

# شباب الجوادين

مجلة فصلية تهتم بشؤون الشباب  
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية  
وحدة الإصدارات في العتبة الكاظمية المقدسة  
العدد ٧٧ / السنة الحادية عشر / ١٤٤٢ هـ - ٢٠٢٢ م



بطولة شباب الأئمة ..  
رياضة وترويح وهمة



# نقرأ في هذا العدد



مجلة فصلية فكرية ثقافية عامة

تعنى بالشباب

تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية  
وحدة الإصدارات في العتبة الكاظمية المقدسة  
العدد (٧٧) / السنة الحادية عشر / ١٤٤٣ هـ

زورونا [www.aljawadain.org](http://www.aljawadain.org)

راسلونا [shabab.aljawadain.mag@gmail.com](mailto:shabab.aljawadain.mag@gmail.com)

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق  
١٥٩٤ لسنة ٢٠١١ م

المشرف العام  
م. جلال علي محمد

رئيس التحرير  
الشيخ عدي حاتم الكاظمي

سكرتير التحرير  
حيدر صباح عبد الرزاق

التدقيق اللغوي  
رياض عبد الغني الحسن

التصميم والإخراج الفني  
محمد أيوب الخراعي



## المسلك واضح



## شباب في خدمة شباب الأئمة



## الميتافيرس.. العالم الجديد الهايبرلوب.. كبسولة النقل الفراغي



## وحش درب القنطرة يظهر للعيان



## حضارة الحرف والجرسة



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## اختيارات

## أوراق الكلام

يمرّ الشباب المقبلون على اختيار تخصص ما في الدراسة ببعض التجاذبات والتي يمكن منها أن تصبح إحصاراً يصعب على البعض التخلص منه، والتوجه إلى الخيار الصحيح الذي ينفعه في الدنيا والآخرة. ولعل سائلاً يسأل ما علاقة الاختيار بالتخصص للعمل في الدنيا وتأثيره في الآخرة. وفي الحقيقة إن الشاب المتطلع والمفكر سوف يختار التخصص والعمل الصحيح الذي يُمكن له العيش بعد التخرج والتحصيل على دخل يناسب نفقاته، وهذا العمل بلا شك يرضي الله سبحانه ولا شك أن له إيجابيات في الآخرة ما لم يقع في المحذور؛ لأنّ الباريء سبحانه حث على العمل.

أما الذي لا يتجه نحو الاختيار الصحيح مع تمكنه منه؛ بسبب قلة معرفته وثقافته وعدم استشارة الآخرين وتهاون الوالدين في نصحه، وتفرد به باتخاذ القرار، قد يندفع نحو الاختيار الخاطيء في التخصص، ظناً منه أنه على صواب، فيدخله ذلك في دوامة الفراغ، ولسان حاله يقول: إنها سنوات دراسة تُقضى في اللهو، وهي استراحة من الدراسة في المرحلة السابقة. وهو لم يدخل المرحلة الإعدادية بعد، وفي الحقيقة هذه مشكلة كبيرة وقد يقع فيها الشخص، فينطبق عليه وصف الجهل من القسم الثاني، وهو الجهل المركب كما يقسمه أهل المنطق، ومن ثمّ يكون اختياره عبثياً ويضيّع سنوات عمره ليجد نفسه قد خسر تعب السنين الماضية في التعلم، ولا يحصل على تخصص ينفعه ويمكّنه من تكوين أسرة ناجحة، وإذا كوّن أسرة ففي الأغلب تكون أسرة هشّة غير ناجحة. بسبب انعكاسات الاختيار الخاطيء ورواسبه. ولعله يعي خطأه في أواخر عمره فيحل الندم واللوم في النفس والتقاعس في العمل، مما قد يسبب له مشاكل نفسية تعود بالسلب على الفرد والعائلة، وفي هذا الحال لا يمكنه أن يتدارك الموقف، فلا يمكن للزمن العودة إلى الوراء لمعاودة الاختيار، وأما الفرصة الوحيدة هي الاعتبار بما مضى ونصيحة الأبناء وتوجيههم نحو الاختيار الصحيح. ومن ثمّ على الشباب أن يكونوا دقيقين في الاختيار وعدم التفریط في سنوات العمر والوقت الثمين.





## وقفه قرآنية

### ﴿وَأَصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا﴾

في هذه الآية التفاتات مؤثرة وعميقة، وتذكرنا بقضية موسى عليه السلام، وما المقامات التي اختصه الله بها، ومنها رتبة الاصطناع {واصطنعتك لنفسى}، فرغم أن الوجود كله طوع أمر الله عز وجل، ولكنه يحب أن يتخذ من أوليائه عباداً يكونوا لنفسه.. هؤلاء هم المجهولون قدرًا..

فعلينا أن لا ننسى مرحلة الاصطناع عند الله عز وجل، وهي أن يكون الإنسان مصطنعاً في عين الله عز وجل، وأن يكون كبيراً في عين الله عز وجل، وأن يكون مرضياً عند الله.. وإن لم يعترف به أحد من البشر، وإن كان من الذين جهل قدرهم لأبعد الحدود، فالحديث القدسي بما مضمونه: (أنا عند المدرسة قبورهم، والمنكسرة قلوبهم).. فالإنسان المؤمن لا يهمله الصيت، ولا التأثير الاجتماعي. فإذا أراد الله عز وجل، فتح له سبيل التأثير في الناس.. وقد يصطفيه لنفسه، ويلقي عليه عمداً عنصر الكتمان والجهالة، ليبقى مجهولاً بين الناس.. ولهذا أمرنا أن لا نحقر أحداً، فلعله الولي عند الله عز وجل.. من هنا، فإن رتبة الاصطفاء، ورتبة الاصطناع، ورتبة الكون على عين الله عز وجل، من الرتب الجليلة التي لا تقاس بها حتى رتب الجنة المادية.

وقد نفهم من الآية {وَأَصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا} أن الطريق إلى الله عز وجل محفوف بالمكاره.. فبالإضافة إلى لذة القرب والأنس هناك تبعات وعقبات، لا بد من تجاوزها.. وعليه، فالذي يريد أن يكون بعين الله، عليه أن يصبر على حكم ربه.. ومن المعلوم أن المؤمن كلما زيد في إيمانه، زيد في بلائه.. فهي بمثابة العاصفة التي تدفعهم للالتجاء إلى الله عز وجل، فحياة المؤمن بين عسر ويسر، والنبي صلى الله عليه وسلم سأل الله الكفاف، ليصبر يوماً، ويشكر يوماً.

عليه فمن يريد أن يكون بعين الله عز وجل، عليه أن يسلب من نفسه كل إرادة. فالإنسان الذي تكون لديه إرادة ويحب أن يصل إلى الله عز وجل بتخطيطه هو، فإن هذا ليس من التكامل في شيء.. وقد قيل: إن البلاء وزع على الأولياء بدرجاتهم، الأمثل فالأمثل.. والنبي صلى الله عليه وسلم أصبر الأولياء، فلم يبتل نبي بمثل ما ابتلى النبي صلى الله عليه وسلم.

## قبسات ووصايا

### عيد الأضحى المبارك

من قبسات صلاة العيد بإمامة الشيخ حبيب الكاظمي الذي أشار إليها في بعض جوانب الخطبة:

- ♦ التحذير من إهمال شريحة الشباب وتركهم عرضة للحرب الناعمة.
- ♦ دعوة أولياء الأمور إلى ضرورة الاهتمام بأطفالهم، ومواجهة الموجات الهدامة التي تهدف إلى سلبهم براءتهم وفطرتهم السليمة.
- ♦ التأكيد على خطورة المرحلة التي يمر بها الشباب، وكونهم أصبحوا اليوم في (فم التنين).
- ♦ التشديد على ضرورة الاهتمام بحصانة العائلة، والتفات في الأمر لمتابعة أولاده قبل أن يصل بهم العمر إلى سن المراهقة..
- ♦ متابعة وضع الجامعات العراقية الذي أصبح وضعها على ما لا يرام.
- ♦ المطالبة بالالتفات إلى شريحة الشباب، ودعوة أهل الحل والعقد ممن بيدهم مقاليد الأمور إلى ضرورة إدراك الشباب قبل ضياعهم.
- ♦ التذكير بأن الشباب هم رصيد المستقبل، والحذر من تجاهلهم وعدم الالتفات لهم، وتركهم عرضة للحرب الإعلامية الناعمة التي يشنها العدو.
- ♦ الدعوة إلى استنقاذ شبابنا الموالي؛ كونهم أحباب الإمام الحسين عليه السلام، وزواره وخدمة الشعائر الحسينية.
- ♦ تجديد العهد لصاحب العصر والزمان عليه السلام، في الأعياد الأربعة، والإكثار من الدعاء له بتلطف لتعجيل فرجه الشريف.



## خير الزاد

## آفات كثرة الكلام

الشيخ حبيب الكاظمي

الأكرم ﷺ: (كفى بالمرء كذباً أن يُحدّث بكل ما سمع)<sup>(١)</sup>.

❖ إن الصمت وحفظ اللسان هو لأجل النجاة، فالحكماء إنما ورثوا الحكمة بالصمت. كما أن كمال المروءة بالصمت أو بحسن الحديث، لا بالثرثرة والغيبة.

❖ إن حفظ اللسان وكفّه عن الأذى شيمة المؤمن المراقب الذي يخشى من ذهاب طيبات عمله، مُتذكراً الحديث الشريف: (ما النار في البيس بأسرع من الغيبة في حسنات العبد)<sup>(٢)</sup>.

(٣) أعيان الشيعة، الحر العاملي، ج ٤، ص ٣٣٤.

(٤) موقع السراج في الطريق إلى الله (بتصرف).

(٥) بحار الأنوار، ج ٧٢، ص ٣٣١.

الكلمة فيحفظها عليه يريد أن يفصح بها أولئك لا خلاق لهم)<sup>(١)</sup>.

❖ إن الهذر في الكلام له تبعاته المتسلسلة والتي تلقي بصاحبها في نار جهنم آخر المطاف، ولا غرابة، قال أمير المؤمنين ﷺ: (من كثّر كلامه كثّر خطؤه، ومن كثّر خطؤه قلّ حياؤه، ومن قلّ حياؤه قلّ ورعه، ومن قلّ ورعه مات قلبه، ومن مات قلبه دخل النار)<sup>(٢)</sup>.

❖ إن من ينقل حديث الآخرين بلسانه أو في أدوات التواصل الاجتماعي، ويُحدّث بكل ما سمع، فإنّه يلحق بزمرة الكاذبين، عن النبي

(١) بحار الأنوار، ج ٧٥، العلامة المجلسي، ص ٣٧٨.

(٢) بحار الأنوار، العلامة المجلسي، ج ٦٨، ص ٣٩٥.

تعدّ كثرة الكلام أو (الثرثرة) إحدى الآفات الخطيرة التي قد يصاب بها الإنسان، وتجعله عرضة للوقوع في المحذور من تجاوز الحد الطبيعي للكلام مع الآخرين، وأحياناً ارتكاب الذنب لما يتضمنه من إساءة وتجريح وغيرها من التأثيرات السلبية عليهم. وبما أننا بصدد ذكر هذه السمة السيئة، لا بأس من الوقوف على بعض من حيثياتها وتداعياتها:

❖ (للسان القدرة على أن يُنشئ المعاني المُدرّكة بقالب الألفاظ بخبرها وشرها، لذا فإن للسان دوراً في سعادة الإنسان أو تعاسته.

❖ إن الهذر في الكلام يُسقط الإنسان في المحذور، فقد يقول قولاً يصبح أسيراً لغيره، فيساومه على أجر السكوت، قال رسول الله ﷺ: (أدنى الكفر أن يسمع الرجل عن أخيه



## إيقاظ وتنبيه..

## سبب تأخر استجابة الدعاء

منكم أيتها الملائكة.. أخرجوا الإجابة ولا تعطوه الحاجة الآن، والسبب في ذلك كما ورد في الحديث يقول: إن الله يحب أن يسمع صوت العبد وهو يدعو، فرب العالمين يعلم أنه إذا أعطاه الحاجة، فإنه من المستحيل أن يطلب تلك الحالة. وهنا يأتي الرد: أجيئوا عبدي وأجلوه - مضمون الحديث - فإني أحب أن أسمع صوته.. وفي المقابل العبد يدعو ربه، فيقول الرب لملائكته: أجيئوا عبدي، ولكن عجلوه!.. لهذا المضمون - فإني أكره أن أسمع صوته، اسكتوه وأعطوه الحاجة، لئلا يدعوني بعد ذلك.

إن الله سبحانه وتعالى يعطي الحاجة، ولكن في الوقت المناسب، فالإنسان لا يدري عواقب الأمور.. وكما هو معلوم فإن الأمور مرهونة بأوقاتها، كما في دعاء الافتتاح: (ولعل الذي أبطأ عني هو خير لي لعلك بعاقبة الأمور).. إن الأمور بخواتيمها، ورب العالمين ينظر للعاقبة، فيرى أن هذه العاقبة لا تأتي من خلال إجابة الدعاء)<sup>(٣)</sup>.

يستغرب البعض من تأخر استجابة الدعاء على الرغم من تكراره والإلحاح به طلباً لحاجة يرجو من الله تعالى قضاءها، وغالباً ما تذهب بهم الأوهام إلى أن هناك عقوبة أو ذنباً يحول دون قضاء حاجته تلك، والحال - كما تؤكد الأحاديث الشريفة - (أن الإنسان عندما يُكشف له الغطاء يوم القيامة، ويرى التعويض مقابل الدعوات الكثيرة التي دعاها ولم تستجب له .. يقول: يا ربّ، ليتك لم تستجب لي أي دعوة في الدنيا!..

من هنا، على الإنسان أن يدعو، ويُفوض الأمر إلى الحكيم الخبير.. وهذا الحديث من روائع الحديث في باب إجابة الدعاء، عن الإمام الباقر ﷺ: (إن المؤمن يسأل الله عز وجل حاجة فيؤخر عنه تعجيل إجابته حبا لصوته واستماع نحيبه، ثم قال: والله ما أحرّ الله عز وجل عن المؤمنين ما يطلبون من هذه الدنيا خيراً لهم مما عجل لهم فيها..)<sup>(١)</sup>

(يقول الله عز وجل لملائكته: عبدي سألتني، أجيئوه!.. ولكن لي طلب

(٢) موقع السراج (بتصرف).

(١) الكافي، الشيخ الكليني، ج ٢، ص ٤٨٨.



# هرروا أنفسكم

## من شرنة الشيطان

الشيخ طه حافظ خميس

الشباب وتسلبه تفكيره وإرادته وتحرمه من الفرصة الطيبة الكثيرة التي تنمي قدراته وعقله ومستقبله.

لذا على الشباب أن يلتفت لأعداء الإسلام والمسلمين والتحرر من شرنة الشيطان

لا نقول بتعطيل هذه الشبكة، بل بتوظيفها التوظيف الإيجابي وتقليل مساحة التعامل معها.

تنظيم الوقت والاستفادة من الأمور الحسنة- إذا يريد الإنسان أن يكون محباً للإسلام ومضحياً من أجله.

يكتف الحضور إلى مجالس الذكر، فإن في حضور مجالس يذكر فيها محمد وآل محمد فيها النجاة الأكيدة من شرنة الشيطان.

خطاب نتوجه به الى الشباب للتخلص من شرنة الشيطان التي صنعها الأعداء الشباب: أعني شبكات التواصل الاجتماعي أو بالأحرى هي شبكات التقاطع الاجتماعي، ولعلها من أخطر شرنقات الشيطان وحباله، وذلك لأسباب نذكر بعضها في الآتي:

❖ أعمار كثير من الشباب تهدر على هذه الشبكات.

❖ تدخل إليهم ثقافات كثيرة ضالة كاذبة خادعة عبر هذه الشبكات.

❖ سبب الانحلال للأخلاق والقيم.

❖ هدم للآداب والمبادئ الأسرية والأخلاقية والدينية.

❖ تسبب أمراض نفسية وبدنية، وهي في بعض الأحيان تكون كالسم الذي يتناوله الإنسان، سم في المعنويات.

الكثير من الخصوصية في الأسر والعوائل اخترقت بسبب هذه الشبكات، فما أكثر الأسر التي تحطمت بسبب شبكات التواصل، ما أكثر القيم التي تهدمت بسبب شبكات التواصل. فهناك الكثير من المعلومات الكاذبة والأخبار الخادعة، ودجل في الأفكار التي تنتشر، وهذه في الحقيقة شرنة الشيطان وقيوده.

صحيح إن شبكات التواصل تقنية مفيدة من بعض الجهات إلا أن ميزانها، وقرارها، وفوائدها، وأسرارها، وخفاياها، بيد الأعداء، وهم يخططون ليل ونهار لهدم بلاد المسلمين وتخريب عقائدهم وإفساد الشباب. فحبال الشيطان تغل وتقيد



## من وجوه الآداب



أ.د. حيدر حسن جليل الشمري  
الأمين العام  
للعتبة الكاظمية المقدسة

## سيف مسلول

عندما يبدأ شبابنا مشوار حياتهم الدراسية أو العملية فذلك يعني الاختلاط بثقافات شتى وبيئات مختلفة، ليكونوا معاً في مضمار واحد ولسنوات عدة.. وعادة ما تؤدي هذه الحالة إلى تبادل المكتسبات لتنعكس على سلوكهم وأخلاقهم، فتارة يتعلم ما هو جيد وتارة ما هو رديء، وكأنها مأدبة ممدودة يختار الشاب منها ما يشاء فتتشكل شخصيته في نهاية المطاف طبقاً للمخرجات التي اتصف بها ومال إليها..

إن مسألة الصُحبة واختيار الصديق تُعد من المسائل المهمة التي ينبغي أن يعتني بها الشباب، وينبغي عليهم أن يتنبهوا إلى أنّ أصدقاء مرحلة الشباب لهم دورهم المؤثر في بناء شخصية الإنسان وتكوين طباعه وأخلاقه. فالصديق العاقل يستطيع أن يهدي الإنسان إلى درب الفضيلة والكمال، وأما الصديق السيء فقد يجرّ صاحبه إلى طرق الإثم، ومن ثم سيدمر حاضره ومستقبله.. هنا لا بد للشباب في هذه المرحلة أن يتخذ لنفسه مرجعاً ذا خبرة في تجارب الحياة يستشيرها كلما صادفته مشكلة، ويستنصحه عند كل خيرة.

نعم.. الحياة مستمرة، وعلى أبنائنا أن يجتهدوا ويؤدوا ما عليهم ولا يتقاعسوا، فعطاؤهم يكون واضحاً لامتلاكهم روح التحدي والمنافسة وتميزهم بالنشاط والحيوية، وليعلموا أنّ الدنيا فيها الحسن والقبيح، والخير والشر، والحق والباطل.. وسيرافقهم الكثيرون: بعضهم من يُقال بحقهم (سَنَشُدُّ عَضُدَكَ بِأَخِيكَ) وبعضهم (فَبَيْسُ الْقَرِينِ)، والتمييز بينهما يقع على المرء نفسه.. فعلى شبابنا أن يحذروا ممن يتركون أثراً سيئاً في سجل حياتهم فهؤلاء غالباً ما يثيرون الإعجاب ويلفتون الأنظار إليهم، فيجذبون الشباب كما يجذب الضوء الفراشات: عندئذ سيكون مصيرها الاحتراق بذلك الضوء.. وليضعوا نصب أعينهم حديث الإمام محمد بن علي الجواد (عليه السلام): (إِيَّاكَ وَمُصَاحَبَةَ الشَّرِيرِ فَإِنَّهُ كَالسَّيْفِ الْمَسْلُولِ يَحْسُنُ مَنظَرَهُ وَيَقْبُحُ أَثَرَهُ).

الشيخ غزوان سهيل

إن للآداب والأخلاق انعكاساتها في الدنيا والآخرة. فالمجتمع يجذب إلى من يتحلى بالأخلاق وبالآداب، ويلمس ذلك من خلال سلوكه مع الآخرين، ولقد ورد عن النبي ﷺ الحديث الشريف: « إنما بُعثت لأتمم مكارم الاخلاق »، وقد ورد في الحديث عن أمير المؤمنين علي (عليه السلام) أنه قال: « عنوان صحيفة المؤمن حُسن خُلُقه ».

لقد حث المجتمع الإسلامي على أن يكون المرء ذا أخلاق وآداب في تعامله في شتى ميادين الحياة، فهو عملٌ يُحبه الله ورسوله والمؤمنون، فكيف إذا تحلى الفرد بالآداب مع الإمام المعصوم، فإنه ينال درجات رفيعة في الدنيا والآخرة. ولعل من مصاديق هذا المعنى ما حصل مع الشيخ المامقاني صاحب موسوعة (تنقيح المقال في علم الرجال)، عندما سألوه عن سبب توفيقه فقال: عندما جاءني تكليف بالتدريس في حوزة الإمام الرضا (عليه السلام) في صحنه المقدس، فأفردوا لي عُرفة للنوم فيها ولكنني من شدة حيائي من الإمام الرضا (عليه السلام) وتقديسي له، لم أجرؤ على الاستلقاء فصرت أنام من جلوس لمدة سنة كاملة فأصبح لي من التوفيق ما تروونه اليوم؛ بفضل أدبي مع الإمام المعصوم. فنحن وإن لم ندرك زمانهم في حياتهم الشريفة، ينبغي لنا أن نتحلى بصفات الآداب عند زيارة مراقدهم المقدسة عسى أن نوفق لأن ندرك ظهور آخرهم ﷺ.



# المسلك واضع

الشيخ قاسم كاظم الخفاجي

بأنواعه هو قيادة أئمة الباطل، ويؤكد الإمام الكاظم عليه السلام أن هذه الآية تحمل معنى يُستنبط ويُدرَك من ظواهر ألفاظها، وتستنبطن مفهوماً آخر يسكن ويكمن في عمقها أيضاً، وهو أن القاعدة الأصلية لطريق الوصول إلى المجتمع الإنساني والإسلامي المطلوب هو قيادة أئمة الحق واتباع إرشاداتهم؛ فإن القائد منهم حرصه دائم مستمر في تحصين القاعدة الجماهيرية والأمة عموماً، تحصيناً فكرياً وعقائدياً وثقافياً؛ ليحفظ لها الإطار العام للسلوك القويم في المجتمع، ويجنبها الانزلاق في التناهات العقائدية والفكرية، ولا يمكننا تصور أمة تتكامل إلا بإمام حق أو من ينوب عنه نيابة وضع وصفها الإمام العادل.

## في زماننا هذا

نودي بالحرية، ونودي بحقوق الإنسان والرفق بالحيوان، ونودي ليوم للعامل والمرأة والأم، ونودي ليوم المعلم والجندي، ونشروا لافتات لمراكز خيرية - حسب دعوهم- والجمعيات المدنية، وتحدثوا عنها بشكل أسال لعاب كثير، إلا أن المنادين للحرية -مثلاً- لم يحددوا مفهومها وسعتها، هل هي مطلقة أم مقيدة؟ فإن كانت مطلقة فستأكل نفسها بلحاظ التزام بين الأقران، وإن كانت مقيدة، ما هي معايير التقييد؟ وهل هي صالحة لكل زمان ومكان؟ أم تستعمل وفق ما يريده القوي كما رأينا في دول قررت الحرية السياسية في الانتخاب وحين جاءت النتائج بما لا يهوى القوي أسقطها. نودي باتباع تجمعات ورؤوس وقيل للناس بكفائتهم وحسن متابعتهم مع أننا لم نجد له أصلاً في شريعتنا.

## إخوتي

إن من أهم عوامل رقي المجتمع، زعامة الصالحين، وأهلية النخبة، ووحدة الكلمة، والتمسك بالقيم الأخلاقية والعملية.

ومن أهم عوامل انحراف المجتمع وسقوطه؛ تسلط غير الصالحين والطاعة العمياء لهم،

وفي قبالتها دائماً تتمحور قيادة باطل تستقطب مجاميع من الناس في مواجهة القيادة الرسالية (وَكذلكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا مِنَ الْمُجْرِمِينَ).

ويستخلف الأنبياء والرسل أئمة ووظيفتهم كوظيفة الأنبياء ما خلا الوحي؛ قال تعالى شأنه: (وَإِذِ ابْتَلَى إِبْرَاهِيمَ رَبُّهُ بِكَلِمَاتٍ فَأَتَمَّهُنَّ قَالَ إِنِّي جَاعِلُكَ لِلنَّاسِ إِمَامًا قَالَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي قَالَ لَا يَنَالُ عَهْدِي الظَّالِمِينَ)<sup>(١)</sup>، (وَجَعَلْنَاهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا وَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِمْ فِعْلَ الْخَيْرَاتِ وَإِقَامَ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءَ الزَّكَاةِ وَكَانُوا لَنَا غَابِدِينَ). وفي قبالهم أئمة ضلال (وَجَعَلْنَاهُمْ أَئِمَّةً يَدْعُونَ إِلَى النَّارِ)، في قابل كل قيادة حق قيادة باطل. وقيادة الباطل وأئمة الجور هي الأساس في جميع ضروب فساد المجتمع البشري وانحرافه وانتكاساته وظلمه وضلاله، ولا رجاء في إصلاحه ما دامت أم الفساد -قيادة الباطل- هذه معشعشة في كيانه. ولا تعالج أنواع المجتمع إلا باستئصال أم الفساد هذه.

لذا قال الإمام الكاظم عليه السلام لمحمد بن منصور - وهو أحد أصحابه- عندما سأله عن قوله تعالى (قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ)؛ (إن القرآن له ظهر وبطن، فجميع ما حرم الله في القرآن هو الظاهر، والباطن من ذلك أئمة الجور. وجميع ما أحل الله تعالى في الكتاب هو الظاهر، والباطن من ذلك أئمة الحق)<sup>(٢)</sup>.

نلاحظ أن الإمام عليه السلام قد أشار - في تبيينه للفواحش الظاهرة والباطنة الواردة في نص الآية الكريمة - إلى مبدأ عام ومهم في تفسير القرآن هو أن الآيات القرآنية ذات بعدين؛ البعد الأول يفهم من ظاهر القرآن، والبعد الثاني يدرك من باطنه؛ وعليه فإن تفسير القرآن - كما أشار الإمام عليه السلام - على مستويين: ظاهري، وباطني؛ التفسير الظاهري للآية المذكورة هو أن الله تعالى حرم الأعمال القبيحة، سواء ارتكبتها علناً أم خفياً. وفي تفسيرها الباطن يشير الإمام عليه السلام بنحو مجمل أن أس الأسس في الفساد الاجتماعي

(٤) سورة البقرة الآية ١٢٤.  
(٥) الكافي للشيخ الكليني ٢/٤٢٢.

أراد نوح بن أبي مريم قاضي مرو الروذ<sup>(١)</sup> أن يزوج ابنته، فاستشار جارا له مجوسياً، فقال المجوسي: سبحان الله، الناس يستفتونك وأنت تستفتيني؟ فقال ابن أبي مريم: لا بد أن تشير عليّ. قال: إن رئيسنا كسرى كان يختار المال، ورئيس الروم قيصر كان يختار الجمال، ورئيس العرب كان يختار النسب، ورئيسكم محمد كان يختار الدين، فانظر أنت لنفسك بمن تقتدي<sup>(٢)</sup>. فكان المجوسي يقول: المسالك متعددة، ولكل طريقته في الاختيار، ولكن الأحق بالاتباع واحد.

ولو توسعنا في الفكرة لاختيارنا في مسلكنا لحياتنا وأجلنا النظر لوجدنا على الساحة الاجتماعية انتماء هنا وانتماء هناك، تجمعا هنا وتجمعا هناك، نظاماً هنا ونظاماً هناك؛ مشارب ومآخذ متعددة؛ ألواناً وألواناً؛ كثرة كثيرة، لكن لا بد من الاختيار؛ فيتوجب عند النظر لهذه الكثرة من أن نختار خطنا بدقة.. والاختيار يجب أن يكون علمياً لا جزافياً ولا تعصباً؛ لأن العلم دعامة للتكامل، وغيره مدعاة للتسافل، ويصعب التعرف على الحقائق التي تطلّع الإنسان -إن لم نقل أنه يتعذر- على مناهج التكامل ما لم تكن هناك قيادة علمية.

## ممن نأخذ؟

للحق سنم وقمة هو القيادة الرسالية، ووصفها واحد ومقصدها (لا أسألُكم عليه أجرًا)، وللباطل سنم وقمة أيضاً هي قيادة الباطل يتشكل بأشكال، والإنسان يختار بين منهجين هذا وذاك؛ يختار أيهما يشاء ويجعله طريقاً لنفسه.

سنة الله في خلقه -كما يقول القرآن- بعث الرسل ووظيفتهم هداية الناس، قال جل شأنه: (وَإِذْ عَلَّمْنَا نُوحًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ يَا قَوْمِ إِنْ كَانَ كَبُرَ عَلَيْكُمْ مَقَامِي وَتَذِكْرِي بآيَاتِ اللَّهِ فَعَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْتُ فَأَجْمِعُوا أَمْرَكُمْ وَشُرَكَاءَكُمْ ... ثُمَّ بَعَثْنَا مِنْ بَعْدِهِ رُسُلًا إِلَى قَوْمِهِمْ فَجَاءُوهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ)<sup>(٣)</sup>.

(١) وكان قاضياً للمنصور الدوانيقي العباسي.  
(٢) التذكرة الحمديونية لابن حمدون (٣/٣١٧).  
(٣) سورة يونس الآيات ٧١-٧٤.





والكذب على الله تعالى، والتأمر  
على مدرسة الأنبياء ﷺ، وسوء  
الظنّ بالزعماء الدينين، والتشكيك  
في استدلالاتهم البيّنة بتكذيب آيات الله،  
والاستهزاء بالتعاليم الدينية، ومناهضة  
دعاة الحق، والظلم، والإفراط في النزوات  
والشهوات، وترك النهي عن المنكر ومحاربة  
الفساد، والسكوت عن بيان مخاطر الفساد،  
وتجاهل المعاصي، والاختلاف، وشيوع الفساد  
الثقافي والاقتصادي.

إن المسلم الذي لا يبني أساسه على هذه  
الأصول، لهو مسلم لا يناقض المشرك والكافر  
عملياً، بل قد يصبح أداة لتوجيه أفكار الشرك  
والكفر وتسويغهم؛ فيكون خطره أشد فتكاً وأكثر  
وقعاً.





قد تعيش ضغوطات معينة، في بعض الأحيان تدفعك للتعبير عما في داخلك، عما تشعر به من ألم وغضب تجاه ما تلاقيه من ظروف تستوجب وقفة حقيقة منك، عندما تعبر عن ذلك الرأي لا بد أن تلتزم بذاتك وأن تعطي مساحة كافية للخبرة والموهبة في مداورة الكلمات، «فعدم الانضباط في العلاقات، وفي الكيفية التي نتكلم ونتصرف ونعامل بها الآخرين، سوف يؤدي إلى فقدان هذه العلاقات»<sup>(١)</sup>.

♦ إن التعبير عن الرأي يمنحك شيئاً من الاستقرار الذاتي، وحتماً ستحقق الاستقرار إذا نجحت في اختيار الكلمات المناسبة للتعبير عن ما في داخلك، فأنت المسؤول الأول عن المبادرة في طرح الأفكار الخاصة بك، ولذلك ورد عن أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام) أنه قال: (تكلموا تعرفوا فالمرء مخبوء تحت طي لسانه)<sup>(٢)</sup>، هذا يجعلك حريصاً في انتقاء الكلمات لتحديث المعادلة التي تنفك في إبراز شخصيتك ضمن المجتمع الذي تعيش فيه، فالكثيرون يعانون حينما يتكلمون والسبب أن قيافتهم وأناقته ما يلبسون لا تتفق مع الجمل والكلمات التي يطلقونها هنا وهناك، لذلك من اللازم عليك أن تعمل على صنع ديناميكية للحديث تناسبك وتناسب النسق الحياتي الذي تعيشه، فلا تتعجل في إطلاق كلماتك وتأناً في التعبير عن رأيك، وإن كنت لا تمتلك الجمل المناسبة للحديث أجل النقاش إلى وقت يكون أكثر مناسبة لك.

♦ عندما تدخل في نقاشات مع أحدهما يجب أن لا تعطي لظنونك حول الشخصية التي تعبر لها عن مشاعرك وأرائك مساحة كبيرة، «فكلما زاد تدخل الانفعال في اختيار الأفعال أو الكلمات زاد تقلب مزاج الشخص»<sup>(٣)</sup>، ومن ثم قد تخسر إيجابية

النقاش التي أحثك عليها.

♦ أنت تمتلك الشعور وعلى معرفة تامة بما تجمعه خلجاتك من أسرار فلا تفسح المجال لأي أحد إلا لمن قد احتوى موضوع النقاش بشكل كافٍ للحديث نيابة عنك ولا يكون ذلك في كل وقت فتفقد ذاتك شخصيتها، فالأفضل أن تقود النقاش بنفسك فانت الوحيد القادر على إيصال أفكاره الخاصة للآخرين، واجعل تعبيرك يصب في إناء الإيجابية أكثر من السلبية؛ لأن المنطق السلبي لن يظل صامداً أبداً؛ لذلك وضعت لك ستة طرق تجعلك قادراً على التعبير عن آرائك وبشكل ناجح، كما إنها قادرة على حفظ التوازن النفسي بينك وبين من يستمع إليك وهي:

♦ جنب الآخرين فكرة اللوم: لن يجدي اللوم نفعاً في التعبير عن أحاسيسك ومشاعرك، وبدلاً من توجيه اللوم للآخرين اعمل على الإفصاح عما تشعر به؛ وهذا بالضبط ما تنصح به اختصاصية العلاج النفسي أليسون<sup>(٤)</sup> مرضاها حيث حثتهم على استبدال مصطلحات اللوم بمصطلحات الشعور مثل بدلاً أن تقول: لماذا فعلت ذلك؟ قل: ما شعورك حول...؟

♦ ابحث عن أصدق الكلمات واعترف بأخطائك: الصدق يجنبك الكثير من الهفوات على أن تعترف بأخطائك، وهذه طريقة كفيلة بإخراجك من الأجواء المتشنجة.

♦ لا تحرج الآخرين بما تتكهنه عنهم: أنت مسؤول عن تصرفاتك وعلى معرفة تامة بما تشعر به، ولن تستطيع فهم كل مشاعر الآخرين. لذلك فقط تحدث عن أفعالك ومشاعرك وجنب

ص ٣٥.

(٤) الكاتبة سوزان ماكويلان في مقال نشرته مجلة "سيكولوجي توداي" الأميركية.

الآخرين إقحامهم في الحديث عن مشاعرهم.

♦ اترك الحديث عند الإحساس بالهيجان والغضب: وأنت غاضب، اترك الحديث لأنك لن تستطيع تنقية كلماتك، ولن تستطيع تجنب الضغوطات، لذلك أجل التعبير عن أفكارك إلى وقت أكثر مناسبة للحديث حول ما تريد أن يحدث لك وللآخرين.

♦ كن مستمعاً جيداً: كلما أحسنت الاستماع منحت الآخرين فرصة إبداء رأيهم وإيصال أفكارهم بالشكل الذي يوضح كل الأمور جيداً فمقاطعة الآخرين قد يدفعهم إلى إنهاء الحديث مع عدم الوصول إلى نتائج مرضية.

♦ عبّر عن ألمك: يجب أن تجد الطريقة المناسبة للتعبير عن ألمك وعما تشعر به. وأخرج ألمك إلى الخارج واجعل روحك تعيش بسلام. وفي اللحظة التي يعرضك أحدهم إلى التجريح لا تنتظر الوقت أكثر لإبلاغهم بما عرضوك إليه فيتحول ذلك إلى إحساس بالذنب وقلق حيال التعامل مع الآخرين فقط «أخبر من يجرحوك أنهم يجرحوك حينما يفعلون ذلك»<sup>(٥)</sup>.

♦ وفي النهاية لا تقبل على نفسك الخروج من تلك المواقف إلا كبيراً في أعين الآخرين.

كلماتك تعيش لها روحٌ وصدى يتردد في أسمع الحاضرين فلا تقبل على نفسك إلا أن تكون أكثرهم حرصاً على تنويع معاناتك ومعاناتهم بكل كلمة تصدر عنك؛ لأن كل ما موجود في هذا العالم هو خليط من المشاعر والأفكار التي يجب التوازن في طرح آرائنا وأفكارنا إزاءها.

(٥) سلام الحاج: إدارة الذات، ص ١١٢.

(١) جويس ماير: كن منضبطاً، ص ٣٣.  
(٢) نهج البلاغة، الحكمة (٣٩٢).  
(٣) جوزيف وكارولين ميسينجر: كلمات قاتلة،

# عبر عن رأيك



# الأخلاق في خطر.. من المسؤول؟

أمير البركاوي

والمجتمع والرقابة والإهمال الواضح والانشغال بأمور المعيشة وغيرها، وترك التوجيه انعكس انعكاساً سلبياً على المجتمع نفسه. أما العائلة كانت لها الحصة الأكبر في الانهيار والتفكك الأسري وغياب المتابعة للأبناء فكانت النتيجة تمزق نسيج العائلة وهو المكون للمجتمع.

الحل يكمن في العائلة التي يجب أن تشدّد المتابعة على الأبناء وغرس قيم المبادئ الإسلامية والتعامل الأخلاقي ونبذ التصرفات الشاذة.

وتتولى كل الجهات المعنية في الدولة ومنظمات المجتمع عقد ندوات تثقيفية وإرشادية للأسرة، وتبثّ عبر وسائل الإعلام المختلفة لحنّ المجتمع على نبذ التصرفات والأفعال التي تتنافى مع قيم مجتمعنا.

مقاطع خادشة للحياء، وركن للأخلاق والمبادئ جانباً وحتى أنّ هناك من بدأ يشجع على سقوط الأخلاق بدلاً من محاربة هذا الكم الهائل من الرذيلة في المجتمع، والمستهدف هو نواة المجتمع، ألا وهم الشباب.

غياب دور العائلة في توجيه الأبناء وعدم إعطاء نصيحة يومية في كيفية التعامل الأخلاقي وحث الأبناء على الالتزام بمبادئ الإسلام والانشغال بالإيمان على تصفح مواقع النت الذي أخذ حيزاً كبيراً لدى الأبناء أنفسهم دون مراعاة تربية الأبناء هو عامل أساسي في الانحطاط السلوكي في المجتمع.

الكل مسؤول عن ما وصلنا إليه من تصرفات غير أخلاقية لدى الشباب ابتداءً من العائلة

أصبحنا نعيش في عالم موبوء بسلوكيات مُصدّرة ودخيلة على مجتمعنا الإسلامي المحافظ، تصرفات شاذة نشاهدها من واقع يومنا في الحياة، والغريب أنها تتكرر دون رادع لها.

رخص لنساء وشباب دون مراعاة الضوابط الدينية في حفلات طلابية وغيرها أسوأ بكثير مع التلطف بكلمات غير أخلاقية وسوقية في الشوارع، وتجاوز ذلك للبيوت وانتهاك حرمة الوالدين.

انحدار أخلاقي خطير بين الشباب من كلا الجنسين بسبب الانفتاح غير المسؤول، وما زاد ذلك سوءاً الاستخدام السيء لمواقع التواصل الاجتماعي وهي الأداة الترويجية لأفعال كهذه لغياب الرقابة على المحتوى من الجهات المعنية.



# وسائل الانفصال الحديثة ؟

تعد أشكال الوسائل هو الطريق لاقتحام جدران العائلة الآمنة، وهذا التعدد أسقط السقف الآمن فتحول شمل العائلة إلى أنقاض مبعثرة تاركة ذكريات سنين واطفالاً في متعة الضياع بين الأبوين.

الانفصال له آثار كبرى، وبدأت احصاءاته ترتفع بشكل خطير ومرعب، وهو يعكس صورة سيئة عن المجتمع، ويظهر الانحلال بدلاً من الترابط والتماسك الأسري.

الحل يكمن في إقامة حملات إعلامية كبرى، وعقد ندوات في الجامعات والمؤسسات الحكومية، تتضمن هذه الحملات تعريفاً باستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي، وبيان ضرر الاستخدام السيء وأهمية الحفاظ على تماسك العائلة الواحدة لأن الإصلاح يبدأ من الأسرة نفسها، واستمرار جانب التثقيف بحلقات تلفزيونية تخصص للمرأة وتوعيتها ببيان أثر الانفصال وتبعاته.

لم تكن وسائل التواصل الاجتماعي هي السبب في إحداث شرخ بين الزوج وزوجته، بل غياب ثقافة الاستخدام والانفتاح غير المسؤول على تطبيقات التواصل الرقمي دون رقابة مما أوقع الكثير منهم في خانة محاذير وسائل التواصل الاجتماعي.

سجلت المحاكم العراقية العديد من حالات الطلاق، وكان المسبب الأول لها هي الخيانة عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي، كالفيس بوك والواتساب والتلكرام والانستغرام، وتكون الخيانة من الطرفين الزوج يخون زوجته وتكتشفه، أو الزوجة تخون ويفتضح أمرها بطرق مختلفة.

ذلك دفع الكثير من الأزواج الى الانفصال تعقبه مشاكل شجار بين العوائل بسبب قيام أحد الأزواج بإشهار دليل خيانة الآخر من محادثات وصور خاصة.

هذا النوع من أسباب الطلاق الرئيسية خطير لأنه يندر ببداية انحدار وتمزق للنسيج المجتمعي المعروف بنبذ هكذا افعال وإن تعددت.





# اسمع لأمالك أن يخرج

حسين مناتي



ولكن دون أن تحاول كبجها في أعماق نفسك؛ لأنك بذلك ستستهلك طاقتك، وتفقد إيمانك بذاتك وتشك في قوتك وكمال ذاتك، وتدمر حياتك.. دع الجروح القديمة تمرّ معترفاً بمعناها، وسوف تمرّ في فترة وجيزة.<sup>(٣)</sup>

لذلك عندما يسيطر عليك الألم لا بدّ أن تضع في حسابك الآتي:

❖ كن مؤمناً أن رحمة الله تعالى أوسع من كل شيء وأنه قادر على إزالتها وإبدالها بالخير والسلام، فمن كان مع الله كان الله معه. قال تعالى: {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ}.<sup>(٤)</sup>

❖ سيطر على أملك؛ يذكر البروفيسور فالتر<sup>(٥)</sup>: «إن الذين يريدون تأثيراً طويلاً على إحساسهم بالألم عليهم أن يتعلموا ألا يخافوه وألا ينظروا إليه على أنه أسوأ مما هو عليه حقاً.. اجعل نفسك هي من تبادر للسيطرة على ذلك الألم، لا أن تستسلم له.

❖ ثق بنفسك وتجاوز تجربة الفشل، الثقة بالنفس هي ما يدفعنا إلى القيام بأعمال أخرى والخوض بمشاريع جديدة والخروج بالنجاح الذي كنا نتمناه. حول فشلك الى نجاح.

❖ غير طريقة تفكيرك؛ بدلاً أن تسقط في بث المخاوف والدخول بساعات متواصلة من الفراغ، فكّر بطرق أكثر جدية من خلال دراسة أسباب الألم الذي تشعر به، وجد العلاج الأكثر دقة وإن لم تكن قادراً على ذلك، اطلب المشورة ولا تتهاون بالأمر.

وبالنهاية، إليك هذه النصيحة، كن قوياً واجه أملك واسمح لها أن تخرج فمهما كان الجرح غائراً لا بد أن يتضاءل ويشفى. فقط كن مؤمناً بأنك قادر على تغيير الألم الى إنجازٍ تعيشه، وليس ذكريات تتبعها لتعذبك.

(٣) ديفيد فيسكوت: فجر طاقتك الكامنة، ص ٢٩.

(٤) سورة الزمر، الآية ٥٢.

(٥) البروفيسور في معهد ماكس بلانك للصحة النفسية في ميونيخ.

اخسر معركة لتفوز بالحرب، وتنازل عن بوصة لتحصل على ميل!!<sup>(١)</sup>

يمكن أن أصف لك تلك الحالة بأنها اللحظة التي تصارح فيها نفسك بكل ما تشعر به؛ تتكلم، وتكتب ملاحظاتك على أجندتك الخاصة، والتي تطمح من خلالها الوصول إلى محطة الارتياح والرضا عن النفس.

## كيف يمكنك التغلب على تلك الآلام؟!

ابحث عن مسبباتها، جدها، وتعرف عليها من زاوية قريبة. وعند معرفتك لها لا تدع الخوف يتغلب عليك، كما لا تسمح للقلق أن يخطفك من الطموح المقبل في التخلص من جميع الآلام. بمجرد أن تشعر بالقلق فكّر بالخطوة القادمة وكيفية العبور إلى المحطة المقبلة، تكلم بصوت مرتفع.. اسمح لقلبك بأن يستشعر كلماتك، كن قوياً لحظة الخوف، وواجه الأمر ببسالة مقاتل. ابق وحيداً في ساحة المعركة، لا ترغب بالاستسلام..

الألم؛ إنه العدو الخفي الذي يجعلك تريد العزلة والابتعاد عن الجميع، إنه شيء يجعلك ترفض الحب والسلام، وتقارب وجهات النظر، إنه من يمنعك عن القيام بالواجبات بشكل أفضل، وقد تسأل أحياناً لم لا أستطيع فعل ذلك؟! رغم أنني قادر عليه.. اعترف لنفسك إنه من يمنعك، يبعدك عن كل الأشياء التي تريد ان تخوض غمار النجاح فيها مجرد أنك تخاف الانتقاد، قد تخسر المعركة إن تعرفت على أملك، لكنك إذا امتلكت الإصرار ستجد الطريق للفوز بالحرب وتحرير مشاعرك من كل الآلام التي تنتابك، فقط اسمح لها أن تخرج من صدرك وأطلقها في الهواء، وكن مؤمناً أن الأيام قادرة على إزالة تلك الآثار العميقة وتبديلها بما هو أحسن وأفضل لك، قال تعالى: {وَلَا تَيْئِسُوا مِن رُّوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِن رُّوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ}.<sup>(٦)</sup>

حاول أن تجتاز عواطفك القديمة العائدة،

(١) روبرت دبليو جولد فارب: ما الذي يعوقني

عن التقدم إلى الأمام، ص ١٣٣.

(٢) سورة يوسف، الآية ٧٨.





# ألا أدلكم على سبيل ينجيكم



من وسائل التقرب إلى المحبوب هي محادثته بأسلوب لين وكلمات بليغة والتودد والتذلل له، والتوسل إليه بمشاعر رقيقة، وقلب صادق، ونية سليمة، لكي يتحقق التواصل الحقيقي معه وتضمن الاستجابة الأكيدة منه.

والدعاء هو أفضل وسيلة للتضرع إلى الباري عز وجل، وأسهل الطرق للوصول إلى معرفته والتقرب له ونيل مرضاته والطلب منه سبحانه، لأنه أحب الأعمال إليه، قال تعالى: (قُلْ مَا يَغْبَأُ بِكُمْ رَبِّي لَوْلَا دَعَاؤُكُمْ)<sup>(١)</sup>، كما له فضل كبير، وفوائد جمة، وكنوز شتى لا يمكن إحصائها، نذكر منها اختصاراً:

(١) سورة الفرقان، الآية: ٧٧

## أفضل عبادة

الدعاء هو من أشد روابط القرب إلى الله تعالى، ولا ينبغي تركه لأنه مخ العبادة، ومفاتيح الجنان. قال رسول الله ﷺ: (أفضل العبادة الدعاء)<sup>(١)</sup>. وعن أمير المؤمنين ﷺ: (أحب الأعمال إلى الله في الأرض الدعاء)<sup>(٢)</sup> وقال الإمام الكاظم ﷺ: (الدعاء أفضل من قراءة القرآن)<sup>(٣)</sup>، والمقصود الدعاء في الصلاة أفضل من تطويل القراءة فيها.

## دواء وشفاء

هناك الكثير من المرضى لا يفيدهم ولا يشفيهم سوى الدعاء والاعتقاد التام بأن الله عز وجل هو القادر الوحيد على ذلك، وهذا ما أكده الإمام الصادق ﷺ في قوله: (عليك بالدعاء فإن فيه شفاء من كل داء)<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشيعة، الحر العاملي، ج٧، ص٣١.

(٢) بحار الأنوار، ج٩٠، ص٣٩٥.

(٣) مكارم الأخلاق، الطبرسي، ص٣٣٩.

(٤) بحار الأنوار، المجلسي، ج٩٠، ص٣٩٥.





# د

**الدعاء هو من أشدّ  
روابط القرب إلى الله  
تعالى، ولا ينبغي تركه  
لأنه مخ العبادة،**

بعد وفائه بعهد الله عز وجل، وإذا دعا الله بغير نية وإخلاص لم يستجب له<sup>(١)</sup>.

♦ المال الحلال: عن رسول الله ﷺ: ( من أحب أن يستجاب دعاؤه فليطيب مطعمه ومكسبه)، لأن الأكل والشرب يتحول إلى طاقة، ومنها طاقة الكلام التي يتحدث بها مع ربه، فلا يستجيب لكلامه إذا صدر عن مطعم حرام.

♦ حضور القلب ورقته: فقد روي عن النبي ﷺ: (اغتنموا الدعاء عند الرقة فإنها رحمة)، وعنه ﷺ: (لا يقبل الله عز وجل دعاء قلب ساه).

## موانع الاستجابة

هناك بعض الشباب ابتعدوا عن هذا الطريق وأهملوا تلك الممارسة العبادية، واستبدلوها بمغريات الدنيا وملذاتها، أولئك لا يصغي لهم ربهم ولا يسمع دعاءهم قد استوجبوا غضبه والبعد عن رحمته، إذ قال تعالى في حقهم: (وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ ذَاخِرِينَ)<sup>(١)</sup>، والبعض الآخر يحبرون لا يلقوا جواباً، فهم يدعون ويتوسلون إليه بصنوف الدعوات فلا يستجيب لهم ولا يلبي نداءهم، وذلك لأسباب عديدة نذكر منها:

♦ اعتراف الذنوب: عن أمير المؤمنين ﷺ: (لا تستطيع استجابة دعائك وقد سدت طريقه بالذنوب)<sup>(٢)</sup>.

♦ الظلم: جاء عن الإمام الصادق ﷺ: (من عذر ظالماً بظلمه سلط الله عليه من يظلمه، وإن دعا لم يستجب له ولم يأجره على ظلامته)<sup>(٣)</sup>.

♦ الدعاء لفعل المعاصي: فكيف يقضي الله تعالى حاجة فيها غضبه؟ فهذا أمير المؤمنين ﷺ قال: (يا صاحب الدعاء لا تسأل ما لا يكون ولا يحل)<sup>(٤)</sup>.

♦ الطلب من غير الله سبحانه: ينبغي على الإنسان أن يطلب منه وحده سبحانه ولا يتكل أو يطلب من غيره من الخلق، فقد ورد في الحديث القدسي عن النبي ﷺ: قال الله عز وجل: ما من مخلوق يعتصم بمخلوق دوني إلا قطعت أسباب السماوات وأسباب الأرض من دونه، فإن سألتني لم أعطه وإن دعاني لم أجبه)<sup>(٥)</sup>.

## يرد القضاء ويدفع البلاء

لقد قرُن كشف البلاء بوجوب الدعاء في الشدة والرخاء لدفع المكروهات والأقضية المحتملة. فهذا الإمام زين العابدين ﷺ قال: (الدعاء يدفع البلاء النازل وما لم ينزل)<sup>(١)</sup>، وقال إمامنا الكاظم ﷺ: (وادرعوا البلاء بالدعاء، فإن الدعاء جنة منجية ترد البلاء وقد أبرم إبراماً)<sup>(٢)</sup>.

## يرد الرزق ويهلك الأعداء

عن الرسول الأكرم ﷺ الذي قال: (ألا أدلكم على سلاح ينحيك من أعدائكم ويذر أرزاقكم؟ قالوا: بلى يا رسول الله، قال: تدعون ريك بالليل والنهار، فإن سلاح المؤمن الدعاء)<sup>(٣)</sup>، وعن الإمام الصادق ﷺ: (الدعاء أنفذ من السنن)<sup>(٤)</sup>.

## شروط الدعاء

لكي تتحقق الأمنيات وتقتضى الحاجات لا بد من مؤهلات يمتلكها الداعي ليحصل على مراده من قبل المدعو، فعن الإمام الصادق ﷺ: (احفظ آداب الدعاء.. فإن لم تأت بشرط الدعاء فلا تنتظر الإجابة)<sup>(٥)</sup>، ومنها:

♦ معرفة من ندعو: وذلك بأن يعلم الإنسان بأن الله تعالى وحده القادر على كل شيء وأنه رؤوف رحيم بعباده. فقد قال قوم للإمام الصادق ﷺ ندعو فلا يستجاب لنا؟ قال: لأنكم تدعون من لا تعرفونه)<sup>(٦)</sup>.

♦ طاعة الله سبحانه: لأن العبد المطيع لربه المتقرب له بألوان العبادة سيحظى برحمة الله تعالى وعنايته. قال تعالى: (وَأَوْفُوا بِعَهْدِي أُوفِ بِعَهْدِكُمْ)<sup>(٧)</sup>، وعن رسول الله ﷺ: (الداعي بلا عمل كالرامي بلا وتر)<sup>(٨)</sup>.

♦ محبة رسول ﷺ وأهل بيته وموالاتهم: فكلما زاد ارتباط العبد بهم وتقرب إليهم، ازدادت محبة الله تعالى له وقضى حوائجهم ببركتهم، قال تعالى: (أُولَئِكَ الَّذِينَ يَدْعُونَ يَبْتَغُونَ إِلَىٰ رَبِّهِمُ الْوَسِيلَةَ)<sup>(٩)</sup>

♦ الدعاء بإخلاص ونية صادقة: فقد جاء عن الإمام الصادق ﷺ: (إن العبد إذا دعا الله تبارك وتعالى بنية صادقة، وقلب مخلص استجيب له

- (١) ميزان الحكمة، الريشهري، ج ٢، ص ٩.
- (٢) بحار الأنوار، المجلسي، ج ٤٨، ص ١٥٠.
- (٣) وسائل الشيعة، الحر العاملي، ج ٧، ص ٣٩.
- (٤) مكارم الأخلاق، الطبرسي، ص ٢٧٤.
- (٥) بحار الأنوار، المجلسي، ج ٩٠، ص ٣٢٢.
- (٦) المصدر نفسه.
- (٧) سورة البقرة، الآية: ٤٠.
- (٨) بحار الأنوار، المجلسي، ج ٩٠، ص ٣١٢.
- (٩) سورة الإسراء، الآية: ٥٧.

♦ عدم الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر: فقد جاء عن رسول الله ﷺ: ( لتأمرن بالمعروف ولتنهين عن المنكر أو لسلطن الله شراكم على خياركم فيدعو خياركم فلا يستجاب لهم)<sup>(١٠)</sup>.

♦ تأخير الإجابة لحكمة إلهية: لأنه سبحانه أعرف بمصالح عباده فلا يقضي حاجة لأحد فيها هلاكه أو ربما يعوضه بأحسن منها، قال تعالى: (وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ)<sup>(١١)</sup>.

♦ أربعة لا يلبي طلبهم: عن الإمام الصادق ﷺ: (أربعة لا يستجاب لهم دعاء: رجل جالس في بيته يقول: ربي ارزقني، فيقول له: ألم أمرك بالطلب؟ ورجل كانت له امرأة فدعا عليها فيقول: ألم أجعل أمرها بيدك؟ ورجل كان له مال فأفسده فيقول: يا رب ارزقني، فيقول له: ألم أمرك بالاعتصام؟ ... ورجل كان له مال فأدانه بغير بيعة فيقول له: ألم أمرك بالشهادة؟)<sup>(١٢)</sup>.

## دعوة أخيرة

تذكروا أيها الشباب بأن العمر ما هو إلا أيام معدودات فاغتنموا بالدعاء والتضرع إلى الله عز وجل، فهو الوحيد القادر على صلاحكم ونيل مقاصدكم وتحقيق طموحاتكم وأحلامكم، وبادروا قبل فوات الأوان وارفعوا أيديكم للطلب منه والإلحاح عليه في جميع حوائجكم فهو سبحانه يستحي أن يردها خائبة.

- (١٦) المصدر نفسه، ص ٣٧٨.
- (١٧) سورة البقرة، الآية: ٢١٦.
- (١٨) ميزان الحكمة، الريشهري، ج ٢، ص ٣٧.

- (١٠) بحار الأنوار، المجلسي، ج ٩٠، ص ٣٧٩.
- (١١) سورة غافر، الآية: ٦٠.
- (١٢) ميزان الحكمة، الريشهري، ج ٢، ص ٣٨.
- (١٣) ميزان الحكمة، الريشهري، ج ٢، ص ٣٧.
- (١٤) بحار الأنوار، المجلسي، ج ١٠، ص ١١٣.
- (١٥) بحار الأنوار، المجلسي، ج ٩٠، ص ٣٠٤.



# تعزير ثقافة العمل التطوعي في نفوس الشباب

علاقة التطور بالشباب علاقة الفعل بالفاعل، فلا تطور من دون شباب، فهم عدة المستقبل، وعماد المجتمع وأساس تقدمه، ومنطلق الخير فيه، لذلك كان من الأؤى تحقيق أكبر استفادة من هذه الطاقة البشرية الهائلة والمتدفقة، وتحويل الشعارات الوطنية إلى ممارسة عبر الفعل والسلوك، وترسيخ مفاهيم البناء والولاء للوطن في نفوس الشباب من خلال تفعيل روح المساعدة للطرف الآخر ومد يد العون له، وتعزير ثقافة الأعمال التطوعية، من أجل الانطلاق نحو المستقبل، والدخول إلى عالم العمل والتنمية بكل ثقة وإقتدار، والوصول لسقف من الراحة والأمان.

غفران كامل



الدعم المادي والمؤازرة المعنوية من باقي أبناء المجتمع لكل عمل تطوعي يقوم به المتطوعون.

❖ يجب أن يكون لكل عمل تطوعي هدف يريد الوصول إليه، وقيادة توحد فريق العمل وتقوده نحو ذلك الهدف، وبذلك لا تنتشت الجهود ولا يُهدر الوقت.

❖ توفير معدات العمل ووجبات الطعام أثناء العمل لكل أعضاء الفريق التطوعي، ومكافأة المتطوعين على جهودهم من خلال الاحتفاء بهم وتكريمهم معنوياً ومادياً بعد كل إنجاز متحقق.

### سفراء النظافة

مصاديق العمل التطوعي في مجتمعا هي كثيرة بحمد الله. ولعل من أبرزها تجربة فريق سفراء النظافة، وهم ثلة من الشباب المتطوع في سبيل خلق وعي بيئي للقضاء على التلوث المحيط بنهري دجلة والفرات. بذرة تلك التجربة الجميلة كانت شاب مغترب يعيش في كندا، جاء إلى بغداد لزيارة أهله، فرأى أن هناك كمية من النفايات على ضفاف نهر دجلة، فنظف بمفرده مساحة صغيرة، وصوّر مقطع فيديو ونشره عبر حسابه على إنستغرام، وحث الآخرين على مشاركته في التنظيف، فلفت دعوته استجابة كبيرة وصدى واسعاً. هذا ما أظهره إقبال الشباب على التجربة؛ وبعد شهر من الحملة، عاد ذلك الشاب إلى كندا، لكن حملته التي أطلقها بقيت مستمرة في العراق وتلقى تجاوباً يوماً بعد آخر بين أوساط الشباب والجيل الجديد.

تجربة سفراء النظافة أثبتت أن هناك قدرات وطاقات هائلة لدى الشباب يُعتمد عليها، ولكنها تحتاج إلى توجيه صحيح يأخذ على عاتقه طرح برامج لمشروعات حضارية أو بيئية أو تنمية، ويضع تلك القدرات الشبابية على السكة الصحيحة، من هنا يجب أن يكون العمل التطوعي جزءاً لا يتجزأ من ثقافة المجتمع والنظام التعليمي، وأن يعمل الجميع على بث تلك الثقافة وترسيخها ودعمها وتشجيعها.

ومجانباً لتطوير القابليات في المجال الذي يتطوع فيه الفرد سواء كان مجالاً طبياً أو إنسانياً، أو في مجال الخدمات العامة أو حماية البيئة.

❖ يساعد العمل التطوعي الشباب على إنشاء شبكة من العلاقات الاجتماعية والتعرف على وجوه جديدة من مختلف شرائح المجتمع وتخصصاته.

❖ أكدت الكثير من الدراسات النفسية أهمية التطوع في إسعاد الفرد البازل والمتطوع وإشعاره بالثقة بنفسه وقدرته على العطاء.

❖ العمل التطوعي يشغل وقت الفراغ لدى الشباب، ومن ثم يسهم في الحد من السلوكيات المنحرفة والفجة.

### خطوات نحو النجاح

٩٩

**يعزز العمل التطوعي  
الانتماء الوطني،  
ويُذيب النزعات العرقية  
والتمييز على أساس  
الدين أو الطائفة أو  
القومية، ويُلغي الفروق  
بين المجتمع ويزيد من  
وحدته وتآزره وتماسكه.**

٦٦

❖ زرع قيم التعاون والمساعدة منذ الطفولة في نفوس الأطفال والأجيال الفتية من قبل الأسرة والمدرسة ومؤسسات المجتمع المدني.

❖ تكثيف العمل الدعائي والترويجي في وسائل الإعلام، وفي جميع مواقع التواصل الاجتماعي لكل عمل تطوعي يقوم به الشباب -قبل البدء وأثناء العمل وبعد الإنتهاء- لغرض تشجيع الشباب الآخرين على الانضمام إلى الأعمال التطوعية من جهة، ومن الجهة الأخرى يعمل الترويج على جمع

وكما هو معلوم إن العراق اليوم يمرّ بفترة عصيبة يحتاج فيها جميع أبنائه سيما شبابه، فالجميع يتحمل مسؤولية إنقاذه والأخذ بيده نحو طريق العافية بعد عقود طويلة من المرض والنحول والخمول، بسبب الحروب العبيثة المدمرة والتخلف الذي مُني به البلد على مختلف الأصعدة في زمن النظام البعثي المقيور؛ فضلاً عن الظرف المشحون بالخطر الذي مر به العراق وما يزال يمرّ به من بعد التحرير من الحكم البعثي وإلى يومنا هذا. لذلك نحتاج إلى وقفة جادة من جميع أفراد المجتمع، والشباب بالذات، على تعويد النفس على الإحساس بالمسؤولية وبناء المجتمع الآمن والمتطور، الذي تطله قيم المحبة والتكافل والتماسك والتعاون واحترام الوقت واستثمار الطاقات وتنمية الوعي بالعمل الخيري.

### العمل التطوعي في الإسلام

في غير ذات مرة يحث الإسلام الحنيف على التطوع وتعزيز التكافل والتعاون المجتمعي، ففي النظرة الإسلامية يعدّ العمل التطوعي هو الأساس الذي يُبنى عليه المجتمع المتقدم والقوي. وقد جاء في القرآن الكريم الكثير من الآيات الدالة على التطوع، نذكر منها: (وتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى)، وقوله عز وجل: (فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ).

أما بالنسبة للأحاديث النبوية الشريفة التي تحث على العمل التطوعي في الإسلام فهي كثيرة، نذكر منها: قول الرسول الأكرم ﷺ: (رأس العقل بعد الدين التوحد إلى الناس، واصطناع الخير إلى كلِّ برٍّ وفاجر)، وجاء عنه ﷺ أيضاً: (صنائع المعروف تقي مصارع السوء)<sup>(١)</sup>. ويدخل في مفهوم المعروف كل عمل خيري يقوم به الفرد من غير إلزام ولا إكراه، ولا ينتظر من ورائه مكسباً مادياً.

### أهمية التطوع

❖ يعزز العمل التطوعي الانتماء الوطني، ويُذيب النزعات العرقية والتمييز على أساس الدين أو الطائفة أو القومية، ويُلغي الفروق بين المجتمع ويزيد من وحدته وتآزره وتماسكه.

❖ يوفر التطوع فرصة ثمينة لتطوير الذات، واكتساب خبرات جديدة، وكأنه تدريبٌ مكثفٌ

(١) وسائل الشيعة، الحر العاملي، ج١٦، ص ٣٠٥.



# أكثر سعادة



تحسين صحة الرئة وأنها تزيد من سعة الرئتين، ولأن الرئة هي الأساس في إمداد كافة خلايا الجسم كافة بالأوكسجين وأنها تُفيد في تعزيز طاقة الجسم.

ولم يتجاهل الإسلام الرياضة، بل حثنا على ممارسة الرياضة بشتى أنواعها، في كثير من الأحاديث. فقد ورد عن الرسول الأكرم ﷺ، أنه قال: «إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِحَسْبِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَالْأَمَلُ عَلَيْكَ حَقًّا»<sup>(٤)</sup>، فينبغي على الفرد تخصيص وقت لتقوية البدن وإدامته من خلال ممارسة الرياضة. ومما يشجع على ممارسة الرياضة هو إنشاء ساحات مخصصة للرياضة وإقامة مسابقات رياضية، فالرياضة تعتبر سلاح الإنسان على مَرَّ الأزمات في مقاومة الأمراض وتقدم السن، وحصوله على بدن سليم ونشط.

(٤) بحار الأنوار، العلامة المجلسي، ج ٦٧، ص ١٢٨.

فمن خلال معطيات الدراسة تبين أن الجسم عند ممارسته التمارين الرياضية ينتج أو يفرز هرمون (الإندورفين)<sup>(١)</sup>، الذي يساعد على تخفيف الألم والمسؤول عن نقل الإشارات العصبية الى الدماغ مما يولد شعوراً بالسعادة.

ومن مؤثرات ممارسة الرياضة مع اتباع نظام غذائي وصحي تتولد عدة نقاط منها:

١. السيطرة على الوزن والحد من السمنة.
٢. زيادة في رفع مستويات حرق السعرات الحرارية.
٣. وقاية من عدة أمراض منها: أمراض القلب والشرابين؛ إذ يعمل القلب بزيادة ضخ الدم الناقل للأوكسجين من خلال المجهود البدني، حيث تخفف هذه العملية المتكررة مستويات الكولسترول في الدم، كما يقلل من احتمالية الإصابة بالسكتة القلبية.

٤. تقليص مخاطر الإصابة بالسرطان من خلال ما بينته بعض الدراسات، ومن خلال ما صرحت به (سارة مانسفيلد) مدربة تمارين السرطان المعتمدة في برنامج الحياة الصحية: أنه يمكن للنشاط البدني أن يفيد الأفراد قبل وأثناء وبعد معالجة السرطان. وقالت أيضاً: «إن الأقارب المحبين قد يحثون مريض السرطان على الامتنال للراحة، ولكن يُمكن أن يُؤدِّي ذلك إلى تدهور وظيفي. وفي العموم، تُخبرنا الأبحاث أنه من الأفضل الإكثار من الحركة بدلاً من قلتها»<sup>(٢)</sup>.

٥. هناك العديد من المشاكل الصحية تظهر مع بداية التقدم بالعمر، مثل تناقص كثافة العظام وخمول الكتل العضلية، وهنا يأتي دور الرياضة حيث تقوي العضلات والعظام.

٦. من فوائد ممارسة الرياضة أنها تساعد في

(٢) مادة كيميائية تُفرز من الغدة النخامية، تعتبر ناقل عصبي وهرمون في آن واحد، فهو يسكن الألم ويقلل التوتر.

(٣) <https://www.mayoclinic.org>

إن الرياضة التي يمارسها الفرد يمكن ان تكون لها ميزات جمة في تعزيز الصحة للإنسان؛ إذ أنها تعمل على زيادة النشاط البدني، وتخفف من الإرهاق اليومي الذي يصطحبه اضطرابات مزمنة وتعب كثير. وكذلك هي واحدة من أهم محفزات المشاعر الإيجابية للصحة النفسية والبدنية، وهذا ما بينته بعض الدراسات الحديثة من بعض الباحثين في جامعة (ميشيغان) في الولايات المتحدة، حيث كان مفاد الدراسة بأن «الأشخاص الذين يمارسون نشاطاً بدنياً مرة واحدة في الأسبوع، أكثر سعادة من أولئك الذين لم يمارسوا أي نشاط بدني. كما وجد الباحثون أن النشاط البدني يزيد من الصحة النفسية الإيجابية للأشخاص، ويقلل في الوقت نفسه من المشاعر السلبية مثل الاكتئاب، والقلق»<sup>(١)</sup>.

(١) <https://www.dw.com/ar>





السباحة رياضة بدنية لها تاريخ يصل إلى ٣٥٠٠ قبل الميلاد، اشتهرت رياضةً عند الحضارات مثل الحضارة الآشورية، واليونانية، والرومانية، والفرعونية. واعتبرت السباحة جزءاً من التدريبات التي يقوم بها المقاتلون اليونان والرومان، لأهميتها في حسم بعض الحروب التي تكون قريبة من المياه، حيث يترتب على المقاتلين السباحة للعبور إلى الضفة الأمان. ولقد حث الإسلام على تعلم السباحة، لكونها رياضة مهمة قد تخلص من يتقنها من الموت، أو يكون من يتقنها سبباً في إنقاذ شخص من الغرق، حيث جاء في الحديث الشريف عن النبي ﷺ: (علموا أولادكم السباحة والرماية)<sup>(١)</sup>. أما في وقتنا الحاضر فقد أصبحت في بعض الدول مناهجاً في التدريس الخاص بفتة الناشئة من الذكور في مرحلة التعليم الابتدائي. ومن الجدير بالذكر أن السباحة أدرجت على لائحة الألعاب الأولمبية للرجال سنة ١٨٩٦م، ومن بعدها أدرجت السباحة الخاصة بالنساء سنة ١٩١٢م.

## أنواع السباحة

♦ السباحة الحرة: هناك أنواع عدة للسباحة فيها تقنيات كثيرة؛ ومن أبرزها السباحة الحرة، وهي من أبسط أنواع السباحة وسهلة التعلم، وتتميز بأنها تسمح للشخص بالتحرك بسرعة أكثر من غيرها في الماء، ويسمح هذا النوع من السباحة بتبديل الشخص ليديه مع وجود رأسه تحت الماء، وتحصل عملية التنفس بطريقة إمالة الرأس إلى الجانبين، بالإضافة إلى تأدية ضربات تشبه ركلات بطريقة منتظمة عن طريق الساقين.

♦ السباحة الجانبية: تعتبر هذه الطريقة في السباحة مهمة جداً في إنقاذ الأشخاص الذين يواجهون الغرق، ويمارس هذا النوع من السباحة باستلقاء السباح على أحد جانبيه أثناء السباحة، بشرط أن يكون الرأس والساقان والظهر على خطٍ مستقيم، ويكون تحريك الذراعين بحركة مُماثلة مع عمل ركلات تشبه المقص من خلال الساقين.

♦ سباحة الظهر: يكون هذا النوع من السباحة باستلقاء السباح على ظهره ويُبقِي رأسه فوق الماء، وتكون حركة اليدين بشكل دائري. أما بالنسبة لحركة الساقين فيقوم السباح بركلات تعرف بالرفرفة.

♦ سباحة الصدر: تكون حركة الذراعين معاً بطريقة نصف دائرية، والساقين يكون استخدامهما معاً بطريقة ركلات تُعرف بركلات السوط، فيكون فتح الساقين معاً وضمهما معاً، ويُمكن للسباح في هذه الطريقة أن يبقي رأسه مرفوعاً إلى الأعلى خارج سطح الماء، وهناك كثير من السباحين المحترفين يُيقون رؤوسهم تحت الماء مع أخذهم للتنفس أثناء التقدم.

♦ سباحة الفراشة: وهي أصعب أنواع السباحة؛ لأن هذا النوع تتطلب فيها الحركة والقوة والقدرة على تنسيق الحركات بشكل احترافي بين مختلف أعضاء الجسم، وهذه الطريقة تتم بتحريك اليدين معاً، مع تحريك كامل الجسم بحركة تشبه أمواج البحر، وحركة الساقين تكون بحركة تسمى ركلة الدولفين، وهي أن تكون حركة الساقين معاً.<sup>(٢)</sup>

وفي هذه السطور تعلمنا طرق السباحة نظرياً، ولا يجب علينا أن نطبقها عملياً من دون معلم؛ خوفاً من أن يتعرض الشخص إلى الغرق، خاصة إذا كان لا يعرف السباحة أصلاً، بل يجب عليه أن يتقن ولو طريقة واحدة، من ثم يستمتع بالسباحة في أيام الصيف اللاهية. وإذا صارت رياضة السباحة عند المتعلم هواية أو شغفاً، فمن الممكن أن يتعلم باقي الطرق وتعليمها لمن يريد أن يتعلم.

(١) الكافي، الشيخ الكليني، ج٦، ص٤٧.

(٢) <https://mawdoo3.com> / بتصرف

# أنواع السباحة





## بطولة شباب الأئمة .. رياضة وترويح وهمة

بعدها قراءة سورة الفاتحة المباركة ترحماً على أرواح شهداء العراق الأبرار، وكلمة ترحيبية للأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة، ثم بدأت مباريات الافتتاح ليلتقي فريق قسم حفظ النظام أمام فريق شعبة النظافة وانتهت بفوز الأخير بثلاثة أهداف مقابل هدفين، فصارت المباريات مقسمة إلى مجموعتين واعتماد نظام التسقيط

وتسعى الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة من خلال هذه الفعاليات والأنشطة إلى استثمار الطاقات والمواهب والمهارات الشبابية والكفاءات الرياضية المتوافرة داخل العتبة المقدسة والعمل على تنميتها واحتضانها والاهتمام بها لتحقيق أهدافها المنشودة.

شهد حفل الافتتاح قراءة أنشودة الفردوس،

بغية الارتقاء بالنشاط البدني للخدم العاملين والإسهام في تحقيق الفوائد الصحية والتماسك الاجتماعي والتشجيع على التسامح، فضلاً عن خلق الثقة بالنفس وروح المنافسة وإظهار المواهب وتنميتها، بادرت الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة بإقامة بطولة شباب الأئمة عليه السلام لكرة القدم (الخماسي) برعاية مباركة من قبل خادم الإمامين الجوادين عليهما السلام الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة الدكتور حيدر حسن الشمري، والتي اشترك فيها اثنا عشر فريقاً ممثلة بأقسام العتبة المقدسة وشعبها:

قسم حفظ النظام (أ)، وقسم خدمة الزائرين، وقسم العلاقات، وقسم الشؤون الفكرية، وقسم الشؤون الهندسية، وقسم الأليات، وقسم الشؤون الإدارية، وقسم حفظ النظام (ب)، ومكتب السيد الأمين العام، وشعبة النظافة، وشعبة الهندسة الميكانيكية، ووحدة الإسناد الأمني.

تم تنظيم بطولة شباب الأئمة عليه السلام الرياضية الأولى في لعبة كرة القدم، وذلك لأجل رفع الروح المعنوية لملاكات العتبة المقدسة، وتنمية لياقتهم البدنية والصحية بممارسة النشاط الرياضي، فكانت أولى خطوات البطولة عقد اجتماع فني بحضور نائب الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة المهندس سعد محمد حسن الحجية لتهيئة جميع متطلبات إقامتها، وتوفير جميع مستلزماتها الفنية واللوجستية، وتحديد نظامها، وتسمية اللجنة التحكيمية، ولجنة الإسعاف، وتقسيم الفرق المشاركة من مختلف الأقسام والشعب في العتبة المقدسة، الخدمية والإدارية والهندسية، وتصنيفها إلى مجموعتين، وتحديد موعد المباريات التي انطلقت يوم السبت ١١ ذو القعدة ١٤٤٣ هـ الموافق ١١ حزيران ٢٠٢٢ تزامناً مع الذكرى العطرة لولادة شمس شمس الدوحة الهاشمية الإمام علي بن موسى الرضا عليه السلام



فريق قسم حفظ النظام/ الفائز بالمركز الأول



فريق شعبة النظافة/ الفائز بالمركز الثاني





اللاعب عمار محمد رشيد



اللاعب حسام علي حمود



اللاعب علي جبار



المسعف محمد عدنان كاظم

والتقت أسرة مجلة شباب الجوادين رحمة بالخادم عمار محمد رشيد: من قسم حفظ النظام- وحدة السلامة العامة - والذي فاز بلقب أفضل لاعب في البطولة فحدثنا إيلنا مشكوراً:

مُد كنت طفلاً جذبتني كرة القدم فأصبحت هوايتي، وقمت باللعب في الفرق الشعبية والمدرسة وأنا في الصف الخامس الابتدائي، فاكتشفت أنني موهوب في هذه اللعبة الجميلة، ولعبت في نادي الكاظمية، ونادي التاجي، ولعبت في نادي الكرخ عام ٢٠٠٦، وفي المنتخب عام ٢٠٠٧. وعندما تعرضت للإصابة تركت اللعب لفترة من الزمن، من بعدها رجعت للعب في نادي الكاظمية، وما زلت إلى يومنا هذا مستمراً في اللعب. ومن الجدير بالذكر أن الذين قاموا بتدريبي هم كلٌّ من مُدرب نادي الميناء، وكابتن نادي الشرطة، وزهير عبد الرضا لاعب في نادي الزوراء، وعندما تعينت في العتبة بقيت مستمراً في التدريب واللعب بعد تماثلي بالشفاء من الإصابة.

اشتركت في بطولة شباب الأئمة ولعبت بصفتي مهاجماً، ولله الحمد حققنا نتائج مُرضية وفُزنا في هذه البطولة وسعدنا كثيراً بهذا الفوز الكبير.

أما بالنسبة لجائزة أفضل حارس مرمى في البطولة فكانت من نصيب الخادم حسام علي حمود من قسم حفظ النظام فحدثنا مشكوراً:

بدأت موهبتي في سن التاسعة من عمري، فقام والدي برعاية هذه الموهبة من خلال التدريب فأصبحت أَلعب في المدرسة والفرق الشعبية. بعدها بدأ المستوى لدي يتطور، ففي ٢٠٠٧، كانت بدايتي مع نادي الحرية في كرة الصالات، فلعبت موسماً واحداً، من بعدها توجهت إلى نادي الكاظمية بطلب منهم فلعبت في نادي الكاظمية مدة خمس سنوات في دوري النخبة، وبتوفيق من الله حصلت على جوائز فردية إضافة إلى جوائز جماعية، ومن الجدير بالذكر أنني تخصصت في اللعب حارساً للمرمى؛ وذلك لأنني تأثرت بوالدي والذي كان يلعب حارساً للمرمى في الفرق الشعبية.

كانت تجربتي في المشاركة ببطولة (شباب الأئمة) التي أقامتها الأمانة العامة مشكورة، والشكر موصول إلى نائب الأمين العام الأستاذ سعد الحجية، وإلى أقسام العتبة كافة الأقسام في إنجاح هذه البطولة، ومن خلال انعكاس الاخلاق الحميدة التي تحل بها خدمة الامامين رحمة. ومن أجمل اللحظات هي لحظات الشعور بالفوز، هذا الشعور يجعلني حافزاً في الاستمرار بهذا الطريق ببركة الامامين الجوادين رحمة.



الفردية بالبطولة، حيث لاقت هذه التجربة والمباراة المباركة استحسان المشاركين فيها وأثارت لديهم روح التشجيع والمثابرة وصولاً إلى نتائج الفوز.

بدأت البطولة على ملعب نادي الكاظمية الرياضي وبحضور أعداد غفيرة من خدم العتبة الكاظمية المقدسة، وكانت الأجواء رائعة عكست أخلاق والتزام خدام الجوادين رحمة بروح المنافسة الشريفة وتوطيد العلاقات بين خدامها. وانتهت البطولة بتاريخ ٢٠٢٢/٦/٢١ بفوز فريق قسم حفظ النظام (أ) بالمركز الأول، وفريق شعبة النظافة بالمركز الثاني، ولقد تميز بعض اللاعبين في البطولة وهم:

- ♦ اللاعب عمار محمد رشيد كأفضل لاعب من قسم حفظ النظام.
- ♦ اللاعب علي جبار كأفضل هداف من شعبة النظافة.
- ♦ اللاعب حسام علي حمود كأفضل حارس مرمى من قسم حفظ النظام.

وبأجواء الفرح الكبيرة، تم توزيع الجوائز والهدايا على الفرق الفائزة، وكذلك مسعف وحكام البطولة، وأخذ الصور التذكارية لهذه البطولة المتميزة بكل شيء، داعين المولى (عز وجل) التوفيق لأداء مثل هذه النشاطات حيث كان توجيه الأمانة العامة وعلى رأسها الأمين العام الأستاذ الدكتور (حيدر الشمري) بأن لا تقتصر الفعاليات على نوع واحد من النشاطات، بل تكون شاملة لجميع الفعاليات الرياضية وعناوينها ومسمياتها كافة؛ لغرض حث خدم الإمامين الجوادين رحمة على المشاركة والحضور مع الالتزام بلائحة السلوك للخادم ومراعاة الأوقات اللازمة لممارسة تلك الرياضات البدنية بما لا يتقاطع مع أوقات وساعات الدوام الرسمي في العتبة المقدسة.





## شباب في خدمة

# شباب الأئمة عليهم السلام

جهود شبابية تشرفت بخدمة شباب الأئمة الإمام محمد الجواد عليه السلام، تركوا أعمالهم وارتباطاتهم الدنيوية، فحملهم الشوق والمحبة أن يقطعوا مسافة فيها شق الأنفوس وعناء السفر، ثلثه يحدو بها ولاؤها لسادة تسيدوا القلوب، وسكنوا النفوس؛ ولسان حال الناظر إليهم يقول ما قاله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز: (يَبْتَغُونَ فَضْلاً مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا) وبغية أن يحظوا بشفاقة ولفظ أئمتهم عليهم السلام في الدنيا والآخرة. فسلمت أسرة مجلة شباب الجواديين على طبيعة خدمتهم، فالتقينا بأمين الرابطة الأستاذ (فيصل عدوان تركي) فتحدث إلينا مشكوراً:



نحن شباب (رابطة خدام الزهراء عليها السلام)، والتي تأسست في عام في البصرة ٢٠٠٧؛ لخدمة مرآد أئمة أهل البيت عليهم السلام، وإن أول خدمة لنا كانت في العتبة الكاظمية المقدسة، وببركة الإمامين الجوادين عليهم السلام بدأت تتسع هذه الرابطة من خلال المجالس الحسينية، فبدأنا نستقطب هذه



الثلة الطيبة من الشباب الذين كانوا يحضرون المجالس الحسينية؛ الغرض الخدمة حتى أصبح لدينا فروع عدة، منها في الناصرية والكوت والديوانية وبغداد، ومن الجدير بالذكر عندما بدأنا أول خدمتنا في صحن الإمامين الجوادين عليهم السلام كان عددها (٢١) متطوعاً، والآن الرابطة يتجاوز عددها (٧٠٠) متطوع، علماً أن الرابطة تضم عدداً من النساء المتطوعات لخدمة أهل البيت. وبهذه المناسبة أود أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة وإلى جميع خدمة الإمامين عليهم السلام. لتعاملهم الأخلاقي المميز معنا والذي يصدق عليهم حقاً أنهم خدمة الإمامين الجوادين عليهم السلام، وهذا ما لمسناه طوال خدمتنا معهم على مدى (١٤) عاماً. نسأل الله أن يوفقهم ويزيدهم من فضله.

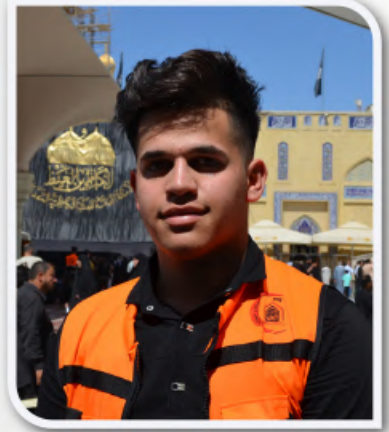
وأضاف الخادم (يونس عبد الرحمن حسين) من البصرة - قضاء الزبير- :



إن خدمة الأئمة الأطهار من أفضل ما يتقرب بها المؤمن إلى الله تعالى وما لها من الأجر الكبير، ولها من الجوانب المعنوية الكبيرة، منها انعكاساتها علينا نحن الشباب. تترجم في السلوك والأخلاق وتجعلنا أكثر تمسكاً بهذه الخدمة المباركة وما لاحظناه في زيارة الإمام محمد الجواد عليه السلام من تعاون الزائرين الكرام معنا يعكس مدى تأسيهم بأئمتهم واتباع طريقهم الأمثل.

وجذبنا عمل استثنائي من الخدمة لشباب من البصرة أيضاً، وكان عملهم يختلف عن خدمة رابطة خدام الزهراء فسالناهم عن طبيعة خدمتهم، فأجابنا علي حسين سعد موضحاً:





نحن نقدم الخدمة ضمن مؤسسة الإمام (الحسن المجتبي) للإخلاء الطارئ ومساعدة الزائرين عند تعرض أحدهم إلى وعكة صحية أو حادث ما، فنقوم بإخلائه وإسعافه ونقله إلى المستشفى بالتعاون مع وحدة طبابة العتبة المقدسة، علماً أننا دخلنا دورات عدة في هذا المجال، وشعورنا بما نقدمه من الخدمة شعور لا يوصف. نأمل من الله يجعله في صفحة أعمالنا ويقبل منا ومنكم صالح الأعمال.

ومن ضمن الشباب المشاركين في خدمة الزائرين (محمد هاشم حسين) من البصرة - قضاء شط العرب، تحدث إلينا مشكوراً:



قطعتنا هذه المسافة من البصرة إلى بغداد، غايتنا خدمة ورضا أهل البيت عليهم السلام. نحن نقدم الخدمة في جميع العتبات المقدسة، وهذه السنة الأولى لي في الخدمة المباركة، وأنا ما زلت مستمراً على الدراسة، ولم انقطع عن خدمتي للأئمة الأطهار لما فيها من جانب معنوي كبير ينعكس في نفوسنا من توفيق يصحبنا في حياتنا.

هكذا كانت جهود الشباب المحبين والموالين الذين دفعهم حبهم وعقيدتهم للأئمة المعصومين والسير على نهجهم، نهج الحق الذي يزرع في النفوس التعاون والانصهار في بودقة واحدة لتقديم خدمة موفقة يحبها الله ورسوله والمؤمنون.





# الصدقة الحقة ومعايير الاختبار

عامر عزيز الأتباري

بِحَنَاحِيهِ إِلَّا أُمَّمٌ أُمَّتًا لَكُمْ<sup>(١)</sup>، وتحتاج أحياناً إلى الدفاع عن نفسها بشكل جماعي من الافتراس، إلا أن الإنسان متميز عن غيره من المخلوقات بالرقى في تلبية احتياجاته وإشباع متطلباته في العيش، وهو يبحث عن الجمال وعمما هو أفضل، وهذا الفارق يولد لديه الحاجة إلى التقارب الاجتماعي أكثر فأكثر، والتعرف على المزيد من الأصدقاء لتحقيق منافع مشتركة. كما إن التعرف على الآخرين ومواخاتهم يحقق له الاستقرار النفسي والحيوية والنشاط الاجتماعي. إن الأحاديث والمرويات الدينية فيها تأكيد الحاجة للأصدقاء الصالحاء واجتناب الأعداء (قال لقمان لابنه: يا بني اتخذ ألف صديق، وألف قليل، ولا تتخذ عدواً واحداً، والواحد كثير، فقال أمير المؤمنين عليه السلام :

تَكْتَرُ مِنَ الْإِخْوَانِ مَا اسْطَعْتَ مِنْهُمْ

عماداً إذا ما استئجدوا وظهورُ

وليس كثيراً ألف خُلِّ وصاحب

وإنَّ عدواً واحداً لَكثيرٌ<sup>(٢)</sup>

ونذكر أيضاً أنه ليس من الضرورة أن يكون الصديق هذا من غير ذي رحم، فقد يكون الأب الرؤوف صديقاً لابنه، ويكون الأخ الحميم صديقاً لأخيه، وتكون الأم صديقةً لابنتها ومن المؤكد أن الصداقة مع ذوي الرحم تكون أكثر عمقاً ودواماً وتماسكاً.

## حذار فإن (الصاحب صاحب)

بعد أن عرفنا أهمية كسب المخلصين من الأصدقاء وضرورة تهذيب الطباع في التعامل مع الناس، حيث ورد عن مولانا الإمام أبي الحسن عليه السلام أنه قال : (التودد إلى الناس نصف العقل)<sup>(٣)</sup>. فالجميع بحاجة إلى الانسجام الاجتماعي لتلبية

ليست الحياة إلا رحلة نقطعها حتى آخر الدرب، رحلة محفوفة بالصعاب وملأى بالمخاطر والابتلاءات، والجميع فيها مهما بلغ من القوة بحاجة إلى من يتداركه بالعون والنصيحة، وخصوصاً لمن هم في عمر الشباب كونهم في أول الطريق، فالكل بحاجة إلى رفيق وصديق صدوق، والصداقة الحقة إنما هي فيض من الصفاء والوفاء والمودة، وينبوع تُرَّ يعبر عن إنسانية الإنسان، وليست علاقة فوضوية، كما يحصل في زماننا هذا، بل لا بد أن تستند على أسس ومعايير سليمة.

## هل نحتاج إلى الأصدقاء؟

إن الإنسان بطبيعته ميال إلى المؤانسة والاستئناس بالآخرين، فطبيعة الإنسان مختلفة تماماً عن باقي المخلوقات؛ التي لا يهتمها إلا أن تأكل وتشرب وتهيم بالبر، ولو أن الحيوانات أيضاً قد خلقها الله بشكل جماعات بل وأمم، قال تعالى (وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا طَائِرٍ يَطِيرُ

(١) سورة الأنعام، الآية ٢٨.

(٢) الأمالي، الشيخ الصدوق، ص ٧٦٦.

(٣) وسائل الشيعة (آل البيت)، الحر العاملي، ج ١٢، ص ٥٢.



فلم يقل فيك شراً، فاتخذته لنفسك صديقاً<sup>(١٠)</sup>. إن أصدقاء الشدة قليلون، وأصدقاء المنفعة والمال هم كثر بلا شك، والأخطر منهم رفقاء الغواية الذين يدفعون بأصدقائهم إلى طريق الشر والانحراف.

### كيف نحافظ على الصديق؟

بعدما خلصنا إلى أهمية الصديق المخلص والقيمة التي تعنيها أن تكسب صديقاً مخلصاً فهو يمثل جوهرة ثمينة ورسيداً ومعنوياً قد تلجأ للاستعانة به عند الشدة؛ تأتي هنا أهمية الحفاظ عليه عملة نادرة في زماننا هذا، فليس من السهولة الحفاظ على الصديق الذي يستحق الحفاظ عليه.

فمن الواجب أن يكون المرء وفياً مع صديقه حيث ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام: (الوفاء توأم الأمانة وزين الأخوة)<sup>(١١)</sup>، فمما لا شك فيه أن من لم يكن وفياً لا يبقى لنفسه محبباً ولا صديقاً كما إن على المرء أن يحذر الكذب والكذب، يهدم الصداقة ويفقد الثقة، والابتعاد عنه يمثل قاعدة أساسية من قواعد السلوك الحسن الذي يقوم الشخصية المسلمة. ومن الشيم التي تحفظ الصداقة أيضاً وتعززها هي أن نكون متسامحين مع أصدقائنا ولا ترتبص منهم العثرات فليس هنالك ثمة كامل والكمال، لله تبارك وتعالى وحده وليس ثمة من هو معصوم عن الخطأ سوى من عصم الله من أهل بيت الرحمة صلوات الله عليهم وكذلك الأنبياء والمرسلين، وإلا فكل ابن آدم خطاء، ومن يكن ومن يعيش متسامحاً يكسب قلوب من حوله من المحبين والأصدقاء.

كذلك يحتاج الحفاظ على الصداقة إلى الكرم والسخاء والابتعاد عن البخل والشح، فمن كان بخيلاً شحيحاً ينفر من حوله. ومن المحال ان يكون للبخل صاحب فبالكرم الذي تعده العرب صنواً للشجاعة يكتسب الكريم قلوب كل من حوله، يقول أمير المؤمنين عليه السلام: وبالكرم تكتسب القلوب (عجبت لمن يشتري العبيد بماله فيعتقهم كيف لا يشتري الأحرار بإحسانه فيسترقهم)<sup>(١٢)</sup>.

أمر آخر يحفظ للمرء المخلصين من أصدقائه هو مواساتهم عند الشدائد، فمن يقف مع أصدقائه في محتهم هو أفضل الناس. وهذه الخصلة تعد من مكارم الأخلاق التي يدعو لها

(١) موسوعة أحاديث أهل البيت عليهم السلام، الشيخ هادي النجفي، ج ٦، ص ٤٢.

(٢) ميزان الحكمة، محمد الريشهري، ج ٤، ص ٣٦١٣.

(٣) عيون الحكم والمواعظ، علي بن محمد الليثي الواسطي، ص ٣٣٠.

متطلباتنا المادية والمعنوية، وكسب الصديق هو إحدى السبل لتحقيق ذلك. فيكون لزاماً أن يكون اختيار الشاب أو الشابة للأصدقاء والصديقات من أقرانهم اختياراً دقيقاً، فليس من السهولة اختيار الصديق، فينبغي الحذر كل الحذر فإن (الصاحب صاحب) كما يقال في المثل، وعلى قول الشاعر (عن المرء لا تسأل وسل عن قرينه.. فكل قرين بالمقارن يقتدي)<sup>(١٣)</sup>، ولا يمكن تجاهل خبايا الاختيار الخاطئ للصديق ونتائجها، فالحياة ملأى بالقصص والتجارب المؤلمة التي تفصح عن آثار صديق السوء. فكم من هالك بسبب قرين سوء وصاحب معوج. وعليه يكون اختيار الصديق الوفي مستوجباً للاختبار وعدم الاطمئنان لكل من نتعرف عليه<sup>(١٤)</sup>.

### إخوان الصدق أفضل ما نختار

حوار قرآني أخروي يصور أثر قرين السوء، ومحاولة غوايته لصديقه المؤمن، وتضليله له في عالم الدنيا لولا أن تداركه الله بالهداية قال تعالى: (قَالَ قَائِلٌ مِّنْهُمْ إِنِّي كَانَ لِي قَرِينٌ) ﴿١٠٠﴾ يَقُولُ أَفَأَكْفُرُ بِمَن مَّضَىٰ مِنِّي كَأَن لَّمْ يَغْنَمْ مِمَّا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ يُوزِنُكُمْ أَيَّامَ طَوْلَانِ يَوْمَ الْأَعْيُنِ أَرَأَيْتُمْ لَو أَنَّ بُرُوجَ السَّمَاوَاتِ كُنَّ بَابًا مِّنْ دُونِ الْبَابِ فَقَدْ كُنَّا تَارِينَ ﴿١٠١﴾ وَإِذْ أَخَذْنَا مِنَ النَّبِيِّينَ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ أَن يَقُولُوا ذُرِّيَّةَ بَنِي آدَمَ وَكَلِمَاتٍ مِّنْ أَفْوَاهٍ حَمَلُومًا ﴿١٠٢﴾ وَإِذْ أَخَذْنَا مِنَ النَّبِيِّينَ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ أَن يَقُولُوا ذُرِّيَّةَ بَنِي آدَمَ وَكَلِمَاتٍ مِّنْ أَفْوَاهٍ حَمَلُومًا ﴿١٠٣﴾ وَإِذْ أَخَذْنَا مِنَ النَّبِيِّينَ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ أَن يَقُولُوا ذُرِّيَّةَ بَنِي آدَمَ وَكَلِمَاتٍ مِّنْ أَفْوَاهٍ حَمَلُومًا ﴿١٠٤﴾ وَإِذْ أَخَذْنَا مِنَ النَّبِيِّينَ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ أَن يَقُولُوا ذُرِّيَّةَ بَنِي آدَمَ وَكَلِمَاتٍ مِّنْ أَفْوَاهٍ حَمَلُومًا ﴿١٠٥﴾

(١) <https://www.hekams.com>

(٢) هنالك الكثير من الشباب والشابات يتعرضون لمخاطر العلاقات التي تتم بالتعرف على الاصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة دون معرفتهم معرفة حقيقية مما له آثاره وانعكاساته الخطيرة المعروفة في وقتنا هذا.

(٣) سورة الصافات، الآيات (٥١-٥٧).

(٤) صحيح البخاري، البخاري، ج ٦، ص ٢٣١.

(٥) الأمالي، الشيخ الصدوق، ص ٥١٨.

(٦) مستدرک سفينة البحار، الشيخ علي النمازي الشاهرودي، ج ١، ص ٧٢.

الإسلام فيه ما يه من الأجر (من نَسَسَ عن أخيه كرية، نَسَسَ الله عنه كرية يوم القيامة)<sup>(١٥)</sup>، وعند عدم القدرة فقد يكون النصح بديلاً والتحرك لطلب الاستعانة بمن يقدر على ذلك.

كما إن الانانية والإفراط في حب الذات مفسدة لمودة الأصدقاء، فعلى المرء أن يكون محبباً لأن ينال صديقه ما يحبه لنفسه من الخير والنعم بل ويسعى لتحقيق المنفعة للصديق (فأحبب لغيرك ما تحب لنفسك واكره له ما تكره لها)<sup>(١٦)</sup>.

### آخر القول

الصداقة مهما بلغت من الأهمية إلا أنه يجب يكون لها سمات تعبر عن شفافيتها، وتكون لها أيضاً حدود لا ينبغي تجاوزها. فمن روائع ما يصف به الصادق جعفر بن محمد عليه السلام الصديق المخلص: (أن تكون سريره وعلايته لك واحدة، وأن يرى زينك وزينه وشينك وشينه، ولا يغيره عنك مال ولا ولاية، وألا يمنعك شيئاً مما تصل إليه مقدرته، ولا يسلمك عند النكبات)<sup>(١٧)</sup>، كما يقول عليه السلام في بعض حدود الصداقة، وهو الأخطر فيما يكابده الشباب في زماننا هذا في الانفلات وعدم وضع حدود للصداقة هو أن: (لا تطلع صديقك من سرك إلا على ما لو اطلع عليه عدوك لم يضرك، فإن الصديق قد يكون عدواً يوماً ما)<sup>(١٨)</sup>.

(١٠) بلاغة الإمام علي بن الحسين عليهما السلام، جعفر عباس الحائري، ص ١٩٢.

(١١) شرح نهج البلاغة، ابن أبي الحديد، ج ١٦، ص ٨٤.

(١٢) هداية الأمة إلى أحكام الأئمة عليهم السلام، الحر العاملي، ج ٥، ص ١٢٩.

(١٣) المصدر نفسه.



# الميتافيرس.. العالم الجديد

إذا كنت تعتقد أن الانترنت والتكنولوجيا الحديثة دمرت الروابط الاجتماعية وجعلت البشر أكثر عُزلة، فاستعد لمن سيدمر الانترنت والواقع معاً ويخلق لنا عالماً جديداً.

إن الروايات والمقالات في الخيال العلمي، ومنذ ظهور ما يُعرف بالعالم الافتراضي، تتحدث عن رؤى وأحلام يندمج فيها الواقع بالافتراض والحقيقة بالخيال، وحتى قبل سنوات ظل هذا الأمر مجرد أمنيات ولم يكتسب أي صفة علمية، حتى ظهر مؤخراً مبتكر فيس بوك (مارك زوكربيرج) ليحدثنا عن مصطلح، وهو عالم جديد يجمع ما بين العالم الواقعي والعالم الافتراضي، يكونه عالماً مستقبلياً قادماً سيقول وداعاً للإنترنت التقليدي، الذي يمثل فارقاً كالفارق بين الهواتف الذكية الحالية والهواتف التي ظهرت في الثمانينات، موضحاً أن (الميتافيرس) عبارة عن بيئة افتراضية جديدة حيث يمكنك الوجود فيه بالفعل مع الناس في البيئة الرقمية والمجتمع الرقمي، مضيفاً أنه يمكننا التفكير به على أنه الإنترنت المتجسد، والوجود فيه فعلياً بدلاً من مجرد النظر إليه. ويقصد مالك فيس بوك بذلك أنه سيكون القادم من الإنترنت ليس في استخدامه فقط والنظر إليه من خلال الحواسيب وشاشات الهواتف بل ستكون أنت بنفسك بداخله وجزءاً منه، وهذا يعني أننا لن نكون أمام عالمين منفصلين كما هو الآن؛ عالم واقعي نعيشه وعالم افتراضي، بل سنكون أمام عالم يجمع بينهما.

ليس مارك وحده هو الحالم بالعالم الجديد، فهناك رؤساء شركات عملاقة أخرى بدأت بالتفكير والمضي قدماً نحو (الميتافيرس) مثل الرئيس التنفيذي لشركة (مايكروسوفت) والذي تحدث عن إنشاء إدارة جديدة متخصصة أطلق عليها اسم مشروع (ميتافيرس) كذلك رئيس شركة (أبيبيك كيمز) منتجة لعبة (فورتنايت) أعرب هو الآخر عن طموحاته في تطوير هذه التقنية الجديدة، ومعه أيضاً شركة (كنفيدا) لتصميم الجرافيكس وكثير من شركات التكنولوجيا الكبرى، ما يعني أن الأمر لم يعد مجرد أحلام، حتى أن فيس بوك مؤخراً أعلن عن توظيف عشرة آلاف شخص في دول أوروبا لتطوير مشروعه (العالم الجديد). كما بدأت شركة فيس بوك بأولى التجارب الفعلية مع إطلاقها مؤخراً لما عُرف بغرف (هورايزن) والتي يمكن للموظفين من خلال هذه الغرف الدخول إلى مكتب عمل افتراضي باستخدام شخصية وهمية (أفاتار) خاص بكل واحد. وفي هذه الغرفة الافتراضية ستشاهد حاسوبك وزملائك وتتفاعل معهم وتتبادل الأفكار كما لو كنت في مبنى الشركة، ويمكنك اللعب وزيارة الأصدقاء والعائلة ولن يحتاج منك الأمر أن تنهض من سريرك وارتداء ملابسك والخروج من منزلك وركوب الحافلة للوصول إلى وجهتك بل كل ما عليك ارتداء نظارة (أوكولوس في آر) والتي يبلغ سعرها ٢٩٩ دولار، والبقاء في مكانك.

وبالرغم من أن الفكرة كانت موجودة من قبل، إلا أن جائحة كورونا وتداعياتها كان لها الفضل بالإسراع في هذا العالم الجديد، وبهذه التكنولوجيا يعني أن الباب بات مفتوحاً أكثر من ذي قبل لاستقبال العالم لعالمٍ آخر جديد.<sup>(١)</sup>

سكرتير التحرير

<https://www.youtube.com/watch?v=WGVasQ> (١)



# الهايبرلوب .. كبسولة النقل الفراغي

تجددت الفكرة وأجريت بعد تقديم أيلون ماسك<sup>(٢)</sup> لفكرته عن الهايبرلوب في عام ٢٠١٣م فانطلقت أول تجربة ناجحة في تكنولوجيا الهايبرلوب في ١١/ مايو/ ٢٠١٦م في صحراء نيفادا الأمريكية عندما أطلقت أول كبسولة بسرعة ١٦٠ كم في الساعة

فأصبحت فكرت (مدهيرست) ليست مجرد خيال بل أنها من الممكن أن تصبح حقيقة. وعلى مدار الخمس سنوات الماضية قامت عدة شركات بالاستثمار في إنتاج هذه التقنية بعد إجراء مئات من التجارب قبل أن تغامر شركة فيرجن هايبرلوب برحلتها التجريبية الأولى بوجود ركاب على متن مقصورتها محققة نجاحاً باهراً أدخلها التاريخ، فهي ثورة في عالم النقل، وتأمل الشركة أن يكون النظام جاهزاً في عام ٢٠٣٠م.

ومن الجدير بالذكر أن مدينة دبي الإماراتية بدأت بدراسة إطلاق هذا الجيل من تكنولوجيا النقل على أن تقوم أنظمتها تحوي كبسولات تندفع بسرعات عالية تصل إلى ١٢٠٠ كم في الساعة فتقطع المسافة بين دبي وأبو ظبي المقدرة بـ ١٤٠ كم في ١٢ دقيقة فقط، علماً أن تكلفة صناعتها تبلغ ١٠٪ من تكلفة صناعة القطار التقليدي.

(٢) إيلون ماسك رجل أعمال كندي، حاصل على الجنسية الأمريكية ولد في جنوب أفريقيا، مستثمر، ومهندس ومخترع مؤسس شركة سبيس إكس ورئيسها التنفيذي، والمصمم الأول فيها، والمؤسس المساعد لمصانع تيسلا موتورز ومديرها التنفيذي والمهندس المنتج فيها.

لم يكن الهايبرلوب جديداً من الناحية النظرية؛ لأن مفهوم النقل الفراغي ابتكرت منذ فترة طويلة حيث ترجع فكرته إلى ١٧٩٩م حين طرح المخترع (جورج مدهيرست)<sup>(١)</sup> أول فكرة شاملة كوقود لاستخدام الهواء المضغوط في دفع عربات القطار لنقل البضائع.

بدأ المخترع بالعمل على نمودجه للسكة الحديدية في عام ١٨٤٤م لاستغرق عملية البناء ثلاث سنوات. وكان الهدف منها أن تكون كبيرة لدرجة أن تضم مقصورة ركاب، حيث يعتقد أنها من الممكن أن تنتقل داخل قناة كبيرة عبر أنظمة مغلقة أو سحبها بواسطة مكبس يمكن للهواء أن يدفعها على طول أنبوب، وبعد نجاحه في إكمال بناء المقصورة التجريبية إلا أنه لم يستطع الحصول على ترخيص لحفر نفق تحت الأرض مما عطل الجهود الرامية لإنتاج هذه التقنية، ورغم استمرار محاولاته إلا الوضع الاقتصادي حال دون إتمام مشروعه. تكررت المحاولات بعد ذلك عدة مرات من قبل مهندسين آخرين لكن جميعها بائت بالفشل، آخرها كانت في ستينات القرن الماضي عندما قامت الحكومة الأمريكية بدراسة لربط ولايتي فيلادلفيا ونيويورك بقطار يسير في أنبوب مفرغ من الهواء، ولكن الفكرة اعتبرت مكلفة جداً فألغيت.

(١) مهندس ميكانيكي ومخترع (١٧٥٩-١٨٢٧) كان رائداً في استخدام الهواء المضغوط كوسيلة للدفع، أدت أفكاره مباشرة إلى تطوير أول خط سكة حديد جوي. وُلِدَ في لندن وتدرّب كصانع ساعات، لكنه أصبح فيما بعد مهتماً بالهواء المضغوط.



# العسل الأحمر

في مكان بعيد جداً وفي مغامرة حفيفة بالمخاطر، يوجد صيادون من قبيلة (كولونغ)<sup>(١)</sup>، وهم سكان دولة (نيبال) الواقعة بين الهند والصين، وعلى وجه التحديد في جبال الهيمالايا، إذ يقوم هؤلاء الصيادون بالتسلق في قمة المنحدرات ولثبات الأمتار، بواسطة سلاالم وباستخدام أدوات بسيطة مصنوعة من الخيزران أو البامبو من أجل الحصول على كيلوغرام أو أكثر بقليل من العسل الأحمر أو ما يُسمى (بعسل الهلوسة) وتلك المهمة تكون مرتين في السنة، ولربما يفقد البعض حياته من أجل استخراج هذا العسل، لذا تكون عملية استخراجه صعبة جداً من جانب التهيئة والتسلق، ومن جانب آخر هو كيفية التعامل مع هجوم النحل العملاق، إذ يتراوح طول النحلة ٣سم.

ضرغام محمد علي



## "التسمية"

(هناك سببان في تسمية هذا النوع من العسل (بالعسل الأحمر أو عسل الهلوسة)، السبب الأول هو أن النحل يتغذى على رحيق زهرة مُعينة لونها أحمر تسمى (رودوديندرن)، أما السبب الثاني هو في مادة رحيق هذه الزهرة والذي يُدعى بـ (الغريانوتوكسين)<sup>(٢)</sup>.

(١) قرية صغيرة تقع في آسيا وواحدة من مجتمعات دولة نيبال الأصلية، يعتمدون على الزراعة والصيد ويعيشون في مناطق التلال النائية.

(٢) هو مركب طبيعي موجود في عسل الرحيق المشتق من أنواع مختلفة من (الرودودندرون).



## “المدة الزمنية”

تستغرق المدة الزمنية في إيصال العسل إلى الأرض من ساعتين إلى ثلاث ساعات وأحياناً إلى أربع ساعات متواصلة وذلك بسبب جنون النحل وغضبه، ويكون هذا الحصار المتعب أو تنتهي المعركة بمستعمرة واحدة فقط اعتماداً على حجم وعدد النحل لهذه المستعمرة.

## “تأثيره”

حسب أقوال صيادي قبيلة (كولونغ)، إن مقدار ما تأخذه من هذا العسل أو المسموح به هو ملعقتين، إذ بعد تناول الملعقتين ستُحس بعد ربع ساعة ببرودة غريبة في جسمك فيبدأ من مؤخرة الرأس نزولاً إلى الصدر ومن ثم إلى البطن، وأيضاً ستُحس وكأنك أعمى، وبعد فترة يتلاشى عندك الأشياء فلا ترى شيء سوى الظلام، وأيضاً تُصاب بشلل في أطراف جسمك حيث يستمر هذا الشعور لساعات<sup>(١)</sup>.

## “استعماله وبيعه”

لهذا العسل استعمالات عدة يستخدمونها سكان دولة نيبال منها ما يكون دواء في معالجة السعال وكمسكن للألام وكمُعقم ومُطهر، وأيضاً يتم تداوله وبيعه في السوق السوداء مقابل ١٧٥ دولاراً للكيلوغرام، وهذا ما جعله مميّزاً ويستحق العناية، وتُعد هذه الطرق التقليدية من الطرق المُهددة بالزوال وذلك بسبب كون فتيان قُرى دولة نيبال غير مُهتمين بتاتاً بأمر هذا العسل، وانهم يميلون بالترحال عن هذه القرى والنزوح نحو المدن المتحضرة<sup>(٢)</sup>.

إن عدم الاهتمام بهكذا ثروات وعدم الاستفادة منها بطرق شرعية وقانونية سيؤدي إلى خسارتها، والتي ربما تدخل في تكوين عقاقير مهمة تستعمل في علاج أمراض مستعصية؛ ولذلك ينبغي الاهتمام بهذه الثروات التي من الله بها علينا وجعلها تصب في مصب الحياة وسعادة الإنسان.

(١) <https://misaha.com/info>

(٢) <https://dkhlak.com/>

hallucinogenic-honey







## الذرة والكون

# وحش درب التبانة يظهر للعيان

بقلم ليز كروسي و إيميلي كونوفر  
ترجمة: رياض عبد الغني الحسن

التلسكوب يصور ظل الثقب الأسود ذي الكتلة الهائلة في مجرتنا  
هنالك إضافة جديدة إلى معرض الصور الخاص بالثقوب السوداء.

طبيعية لأسرارها الشخصية» كما تقول لنا ميرتشيكوفا، الفيزيائية من معهد الدراسات المتقدمة في برنستون في نيوجرسي، والتي ليست عضواً في فريق تلسكوب أفق الحدث.

فيقع الضوء أسير جاذبيتهم عند سقوطه داخل الحدود المسماة أفق الحدث. وتؤثر صور تلسكوب أفق الحدث حدود تلك الحافة التي لا مفرّ منها.

ويتغذى (ساغيتاريوس أ) على المواد الساخنة التي تطلقها النجوم العملاقة في مركز المجرة. ذلك الغاز الذي تشفطه جاذبية (ساغيتاريوس أ) يجري بشكل قرص تراكمي محيط من المادة المتوهجة. يتكون القرص التراكمي حيث يجري النشاط، ولهذا يريد الفلكيون أن يعرفوا المزيد عن طبيعة عمل هذا القرص. تقول داريل هاغار، الفيزيائية الفلكية من جامعة ماك غيل في مونتريال وعضو مجموعة تلسكوب أفق الحدث:

مرة بنشر صورة الثقب الأسود ذي الكتلة الهائلة (بالعدد الصادر بتاريخ ٢٧/٤/٢٠١٩ ص٦)، في مركز المجرة رقم M٨٧ والتي تبعد عن الأرض حوالي ٥٥ مليون سنة ضوئية.

إلا أن (ساغيتاريوس أ) والتي تعرف اختصاراً باللغة الانكليزية (#sgr A) هو «ثقب أسود للبشرية» كما تقول سيرا ماركوف من جامعة أمستردام، وهي عضو في مجموعة تلسكوب أفق الحدث. وهو يعد أقرب ثقب أسود ذي كتلة هائلة إلى الأرض ويقع على بعد ٢٧٠٠٠ سنة ضوئية. وهذا ما يجعله الثقب الأسود الأكثر دراسة من نوعه في الكون.

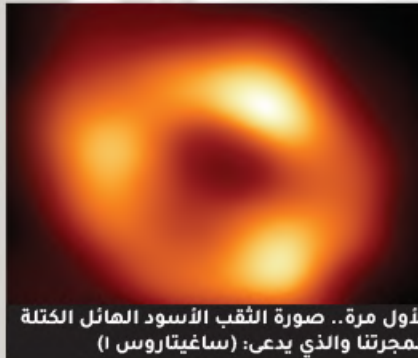
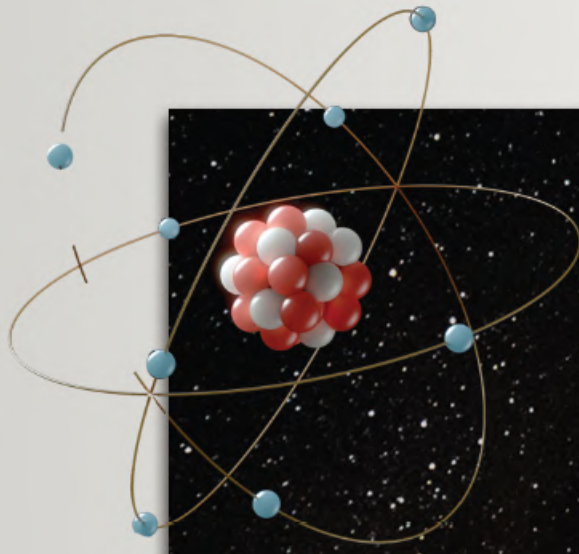
إن (ساغيتاريوس أ) وأشباهه من الثقوب السوداء يبقى من أكثر الأشياء المكتشفة إلى حد الآن غموضاً. ذلك لأن الثقوب السوداء تتصف بقدر هائل من الكثافة لا تترك قوة جاذبيتها مجالاً للضوء أن يفلت منها. فهي «حافظات

أعلن علماء الفلك أنهم تمكنوا أخيراً من تجميع صورة للثقب الأسود ذي الكتلة الهائلة الواقع في مركز مجرتنا. تقول فريال أوزيل، عالمة فيزياء الفلك من جامعة أريزونا في تاكسون، وهي تعلن النتيجة في مؤتمر صحفي عقده في ١٢ آيار: «تظهر هذه الصورة حلقة مضيئة تحيط بظلام، وهي العلامة الدالة لظل الثقب الأسود»

يظهر الثقب الأسود (ساغيتاريوس أ) وكأنه صورة ظل باهتة في وسط مادة متوهجة تحيط به. تكشف الصورة تفاصيل جديدة عن وجود منطقة ملتفة مضطربة تحيط بالثقب الأسود. وقد نشرت نتائج مؤتمر ١٢ آيار أيضاً في ست دراسات في رسائل مجلة الفيزياء الفلكية.

وقد أسهمت في خلق هذه الصورة التي طال انتظارها في عملاق درب التبانة، شبكة عالمية من التلسكوبات الراديوية المعروفة بتلسكوب أفق الحدث. قبل ثلاث سنوات، قام الفريق نفسه لأول





لأول مرة.. صورة الثقب الأسود الهائل الكتلة لمجرتنا والذي يدعى: (ساغيتاريوس أ)

والمزيد من تلك المعلومات آتٍ في الطريق. وهناك المزيد من عمليات الرصد التي أجراها تلسكوب أفق الحدث في الأعوام ٢٠١٨ و ٢٠٢١ و ٢٠٢٢ ما تزال بانتظار عمليات التحليل. يقول عالم الفيزياء نيكولاس يونز من جامعة لينوي إربانا شامبين، وهو ليس عضواً في فريق تلسكوب أفق الحدث: «من المثير حقاً أن يحصل أحدنا على الصورة الأولى للثقب الأسود الموجود في مجرتنا مجرة درب التبانة». قال: إنها تثير الخيال، كما كانت الصور الأولى التي التقطت للأرض من القمر تثير الخيال.

إنها رائعة.

بيتا بايت استحصلت في نيسان من عام ٢٠١٧، كان بإمكان الفريق أن يبدأ بتكوين الصورة. لقد استغرق الأمر سنوات من العمل وعمليات معقدة من المحاكاة الحاسوبية والملاحظات في أصناف متنوعة من الضوء من تلسكوبات أخرى. إن عمليات التقلب التي تطرأ على (ساغيتاريوس أ) قد عكّدت من مهمة التحليل، وعمليات التقلب تتغير وفقاً لجداول زمنية فهي تستغرق بضع دقائق فقط في قبال أسابيع بالنسبة للثقب الأسود M٨٧. "لقد كان الأمر وكأنه محاولة لالتقاط صورة واضحة لطفل يركض في الليل" هذا ما قاله عالم الفلك جوزيه كوميذ من معهد الأندلس للفيزياء الفلكية في غرناطة، إسبانيا، في مؤتمر صحفي.

تؤكد الأرصاد الجديدة بأن كتلة الثقب الأسود (ساغيتاريوس أ) تعادل ٤ ملايين مرة من كتلة الشمس. ولم تُظهر الصورة أي نقاط ضعف خفية في نظرية أينشتاين العتيدة في الجاذبية والنسبية العامة. لقد اختبر العلماء سابقاً النظرية النسبية بتتبعهم لحركات النجوم التي تدور قريباً من الثقب الأسود (ساغيتاريوس أ) (في الأعداد الصادرة في ٢٠١٨/٨/١٨ و ٢٠١٨/٩/١٠، ص ١٢) وهو العمل الذي أسهم في تأكيد أن ذلك الجسم هو في حقيقته ثقب أسود.

إن القرص والنجوم والفقاعة الخارجية لضوء الأشعة السينية تـ«شبه المنظومة البيئية.

فهي مترابطة بالكامل».

إن الثقب الأسود للمجرة M٨٧ يشبه الوحش اللهوم ويطلق دفعات من الثفت الجبار الهائل. لكن (ساغيتاريوس أ)، يشبه معظم الثقوب السوداء ذات الكتلة الهائلة في أنه هادئ نسبياً وخافت، يأكل بضع لقيمات يتغذى عليها من خلال قرصه التراكمي. على رغم ذلك، تبقى المنطقة المحيطة بالثقب الأسود (ساغيتاريوس أ) منتجة للضوء. لقد لاحظ الفيزيائيون الفلكيون أن المناطق المتاخمة ضعيفة التوهج تبث موجات راديوية، وتتذبذب لتبث أشعات تحت الحمراء وأخرى أشعات سينية.

في الواقع يبدو أن القرص التراكمي الذي يحيط بالثقب الأسود (ساغيتاريوس أ) يومض مضطرباً على الدوام. يقول ماركوف: إن هذا التقلب يشبه الزبد الذي يعلو أمواج المحيط. ويضيف: «وهكذا نحن نرى هذا الزبد الذي ينشأ من كل هذا النشاط، ونحاول أن نفهم طبيعة الموجات التي يعلوها هذا الزبد».

وبعد أن جمعت بيانات مقدارها حوالي ٣,٥



# نتائج مذهلة لأنظمة الذكاء الاصطناعي

ابتكر (ايشانو تشاتوبادياي) الأستاذ المساعد بكلية الدراسات الحيوية في جامعة شيكاغو وزملاؤه نموذجاً للذكاء الاصطناعي يقوم بتحليل بيانات الجريمة في مدينة شيكاغو بولاية (إلينوي) للفترة ما بين ٢٠١٤ و٢٠١٦، ثم توقع مستويات الجريمة في الأسابيع التي تلت فترة تغذية البرنامج بالبيانات والمعلومات.

كانت الجهود السابقة لاستخدام أنظمة الذكاء الاصطناعي للتنبؤ بالجريمة مثيرة للجدل، لأنها يمكن أن تبقى على نسبة من التحيز العنصري. وفي السنوات الأخيرة، اختبرت إدارة شرطة شيكاغو خوارزمية أنشأت قائمة بالأشخاص الذين يُعتبرون الأكثر عرضة لخطر التورط في إطلاق النار، إما كضحايا أو كجناة.

المصدر : www.dw.com

المذهل أن الذكاء الاصطناعي توقع احتمالية حدوث جرائم معينة في جميع أنحاء المدينة، والتي تم تقسيمها إلى مربعات بعرض حوالي ٣٠٠ متر ، قبل أسبوع من وقوعها بدقة تصل إلى ٩٠ في المائة. كما تم تدريبه واختباره على بيانات سبع مدن أمريكية رئيسية أخرى، ليفاجأ العلماء بمستوى مماثل من الأداء، بحسب ما نشر موقع newscientist المتخصص.

## أعمق صورة للكون بكلفة (١٠) مليار دولار



نشرت وكالة الفضاء الأميركية «ناسا» أعمق صورة للكون على الإطلاق يتم التقاطها بالأشعة تحت الحمراء، ظهرت فيها عدسة التلسكوب الفضائي جيمس ويب آلاف المجرات التي تشكلت بعيد الانفجار العظيم قبل أكثر من ١٣ مليار سنة.

ونشرت هذه الصورة بعد ستة أشهر من إطلاق جيمس ويب، أقوى تلسكوب فضائي على الإطلاق. وقالت ناسا إن هذه الصورة هي «الأكثر عمقاً والأكثر وضوحاً التي تلتقط للكون حتى اليوم».

ولا تستطيع العين البشرية رؤية الأشعة تحت الحمراء، لكن التلسكوب جيمس ويب مجهز بتقنيات تمكنه من ذلك. وتظهر في الصورة التي نشرتها ناسا آلاف المجرات التي تشكلت بعيد الانفجار العظيم وولادة الكون.

ومن المقرر أن تنشر ناسا صوراً أخرى التقطها التلسكوب نفسه، وذلك خلال حفل ينتظره بفارغ الصبر عشاق الفضاء حول العالم.

المصدر : arabic.euronews





## تأثير فقدان الشهية على بنية الدماغ

في نتيجة تعكس خطورة نقص التغذية الكافية على صحة الإنسان، توصلت دراسة حديثة إلى أن فقدان الشهية العصبي قد يتسبب في تغييرات جذرية في بنية الدماغ، حسب ما ذكر الموقع العلمي (ساينس اليرت)، نقلاً عن دراسة صدرت في المجلة العلمية المتخصصة (بيولوجيكال سايكياتري).

وفقدان الشهية العصبي، هو اضطراب في الأكل يُعرف المصابون به بانخفاض غير طبيعي في وزنهم. ويعاني المصابون به من خوف شديد من زيادة وزنهم، مما يدفعهم لتقليل كميات الطعام التي يستهلكونها بشكل كبير جداً.

وأفاد موقع (ساينس اليرت) أن النتائج اعتمدت على ١٦٤٨ فحصاً لدماغ نساء (من بينهن ٦٨٥ مصابة بفقدان الشهية العصبي) وجمعت من ٢٢ موقعاً مختلفاً، مضيفاً أن الباحثين تمكنوا من إيجاد انخفاض في سمك قشرة الدماغ ومساحتها لدى الأشخاص المصابين بفقدان الشهية.

وأوضح موقع «ذا سوادل» أن نتائج الدراسة الحديثة تبرز أهمية علاج فقدان الشهية في وقت مبكر للغاية، مضيفاً أن الدراسة هي الأكبر حالياً من حيث نوعها وكذلك العلاقة بين اضطرابات الأكل وصحة الدماغ.

المصدر : [www.dw.com](http://www.dw.com)



## فوائد جمة للمكسرات على صحة الدماغ تكشفها دراسة حديثة

كشفت دراسة حديثة أن تناول المكسرات، ولاسيما الفول السوداني يساعد في الحفاظ على صحة الدماغ لفترة أطول، وأضافت الدراسة الصادرة عن جامعة «جنوب أستراليا» أن تناول المكسرات يمكن أن يحافظ على الصحة العقلية في سن الشيخوخة، وفق ما ذكره موقع «فوكس» الألماني.

واعتمدت النتائج على دراسة شملت حوالي ٤٨٢٢ من البالغين الصينيين يتجاوز عمرهم ٥٥ عاماً، حيث وجد الباحثون أن تناول نحو ١٠ غرامات من المكسرات يومياً مرتبط بتحسين وظيفة الخلايا العصبية.

وقال الدكتور مينغ لي المشرف على الدراسة أنها الأولى من نوعها التي تجد صلة بين الإدراك واستهلاك المكسرات لدى كبار السن، وأضاف: (من خلال تناول أكثر من ١٠ غرامات (أو ملعقتين صغيرتين) من المكسرات يومياً يمكن لكبار السن تحسين وظائفهم الإدراكية بنسبة تصل إلى ٦٠ بالمائة بالمقارنة من الأشخاص الذين لا يتناولون المكسرات).

وقال المشرف على الدراسة الدكتور (مينغ لي): (من المعروف أن المكسرات غنية بالدهون الصحية والبروتينات والألياف)، مضيفاً: «ولها خصائص غذائية تخفض الكوليسترول وتحسن الصحة الإدراكية».

وفي السياق ذاته، كانت دراسات سابقة عدة قد توصلت إلى فوائد جمة عند تناول المكسرات. ومن بين أبرز هذه الفوائد: الوقاية من مخاطر السكتة القلبية، سرطان البروستات، سرطان المعدة، تقليل نسبة الكوليسترول في الدم، زيادة مقاومة الجسم للالتهابات والأمراض المختلفة، وفق ما نشره الموقع الألماني (تسيتروم دير غيزوندهايت).

المصدر : [www.dw.com](http://www.dw.com)





# حضارة الحرف والجِرفة



## الأشكال المجنحة

تميز الآشوريون بنحت مخلوقات عجيبة وزخرفتها هي أشبه بالثيران المجنحة على كتل حجرية ضخمة. ففي مدينة دور شروكين لوحدها كشف أكثر من ٤٠ ثوراً مزينا ومزخرفاً، قد وضعت على امتداد بعض واجهات القصر ومدخل قاعة العرش وتمت صياغتها بشكل متقن حيث تظهر رؤوسها ملتفة نحو الخارج وتنتج بأنظارتها نحو الزائر.

فنية ومهنية عبر العصور السالفة، كانت سبباً في وصول التجربة الآشورية إلى درجة عالية من الرقي والذوق الرفيع. كما إن هناك أمراً مهماً دفع عجلة التطور سريعاً وإلى الأمام، هو اهتمام الملوك الآشوريين بالإعمار وعنايتهم وبشكل حثيث بتشيد العمارة المختلفة من القصور والمعابد والأسوار التي كانت تتطلب تزيين واجهاتها وتجميلها بالزخارف والموضوعات الفنية التي تعكس مكانة الآشوريين ودورهم الريادي في المجالات كافة، فضلاً عن إبراز التفاخر بالقوة والصلابة التي كانت مطلب الملوك الآشوريين، إذ مثلت واجهات العمارة والمباني مرآة تعكس مظاهر حياة الآشوريين وتحضرهم وتفوقهم في المظاهر الحياتية وفي مختلف الاتجاهات والمشارب.

ولنا أن نستعرض شيئاً يسيراً من أهم العناصر الفنية التي نفذها الآشوريون على منحوتاتهم:

يشغل الفن بشكل عام، والفن التشكيلي بالذات، مكانة مرموقة في حضارة وادي الرافدين. فإذا ما دققنا النظر في أعمال النحت على جدران المباني المشيدة في العصور السومرية والآكدية والبابلية والآشورية لوجدنا قدرة إبداعية كبيرة للإنسان القديم، وحبه لقيم الجمال، وتذوقه لمعالم الفن، وإحساسه المرهف في عمق الأشياء، وقدرته العالية على الاستلهام والتصميم والتنفيذ، ومعرفته بالطبيعة التي تحيط به، وعنايته بالابتكار والتجديد والتطور السريع، واهتمامه بأدق التفاصيل، وعمله المستمر على تنفيذ لوحاته بلمسات فنية رائعة وإبداعات حسية كبيرة. فتجربة الفنون التشكيلية في الحضارات العراقية كانت تجربة متطورة وفريدة من نوعها (كماً ونوعاً).

يطلب لنا في هذه العجالة أن نلقي نظرة عجي على تجربة النحت في الحضارة الآشورية، كونه فناً ناضجاً جاء حصيلة تراكم تجارب



## الأوراق النخيلية

وهي من العناصر الفنية المهمة التي استخدمها الفنان الآشوري، حتى أصبحت عنصراً زخرفياً مهماً في العصر الآشوري، فنُفذت على سطوح مختلف الأعمال الفنية، ومنها المنحوتات الجدارية والأختام الأسطوانية.

وقد عثر على مشهد مزخرف بهذا الخصوص على أحد المنحوتات الجدارية في قصر ملكي آشوري يمثل زخرفة المراوح النخيلية بأشكال مختلفة وتصاميم رائعة، وتظهر في هذا المشهد شجرة النخيل ذات خيوط مشدودة مضاعفة أو ثلاثية الأنصال وذات براعم صغيرة كما يبرز المشهد عدداً من الجنود الواقفين وفي أيديهم مراوح صغيرة.

كل الذي تقدم كان قليلاً من كثير قدمته يد الفنان الآشوري من الأعمال النحتية، والتي نجدها ناجحة وتحمل بصمة للإبداع والعمق والرقي سواء على مستوى التصميم أو التنفيذ، حيث استمد الفنان الآشوري أفكاره وموضوعاته الفنية التي وضعها على الحجر من الظروف السائدة آنذاك، والبيئة المحيطة به والتي كانت ثرية وغنية وفريدة ومتنوعة ومفعمة بالحياة والصخب والقوة والصلابة.



والجبروت، وبذلك فقد جمع الفنان بين القوة والعقل بتوافق وانسجام.



## عنصر ورقة العنب

منذ العصر السومري انتشرت زراعة العنب في حضارة وادي الرافدين، واستمرت في العصور اللاحقة ولا سيما في العصر الآشوري. لذلك كان لشجرة العنب وأوراقها حضوراً متميزاً في مجال النحت وبأسلوب دقيق ورائع في مشاهد الفن الآشوري.

وهي من العناصر الزخرفية المهمة، ومن أكثر الوحدات النباتية المنفذة على المشاهد النحتية الآشورية وعلى الرغم من تكرار عدد فصوصها وأوراقها سواء منها الثلاثية أو الخماسية أو السداسية وتنوع أشكالها إلا أنها نفذت بشكل واضح على معظم المشاهد الفنية.



إن هذه المخلوقات الأسطورية، مركبة من أشكال بشرية وحيوانية لا مثيل لها في الطبيعة، وكان للخيال الأسطوري والدراما المرتبة دور كبير في ابتكار أشكالها وفي نحتها وزخرفتها بشكل مبدع ورائع وبدقة متناهية ومتميزة. وقد استخدمت هذه المخلوقات من أجل عرضين أساسيين: الأول: غرض معماري تزييني، والغرض الثاني: طرد الأرواح الشريرة حسب اعتقادهم.

## الأسود ذات الرأس الآدمي

لعل من أشهر المنحوتات الآشورية هو نحت عنصر الأسود، فهي من أروع ما قدمه الفنان الآشوري في أعماله النحتية، وليس من المبالغ إذا قلنا أنها من الأساليب الفنية الرائدة وأنموذجاً للرقي والتطور.

إن هذا الشكل المركب الأسطوري كان يرمز إلى معنى عميق؛ فأرأسه البشري كان يرمز إلى الفكر العظيم، وجسمه الحيواني يرمز إلى القوة





## فجمل

زينب حسين

مجلت يدي، وتحجرت قدمي، واحترقت بشرتي، وتغير لون وجهي، واغبر شعري، وألمتني عظامي، وأنهك جسدي، وبنات عليه الجروح والخدوش، كل هذا بفضل خجلي.

كان جلّ اهتمامي بمظهري وشكلي، فأحرص على بقاء يديّ ناعمتين كالحرير، وأهتم بقدمي الغضبتين الرقيقتين، وأعتني ببشرتي ووجهي أيما اعتناء، فلم تبق خلطة أو مرطب أو غسول أو واق شمسي إلا وضعتة واستخدمته لدوام نعومتها ونضارتها. أما شعري المنسدل على عيني فلم تفارقه الزيوت والتسريحات، وكان كل تفكيرني باللعب واللهو والتنزه مع الأصدقاء، والبحث عن راحة جسدي والاسترخاء والاستجمام والنوم لساعات طويلة في فراش ناعم ودافئ لا يبرد يؤذيني، ولا حر يؤرقني ولا مسؤولية تسلبني راحتي وتتعب ذهني وتهد جسدي وتزيد من قلقي وتوترتي.

وذات يوم فزعت هلعاً بعد أن كنت نائماً متنعماً ببرودة مكيف الهواء، على صوت ضجيج وصراخ نساء. ومن دون شعور خرجت مسرعاً متفقداً مصدره، وإذا بي أرى جارتنا الأرملة وابنتها الكبيرة تصرخان ويبتهم تلتهمه النيران، والأم كالمجنونة تبكي وتلطم وتصرخ: ابنتي، ابنتي أرجوكم أنقذوها لقد حاصرتها السنة اللهب.

اندلعت شرارة الغيرة والحمية في داخلي؛ وعلى الفور أخذت مظفاة الحريق وبللت جسدي وثيابي بالماء ودخلت وأطفأت جزءاً من النار وأخرجت ابنتها الصغيرة بأعجوبة بعدما فقدت وعيها جراء الدخان المتصاعد. وهم أبناء المنطقة الغيارى بإخماد بقية الحريق وإسعاف الطفلة المختنقة وتطبيب حروقها، وأخذوا يطمنون أمها ويعدون لها بإصلاح البيت وترميمه من جديد، وما كان لها إلا أن تشكر الجميع على إحسانهم ومساعدتهم لها وتبالغ في شكري ومدحي أمام الناس وتقول: يعجز لساني عن شكرك. أنا مدينة بروحي لك. لقد خاطرت بحياتك وأنقذت ابنتي من الموت. أنت شاب شهم وشجاع وغيور. هنيئاً لوالديك لأنهم أحسنوا تربيتك.

طأطأت رأسي خجلاً وتصيب العرق من جبيني، وقلت لها: الشكر لله يا خالة، هذا من واجبي تجاهكم. ومن الآن أنا ابنتك ولك الحق بأن تطلبي كل شيء تريدينه مني ولا تبالئي، وسأصبح طوع أمرِك وسألبي جميع طلباتك، وسأكون أول من يسهم في ترميم بيتك وإصلاحه مع بقية أبناء الجيران، لنتمكنك أنت وبناتك من معاودة العيش فيه بأمان وسلام.

وبدأنا بالعمل ليل نهار لنحول هذا البيت المحروق المتهاك إلى بيت جميل ونظيف ومرتب. وعلى الرغم من فرحتي بإكماله وفخري بالمشاركة بإصلاحه مع بقية أخوتي من أبناء الجيران، لكنني في هذه الفترة اكتويت بحرارة الشمس ولسعاتها الحارقة، وذقت مرارة العمل وصعوبته، وانهارت قواي من حمل الأثقال والإسمنت والطابوق. وبالكاد تعودت على النهوض مبكراً منذ ساعات الفجر الأولى لأهجر النوم والراحة والدعة والخمول. يا لها من تجربة مريرة عشت فيها أيام قاسية جعلتني أتعلم منها دروساً لم ولن أنساها مدى حياتي! فمن الآن سأعمل جاهداً على تدارك نفسي وإنقاذها من غفلتها قبل فوات الأوان.

فكل دقيقة مرت عليّ وأنا أشتغل عامل بناء أتذكر فيها كلمات والدي عندما كان دائماً يحذرنني من إهمال دروسي وعدم مبالاتي وتسويفي وكسلي، ويقول لي: (لا بد أن تهتم بدروسك وتحصل على شهادة جامعية وتصنع لك مستقبلاً زاهراً لتحظى بوظيفة مرموقة، وإلا ستضطررك الأيام العجاف وسيجبرك جهلك على تحصيل لقمة عيشك من خلال أصعب المهن وأضناها).





## محمد العزاوي



## البطانة التعريفية:

الاسم الكامل: محمد قاسم جليل العزاوي (من أبناء أهل السنة)

محل وتاريخ الولادة: بعقوبة / ١٩٩٥.

مكان وتاريخ الشهادة: الحويش / ١٨ / ٢ / ٢٠١٥.

التحصيل العلمي: خريج إعدادية.

وهكذا التحق الشهيد (محمد) في بداية جهاده بسرايا الخراساني وخاض معهم معارك متعددة، منها معارك جلولاء والسعدية في دبابي، فكان بطلاً مقدماً له مواقف مشرفة في الجهاد، إذ كان يتقدم رفاهه ليقاوم الدواعش. أما معارك صلاح الدين فقد خاضها ضمن صفوف حركة النجباء فقاتل في معارك أمربي وسامراء.

وفي معركة تحرير منطقة الحويش في محافظة صلاح الدين اتخذ الشهيد (محمد) ونحو (٢٠) مجاهداً، أحد البيوت مقراً لهم، وعند منتصف الليل تعرّض لهم الدواعش فانسحب الجميع سعيّاً إلى الحصول على موقع بديل ولم يبق سوى ثلاثة مجاهدين كان الشهيد (محمد) أحدهم.

حدثت هذه المعركة في الساعة الثانية بعد منتصف الليل، وتجمهر الدواعش حول البيت محاولين اقتحامه وقتل من فيه، إلا أن الشهيد (محمد) تصدى لهم ببسالة من الأعلى بواسطة سلاح الأحادية (١٢،٥) وظل صامداً حتى تمكنوا من الاقتحام، ساعدهم في ذلك عددهم الكبير. وعلى الرغم من ذلك استمر في قتالهم حتى وصلوا إليه وتمكنوا من إصابته إلا أنه لم يترك سلاحه وبقي ضاغطاً على الزناد حتى توفاه الله شهيداً وسيطر الإرهابيون على البيت.

بعد أن وصل المجاهدون إلى مقرهم الجديد اكتشفوا عدم وجود الشهيد (محمد) معهم فقد كانوا يظنون أنه انسحب معهم، وفي الساعة الثامنة عادوا فوجدوه شهيداً وإصبعه ما زال على الزناد، فبقي إصبعه على وضعه حتى بعد دفنه.

رحم الله الشهيد (محمد) وهنيئاً له حسن الخاتمة بنيله للشهادة بكل فخر واعتزاز، وطوبى لوالديه اللذين هيتأوا له سبيلها.

العنصرية والطائفية والتعصب القبلي والعراقي معاول تهدم أواصر المجتمع وتعمي بصيرة أفرادهم، وتطفى نور الإيمان في قلوبهم، فيتيهون في ظلمات التفرقة والحقد والضغينة والتنازع فيما بينهم حتى يفسلوا وتذهب ريحهم وتتبدد قوتهم، وبذلك يسلمون أوطانهم لأعدائهم التي تصبح لقمة سائغة ليعيثنوا بها فساداً ويذلوا أفرادها.

لكن هناك من أذعن لصوت الحقيقة وأدرك خطورة المؤامرة بعدما أزال الغشاوة من عينه، ونبذ الطائفية والعنصرية وراء ظهره، وصار حب الوطن شعاره، وأيقن بأن التعاون مع أفرادهم بكل انتماءاتهم هو السبيل الوحيد لطرد الأعداء وتحرير بلده من برائتهم. والشهيد (محمد) كان من بين هؤلاء الذين هبوا بروح وطنية للدفاع عن وطنه وشعبه بكل شجاعة وبسالة ولم تأخذه في الله لومة لائم ولم يصغ لصوت الفرقة والاختلاف.

ولد الشهيد (محمد) في منطقة التكية الثانية، إحدى مناطق بعقوبة، وامتاز بهدوئه وطيبته قلبه، مما جعله محبوباً بين أهله. وكان له مكانة خاصة لدى والديه اللذين تعلقا به بشدة لفرط حبهما له. أكمل دراسته في الثانوية المركزية حتى بلغ الصف السادس العلمي. ولتفوقه في الدراسة توقع مدرسوّه أن يحصل على معدل عالٍ يؤهله لدخول كلية متميزة، إلا أنه فضل سبيل الجهاد على إكمال دراسته.

لبي الشهيد (محمد) نداء المرجعية الرشيدة المتمثلة بسماحة السيد علي الحسيني السيستاني (أدام ظله الوارف) وانخرط في صفوف المجاهدين، إذ يروي والده العسكري في قيادة عمليات دبابي، قائلاً: (مرجعية السيد السيستاني لا تمثل الشيعة فقط، بل تمثلنا نحن أبناء أهل السنة أيضاً، لذا تطوع محمد تلبيةً لندائها، فهو يحب وطنه ويرفض الدواعش)، وأضاف: (أنا فخور بولدي محمد لأنه لبي نداء المرجعية ومات بعزّ).



# قمر السهم

ابتسام شريف

- قمر الشجر  
• توقد النور  
أضطرب عشقاً  
• لوقع الحفيف  
• جدران الجبال  
قد اخضرت من لهفتي
- عتاب الأودية  
في نظرة  
ترمق • برفيف  
تمرد الصخر  
في مجاري الروح • ينابيع  
أعضائي •  
• جموع تنتظر  
• ومحطات •  
تتسرب قبل الوصول
- قطرات الشمس  
في زجاجة جنائن  
برذاذ نسمة ••• ملونة
- على فراش السحاب  
امتدت أجنحة خيالاتي  
• بصهوة جواد  
رسمت خرائط البحور  
في ذروة المتاهة  
وتجاعيد السواحل  
• تتعثر بلمحة
- تحت القدم  
••• دهشة  
• خطى ملتوية  
لم تخبرني أجوائي !
- أودعت راحتي  
على لوح صحاري  
• وادخرت حبات الصبر •  
امتزج الشوق  
بتراب الأسئلة  
• أين المفر ؟  
•• أين  
الطالب بذحول الانبياء  
وأبناء الأنبياء ؟  
••• أين  
الطالب بدم  
المقتول بكربلاء ؟ •  
بين غابات الغيوم  
عهد بياضك الطاهر  
يلف خيوط الشرق  
• في قافية •  
• والليل يكتم القدوم  
تلبدت الدروب  
••• والنجوم  
• في عتمة من أمرك •
- «انهم يرونه بعيداً  
ونراه قريباً»







سنة ٧١  
الحج والعبادة





تَحْتِ شِعَارِ  
مِنْ نُورِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ خَلَقَ اللَّهُ كُلَّ خَيْرٍ  
تَقِيْمًا

الإمانة العامّة للعتبة الكاظمية المقدّسة  
أمّة العجميَّة الدوليَّة السنويَّة الحادي عشر  
منهج النبي الخاتم ﷺ حياة وهداية للعالمين

للمدة من ١٤-١٥/١٠/٢٠٢٢م

تَحْتِ شِعَارِ  
قَوَافٍ وَوَلَايَةِ فِي مَنْهَجِ سَيِّدِ الْبَرِيَّةِ  
تَقِيْمًا

الإمانة العامّة للعتبة الكاظمية المقدّسة  
المهرجان السنوي الثامن للشعر العربي

الجمعة الموافق ٢١/١٠/٢٠٢٢م