً من ربِّ السَّمَاوَاتِ والأَرْضِ، وربِّ الدنيا والآخرة؟

يبدأ المؤمن هذه الفقرة من دعاء التَّدْبِة باللجوء إلى الله تعالى، لينصره ويُعينه ويبرد حرارة شوقه برؤية ومواكبة ونُصرة صاحب العصر والزمان (أرواحنا لتراب مقدمه الضياء). هذا اللجوء إلى الله تعالى هو مفتاح كل الطلبات والخيرات، فالله تعالى خالق الخلق، ومالك الملك، وواسع الرَّحمة، وله الأسماء الحسنَى.

### \*كشاف الكُرب\*

ويناجي المؤمن ربّه: «اللَّهُمَّ أَنْتَ كَشَافُ الكُربِ والبَلوى»، فقد يغتمُّ من الأحداث التي تمرّ معه وكأنّ نفسَه سينقطع بسببها، وهذه هي الكُرب، وقد تصل البلاءات والاختبارات إلى ذروتها، بحيث لا نجاة ولا كشف لها إلّا بعون الله تعالى، قال تعالى: «أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسْتَهْمُ آبِئَاسَاءُ وَالضَّرَّاءُ وَزَلْزَلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ» (البقرة: 214).

وإذا ما احتاج الإنسان إلى النُصرة، فلن يجدها إلّا مع الله تعالى، ولذا طَلَبَ في الدعاء: «وَالَيْكَ أَسْتَعِدِّي فَعِنْدَكَ العَدُوّ»، وفي مجمع البحرين، استعديتُ الأمير فأعداني، أي طلبتُ منه النُصرة فأعانني ونصرني، وما أحوجنا إلى

# عيسى بن علي

الحسن عليه السلام مظلمة، فقال  
عليه السلام: «إِذَا صَلَّيْتَ الرُّكْعَتَيْنِ  
 بَعْدَ الْمَغْرَبِ فَاسْجُدْ، وَقُلْ  
 يَا شَدِيدَ الْقُوَى، يَا شَدِيدَ  
 الْحَالِ، يَا عَزِيزًا ذَلَّتْ بِعِزَّتِكَ جَمِيعُ  
 مَنْ خَلَقْتَ، صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَأَلِ مُحَمَّدٍ،  
 وَاكْفِنِي مَوْتَةَ فُلَانٍ بِمَا شِئْتَ» <sup>(1)</sup>، فسمع  
 الصراخ على موت ظالمه من ليلته.  
 «وَأَزَلَّ عَنْهُ بِهِ الْأَسَى وَالْجَوَى»،  
 الأسى هو الحزن الذي يتطلب التعزية  
 بالفقد والخسران، والجوى هي الحرقه  
 وشدة الوجع من العشق أو الحزن، فما  
 أَبْلَغَ الشُّوقِ الَّذِي أَحْزَنَ عُبَيْدَكَ الْمُبْتَلَى،  
 وَزَادَ مِنْ حَرْقَةِ قَلْبِهِ، الْمُنْتَظِرِ لظُهُورِ  
 الطَّلَعَةِ الْبَهِيَّةِ.

ما أَرْوَعَ لَهْفَةَ الْقَلْبِ الْمَتَعَلِّقِ بِبُولِيِّ اللَّهِ  
 الْأَعْظَمِ عليه السلام. وَمِنْ هُنَا كَانَ يَنْتَظِرُ الْفَرَجَ  
 أَفْضَلَ الْعِبَادَةِ لِاسْتِقْبَالِ الظُّهُورِ فِي أَوَانِهِ

إِنَّهُ الشُّوقُ لِرُؤْيَا مَوْلَانَا الْحِجَّةِ  
 الْمَهْدِيِّ عليه السلام، وَالْعِشْقُ لِخَاتِمِ الْأَوْصِيَاءِ  
 الْقَائِمِ الْمُنْتَظَرِ عليه السلام، وَالرَّغْبَةُ بِالطَّمَأْنِينَةِ  
 وَالسَّكِينَةِ بِالْإِنْضَاءِ تَحْتَ رَايَةِ مُنْقَذِ  
 الْبَشَرِيَّةِ الْخَلْفِ الْمَهْدِيِّ عليه السلام.

«وَأَرَهُ سَيِّدَهُ يَا شَدِيدَ الْقُوَى»،  
 والمقصود بالرؤية هو الظهور والفرج،  
 والطلب دائماً من الله تعالى شديد القوى،  
 الذي لا يكل أمره إلى أحد، ولا يؤخره  
 لعجز أو ضعف، فهو الذي بيده كل مصادر  
 القوة وبأعلى مراتبها وبأشد تمكّن منها،  
 فإيا شديد القوى، أَرَعْبِيدَكَ الْمُبْتَلَى سَيِّدَهُ  
 وَقَائِدَهُ وَمَوْلَاهُ مُحَمَّدَ بْنَ الْحَسَنِ الْعَسْكَرِيِّ  
عليه السلام ظَاهِرًا وَبِاسْطِطْأَ سُلْطَةِ عَدْلِهِ وَدَوْلَتِهِ  
 الْعَالَمِيَّةِ.

## \*شوقٌ للقائه عليه السلام\*

ما أعظم آثار مناجاة الله تعالى  
 «يَا شَدِيدَ الْقُوَى». شكا رجل إلى الإمام



## انتظار الفرج أفضل العبادة لاستقبال الظهور في أوانه بأفضل استعدادٍ وأداءٍ

بأفضل استعدادٍ وأداء، فيزولُ الأسى  
والجوى. والظهور يُبرِدُ الغليل، ويُطفئُ  
نيران الوُجد، ويُلقى السكينة في القلب.

هذا الشوق الكبير لرؤية مولانا في  
ظهوره، لا يعني التَّحسُّر، أو الانتظار  
السلبى بلا حراك، أو اليأس من تأخر  
الظهور عن موعد توقعاتنا أو رغباتنا، بل  
هو شوقٌ يربط القلب بالحبِّ الأبدي الذي  
لا يضاويه حبُّ آخر، ويدفع لبذل أقصى  
الجهود للمساهمة في التمهيد للظهور،  
فالإمام عليه السلام يَنْتَظِرُ أن تكتمل عدتنا  
وعدنا ليأذن الله تعالى له بالفَرَج.

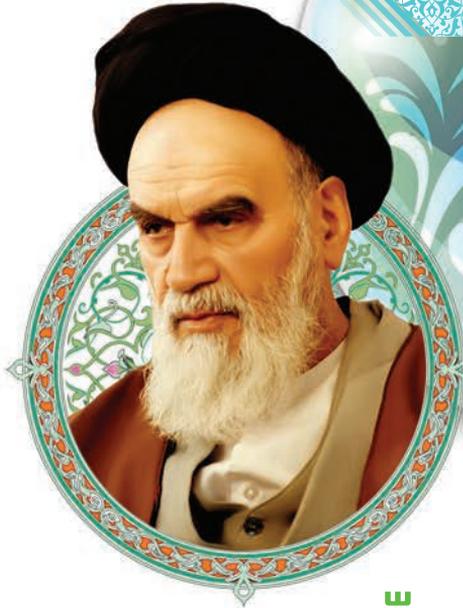
### \*المذكَّر بقاء الله

الشُّوقُ إلى الإمام عليه السلام هو شوقُ  
المنتظرين. والمنتظرون هم العابدون  
الطائعون المتأملون برحمة الله تعالى،  
الذين لا تتوقف حركتهم لإعلاء كلمة  
الله تعالى على الأرض، وهم المجاهدون  
الذين لا يخافون في الله لومة لائم،  
قلوبهم كزبر الحديد، ولكنهم يخشعون  
فترق قلوبهم بمناجاة الله تعالى.

«اللَّهُمَّ وَنَحْنُ عِبِيدُكَ التَّائِقُونَ إِلَى  
وَلِيِّكَ الْمَذْكُورِ بِكَ وَنَبِيِّكَ». ألم يصف

رَبُّ العالمين حال المُنعمين بالجنة  
بقوله: «وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَّاصِرَةٌ \* إِلَى رَبِّهَا  
نَاطِرَةٌ» (القيامة: 22 - 23)، فالحال في  
النعيم عيشٌ للقاء ونظرٌ إلى رحمة الله  
تعالى، وهكذا يكون لقاءً الدنيا مع الإمام  
المهدي عليه السلام مُذَكَّرًا بقاء الله تعالى  
ورسوله عليه السلام.

اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ تَعْجِيلَ الْفَرَجِ،  
وتسكين القلوب بحبِّ محمد عليه السلام وآل  
محمد عليه السلام، وتبريد الشُّوق بقاء  
ونُصرةٍ لِيَّ اللهُ الأَعْظَمِ عليه السلام، اللَّهُمَّ  
وأنت المعين والمغيث والتناصر لعبيدك  
الملتجئين إليك.



# لكلّ صلاة طهور

الصلاة مراتب تتناسب مع مراتب المصلّين ومقامات السالكين إلى الله، فالطهارة للصلاة الصوريّة، وطهارة أهل الإيمان تطهير الظاهر من أرجاس المعاصي ومن إطلاق عنان الشهوة والغضب. وطهارة أهل الباطن هي التنزّه عن القاذورات المعنويّة والتطهير من دنس الأخلاق الذميمة<sup>(1)</sup>.

كما قال تعالى في الآية الشريفة: «لَا يَمَسُّهُ إِلَّا الْمُطَهَّرُونَ» (الواقعة: 79)، فظاهره لا يمسه إلا أهل الطهارة الظاهريّة، وباطنه لا يمسه إلا أهل الطهارة الباطنيّة، وسرّه لا يمسه إلا أهل الطهارة السريّة.

إذن، فلا يصل إلى صلاة أهل الباطن إلا من غسل يديه ووجهه في منبع الحياة القلبيّة.

## \*لم يهمل الآداب الظاهريّة

نكتة من الضروري للخاصّة معرفتها وهي: أنّ الله - تبارك وتعالى - الذي لم يهمل طهور الظاهر وتنظيف القشر وطهارة اللباس والبدن، ولم يهمل الآداب الظاهريّة سواء في المعاشات والمعاملات، فمن غير

## \*الطهارة: ظاهريّة وباطنيّة

وجميع أنواع الطهارات متحقّقة لدى كلّ الأولياء، فظاهريّة طاهر من جميع القذارات الصوريّة، وحواسّهم طاهرة من الإطلاق (الاهتمام) فيما لا حاجة إليه، وأعضاؤهم طاهرة من التصرف بها فيما يخالف رضا الله تعالى، إلى آخر مراتب الطهارة، قال تعالى: «إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا» (الأحزاب: 33).

وتتبعي معرفة أنّ كلّ صلاة من صلوات السالكين إلى الله مشروطة بطهارة خاصة بها، لا يمكن التوصل إلى تلك الصلاة من دونها.

# إبراهيم الخليل عليه السلام عالم الحسب والفضل وسطه كبره

الممكن أن يَهْمِلَ طهارة القلب وتطهير الباطن وتزويجه عن القذارات المعنوية التي لا تمكن مقارنة فسادها بالقذارات الظاهرية، فهي أسباب الهلاك الأبدي والظلمة، ومن غير الممكن أن يَهْمِلَ طهارة لباس التقوى - وهو خير الألبسة - من التلوث بقذارات تجاوز الحدود، أو أن يهمل طهارة العقل من قذارات الآراء الفاسدة والعقائد المهلكة.

## \*ينظر الله إلى قلوبكم\*

ورد في الحديث: «إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ»<sup>(4)</sup>. وإجمالاً فإنَّ تطهير القلوب من القذارات المعنوية والأوساخ الخلقية هو من المهمات التي يجب على الإنسان أن يقوم بها بكل عِدَّةٍ وَعُدَّةٍ ممكنة وبكل رياضة ومجاهدة، ويخلص نفسه من عار تلك القذارات والأوساخ، فإنه إذا وقف في محضر الربوبية من دون ذلك الطهور المعنوي فلن يكون نصيبه سوى صورة الصلاة وقشرها وتعبها ومشقتها؛ قال تعالى: «إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ»<sup>(5)</sup> (المائدة: 27).

إنَّ التقوى هي من شروط قبول الصلاة مطلقاً. وتقوى الباطن تعني تطهيره من الأخلاق الذميمة كالكبر والحسد والغفلة والكسل ونظائر ذلك، وهي من شروط القبول عند أهل المعرفة، ومن شروط صحة صلاة أهل الباطن. وهذا الأمر يصدَّق على سائر مراتب التقوى إلى آخر درجاتها.

ويتضح من خلال مراجعة كتاب الله وأخبار وآثار الأنبياء والأولياء عَلَيْهِ السَّلَامُ أَنَّهَا أولت تطهير القلوب أهمية أكبر من تطهير الظواهر، بل (يتضح منها) أَنَّ جميع الأعمال والأفعال الظاهرية هي مقدّمة لتطهير القلوب مثلما أَنَّ تطهير القلوب مقدّمة لتكاملها.

فعن الإمام أبي عبد الله عَلَيْهِ السَّلَامُ في قوله تعالى: «إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (الشعراء: 89) قال: «السليم الذي يلقي ربه وليس فيه أحد سواه»، وقال: «كل قلب فيه شك أو شرك فهو ساقط؛ وإنما أرادوا بالزهد في الدنيا لتفرغ قلوبهم للأخرة»<sup>(2)</sup>.

وعن الإمام أبي جعفر عَلَيْهِ السَّلَامُ قال: «ما من عبد إلا وفي قلبه نكتة بيضاء؛ فإذا أذنب ذنباً خرج في تلك النكتة نكتة سوداء، فإن تاب ذهب ذلك السواد، وإن تمادى في الذنوب زاد ذلك السواد حتى غطى البياض، فإذا غطى البياض لم يرجع صاحبه إلى خير أبداً، وهو قول الله عز وجل: «كَلَّا بَلْ رَأَىٰ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» (المطففين: 14)»<sup>(3)</sup>.

## الهوامش

(3) أصول الكافي، الكليني، ج 2، ص 273. (كتاب الإيمان والكفر).  
(4) بحار الأنوار، م.س، ج 67، ص 248.

(1) أورد الإمام عَلَيْهِ السَّلَامُ مراتب عديدة أخرى للطهارة، فمن أحب الاستزادة فليراجع كتاب «سر الصلاة»، للإمام، باب «سر الطهارة».  
(2) بحار الأنوار، ج 67، ص 239. (كتاب الإيمان والكفر).



# المرأة في الغرب؛ حريةً ولفوطة\*

من مساوئ الحضارة المادية، ما قام به الغرب بحق المرأة. إنه جرمٌ كبير، لا يمكن محوه ولا يمكن تداركه، كما أن تبيانه ليس بالأمر السهل. خاصةً أنهم يطلقون على ذلك مسميات براقية كما على بقية أعمالهم.

## \*عناوين براقية

في الغرب يرتكبون الجرائم، ويُطلقون عليها حقوق الإنسان. يظلمون، ويطلقون عليه اسم مناصرة الشعوب. يشنون الهجوم العسكري، ويسمّون ذلك دفاعاً. إنها طبيعة المدنيّة الغربيّة: الخداع، التزوير، النفاق، الكذب، التناقض في التصرفات والأقوال. وهو ما فعلوه في مسألة المرأة، وروّجوا لثقافتهم هذه، للأسف، في جميع أنحاء العالم.

لقد جعلت الحضارة الغربيّة إحدى أهم وظائف المرأة، التبرّج، وإبراز جمالها للرجال. حتى أصبح ذلك أمراً

ملازماً لها في عالمنا اليوم، للأسف. ففي الوقت الذي يحضر فيه الرجال في أكثر المجالس الرسميّة، الاجتماعات السياسية وغيرها، بالبنطال الطويل والثياب المحتشمة، نجد أن ثياب النساء يغلب عليها عدم الاحتشام. فهل هذا أمرٌ عادي؟ وهل يتوافق ذلك مع الطبيعة البشرية؟ هل على المرأة أن تعرض نفسها أمام الرجال، ليسرّوا هم بذلك؟ وهل من ظلم أكبر من هذا؟

## \*حظّموا بثقافتهم حرمتها

إنهم يطلقون على هذا التبرّج وعدم الاحتشام اسم «الحرية» ويُطلقون على



أنظار هذا الجيل أو الجيل الذي يليه، بل سيرونه بأنفسهم.

### \*فاطمة عليها السلام حجة الله علينا

لقد وضع الله المتعال حدوداً لتكريم المرأة في القرآن الكريم. فالمرأة كالرجل عند الله تعالى. ولا فرق بينهما في طيِّ المراتب المعنوية والإلهية. لقد خلق الله تعالى امرأة هي السيدة فاطمة الزهراء عليها السلام والتي وردَ عن المعصوم قوله: «نحن حُجج الله على خلقه، وفاطمة حُجَّة الله علينا». فاطمة الزهراء عليها السلام حجة حجة الله، إمام الأئمة عليهم السلام. فهل من شخصية أسمى منها؟! هي عليها السلام معصومة وهي امرأة.

إن أعظم نساء العالم: السيدة مريم، سارة، آسية وغيرهنَّ، كُنَّ عظيمات، ومن أفضل خلق الله. إذا الإنسان هو من يسير على طريق التكامل والتعالي، فلا فرق بين الرجل والمرأة في الحقوق الاجتماعية، والحقوق الشخصية والفردية.

نعم، لقد أعطى للمرأة بعض

نقيضه اسم الأسر أو القيود! في حين أن احتجاب المرأة وحجابها، تكريم لها، واحترام وحرمة لها. لقد حطموا بثقافتهم هذه الحرمة، وهم يمعنون في تحطيمها يوماً بعد يوم، مُطلقين على ذلك مُسميات عدّة. إن أولى النتائج السلبية لهذا الأمر، تلاشي العائلة، وتهاوي بُنيانها، وعندما يتزلزل بُنيان العائلة في أيِّ مجتمع يتهاوى، وتتأصل فيه المفساد.

### \*حضارة إلى زوال

من مشاكل الغرب اليوم، وفي هذا العصر، تلك القوانين الغيبية والخبیثة التي يُقرّونها لكلا الجنسين. وهي تُسيرُ بهم نحو الهاوية ونحو الانحطاط. هم في معرض السقوط... وسواء شاءت المدينة الغربية أم لم تشأ، لم تعد قادرة على منع هذا السقوط، فالطريق زلق والمنحدر شديد. إنهم يسيرون نحو الهزيمة.

إن زوال الحضارات تدريجي كظهورها، وليس أمراً دفعياً وفورياً. وزوال هذه الحضارة قد بدأ، ولن يكون بعيداً عن

### من أهم وظائف المرأة، التدبير المنزلي ورعاية الأسرة وهو عمل عظيم ومهم وبنّاء للمستقبل



الأطفال جهاد عظيم.

ولعل إنجاب الأبناء من أهم أشكال الجهاد في حياة المرأة، وهو في الحقيقة امتياز أعطاه الله لها. فهي التي تتحمل مصاعبه وآلامه، وقد منحها الله تعالى وسائل ولوازم تربية الأطفال، وهو ما لا يملكه الرجل. أعطاهما الله الصبر والحمل، ومنحها العاطفة والإحساس، والقدرة الجسدية لذلك. في الواقع إنها موهبة للمرأة. فإذا لم نغفل عن هذا الأمر سنتقدّم إلى الأمّام.

اليوم، احترام المرأة وتكريمها مسألة ينبغي أن تكون محطّ اهتمام وعناية خاصة. على الرجال بشكل عام، سواء كانوا آباء، إخوة أو أزواجاً، أو غير ذلك، أن يتصرفوا مع المرأة بكلّ احترام ومحبة إلى جانب مراعاة النجاة والعفة. وهذا يحتمّ وضع الخطط والبرامج من أجل الحفاظ على كرامة المرأة، وواجبات المرأة، وأيضاً واجباتها تجاه المرأة.

وإذا استطعنا أن نفكّر بشكل صحيح، ونعمل بشكل صحيح، في قضية المرأة والعائلة والأمّ والزوجة، فيمكننا حينها أن نطمئن على مستقبل المجتمع ككل.

الامتيازات في بعض المسائل الشخصية والخاصة. وكذلك للرجل. وذلك طبقاً لما تقتضيه طبيعة كلّ منهما. هذا هو الإسلام.. إنه الأمتن والأكثر منطقاً وواقعية بين القوانين وكل الحدود الموجودة.

يجب السير في هذا الطريق، طريق الإسلام، إلى نهايته، ومن أهم أسس الإسلام، تشكيل العائلة، وحفظ حرمة العائلة وإفشاء الأئس والمودة بين أفرادها. وهذا ما تتولاه ربّة البيت. إن تربية الأمّ لأولادها ليس كالتربية على مقاعد الدراسة، بل هو في التصرف، والكلام، بالعاطفة والملاطفة، بغناء الأمّ لأولادها وهددة ما قبل النوم. الأمّ تربي في أولادها نمط حياة وأسلوب عيش فكّما كانت المرأة أصلح، وكّما كانت أعلّ وأذكي، كّما كانت تربيتها أفضل. لذلك ينبغي وضع خطط وبرامج، من أجل رفع مستوى الإيمان، ومستوى العلم والذكاء لدى النساء.

#### \*التدبير الأسري عمل مهم

من أهم وظائف المرأة، التدبير المنزلي. الجميع يعلم أنني أوّمن بعمل المرأة في المجالات الاجتماعية والسياسية. طبعاً، لا مشكلة في ذلك. ولكن ليس على حساب التدبير المنزلي، فهذا خطأ. التدبير المنزلي ورعاية الأسرة عملٌ عظيم ومهم، وهو عمل حسّاس، وبنّاء للمستقبل، فإنجاب

# أبغض عباد الله (1): عالم مغرور

آية الله الشيخ محمد تقي  
مصباح اليزدي



قال أمير المؤمنين عليه السلام :  
«وأخر قد تسمى عالماً  
وليس به، فاقتبس جهائل من جهال  
وأضاليل من ضلال، ونصب للناس أشراكاً  
من حبال غرور وقول زور، قد حمل الكتاب  
على آرائه وعطف الحق على أهوائه، يؤمن  
الناس من العظائم ويهون كبير الجرائم.  
يقول أقف عند الشبهات وفيها وقع،  
ويقول: أعتزل البدع وبينها اضطجع.  
فالصورة صورة إنسان والقلب قلب حيوان،  
لا يعرف باب الهدى فيتبعه ولا باب العمى  
فيصد عنه، وذلك ميت الأحياء»<sup>(1)</sup>.

تحدثنا في الحلقات السابقة حول الجزء  
الأول من خطبة الإمام أمير المؤمنين  
عليه السلام والتي ذكر فيها أبرز صفات عباد  
الله المخلصين. ومما لا شك فيه أن أحب  
العباد إلى الله يقابلهم أسوأ العباد وأدناهم  
حيث عرض الإمام عليه السلام في بعض خطبه،  
بالأخص الجزء الثاني من الخطبة التي  
نيحت فيها، صفات هؤلاء الأشخاص.

بتوضيحاتهم غير الصحيحة وتحليلاتهم الباطلة، وكل ذلك تحت مبررات واهية من أبرزها هداية الناس وإرشادهم، فهم بهذا النحو يقدمون صورة مشوهة عن الدين والمعارف القرآنية.

إذاً، مصداق هذا الكلام، الأشخاص الذين يعتبرون أنفسهم عارفين بالدين والمعارف القرآنية. ينبغي لهؤلاء الأشخاص التحقيق في أفكارهم وسلوكهم حتى لا يُصابوا بالغرور وطلب السلطة والمقام، وحتى لا يحملوا أفكارهم الباطلة على القرآن. وفي النهاية حتى لا يكونوا مصداق كلام الإمام عليه السلام. ينبغي لهؤلاء الأشخاص النظر إلى أنفسهم، هل تزيّنوا بالإخلاص والعبودية لله تعالى لئتمكّنوا من الكشف عن حقائق ومعارف الدين بدقة، والتزام واحتياط، ومن ثم ليقدموا تلك الحقائق والمعارف للناس أم أنهم طبّقوا معارف القرآن على ميولهم انطلاقاً من تأثرهم بالأهواء الشيطانية، فقبلوا ما كان في مصلحتهم ونفعهم ورفضوا أو أولوا كل ما خالف مصالحهم؟! العالم الحقيقي، من وجهة نظر أمير المؤمنين عليه السلام، هو شخص أضاء الله قلبه بنور الهداية، وهو يعيش حالة اضطراب دائم، خوفاً من الانحراف عن مسير الحق، وهو إنسان يعيش أفكاره وسلوكياته طبق المعايير القرآنية.

### \* المعرفة التاريخية بأحكام الله

«قد حمل الكتاب على آرائه وعطف الحق على أهوائه يؤمن الناس من العظماء ويهون كبير الجرائم».

### \* الجهال المسمون بالعلماء

«وأخر قد سمى عالماً وليس به فاقتبس جهائل من جهال وأضاليل من ضلال ونصب للناس أشراكاً من حياثل غرور وقول زور».

إنّ الجهال المسمّين بالعلماء، الذين لا حظّ لهم من العلم، يتلقّون من الناس الكلام الباطل والمضلل، يجمعون بعضه إلى بعض، ويقدمونه على أنّه نظريّة علميّة؛ والهدف من ذلك أن يظهرُوا بين الناس على أنّهم علماء أصحاب نظريّة؛ يسعى هؤلاء ليجدوا مكانة بين الناس من خلال التظاهر، ومزج الحق بالباطل الذي يؤدي إلى الضلال، فيتأثر الناس بهم، دون أن يدركوا أنّ هؤلاء الأشخاص يزرعون بذور الضلال والانحراف وتشويه العقائد. إن الكلام الباطل والخادع ذا الظاهر العلمي، هو شرك قد نُصّب للناس الذين لا معرفة لديهم بالحقائق والمعارف الصحيحة.

### \* أشراكم خادعة

من الواضح أن الإمام عليه السلام لا يقصد من هؤلاء العلماء، العارفين بالعلوم التجريبية، أمثال: الفيزياء والكيمياء وعلم الحياة، بل يقصد من ذلك الذين يقدمون أنفسهم على أنّهم عارفون بالدين، الذين يخدعون الناس

ترك أهوائه وميوله النفسانية؛ بسبب ما يتمتع به من ضعف في روحية العبودية، هذا من جهة. ومن جهة أخرى، عندما لا يتمكن أي دليل من إنكار الدين والقرآن بالكامل، هنا يتدخل الشيطان ليستفيد من الفرصة، وليوجّه ذهن الإنسان بإلقاءاته ويجعله يستخرج نتائج غير صحيحة من القرآن. وإذا كان الإنسان صاحب موقع اجتماعي أو ثقافي، يطمع الشيطان بشكل أكبر في انحرافه، لأنه يدرك أن انحرافه يؤدي إلى انحراف مجموعة أخرى. في هذا المجال، نشير إلى مجموعة من الروايات الناهية عن التفسير بالرأي، قال رسول الله ﷺ: «قال الله جلّ جلاله ما آمن بي من فسّر برأيه كلامي»<sup>(2)</sup>، ويقول في رواية أخرى: «من فسّر القرآن برأيه فليتوباً مقعده من النار»<sup>(3)</sup>. يمتلك الإنسان فكراً وذهناً قد لا يوافق القرآن. والإنسان بطبعه يرغب أن يكون القرآن موافقاً له، لا بل قد تترك الخلفية الذهنية والفكرية التي يمتلكها الإنسان، آثارها على فهم القرآن. وبما أن هذا الخطر يهدّد الإنسان، وبما أن المثقّفين ودعاة فهم الدين يقعون في شرك الشيطان الذي يعمل على انحرافهم، فمن المناسب أن يصغي لكلام الإمام أمير المؤمنين عليه السلام حيث يقول: «واتّهموا عليه آراءكم»<sup>(4)</sup>، أي اتهموا آراءكم عندما تكون في مقام فهم القرآن وتفسيره.

في مقابل الأشخاص الذي تزيّنوا بالإخلاص، وجعلوا كتاب الله إمامهم وقائدهم، نجد من يُطلق عليهم (العلماء المنحرفين)، وهم الذين أساءوا الاستفادة من هذا الكتاب السماوي والذين طبقوا الآيات على رغباتهم وميولهم من خلال تفسيرهم الآيات بأرائهم وتقديم نتائج باطلة لتعاليم القرآن.

### \*ليست أحكاماً تاريخية\*

اليوم، هناك من ينظر إلى أحكام الإسلام على أنها أحكام تاريخية، قد صدرت في زمان معيّن، وكانت ذات معنى في ذلك الزمان، أما اليوم، فلا معنى لها. فيما تعتقد بعض المجموعات الإلحادية والمنافقة أن أحكام الإسلام وجدت في مرحلة صدر الإسلام، فهم لا يهتمون بالرسمية العملية ومسألة التقليد وأمثال ذلك.

قد يظن أحدٌ انطلاقاً من هذه الرؤية، أن الأوصاف التي ذكرها أمير المؤمنين عليه السلام للمنافقين، تتعلق بذلك العصر حيث لا مصداق لها في عصرنا الحاضر. أما نحن فنعتقد أن القرآن الكريم ونهج البلاغة كتابان خالدان، وأنّ على المسلمين الصالحين العمل بهما في حياتهم وتنظيم أفكارهم وسلوكياتهم وأقوالهم على أساسهما. يجب أن لا ننسى أن الأرضية الروحية والنفسية للتفسير بالرأي، تنشأ عندما لا يتمكّن الإنسان من

### الهوامش

(3) عوالي اللآلي، الأحاساني، ج4، ص104.

(4) نهج البلاغة، م.س، الخطبة 175.

(1) نهج البلاغة، الخطبة 87.

(2) بحار الأنوار، المجلسي، ج2، ص297.

# أفضل الزهد إخفاؤه

الشيخ علي ذو علم

عن أمير المؤمنين عليه السلام : «أفضل الزهد إخفاء الزهد»<sup>(1)</sup>.  
لا شك في أن الزهد هو واحد من الخصائص الأساسية  
في الثقافة الإسلامية. وهو عند الإمام أمير المؤمنين عليه السلام  
صفة المتقين، وأفضل العبادات، وزينة الحكمة، وعضد الدين  
وثمرته، وهو أساس اليقين وصفة أفضل الناس.

## \*صفة أهل الإيمان

ولا نشك في أن الزهد هو إحدى صفات أهل الإيمان، وهو خاصة من خصائص المهتمين إلى طريق السعادة. إلا أن سوء فهم البعض لمسألة الزهد وعدم امتلاكهم فهماً عميقاً وحقيقياً له دفعهم لاعتباره مرادفاً لمفاهيم الكسل، عدم التنظيم في الحياة، والانزواء، واللامبالاة في خصوص المسائل الاقتصادية والسياسية للمجتمع وبالتالي التهرب من المسؤولية، ما أدى إلى خروج هذا المفهوم من حياة المجتمع. كما أدى إلى لجوء المتعلقين بالدنيا والغافلين عن المذهب الديني الصحيح إلى إيجاد مبررات تصحح سبب إقبالهم على الدنيا فاعتبروا أن التدين هو الزهد، والزهد مفهوم انحرافي فكانوا في غنى عن الدين.

## \*حقيقة الزهد

الزهد، في الحقيقة هو عدم التعلق

بالأمور الدنيوية، وعدم الانجرار وراء آمالها الخداعة والخيالية، حتى يتحقق الواقع الإلهي العميق. هذا الواقع الذي يؤدي إلى نجات الإنسان وسعادته الأبدية. فعندما يتمكن الإنسان من التخلص من التعلقات المادية القصيرة يصل إلى حقيقة النعمة الإلهية التي تعطيه الكمال والسعادة.

الزهد عند الإمام عليه السلام هو أن نوجه رغباتنا وآمالنا إلى ما هو عند الله تعالى وليس إلى ما هو عندنا. فننجذب إلى نعم الله ورضاه وليس إلى ظواهر النعم الطبيعية. وهكذا لا نتحرك في الاتجاه الذي يتحرك فيه الجهلة، بل نستفيد من النعم كما قدرها الله تعالى لنا على أساس أن النعم جميعها تعود إليه تعالى.

## \*جوهر الوجود والإنسانية

وجاء في مفهوم بعض الروايات التي تحدثت عن الزهد أن المقصود منه هو أن لا نسرّ ولا نفرح إذا أقبلت النعم إلينا، ولا نحزن أو نتحسر إذا فقدناها. يجب

# الزهد

أن لا نفرق في التفكير بالنعم التي تتسببنا العبادة والشكر وتجرنا إلى فعل الحرام. لا يفترض بالإنسان أن يقدم جوهر وجوده وإنسانيته فداءً للشهوات المادية، بل يجب العمل على تعزيز جانب الحكمة والمعرفة والولاية الإلهية في ذاتنا فنكون ممن يسرون في جانب الزهد الحقيقي.

الزهد هو أمر داخلي وصفة نفسانية تنشأ من خلال معرفة الإنسان الصحيحة والعميقة بالدنيا مما يؤثر على سلوكه. والزهدي ليس مجرد تظاهر صرف وسلوك صوفي، وليس هو مجرد حالة قلبية داخلية لا تترك أثراً على الفرد والمجتمع.

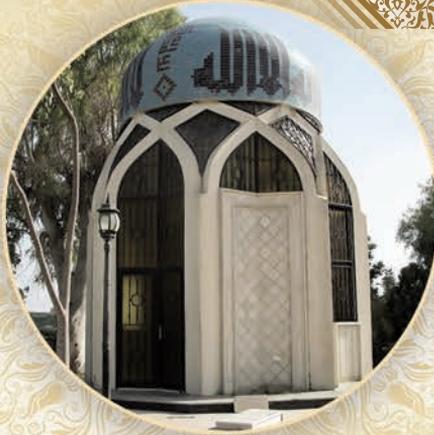
الزهد حالة تساعد في تغيير نظرة الإنسان إلى النعم والمشكلات التي تعترضه، ولا يقدم الحدود الإلهية والتعاليم الدينية والأخلاقية من أجل الحصول على الثروة والمنصب والمقام أو إرضاء الشهوات الدنيوية، بل مع الحفاظ على الجانب الإلهي يجب على الإنسان أن يسعى للحصول على النعم الإلهية من خلال التدبير والتصرف الصحيح. الزاهد هو الذي لا يترك النعم الإلهية إلا أنه يعتبر النعم الدنيوية مجرد أداة ووسيلة لأجل جلب رضا الله تعالى والحصول على سعادته وكماله، لذلك على المؤمن أن لا يجزع لفقد نعمة من النعم التي يواجهها في حياته.

## \*لو خالف الزهد التقوى!\*

من هنا نعلم السر الذي جعل الإمام يجعل أفضل الزهد إخفاءه. على اعتبار أن عدم التظاهر بالزهد وإخفاءه هو

من اللوازم الضرورية لعدم الإقبال على الدنيا. وكل من يتصرف عكس هذا الأمر فإنه يساهم في إخراج هذا المفهوم عن معناه الصحيح، لا بل يكون عمله مخالفاً للزهد ويساعد أصحاب الدنيا الذين لا يفقهون معنى الزهد سوى أنه التعارض مع النمو والتطور والحياة الاجتماعية.

يعتبر الإمام أمير المؤمنين عليه السلام، ومن أجل الابتعاد عن فهم البعض الخاطئ للزهد، أن أفضل مرتبة من مراتب الزهد إخفاؤه. طبعاً لا يقصد من هذا الكلام ترك الزهد حتى لا يظهر للناس، بل المقصود هو الابتعاد عن التظاهر بالزهد، على أساس أن هذا التظاهر يتعارض والروح الحقيقية للزهد، بل على الزاهد أن يتجلى الزهد في سلوكه وعمله. الزهد مقدمة ووسيلة للتقوى والفلاح والكمال، فلو خالف التقوى فلن يكون زهداً حقيقياً.



# محاسبة النفس

## الشيخ الكفعمي

العلامة الشيخ تقي الدين إبراهيم بن علي الكفعمي من أعلام القرن التاسع الهجري، وسُمِّي الكفعمي: نسبة إلى قرية من ناحية الشقيف في جبل عامل قرب جبشيت.

توفي في أواخر القرن التاسع، ودفن في قرية جبشيت من قرى جبل عامل. ويروي أن رجلاً كان يحرث، فعلقت فأسه بصخرة فانقلعت، فظهر من تحتها الكفعمي بكفنه غصاً طرياً، فرفع رأسه من القبر كالمدهوش والتفت يميناً وشمالاً، وقال: هل قامت القيامة؟ ورُوي أنه وُجد مكتوباً على تلك الصخرة: «هذا قبر الشيخ إبراهيم بن علي الكفعمي رحمه الله».

ولا غرابة أن يجعل الله هذه الكرامة للشيخ الكفعمي ليبين فضله للناس. له يد طولى في أنواع العلوم ولا سيما العربية والأدب وجمع الأخبار. وله العديد من المؤلفات منها: جنة الأمان الواقية وجنة الإيمان الباقية والمعروف بـ: «مصباح الكفعمي»، وله كتاب «محاسبة النفس اللوامة وتبئيه الروح النوامة». ومن هذا الكتاب نختار نصوصاً تخاطب النفس وتعظها بلسان رقيق.





## النهي عن تضييع العمر

### يا نفس!

إن اليوم واللييلة أربع وعشرون ساعة، فاشتغلي فيها بالطاعة، فقد ورد في الخبر، عن سيد البشر: أنه ينشر للعبد كل يوم أربع وعشرون خزانة، بعضها فارغة وبعضها ملآنة: فإذا فتحت له خزانة الحسنات، والمراضي والمثوبات، ناله من الفرح والسرور، ما لو وزع على أهل النار، لأدهشهم ذلك الفرح عن ألم السعار. وإن فتحت له خزانة العصيان، والغيبة والبهتان، غشاه من ننتها وظلامها، وأصابه من شرها وآلامها، ما لو قسم على أهل النعيم، لنغص عليهم التعميم. وإن فتحت الفارغة من الأعمال، الموصوفة بالتكاسل والإهمال، لحقه الحزن العظيم، على خلوها من الثواب الدائم المقيم.

### يا نفس!

فاملئي تلك الساعات من الحسنات، واشحنيها بما شق من العبادات والقربات، ولا تميلي إلى الكسل والاستراحة، فما ملأ الراحة من استوطاً الراحة. وهب كنت مسيئة قد عفي عن جريرتك، وستر على سريرتك، أليس قد فاتك ثواب المحسنين، ودرجات الأبرار في عيلين؟!

### يا نفس!

احزمي أمرك، فما لك بضاعة إلا عمرك، فلا تقنيه في مآربك، ولذاتك ومطالبك، لأنه إذا فني رأس المال حصلت الخسارة، ووقع اليأس عن التجارة.

إذا كنت أعلمُ علماً يقيناً بأن جميع حياتي كساعة فليَمَ لا أكون ضنيناً بها وأجعلها في صلاح وطاعة

### يا نفس!

وهذا يوم جديد، وهو عليك شهيد، فاعملي فيه لله بطاعته، وإياك إياك من إضاعته، فإن كل نفس من الأنفاس، وحاسة من الحواس، جوهرة عظيمة، ليس لها من قيمة.

أولى الذخائر في الحماية والرعاية والحراسة عمر الفتى فهو النهاية في الجلالة والنفاسة وحذار من تضييعه إن كنت من أهل الكياسة

يعيش الكثيرون من المؤمنين في ساحة الجهاد في سبيل الله تبارك وتعالى. وقد لا يعرف بعضهم كيف يتم تجهيز الشهيد، فللشهاد أحكام خاصة به، إذا توفرت شروط خاصة. فلا يجوز تغسيله وتحنيطه وتكفينه، بل يصلّى عليه ويُدفن بثيابه (كما سيأتي). وهناك أشخاص لا يجري عليهم حكم الشهيد، بل يثبت لهم أجر الشهيد وثوابه. وهذه المقالة لتحديد من هو الشهيد الذي يجري في حقّه حكم الشهيد وأجره، ومن لا يجري في حقّه الحكم، وإن كان له الأجر.

#### 1 - مَنْ لَهُ حُكْمُ الشَّهِيدِ:

أ - لا يجوز تغسيل الشهيد وتحنيطه وتكفينه إذا توفّر الشرطان الآتيان:  
الأول: أن يكون جهاده مع الإمام المعصوم عليه السلام، أو نائبه الخاص، أو نائبه العام (أي: الوليّ الفقيه). سواء أكان القتال مع العدو أم في مواجهة الفئة الباطلة الباغية، أم لحفظ بيضة الإسلام.

الثاني: خروج روحه في ساحة المعركة حين اشتعال الحرب، فلو خرجت روحه في نفس ساحة المعركة وأثناء الحرب فله حكم الشهيد، سواء أدركه المسلمون حيّاً أم لا، حتّى لو كان موته بسبب جراحه على الطريق إلى المشفى إذا كان لا يزال في أرض المعركة وساحة الحرب.

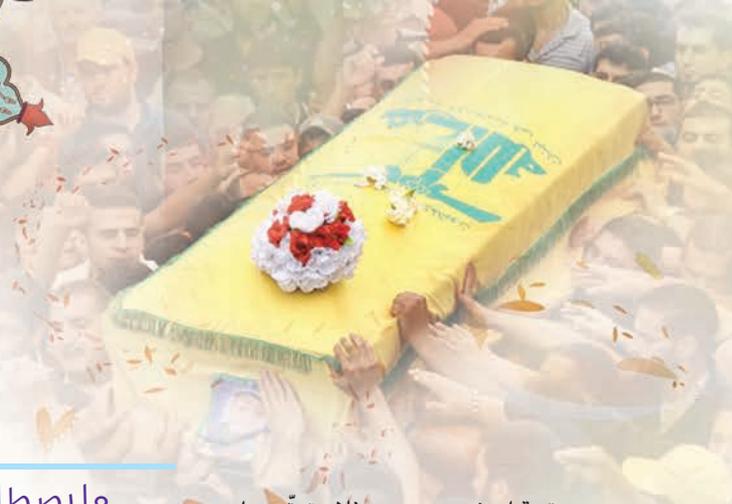
ب - لو أصيب أثناء الحرب، ولكن خرجت روحه خارج أرض المعركة، صورتان:  
الأولى: أن تخرج روحه قبل أن يدركه أحد من المسلمين حيّاً فله حكم الشهيد.

الثانية: أن يدركه أحد من المسلمين



# أحكام الشهيد

الشيخ علي حجازي



## ما يصطلح عليه (حكم الشهيد)، هو عدم جواز تفسيه وتكفينه وتحنيطه، إذا توافرت شروط محددة



الشهيد.

ز - إذا كان المجاهد في مكان مخصّص للاستراحة، فقتل نتيجة القصف ونحوه من العدو، فإن كان ذلك المكان جزءاً من أرض المعركة وساحة الحرب فله حكم الشهيد.

ح - المجاهد الذي يُصاب بجرح أثناء الممارك في أرض المعركة، ثم يُنقل إلى المشفى ونحوه، ومات أثناء الطريق أو في المشفى، فإن كانت الطريق أو المشفى داخلين في أرض المعركة وساحة الحرب فله حكم الشهيد. وإلا فليس له حكم الشهيد، ولكن له أجر الشهيد إن شاء الله تعالى.

### 2 - تجهيز الشهيد:

أ - من له حكم الشهيد لا يجوز تفسيه وتحنيطه وتكفينه، بل يجب الصلاة

وبه رمق قبل خروج روحه، فلا يترتب عليه حكم الشهيد، نعم له أجر وثواب الشهيد.

ج - المجاهد الذي يعمل على أجهزة الاتصالات، أو في الإعلام الحربي إذا قتل في أرض المعركة حين اشتعال الحرب فله حكم الشهيد.

د - العامل في مجال التبليغ إذا صدق على عمله أنه جزء من القتال، وأنه جزء من القوى العاملة في الجبهة فله حكم الشهيد إذا قتل هناك.

هـ - الأشخاص الذين يوجدون في ساحة الحرب وأرض المعركة من أجل إيصال المساعدات والمؤن، أو من أجل تصليح خطوط الاتصالات، أو يقومون بالإنشاءات، وما شابه ذلك من أعمال تدخل في نطاق القوى العاملة في الجبهة، فهؤلاء إذا قُتلوا هناك لهم حكم الشهيد.

و - المجاهدون الذين يعملون بعيدين عن الخطوط الأمامية للجبهة، إذا قُتلوا نتيجة القصف ونحوه من العدو، فإن كان عملهم في تلك الأماكن يعدّ جزءاً من القوى العاملة في المعركة - كمن يعمل على المدفعية أو المضادات الجوية ونحو ذلك - فلهم حكم



انتهاء المعارك والحرب، أو أصيب أثناء المعارك والاشتباكات في أرض المعركة، ولكنه قتل خارج ساحة الحرب وأرض المعركة، ولم يكن عمله هناك جزءاً من القوى العاملة في المعركة، فلا يترتب عليه حكم الشهيد، بل له أجر الشهيد وثوابه إن شاء الله تعالى.

ب- إذا قُتل الشخص خطأً في ساحة الحرب وأرض المعركة، فلا يجري عليه حكم الشهيد؛ فيجب تغسيله وتحنيطه وتكفينه والصلاة عليه، كما يجب الغسل (غُسل مسّ الميت) بمسّه، لو تمّ مسّه بعد برده وقبل تغسيله.

ج - المجاهد الذي يُقتل خارج المعركة وساحة الحرب أو في ساحة الحرب وأرض المعركة نتيجة حادث سير أو وقع من الجبل أو غرق في الماء ونحو ذلك، فهذا لا يلحقه حكم الشهيد، فيجب تغسيله وتحنيطه وتكفينه والصلاة عليه ودفنه، نعم له أجر الشهيد إن شاء الله تعالى.

عليه، ودفنه في ثيابه التي استشهد فيها. فلا يجوز نزع ثيابه عنه، نعم يجوز نزع ما لا يصدق عليه عنوان الثياب، كالحذاء والحزام والعمامة وغطاء الرأس الواقية.

ب - إذا كان الشهيد عارياً فيجب تكفينه، ولكن لا يجوز تغسيله ولا تحنيطه.

ج - من يجري حكم الشهيد عليه لا يفرّق فيه بين أن يدفن في أرض المعركة أو في مكان آخر.

### 3 - مسّ الشهيد :

الشهيد كالمغسّل فبدنه طاهر، فلا يجب الغسل بمسّ بدنه ولا يوجب تتجيس الملاقاة له مع الرطوبة.

### 4 - من ليس له حكم الشهيد :

أ - إذا قتل الشخص خارج أرض المعركة وساحة الحرب، نظير من يقتل اغتيالاً من قبل العدو أو عملائه، أو قتل نتيجة انفجار لغم زرعه العدو خارج أرض المعركة وساحة الحرب، أو كان اللغم مزروعاً في أرض المعركة ولكنه انفجر فيه بعد



# بِعِزِّ اللَّهِ



## ليلوكم أيكم أحسن عملاً

- رحمة في بلاء
- بلاء الأمم
- البلاء بداية الكرامات
- بشر الصابرين

# رحمة في بلاء

الشيخ خضر ديب



عندما يتعرض الإنسان للبلاء، كثيراً ما يسأل: لم تعرض له؟ لم يتم اختباره؟ وهل هناك شيء خفي عنه حتى يظهر له بهذا الامتحان؟ أم أن السبب متعلق بالإنسان نفسه؟ مجموعة أسئلة ستحاول، إن شاء الله، الإجابة عنها في هذه المقالة المختصرة<sup>(1)</sup>.

## \*أشد الناس بلاء\*

وَمَنْ سَخَّفَ دِينَهُ وَضَعَفَ عَقْلَهُ، قَلَّ بِلَاؤُهُ،  
وَأَنَّ الْبَلَاءَ أَسْرَعُ إِلَى الْمُؤْمِنِ النَّتَقِيِّ مِنَ  
الْمَطَرِ إِلَى قَرَارِ الْأَرْضِ<sup>(2)</sup>.

ويستفاد من قوله عَلَيْهِ السَّلَامُ: «وذلك أن الله عز وجل لم يجعل الدنيا ثواباً لمؤمن ولا عقوبة لكافر» أنه لو جعلها كذلك لما منع المؤمن من الدنيا ولما اختبره بالبلاء، ولما سقى الكافر فيها شربة من الماء وإنما جعل الآخرة كذلك، وليس

عَنْ عَلِيٍّ بْنِ إِبْرَاهِيمَ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ  
ابْنِ مَحْبُوبٍ، عَنْ سَمَاعَةَ، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ  
عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ: إِنَّ فِي كِتَابِ عَلِيٍّ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «إِنَّ  
أَشَدَّ النَّاسِ بِلَاءً النَّبِيُّونَ ثُمَّ الْوَصِيُّونَ ثُمَّ  
الْأُمَّتُلُ فَالْأُمَّتُلُ، وَإِنَّمَا يَبْتَلَى الْمُؤْمِنَ عَلَى  
قَدْرِ أَعْمَالِهِ الْحَسَنَةِ، فَمَنْ صَحَّ دِينُهُ وَحَسُنَ  
عَمَلُهُ، اشْتَدَّ بِلَاؤُهُ؛ وَذَلِكَ أَنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَمْ  
يَجْعَلِ الدُّنْيَا ثَوَاباً لِمُؤْمِنٍ وَلَا عِقَاباً لِكَافِرٍ،

للمؤمن الفقير الممتحن بالبلاء أن يفتّم  
لأنّه مشارك للأنبياء والأولياء، ولا للغني  
أن يفتّر ويفتخر لأنّه مشارك للكفرة  
والجهلاء<sup>(3)</sup>.

والمقصود بالناس عموم البشر،  
والبلاء هو الاختبار والامتحان، إن كان في  
الحسن أو في القبيح، في الخير أو الشر.  
يقول الحقّ تعالى: ﴿وَلِيَّبِلِي الْمُؤْمِنِينَ  
مِنْهُ بَلَاءٌ حَسَنًا إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾  
(الأنفال: 17).

ويمكن لنا أن نستنتج من الرواية أنّ  
فلسفة البلاء على المؤمن هي بلحاظ أنّ  
محلّ الثواب للمؤمن، في الآخرة، فما يزيد  
هذا الثواب يكون حسناً ومطلوباً، وهذا  
تماماً ما يفعله البلاء في الدنيا، فكلمّا  
عظم البلاء، عظم الأجر في الآخرة، ومن  
هنا نفهم لماذا جعل البلاء منزلة ودرجة  
وسلماً للكمال، ونفهم أيضاً لماذا كان  
الأنبياء والأوصياء على رأس هذه المنزلة  
والدرجة.

### ✽ فلسفة البلاء

إنّ المصائب والمشاكل التي تحيط  
بالإنسان في هذا الوجود نوعان:

- 1 - نتيجة عمل الإنسان: على أساس  
قانون العليّة. وهي تأديب للظلام،  
وهذه الحقيقة تحدّدها الآية الكريمة:

## جعل البلاء منزلة ودرجة وسلماً للكمال

﴿وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا  
كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْزُوْ عَنْ كَثِيرٍ﴾  
(الشورى: 30). إذ نلاحظ أنّ كثيراً  
من المصاعب والابتلاءات ناتج عن  
سوء استخدام الإنسان لحريّة الأفعال  
التي وهبها له الله سبحانه وتعالى،  
وما نراه في زماننا من مشاكل  
صحيّة وبيئية ناتج عن سوء استخدام  
الإنسان<sup>(4)</sup>.

وفيما خصّ الأقوام الذين كذبوا  
وحاربوا رسلهم، قال تعالى: ﴿فَكُلًّا أَخَذْنَا  
بِذُنْبِهِ فَمِنْهُمْ مَنْ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِ حَاصِبًا  
وَمِنْهُمْ مَنْ أَخَذَتْهُ الصَّيْحَةُ وَمِنْهُمْ مَنْ  
خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَنْ أَغْرَقْنَا وَمَا  
كَانَ اللَّهُ لِيُظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ  
يُظْلِمُونَ﴾ (العنكبوت: 40). فالحاصب:  
الإعصار، كان عقاب قوم «عاد»، والصيحة  
عقاب «ثمود»، والخسف كان عقاب قارون  
المغرور، أما الغرق فهو إشارة إلى فرعون  
وهامان وجنودهما.

2 - سرّ تكامل الإنسان: وهذه فلسفة

وجوده. فالإنسان ذو بعدين: جسد  
وروح. فما المؤدّي إلى تكامل كلّ  
منهما؟

أ - الجسد: ليس الرخاء هو الذي يجعل  
الجسم قوياً ومتكاملاً، بل الشدائد  
والمصاعب تخلق التكامل؛ وفي ذلك  
يتحدّث أمير المؤمنين عليه السلام: «الأوان  
الشجرة البريّة أصلب عوداً، والروائع  
الخضراء أرقّ جلوداً، والنباتات  
العديّة [البريّة] أقوى وقوداً، وأبطأ  
خموداً»<sup>(5)</sup> فالشجرة التي تثبت في البرّ

## \*البعد التربوي للبلاء والاختبار\*

إنّ مفهوم الاختبار الإلهي يختلف عن الاختبار البشري. اختباراتنا البشرية تستهدف رفع الإبهام والجهل، والاختبار الإلهي قصده «التربية».

تحدّث القرآن في أكثر من عشرين موضعاً عن الاختبار الإلهي، باعتباره سنّة كونيّة لتفجير الطاقات الكامنة، ونقلها من القوّة إلى الفعل، وبالتالي، فالاختبار الإلهي هو من أجل تربية العباد؛ فكما أنّ الفولاذ يتخلّص من شوائبه عند صهره في الفرن، كذلك الإنسان يخلص وينقى في خضمّ الحوادث، ويصبح أكثر قدرة على مواجهة الصعاب والتحدّيات. ومن أجل تصعيد معنويّات القوّات المسلّحة، يؤخّذ الجنود إلى مناورات وحرب اصطناعيّة، يعانون فيها من مشاكل العطش والجوع والحرق والبرد والظروف الصعبة والحواجز المنيعّة. يقول سبحانه في كتابه العزيز: ﴿وَلِيُبَيِّنَ لَكُمْ مَا فِي صُدُورِكُمْ وَلِيُمَحِّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ﴾ (آل عمران: 154).

ويقول أمير المؤمنين عليّ عليه السلام في بيان سبب الاختبارات الإلهيّة: «... وإن كان سبحانه أعلم بهم من أنفسهم، ولكن لتظهر الأفعال التي بها يستحقّ الثواب والعقاب» (7). أي إنّ الصفات الكامنة لا يمكن أن تكون وحدها معياراً للثواب والعقاب، فلا بدّ أن تظهر من خلال أعمال الإنسان. ولولم يكن الاختبار الإلهي لما تفجّرت هذه القابليّات، ولما أثمرت الكفاءات؛ وهذه هي فلسفة الاختبار الإلهي في

الذي لا ماء فيه، هي أصلب عوداً من الشجرة التي تنبت في الأرض النديّة. ثمّ قال: (والنابتات العديّة) أيّ الزرع لا يسقيه إلاّ الماء المطر، وهو يكون أقلّ أخذاً من الماء من النبت سقياً. فتكون أقوى وقوداً، ممّا يشرب الماء السائح أو الماء الناضح. فلا بدّ أن يرى الإنسان في دنياه الشدائد حتى يتعلّم طريق الخلاص منها، ولا بدّ له أن يواجه الصعوبات؛ حتى ينضج ويتكامل.

ب - الروح: الروح كما الجسد تقوى بالشدائد؛ وفي هذا قال الرسول ﷺ: «إنّ الله ليغذي عبده المؤمن بالبلاء كما تغذي الوالدة ولدها باللبن» (6). وعلى هذا تكون الابتلاءات سرّاً تكامل الإنسان.



## إن التكامل الأخلاقي رهن المحن والمصائب، كما أن التفتح العقلي رهن البلياء والنوازل



منطق الإسلام<sup>(8)</sup>.

إذاً، المصائب على قسمين: فردية ونوعية، ولأعمال الإنسان دور في وقوع المصائب والبلياء، وهي جميعاً موافقة للحكمة وغاية الخلقة، وإنَّ الغرض من خلقة الإنسان وصوله إلى الكمالات المعنوية الخالدة، وتلك المصائب جرس الإنذار للغافلين وكفارة لذنوب المذنبين وأسباب الارتقاء والتعالى للصالحين. هذا في جانب الغرض الأخروي، وأمّا من ناحية الحياة الدنيوية، فيجب إلفات النظر إلى أمرين:

أ - ملاحظة منافع نوع البشر المتوطنين في نواحي العالم، بلا قصر النظر إلى منافع الفرد أو طائفة من الناس.  
ب - ملاحظة ما يتوصّل إليه الإنسان عند مواجهته للمشاكل والشدائد من الاختراعات والاكتشافات الجديدة المؤدّية إلى صلاح الإنسان في حياته المادّية<sup>(9)</sup>.

من هنا نلاحظ أنّ الكثير من الأمور التي نعدّها شرّاً على المستوى الفردي، أو بحسب النظرة السطحية، هي ليست كذلك بالنسبة إلى المجتمع، ويقرّب هذه الفكرة الآية الكريمة: ﴿كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾ (البقرة: 216).

### \* تمييز المؤمن من المنافق

قال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ﴾ (محمد: 31).

إن التكامل الأخلاقي رهن المحن والمصائب، كما أنّ التفتح العقلي رهن البلياء والنوازل. والإنسان الواعي يتّخذها وسيلة للتخلّي عن الفرور، كما يتّخذها سلماً للرقى إلى مدارج الكمال العلمي، وإذ لا يستفيد منها شيئاً يعدها مصيبة وكارثة في الحياة<sup>(10)</sup>.

وعليه، فالهدف من الفتن والبلاءات في الحياة:

- أ - تمييز المؤمنين حقاً عن المدّعين.
- ب - تخليص إيمان الناس من شائبة الشرك والنفاق والكذب.
- ج - تمييز المجاهدين والصابرين على الضراء والبأساء عن غيرهم.

### الهوامش

- (1) لمزيد من الفائدة مطالعة كتاب «العدل الإلهي، مسألة الشروع» تأليف الشهيد مطهري رَحِمَهُ اللهُ، إعداد وتلخيص الشيخ خضر ديب، والنسخة موجودة على الإنترنت.
- (2) الوافي، الكاشاني، ج5، ص764.
- (3) شرح أصول الكافي، المازندراني، ج9، ص219-220.
- (4) نلاحظ مثلاً أنّ الكثير من التشوّهات عند الأطفال ناتج عن تناول الأمّهات بعض الأدوية التي كانت سبباً في هذا التشوّه.

- (5) نهج البلاغة، من كلام له 45.
- (6) بحار الأنوار، المجلسي، ج78، ص195.
- (7) نهج البلاغة، الكلمات القصار، رقم 93.
- (8) الأمل في تفسير كتاب الله المنزل، الشيخ ناصر مكارم الشيرازي، ج1، ص442-443.
- (9) محاضرات في الإلهيات، الشيخ جعفر السبحاني، ص181-182.
- (10) الإلهيات، الشيخ جعفر السبحاني، ص284.



# بلاء الأُمم

الشيخ علي سليم

إن البلاء سنة إلهية جارية في بني آدم منذ بداية الخلق وستبقى إلى يوم القيامة ﴿سُنَّةَ اللَّهِ فِي الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلُ وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّةِ اللَّهِ تَبْدِيلًا﴾ (الأحزاب: 62)، ولكنه تارة يكون خاصاً يصيب الإنسان كفرد، وأخرى يكون عاماً يصيب المجتمع أو الأمة.

## \*بلاء الأمة أشد\*

إن نوع الإنسان كسائر الأنواع الموجودة في هذه النشأة الطبيعية، لا يخلو في أفرادها من حوادث جزئية يختل بها نظام الفرد في حياته الشخصية من: موت، ومرض، وخوف، وجوع، وغمّ وحرمان. فالدار دار التزاحم، والنشأة نشأة التبدل والتحول، ﴿فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأَوَّلِينَ فَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا﴾ (فاطر: 43). والبلاء الفردي وإن كان شاقاً على الشخص المبتلى، مكروهاً، لكن ليس مهولاً مهيباً تلك المهابة التي تتراءى بها البلى والمحن العامة. فإن الفرد يستمد قوة

تعقله، وعزمه وثبات نفسه من قوى سائر الأفراد. وأما البلى العامة الشاملة فإنها تسلب الشعور العام وجملة الرأي والحزم والتدبير من الهيئة المجتمعة، ويختل بها نظام الحياة منهم، فيتضاعف الخوف وتتراكم الوحشة، ويضطرب عندها العقل والشعور وتبطل العزيمة والثبات. فالبلاء العام، والمحنة الشاملة أشق وأمر<sup>(1)</sup>. ولذا بشر الله الصابرين على هكذا بلاء كما في قوله تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة: 155) وهو ما سنبينه في الختام بإذن الله.

## البلاء الفردي وإن كان شاقاً لكنه ليس مهولاً، ولا مهيباً تلك المهابة التي تتراءى بها البلايا العامة

الفقر. وقيل: هو ما يتعلق بمضارّ الدين من حرب وخروج من الأهل والمال وإخراج فمدحوا بذلك إذ توقعوا الفرج بالصبر ﴿وَزُلْزِلُوا﴾ أي: حركوا بأنواع البلايا ﴿حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ﴾ وقيل: إن معناه الدعاء لله بالنصر، ولا يجوز أن يكون على جهة الاستبطاء لنصر الله، لأن الرسول يعلم أن الله لا يؤخره عن الوقت الذي توجبه الحكمة. ثم أخبر الله سبحانه أنه ناصر أوليائه لا محالة فقال: ﴿أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾ .. وقيل:

## \* الاعتبار بالأمم السالفة

وهذه السنّة الإلهيّة - أي البلاء العام - جرت في الأمم السالفة كما يستفاد من قوله تعالى: ﴿أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾ (البقرة: 214).

وفيهما ذكر سبحانه ما جرى على المؤمنين من الأمم الخالية، تسلياً لنبيّه ولأصحابه فيما نالهم من المشركين وأمثالهم. لأن سماع أخبار الخيار الصالحين، يربّب في مثل أحوالهم، فقال: ﴿أَمْ حَسِبْتُمْ﴾ معناه: أظننتم أيها المؤمنون ﴿أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ﴾ أي: ولما تمّحنوا وتبتلوا بمثل ما امّحنوا به، فتصبروا كما صبروا. وهذه استدعاء للصبر وبعده الوعد بالنصر. ثم ذكر سبحانه ما أصاب أولئك فقال: ﴿مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَاءُ﴾ والمسّ واللّمس واحد. وقيل البأساء: القتل، والضراء:



ولكنهم لم يعتبروا ولم يزدجروا. وتفصيل القصة لا تتسع له هذه المقالة وهو مذكور في كتب التفسير كتفسير نور الثقلين<sup>(3)</sup>.

ومن الأمثلة البليغة التي ضربها القرآن الكريم في المقام قوله تعالى: ﴿وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ﴾ (النحل: 12).

إذ ذكرت الآيات ثلاث خصائص لهذه المنطقة العامرة المباركة:

أ - الخاصية الأولى: الأمن.  
ب - الخاصية الثانية: الاطمئنان في إدامة الحياة.

ج - الخاصية الثالثة: جلب الأرزاق والمواد الغذائية الكثيرة إليها.

وترتبط هذه الخواص فيما بينها ترابطاً عالياً وحسب تسلسلها، فكل خاصية ترتبط بما قبلها ارتباطاً علّة ومعلول، فلو فقد الأمن لما اطمأن الإنسان إلى إدامة حياته في مكانه المعين، وإذا فقد الاثنان فلا رغبة حقيقية لأحد على الإنتاج وتحسين الوضع الاقتصادي هناك. فالآية تقدّم درساً عملياً لمن يرغب في بلاد عامرة وحرّة ومستقلة.

فقبل كل شيء لا بدّ من توفير حالة الأمن، ومن ثمّ بعث الاطمئنان في قلوب

إنه ذكر كلام الرسول والمؤمنين جملة وتفصيلاً. وقال المؤمنون: متى نصر الله. وقال الرسول: ﴿أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾<sup>(2)</sup>.

### \* ابتلاءات شتى

ولو أردنا ذكر نموذج من الأمم التي ابتليت بابتلاءات شتى لوجدنا أمة موسى عليه السلام أي بني إسرائيل في مواجهة فرعون وأهل مصر الذين قال عنهم تعالى: ﴿وَقَالُوا مَهْمَا تَأْتِنَا بِهِ مِنْ آيَةٍ لِنَسْحَرَنَّ بِهَا فَمَا نَحْنُ لَكَ بِمُؤْمِنِينَ \* فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمُ الطُّوفَانَ وَالْجَرَادَ وَالْقُمَّلَ وَالضَّفَادِعَ وَالِدَّمَ آيَاتٍ مُفْصَلَاتٍ فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا قَوْمًا مُجْرِمِينَ﴾ (الأعراف: 132 - 133).

حيث عدّت الآية خمسة أنواع من البلاء الذي تعرّض له قوم فرعون

## إن الله يبتلي عباده عند الأعمال السيئة بنقص الثمرات وحبس البركات وإغلاق خزائن الخيرات، ليتذكروا ويتوبوا

عَلَيْهِ السَّلَامُ: مكتوب في التوراة: اشكر من أنعم عليك وأنعم على من شكرك، فإنه لا زوال للنعماء إذا شكرت ولا بقاء لها إذا كفرت، والشكر زيادة في النعم وأمان من الغير<sup>(6)</sup>.

وتقوى الله لقوله تعالى: ﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾ (الأعراف: 96).

وإقامة الصلاة (قربان كل تقى) لقوله تعالى: ﴿الَّذِينَ إِن مَّكَّنَاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ وَأَمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ﴾ (الحج: 41).

وإيتاء الزكاة وإخراج الخمس فمن

الناس بخصوص مستقبل وجودهم في تلك المنطقة، ومن بعد ذلك يأتي دور تحريك عجلة الاقتصاد. فهذه النعم المادية الثلاثة تصل المجتمعات إلى درجة تكامل حياتها المادية فقط. ووصولاً للحياة المتكاملة من كافة الجوانب (مادياً ومعنوياً) تحتاج المجتمعات إلى نعمة الإيمان والتوحيد، ولهذا فقد جاء بعد ذكر هذه النعم: ولقد جاءهم رسول منهم<sup>(4)</sup>.

ويُتَّضح لنا من خلال الأطلاع على قصة هذه القرية أنّ ابتلاء أهلها بالجوع والخوف إنّما كان بسبب كفرانها بنعم الله تعالى<sup>(5)</sup>. وبهذا المعنى ورد عن أمير المؤمنين عَلَيْهِ السَّلَامُ في نهج البلاغة: إن الله يبتلي عباده عند الأعمال السيئة بنقص الثمرات وحبس البركات وإغلاق خزائن الخيرات، ليتوب تائب ويقلع مقلع، ويتذكر متذكر، ويزدجر مزدجر.

### \*كيف نواجه البلاء؟\*

توجد طريقتان في مواجهة البلاء: الأولى وقائية، والثانية علاجية.

الطريقة الأولى: أي دفع البلاء بشكر النعم. فعن الإمام الصادق



بعضهم على بعض، ولم يكن لهم ناصر في الأرض ولا في السماء»<sup>(8)</sup>.

والصدقة والدعاء، فعن رسول الله ﷺ: «الصدقة تدفع البلاء، وهي أنجح دواء، وتدفع القضاء وقد أبرم إبراماً، ولا يذهب بالأدواء إلا الدعاء والصدقة»<sup>(9)</sup>.

والاستغفار وترك الذنوب، فعن الإمام الصادق عليه السلام: «إذا أراد الله عز وجل بعبد خيراً فأذنب ذنباً تبعه بنقمة ويذكره الاستغفار»<sup>(10)</sup>.

الطريقة الثانية: دفع البلاء بالصبر: رفع آثار البلاء بالصبر واحتساب الأجر والرجوع إلى الله عز وجل.

يقول تعالى: ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ \* أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ﴾ (البقرة: 155 - 157)، أعاد

ذكر الصابرين:

أولاً: ليشكرهم.

ثانياً: يبين كيفية الصبر بتعليم ما هو الصبر الجميل.

ثالثاً: يظهر به حق الأمر الذي يقضي بوجود الصبر وهو ملكة تعالى للإنسان.

رابعاً: يبين جزاء العام، وهو الصلاة

رسول الله ﷺ: «من حبس عن أخيه المسلم شيئاً من حق حرم الله عليه بركة الرزق إلا أن يتوب». وعن الإمام الصادق عليه السلام: «إنما وضعت الزكاة اختباراً للأغنياء ومعونة للفقراء، ولو أن الناس أدوا زكاة أموالهم ما بقي مسلم فقيراً محتاجاً، ولا استغنى بما فرض الله عز وجل له، وإن الناس ما افتقروا، ولا احتاجوا، ولا جاعوا، ولا عروا إلا بذنوب الأغنياء»<sup>(7)</sup>.

والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، فعن رسول الله ﷺ: «لا يزال الناس بخير ما أمروا بالمعروف ونهوا عن المنكر وتعاونوا على البر، فإذا لم يفعلوا ذلك نزع منهم البركات، وسلط

## إِنَّ الالْتفات إلى أَنْ نُكبات الحياة ومشاكلها مهما كانت قاسية فهي مؤقتة وعابرة، يجعل كل الصعاب عَرَضاً عابراً وسحابة صيف

والاعتماد على ذاته المقدسة في كل شيء وفي كل زمان. وأولياء الله ينطلقون من هذا التعليم القرآني، فيسترجعون لدى المصائب كي لا تهزمهم الشدائد، وكي يجتازوا مرحلة الاختبار بسلام في ظل الإيمان بمالكية الله والرجوع إليه. قال أمير المؤمنين علي عليه السلام في تفسير الاسترجاع: «إن قولنا: إنا لله إقرار على أنفسنا بالملك، وقولنا: إنا إليه راجعون إقرار على أنفسنا بالهلك»<sup>(12)</sup>.

الخلاصة: الأمة المتسلحة بالإيمان ورأسه الصبر والمتلبسة بلباس التقوى والأعمال الصالحة والمتزينة بالأخلاق الفاضلة أي الأمة الصابرة المحتسبة المسترجعة هي أمة قادرة على مواجهة مختلف ألوان البلايا والرزايا، مهما عظمت. هي أمة ظافرة قاهرة منتصرة.

والرحمة والاهتداء.

فأمر تعالى نبيه أولاً بتبشيرهم، ولم يذكر متعلق البشارة لتفخيم أمره فإنها من الله سبحانه فلا تكون إلا خيراً وجميلاً، وقد ضمنها رب العزة، ثم بين أن الصابرين هم الذين يقولون: كذا وكذا عند إصابة المصيبة وهي الواقعة التي تصيب الإنسان، ولا يستعمل لفظ المصيبة إلا في النازلة المكروهة، ومن المعلوم أن ليس المراد بالقول مجرد التلفظ بالجملة من غير حضور معناها بالبال، ولا مجرد الإخطار من غير تحقق بحقيقة معناها، وهي أن الإنسان مملوك لله بحقيقة الملك، وأن مرجعه إلى الله سبحانه وبه يتحقق أحسن الصبر الذي يقطع منابت الجزع والأسف، ويغسل ريئ الغفلة<sup>(11)</sup>.

### \* أهمية الاسترجاع

فالالْتفات إلى أَنْ نُكبات الحياة ومشاكلها مهما كانت شديدة وقاسية فهي مؤقتة وعابرة. وهذا الإدراك يجعل كل المشاكل والصعاب عَرَضاً عابراً وسحابة صيف، وهذا المعنى تضمنته عبارة: «إنا لله وإنا إليه راجعون». «كلمة الاسترجاع» هذه خلاصة كل دروس التوحيد، والانقطاع إلى الله،

### الهوامش

- (1) تفسير الميزان، السيد الطباطبائي، ج1، ص343 - 344.
- (2) تفسير مجمع البيان، الشيخ الطبرسي، ج2، ص68 - 69.
- (3) تفسير نور الثقلين، الشيخ الحويزي، ج2، ص58 - 60.
- (4) الأمل في تفسير كتاب الله المنزل، الشيخ ناصر مكارم الشيرازي، ج8، ص349 - 353.
- (5) تفسير نور الثقلين، م، ص3، ج3، ص90 - 91.
- (6) ميزان الحكمة، محمد الريشهري، ج2، ص1487.
- (7) م، ن، ص- 1074 1147.
- (8) م، ن، ج3، ص1945.
- (9) م، ن، ج2، ص1595.
- (10) م، ن، ج1، ص305 - 306.
- (11) تفسير الميزان، م، س، ص352 - 354.
- (12) نهج البلاغة، الكلمات القصار، رقم99.

# البلاء

## بداية الكرامات

الشيخ يوسف سرور

البلاء والابتلاء هو الاختبار والامتحان. ويكون الاختبار من الإنسان للإنسان في سبيل استبيان واستكشاف ما يُجهل عنه وما يخفى عليه؛ وذلك لغاية في النفس. ولكن هذا الأمر لا يمكن تصوّره بحقّ الله سبحانه وتعالى الذي يبئلي الإنسان، والله هو الذي يعلم ما تخفيه كل نفس ويعلم ما في الصدور، ولكنّ ابتلاءه للإنسان من أجل غايات وأهداف فيها نفع الإنسان وفائدته. وكما يُعربل القمح ليُعرف الصحيح منه من الزوآن، وكما يُبئلي المعدن بالنار والصل، وفي ذلك تمييز للبشر من التراب؛ فكذلك يُختبر الإنسان، ويُبئلي في سبيل استظهار حقائق النفوس واستشفاف معادنها؛ حتى يُماط اللثام عن الوجوه وتُزاح الأفتنة عن الحقائق فتُظهر الحقائق وتبطل الدعاوى!

## \* ما حقيقة البلاء؟! \*

من الواضح أنّ الابتلاء أو البلاء سمة عامة، يجب أن تشمل كلّ الناس، لا سيّما أولئك الذين يرجون رحمة الله ورضاه؛ فقد ورد عن الإمام الصادق عن آبائه عليهم السلام: «أَنْ عَلِيّاً عليه السلام كَانَ يَقُولُ: مَا مِنْ أَحَدٍ، وَإِنْ عَظُمَتْ بِلَوَاهِ، أَحَقَّ بِالِدَعَاءِ مِنَ الْمَعَاظِي الَّذِي لَا يُؤْمَنُ بِالْبَلَاءِ»<sup>(1)</sup>. وأنّ أتباع الحقّ هم أشدّ عرضةً للبلاء، وذلك حتى يميز الله الصادق من الكاذب، والثابت القدم من المتذبذب، فقد صرّح الله تعالى بذلك: ﴿أَحْسَبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ﴾ (العنكبوت: 2).

## \* مَنْ هُوَ الْمَعْرُضُ لِلْإِبْتِلَاءِ؟! \*

كلّما أكثر المؤمن إيغالاً في طريق الحقّ، وأمضى عزيمةً في طيّ المنازل واجتياز الآفاق، كلّما كان أكثر ابتلاءً، وكان نوع البلاء عليه أعظم، فعن الإمام أبي جعفر الباقر عليه السلام: «إِنَّمَا يَبْتَلَى الْمُؤْمِنَ فِي الدُّنْيَا عَلَى قَدَرِ دِينِهِ - أَوْ قَالَ - عَلَى حَسَبِ دِينِهِ»<sup>(2)</sup>.

وفي المقابل، فإنّ عظيم الجزاء المأمول من البلاء والصبر عليه، يدفع بالمحبيب أن يتعاهد بحبيبه به، وذلك في سبيل دفعه نحو مقامات القرب منه

كَلَّمَا أَكْثَرَ الْمُؤْمِنُ إِيغَالاً فِي طَرِيقِ الْحَقِّ، كَلَّمَا كَانَ أَكْثَرَ إِبْتِلَاءً

تعالى، فعن الإمام أبي عبد الله الصادق عليه السلام، قال: «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله: إِنَّ عَظِيمَ الْبَلَاءِ يُكَافَأُ بِهِ عَظِيمَ الْجَزَاءِ؛ فَإِذَا أَحَبَّ اللَّهُ عَبْدًا إِبْتِلَاهُ بِعَظِيمِ الْبَلَاءِ، فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ عِنْدَ اللَّهِ الرِّضَا، وَمَنْ سَخَطَ فَلَهُ عِنْدَ اللَّهِ السَّخَطُ»<sup>(3)</sup>.

## \* سِيَمَاءُ الْعَاشِقِينَ \*

من هنا يظهر أنّ الله شديد الغيرة، وأنّه لشدة غيبرته على محبوبه، لا يحبّ أن تحين التفاتة من عاشقه إلى سواه؛ فعن أمير المؤمنين عليه السلام: «إِنَّ اللَّهَ يَغَارُ لِلْمُؤْمِنِ، فَلْيَغَرَّ مَنْ لَا يَغَارُ، فَإِنَّهُ مَنكُوسُ الْقَلْبِ»<sup>(4)</sup>.

لذلك، فإنه تعالى يتعاهد المؤمن بالبلاء كما يتعاهد الغائب أهله بالهدية إذا حضر من سفره، وفي ذلك ورد عن الإمام الباقر عليه السلام: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لِيَتَعَاهَدَ الْمُؤْمِنَ بِالْبَلَاءِ كَمَا يَتَعَاهَدُ الرَّجُلُ أَهْلَهُ بِالْهَدِيَةِ مِنَ الْغَيْبَةِ، وَيَحْمِيهِ الدُّنْيَا كَمَا يَحْمِي الطَّيِّبِ الْمَرِيضَ»<sup>(5)</sup>.

وذلك أنّ البلاء أدعى إلى الالتصاق بالله تعالى وإلى التذكّر، وأقوى دفعاً إلى الشكر والصبر، وطلب المعونة واستعراض الفقر والضعف والحاجة إليه تعالى.

وبذلك ينكشف سرّ كثرة الابتلاءات التي تعرض للمؤمنين، فإنهم يتقلّبون من بلاء إلى بلاء، كما لو سرى البلاء في حياتهم مسرى الدماء في العروق.

عن الإمام أبي جعفر عليه السلام: «إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى إِذَا أَحَبَّ عَبْدًا غَتَّهُ بِالْبَلَاءِ

وجلّ به المؤمن، فقال: سئل رسول الله ﷺ: مَنْ أَشَدُّ النَّاسِ بِلَاءً فِي الدُّنْيَا؟ فقال: النَّبِيُّونَ، ثُمَّ الْأُمَثَلُ فَالْأُمَثَلُ، وَبَيْتِلَى الْمُؤْمِنِ مَنْ بَعُدَّ عَلَى قَدْرِ إِيمَانِهِ، وَحُسْنِ أَعْمَالِهِ؛ فَمَنْ صَحَّ إِيمَانُهُ وَحَسَنَ عَمَلُهُ اشْتَدَّ بِلَاؤُهُ، وَمَنْ سَخَفَ إِيمَانَهُ وَضَعَفَ عَمَلُهُ قَلَّ بِلَاؤُهُ»<sup>(6)</sup>.

ومثله عن الإمام أبي عبد الله عليه السلام قال: «إِنَّ أَشَدَّ النَّاسِ بِلَاءً الْأَنْبِيَاءُ ثُمَّ الَّذِينَ يَلُونَهُمْ، ثُمَّ الْأُمَثَلُ فَالْأُمَثَلُ»<sup>(9)</sup>.

### \*أنواع البلاء

إنَّ طبيعة البلاءات التي تصيب الإنسان في هذه الحياة الدنيا هي من جنس طبيعة الدنيا نفسها. فإنَّ الإنسان بطبيعته يحب العافية والصحة والأمان، ورغد العيش والسعة في المال والرزق، وكثرة المحبِّين والأولاد والأنصار وما شاكل ذلك. وإنَّ أيَّ نقص من هذه النعم أو فيها هو من قبيل البلاءات التي تواجهه. لذلك، فإنَّ طبيعة الحياة الدنيا تقتضي هذه البلاءات، لكن، أكثر أوجه البلاء صدقاً وذكراً هي التالية:

عناً، وثَّجَه بالبلاء ثجاً؛ فإذا دعاه قال: لبيك عبيدي، لئن عجَّلت لك ما سألت إنني على ذلك لقادر، ولئن أدَّخرت لك فما أدَّخرت لك فهو خير لك»<sup>(6)</sup>.

قال العلامة المجلسي رحمه الله في شرحه للحديث: «ثجّه - أي: أسأله - أي: ثجَّ عليه البلاء، ويكون تسييله كناية عن شدة ألمه وحزنه، كأنه يذوب في البلاء ويسيل، أو عن توجهه إلى جناب الحق سبحانه بالدعاء والتضرُّع لدفعه. وقيل: أي أسأل دم قلبه بالبلاء»<sup>(7)</sup>.

وبذا يُعلم سرُّ إحاطة البلاء بالأنبياء عليه السلام، ثم الصالحين، ثم من سواهم. في الحديث عن عبد الرحمن بن الحجَّاج، قال: «ذُكر عند أبي عبد الله الصادق عليه السلام البلاء وما يخصُّ الله عزَّ

أشد البلاء وطأة على الإنسان  
أعمقه أثراً وأدومه نتيجة



وفي ذلك إشارة إلى طبع عند الناس أنهم يرون في المال ما يسد حاجاتهم، فإذا ضيق عليهم فيه عَضَّتْهم الحاجة ودفعت ببعضهم إلى التذلل للعباد وإراقة ماء الوجه، وفي ذلك شعور بالمهانة وضياع للكرامة.

### 3 - أشد أنواع البلاء

أشد البلاء وطأة على الإنسان أعمقه أثراً وأدومه نتيجة، يكون المصاب به أكثر غفلةً عنه، وأقلّ تبصراً بحاله حينها. فعن أمير المؤمنين عليه السلام: «ما ابتلى الله أحداً بمثل الإملاء له»<sup>(12)</sup>.

وقال تعالى: ﴿وَلَا يَحْسِبَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ خَيْرٌ لَّا نَفْسُهُمْ إِنَّمَا نُمَلِّي لَهُمْ لِيَزْدَادُوا إِثْمًا وَلَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ﴾ (آل عمران: 178).

فإنّ ظاهر هؤلاء أنهم يعيشون في نعيم وهم يتنقلون من نعمة إلى نعمة، ومن رفاه إلى رفاه، ولكنهم يغفلون عن أنّ الله تعالى يستدرجهم ليمعنوا في آثامهم حتى يواجهوا مصيرهم يوم القيامة، فعن الإمام علي عليه السلام: «إنّ من البلاء الفاقة، وأشدّ من ذلك مرض البدن، وأشدّ من ذلك مرض القلب»<sup>(13)</sup>.

وعنه عليه السلام: «أكبر البلاء فقر النفس»<sup>(14)</sup>.

### \* غايات البلاء

مضافاً إلى ما تقدّم عن البلاء، فإنّ للبلاء غايات خاصة، ولكل نوع منها غاية تخصّه أيضاً، فمن هذه الغايات:

### 1 - علو الدرجات

فعن رسول الله صلى الله عليه وآله: «إنّ عظيم

### 1 - البلاء في الخير والشر

قال تعالى: ﴿وَنَبَلُوكُمْ بِالْأَشْرِّ وَالْأَخْيَرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ﴾ (الأنبياء: 35). وقال المجلسي: «والبلاء ما يختبر ويمتحن من خير أو شر... وأصله المحنة، والله تعالى يبتلي عبده بالصنع الجميل، ليمتحن شكره، وبما يكره ليمتحن صبره»<sup>(10)</sup>.

ومنه التوسعة والتضييق في الرزق، قال سبحانه: ﴿فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنُ \* وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِي﴾ (الفجر: 15 - 16).

### 2 - البلاء العام

قال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ \* الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ (البقرة: 155 - 156).

وعن الإمام الصادق عليه السلام: «ما بلا الله العباد بشيء أشدّ عليهم من إخراج الدرهم»<sup>(11)</sup>.

## 2 - البلاء كرامة للمؤمن

عن الإمام الصادق عليه السلام: «إنّ بلاياه (الله) محشوة بالكرامة الأبدية، ومحنة مورثة رضاه وقربه ولو بعد حين»<sup>(19)</sup>.

وعنه عليه السلام: «البلاء زين المؤمن، وكرامة لمن عَقِلَ، لأنّ في مباشرته والصبر عليه والثبات عنده تصحيح نسبة الإيمان»<sup>(20)</sup>.

وعنه عليه السلام: «ما أثنى الله على عبد من عباده من لدن آدم إلى محمد صلى الله عليه وآله إلا بعد ابتلائه ووفاء حقّ العبوديّة فيه، فكرامات الله في الحقيقة نهايات، بداياتها البلاء»<sup>(21)</sup>.

ونختم بما روي عن الإمام أبي عبد الله عليه السلام: «في قول الله عزّ وجلّ: ﴿الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ﴾ \* وَأُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ... ﴿فَهِذِهِ وَاحِدَةٌ مِّن ثَلَاثِ خِصَالٍ، ﴿وَرَحْمَةٌ﴾ اثنتان، ﴿وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ﴾ ثلاث». ثم قال أبو عبد الله عليه السلام: «هذا لمن أخذ الله منهم شيئاً قسراً»<sup>(22)</sup>.

عن الإمام الصادق عليه السلام: «يا عبد الله، لو يعلم المؤمن ما له من الأجر في المصائب لتمنّى أنّه قرّض بالمقاريض»

البلاء يُكافأ به عظيم الجزاء»<sup>(15)</sup>.  
وعن الإمام الصادق عليه السلام: «إنّ في الجنة منزلة لا يبلغها عبدٌ إلاّ بالابتلاء في جسده»<sup>(16)</sup>.

وعنه عليه السلام، وقد شكاه ابن أبي يعفور ما يلقي من الأوجاع وقد كان مسقماً كثيراً (المرض)، قال عليه السلام: «يا عبد الله، لو يعلم المؤمن ما له من الأجر في المصائب لتمنّى أنّه قرّض بالمقاريض»<sup>(17)</sup>. وفي خبر شهادة الإمام أبي عبد الله الحسين عليه السلام: «أنه رأى النبي صلى الله عليه وآله في المنام، فقال له: يا حسين، لك درجة في الجنة لا تصل إليها إلاّ بالشهادة»<sup>(18)</sup>.

## الهوامش

- (1) من لا يحضره الفقيه، الصدوق، ج4، ص399.
- (2) الكافي، الكليني، ج2، ص253.
- (3) م.ن، ص253.
- (4) المحاسن، البرقي، ج1، ص204.
- (5) الكافي، م.س، ج2، ص253.
- (6) م.ن.
- (7) مرآة العقول، في شرح أخبار آل الرسول صلى الله عليه وآله، ج9، ص327 - 328.
- (8) الكافي، م.س، ج2، ص252.
- (9) م.ن.
- (10) مرآة العقول، م.س، ج9، ص321.
- (11) الخصال، الصدوق، ص8.
- (12) بحار الأنوار، المجلسي، ج73، ص383.
- (13) الأمالي، الطوسي، ص146.
- (14) غرر الحكم ودرر الكلم، الأمدي، الحكمة رقم 2965.
- (15) الكافي، م.س، ج2، ص253.
- (16) م.ن، ص255.
- (17) م.ن.
- (18) مرآة العقول، م.س، ج9، ص322.
- (19) البحار، م.س، ج78، ص200.
- (20) مسكن الفؤاد، الشهيد الثاني، ص58.
- (21) البحار، م.س، ج67، ص231.
- (22) الكافي، م.س، ج2، ص93.

# وبشّر الصابرين

تحقيق: زينب صالح

مرَّ أحد الأنبياء ﷺ برجل أبرص ومشلول وأعمى، فراه جالساً يحمد الله ويقول له: «الحمد لك على أنك عافيتني مما ابتليت به غيري». تعجّب النبي وجلس قربه وسأله: وممّ عافاك الله يا عبد الله؟ فأجابه بثقة: «عافاني من الذنوب التي يقترفها غيري».

قصة مختصرة توضح الزوايا التي يراقب بها عباد الله فيض النعم الإلهية على العبد من خلال بلاءاته. نعم قد لا يقدر الجميع البلاء على أنه رحمة إلهية، وتخفيف للذنوب وارتقاء بالعبد من أضغاث الدنيا نحو ملكوت روعي غير فان ولا زائل. فما يفرّق بين إنسان وآخر - من أهل البلاء - هو شدة تعلقه بالله، وإيمانه بأن الله «إذا أحب عبداً ابتلاه، ومحصه بالبلاء تمحيصاً على

قاعدة الآيات القرآنية: ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ \* الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ \* أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ﴾ (البقرة: 155-157).



## ذنبى الوحيد فى هذه الحياة كان ضعف بصري، الأمر الذى جعل الجميع ينظر إلي كأني فتاة معوّقة

الأرقام بطريقة يسهل فيها طلب الرقم عند الضرورة.

لم تُرزق بأطفال قبل طلاقها ظلماً، والسبب وراء ذلك لم تقترفه هي، بل هي مشيئة وتقدير من الله، فالحاجة «ميمونة» ضريرة، لا تبصر.

فوق الكنبة المريحة تتذكر أحداثاً كثيرة، لا وجود للسعادة بين أسطرها. فمنذ سنين طفولتها الأولى وهي تعاني من فقر شديد بسبب غياب المعيل المادي بوفاة الأب، وإهمال الإخوة والأقارب. لم تذهب إلى المدرسة قط، بل كانت مجاورة لأمها، لا تغادر غرفتهما المشتركة تلك التي شكلت كل بيتهما، دون أن يتبعها مطبخ أو حتى حمام.

«كانت أمي ترفض أن أختلط بالعالم لأنني وحيدتها، فإخوتي من أبي متزوجون وكلّ في بيته، وأنا وهي في غرفة واحدة، كانت هي كل بيتنا». أما سبب منع أمها من الاختلاط بالعالم فكان «ضعف

هنا بعض من نماذج لمن عانوا أشكالاً متعددة للبلاء، فكان الله المعين الوحيد الذي لا يتركون دق بابهم حمداً للنعمة وتمسكاً برحمته الإلهية:

### \*البلاء يطرق كل الأبواب\*

في الدنيا الفانية التي لم تبقى لأحد من قبلنا، ولن تبقى لأحد من بعدنا، الجميع معرّض لكل أنواع البلاء. لا تلبث الأمراض أن تدق أبواب كل العائلات، فلا يميّز الموت بين صغير وكبير، أو ابن وأب، ليكون فقدّ العزيز أشدّ وأصعب ما قد يُمنى به الإنسان.

ولا يقتصر البلاء على الموت، إذ يشكّل فقدان إحدى الحواس أيضاً معضلة كبيرة عند المبتلى وأهله. ولعل المثل القائل: «إن أردت أن تعرف نعمة الله عليك أغمض عينيك»، ما هو إلا دليل على أن فقدان البصر قد يكون من أصعب البلاءات، إذ يحرم المرء من التمتع بألوان الحياة.

نبقى مع القصص التي تحكي عن حالها:

### لسان حالها : يا رب

بيتها خالٍ إلا من قليل. في الصلاة تلفاز يقطع بعض حبال الوحدة المتشابهة في حياتها، وفي يدها هاتف تحفظ فيه

بصري. حيث كانت تهتمّسني أحياناً كثيرة، وكذلك إخوتي، رغم أنني كنت أرى وأميز الألوان ولا أحتاج أحداً. فذنبني الوحيد في هذه الحياة كان ضعف بصري، الأمر الذي جعل الجميع ينظر إليّ كأني فتاة معوّقة، لا يجب أن ترى الناس ولا أن يروها، فضلاً عن أنني لم أجد من يهتم بي». ثم تبيّر لأمها قائلة والدمعة في عينيها: «لكنني لا ألوم أمي، فهي كانت ترفض أن أزور أحداً خشية أن يبادلونا الزيارة أيضاً، فقد كنا فقراء جداً، لا نملك ثمن الضيافة». ثم تضيف: «لكن بحمد الله وفضله، فتح الله عليّ أبواب رزقه، فعملت في التجارة. تعبت كثيراً، لكنني لم أحتج بعدها أحداً. وكان الكل معجباً بي، وبقدرتي على الحساب والتعاطي مع أمور تجارتي المتواضعة. لولا الله لكنت الآن أتسوّل اللقمة كي أبقى على قيد الحياة. لم أعترض يوماً على مشيئة ربي، لم أقل له: لماذا يا رب أخذت بصري؟ فقد فقدت بصري كلياً في حرب تموز، عندما خرجت من الملجأ فوراً إلى النور، وعندما سمعنا ما سمعنا من ضرب وقصف». ثم تقول بحسرة: «أصعب ما قد يصيب الإنسان هو أن يفقد بصره. صعب أن لا أعرف الطرق، وأحتاج إلى من يوصلني إلى أي مكان أريده. لكنني أواصي دائماً نفسي بأن الله معي، وهو ما ابتلاني إلا ليعينني. فأنا وحيدة، وهو سلواي الوحيدة».

### بيت الرحمة الإلهية!

كان «علي» ذكياً، تعلم في الوقت الذي لم يستطع كثيرون دخول المدارس، وإن دخلوها قلّ من أكمل. تخرّج منها بتفوّق، ليتوجّ فرحة والدين فلاحين فقيرين عبر تسلّمه وظيفة معلّم في إحدى المدارس الرسميّة. لكنّ الفرحة لم تكتمل، إذ مُني بفقد بصره تدريجياً إلى أن اختفى مطلقاً.

ولم يقتصر الأمر عليه، إذ بدأ إخوته يعانون من المشكلة ذاتها، ثم يفقدون بصرهم كلياً الواحد تلو الآخر، ليصبح شباب «أم علي» الأربعة لا يبصرون حتى وجه أمهم، التي لا تعاني ولا الوالد من أي مشاكل صحية.

ولم يستثن المرض العجيب ذاك البنات في العائلة، إذ أصاب «رباب» بعدما أنهت عامها الثانوي الأول بنجاح وتفوق، مردياً إياها في البيت، من دون تعليم. وسرى أيضاً ليصيب أختها حتى أصبح البيت برمته يعاني من فقدان البصر، ما عدا ثلاث بنات.

«كان زوجي صبوراً جداً، متمسكاً بربه

## أصبح البيت برمته يعاني من فقدان البصر، ما عدا ثلاث بنات

إلى أقصى الدرجات. وكنت أخاف كثيراً على صحته وحياته، فأزرع التبغ وأعمل في الأرض أكثر منه كي نعيل عائلتنا الكبيرة. وكلما فقد أحد أبنائنا بصره، كان يقول: إن الله أنعم عليه وأحبّه أكثر، بالمزيد من بلاءاته».

### الألم يجعلنا أكثر قرباً

تكرّر الحاجة الكبيرة في السن حادثة رأيت فيها زوجها جالساً يصلي خاشعاً، متوجهاً إلى ربه قائلاً: «الحمد لله يا ربي على ما خصصتني به ولم تخصص به غيري». فجلست قربه وانتظرته حتى ينتهي من صلاته لتسأله عن سرّ قوله ذلك، فأجابها: «خصني بعمى أولادي، ولم يخصّ غيري بهذه الرحمة! فما أقربنا إلى الله لحظات الألم!».

وهكذا كبر الجميع في بيت حافل بذكر الله وأهل البيت عليهم السلام، والرضا بمشيئة الله الذي أفاض على الأهل صبراً وقناعة وعلى الأولاد بصيرة يعجب منها الجميع». ما من أحد زارنا إلا وتعجّب من بيتنا، أولادي يعرفون القيام بكل الأعمال، يميّزون الأصوات، ولا يحتاجون أحداً. وتروي كيف كان يتهافت الجيران لينظروا إلى رباب وهي تشر الغسيل على

## في الألم شعور قوي بوجود الله، ولذة لا يعرفها إلا من تجرّع من الألم أشدّه

الحبال، بترتيب ومهارة، ثم تدخل البيت لتعجن وتصنع الخبز، وتخيّط الثياب وتُدخل الخيط في رأس الإبرة، فضلاً عن مهارتها العالية في الطبخ، إذ يحب الجميع تناول ما تصنع من طعام. تبتسم رباب عندما تسمع حديث أمها، فهي مرة لم تعتبر فقدان بصرها، وفقدان فرصة أن تكون زوجة وأمّاً، بلاءً، بل رحمة إلهية، غمرها الله بها كي يحسن عاقبتها في الآخرة، إذ تقول: «في الألم شعور قوي بوجود الله، ولذة لا يعرفها إلا من تجرّع من الألم أشدّه. نعم أبكي أحياناً، فالدموع وسيلة للتعبير عن ذاتي أمام ربي، وما البكاء سوى عامل يقربني من الله أكثر». ثم تضيف: «العمى عمى القلب وليس عمى العين. لقد كنت مجتهدة ومتفوقة في الدراسة وأحببت أن أتابع تعليمي، لكن ظروفنا المادية حالت دون ذلك. إلا أنني بفضل الله أمارس حياتي بشكل طبيعي، من دون أية مشكلات وكذلك إخوتي».

تتابع أمها الكلام، واستذكار أحداث محزنة وأخرى مبكية في رحلة جهادها الطويلة. «عندما زوّجت ولديّ، مرت 3 سنوات دون أن يرزقا بأولاد، الأمر الذي

ألما كثيراً. وكان أصعب يوم مرّ علينا عندما زارا الطبيب في الوقت الذي لم يكن فيه التداوي أمراً مقبولاً اجتماعياً. عدنا إلى المنزل وكأنّ هموم الدنيا كلها صبّت فوق رأسنا ليأتي ابن أخي على عجل ويبشرنا بأن لا مشكلة عندهما وأن الإنجاب بيد الله. فرحنا كثيراً شاكرين الله الذي هو أقرب إلينا من حبل الوريد. وما كانت إلا بضعة أيام حتى بشرنا أننا ننتظر حفيدين، وفعلًا أنعم الله علينا بهما في الوقت عينه لنُرزق لاحقاً بأحفاد كثيرين، سالمين، عطفين، أخلاقهم عالية، وكانّ الله يعوضنا من فضله».

ثم تنظر إلى صورتين معلقتين على الحائط، صورة زوجها الذي رحل باكراً بشكل مفاجئ، تاركاً لها عدداً من الأيتام وعبئاً كبيراً أعانها عليه أهل الخير، وصورة حفيدها البار الحنون الذي استشهد في حرب تموز 2006. تعلق رباب: «ابن أخي الشهيد كان أحن من في العائلة، جلسنا ونديمنا وحببنا، لكنّ اختياره ليكون شهيداً مجاهداً، كان نعمة كبرى، أضافها الله إلى بيتنا، نعمة نشكره علينا كل صباح ومساءً».



# الضغوط النفسية: «هونّنا بتهون»

د. نبيل ألماس (\*)

يعاني كثير من الناس من حالات دائمة من القلق والتوتر، ويفتقدون طمأنينة النفس وراحة البال، جراء الضغوط التي يتعرضون لها، ونتيجة الظروف الصعبة التي يمر بها المجتمع بشكل عام، سواء على الصعيدين الاجتماعي والاقتصادي، أو على الصعيد السياسي، والحروب والأحداث الأمنية المتنزلة. فالأزمات المختلفة تتكاثر وتتراكم معها الهموم، بينما القدرات والإمكانيات الشخصية والاجتماعية للأفراد تتناقص وتضعف.

استهلاكي في زيادة حدة هذه المشكلة، والتسبب بضغط مفرط ومستمرة، يمكن أن تنتج عنها اضطرابات نفسية، تؤدي إلى حالات من الاكتئاب الشديد، الذي

## \* حالة صحية سليمة

وقد ساهمت أساليب الحياة الحديثة التي تسير بوتيرة سريعة وضاغطة، بما فيها من حاجات وكماليات ونمط



الشرعية، فبدونها لن تتحرك سفننا في بحر الحياة. وهو تجاوب الإنسان وتفاعله مع الأحداث والوقائع، وإن أي حادثة أو واقعة تتطلب منّا استخدام قدراتنا الجسدية أو العقلية، تستدعي قدراً من الضغط في أجسامنا لتمكّن من التعامل مع الحدث، وعندما نعاني من الضغط، فهذا يعني أننا أصبحنا جاهزين لهذا الأمر.

إن أحاسيس التوتر والقلق والخوف مثلاً، إنما هي مظهر من مظاهر الضغط التي نتعرض لها، والتي تؤدي إلى التبيّض والحذر، وهي تأتي بناءً على إشارات الجهاز العصبي اللاإرادي ضمن آلية: (استجابة الضغط Stress Response).

ويوجد مستويان من الضغط:

#### 1 - (المعتدل):

وهو ضروري، وبه يستطيع الإنسان التعامل مع أحداث ووقائع الحياة.

قد ينتج عنه حالات صحية سلبية جداً. إن خطورة المشكلة واتساعها، جعل البعض يُطلق على العصر الذي نعيش فيه اسم «عصر الاكتئاب». وجاء في إحصائيات منظمة الصحة العالمية، أن 10 % من سكان العالم يعانون من الاكتئاب (هذا عدا الحالات الكثيرة التي لا يذهب أصحابها إلى الطبيب، فلا تكون مسجّلة ومحسّبة ضمن هذه النسبة)، كما تتوقّع منظمة الصحة العالمية، أنه وبحلول سنة 2020، سيفوق عدد المصابين بالاكتئاب عدد المصابين بالأمراض القلبية، وينبغي أن نلتفت إلى أنّ الضغط النفسي هو المسبب الأول والأهم لهذه المشكلة.

#### \*تعريف الضغط

الضغط هو جزء طبيعي في حياة الإنسان، وضعه الله سبحانه وتعالى فينا، لتلبية حاجتنا والدفاع عن أنفسنا، ويمكن أن نشبّهه بالرياح التي تحرك السفن



الدم، وهي تشمل مثيرات (منبهات قوية)، مثل الأدرينالين، ونورأدرينالين، والكورتيزول، وهذه الإفرازات تُسبب تدفقاً سريعاً للطاقة، لكي نستطيع التفاعل مع الحدث، وهذا ما يؤدي مثلاً إلى ارتفاع ضغط الدم وزيادة خفقان القلب. في حال استمرت «آلية استجابة الضغط» في أجسادنا بالعمل، نتيجة التعرض المُضْرَب والمُستمر لمُسببات الضغوط، واستمر فرز الهرمونات المنبّهة، (بدون فترات راحة واسترخاء)، يمكن أن تحدث مجموعة من الأعراض الصحية السلبية (الجسدية والنفسية).

#### 1 - الأعراض الجسدية:

آلام في أماكن مختلفة من الجسم، عسر هضم، غثيان، قيء، إسهال، إمساك، تسارع نبضات القلب، تعب وإرهاق، تغييرات في أنماط النوم، شحوب، زيادة الكولسترول والتريغليسيريد، إلخ...

#### 2 - الأعراض الانفعالية:

اكتئاب، إحباط، حدة طبع، انزواء، لا مبالاة عاطفية، إلخ...

#### 2 - السلبي (المضرب / الممتد):

يؤثر سلباً على حياة الإنسان، وقد يتسبب بأمراض نفسية وجسدية، وهنا المشكلة. (يُطلق على هذا المستوى مصطلح «الإجهاد Stress»).

#### \*من أسباب الضغط

توجد أسباب كثيرة للضغط، منها الاجتماعية، الفيزيولوجية، البيئية. وكذلك أساليب التفكير، مثل: المشاجرات، موت شخص عزيز، مصاعب مالية، فقد عمل، الأمراض وخاصة المزمنة منها، الضجيج، الازدحام، العنف، الفقر، تضخم الأمور، التوقف عند كل صغيرة وكبيرة، العناد والتحجر، إلخ...

#### \*آلية الضغط وانعكاساته

#### السلبية

إنّ أي مطلب في مواجهة حدث أو واقعة أو فكرة، يتطلب منّا استعمال قدراتنا الجسدية أو العقلية، يثير فينا «آلية استجابة الضغط»، عندها يجري فرز هرمونات الضغط في مجرى

### 3 - الأعراض السلوكية :

إفراط في التدخين، فساد في العادات (كالنظافة والمظهر)، قضم الأظافر، إلخ...

### 4 - الأعراض العقلية :

فقدان التركيز، تشوش، ارتباك، ضعف الذاكرة، إلخ...

### \* أمراض مرتبطة بالضغط :

عن أمير المؤمنين عليه السلام : «الهم يُذَيِّبُ الجسد»<sup>(1)</sup>. فتؤدي كثرة الضغوط النفسية، إلى العديد من الأمراض والمشاكل الصحية، فهي مثلاً تُضعف المناعة، وتسبب تصلب الشرايين وأمراض القلب الوعائية، وغالباً ما تُقَرَّنُ بالإصابة بالقرحة، كما أنها تُوقِفُ إصلاح الأنسجة وصيانتها وإعادة تشكيلها، وهو ما يتسبب بالتالي في انتزاع الكالسيوم من العظام (هشاشة العظام وتعرضها للكسور)، كما أن ضعف جهاز المناعة، يمكن أن يؤدي إلى تفاقم أعراض العديد من الأمراض.

### \* الاكثاب المقنع :

في أحيان كثيرة لا تبدو على المريض أعراض الاكثاب، لكنه يشكو من أعراض جسدية مثل الصداع، ألم الظهر، عسر الهضم، إلخ... وجاء في بعض الدراسات أن ثلث الحالات التي يذهب فيها المرضى إلى الأطباء، يكون فيها الضغط هو المشكلة، وإن نسبة 15 % من المرضى الذين يتم تحويلهم إلى أطباء القلب، هم في الواقع يعانون من الضغط، وليس لديهم أي مشكلة في القلب.

### \*نصائح ومهارات لتخفيف الضغوط

#### 1 - الأمان الروحي :

إن القرب من الله سبحانه وتعالى يوفّر طمأنينة النفس والصبر الجميل، وبه تهوّن مصاعب الدنيا وشدائدها، لأنها بعين الله عزّ وجلّ. ولنتذكر قول الإمام الحسين عليه السلام في كربلاء: «هُونَ ما نزل بي أنه بعين الله»، ولنلتمس أن من مرتكزات هذا القرب الثقة بالله والرضا بقسمه. ونستشعرها من خلال:

أ- قول: لا حول ولا قوة إلا بالله

فقد قال الرسول ﷺ: «لا حول ولا قوة إلا بالله» فيه شفاء من تسعة وتسعين داء، أدناها الهم»<sup>(2)</sup>.

ب- استرجع

فقد قال تعالى: «الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» (البقرة: 156).

ج- أحسن الظن بالله سبحانه وتعالى وارض بما قسم

عن الإمام الصادق عليه السلام : «إن الله بعدله وحكمته وعلمه، جعل الروح والفرح في اليقين والرضا عن الله، وجعل الهم والحزن في الشك والسخط، فارضوا عن الله وسلّموا لأمره...»<sup>(3)</sup>.

د- زيارة القبور

قال أمير المؤمنين عليه السلام : «من ضاق به أمر فليذكر القبر، فإنه يتسع»<sup>(4)</sup>.

هـ- عطر من حوئك

«الرائحة الطيبة تشرح الصدر» كما قال الرسول الأكرم ﷺ.



هذا التمرين لمدة 5 إلى 10 دقائق.

#### 4 - تقنية التنفس العميق:

ابحث عن مكان هادئ، يسمح لك بأن تتفد هذه التقنية في أي وضعية تختارها. يمكنك أن تختار وضعية الجلوس أو وضعية الاستلقاء. صفّ ذهناك، وأخرج منه كل الأفكار.

ضع يدك على معدتك، استنشق ببطء من خلال أنفك، مائلاً القسم السفلي من الرئة بحيث ترتفع يدك (الموضوعة على معدتك) أثناء دخول الهواء، وأكمل ملء القسم العلوي حول القلب. عدّ (في ذهنك) ببطء إلى الرقم 5 عند الشهيق 1...2...3...4...5 - ينبغي جعل الزفير أطول من الشهيق.

ملاحظة: إن تقنية التأمل وتقنية التنفس العميق، من التقنيات المهمة جداً في تخفيف انبعاث الهرمونات المسببة للتوتر، وتحفيز انبعاث الهرمونات المسببة للاسترخاء.

أخرج الهواء ببطء عبر الفم، إبدأ أولاً بإفراغ القسم الأعلى من الرئة، ومن ثم القسم الأسفل، إلى أن تتخفّض يدك (الموضوعة على معدتك)، ودع السّرة تهبط باتجاه العمود الفقري. عدّ (في ذهنك) إلى الرقم 8 عند الزفير

## إن أنماط التفكير السلبي تؤدي غالباً إلى معاناة الضغوط، وإذا كُنّا دائماً نواجه الأحداث بنظرة إيجابية فسنستجنب تلك المعاناة



1...2...3...4...5...6...7...8، من الجيد أن تكون البداية لفترة 5 دقائق.

#### 5 - الرياضة:

تقيد كثيراً في تبديد الطاقة الزائدة المتولّدة من الضغوط، وهي تحفّز إفراز هرمون «بيتا إندورفين» الباعث على الشعور بالراحة والاسترخاء. كما أن هناك الكثير من الوسائل والمهارات الأخرى المفيدة في هذا المجال، مثل: الابتعاد عن الكافيين، الاستحمام، التدليك، الموسيقى الهادئة، مشاركة المشكلة مع صديق مقرب (الفضفضة)، إلخ....

وبالختام نؤكد على دور الأمان الروحي في تخفيف المعاناة من الضغوط، وأن نتق بالله سبحانه وتعالى. وأن يكون نمط تفكيرنا إيجابياً في مواجهة المصاعب والعقبات.

#### الهوامش

(\*) اختصاصي في التنمية الاجتماعية، من محاضرة له أقيمت في

جمعية أمان.

(1) ميزان الحكمة، الريشيري، ج1، ص610.

(2) بحار الأنوار، المجلسي، ج71، ص88.

(3) الوافي، الكاشاني، ج4، ص269.

(4) شرح نهج البلاغة، ابن أبي حديد، ج20، ص336.

(5) عيون الحكم والمواعظ، اللبني الواسطي، ص28.

# التسوق الافتراضي: فرصة أم فخ؟

تحقيق: فاطمة شعيتو حلوي

بات التسوق الإلكتروني أو الافتراضي خدمة رائجة في عصرنا، تتسم بالمرونة والسهولة إذا ما توفرت الأدوات والتقنيات اللازمة، انطلاقاً من اقتناء بطاقة ائتمانية (credit card)، مروراً بإمكانية الدخول إلى الشبكة العنكبوتية، ووصولاً إلى تحقيق عملية البيع والشراء. بيد أن التكنولوجيا الرقمية قد تمدّ يداً لتقديم المعونة السريعة من جهة، وتطوي الأخرى في جيوب زبائنها من جهة ثانية، لعلها تختلس برشاقة بياناتهم الخاصة وسيولتهم. فإما إنهاء عملية التسوق بنجاح، وإما الوقوع فريسة «التصيد» الإلكتروني. وفي كلا الحالتين يصبح التسوق الافتراضي مغامرة تحكمها الحيطة والحذر.. إلا ما قلّ وندر! أسئلة عديدة يطرحها اليوم التسوق في متاهات العالم الافتراضي: كيف يتمّ التسوق عبر الإنترنت؟ وما هي الخطوات الضرورية لتسوق إلكتروني آمن بعيداً عن مطبات المكر والاحتيال؟



## يشكّل استخدام بطاقة الائتمان العنصر الأكثر ضرورة لإتمام عملية الشراء في أوساط المتسوّقين إلكترونياً

الإيجاب والقبول عبر الإنترنت، ينتقل الزبون إلى مرحلة ترقّب وصول البضاعة. فإذا ما وصلته بأمان، كُتب النجاح لعملية التسوّق بأقلّ التكاليف والعناء، وسُجّلت لهذه المعاملة مجموعة من الإيجابيات، أبرزها: توفير الوقت والجهد، اختيار المُنتج المطلوب بأفضل الأسعار عبر مفاضلة يجريها المتسوّق بين ما تعرضه المتاجر الإلكترونية، لناحية الجودة والسعر، بالإضافة إلى اقتناص فرصة الحصول على عينات مجانية لبعض المنتجات قبل شرائها.

### \*رفاهية التسوّق.. ومراة

#### الخبّيات

في هذا المعرض، تثقل سناء (36 عاماً) تجربة إحدى صديقاتها في

### \*نشاط تجاري ذو أدوات رقمية

يُعتبر التسوّق عبر الإنترنت من الخدمات الحديثة التي أخذت تنتشر في أوساط العامّة بالتزامن مع إتاحة وسهولة الدخول إلى الشبكة العنكبوتية. إنه ببساطة نوعٌ من النشاط التجاري الذي يتم بين طرفين، هما البائع والمشتري، عبر أساليب ووسائط إلكترونية.

وكأي نوع آخر من التسوّق، فإنّ التسوّق الافتراضي له أدواته ومتطلباته الخاصة، ويقع في مقدّمها، بديهياً، توفير الاتّصال عبر الإنترنت. ويشكّل استخدام بطاقة الائتمان العنصر الأكثر ضرورة لإتمام عملية الشراء والأكثر رواجاً في أوساط المتسوّقين إلكترونياً، من ضمن خيارات تشمل: الدفع عبر الحوالات البنكية أو عبر شركات التحويل، الدفع عن طريق الهاتف والفاكس، والدفع عن طريق «الشيك».

ومع توفير تقنية الاتصال وأداة الدفع، تصبح آلية التسوّق ممكنة عبر زيارة مواقع إلكترونية متخصصة في هذا المجال. وإن كانت هذه المواقع موثوقة، فهي ستلجأ إلى فرض جملة خطواتٍ على «الزبون» طالب البضاعة، أهمّها الحصول على معلومات خاصة به كالاسم، عنوان الإقامة، البريد الإلكتروني وتفاصيل البطاقة الائتمانية، فضلاً عن تحديد طريقة توصيل المُشتريات.

بعد إبرام «عقد افتراضي» بين البائع والمشتري الإلكترونيين، حيث يتم

### إنّ محاولة الشراء عبر استخدام الروابط (links) تمنح الجهة «السارقة» ما يمكنها من الاستيلاء «غيبياً» على البطاقة واستخدامها في عمليات شراء غير قانونية

الجرّة»، تقول رشا، معلقة على تجربة تسوّق «نصف فاشلة» خاضتها ذات مرّة. فقد تأخر موعدُ تسلّمها ثوباً ابتاعته عبر الإنترنت بسبب معوّقاتٍ في عملية الشحن، ما اضطرّها إلى استبداله بأخر من صناعةٍ محلية، ارتدته «قسراً» في مناسبةٍ عائليّةٍ خاصّة.

والتسوّق الإلكتروني بات بالنسبة إلى رشا «هواية أكثر من عادية»، بحسب تعبيرها. هوايةٌ قد تجرّ صاحبها أحياناً إلى مصيدة المتربّصين بالمتسوّقين الافتراضيين. فكيف يقع هؤلاء في شرك الاحتيال الإلكتروني؟

### \*التصيّد الإلكتروني.. سرقة عصرية

إننا إذا ما استثنينا «غفلة» المتسوّق أحياناً، فإنّ أساليب «التصيّد الاحتيالي» عبر الإنترنت تتنوّع، وتصل إلى حدّ المكر والاحتراف «السلمي»، الذي قد يُوقّع بالمتسوّقين الأكثر خبرة ويقظة! وننقل لكم خبراً حفلت به مؤخراً

عالم التسوّق الافتراضي، حيث غالباً ما تحظى الأخيرة بعروضاتٍ هامّة من الشركات التي تقصدُ متاجرها عبر الشبكة العنكبوتية، من قبيل تخفيضٍ مغرٍ في أسعار البضائع المعروضة، أو تقديم عيناتٍ مجانيّة، وصولاً إلى تلقي دعواتٍ خاصّة لحضور ندوات ومعارض خاصة بالزبائن «المخلصين».

أما رشا (25 عاماً)، فتؤكد أنها تجد متعةً في التسوّق عبر الإنترنت. فهو وسيلة عصرية «أكثر راحة ورفاهية»، لأنها تمكّن «الزبون» من الحصول على مبتغاه ضمن مروحة واسعة من الخيارات المتاحة، والتي قلّما تتوفّر في المتاجر التقليدية.

وتوضح رشا أنها تعتمد إلى التسوّق الافتراضي لشراء ملابسٍ عالية الجودة من متاجرٍ إلكترونية تابعة لشركات عالمية، مهمتها الترويج لماركاتٍ معروفة في السوق، وبأسعارٍ تنافسية أحياناً كثيرة. إلّا أنه «ليس في كلّ مرّة تسلّم





مواقع الإنترنت: تفاحتان طبيعيتان بدلاً من جهاززي «آيفون» من شركة «آبل» (التفاحة)، هما ما حصلت عليه شابة أسترالية مقابل 1500 دولار أميركي، بعدما وقعت ضحية تسوّق افتراضي فاشل، والسبب الرئيس وثوقها بمعلن إلكتروني «ماكر»!

ولعل البطاقة الائتمانية تشكّل القناة الأساسية لنفاذ القراصنة الإلكترونيين إلى سيرورة عملية التسوّق الآمنة، ويتمّ ذلك غالباً عبر «جرجرة» المتسوّق للإفصاح عن معلوماته المالية السريّة. أمّا أشهر السبل المُعمّدة لتحقيق هذه الغاية، فتشمل:

أولاً: رسائل مزعجة (spam emails) تصل إلى البريد الإلكتروني الخاص بالمتسوّق، وتحتوي غالباً عروضاً لشراء مُنتجات أو برامج بأسعار رخيصة. إنّ محاولة الشراء عبر استخدام الروابط (links) الموجودة في هذه الرسائل، تمنح الجهة «الساارقة» مجاناً البيانات الخاصة بهويّة البطاقة الائتمانية. ويكون لها ذلك عبر إدخال المتسوّق «الفريسة» كلّ تفاصيل عملية الدفع، ما يمكنها من الاستيلاء «غيبياً» على البطاقة المذكورة واستخدامها في عمليات شراء غير قانونية.

ثانياً: برامج التجسس ومسجّلات ضربات المفاتيح وبعض الفيروسات. إنّها عناصر رقمية خبيثة غالباً ما تُزرع في أجهزة الحاسوب الموصولة بشبكة الإنترنت، ويتم دسّها أحياناً عبر أشخاص

لهم صلاحية الدخول إلى هذه الأجهزة. هذه العناصر تمكّن مستخدميها من تسجيل ضربات المفاتيح الخاصة بكلمات سرّ المتسوّق وأرقام بطاقته الائتمانية، في خطوة تمهّد لتصيده إلكترونياً.

لهذه العلل وغيرها، لا يجبّد محمد (22 عاماً) التسوّق عبر شبكة الإنترنت، على الرغم من لجوء بعض أصدقائه المقرّبين إلى هذه «التقنية العصرية» لشراء «أجيال جديدة» من الهواتف الذكية والحواسيب والبرمجيات.

ويرى محمد أنّ التسوّق الافتراضي يقدم فرصاً هامّة للجهات المسوّقة، لناحية سهولة عرض البضائع والمنتجات بأقل تكلفة ممكنة ودون الحاجة إلى مساحات حقيقية، وأيضاً من حيث سهولة الحصول على زبائن إضافيين، مؤكداً أنّ رواد المتاجر الإلكترونية هم في المقابل عرضةً للوقوع في «أفخاخ» الاحتيال والسرقة، ما يتطلّب حذراً شديداً والمأماً في أصول عمليات البيع والشراء القانونية عبر الإنترنت. وهنا يُطرح السؤال التالي:

لا تطلب أبداً من المتسوق إدخال أو إرسال بياناته عبر البريد الإلكتروني. إن المتصيدين يعمدون غالباً إلى توجيه رسائل إلكترونية زائفة (phishing emails) إلى ضحاياهم، بهدف سرقة البيانات الخاصة بهم. وتطلب هذه الرسائل من المستخدم عادةً زيارة مواقع إلكترونية زائفة، توجهه نحو إجراء تحديث على بياناته، مثل الاسم، كلمة المرور، تفاصيل بطاقة الائتمان، ورقم الحساب المصرفي.

ب - تحميل برنامج مكافحة للفيروسات (Antivirus) محدث على الحاسوب المُستخدم، قبل خوض عمليات التسوق الافتراضي، تجنّباً لـ«سموم» بعض الفيروسات المُصمّمة للاحتيال وسرقة البيانات الخاصّة.

ج - التأكّد من أن شريط عنوان الموقع الإلكتروني المقصود لعملية الشراء يبدأ بـ (http secure) بدلاً من http. علماً بأن الموقع الآمن للتسوق يُقدّم لزبائنه شرحاً عن سياسة الخصوصية التي يعتمدها، بالإضافة إلى عرضه معلومات الأمان عبر الضغط على أيقونة خاصة بذلك. لذا، يُنصح بالتأكّد من أن هذه الأيقونة ليست منسوخة من موقع آخر.

د - التأكّد من سياسات التوصيل والإعادة الخاصة بالمتجر الإلكتروني قبل

ما هي السبل الأنجع لتجنّب المخاطر المحدقة بعملية التسوق الافتراضي؟

### \*سلة نصائح لتسوق آمن\*

لتسوق آمن عبر الشبكة العنكبوتية، يقدّم اختصاصيو أمن المعلومات الإلكترونية جملة من النصائح الهامّة، هي الآتية:

أ - عدم الثقة بمحتوى الإعلانات التي تصل إلى البريد الإلكتروني، ومن ثمّ عدم الإقدام على شراء أيّ منتج يُروّج له على هذا النحو من خلال النقر على الروابط التي يحتويها الإعلان، إلا إذا كانت الجهة المرسلّة معلومة الهوية وموثوقاً بها. بيد أن المتاجر الإلكترونية ومواقع التسوق الحقيقية

## المتاجر الإلكترونية ومواقع التسوق الحقيقية لا تطلب أبداً من المتسوق إرسال بياناته عبر البريد الإلكتروني





ز - عدم التسوّق إلكترونياً عبر حاسوب أو هاتف محمول متصل بشبكة «واي فاي» مجانية (WiFi)، كتلك المتوفرة في الأماكن العامة. فهذه الشبكات قد تكون مخترقة، ما يُسهّل سرقة بيانات المتسوّق.

### \*ظاهرة وليدة

مهما تعددت أساليب المكر والحماية في «زواريب» العالم الرقمي، فإن التسوّق الإلكتروني لا يزال تجربة وليدة في بقاع مجتمعاتنا، يسطع وميضها حيناً، ويخفت حيناً آخر. غير أن اتساع رقعة هذه الظاهرة الافتراضية يبقى محكوماً بركوب الإنسان المعاصر موجة الرقمنة الآخذة في الصعود، بانتظار لحظة هبوط تُغمر فيها كل معالم الحياة الروتينية... معالم يقف في مقدمها التسوّق مُغامراً ومتأرجحاً بين مطرقة النجاح وسندان التصيّد الإلكتروني!

الإقدام على أي عملية شراء، وذلك للتأكد إذا ما كان ممكناً إعادة المشتريات، وللإستعلام عن الجهة التي تتحمل تكلفة ذلك. ويُتصح في هذا المعرض أيضاً بالاحتفاظ بسجل عمليات الشراء عبر الإنترنت.

هـ - اختيار كلمة مرور (Password) يصعب تخمينها واكتشافها، ذلك أن معظم المتاجر الإلكترونية يطلب تسجيل الدخول لإتمام عملية الشراء، عبر إدخال اسم المستخدم وكلمة المرور.

و - عند إدخال البيانات الخاصّة بعملية الشراء على صفحة المتجر الإلكتروني، يُتصح بتعبئة الحقول الإلزامية فقط، وعادة يُشار إليها برمز (\*). تجنّباً لاستخدام المعلومات الاختيارية في غايات تسويقية مشبوهة.

# أخطبوط الإشاعات..

أحمد شعيتو (\*)



باتت اليوم «شبكة الإشاعات» تمدّ أذرعها «الأخطبوطية» على نطاق واسع من المجالات. ومن الواضح أن اتّسع الإشاعات بشكل غير مسبوق في التاريخ الحديث اليوم ناتج عن تطوّر وسائل الإعلام وانتشارها وعن اتّسع قائمة التطور التكنولوجي ومنظومات الاتصال والتواصل وشبكة التبادل في منظومة الاتصال والمعلوماتية والإنترنت. فكثر انتشارها ناتج من تزايد أعداد المشتركين في هذه المنظومة، أما سرعة انتشارها فقائم على سرعة التكنولوجيا في نقل المعلومة.

يساهم في سرعة انتشارها.

ب - عدم فهم كيفية إطلاق هذه الإشاعات وخلفيتها بسبب ضعف الخلفية المقابلة سواء الثقافية أو الاجتماعية أو الدينية أو السياسية. ويمكن الإشارة هنا إلى تطوّر أساليب إطلاق الإشاعات «المخطط لها» والترويج لها وحبك مضامينها؛ لكي تكون

## \* لماذا تشيع الإشاعة؟

من المعلوم أن من يتلقى الإشاعة لا تقف عنده ويصبح هو الناقل والناشر لها على شكل شبكات متداخلة. والسبب في التلقّي والنشر يرجع إلى:  
أ - عدم القدرة أو قلّتها أو عدم النية في التحليل من قبل أكثرية جمهور المتلقين إضافة إلى قلة الوعي؛ ما

## على قاعدة لا دخان من غير نار تعتمد الإشاعة على جزئية من خبر واقعي لتعمل فيه تحويراً وتزويراً وإضافةً وتبهيراً

المجتمع وتوجّهاته، أو معرفة مدى وعيه أو تماسكه.

### \*منشأ وعوامل انتشارها

ما هي التأثيرات السيكولوجية في انتشار الإشاعة؟ وماذا عن الإشاعات المخطط لها؟ وما الرادع الذي يقلل نشر الإشاعات؟ وكيف يمكن أن نعالج هذه الآفة على صعيد نفسية الأشخاص الذين يكونون متلقين وناشرين لها في الوقت نفسه؟

تستند الإشاعة إلى أخبار وهمية خاطئة عن غير قصد أو وقائع تمّ العمل على تحوير جزء منها أو نوايا سيئة، لتنتقل في فضاء الانتشار، فهي لا تنشأ دائماً من خبر غير موجود على الإطلاق، فعلى قاعدة «لا دخان من غير نار» تعتمد الإشاعة على جزئية من خبر واقعي لتعمل فيه تحويراً وتزويراً وإضافةً وتبهيراً. قد تأتي بخبر مضاده أن فلاناً سافر إلى دولة ما من أجل أن يقوم بأعمال تجارية غير شرعية. وقد يكون بالفعل فلان سافر بعمم الجميع ومن أجل أعمال تجارية، وهذا يعطي دفعا لتصديق الإشاعة. أما الجزء الآخر فقد يكون مبتدعاً من حيث إضافة

مقنعة أكثر وتنتشر أكثر. مع الاعتماد على وسائل الإعلام والاتصال الحديثة، صار هذا النوع من الإشاعات خطيراً في السنوات الأخيرة؛ بسبب أهدافه التي تمسّ المجتمعات وأمنها ووحدتها وقيمها. ومن الإشاعات ما يستهدف المجموعات البشرية وفئات معينة، فيتم إطلاقها أحياناً لتكون بمثابة استفتاء لمعرفة واقع





باتت اليوم في ظلّ أعقد وأحدث وسائل الاتصال والنشر، قادرة على بلوغ أهدافها أسرع من البرق محققة لمطلقها القوة والشأ في ميادين الصراع. وللإشاعة المخططة عناصر يعدّها الأستاذ المتخصص:

أولاً: مطلقها وهو المستفيد الأول من ورائها.

ثانياً: المتلقّي وهو غالباً الفئة المستهدفة من الإشاعة.

ثالثاً: الظروف الزمانية والمكانية.

رابعاً: الهدف وهو بيت القصيد.

### \*سلاح الإشاعة وعملها

سلاح الإشاعة يستخدم لهزيمة نفسية الفئة المستهدفة كمقدمة لهزيمة أكبر ربما تكون سياسية أو عسكرية. أما آلية عملها فتقوم على أجواء مؤاتية تُطلق الإشاعة خلالها على شكل طعم جذاب، ليسهل ابتلاعه من الفئة المقصودة ويبدأ تأثيره رويداً رويداً. فمن عوامل انتشارها الخوف من أمر ما، ما يدفع إلى كثرة الحديث بين الأصدقاء عن الخبر الذي

أن هدف هذا السفر هو أعمال تجاريّة غير مشروعة. لكن الإشاعة قد تعمل على اختراع واقع لم يحصل أيّ شيء منه. إذاً، منشأ الإشاعة إما تضليل متعمّد، من قبل أشخاص أو خطأ غير مقصود من قبل مُطلق الإشاعة أو تضخيم وتحوير لواقع حاصل.

### \*وسيلة في ميادين الصراع

قابلنا المتخصص في الفلسفة وعلم النفس الأستاذ يوسف شعيتو الذي حدثنا عن خطورة الإشاعات، وبيئتها، وأهدافها وسبل ردعها. يلفت شعيتو إلى أن الإشاعة المخططة تبوّأت مركز الصدارة في ميادين العداوة واتخذت عبر الزمن أشكالاً مروعة من حيث المضمون والشكل والأدوات والعناصر والتقنيات، حتى

## إذا علقت الإشاعة بعناصر مؤيدة للفكرة تنتشر بسبب الجهل وقلة التدقيق وحبّ البروز



الأستاذ يوسف شعيتو

في الهشيم، نتيجة الجهل، والفقر، والخوف، فالناس لا تعرف أن الخبر إشاعة أو حقيقة، ولا لماذا أطلق، ولا الهدف منه.

### \*أنواعها\*

- 1 - إشاعات لأهداف تجارية تعمل على أساس سيكولوجي (آمال ومعتقدات).
- 2 - إشاعات سياسية حول شخصيات وأحداث سياسية.
- 3 - إشاعات أمنية حول أخطار، ووقائع، وحوادث حصلت أو يمكن أن تحصل.
- 4 - إشاعات اجتماعية حول وقائع تتعلق بالمجتمع أو أمنه الاجتماعي، والمادي، كالأسعار والغذاء مثلاً أو حوادث اجتماعية.

### \*خطورتها اليوم\*

خطورة الإشاعة اليوم أن الاعتماد عليها يتنامى من قبل العدو، فإن كان هناك إشاعات بسيطة تنتشر دون تأثير سيكولوجي أو خطورة اجتماعية، إلا أن الكثير من الإشاعات مخطئ له ولأهداف خطيرة. فالحروب اليوم، نلاحظ أنها، في كثير من الأحيان تستند في تبريرها إلى إشاعات مضللة ويتم ضخّ أموال طائلة في وسائل الإعلام للترويج لها

وصل إلى المتلقي وهذا ما يجعله ينتشر، أو الرغبة بأمر ما لأنه يرغب في أن يحصل الأمر فيبدأ الحديث عنه.

### \*البيئة\*

بحسب شعيتو، فالإشاعات بما أنها عبارة عن إسقاطات ناتجة عن حالة نفسية سيئة وحب الإضافة وخيالات وظنون، فإذا علقت الإشاعة بعناصر مؤيدة للفكرة تنتشر بسبب الجهل وقلة التدقيق وحبّ البروز. لذا البيئة الأمثل لها: المجتمع المتخلف، فهو بيئة صالحة لنشر الإشاعات. هنا يشير شعيتو إلى أن «المُشيع» يراقب ويغذي وينعش أخبار الإشاعة حتى إذا ما «هضمتها» العقول المحدودة الوعي، والنفوس القليلة الإدراك، هبّت لتقويتها وترسيخها الأوهام، والخيالات، والرغبات والمخاوف؛ وأكسبت الإشاعة شحنات من الوقود تسمح لها بالانتشار وفق متواليات حسابية وهندسية، وهو ما يساعد على نفاذ الإشاعة وسرعة تحقق أهدافها ومخططاتها.

على سبيل المثال، أيام الاحتلال العثماني كانت الإشاعة تنتشر مثل النار



بموازاة فرق سياسية تتولى دعمها. وفي هذا الإطار، يلفت الأستاذ شعيتو إلى أن مطلق الإشاعة لأهداف معينة يعملون على تقديم معلومة في مواضيع تهتمّ الناس، وقد يشيع العدوّ أموراً للتأثير على مَنْ يواجهه أو على الناس ومعنوياتهم وصمودهم، وهذا يدخل في إطار مسمى الحرب النفسية.

### \*الردع والعلاج

يؤكد شعيتو أنّ سوء الظن بالأخبار التي تصلنا في هذه الأيام أفضل من حسن الظن بها، خاصة مع ابتداء الأعداء لأساليب جديدة منها. ويمكن تنفيذ خطوات تساعد في الوقوف بوجه الإشاعات:

- 1 - في المناهج التربوية، يمكن إدخال دروس عن الإشاعات.
- 2 - محاسبة وسائل الإعلام على أي خبر غير مدقق به.
- 3 - ندوات وورشات عمل تبين معناها وتاريخها الأسود مع الشعوب، تبدأ مع الفئات الفاعلة وتنتهي مع الفئات الشعبية.
- 4 - تنمية الثقافة الدينية ما يحدّ من نشرها، حيث يصبح الإنسان مسؤولاً أكثر في تصرفاته، ولا يلجأ إلى نشر أخبار دون التثبت منها.
- 5 - تفعيل الجانب الإنساني في المتلقي وإظهار الآثار المدمرة لها على المستويات المختلفة، ولا سيما،

المعنوية والمادية وخاصة القتل، وبالأخص إذا كان المقتول شعباً بكل أطيافه.

6 - تغذية الوعي السياسي من خلال التأكيد عبر المتخصصين والإعلاميين على مدى اعتماد العدو، في كثير من الأحيان، على الإشاعات كتمهيد لتنفيذ مخططاته سواء المدنية أو الحربية أو لدفع هذه المخططات قدماً، وتعميق نجاحاتها في مجتمعاتنا.

وأخيراً، فإن الله تعالى يقول: ﴿إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا﴾ (الحجرات: 6) أي تثبتوا من صحة الخبر والمعلومة، خاصة إن جاءت من أناس مشكوك بأمرهم، وقد يكون هذا الطرف هو العدو فتطبق الآية: ﴿وَاتَّقُوا فِتْنَةً لَا تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْكُمْ خَاصَّةً﴾ (الأنفال: 25) أي أنها إشاعة تصيبنا نحن و يبقى مطلقها بعيداً عن أذاهما، فكيف بنا ونحن ننشر للعدو إشاعاته ونروج لها وهي في نيتها لا تصيبنا إلا نحن وأهلنا ومجتمعنا؟!!

# السير أثناء النوم

تحقيق: هبة عباس

أن يتحرك الإنسان ويمشي ويتكلم بأنشطة وهو في حالة من اليقظة وعقله المسيطر بشكل كامل على هذه التصرفات هو أمر طبيعي. أما أن تحصل هذه الأنشطة وصولاً إلى أخرى أكثر تعقيداً مثل الخروج من المنزل، أو حتى قيادة السيارة والفرد في حالة من السبات أو النوم فهذه حالة تسترعي الانتباه والاهتمام.

## \*السير أثناء النوم

### أو السرمنة

الاسم العلمي لهذه الظاهرة هو السرمنة أو Somnambulism، حيث قد يقوم المصاب في هذه الحالة بالسير، والحركة، والكلام أثناء النوم، وحيث يعتقد من يراه بأنه مستيقظ لا سيّما وأنّ عينيه تكونان مفتوحتين. هذه الظاهرة قد تعرّض المريض إلى الأذى في بعض الأحيان أو حتى الموت. ما هي طبيعة هذه الظاهرة؟ وما هي حقيقة أسبابها وخطورتها على المصاب بها؟ ما هي الإجراءات الوقائية الواجب





إنّ المشي أثناء النوم هو سلسلة معقّدة من التصرّفات، تبدأ خلال مراحل النوم العميقة أي في الثلث الأول من الليل، حيث يكون الدماغ أثناء هذه العملية نصف نائم ونصف واع. وتدرّج هذه التصرفات من المشي والكلام إلى الخروج من المنزل، وحتى قيادة السيارة دون أن يتذكر المريض ما فعله في اليوم التالي، ما قد يساهم في إصابته ببعض الكدمات أو الجروح أو حتى الموت.

«عانت ابنتي من السرمنة فأدّت هذه الحالة إلى وفاتها». بهذه الجملة افتتحت السيدة سهام مقابلتها معنا.

«لم تكن ابنتي تعاني من أيّ خطب عضويّ أو نفسيّ، مشكلتها الوحيدة كانت أنها تسير أثناء النوم. كان الأمر في البداية مضحكاً حيث إنها كانت تتجول في المنزل وهي نائمة ولا تتذكر في اليوم التالي ما فعلت، إلّا أن الأمر ازداد خطورة عندما بدأت تحاول الخروج من المنزل وهي نائمة».

ولفتت السيدة سهام إلى أنه ومع

اتخاذها لحمايته؟ «بقية الله» أجرت مقابلات مع حالات عانت من السرمنة وتبعاتها السلبية.

18 % من الناس يعانون من ظاهرة السير أثناء النوم أو اضطرابات النوم. وهي منتشرة عند الأطفال أكثر منها عند الكبار، لتختفي مع التقدم في العمر، حيث لا يكون لهذا الاضطراب أية أسباب نفسيّة أو عضويّة.

### \*أتكلم معه بصوت منخفض

الحاجة أم علي روت لنا كيف كان ولدها في صغره يمشي ويتكلم أثناء النوم، قالت: «كان يستيقظ من نومه وعيناه مفتوحتان، يتجول في المنزل ويتكلم معنا ثم يعود إلى سريريه دون أن يتجاوب معنا في حال سألناه عما يريد، وبعد أن تكررت هذه المسألة مرات عدة علمت أنه يعاني من السير أثناء النوم. لذا، كنت أعمد إلى التكلّم معه بصوت منخفض حتى لا يستيقظ فينزعج ويغضب، وأعيده إلى سريريه. ثم زالت هذه الظاهرة تلقائياً مع تقدّمه في العمر».

## على الأهل التعامل مع موضوع السرمنة بجدية لأنها قد تؤدي إلى الأذية والوفاة

أقف عند سريره وأغطيه ما كاد يسبب له  
الاختناق.

السيدة زينب أكدت أنها تعمد منذ  
ذلك الوقت إلى عدم إرهاق نفسها كثيراً  
حتى لا تصاب بالسرمنة لا سيما بعد أن  
أيقنت أن هذه الحالة قد تؤذيها أو تؤدي  
أي فرد من أفراد أسرتها.

بعد عرض هذه الحالات، وبسبب  
خطورة ما قد يصل إليه المريض من

ازدياد الأمر خطورة بدأت باتخاذ تدابير  
وقائية لمنع ابتها من إيذاء نفسها،  
فكانت تعمد إلى إقفال الباب جيداً وإغلاق  
جميع النوافذ. إلا أن الأمر الذي كان يقلق  
الوالدة حصل بالفعل، فقالت عن حادثة  
الوفاة: «كان هناك نافذة عالية في غرفة  
الجلوس ولا تستطيع ابنتي الوصول إليها،  
فكان أن أحضرت كرسيًا بينما هي تسير  
أثناء نومها لتقف عليه للوصول إلى تلك  
النافذة فوقعت من علو 5 طوابق».

وفي ختام الحديث لفتت السيدة  
سهام إلى أن على الأهل التنبيه والاهتمام  
إلى هذا الأمر مع أولادهم وعدم التعامل  
مع الموضوع باستخفاف لأنه يؤدي إلى  
الأذية والوفاة كما حصل مع ابنتها.

### \*تعب وإرهاق... فسرمنة\*

من المعروف أن التعب والإرهاق قد  
يزيدان من احتمال حدوث المشي أثناء  
النوم، إضافة إلى القلق،  
والتوتر والعصبية الزائدة،  
وهذا ما حصل مع السيدة  
زينب، تقول: «التعب والإرهاق  
دفعاني إلى المشي أثناء النوم. هذا ما  
اكتشفته صدفة في ليلة عانيت فيها من  
الاستيقاظ المتكرر  
بسبب مرض طفلي  
فكان يبكي كل نصف  
ساعة تقريباً، وفي  
إحدى المرات التي استيقظ فيها  
وبكى نهضت من سريري وتوجهت إليه  
وبدأت أغطيه ظناً مني أنه يشعر بالبرد،  
إلا أن صوته العالي أيقظني لأجد نفسي



- 2 - التحدث بعبارات غير مفهومة.
- 3 - عينا المريض تكونان مفتوحتين.
- 4 - عدم تذكر شيء مما حدث أثناء النوم.
- 5 - القيام بأنشطة معقدة مثل قيادة السيارة.
- 6 - انقطاع في النفس خلال النوم.
- 7 - التبول اللاإرادي.
- 8 - الرعب الليلي.

ولفت الدكتور شحيمي أن الإنسان، خلال نومه، يمر بخمس مراحل تشكل دورة النوم التي قد تستغرق من 90 إلى 100 دقيقة، موضحاً أن السرنمة تحدث خلال مراحل النوم العميق أي الثالثة والرابعة مؤكداً أنه من الصعب إيقاظ الإنسان خلال هاتين المرحلتين، وفي حال تم إيقاظه فإنه قد يشعر بالدوار والارتباك لبضع دقائق.

### \*أسباب السرنمة\*

وأشار الأخصائي النفسي إلى أن الوراثة تلعب عاملاً مهماً في انتقال السرنمة من الأهل إلى الأطفال، إضافة إلى التعب، النوم غير المنتظم، المرض أو الحمى والتوتر. كما أكد أن تناول بعض الأدوية، قد يؤدي إلى السير أثناء النوم.

### \*إجراءات حماية\*

- لفت الدكتور شحيمي إلى بعض الإجراءات الواجب اتخاذها مع الأشخاص الذين يعانون من السرنمة ومنها:
- 1 - عدم إيقاظ الشخص لأن إيقاظه قد يخيفه ويربكه. ويجب التحدث معه بصوت منخفض وإعادته إلى سريره.
  - 2 - إقفال الأبواب والنوافذ في البيت كله.



الدكتور فضل شحيمي

إيذاء لنفسه أو لمن حوله، توجهنا إلى الأخصائي النفسي الدكتور فضل شحيمي لشرح لنا أسباب هذه الظاهرة وطرق العلاج أو الإجراءات الوقائية المحتملة. عرّف الدكتور شحيمي السرنمة بأنها اضطرابات نوم يقوم فيها المريض بأنشطة عدة من ضمنها المشي. وهي قد تكون متعلقة بأسباب مثل: الإرهاق والتعب عند الأطفال والمراهقين أو بسبب الأمراض العقلية أو شرب المخدرات أو الكحول عند الكبار. أما عند كبار السن فهذه الحالة قد تأتي بسبب التغيرات التي تصاحب المخ كالضمور والتغير في الأنسجة التي يسببها تقدم العمر.

### \*كيف يتصرف؟\*

- وشرح الدكتور شحيمي بعض التصرفات التي قد ترافق حالة السير أثناء النوم، ومنها:
- 1 - المشي أثناء النوم حيث قد يستمر ذلك من 30 ثانية إلى نصف ساعة تقريباً.



## من إجراءات الحماية تركيب حديد على شرفات المنزل والنوافذ

- 3 - أن لا يكون السرير عالياً وذلك لتجنب السقوط لا سيما في حال عانى الطفل من السرنمة.
- 4 - إزالة الأشياء الخطرة والحادة أو حتى القابلة للكسر من محيط الشخص.
- 5 - إزالة العوائق التي قد يتعثر بها المريض وعدم ترك أي شيء على أرضية المنزل.
- 6 - تركيب حديد على شرفات المنزل والنوافذ.

### \*نصائح مهمة\*

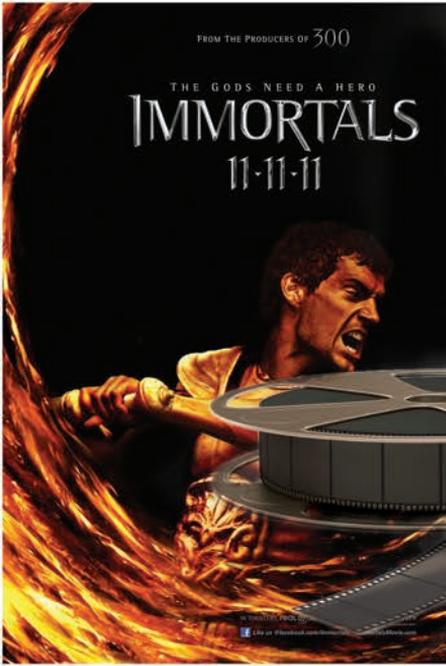
- كما أعطى الدكتور شحيمي بعض النصائح للذين يعانون من السرنمة لمساعدتهم على التخفيف من هذه الظاهرة منها:
- 1 - الاسترخاء قبل النوم من خلال الاستماع إلى القرآن أو أي شيء هادئ.
  - 2 - النوم في وقت مبكر، ووضع برنامج محدد للنوم والاستيقاظ والالتزام به.
  - 3 - عدم شرب كميات كبيرة من السوائل قبل النوم، فالمثانة الممتلئة قد تسبب المشي أثناء النوم.
  - 4 - عدم تناول المشروبات التي تحتوي على الكافيين قبل النوم.

5 - التأكد من أن غرفة النوم هي مكان هادئ ومناسب للنوم أو محاولة تخفيف الضجيج إلى أدنى حد ممكن.

### \*العلاج\*

أما عن طرق العلاج المتوفرة لحالة السير أثناء النوم فأكد الأخصائي النفسي أن الإرشادات التي وردت أعلاه تساعد في معظم الأحيان على التخفيف من هذه الحالة، مضيفاً: «في بعض الحالات الصعبة والخطرة يجب على الأهل أو المريض استشارة أخصائي نفسي لتشخيص حالة المريض والتي أدت إلى هذه الاضطرابات في النوم»، مؤكداً أن تناول الأدوية المهدئة تحت إشراف طبي مباشر يساعد على التخفيف من حالة السرنمة.

وفي الختام، أشار الدكتور شحيمي إلى أنه، ومن خلال التجربة، يمكن القول: إن الغالبية العظمى من الحالات التي تعاني من السير أثناء النوم تتحسن من خلال اتباع الإرشادات السلوكية التي تم ذكرها سابقاً.



السينما الغربية؛

# حشوه عقول

وثام أحمد (\*)

كثيرة هي المواضيع التي شغلت السينما العالمية، وأخذت حيزاً كبيراً من الأفلام السينمائية الرائدة، ولكن يبقى موضوع الدين أو مقاربتة بشتى الوسائل الممكنة هو الموضوع الأبرز. ربما يعود ذلك إلى أن السينما، التي يُعتبر وجودها حديثاً مقارنة مع وجود الدين في الحياة الإنسانية، تعتبر أن الدين هو الشريان الحيوي الذي يغذي كافة الشعوب على اختلاف انتماءاتها ومعتقداتها، فعملت على الترويج لذلك آخذة من هذه المعتقدات، ولكن على طريقتها الحديثة. عندما نود أن نتكلم عن السينما العالمية، علينا أن نذكر أيضاً بالدول الراعية لهذه الأفلام والشركات المنتجة التي تخدمها بالإضافة إلى الأشخاص الذين يشكلون الأدوات التي تنفذ هذا الأمر؛ لأن السينما، كما نعرف، منذ وجدت ما زالت هي السحر الذي أصبحت تمارسه هذه الدول على كافة الناس في العالم من أجل صناعة رأي عام، كما بث الأفكار والآراء المضللة التي تتوافق وسياساتها الاستعمارية.

## اختراع الغرب لنا أكذوبة كبيرة، وهي الأساطير اليونانية وطلب منا تصديقها

ملاحقاً من زوجة والده «حيرا» التي تعتبره خطراً على ملكها وسلطانها مع أنها ملكة الآلهة. وتبع ذلك سلسلة «زينا المرأة المحاربة». وجاءت مسلسلات كثيرة تروّج لهذه الأفكار التي تدخل بنظرهم في حيز الدين، لأن زيوس هو ملك السماء، وإخوته هم ملوك البحار والجحيم وغيرهما...

من هنا، كان اللقاء بين السينما والدين؛ لأن الحياة اليونانية الإلهية، بنظرهم، كانت قبل ظهور السيد المسيح وباقي الأديان الأخرى التي مسحت كل وجود لهذه الأساطير الخرافية. لكن، يبقى شغف الناس بحبّ الاطلاع والمعرفة للوصول إلى أسئلة تعتبر أجوبتها بديهية، هو الذي حثّ السينما العالمية على تغيير دوري لمقاربة هذا الموضوع في أفلامها وجعلها تلقى رواجاً كبيراً.

### \*مفاهيمنا في أفلامهم\*

بعد ذلك، عمدت السينما العالمية إلى محاولة مقاربة الأديان السماوية من خلال الأفلام التي تتكلم عن حياة

## \*الغرب وأسطورة «الأساطير اليونانية»

لن نخوض في موضوع السينما الدينية، أو الاقتباس الذي حصل من الكتب السماوية، بغضّ النظر عن الطريقة التي تمّ الاقتباس بها أو مدى صحّة هذا الاقتباس وموضوعيته. ما يعني هنا، هو الإضاءة - ولو بشكل عام - على الكيفية التي قامت فيها السينما العالمية بمقاربة بعض المفاهيم الدينية.

لقد عمل الغرب، على مر السنوات، على حشو عقول الناس بما يسمى «الأساطير اليونانية»، وكيف أن الآلهة كانت تتدخل في حياة البشر، وما يستتبع ذلك من إشباع لرغباتهم في اعتبار البشر على أنهم مصدر للتسلية واختبار قدراتهم الخارقة.

إضافة إلى ذلك، تمّ العمل على الدمج ما بين الأساطير اليونانية، والحياة التي عاشها ملوك اليونان في تلك الفترة، في خلط فعلي بين هذه المرحلة الزمنية وتخطّيها بمراحل لاحقة. ما نود قوله: إن الغرب قد اخترع لنا أكذوبة كبيرة، وهي الأساطير اليونانية وطلب منا تصديقها. ولأجل تحقيق ذلك، قام باستعمال السينما كوسيلة للإقناع بالإضافة إلى تزوير كافة الحقائق التي تدل على وجود آثار لهذه الأكاذيب، كوجود مغاور تعتبر بوابة عبور إلى عوالم أخرى.

### \*ملوك آلهة!!\*

أبرز هذه الأفلام سلسلة «هرقل البطل الخارق» الذي يتمرد على والده «زيوس» ولا يقبل منه الألوهية، ويصبح



### ❖ فيلم «الخالدون»

سننتحدث في هذه المقالة عن أبرز فيلم يقارب ما ذكرناه سابقاً عن الأساطير اليونانية، بالإضافة إلى ما تضمنه من أفكار ومفاهيم دينية جديدة وهو فيلم «الخالدون» للمخرج ترسيم سينغ وهو من إنتاج عام 2011. الفيلم كغيره من الأفلام السينمائية التي تتحدث عن قصص آلهة اليونان، ويركز على إحدى قصص زيوس الإنسانية ونزواته مع البشر حيث يقيم علاقة غير شرعية مع إنسانة بشرية وينجب منها صبياً. ولكن القصة ليست هنا، بل هي فيما سيفعله هذا الصبي بعدها، عندما يقوم بمحاولة القضاء على الشرّ والقتلة. الشاهد الأول في الفيلم، هو عندما

الأنبياء والمبشرين بطريقة اقتباسية موجهة، لا يتسع المجال للحديث عنها، وانتقلت بعدها للحديث عن قيم بشرت بها هذه الأديان، ورسختها في أذهان المؤمنين انطلاقاً من عقيدة ثابتة، ونذكر هنا بعضها: كمفهوم الشهادة بكافة جوانبه، مساعدة الناس، الإيثار، حب الإنسان والأرض، ... وأضيف أنها دخلت في مفاهيم تعلمناها من أهل البيت عليه السلام، كما دروس كربلاء الخالدة... كلها كان الغرب يراها جيداً ويعرف كيف يستفيد منها لكي يستطيع اختراق كل دفاعاتنا العقائدية وتشويهاها ما أمكن، كما تضليل الشعوب الضعيفة بشعارات تعتبر رنانة وموافقة لقناعاتهم، ولكنّها تحمل بين طياتها أفكاراً سوداء مسممة.

## أدرك الغرب أن أسهل طريقة للدخول إلى عقول الناس، هي المعتقدات التي يؤمنون بها

أنه أمام معركة إنسانية بكل ما للكلمة من معنى، لأن كل هذه الصور يعرفها المشاهد وخاصة الشيعي، وبطريقة لا إرادية يقوم بمقاربتها في عقله ولكن دون أن يلتفت لمدلولاتها.

ما أردنا أن نشير إليه هو أن الغرب قد وعى حقيقة كبيرة وهي أن أسهل وأضمن طريقة للدخول إلى عقول الناس هي من خلال صلب تديّنهم والمعتقدات التي يؤمنون بها، لأن هذه الأخيرة مترسخة في أذهانهم بطريقة إنسانية وهو يستطيع من خلال تشويه بعض من هذه الحقائق أن يخلط بين الحقيقة والتزييف ولأن أساليبه مقنعة ستختلط الحقيقة بالتزوير ويحقق بذلك هدفه.

هذا الفيلم، هو حلقة صغيرة من سلسلة أفلام كانت وما تزال بنظرنا أفلاماً مشوقة وجميلة من حيث الإخراج والمؤثرات البصرية ولكنها الأخطر والأكثر قدرة على الدخول إلى عقولنا دون استئذان خاصة مع دخول الأفلام ثلاثية الأبعاد إلى عالم السينما الذي أصبح في متناول أيدينا..

يقوم زيوس بالتمكر ليكون قرب ولده ويشرف بشكل سرّي على تدريبيه ليستطيع القيام بمهامّه المستقبلية (ولتصنع على عيني..)، ثم في محاولة هذا الشاب الدفاع عن أهل قريته ووالدته والعناية بها بشكل خاص وملفت (لا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولاً كريماً واخفض لهما جناح الذل من الرحمة..).

### \*مصادفة مقصودة\*

نتنقل إلى ما يدخل في خفايا هذا الفيلم، فعنوان الفيلم هو الخالدون، وهو يعني مجموعة من إخوة زيوس الخالدين وعددهم 12، وقد سجنهم لتمردهم عليه في سجن مكعب (شبيه بالكعبة الشريفة)، وعندما تشتد المعارك بين ابن زيوس وذلك الشرير الذي يود تحريرهم للسيطرة عليهم وما يستتبع ذلك من تدخل لزيوس وأولاده الثلاثة، يقوم هذا الشرير باستعمال السلاح الفعال وهو قوس الآلهة لتدمير السجن فيقوم بشق جداره (على غرار ما حصل من شق جدار الكعبة..). ربما نعتبر ذلك كله مصادفة وغير مقصودة، ولكن عندما يقتل أولاد زيوس كل بطريقة مختلفة (والمثل يضرب ولا يقاس) يمكن القول: إن هذا مستوحى من حياة أئمة أهل البيت عليهم السلام، فابنة زيوس تلطن برمح في خالصتها وتضرب بالحائط، والابن الآخر تقطع كفاه ومن ثم رأسه، والآخر يضرب على رأسه.. كل ذلك في طريقة دراماتيكية توحى للمشاهد

### الهوامش

(\*) مدير قسم الدراما في جمعية رسالات.



# ملاك

## وشيء من العشق

ندى بنجك

هو المكان.. عندما يحط فيه نثار من نسغ روحك، يجتاحك أو يظللُك، يوقظ في عينيك ألقاً، وقد يعيد وجعاً، وفي كل الأحوال، ليس بإمكانك أن تمحو آثارك فيه، طالما أنها حكايات وذاكرة. هي ليست بلدته، لكنها محط نوره وناره. وهو ليس أميرها الوحيد، لكنه ألقى جنب كل صخرة فيها شمس قلبه والظل، وأخبر ترابها أنه وحده حُضن عشقه الذي سوف ينكشف للكل. يوم أراد أن يخبر كيف صار الله في حياته كل دنياه، وأنه ما عاد بإمكانه أن يبقى لحظة بلا عناق الله، أو يقنع أن ينتظر، فهو في لائحة الخواص استشهادي، ضجّت روحه، بأن أن أوان التنفيذ، فاختارها هي.

فلنترك «بنت جبيل» إذاً، تحكي لنا عن «ملاك»<sup>(1)</sup>.

## \*بنت جبيل تحكي عن ملاك

تقول بنت جبيل: «رأيتُه ذات فجر، يغسل كَفِّيه بتراب المحور، عيناه دامعتان، ودمعه حنين وياسمين. أت هو لتوّه، مفتقداً أعزَّ الرفاق وتوأم قلبه، الشهيد غسان علوية، الذي استشهد في عملية برعشيت النوعية من العام 87، فجاء صلاح غندور «ملاك» في اليوم الثاني مباشرةً، إلى محور بنت جبيل متفرّغاً للعمل العسكري، بعد أن كان عمله متنقلاً بين الجنوب وبيروت. إذاً، من هذا المكان، بدأ يحضر صوته وقبضته في كَفِّ الزمان».

## \*والروح أيضاً... ملاك

جاء إلى المحور مجاهداً لا يتعب. يقلُّ من إجازاته، ويكثر من مشاركاته، وأينما حلَّ، بشارة وجهه تطل. روحه مستبشرة دوماً، بأن التوفيق حاصل، إذا أخلص القلب لله سبحانه. أوجد لنفسه حضوراً غريباً وحباً وأنساً بين المجاهدين. إذا كان الاسم ملاك، فأى توصيف يليق بالروح!

رفيق معظم العمليات المؤثرة هو، ولا مجال لاستثنائه من مهمة خاصة أو مواجهة. يستلذ بكل خطوة وهو يعبر إلى العمق، ويسأل عن العملية التالية، من قبل أن ينهي مهمته. السجل حافل، وهو جدير بكل بطولة.

إذا أردت أن تعرف شخصية المرء، روحه وعقله وأصالته، عليك أن تعرف من هو صاحبه! وهذا أمير الميادين «خالد بزي»<sup>(2)</sup> الحاج قاسم، كان صديقه، وحبيبه، وضلعه في كل نزال.. وهو مسؤوله الذي واكبه في مفصل العملية الاستشهادية.

## \*تاريخ وذاكرة

تألّفت روحاهما، وتناغمت، مثل الذوبان الذي يحصل بين الماء والسكر. إذاً، ما الحال عندما تقرّر أن يكون ملاك، هو من سوف ينفذ العملية الاستشهادية في بنت جبيل، والتي يتولاها بكل تفاصيلها، بدءاً من التخطيط وحتى لحظة الانفجار وإتمام التنفيذ، الحاج قاسم؟!

كان الموقف أكثر من صعب. انهمر شلال الشوق دفعة واحدة، وما حان الفراق بعد. هل يمكنك أن تفصل التاريخ عن الذاكرة؟ كان بين ملاك والحاج قاسم سنوات من تاريخ وذاكرة لم يفترقا فيها أبداً. التقيا في بيروت في البدايات النارية لعمليات المقاومة الإسلامية الجهادية. يروحان معاً، ويجيئان معاً. يتشاركان خدمة المجاهدين، يتبادلان القمصان، ويتقاسمان الماء والتمر.

## \*كما تريد يا سيد

أصرّ ملاك على أن يكون هو المنقذ. قالوا له: «أنت كادر لا يستغنى عنك،

عملية استشهادية، سوى قلة منهم. تُرى بأى نظرة كان الحاج قاسم يرقب فرحة ملاك، وهو لم يكفّ ساعتها عن ابتسامته تشق القلب، وتخرق الأرض؟!

### \*صوت الصلاة

إنها الأيام تقترب، لم يهدم قلب ملاك عن اشتياقه لموعد ينتظر، حينما ناداه صغيره «محمد» وهو لم يكن تجاوز العامين، «بابا..بابا»، لاحقاً به إلى خارج المنزل، حينما رأى والده يهّم بتركه ويغادر. فينبغي أن يتلو وصيته، التي شاركه في كتابتها الحاج قاسم، فهي صوت الصلاة وعبق الدم. قال فيها: «إلهي تركت الخلق طراً في هواك وأيتمت العيال لكي أراك، فلو قطعني في الحب إرباً لما مال الفؤاد إلى سواك».

هو الآن سيمضي، ماذا يفعل؟ هل يكفي أن يعانقه؟ وعندما يعانقه هل بإمكانه أن لا يدمع؟! هذا ملاك رفيق الروح حقاً سيمضي، ماذا يقول له الحاج قاسم أخيراً؟

أنت تدير عمليات، ودماعك متوقد، نحن بحاجة إليك...». قال لهم: «لن أقبل أن أفوت هذه الفرصة...». حتى كانت جلسته الأخيرة مع سماحة السيد حسن نصر الله (حفظه الله). تحدّث معه السيد، على أن يكمل عمله ككادر ميداني نوعي، فكان جوابه: «في النهاية كما تريد يا سيد، ولكن اعلم أنني محب لهذا العمل الاستشهادي». تبسّم السيد وقال له: «اتكلنا على الله.. عمليتك هذه توازي عملية الاستشهادي أحمد قصير من الناحية السياسية والعسكرية.. وأنت منتصر بإذن الله».

ميدانياً، في انتظار ملاك سيارة خالية من أكثر القطع الأساسية، حتى من المحرك. كانت معطلة منذ فترة طويلة، وموجودة في بلدة الطيرى. لكي تصبح سيارة، كانت بحاجة إلى إبداع ذهني، وبحاجة إلى تجليات زيارة عاشوراء التي لم تفارقها روح ملاك.

وبعد، انقضى كل شيء. السيارة جُهزت بشكل رهيب، وفي انتظار أن ينطلق بها فارس الاستشهاديين. قبل أسبوع من انطلاقه، أراد الحاج قاسم أن يبارك لملاك عمليته، وأن يكرمه بطريقته. فدعا مجموعة غير قليلة من المجاهدين والرفاق في المحور، على وليمة غداء. لا ملاك علم، حينها، أن الوليمة تقام على شرفه، ولا الشباب علموا أنه سينفذ

لحظة الشهادة، تصاعد  
الدخان والنار، وعينا الحاج  
قاسم بصمت وبد معتين  
تتبعان كل شيء





# ملاك

المشهد أعظم من أي وصف. بعد التصاق القلب بالقلب وقت العناق الأخير، لثمه بابتسامة الواثق المطمئن وقال له: «أنت سفيرنا إلى الجنة ما تسانا». حينها عاد ملاك مجدداً إلى احتضانه، وأجابه بإشراقه الواصل: «إن شاء الله... ملتقانا قريب».

## \*مركز ال17\*

ومضى.. في السيارة التي شارك ملاك في تجهيزها وملئها بالمتفجرات، بكمية كان يطالب المعنيين بأن لا تكون قليلة، من أجل أن يضمن تناثر جسده إرباً إرباً كما عاهد الحسين معشوقه. كانت المهمة أكثر من حساسة. فالهدف في بنت جبيل هو مركز ال17، وهو من أضخم المراكز الاستخباراتية والعسكرية الصهيونية في تلك المنطقة. فيه تحطّ القوافل ومنه تتطلق إلى داخل الكيان الصهيوني في فلسطين المحتلة.

ثمة لحظات خطيرة وحساسة رافقت تلك المهمة. القافلة الصهيونية تتأخر عن موعد وصولها، وهذا ملاك يعترضه في طريقه أكثر من حاجز لحدي، وأكثر من سؤال واستفسار، إلا أن ملاك الملائكي، استطاع بكل ذكاء وهدوء أن يتخطى كل الأسئلة والحواجز، وساعده وجود مجسم رجل عجوز، جلسه الإخوان بجانبه، حيث كان يمنع أن يمر أي شخص وحده في السيارة.

## \*أنوار تشتهيها السماء\*

خمس وعشرون دقيقة مرت، وملاك يتناغم مع حبيبه الحاج قاسم، في انتظار لحظة الوصول، إلى أن همس له ملاك «خلص مشي الحال» ورد سريعاً الحاج قاسم «الله معك.. ما تسانا». ثم جملة أخيرة من ملاك، «الله اكبر»، وضغط زر التفجير. تصاعد الدخان والنار، وعينا الحاج قاسم بصمت وبدمعتين تتبعان كل شيء.

تقول بنت جبيل، التي لم تعد بلدة الحاج قاسم وحسب، بل مكاناً اختتم حياة قلب، وبداية لآخر: «إني رأيته، مع كل حنين أو قيام مجد، يمضي إلى حيث صعدت روح ملاك أنواراً تشتهيها السماء، يمد كفه إلى التراب، ليتناول كمشة، ثم يقربها من قلبه ويصغي، ماذا يقول له ملاك. يصغي ويبتسم، والضوء الشارد من عينيه، يجيب: «لا أنساك.. انتظرنى، وإن طال الطريق، فبعد الزهر في نيسان حيث كان يومك.. سيطل صيف وبحر وعصافير».

## الهوامش

- (1) الشهيد صلاح غندور الذي نفذ عملية استشهادية في مركز ال (17) - بنت جبيل، بتاريخ 1995/4/25م.
- (2) الشهيد خالد بري (الحاج قاسم)، شهيد الوعد الصادق بتاريخ 2006/7/28م.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ  
وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ  
(النور: 37)



مؤسسة الشهيد



### نسرين إدريس قازان

ليس الوطن حدوداً جغرافية أو هوية  
تحمل الجنسية، الوطنُ انتماءٌ معمّد  
بالدماء.. و«حسام الدين» المولود في  
بعلبك لأب سوري وأم لبنانية، كان أول  
من وقع عليه بصره وهو يزيل غشاوة  
الرحم، وجه خاله (الشهيد) أحمد، الذي

شهيد الدفاع عن المقدّسات

حسام الدين محمد الزركلي

(أبو الفضل)

اسم الأم: عليا الأطرش

محل الولادة وتاريخها: سوريا

1981/2/18

الوضع العائلي: متأهل وله 3 أولاد

رقم السجل : 425

تاريخ الاستشهاد: 2013/7/9

أخذه بين ذراعيه وراح يناغيه من الغروب  
وحتى شروق الشمس..

### \*ظنّ الأطباء أنه توأم!

كانت الأم برفقة زوجها المهندس في  
الأردن ولمّا لم تستطع البقاء هناك، قررت  
وزوجها العودة إلى لبنان والاستقرار  
بالقرب من أهلها حيث أنجبت حسام،  
كان قوي البنية كثير الحركة في الرحم  
وهذا ما أوهم الأطباء بأن في البطن  
توأمين.

«حسام الدين»، وكم يشبهُ اسمه،  
وكانه سُمّي به لأنه سيأتي اليوم الذي  
سيكون فيه سيفاً للإسلام مسلولاً على  
أعداء الدين المتجلببين جلبابه، وكيف لا  
يكون كذلك وقد رأت أمه في الرؤيا أثناء  
حملها به أن الإمام الخميني العظيم وَأَمْرًا  
قد تبرّع لها بدم من دمه وشعرت به يجري  
في شرايينها، فاستبشرت بذلك. وقد  
أولى أخواها أحمد ابنها «حسام» عنايةً  
خاصة فكان يجلسه دوماً على ركبتيه،  
ويخصّصه بالحلوى والساكر.

## شارك في ذلك المواقع الإسرائيلية في تحرير العام 2000 وتطهيرها وفي نقل الغنائم



### \*وضوح الهدف والطريق

في الرابعة من عمره فُقد حسام  
خاله أحمد الذي استشهد أثناء قيامه  
بواجبه الجهادي. وكان مشهود رحيله  
متزامناً مع رحيل الكثير من أبناء بعلبك  
شهداء، فاشتد عود حسام بين أزقة كُتبت  
عليها الشعارات الثورية وعلقت عليها  
صور الشهداء، وكان ذلك كافياً لتكون  
طريقه واضحة في الحياة. تلك الطريق  
التي حرص أن يمسك بيد من استطاع  
من إخوته ومن رفاقه للسير فيها، فلعب  
دوراً مؤثراً في ذلك. كان يشتري من  
مصروفه الخاص رغم قلته ثياباً كشفية  
لمن لا يستطيع شراءها بهدف تشجيعه  
على الانضمام إلى الكشافة، وقد حرص  
على تثقيفهم جهادياً ودينياً، وتعريفهم  
إلى عدوهم، حتى لا يكون حملهم للسلاح  
وليّد بيئةً تربوا فيها أو فعلاً يتماشى مع  
السائد.

في السادسة عشرة من عمره،  
التحق حسام بأول دورة عسكرية له.  
كانت الحماسة واضحة في عينيه اللتين  
كانتا تبرقان كلما اقترب موعد ذهابه  
إلى المحور. وقد شارك في ذلك المواقع  
الإسرائيلية في تحرير العام 2000  
وتطهيرها وفي نقل الغنائم، وكان ذلك  
أول مهمة رسمية له في صفوف المقاومة.

### \*الإيثار من أجمل صفاته

اختصر حسام حياته كلها في العمل،  
بين عمله في المقاومة وعمله الخاص في  
حداثة السيارات. وكان كل همّه تأمين

الوصول إلى المحور ينقصها فقط توزيع الحلوى!».

مع انطلاقة الدفاع المقدس كان حسام أول الحاضرين هناك، وبات لا يطيق العودة إلى الديار، وكأنَّ روحه التائهة منذ سنوات في دروب الدنيا قد وجدت ملاذها للخلاص، وهو الذي لم يستطع تقبُّل بقائه حياً بعد حرب تموز 2006. في مدينة القصير، كان حسام القنَّاص الذي لا يخطئُ عدوه، يمشي في مقدمة المجموعات متعجلاً للالتحام مع الأعداء، فلا يطيقُ صبراً، ولا يتحمَّلُ بعداً، وإن رجع في إجازة ليرتاح يتعبه الانتظار للعودة إلى قتال أولئك الذين ساروا على خطى الظالمين.

وفي إحدى معارك «تل مندو»، قامت مجموعة منهم بشتم المجاهدين بأقذر العبارات، فلم يتحمَّل حسام ما سمعه، فخرج إليهم غير عابئ برصاصاتهم، وصرخ بهم وهو يرفع إصبعه نحو السماء: «أبالموت تهددني يا ابن الطلقاء؟ ألا إن الموت لنا عادة وكرامتنا من الله الشهادة»، وفي خضم المعركة سقطت قذيفة بالقرب من مجموعته فأصيب بيده، فهُرَّع المسعف إليه، فطلب حسام منه الاهتمام بالجرحى الآخرين، فيما

الراحة لأهله ولزوجته وولديه، فلم يخفَّ التعب من عزيمته، حتى بات لا يستطيع الجلوس للراحة، بل إذا ما وجد لحظة فراغ يخترع شيئاً يعمل به.

الإيثار هو الصفة التي لازمته، حتى إذا اشترى ثوباً جديداً لم يلبسه قبل أن يطلب إلى إخوته ذلك، وإن حظي بهدية من العمل اقتسمها وأحد رفاقه المجاهدين، فسعادته كمنت في العطاء، وفي جلساته العائلية كان أغلب حديثه عن أهل البيت عليهم السلام أو قصصاً عن الشهداء ومعارك المقاومة قبيل التحرير.

كانت زوجة حسام حاملاً، وتمنى كثيراً أن يكون الجنين فتاة ليسميتها فاطمة، وهو والدٌ لصبيين، ولكن الصور الطبية أظهرت أن الجنين صبي، فحمد حسام الله على نعمته وتحسّر على أن لا ينال منزله شرف اسم فاطمة، ولكن بعد استشهاد حسام بشهرين أنجبت الزوجة مولودةً أسمتها كما أحب حسام: فاطمة..

### \* مع زينب عليها السلام وعلى طريقها

إذا كان حسام صاحب الابتسامة الدائمة فإنها لم تستطع أن تخفي بريق الحزن في عينيه؛ حزن كان يختفي بمجرد وصوله إلى عمله، ولهذا قال له أحد المجاهدين يوماً: «إن سعادتك عند



صرخ بالأعداء وهو يرفع  
إصبعه نحو السماء: «أبالموت  
تهددني يا ابن الطلقاء؟ ألا  
إن الموت لنا عادة وكرامتنا من  
الله الشهادة»



القصير حساماً من تقديم خدماته،  
وكأنه لا يستطيع أن يتنفس الهواء من  
دون تعب، فتراه يتنقل من بيتٍ لآخر  
ليؤمّن الماء الساخن لرفاقه، غير عابئٍ  
بالمخاطر المحدقة به، وعندما استشهد  
بعض المجاهدين، حوَصر جثمان الشهيد  
مصطفى العزقي، فكمن حسام عشرة  
أيام لحماية جثمانه من الأسر.

استشهد أغلب رفاق حسام، فزاد  
ذلك من حزنه وكربه، وكان الشهيد علي  
فؤاد حسن قد أرسل له صورة وردة عبر  
الهاتف الخليوي، وسلّم عليه قبل استشهاده  
بدقائق، فتأثر بذلك كثيراً؛ وكان يسأل  
الله تعالى دائماً أن يرزقه الشهادة دفاعاً  
عن العقيلة زينب عليها السلام، وتوجت مسيرة  
المجاهد بارتقاعه شهيداً.

قام هو بتطبيب نفسه، وبينما هو منشغل  
بلفّ يده واذ بجعبة أحد المجاهدين  
تشعل فيها النيران، فتسي حسام نرف  
يده وركض ليرمي بالذخيرة خارج الجعبة  
ويساعد رفيقه بخلعها خوفاً من أن تنفجر  
به..

### \*سبيل تُوَجُّ بالشهادة\*

إصابة لم تؤخر حسام عن العودة إلى  
المعارك، غير أنها زادت من حسرته إذ  
بثّ حزنه وشكواه من أن يكون غير لائق  
بالشهادة! وقبيل أن يشفى من إصابته  
كانت عينه خلف منظار سلاحه يتربصُ  
بالأعداء، وكيف لا يفعل ذلك وهو الذي  
قال منذ بداية المعارك: نحن من وهبنا  
أنفسنا فداءً لأهل البيت عليهم السلام ..  
لم تمنع المعارك الضارية في



# كثير الحركة وقليل الانتباه

داليا فنيش (\*)

يُنظر إلى بعض الأطفال على أنه فوضوي.. مندفع.. عدواني.. شقي.. غير مبال.. وهو ما يجعله موضع شكوى من المعلمين والوالدين، دون أن يعلموا أن هذا الطفل يعاني من النشاط الحركي الزائد. هو لا يمكن أن يبقى هادئاً في مكانه، بل يرغب وبشدة أن يمارس نشاط الجري والقفز باستمرار وفي أي مكان: المنزل، المدرسة، الشارع، ما يسبب قلقاً للآخرين ممن يتعاملون معه. ويمكن لهذا الاضطراب أن يكون مصحوباً بضعف في التركيز مع تشتت ذهني ما يؤثر على مستوى تحصيل الطفل الدراسي، وعلاقاته الاجتماعية على الرغم من ذكائه.



### \*صعوبة التشخيص

أحياناً يكون من الصعب جداً تشخيص هذه الحالة حيث إنها تتشابه مع أمراض أخرى كثيرة، وتبدأ الأعراض عادة قبل أن يبلغ الطفل سن السابعة حيث يجب استبعاد كل الأمراض والاضطرابات العاطفية الأخرى عند وضع التشخيص. كما أنّ بعض الآباء يزعجهم النشاط الزائد لدى أطفالهم فيعاقبونهم. ولكن العقاب يزيد المشكلة سوءاً، كذلك فإن إرغام الطفل على شيء لا يستطيع عمله يؤدي إلى تفاقم المشكلة أكثر.

هؤلاء الاطفال لا يرغبون في خلق المشكلات لأحد، ولكن جهازهم العصبي يساعد في ظهور الاستجابات غير المناسبة، لذلك فهم بحاجة إلى التفهم والمساعدة والضبط، بالطرق الإيجابية. وإذا لم نعرف كيف نساعدهم علينا أن نتوقع أن يخفقوا في المدرسة.

### \*طفلي كثير الحركة ضعيف

#### الانتباه

يُعدُّ ضعف الانتباه والحركة المفرطة هي مشكلة سلوكية يجد الذين يعانون منها صعوبة غير معتادة في تركيز الانتباه، مترافقة مع اضطراب سلوكي شائع الحدوث لدى الأطفال. وهو أمرٌ تزيد نسبة انتشاره عند الذكور أكثر من الإناث. ومع أنّ هذا الاضطراب يحدث في المراحل العمرية المبكرة، إلا أن قليلاً ما يتم تشخيصه لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

### \*أعراض ضعف الانتباه والتركيز

يظهر الأطفال في هذه الحالة كثرة في الحركة، وتهوراً مع قلة الانتباه. ويكون ذلك بشكل مستمر أو قد يكون قلة الانتباه بمفرده. وتظهر هذه الأعراض في أماكن عدة: المدرسة، المنزل أو في السيارة. كما تظهر أيضاً في أكثر من نشاط مثل الوظائف المدرسية والعلاقات الاجتماعية، وهذا النشاط الزائد يكون أكبر من المتوقع لعمر الطفل ويسبب تدهوراً واضحاً في حياة الطفل اليومية فتكون العوارض متنوعة. أما مظاهر عدم

النشاط الزائد هو الذي يكون  
أكبر من المتوقع لعمر الطفل  
ويسبب تدهوراً واضحاً في  
حياته اليومية

## يؤثر هذا الاضطراب على مدى تفاعل الطفل الاجتماعي مع الآخرين



ويتوقف نوع الاختبار على عمر الطفل. وقد يشمل التقييم مناقشات مع الطفل أو الوالدين أو معلّم الصف أو فحص جسمي ويمكن أن يطلب الأخصائي مراقبة الطفل عند تأدية بعض الأعمال.

إنّ الهدف من هذه الاختبارات هو:

- 1 - التأكّد بشكل منطقي إنّ كان لدى الطفل قلة في الانتباه والتركيز ناتجة عن الطاقة الحركية المفرطة.
- 2 - التأكّد من عدم وجود أسباب أخرى تقسر سلوك الطفل مثل صعوبة السمع أو مشاكل أخرى.
- 3 - تحديد وجود أي مشكلة نفسية عند الطفل، مثل القلق النفسي أو تقليل قدر نفسه أو صعوبة التعلّم.

### \* الأسباب

لا زالت أسباب هذا الاضطراب غير محددة، إلا أن هناك دراسات تشير إلى ما يلي:

- 1 - إنّ قلة النوم عند الطفل على المدى الطويل قد تكون سبباً في هذه الحالة.
- 2 - تردّي الحالة النفسية والانفعالية للأم أثناء فترة الحمل بالطفل.
- 3 - طبيعة التنشئة الأسرية التي تتبّع نظام

التركيز لدى الأطفال كثيري الحركة فهي كالاتي:

- 1 - صعوبة إكمال نشاط معيّن حتى النهاية.
- 2 - صعوبة المثابرة والتحمّل لوقت مستمر.
- 3 - التشتت أو الشرود.
- 4 - ذاكرة قصيرة المدى.
- 5 - تضييع الأغراض ونسيانها.
- 6 - قلة التنظيم.
- 7 - عند تعلّم الكتابة، يميل الطفل إلى محو ما كتبه باستمرار.

ملاحظة: معظم الأطفال وخصوصاً تحت سن الخامسة يكونون قليلي الانتباه وقلقين ولكن هذا لا يعني بالضرورة أنهم مصابون بالتشتت الناتج عن الطاقة الحركية المفرطة.

### \* اختبارات تشخّص الحالة

لا يوجد اختبار سهل لتشخيص حالة التشتت أو عدم التركيز عند الطفل، ولكن إن شكّ معلّم الصف بوجود تشتت لدى الطفل فمن الأفضل عرضه على طبيب أطفال أو أخصائي نفسي للأطفال، يقوم بتقييم شامل للطفل واختبارات خاصة،

- 4 - ولادة طفل جديد في العائلة، أو الانتقال من المنزل إلى آخر.
- 5 - عوامل وراثية واضطراب في الكروموزومات.
- 6 - غذاء الطفل الذي قد يؤثر في سلوكه إذا كان يحتوي على مواد حافظة وملونات، أضف إلى ذلك المشروبات الغازية.

### \*آثاره

يؤثر هذا الاضطراب على مدى تفاعل الطفل الاجتماعي مع الآخرين، فينفر منه أقرانه وقد ينعته المعلم بالفبي مع أن مستوى ذكائه طبيعي أو أعلى منه، وكذلك تطلق عليه الأسرة ألفاظاً كالطفل الشقي وغيرها.

### \*الطرق والحلول لتفادي تشتت

#### الانتباه عند الأطفال

هل سألت نفسك: لماذا يستجيب هذا الابن لكل ما يحدث حوله، فيترك دراسته ليلعب بإحدى لعبه؟ وفي أثناء عودته للدراسة يداعب أخاه الصغير؟ لماذا لا يبقى فترة كافية لإنهاء واجباته؟ تبدو مشكلة فترة الانتباه القصير، صعبة الحل. ولكن هناك أشياء كثيرة يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك وتحسين تركيزه نوجزها في التالي:

#### 1 - التشاور والتباحث مع المدرس:

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع

الطفل فقط في المدرسة فقد يكون هناك مشكلة مع المدرس في أسلوب شرحه للدرس، وفي هذه الحالة لا بدّ من مقابلة المدرس ومناقشة المشكلة والحلول الممكنة.

#### 2 - مراقبة الضغوطات داخل

#### المنزل:

إذا كانت هذه المشكلة تحدث مع الطفل في المنزل فقد يكون ذلك رد فعل لضغوط معيّنّة في المنزل، وهو سلوك مؤقت، ويقترح الأخصائيون على الأهل في

## الطفل الذي يتشتت انتباهه بسرعة، يستطيع التركيز أكثر إذا كان كرسي المكتب يواجه حائطاً

### 5 - تغيير مكان الطفل:

الطفل الذي يتشتت انتباهه بسرعة، يستطيع التركيز أكثر في الواجبات ولفترات أطول إذا كان كرسي المكتب يواجه حائطاً بدلاً من حجرة مفتوحة أو شباك.

### 6 - تركيز انتباه الطفل:

اقطع قطعة كبيرة من الورق المقوى على شكل صورة ما، وضعها على مساحة أو منطقة تركيز الانتباه أمام مكتب الطفل واطلب منه التركيز مما يساعده على زيادة التركيز.

### 7 - الاتصال البصري:

لتحسين التواصل مع الطفل قليل الانتباه علينا دائماً القيام بالاتصال البصري معه قبل الحديث والكلام.

### 8 - الابتعاد عن الأسئلة المملة:

لابدّ من تعويد الطفل على استخدام الجمل والعبارات بدلاً من الأسئلة، فالأوامر البسيطة القصيرة أسهل على الطفل في التنفيذ فنقول له مثلاً:

«اذهب واحضر كتابك الآن...»

بدل «أين كتابك؟».

### 9 - حدد كلامك جيداً:

دائماً أعطِ تعليمات واضحة للطفل،

هذه الحالة زيادة الوقت الذي يقضونه مع الطفل حتى تزيد فرصته في التعبير عن مشاعره.

### 3 - فحص حاسة السمع:

إذا كان الطفل قليل الانتباه وسهل التشتت ولكن غير مندفع أو كثير الحركة، فيستحسن فحص حاسة السمع لديه.

### 4 - زيادة التسلية والترفيه:

يجب أن تحتوي أنشطة الطفل على الحركة، والإبداع، والتنوع، والألوان والتماس الجسدي والإثارة. فمثلاً، عند

مساعدة الطفل في

هجاء الكلمات

يمكن للطفل

كتابة الكلمات

على بطاقات أقلام

التلوين وهذه

البطاقات

تستخدم

للتكرار

والمراجعة

والتدريب.





كل انتباه عندما يتوقف عن السلوك غير المرغوب فيه ويبدأ في السلوك الجيد.

### 13 - ضع نظاماً محدداً والتزم به:

التزم بالأعمال والمواعيد الموضوعة، فالأطفال الذين يعانون من مشكلات الانتباه يستفيدون غالباً من الأعمال الواجبات ومشاهدة التلفاز وتناول الأكل وغيره..

### 14 - أعط الطفل فرصة للتنفيس:

لكي يبقى الطفل مستمراً في عمله فترة أطول يقترح الخبراء السماح للطفل ببعض الحركة أثناء العمل، فمثلاً: أن يعطى كرة إسفنجية ملونة أو من المطاط يلعب بها أثناء عمله.

### 15 - التقليل من السكر:

يرى بعض المختصين أنه يجب على الآباء تقليل كمية السكر التي يتناولها الطفل فبعد تشخيص ما يقرب من 1400 طفل، وجد أن حوالي ثلث الأطفال يتدهور سلوكهم بشكل واضح عند تناولهم الأطعمة مرتفعة السكريات.

فبدلاً من أن تقول له: «أبعد قدمك عن الكرسي»، قل له: «ضع قدمك على الأرض» وإلا قد يبعد الطفل قدميه عن الكرسي ويضعهما على المكتبة مثلاً.

### 10 - إعداد قائمة الواجبات:

لا بد من إعداد قائمة بالأعمال والواجبات التي يجب على الطفل أن يقوم بها ووضع علامة (صح) أمام كل عمل يكمله الطفل، ولا بد من إخبار الطفل عن الأعمال التي لم تكتمل من خلال إطلاعه على القائمة.

### 11 - تقدير وتحفيز الطفل على

#### المحاولة:

كن صبوراً مع الطفل قليل الانتباه، فقد يكون قد بذل أقصى ما في وسعه ولكن لديه صعوبة في البدء بعمل ما والاستمرار به.

### 12 - الاهتمام المناسب بالسلوك

#### المناسب:

تجاهل الطفل عندما يقوم بسلوك غير مرغوب فيه. والمهم هو إغارة الطفل

# البصل:

## الدواء المعجزة

د. أماني سعد ياسين (\*)

«البصل الدواء المعجزة»... هكذا يمكن أن نطلق على البصل  
لننصفه حقه، فهو بجمل قصيرة:  
أ - مضاد طبيعي للميكروبات Antibiotic.  
ب - مضاد للأمراض السرطانية ولأمراض القلب.  
ج - مضاد للالتهابات وللحساسية.  
وغيرها الكثير... فما هي فوائد البصل بالتفصيل؟!

أن أتى الأمر من الأطباء حينها للقادة  
العسكريين بتأمين البصل للجنود وكان  
في ذلك علاج وبائهم.. وربحوا الحرب!  
وسبقهم في ذلك بمئات السنين  
قول الرسول الأكرم محمد ﷺ: «إذا  
دخلتم بلدةً وبيئاً فحَفِنْتُمْ وبَاءَهَا فعليكم  
ببصلها»<sup>(1)</sup>.

### \*البصل في الطب الحديث

لقد أثبت الطب الحديث بما لا يقبل  
الشك الكثير مما ذهب إليه الأطباء  
القدامى، خاصة بعدما أظهر الكثير من  
الدراسات العلمية فوائد ومنافع كبيرة  
للبصل لم تكن تُعرَف له من قبل!  
ومن المهم معرفة أن البصل حَصَل

### \*البصل في الطب القديم

لقد احتلَّ البصل منذ قديم الأزمان  
مكانة مرموقة بين الأغذية لما عُرِف له  
من قدرات غذائية ودوائية مهمة.  
وعُرِف البصل منذ ما يقارب ٥٠٠٠  
سنة إذ وُجِدَتْ له رسومات عديدة في  
مصر القديمة. وقد كان الفراعنة  
يُقَدِّسونه ويدعون له مرتبة عظيمة.

كما استفاد الإنسان من البصل لعلاج  
الكثير من العلل والأمراض. ومما يُروى  
أن جيوش الحلفاء ما كانت لتنتصر في  
الحرب العالمية الثانية لولا البصل!! فقد  
انتشر الوباء بين الجنود حتى ظنَّ الحلفاء  
أنهم سيخسرون الحرب جرّاء ذلك لولا



## مادة الفيتوكيميكال (التي تتحول إلى زيوت طيارة تحفّر الدمع للأنهمار بقوة) هي التي تكسب البصل فوائده العلاجية



### \*الغذاء الشافي\*

إلا أنّ ما يُميّز البصل حقّاً ويضعه في مصافّ الأغذية الشافية هو محتواه من مواد كيميائية خاصّة تدعى العناصر النباتية الكيميائية (الفيتوكيميكال-Phytochemical). هذه العناصر ثبتت أنّ لها القدرة على الوقاية والشفاء من عددٍ غير قليل من الأمراض بعضها مزمن وبعضها قد يؤدي إلى الموت كالإصابة بالجلطات القلبية والدماغية!

والبصل غنيٌّ جداً بهذه العناصر الكيميائية الدوائية أي الفيتوكيميكال الموجودة فيه بوفرة وهي نفسها التي تتحوّل في أثناء عملية تقطيع البصل على أنواعه إلى زيوت طيّارة تُزعج الحاضرين في المكان وتحفّر الدمع للأنهمار بقوة!

وللّهُ في ذلك حكمة ، فما يسبّب الضيق هو نفسه ما يُفيد، فهذه المركّبات هي التي تُكسب البصل فوائده العلاجية

موافقة المجتمع العلمي الدوائي على صعيد العالم وأهمها موافقة المجموعة الألمانية للدواء الطبيعي (commission E)، وهي أهمّ مرجع معتمد للدواء النباتي في أوروبا. كما أنّ البصل هو من أغنى المصادر الغذائية بمحتواه من الفيتامينات والمعادن الضرورية لسلامة الجسم عموماً. وهو من أغنى الخضار والأغذية عموماً، حيث يحتوي على نسبة كبيرة من المنغنيز (manganese) والكروميوم (chromium) والبتوتاسيوم وكذلك من الكالسيوم والفسفور والمغنيزيوم والحديد والزنك .

كما يحتوي البصل على نسبة عالية من الفيتامينات، وفي طليعتها الفيتامين C. إذ يحتوي على ما يقارب 20 بالمائة من حاجة الجسم اليومية منه في الحصة الواحدة أي بصلة واحدة متوسطة الحجم. كما يحتوي على نسبة مهمة من مجموعة فيتامينات B المركّبة B-complex vitamins والفوليك أسيد Folic acid .

## البصل يتميز بقدرته الكبيرة على تسكين الأعراض المتراكمة مع مرض الربو

من الشاي، انخفضت لديهم نسبة الوفاة الناتجة عن الإصابة بالسكتات القلبية والدماغية حتى حدود النصف تقريباً مقارنة بالأشخاص الذين لا يتناولون إلا كميات قليلة من هذه الأغذية النافعة!

هذا مضافاً إلى أن البصل يتميز بقدرته الكبيرة على تسكين الأعراض المتراكمة مع مرض الربو (Asthma)، فبحسب قول الدكتور بلوك الأستاذ المحاضر في مادة الكيمياء في جامعة نيويورك: «إن البصل يحتوي على مركبات السلفور التي تمنع ردود الفعل الحساسة والالتهابية كتلك الموجودة عادةً في الربو».

من هنا، فإن إضافة البصل إلى الغذاء اليومي لمرضى الربو، ولكل من يعاني من التحسس في المجاري التنفسية، له كبير الأثر في تخفيف حدة وشدة نوبات ضيق النفس والسعال.

### \*مفائدة أكبر\*

#### ١- نوع في الألوان

لتحصيل الفائدة الكبرى وللحصول على أكبر كمية من العناصر الكيميائية النافعة يُنصح بالاستفادة من كل أنواع البصل، الأبيض والأحمر والأصفر والأخضر. وهذه

الكبيرة بسبب قدراتها المضادة للميكروبات والفيروسات وللتهابات عموماً. فقد أثبتت الدراسات أنها فعّالة بشكل خاص في محاربة أنواع معينة من الميكروبات، نذكر منها: السالمونيلا تيفي (salmonella typhi)، وكذلك الجرثومة الشهيرة المسؤولة عن الإصابة بالإسهالات والتهابات المسالك البولية المتكررة لدى الأطفال بشكل خاص والمُسَمَّاة إيشيرشيا كولِي (Escherchia coli).

### \*البصل ثروة\*

مضافاً إلى هذه العناصر المضادة للميكروبات، يحتوي البصل على ثروة كبيرة من المركبات الدوائية النافعة التي تمتاز بقدراتها الكبيرة على محاربة الأورام السرطانية على أنواعها وأمراض القلب والشرابين وأمراض الشيخوخة كافة.

وفي دراسة أُجريت حديثاً في نيدرلاند Netherland ثُبِتَ أَنَّ الأشخاص الذكور الذين تناولوا يومياً مقدار ربع كوب من البصل مع تافحة واحدة وأربعة أكواب





الأخيرة، أي الأنواع الملونة من البصل، أغنى من البصل الأبيض بالكيرسيتين (Quercetin) الشهير والمعروف بقدرته على حماية القلب والشرايين.

كما يحتوي البصل الأخضر على مقادير أكبر من حمض الفوليك (Folic acid) والفيتامين C مقارنةً بالأنواع الباقية من البصل. من هنا، فإنّ التنوع في البصل يعطينا طيفاً أكبر من العناصر الغذائيّة والكيميائيّة النباتيّة النافعة في محاربة الأمراض كافةً.

## ٢- كل البصل نيئاً أو مطهواً

مباشرةً ؛ وهذا وحده يساعد على منع تأثير مركّبات السلفور قبل أن تتحلّل وتتحوّل إلى رائحة كريهة ومنفرة في الفم!

كما يوجد في الصيدليات ومراكز بيع الأدوية أقراص دوائية فعّالة معطرة للفم مصنّعة في الأساس من زيت بذور البقدونس أو من النعناع أو غيره من المرّكبات الدوائية الفعّالة. ولا ننسى أبداً الطريقة الأسهل وهي مضغ العلكة للتخلّص من رائحة الفم الكريهة.

وخلاصة الأمر، يكفي تناول بصلة واحدة متوسطة الحجم يومياً لمدّ الجسم بما يحتاجه من عناصر دوائية ووقائيّة ضرورية لصحة الجسم وسلامته.

إنّ كنت من الأشخاص الذين لا يتحمّلون تناول البصل النيء أو تخشى تناوله لما يتسبّب به من رائحة كريهة في الفم، يمكنك دائماً الاستفادة من تناول البصل بعد طهوه. وما هو مؤكّد أنّه من الخطأ الامتناع عن تناول البصل بحجّة رائحة الفم الكريهة التي يتسبّب بها.

## ٣- لا للرائحة المزعجة

كثير من الناس يتجنّب أكل البصل وذلك لما يسبّبه من رائحة كريهة في الفم قد تؤدي إلى نفور المحيطين به والابتعاد عنه. وهذا خطأ كبير جداً، فللبصل فوائد عظيمة ولا ينبغي الاستهانة به. أما رائحة الفم الكريهة فيمكنني مضغ بضع وريقات من البقدونس الطازج بعد تناول البصل

## الهوامش

(\*) طبّية أمراض جلدية وتجميل، مؤلفة كتاب: قوة الشفاء في الخضار. (1) بحار الأنوار، العلامة المجلسي، ج3، ص252.



## كشكول

# الأدب

إبراهيم منصور

### \*من أجمل الحديث

قال رسول الله ﷺ: «وأما ابنتي فاطمة فإنها سيّدة نساء العالمين من الأولين والآخرين، وهي بضعة مني، وهي نور عيني، وهي ثمرة فؤادي، وهي رuchi التي بين جنبي، وهي الحوراء الإنسيّة، متى قامت في محرابها بين يدي ربّها جل جلاله، زهر نورها لملائكة السماء، كما يزهر نور الكواكب لأهل الأرض، ويقول الله عزّ وجلّ لملائكته: يا ملائكتي، انظروا إلى أمّتي فاطمة سيّدة إمائي، قائّمة بين يديّ، ترتعد فرائصها من خيفتي، وقد أقبلت بقلبها على عبادتي. أشهدكم أنّي قد آمنْتُ شيعتها من النار»<sup>(1)</sup>.

### \*من أجمل شعر الفروسيّة

جاء في شرح الأخبار أنّ الإمام عليّ بن أبي طالب عليه السلام، بعد أن قتل عمرو بن ودّ العامري، في موقعة الخندق، أو الأحزاب، قال:

نصرت ربّ محمّد بصواب	نصرت الحجارة من سفاهة رأيه
كالجذع بين دكادك <sup>(2)</sup> وروابي	فصدّدت حتى تركته متجدّلاً
كنت المصرّع بزني أثوابي	وعففت عن أثوابه ولو أنني
ونبيّه، يا معشر الأحزاب!	لا تحسبن الله خاذل دينه

### \*عامِّي أصله فصيح\*

نقول بالعاميَّة: «نَجَّدَ الْمُنَجَّدُ الْفَرَشَةَ»، إذا نفض صوفها وأعاد بَسَطَها وتخييطها، وأصل هذا التعبير فصيح، فالمنجد هو النجَّادُ الذي يَنجِدُ أي: يُنضِّدُ ما في البيت من البُسُطِ والوسائلِ والفُرُشِ. وأصل معنى التجديد هو التزيين والتوشية، ومنه قول الشاعر ذي الرُّمَّة: «مَنْ وَشَى عَبَقْرَ تَجْلِيلٍ وَتَجِيدٍ». والبيت المنجد هو المزِين بالثياب والفُرُشِ وَالسُّتُورِ التي تُعَلَّقُ على الحيطان للزخرفة. والمِنجِدَة هي العصا التي يَنْفُشُ بها الصوف<sup>(3)</sup>.

### \*مفردات ثرية بالمعاني\*

من المفردات الغنيَّة بمعانيها كلمة «فرسخ» وهي ذات أصل فارسي معرَّب. فالفرسخ، أصلاً هو السكون، والفرسخُ الساعةُ أو الوقت، إذ فراسخ الليل ثلاثة أميال، وقيل: سنَّة. والفرسخُ الراحةُ والفرج، وكلُّ شيءٍ دائمٌ كثيرٌ لا ينقطع هو فرسخ، يقال: انتظرْتُك فرسخاً من الليل أو النهار، أي: وقتاً طويلاً. والفرسخ السكون وانكسارُ البرد، من قولهم: فرسخت عنه الحمى، أي: انكسرت وبعُدت.

### \*من المتقارب لفظاً ومعنى\*

«حاذٍ» و«حازٍ»: نقول: حاذَ الجمالُ إبله حَوذاً، أي: ساقها سَوْقاً شديداً، ومثله: حازَها يحوزها حَوَزاً. والحوذِيُّ، أي: سائق الإبل، هو الحوزيِّ. ونقول: حازَ الطالب شهادةً، إذا حصلَ عليها أو حاذَ عليها. ومن قولهم: حاذَ الإبلُ، إذا حازها وجمَّعها ليسوقها.

### \*من أجمل الردود\*

دخل رجلٌ من عامَّة الناس على الأديب سعيد تقي الدين، في منزله في بعقلين، فرحَّب به الكاتب وقَدَّم له طبقَ عنبٍ، فأكلَ الرجلُ بشغفٍ وبلا هوادة، فقال له المُضيف:

- يبدو أنك تحبُّ أكلَ العنب.

فأجابه الرجلُ الضَّيف:

- أنا، بين الحبَّة والحبَّة، أشتاق لأكلِ العنب!

**\*من جذور الكلام**

«التَّقْنِيَّةُ»: يعتبر كثيرون أن التَّقْنِيَّةَ، وتعني الحَدَاقَة والإحكام، هي تعريب للكلمة الأجنبية «Technique»، وهذا خطأ صُراح؛ لأنَّ كلمة «تَقْنِيَّةُ» قديمة قَدَمَ جاهلية العرب، وهي مصدر صناعي من «تَقَنَّ»، نسبةً إلى ابنِ تَقَنَّ، رَجُلٍ من بني عاد يُدعى كَعْب بن تَقَنَّ، وكان جيِّد الرمي بالسهام، ولم يسقط له سهم، لذا ضُرِبَ به المثل في التسديد والرَّمْي، فقيل: «أرَمَى من ابن تَقَنَّ». ثم قيل لكلِّ حاذق ماهر بالأشياء «تَقَنَّ»، ومنه يُقال: اتَقَنَّ فلانٌ عمله، إذا أحكمه، وجاء في التزئيل العزيز: ﴿صُنِعَ اللهُ الَّذِي اتَقَنَّ كُلُّ شَيْءٍ﴾، ورجل تَقَنَّ هو الحاضر المنطق والجواب<sup>(4)</sup>.



**\*من الأضداد**

- هَجَدَ القَوْمُ هجوداً، وتهجَّدوا، إذا استيقظوا للصلاة، وفي التزئيل العزيز: ﴿وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ﴾ (الإسراء: 79). والهَجُودُ أو المتهجِّدُ يكون مُصَلِّياً، ويُقال: هَجَدَ فلانٌ وتهجَّد، أي: نام ليلاً، وهَجَدَ وتهجَّد، أي: سَهَرَ، فهذا من الأضداد.

**\*من نوادر العرب**

قال أبو الأسود لابنه: «يا بني، إنَّ ابن عمك يريد أن يتزوَّج، ويجب أن تكون أنت الخاطب فتحفظ خطبةً». فبقي الغلام يومين وليلتين يدرس خطبة، فلمَّا كان في الثالث قال أبوه: ما فعلت؟ قال: قد حفظتها، اسمع: «الحمد لله نحمده ونستعينه ونتوكَّل عليه، ونشهد أن لا إله إلا الله وأنَّ محمداً رسول الله، حيٌّ على الصلاة، حيٌّ على الفلاح...». فقال له أبوه: «أمسِكْ، لا تُقِمِ الصلاة، فأنا لستُ على وضوء».

**\*من الثنائيات**

«الأبردان»: الظلُّ والفيء، سُمِّيَا بذلك لبردهما. وكذلك الغداة والعشيَّ هما الأبردان، لانكسار وهَج الحرِّ فيهما. «الخافقان»: الشرق والغرب، لأنَّ الليل والنهار يخفقان فيهما.

## \*من بلاغة نساء العرب\*

جاءت أسماء الأنصاريّة إلى النبي ﷺ، وهو بين أصحابه، فقالت: بأبي أنت وأمي، إتي وافدة النساء إليك. واعلم - نفسي لك الفداء - أنه ما امرأة كائنة في شرق ولا غرب، سمعت بمخرجي هذا إلا وهي على مثل رأيي. إن الله بعثك بالحق إلى الرجال والنساء، فأماً بك وبإهلك الذي أرسلك. وأنا - معشر النساء - محصورات مقصورات قواعد بيوتكم، ومقتضى شهواتكم، وحاملات أولادكم. وإنكم - معاشر الرجال - فضلتُم علينا بالجمعة والجماعات، وعبادة المرضى وشهود الجنائز، والحج بعد الحج. وأفضل من ذلك الجهاد في سبيل الله. وإن الرجل منكم، إذا خرج حاجاً أو مُعتمراً أو مُرابطاً، حفظنا لكم أموالكم، وغزلنا لكم أثوابكم، ورئينا لكم أولادكم.. فما نشارككم في الأجر، يا رسول الله!

فالتفت النبي ﷺ إلى أصحابه بوجهه كله، ثم قال: هل سمعتم مقالة امرأة، قط، أحسن - في مُساءلتها في أمر دينها - من هذه؟ فقالوا متعجبين من فصاحة تلك المرأة: يا رسول الله، ما ظننا أن امرأة تهتدي إلى مثل هذا. فالتفت النبي ﷺ إليها ثم قال لها: انصرفي، أيتها المرأة، وأعلمي من خلقت من النساء، أن حُسن تبعل إحداكن لزوجها، وطلبها مرضاته، وأتباعها موافقته، يعدل ذلك كله فأدبرت المرأة وهي تهلل وتكبر استبشاراً.

## \*من غريب اللغة\*

«المرتد»: إذا كانت هذه المفردة بمعنى المتحير أو المحتر، فهذه لغة معروفة شائعة، لا غرابة فيها، أما إذا كانت لفظة «المرتد» بمعنى الرجل القصير الذي اجتمعت أعضاؤه، فهنا الغرابة. وأصل «المرتد»: تردّد بعض خلقه على بعض وتداخلت أجزاءه. وفي صفة رسول الله ﷺ: ليس بالطويل البائن، ولا القصير المرتد، أي المتناهي في القصر<sup>(5)</sup>.

### الهوامش

- (1) بحار الأنوار، العلامة المجلسي، ج 28، ص 38.
- (2) الذكادك: الرمال المتلذذة: كتاب العين للفراهيدي، مادة دك.
- (3) ابن منظور، لسان العرب، مادة مجد.
- (4) م، مادة تقن.
- (5) م، ن، مادة ردد.

## مشكلتي:

## مترددٌ في كل شيء

السلام عليكم، اسمي فادي وعمرى 17 سنة، مشكلتي تتلخّص في أنني إنسان متردد.. لعلكم تعتقدون أنّ التردد ليس مشكلة خطيرة ولكن صدقاً أنني أعاني من هذه الآفة منذ صغري ولا أعرف كيف أتخلّص منها!

إذا قررت الخروج.. أتردد أين أذهب، ماذا أرتدي، كيف أخرج: سيراً على الأقدام أم بالسيارة! والطامة الكبرى حين أحتاج أن أتخذ قراراً فورياً فإنني أغرق في «شبر ماء» وأثير غضب من حولي! أشتري هذا القميص أم ذلك؟ أكل هذا الطبق أم الآخر؟ أهلي يتجنبون أن يسألوني رأيي ورفاقي اعتادوا أن يتخذوا القرارات عني حين تنتزه أو نخرج معاً.

ولكن حين بدأت مرحلة التفكير في اختيار الاختصاص الجامعي شعرت بالغضب الشديد لأنني لست كباقي رفاقي: جميعهم يعرفون ماذا يريدون ويسيطرون بخطى واثقة نحو المستقبل أما أنا فأندب حظي! البارحة أردت أن أتخصص في إدارة الأعمال، أما اليوم فأفكر بالهندسة وأعرف أنني غداً سأميل إلى العلوم! ساعدوني حتى أتمكن من أن أتخذ القرار لمرة واحدة في حياتي وفي مسألة دقيقة يتوقف عليها أمر مستقبلي.





## خطوات نحو الحل

الأخ العزيز فادي، للتردد وجهان أولهما إيجابي وإذا زاد عن حده تحول إلى سلبي. فالتردد يدل على أنك إنسان كثير التفكير والتحليل وتميل إلى الكمال في التصرفات وتخشى الوقوع في الخطأ أو الندم. أما حين تعرق في ترددك فإنك تصير عاجزاً عن الإقدام واتخاذ القرار وبالتالي تجعل من نفسك ألعوبة للمشاعر المتناقضة والأفكار المتضاربة وهنا تكمن مشكلتك. عليك باتباع الخطوات التالية للتدرب على اتخاذ القرار:

تذكر أن ما يميّز الإنسان الشجاع عن الجبان هو إقدام الأول على الحياة بجرأة واندفاع وانغماس الثاني في التفكير بالعواقب واستسلامه للمخاوف، وبذلك يفوّت على نفسه فرصاً رائعة ويرأوح مكانه فلا يتألق ولا يتميز.

عليك أن تكون واثقاً بمعنى أن تقدم فوراً بعد التفكير والتحليل ولا تعطي لنفسك مجالاً بكثرة الاستنتاجات.

كن حاسماً في المسائل النافهة كالخروج من المنزل، وزن الأمور بحسب أهميتها.

تقبل نتيجة أعمالك ولا تخش الخطأ، وتذكر أن الحياة مدرسة، واليوم الذي لا تتعلم فيه أمراً يكون دون قيمة.

أحسن الظن بالله وتوكل عليه ولا بأس أن تستخيره في الأمور الحساسة وتثق بحكمه.

استشر أصحاب الاختصاص في الأمور المصيرية، ودون آراءهم، ثم انضرد بنفسك وخذ ورقة وقلماً واكتب إيجابيات أي قرار وسلبياته واحسم أمرك نهائياً.

لا تسمح للرفاق باتخاذ القرارات عنك، واطلب منهم أن يساعدوك بالدعم والتشجيع حين تتخذ أي قرار.

كل صباح، أد فريضة الصبح وادع الله أن يوفقك لما فيه خير لك وابدأ نهارك بالصدقة وأقدم.. فالحياة مغامرة كبيرة تحتاج أن نعيشها بثقة وإقدام!

## أحبُّه، ولكن..

عرفت كيف. أنا ألترم بما يحب، أرتمي الحجاب كما يتمنى، أصدق في الحديث كما يطلب، أسمى لأن أطبق كل ما يتوقَّعه مني.. ولكن يا جدي.. هل هذا كافٍ؟»

ابتسمت الجدة وأجابتها: «الحبيب يتوق إلى حبيبه، يذكره ويسلم عليه صباحاً ومساءً، يدعو له. فتحن بحاجة لأن ندعو لصاحب العصر والزمان ﷺ وإلى أن نتعرَّف إليه أكثر فأكثر، للتمهيد له، في كل لفتاتنا وتفاصيل حياتنا.. أنا فخورة بك عزيزتي أن قلبك الأبيض ينبض حباً له ولكن صدقي هذا لا يكفي.. ينبغي أن نتعلم جميعنا كيف نوقِّي ابن بنت رسول الله حقه ونسعى لرضاه».

هزت الفتاة رأسها والتفتت إلى المدفأة قريبا لتزيدها حطباً واشتعالاً وقد قررت أن تجعل من ذاك الحب الفطري للإمام المهدي ﷺ نوراً يشع في حياتها ويملاً وجودها دفئاً.

تطلعت إليها جدُّتها من خلف نظاراتها السمكية وهمست: «وهل تحبينه؟»  
أجابت الفتاة بكل عفوية: «بالطبع! لا أحب أحداً مثله».

الجدة: «ومستعدة أن تقديه بحياتك؟»  
الفتاة: «طبعاً يا جدي.. لقد نشأت على حبه وانتظار قدومه».

حسنت الجدة من جلستها وأمسكت بين أناملها قصبتي الحياكة لتكمل كبول الصوف الأخضر وسرحت قليلاً، ثم سألت الحفيدة: «لماذا تحبينه؟»

الفتاة: «هو دوماً معي، له أثبت كل ليلة خواطري، وأحلم بحياة جميلة في كنفه وأدرك أن الحياة دونه صعبة ومظلمة..»

الجدة: «وهل تعرفينه حقاً؟ هل سألت عنه؟ هل بحثت عن تفاصيل حياته؟»

الفتاة: «لا أعرف عنه الكثير.. ولكني أكيدة أنه يعرف كل شيء عني».

الجدة: «حسناً، ولكن.. كيف تراك تظهرين له هذا العشق الكبير؟ كيف تبادلينه خيره الكثير؟ كيف تعبَّرين له عن شوقك وحاجتك له؟»

وطال صمت الفتاة بينما بقيت تحملق بجدتها الغارقة في الحياكة، هزت رأسها مترددة وأجابت هامسة: «لا أعرف..»

الجدة: «كل هذا الوله يا بنيتي ولا تعرفين كيف تترجمينه بأفعال وأعمال وسلوكيات؟»  
قاطعتها الفتاة بحذر وأجابت: «مهلاً،



## 6 نصائح للشعور بالرضا

في ظل الظروف الحياتية المتطلّبة، يعاني بعض الشباب من انعدام القناعة ويميلون للتأفّف وإظهار الانزعاج من كافّة الظروف. إلا أن دراسة حديثة أجراها مجموعة من المختصّين بعلم النفس في الجمعية الأميركية، أثبتت أن «المراهقين» الذين يشعرون بالامتنان والرضا في مرحلة المراهقة يكونون أكثر سعادة فيما بعد من الذين يشعرون بالسخط على حياتهم في نفس المرحلة العمرية، لذلك سنورد لكم 6 نصائح تساعدكم على الشعور بالرّضا:

- 1 - انظر بأسلوب كلّي وليس جزئي إلى النعم الوافرة التي خصك الله بها ﴿وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا﴾ (إبراهيم: 34) وبناء عليه لا تكن منكرًا لجميل ما أنعمه الله عليك بالتركيز فقط على ما حرمت منه.
- 2 - حدّد أهدافك ولا تكن أسيراً لمجموعة كبيرة من الأحلام إنما ركّز على أبرز الأهداف الاستراتيجية قصيرة المدى التي يمكنك خلال الأوام القادمة القليلة أن تحقّقها بدلاً من الفرق في مئات الطموحات التي يعتبر بعضها صعباً أو مستحيل التحقيق في الفترة الحالية.
- 3 - انظر إلى الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في حياتهم ولا تركّز فقط على من هم أفضل منك في بعض الجوانب، لأنك حين تلتمس آلام ومشاكل الآخرين سوف تجد حتماً رضى في القلب وشكراً لله على نعمه.
- 4 - تأكد أن أولى خطوات النجاح هي تقبّل الذات والانطلاق بثبات وقناعة مع تمّني الأفضل والسعي إليه.
- 5 - تفاعل بالخير فإنك حتما ستجده وتمنّ الخير للناس ولا تكن حقوداً أو حسوداً لأنك ستخسر حتماً.
- 6 - حدّد مدى أهمية الأمور التي تفتقدها وحدد خطوات أساسية لتحقيقها دون أن تسمح لنفسك بالفرق في ندب سوء الحظ والاكثاب. تذكر أن كل يوم يمرّ عليك هو بمثابة نعمة وفرصة لتحقّق ذاتك فلا تضيّع الوقت بالتأفّف، واسع للتطور والنجاح.



## ستتفاجأ بوقتك المهدور على فايسبوك

في شباط المنصرم أتمّ الفايسبوك العام العاشر على نشأته، حيث جذب خلال 10 أعوام أكثر من مليار شخص في العالم، ما جعل «مارك زوكربيرغ» من أثرى أثرياء العالم.

الأهم من ذلك، أن الـ «فايسبوك» أصبح مشكلة كبيرة وبدأ يهدّد حياة الكثير من البشر وذلك بتضييعه للوقت بشكل لا يصدق. الآن يمكن للمستخدمين معرفة الوقت الذي قضوه على هذا الموقع، عن طريق عدّاد أو آلة حاسبة مدهشة تقيس وقت المستخدم منذ أن أنشأ حسابه وحتى آخر مشاركة، وبالتالي يُتيح له معرفة عدد الأيام والساعات والدقائق التي قضاها عليه، عبر هذا الرابط: <http://tinyurl.com/ohwn96t>



## حتى البطاريق مكتتبة!

تربيتها إلى إعطائها أدوية خوفاً عليها من الانتحار، بعد أن توقفت عن الإباضة والأكل والتفاعل مع بعضها البعض». وأضافت أن «مرّي هذه الطيور يحاولون الترفيه عنها، كما أنهم يدسّون في طعامها أدوية مضادة للاكتئاب بغية مساعدتها على تحطّي فصل الشتاء. وكلّ الجهود تُبذل لمساعدة هذه الطيور، التي تُعرف بميلها إلى الانتحار من خلال الابتعاد عن بعضها البعض والامتناع عن الأكل حتى الموت».

أشارت صحيفة «ديلي ستار» البريطانية إلى أنّ «الطقس السيئ في بريطانيا يتسبّب بحالة من الاكتئاب لدى البطاريق، ما دفع المسؤولين عن



# نظارات لتمييز الخلايا السرطانية



تمكّن علماء من جامعة واشنطن من تطوير نظارات تساعد في عمليات استئصال الأورام السرطانية، حيث يتمكن الجراحون من تمييز الخلايا السرطانية عندما تظهر باللون الأزرق بواسطة عدسات هذه النظارات.

ويتّم تمييز الخلايا السرطانية من خلال حقن منطقة الورم بمواد غير ضارة، لها خاصيّة التثبث بالخلايا السرطانية، وتعطي المناطق المصابة لوناً مميّزاً يمكن رؤيته من خلال النظارات ونظام إضاءة خاص.

وقد أجريت مؤخراً أول جراحة ناجحة بمساعدة هذه التقنيّة الجديدة في مركز «سايتمان» لمعالجة السرطان. وتساعد هذه الطريقة بإجراء العملية الجراحية بدقة أكبر ودون خسائر جانبية، حيث يضطر الجراحون عادة إلى استئصال خلايا سليمة من محيط منطقة الورم لضمان عدم ترك خلايا مصابة تعاود الانتشار لاحقاً. وفي حالات أخرى تتم إعادة العملية لاستئصال خلايا مصابة متبقية بعد العملية الأولى.

## جراحات تجميل الأنف تغيّر الصوت أيضاً!

خلصت دراسة إيرانيّة إلى أنّ عمليّات تجميل الأنف لا تغيّر المظهر فقط، بل أيضاً تُحدث تغييراً في الصوت.

وذكر موقع «هلت داي نيوز» الأميركي أن باحثين في جامعة «مشهد» للعلوم الطبية في إيران نظروا في التغييرات بالصوت لدى الخضوع لجراحات تجميل الأنف بين 22 امرأة و5 رجال.

ولاحظ المرضى والعلماء تغييراً في الصوت بعد الخضوع لجراحات الأنف التجميلية، لكن هذا التغيير بشكل عام لم يتسبّب بمشكلات في النطق.

وأشار المسؤول عن الدراسة كرمان خازني إلى أنه «على الأشخاص الذين يفكرون بإجراء هذه الجراحة التجميلية أن يعوا التغييرات المحتملة في الصوت، وخصوصاً الذين يستخدمون صوتهم مهنيّاً».

ولفت الباحثون إلى أن «هذه التغييرات الصوتية قد تكون مرتبطة بضيق تجويف الأنف بعد الجراحة». وقالوا: «التغييرات في مساحة تجويف الأنف قد تزيد مقاومة تدفق الهواء وتتسبّب بزيادة في امتصاص الصوت».



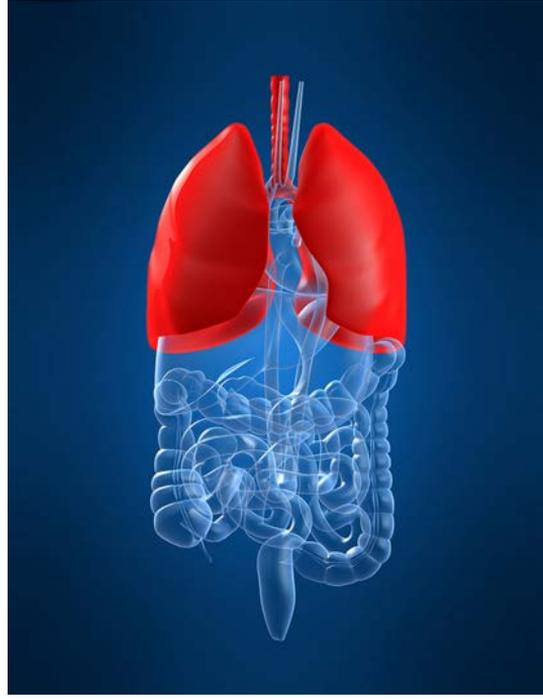
# صناعة أول رئة بشرية مختبرياً

نجح علماء في صناعة رئتي إنسان في المختبر. ويعد هذا الإنجاز خطوة مثيرة في الطب التجديدي. لكن ما يزال يحتاج إلى خطوات أخرى كبيرة لمساعدة المرضى فعلياً.

وقام علماء بمعهد مكغوان للطب التجديدي بجامعة بيتسبرغ، وباحثون من جامعة تكساس بهذا العمل الرائع، الذي كان يعتبر خيالاً علمياً قبل هذا الاكتشاف. وأكد العلماء أن هناك احتمالية كبيرة أن تعمل الرئتان الصناعيتان. ويمكن لهذه الوسيلة مساعدة ما يقرب من 1600 شخص ينتظرون زراعة الرئة.

وشرح الخبراء أنهم استطاعوا تكوين تلك الرئة الجديدة من طفلين ماتا في حادثة، وتدمرت رئاتهما لكن مع وجود نسيج صغير سليم، حيث أخذوا الرئة الأولى وجردوها من كل الخلايا تقريباً ولم يتركوا إلا هيكلها البنائي فقط، وأخذوا الخلايا من الرئة الثانية وزرعوها عليها، ووقروا لها وسطاً سائلاً مغذياً، لتخرج الرئة الجديدة للوجود بعد 4 أسابيع تقريباً.

ويعتقد العلماء أن التقنية الجديدة تحتاج إلى حوالي 12 عاماً حتى تصبح متاحة للتطبيق فعلياً.



## شجارات الزوجين تقصر العمر

أشارت دراسة أميركيّة حديثة إلى أنّ «شجارات الزوجين تقصر العمر، إذ إنّ الأشخاص الذين يعتقدون بأن شريك حياتهم لا يساندهم ودائم الشجار معهم، هم أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والموت المبكر».

وأضافت أن «علماء أميركيين اكتشفوا أن هؤلاء الأشخاص، يكون مستوى تصلّب شرايينهم أعلى من الآخرين، وهذا يشير إلى أنهم أكثر عرضة للإصابة بأمراض الأوعية الدموية».

## قلبه في بطنه

عثر الأطباء الصينيون على حالة غريبة، حيث عرفوا أن قلب شاب يبلغ من العمر 24 عاماً ليس في مكانه المعتاد، بل في بطنه.

ويقول العلماء: إن هذا الشذوذ يمكن أن يحصل لدى 5 من بين مليون طفل ويموت غالبيتهم بعد الولادة. لكن الشاب هوانغ رونغ مينغ بقي على قيد الحياة.

وكان مينغ يعاني من ضيق التنفس بشكل مستمر، ولم يستطع التعامل مع أترابه؛ لأن أية ضربة توجهه إلى بطنه هي بمثابة تهديد له بالموت. وكان قلبه يخفق في أعلى بطنه، ولم يلجأ إلى مساعدة الأطباء إلا خلال العام الجاري.

وقال الأطباء: إن مينغ بحاجة إلى عملية جراحية عاجلة، لأن حالته تتدهور بسرعة. ولم يتمكن والداه من جمع الأموال اللازمة لإجراء العملية الجراحية التي تكلف 33 ألف دولار. ولكن مساهمة وسائل الإعلام مكنته من جمع المبلغ اللازم، حيث أجريت العملية التي استغرقت 10 ساعات وتكلت بالنجاح، إذ تم نقل قلبه إلى مكانه الطبيعي. ويمكن أن يعيش الآن كأبي إنسان معافى.

## علاج جديد للشعر الشائب

قال باحثون أوروبيون إنهم اكتشفوا أخيراً حلاً للقضاء على مشكلة الشعر الشائب، يجعل الأشخاص الذين يتقدمون في السن يستغنون عن الصبغة.

وأشار الباحثون إلى أن الأشخاص الذين يظهر الشيب في رؤوسهم يعانون من إجهاد تأكسدي عبر تجمع «فوق أكسيد الهيدروجين» (Hydrogen Peroxide) في بصيلات الشعر، ما يؤدي إلى تحول لون الشعر إلى أبيض من الداخل إلى الخارج.

وأوضح العلماء من جامعة «برادفورد» في بريطانيا وجامعة «غريفسوالد» في ألمانيا أنهم تمكنوا من التوصل إلى علاج جديد يستند إلى الأشعة فوق البنفسجية (ب) يعرف بـ«بسودوكاتاليز» المعدل الذي سبق أن ثبتت فعاليته في معالجة البهاق، وهو مرض يتمثل بزوال اللون الطبيعي من البشرة.

وأضافوا أن دراستهم شملت 2411 شخصاً يعاني من البهاق، وأظهر العلاج عودة اللون إلى البشرة والرموش من الجذور، وقال الباحثون في دورية (فاسيب) إن نجاح العلاج بالنسبة للرموش يعني أنه قد ينجح في إعادة اللون الطبيعي للشعر.



## أسئلة مسابقة العدد 271

## صح أم خطأ؟

1

- أ - الشهيد لا يجوز تغسيله وتحنيطه وتكفينه، بل يصلّى عليه ويُدفن بشيابه.  
 ب - لا تعيد الرياضة كثيراً في تبديد الطاقة الزائدة المتولّدة من الضغوط النفسية.  
 ج - ظاهرة السرمنة تعرّض المريض إلى الأذى في بعض الأحيان أو حتى الموت.

## املاً الفراغ:

2

- أ - ما يعزّز ثقفتنا بأننا على .....، وأن كل ما نتحمّله في سبيل ما نرى أنه الحقّ، هو بيد الله. وهو له وحده الأمر الفصل.  
 ب - تستند .... إلى أخبار وهمية خاطئة عن غير قصد أو وقائع تمّ العمل على تحوير جزء منها أو نوايا سيئة.  
 ج - يعتبر .... عبر الإنترنت نوعاً من النشاط التجاري الذي يتمّ بين طرفين.

## من المثائل؟

3

- أ - «إنّ زوال الحضارات تدريجي كظهورها، وزوال الحضارة الغربية قد بدأ ولن يكون بعيداً عن أنظار هذا الجيل».  
 ب - «ما من أحد، وإن عظمت بلواه، أحقّ بالدعاء من المعافى الذي لا يؤمّن البلاء».  
 ج - «إنّ الله ليغذي عبده المؤمن بالبلاء كما تغذي الوالدة ولدها باللبن».

## صحح الخطأ حسبما ورد في العدد:

4

- أ - القذارات المعنوية لا يمكن مقارنة فسادها بالقذارات الباطنية، فهي أسباب الهلاك الأبدي والظلمة.  
 ب - الصدق حالة تساعد في تغيير نظرة الإنسان إلى النعم والمشكلات التي تعترضه.  
 ج - احتلّ التفاح منذ قديم الأزمان مكانة مرموقة بين الأغذية لما عُرف له من قدرات غذائية ودوائية مهمة.

## من المقصود؟

5

- أ - في السادسة عشرة من عمره، التحق بأول دورة عسكرية، وكانت الحماسة واضحة في عينيه.  
 ب - جاء إلى المحور مجاهداً لا يتعب، يقلّل من إجازاته ويكثر من مشاركاته. أوجد لنفسه حضوراً وأنساً بين المجاهدين.  
 ج - هم أساؤوا الاستفادة من الكتاب السماوي وطبقوا الآيات على رغباتهم وميولهم.

❖ أسئلة المسابقة يُعتمد في الإجابة عنها على ما ورد في العدد الحالي.

❖ يُنتخب الفائزون شهرياً بالقرعة من بين الذين يجيبون إجابات صحيحة عن كل أسئلة المسابقة وتكون الجوائز على الشكل الآتي:

الأول: مئة وخمسون ألف ليرة لبنانية

الثاني: مئة ألف ليرة لبنانية

بالإضافة إلى 8 جوائز قيمة كل واحدة منها خمسون ألف ليرة.

❖ كل من يشارك في اثني عشر عدداً ويقدم إجابات صحيحة ولم يوفق بالقرعة، يعتبر فائزاً بالجائزة السنوية.

6

في أي موضوع وردت هذه الجملة؟

أَظَنِّينَ أَنْكَ إِذَا مِتْ أَنْفَلْتِ، وَإِذَا حَشَرْتِ رَدَدْتِ؟ إلهيات هيهات، كل ما توعدين لآت.

7

اختر الإجابة الصحيحة :

- أ- تجنّب الغرب تقديم مسلسلات تروّج لأفكار تدخل في حيز الدين.  
 ب- ابتعدت السينما العالمية، في أفلامها، عن مقاربة الأديان السماوية.  
 ج- علم الغرب أنه يستطيع من خلال الخلط بين الحقيقة والتزوير أن يدخل إلى عقول الناس.

8

كيف يمكن تحسين التواصل مع الطفل ضعيف الانتباه وتحسين تركيزه؟ (اختر إجابة واحدة).

من خلال: أ- الصراخ. ب- الاتصال البصري. ج- العقاب.

9

صحّ الخطأ لتصبح المعلومة صحيحة :

خلصت دراسة إيرانية إلى أن عمليات تجميل الوجه لا تغيّر المظهر فقط بل، تحدث تغييراً في الصوت أيضاً.  
 سنّة إلهية جرت في الأمم السالفة، أصابت الأفراد والأمم، وورد ذكرها في القرآن الكريم بمفردات مختلفة، ما هي؟

10

آخر مهلة لاستلام أجوبة المسابقة: الأول من أيار 2014م

## أسماء الفائزين في قرعة مسابقة العدد 269

الجايزة الأولى: نرجس محمد طليس . 150000 ل.ن.

الجايزة الثانية: فاطمة الزهراء محمد فواز . 100000 ل.ن.

8 جوائز، قيمة كل منها 50000 ل.ن. لكل من:

* حسين داوود عساف	* زهراء راشد الزين
* بشرى علي طليس	* زينب حسن ياسين
* هيام عبد الرسول زعرور	* إنعام محمد عليان
* زينب حسن علي القرن	* خضر محمد مسلماني

- ❖ يُعلن عن الأسماء الفائزة بالمسابقة الشهرية في العدد مئتين وثلاث وسبعين الصادر في الأول من شهر حزيران 2014م بمشيئة الله.
- ❖ تصل العديد من القسائم إلى المجلة بعد سحب القرعة ما يؤدي إلى حرمانها من الاشتراك بالسحب لذا يرجى الإلتزام بالمهلة المحددة أعلاه.
- ❖ تُرسل الأجوبة عبر صندوق البريد (بيروت، ص.ب: 24/53)، أو إلى سنتر داغر - بئر العبد أو إلى مكتبة جمعية المعارف الإسلامية الثقافية - المعمورة أو إلى معرض جمعية المعارف الإسلامية الثقافية - النبطية - مقابل مركز إمداد الإمام الخميني رحمته الله.
- ❖ كل قسيمة لا تحتوي على الاسم الثلاثي ومكان ورقم السجل تعتبر لاغية.

## وجراح العباس تنادينا

مهداة لجرى المقاومة الإسلامية...

قاتلٌ لكي تبقى كلمةُ الله هي العُليا،  
فكان كالأليث في الميدان.. ولكن نرف  
جُرحاً وأهداه للحُسين.. فعادَ لنا جريحاً..  
جُرحاً.. سنصنعُ منه صروحَ الحرّية..  
جُرحاً.. نستلهمُ منه قوتنا والعزيمة..  
ونبني منه الأوطان..  
سنحتفظُ بدماءِ جُرحك لنُضيءَ بها  
قناديلنا..

وننادي دائماً.. لن تُسبى الحوراء..  
وجراح العباس تُنادينا..

عفيفة عبد الأمير حرب

من بلد ماتت فيه النخوة، باستثناء  
ثلة من الأولين، وُلدوا..  
كما أهل الكهف... في زمن الكفر..  
عاشوا على حُبِّ العباس، مقطوع  
الكفين..  
امتشقوا البنادق وعشقوا الشهادة..  
والتحققوا بالركب ليقاتلوا أشباه  
الرجال

«مهدي» هو واحدٌ من هؤلاء..  
من رجال الله..  
أحبُّ العباس وتمنّى اللقاء..

## مشكاة أسراري

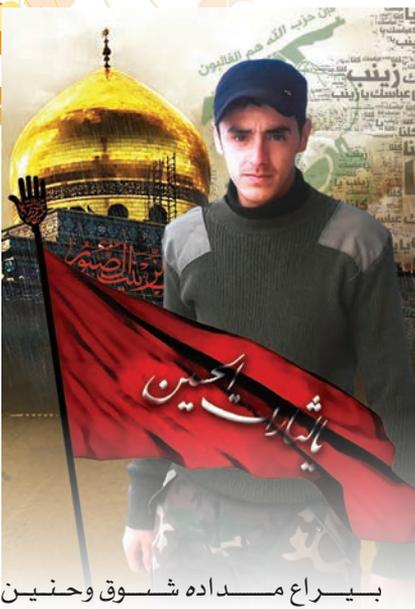
مهداة للسيدة الزهراء عليها السلام

وكوني لذاتي خياراً  
ووقفة العزيز الأبّي  
يجود بروحه افتخاراً  
ويبقى الجهاد لديه..  
الخيار  
تعالى لساحي... وأعطي  
حياتي  
معاني الجمال  
فإني رحلت منذ القديم  
غربت اعتلالاً... وزادي  
فقير  
علمي دني... قليل... ذليل  
وأنت المسار... إليك  
المسير  
ومهما بلغت... أعاني  
افتقار

فاطمة منصور

كشعاع صبح رقيقٍ خفيّ  
سريعاً يهاجر  
يجوب السهول.. يغذي  
الحقول  
ويشدو برفقٍ قدوم النهار  
تسللي حناناً كنسمة  
القرى.. وعلقي بيابي  
همساً طرياً وكل الحياء  
يجمل المأقي بعد صقيع شتاء  
وموت عنيد مريّر  
فتعلو ابتسامة وتحلو  
الديار  
تقدمي... كثورة فجر  
تُحرر الروح بعد انكسار

تألّقي.. كجدوة نار  
حملتها الملائك من طوى  
تؤنس غربتي.. تغمر قلبي  
بنور جليّ  
فتغدو المأسى عروس  
الحصار  
أبحري إليّ بسفن النجاة  
ففي خاطري؛ أنت اعتمادي  
صحوّة فكر حملتها إلي  
مزن العليّ  
لتهجو الجفاء عند خافقيّ  
فتمطر روعي.. غراماً وحلماً  
يعود إلي بعد الفرار  
تدلي عفاهاً



# شهادتك عند العقيلة عزائي

مهداة إلى الشهيد حسين هيثم البوداني<sup>(\*)</sup>

بیراع مداده شوق وحنین  
لَم العجلة ولدي يا حسين؟  
لأحزاني وآهاتي ومرارات السنين  
إلا بلقىاك يا نور العين  
فالفراق قد قطع قلبي والشرابين  
بغياك سلواه همّ والحنين  
والتحليق لا يصح إلا بجناحين  
ولفراقك لطمت خدأ وجبين  
ودمع العين منهمر على الخدين  
شهادتك ذوداً عن عقيلة الهاشميين  
بالجنان مع الشهداء والصدّيقين  
ومحمد شفيعك خاتم النبيين  
زينب بمأمن من أيدي الحاقدين

سأرثيك يا ولدي بدمع العين  
يا هلالاً أفل قبل اكتماله  
رحلت باكراً بني لمن تركتني  
خلّفت برحيلك جرحاً لا يندمل  
أنا أمك الثكلى فانظر لحالي  
فالهيثم إن سألت عن أحواله  
وإبراهيم الذي فقد أحد جناحيه  
وملاك قد تملّكها حزن وأسى  
وفاطم لو سمعتها تقرأ وصيّتك  
لكن ما يعزّيني يا فلذة كبدي  
فهنيئاً لك عند مليك مقتدر  
وأجرك على الوصي وأهل بيته  
فتمّ قرير العين ولا تحزن فزريح

والدة الشهيد حسين هيثم البوداني

الهوامش

(\*) استشهد بتاريخ 2013/3/1 دفناً عن المقدّسات.

# في عينيك نور وأمل

هداة إلى الشهيد علي سعيد موسى (فلاح) (\*)

يا أيها الحلم المسافر نحو السماء

لك منّا السلام

أخي ما أجمل أن تنطق بك كلماتي ويكتب حبري بدموع الشوق والألم

يكتب قصة العشق الإلهي.. عشق الحسين وزينب

يخطّ حكايا بطل أبداع فنّ الجهاد نحو قافلة الشهادة

فلاح الجهاد هناك، عند أعتاب زينب لبيت النداء

في ساحات القصير ناديت

لن تسبى زينب.. لن تسبى

فأزهر الدم القاني عرس الشهادة والنظر

أيا قمر الشهادة رحلت دون وداع

سافرت بصمت مؤلم أدمى القلوب

وعيناك ترقب فينا شوقاً وحباً..

ومضيت يا علي من بين أحلام الصبا

تاركاً جرحاً ينزف عشقاً للقاء..

وحدك تعلم مدى شوقي إليك

فخذ دموعي مرثية لعينيك

خذ شموع أحلامي وانثرها بين راحتك

فالنور منك وفيك يسطع

تعال واسمع همسات روعي تناجيك وتناديك

واسمع شوق قلبي يخبرك عن سرّ لن تطويه الأيام

أقبل يا شمعة أحراني.. يا دمعتي ويسمتي

أقبل وأشعل فتاديل الأمل في قلوب أحرقتها لهيب الشوق والحنين..

وأعطني من عينيك النور والأمل

ومن قلبك العشق والحنان

يا كلّ أيامي

تمضي الأيام وستمضي ولكن غدأ ليس ببعيد

فلقاؤك مرهون بغدٍ وكلّ غدٍ وراء غدٍ.

شقيقة الشهيد إيمان موسى (بليدا)



### مهداة إلى روح الشهيد السيد علي حسين الموسوي (عروج)<sup>(\*)</sup>

المصائب»، لتكون الزيارة الأخيرة!!  
هات يدك نلثمها، أنت امتداد لنا،  
أخوات بلدتك نثرن على نعشك الأفتحان  
والياسمين والنرجس، لكن جميعها  
استحت وأغمضت جفونها.

بدوتم كالمطر لا ينحبس، رفضتم أن  
يحكم عليكم بالصمت والذل!! لا... فقد  
قالها سماحة السيد الأمين العام (حفظه  
الله): هيهات منّا الذلّة!!

أمهاتنا ونساؤنا يا سيد علي، ما زلن  
يُحكَن أكفاناً لأبنائهن لأنهن يرغبن في  
رؤيتهم شهداء، وكنت أنت البداية، ذكرت  
في وصيتك متوجّهاً إلى والدتك الصابرة  
«أنا الآن في حضن الزهراء عليها السلام...»  
هنيئاً لك وشهادة مباركة...

أبو فراس الموسوي

شهيدنا السيد علي... أنتم الشعلة  
النقية والسيوف اللامعة، وشعباب  
المرجان، فخورون بكم جميعاً يا ابن  
العشرين ربيعاً. في قلوبكم خيوط من  
مداميك النبوة وأشعة الشمس، ومن  
ينابيع أهل البيت عليهم السلام. دماؤكم  
مشاعلنا ويقظة أجيالنا ومزارات إباء، لم  
تسقط على الأرض بل ارتفعت إلى السماء  
كما دماء طفل الحسين الرضيع عليه السلام.  
من قرانا الصغيرة وُلد عظماء...  
كالأشجار المعمّرة، ألم يقل السيد عباس  
(رض) شهداؤنا عظاماؤنا؟  
أيها الشهيد هوّيتكم مقاومة وصرخة  
عزّ...  
رفاق دربك حملوك إلى مقام «أم

الهوامش

(\*) استشهد بتاريخ 27-12-2013، دفاعاً عن المقدسات.

## الواحة طرائف:



### \*مطعم في منتصف الليل\*

- دخل أحدهم إلى المطعم في منتصف الليل وهو يتضور جوعاً فجلس على الكرسي وسأل العامل: ماذا عندكم للأكل؟  
قال العامل: سكرنا.  
فردّ الرجل: أحضر لي 2 سكرنا مع بطاطا وواحد عصير.



### \*الطريق إلى المستشفى\*

- تاه أحدهم عن الوصول إلى المستشفى فسال أحد المارة: دُلّني على أسرع طريق أصل بها إلى المستشفى.  
فأجابته: أغمض عينيك واقطع الطريق.

## لماذا؟

يتضمّن سؤال هذه الفقرة حكماً فقهياً وردت له علّة تشريعية في الروايات المتواترة عن أهل البيت عليهم السلام:

### \* لماذا سُمّيت مكة مكة؟ \*

كتب الإمام الرضا عليه السلام في جواب هذا السؤال: «سمّيت مكة مكة لأن الناس كانوا يمشون فيها، وكان يقال لمن قصدها قد مكى وذلك قول الله عزّ وجلّ: ﴿وَمَا كَانَ صَلَاتُهُمْ عِنْدَ الْبَيْتِ إِلَّا مُكَاءً وَتَصَدِيَةً﴾» (الأنفال، 35)، فالمكاء: التصفير، والتصديّة: صفق اليدين.

\* عن الإمام أبي عبد الله عليه السلام قال: «إنّما سمّيت مكة بكّة لأن الناس يتباكون فيها».

(علل الشرائع، ج2، ص397)

		2		7	9			6
		8			1			7
5		6			8			4
	1		9	5				3
	5	7				6		2
		9			8	2		1
	7			3			8	
				6			5	
				8	2			9
	4							

## سودوكو (sudoku)

**شروط اللعبة:** هذه الشبكة مكوّنة من 9 مربعات كبيرة وكل مربع كبير مقسّم إلى 9 خانات صغيرة. من شروط اللعبة وضع الأرقام من 1 إلى 9 ضمن الخانات بحيث لا يتكرر الرقم في كل مربع كبير وفي كل خط أفقي أو عمودي.

## صورة وتعليق

### يزرعون الأمل والشجر

في أسبوع المصادر  
الطبيعية، وعلى أعتاب يوم  
الشجرة، غرس آية الله  
العظمى السيد الخامنئي  
رَبِّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ ظهر الأربعاء  
2014/03/05 شجرة



## ماذا؟

إذا كان يوم ما قبل الاثنين  
قد حلَّ قبل ثلاثة أيام، فماذا  
يكون يوم ما بعد غد؟

## كيف؟

كيف توقفين غضب طفلك في لحظات؟  
اهمسي في أذنيه، وقولي له: ماذا تحب أن تفعل بعد أن تنتهي من غضبك؟ أو احكي  
له قصة قصيرة بصوت منخفض، سوف يسكت ليسمع ويهدأ لمعرفة نهايتها.

## يتدبرون

يقول الله تعالى: ﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى﴾ (المعلق: 14).  
يُذكر أنّ عارفاً تابَّ بعد ذنب، وكان بعد ذلك يبكي كثيراً، قيل له: لِمَ هذا البكاء؟  
ألا تعلم أنّ الله تعالى غفورٌ؟ قال: بلى، قد يعفو سبحانه، ولكن كيف أبعد عن نفسي  
الإحساس بالخجل، وقد رأني أذنب؟!  
جاء في الحديث: «اعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه فإنه يراك».

الكلمات المتقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
									1
		■							2
■							■		3
				■					4
					■				5
			■			■			6
■				■				■	7
	■								8
		■					■		9
					■				10

عمودياً:

1. شاعر أطلق عليه لقب شاعر الرسول ﷺ
2. مجموعة جزر - طري
3. اكتمل - سدنا الحضرة
4. أنف - مدينة فلسطينية
5. أتزعم القوم - نقدم الحجة
6. طار طرياً - بحر - حرّكت
7. من الطيور - ترجو
8. تركوا المكان ورحلوا
9. دولة أوروبية - حرف عطف
10. للنداء - ضرب بقبضة يده - بشتاق

أفقياً:

1. جاهلي عُرف بكرمه الشديد
2. الاسم الذي أطلق على مدينة سامراء عند تأسيسها - للنضي
3. شقيق - غدروا بهم
4. مصباح - اسم عربي مذكر
5. مكان حصاد القمح - يحبسك
6. نجمع - وشى - غزال
7. فاز - فوراً
8. الفراغ من العمل
9. نصف كلمة بيدر - يقطع - سعل
10. حيوان أسطوري - آلة الهاتف

## أجوبة مسابقة العدد 269

1- صح أم خطأ؟

أ - خطأ.

ب - خطأ.

ج - صح.

2- املأ الفراغ:

أ - يهدم.

ب - الإمام الصادق عليه السلام.

ج - الثقة بالنفس.

3- من القائل؟

أ - الإمام الخميني قدس سره.

ب - الإمام الخامنئي قدس سره.

ج - الشهيد حسان اللقيس.

4- صحح الخطأ حسبما ورد في العدد:

أ - في حدود.

ب - الحاسوب.

ج - لا يذكر.

5- من/ ما المقصود؟

أ - الشهيد عماد.

ب - السيد عباس.

ج - الشيخ راغب حرب.

6- وصايا العلماء.

7- الثوم.

8- وقذ.

9- شباب.

10- التعبئة.

الجواب: الجمعة.

## حل الكلمات المتقاطعة الصادرة في العدد 270

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
	م	ي	ج	ر	ا	و	خ	ل	ا	1
	ن	و	ي	ل	م	ب	ب	ي	ل	2
	خ	س	و	ل	ي	خ	ب	ب	ن	3
	ا	ن	ع	ص	ص	ر	ب	ه	4	
	ر	س	ا	س	ا	ح	ل	ر	5	
	ي	م	ش	ر	ع	د	ي	و	6	
	ع	س	و	د	ي	ج	ا	ا	7	
	ض	ا	ر	ل	ا	ر	س	ن	8	
	ن	و	ا	م	ح	ب	و	ب	9	
	ن	ء	ا	و	ض	ا	ل	ا	10	

## حل شبكة Sudoku الصادرة في العدد 270

5	4	6	3	7	1	9	8	2
7	2	1	9	5	8	3	4	6
8	9	3	2	4	6	7	5	1
4	3	9	5	6	7	2	1	8
1	7	5	8	2	3	4	6	9
2	6	8	1	9	4	5	3	7
6	5	4	7	1	2	8	9	3
3	1	2	4	8	9	6	7	5
9	8	7	6	3	5	1	2	4

من يرغب من الإخوة القراء بالمشاركة في سحب قرعة المسابقة؛

فليستعلم عن التاريخ من مركز المجلة.

# صاحبة السرّ

نهى عبد الله

يقولون: «إذا أردت أن ترشد أحدهم إلى طريقك، ضع علامة ثابتة، تدلّ عليك». كان طريقها إلى الربوة الخضراء العالية، يمرّ بذلك النفق المظلم، الذي ينتهي بمخرجين... الأول معالمه واضحة، واسع، لا يحده باب، ينبعث منه ضوءٌ يُخَيِّلُ أنه للشمس؛ ليذهل المارّين عن المخرج الثاني الذي يستتر بعده بأمتار قليلة، وبابه موصد... لكنها تملك المفتاح.

كانت تعرف خدعة النفق، وتعلم أن هناك من سيمر بعدها ويتبعها، وعليها أن توضح معالم الطريق جيداً في وقت قصير، حتى لا يتيه أتباعها في ذلك النفق، فأوقدت في كل منعطف مظلم شعلةً تكشف الطريق، لكن لن تكفي مشاعلها.. فالمخرج الزائف يشعّ بالضوء أيضاً.

فأخذت عقدها ونثرت حبيبات اللؤلؤ باتجاه الباب الثاني.. وعلقت قرطها على بابه... لكن هذه العلامات قد يغيرها الزمن! لذا أخذت المفتاح وعلقته على الباب الزائف... لتترك سؤالاً لكل من يخاله مخرجاً صحيحاً: لم يملك مفتاحاً وليس له باب؟ فالمفتاح لباب آخر...

اتبعتها كثيرون، وعرفوا أن المفتاح يعود إليها، وعرفوها بصاحبة السرّ المستودع، وأمام كل باب موصد وكربة مستعصية، كانت قلوبهم تلهج باسمها وتتوسل بكرامة سرّها، الذي جعلته علامة لا تغيرها يد الزمان ولا المنتصر الذي يكتب التاريخ.

فكلما حاول المارّون الوصول من هناك إلى هنا، على طريق يبدو هادئاً، وأمام بوابة زائفة، أيقظتهم فتوقفوا أمام علامة وضعتها هي ليتساءلوا: إذا كان التاريخ صحيحاً، فلمّ لم يُعرف قبرها حتى الآن؟ السلام على السيدة فاطمة وأبيها..

وبعلها وبنيتها..

والسرّ المستودع فيها.