

العدد الـ ١٩ - أيار ٢٠١٩
رمضان ١٤٤٠

قوارير

Q W A R E E R

في الشهر الفضيل
الفضائيات تنتهك حرمة
بضياع اوقاته الوضاعة

الصوم حجاب النفس والبدن



المحفل القرآني الرمضاني..
مرآة تعكس نور القلوب



08
النأي عن التأنيب والتعنيف
علاجات طبية وتأهيلية
للتبول اللاارادي للأطفال



13
ايام حالمة
في جزر القمر



30
مدفع الافطار
يبهج الصغار قبل الكبار



42
ضحكات الاطفال..
رصيد لادامة الحيوية



52
قارئ الرقم
المسفاري



40
عالية محمد باقر..
قصتها ادهشت الأعلام الغربي

هيئة التحرير

رئيس مجلس الادارة
جمال الدين الشهرستاني

رئيس التحرير
سعاد البياتي

مدير التحرير
ايمان كاظم

هيئة التحرير
ساجدة ناهي
زهراء الكناني

المدقق اللغوي
محمد البهادلي

الازحاج والتصميم
ريا الكيال





شعارهم «عاش وطني وانتصر على الاعداء»

أطفال العراق..

خطوات صغيرة على درب الكبار

عندما ترى اطفالا بعمر الزهور يبحثون في الارض على اوراق ونفايات ويضعوها في حاويات مخصصة لها ينتابك الشعور بالسعادة لاسيما وان هؤلاء البراعم الصغيرة يطلقون على انفسهم اولاد العراق.

**البيئة المملوءة بالتسامح والعطاء
بدون مقابل صفات تربي عليها هؤلاء
الاطفال الذي نذرهم والدهم الى
الوطن اذ وجهوا دعوة الى اصدقائهم
لمشاركتهم بهذه الاعمال التطوعية
التي من شأنها تخلق اجيال مسؤولين
عن مساعدة الآخرين**

اثناء تجوالي في شارع المتنبي " القشلة" التقيت بالفرسان الثلاثة وهم يرتدون زي رجال المرور سالتهم عن اسمائهم؟ فاجابوا :

طيبة ..ياسر.. ونور الهدى، ابناء العراق ، متخذين شعار " عاش وطني وانتصر على الاعداء" يرافقهم والدهم الناشط المدني عمار حمدان الذي قال :

عمدت على جعل اطفالي يتكلمون باسم العراق كي اشعرهم بالآخرين، ومن واجبي ان انمي لديهم المسؤولية اتجاه وطنهم، فاصطحبهم معي في اعمال التطوعية التي اقوم بها كزيارة الأيتام وتقديم الهدايا لهم واللعب معهم ، التبرع بالدم ، زيارة المسنين ، تنظيم السير في شوارع بغداد ، فضلا عن حملات التنظيف في العاصمة بغداد ومساعدة اطفال السرطان وغيرها من الامور الانسانية التي من شأنها تسهم في غرس القيم الإنسانية لديهم، وخلق جيلاً قادراً على إفادة المجتمع، وبالتالي هي رسالة محبة واندماج مع أولئك الذين قست عليهم الحياة ليكونوا اناس فاعلين في المجتمع منذ الصغر .

رسالة وطنية

واضاف حمدان : اختياري لزي المرور كان يحمل رسالة وطنية وهي احترام القانون وتنظيم السير والحفاظ على الذوق العام والمبادئ السامية في الشارع ومساعدة الآخرين "فأنا لا أريد لولدي أن يعيش لنفسه فقط".

بل يتحمل مسؤولية كافة فئات المجتمع ، داعياً الآباء لحث أولادهم على التطوع وتشجيعهم للاقبال على هذه القيمة الإيجابية التي تحدث أثراً طيباً في الفرد والمجتمع، ولتصبح

جزءاً من الممارسات اليومية في حياة الأطفال، وتزيد من لحمة التماسك والارتباط ببلادهم.

دعوة مشاركة

البيئة المملوءة بالتسامح والعطاء بدون مقابل صفات تربي عليها هؤلاء الاطفال الذي نذرهم والدهم الى الوطن اذ وجهوا دعوة الى اصدقائهم لمشاركتهم بهذه الاعمال التطوعية التي من شأنها تخلق اجيال مسؤولين عن مساعدة الآخرين.

من جهة اخرى اشاد الناشط المدني قاسم علي بهذه الانشطة التي تسهم في جعل الطفل يتحرك وينمي حركته الجسدية بدلا من الجلوس والتمسك بالاجهزة الالكترونية التي تاخذه في عزلة بعيدا عن المجتمع ، فالعمل التطوعي مفهوم مهم يجب غرسه في نفوس الصغار ، كتعويدهم على تنظيف مدارسهم، وتشجيعهم على تنظيف الاماكن العامة ، لأن هذه البذرة ستكبر معهم، ونخلق مجتمعاً منتجاً وفعالاً يسهم في بناء وطنه ويخدم أبنائه.

رشا الطائي

ميزان مائل وشقاق اسري التفرقة بين الأبناء.. سلوك اجتماعي يبتعد عن الشرع

انهمرت دموع زينب كالمطر حين علمت بسحب العمل منها لكونها ذات مؤهل دراسي ضعيف، وبدأت تتكلم بحرقة لم أكن مهمة لدروسي كنت شغوفة بالحصول على الشهادة الجامعية، الا ان اخي الاكبر كان عائقا امامي في أكمال دراستي، ووالدي لم يساندونني لأنني فتاة ويجب ان اخضع لقرارات اخي الذكر لقد كان مفضلا عليّ في كل شيء ويفعل ما يحلو له ويقرر بالنيابة عني.

قدوة حسنة قولاً وفعلًا ومثالا طيبا وبذلك يمنع الانتهام وسوء الظن والأنانية وما يلحق بها من خلافات واحقاد، بل الحب والتراحم والتعاطف والتعاون على الخير والمحبة والألفة والوضوح والثقة المتبادلة . بل ان الباري عز وجل نهى عن معاقبة المسيء منهم فأمر بالتواصل معه وان كان عاقا فربما يكون بارا بعد ذلك فلذلك نهى عن حرمانه حقه في الميراث.. ((اباؤكم وابناؤكم لا تدرون ايهم اقرب لكم نفعاً.. النساء ١١ وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم ساووا بين اولادكم في العطية، وبالنتيجة فان ذلك يعين الاولاد على بر الاباء وحسن العاقبة.

رؤية اجتماعية

تري الباحثة الاجتماعية نهى البهادلي، ان التفرقة التي قد تمارس من قبل الوالدين لأبنائهم تكون بسبب التأثيرات العشائرية والمعتقدات الموروثة كتفضيل الولد على البنت وطمس معالم شخصية البنت وعدم المطالبة بأبسط حق مشروع لها او ابداء رأيها ويكون الاخ الذكر متسلطا متحكما حتى في أمور حياتها المصيرية وحرمانها من الميراث، والتفريق بين ولد وآخر كتفضيل الولد البكر وتمييزه عن باقي اخوته او يكون الطفل الصغير هو المدلل والمقرب لأمه او أبيه مما يثير حفيظة اخوته وبالتالي تؤدي مسالة التفرقة الى الكثير من الامور التي تساعد في بث روح العداية والحقد والكراهية بين افراد الاسرة ويحدث الشقاق والابتعاد عن جو اللفة والمحبة وبالتالي يؤدي الى تفكك المجتمعات بتفكك الأسر بسبب ضعف روابط المحبة واللفة بسبب السياسة الخاطئة المتبعة من قبل الابوين بقصد او بغير قصد.

وضعت (قوارير) رجالها في هذا الجانب الاجتماعي المهم لتسلط الضوء على المشاكل التي تكون سببا في زعزعة الاستقرار الاسري ومنها؛ التفرقة بين الابناء وعدم المساواة بينهم من قبل الابوين. كان امتعاض يوسف شديد حين ذكر المفاضلة بينه وبين أخيه الاصغر حين تحدث الى قوارير قائلا "كانت امي تميل الى اخي الصغير وتقربه وتبلي طلباته وتأخذ العابي وتعطيها له بحجة انه الصغير ويجب ان اخضع لرغباته في انتزاع حاجياتي له، فكانت نهاية المطاف أن يكون الوريث الوحيد لأمي وقد حرمتني ما شرعه الله سبحانه وتعالى، وكانت النتيجة الشقاق وعدم الألفة بيننا وعندما نلتقي نتصرف كالأغراب.

رؤية شرعية

في هذا الجانب ابتدأ الشيخ عبد الكريم هادي الحمداني حديثه:

- بسم الله الرحمن الرحيم

حث الاسلام على المساواة بين الابناء في المحبة ،و قال رسول الله صلى الله عليه وسلم(اعدلوا بين اولادكم كما تحبون ان يعدلوا بينكم في البر واللفظ)(ان الله تعالى يحب ان تعدلوا بين اولادكم حتى في القبل) فالوالدان مسؤولان امام الله عز وجل عن تربية ابناءهم وفق النهج الاسلامي الصحيح حتى تنشأ اسرة تكون بمثابة اللبنة الصالحة لبناء هيكل المجتمع السليم. وان يشعر كل فرد منهم بانه مرغوب فيه ومحبوب بلا تمييز بين الاولاد والبنات وحتى المرضى والمعاقين بل يلزم تعويضهم بعنايه اضافيه تخفف من معاناتهم . وان يحرص الابوين على مراعاة مشاعر الأبناء وان يكونوا لهم

المساواة الدقيقة

على الابوين اعتماد المساواة الدقيقة في التعامل مع الابناء فتكون بتوزيع الاهتمام والاصغاء وتلبية احتياجاتهم و الهدايا والعطايا وتوزيع الحقوق والواجبات بينهم بالتساوي دون التميز بين احد منهم ويستحسن بث روح المحبة والتعاون بينهم وتكليفهم بمهام جماعية من شأنها ايجاد هذا التعاون، و فهم دواخلهم فهما دقيقا ومعرفة احتياجاتهم وميولهم وردود افعالهم واعطاء حقهم في التعبير عن مشاعرهم والاستماع اليهم جيدا واعطاء البنات حقاها في الدفاع عن نفسها امام اخيها واطهار قدراتها وعدم اهمالها. كل هذه الأمور تنتج اسرة يسودها الحب والالفة ومبدأها العدل والمساواة بين الافراد.

فاطمة صالح

رسالة الحقوق..

الصوم حجاب النفس والبدن

نص حق الصوم وفق ما جاء في رسالة الحقوق للإمام السجاد (عليه السلام)
(وأما حق الصوم: فأَنْ تعلم أنه حجاب فُريه الله على لسانك، وسمعك وبصرك وفرجك
وبطنك، ليسترك به من النار).

وهكذا جاء في الحديث: "الصوم جنة من النار" فإن سكنت أطرافك في حجبها رجوت أن تكون
مدجوباً. وإن أنت تركتها تفترب في حجابها، وترفع جنابها الحجاب، فتطلع إلى ما ليس لها بالنظرة
الداعية للشهوة والقوة الخارجة عن حد التقية لله، لم تأمن أن تخرق الحجاب، وتخرج منه، ولا قوة إلا بالله).



((حق الصوم))

إرادة النفس

تأمرنا النفس بالاستجابة إلى تلبية رغباتها وحاجاتها سواء المادية أو النفسية، وهذا يعود إلى طبيعة خلق الإنسان وقدرته على التوازن بين عقله وغريزته وعاطفته، فحينما يجوع الإنسان فالسبب هو خلو المعدة من الطعام وأرسالها لاشارات إلى الدماغ بحكم الغريزة التي تحدثنا على الشبع والارتواء مع التلذذ لما نتناوله.

وفي حال مُنعنا لسبب ما من اشباع هذه الغريزة فإن الجسم يبدأ باتخاذ ردود أفعال لا إرادية عضوية ونفسية كالوهن وألم في المعدة، والشعور بالاستياء والغضب... الخ.

وكل هذه الأعراض لا يمكن التحكم بها بسهولة إلا في حالة واحدة وهي أثناء الصيام.. فالصائم يمكنه التغلب على إحساس الجوع والعطش عن طريق توطئ نفسه على الطاعة.

فبمجرد إدراك أن منع أنفسنا من تناول الطعام والشراب في وقت محدد استجابة لأمر الله عز وجل، نتحكم حينها بغريزتنا بطريقة لا يمكن اعتمادها خارج إطار الصيام، إذن فالمسألة روحية وتشبه عملية التدريب والترويض المقترن بالإيمان.

عبادة صحية

أجمع أغلب الباحثين في علم التغذية: وهو العلم الذي يدرس العلاقة بين النظام الغذائي والحالات المرضية والصحية؛ على أن الصيام ممارسة صحية تسهم في تعزيز صحة الجسم إذا تعاملنا معه على نحو صحيح فيساعد على التخلص من السموم خارج الجسم، ويقلل

**الصيام ممارسة صحية تسهم
في تعزيز صحة الجسم إذا تعاملنا
معه على نحو صحيح فيساعد
على التخلص من السموم خارج
الجسم، ويقلل من نسبة السكريات
في الدم، كما يعمل على خفض
تخزين الدهون.**

من نسبة السكريات في الدم، كما يعمل على خفض تخزين الدهون.

فضلا عن ذلك، فالصيام يعزز العادات الغذائية الصحية، كما يعمل على تقوية جهاز المناعة، وله دور مهم جدا في مساعدة المدمنين على ضبط مستويات تناولهم لمادة النيكوتين والكافيين وغيرها.

كما يسهل عملية اعتماد الحمية الغذائية المتوازنة حتى بعد نهاية شهر الصيام عن طريق التعود على التحكم بإحساس الجوع والعطش، وغيرها كثيرا من الفوائد على المستوى الصحي وحتى النفسي.

تذكرة سنوية

حينما يقبل شهر رمضان المبارك، يبدأ الطقوس الروحاني السنوي الذي يأخذ الصائم في رحلة لمدة شهر من نفسه إلى عالم آخر يتميز بالانعتاق للعبادة، وممارسة الطاعة بأصدق صورها بما يمثلها جهاد النفس من إصرار على الزام النفس بمنعها عن تلبية شهواتها، وشحن أوقات النهار والليل بالصلاة وقراءة القرآن، بلحاظ أن له خصوصية تجعل المؤمن في منأى عن ارتكاب الغفلة.

فضلا عن تفكره وتأمله بأخطائه، ومحاسبته لذاته متمسكا بالرحمة التي وعد الله بها عباده الصائمين، ففيه تعتق الرقاب من النار، وتتضاعف الحسنات لاسيما وإن الصدقات والعبادات النوعية وصلة الأرحام تأخذ حيزا أكبر في الشهر المبارك؛ لذا فإن العبد يجد في أيامه تذكرة سنوية ووسيلة تنقية وتصفية لأعمال عام كامل، وفي حقيقة الأمر فإن بعض الصائمين يودون لو انه يكون على هيئة عام..

أي أن تكون كل الأوقات صيام وهذا ما يدعونا للتأمل في ربط الطاعة بسيناريو الحياة اليومية، أي أن التغيير الذي يطرأ على طبيعة يومنا خلاله يجعلنا في حالة من التجدد والتنبيه لكل ما نقوم به ولو كانت هذه العبادة مستمرة كالصلاة لأعتدناها دون الشعور بحلاوة الصوم المقترن بكل تفاصيله الذي فعلا يمكن أن نعهده تذكرة سنوية ومحطة مهمة في حياة المؤمن تجعله يتوقف لمدة ثلاثين يوما عند بوابة نفسه؛ على أمل الدخول إلى فضاء روحي وقلب خالي من الذنوب.

إيمان كاظم

النأي عن التأنيب والتعنيف علاجات طبية وتأهيلية للتبول الإرادي للأطفال



يستيقظ رامي ذو الأربع سنوات كل يوم وقد بلل فراشه، يحاول جاهداً أن يمنع انتباهه أحداً بشتى الطرق البريئة، لكن أسفا محاولاته، أذ يقوم أشقائه بالسخرية منه وجعله في حالة نفسية سيئة جداً تسبب له تفاقم الحالة وسط عجز والدته على حماية مشاعره؛ كون الموضوع يستفزها فتلجأ أحيانا إلى الغضب دون أن تدرك إنها عامل إضافي يزيد من حجم المشكلة!

و ازداد الضرر النفسي على الطفل وحتى الاسرة..وعند مراجعة الطبيب تبدأ مرحلة الفحص والتشخيص أذ يجب التركيز على الوضع النفسي والعائلي للطفل وما اذا كان معرضا للتأنيب والاساءة النفسية او الجسدية، وتتم اجراء الفحوصات السريرية والمختبرية للمريض، ومن المهم جدا قياس حجم المثانة وكمية الادراج المتبقي بعد التبول وهذا سيعطينا فكرة مهمة عن قدرة المثانة واستيعابها

علاجات طبية وتحفيزية

يحدد الطبيب الاختصاص عدي من خيارات لعلاج للتبول اللاإرادي و تنطبق عندما لا يكون ناجماً عن حالة طبية محددة مثل خلل في المثانة أو مرض السكري موصياً بالعلاج لها، مثل تشوهات المثانة أو العدوى أو السكري، يُؤخذ أيضاً في الاعتبار أن التبول اللاإرادي قد يضر بتقدير الطفل لذاته أو علاقاته مع العائلة والأصدقاء، وهناك نسبة مئوية صغيرة من التبول اللاإرادي ناتجة عن حالة طبية محددة، لذا فإن معظم العلاج يتم تحفيزه من خلال الاهتمام برفايته عاطفياً، ويميل العلاج السلوكي له عموماً إلى زيادة احترام الذات لهم. اما العلاج التحفيزي في التبول الليلي اللاإرادي عند الاطفال يشمل بشكل رئيسي، تعليم الوالدين والطفل ، والتخفيف من الشعور بالذنب من خلال توفير الحقائق وشرحها له. وتقيد السوائل قبل النوم بساعتين. و تشجيع على إفراغ المثانة تماماً قبل الذهاب إلى الفراش واثناء النوم كل ساعتين. كما ويمكن بدء التعزيز الإيجابي من خلال إعداد مذكرات أو مخطط لرصد التقدم المحرز وإنشاء نظام لمكافأة الطفل على كل ليلة لا يتبول فيها. اما مشاركته في عملية التنظيف الصباحي كنتيجة طبيعية، هذه الطريقة مفيدة بشكل خاص للاصغر سناً (أقل من 8 سنوات) وستحقق جفافاً في 15 - 20 ٪ من المرضى واخيراً" التقليل من الاطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الكافاين مثل القهوة والشاي والشكولاتة والاكل الذي يحتوي على كمية كبيرة من التوابل.

* اختصاصي جراحة ومسالك بولية

د. عدي مجيد نصار *

انها بالفعل مشكلة تواجه الامهات والصغار معا".."وقد تكون لها اسباب ودوافع يمكن للطب الباطني والنفسي رقدنا بالمعلومات الوافية عنه .. ليجيبنا مشكورا" الطبيب الاختصاص عدي مجيد نصارموضحا اسبابه وعلاجه .

ماهوالتبول الليلي اللاإرادي ؟

هو تبول الطفل لا إراديا أثناء النوم بعد السن الذي تبدأ فيه عادة السيطرة على المثانة، ففي الذكور تبدأ السيطرة بعمر 3-4 سنوات وفي الاناث بعمر سنتين ونصف الى 3 سنوات وهناك اسباب كثيرة لهذه الحالة منها النفسي ومنها الجسدي، ومعظمه هو تأخر في النمو وليس مشكلة عاطفية أو مرض جسدي، فقط نسبة صغيرة (5 إلى 10 ٪) من حالات التبول اللاإرادي لها سبب طبي محدد، وعادة تكون متوارثة عائلياً!! تعد هذه القضية عند الأطفال عندما لا يكون لديهم فترة طويلة من السيطرة والتحكم على المثانة، اما التبول الليلي اللاإرادي هو عندما يبدأ الطفل أو البالغ في الترويط مرة أخرى بعد أن يكون قادرا على السيطرة على ادراجه.

ويذكر نصار من ان للحالة النفسية اثر كبير في تدهور او تحسن المشكلة، فكثيرا ما نشهد حالات تأنيب وتعنيف واحيانا حتى عقوبات جسدية يمارسها ذوي الاطفال على ابنائهم وبناتهم بسبب هذا المرض مما يؤدي الى تردي الحالة المرضية نحو الاسوأ.. وتشير العديد من الدراسات الطبية إلى أن الآثار النفسية له أكثر أهمية من الاعتبارات الجسدية، وغالباً ما يكون رد فعله وأفراد الأسرة على التبول اللاإرادي هو الذي يحدد ما إذا كانت مشكلة أم لا، ويفيد علماء النفس أن مقدار الضرر النفسي يعتمد على ما إذا كان يؤذي احترام الذات أو تنمية المهارات الاجتماعية.

برامج تأهيلية

اطفال هذه الحالة يواجهون مشاكل عدة تتراوح بين الشعور بالإزعاج من الأشقاء، ومعاينة الوالدين، والإحراج من الاستمرار في ارتداء حفاظات الأطفال، والخوف من اكتشاف الأصدقاء لذلك، وفي مثل هذه الحالات يجب على الوالدين الاسراع بالمراجعة لأطباء المسالك البولية للبدء ببرنامج اعادة التأهيل للأطفال المصابين فكلما ازداد الاهمال لحالة الاطفال زادت الحالة سوءاً



آداب احترام الخصوصية

السؤال: هل يجوز التجسس على كمبيوتر احد الاشخاص بحجة المراقبة ؟
الجواب: لا يجوز.

السؤال: هل التنصت على الآخرين والاستماع الى ما يقولون حرام واذا كان صوتهم عالي ولا يقولون اشياء سرية؟
الجواب: التجسس حرام اما استماع صوت من لا يخفي عن الناس فلا بأس.

السؤال: هل التجسس محرم في الشريعة الاسلامية ؟
الجواب: التجسس ، أو تتبع ما استتر من أمور المسلمين للاطلاع عليه، وهتك الأمور التي سترها أهلها ، محرم في الشريعة الإسلامية ، قال الله سبحانه وتعالى في كتابه الكريم (يا أيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيرا من الظن إن بعض الظن إثم ولا تجسسوا).
يقول إسحاق بن عمار أحد أصحاب الإمام الصادق (ع) : "سمعت أبا عبد الله (ع) يقول: قال رسول الله (ص) : يا معشر من أسلم بلسانه ولم يخلص الايمان إلى قلبه لا تدموا المسلمين ولا تتبعوا عوراتهم فإن من تتبع عوراتهم تتبع الله عورته ، ومن تتبع الله عورته يفضحه ولو في بيته"

السؤال: هناك أجهزة لتسجيل المكالمات الهاتفية بدون علم المتحدث، فهل يجوز تسجيل صوت أحد دون علمه للاحتجاج به عليه، أو الاستشهاد به عند الحاجة؟
الجواب: لا يجب على المتحدث له استئذان المتحدث من تسجيل صوته المسموع عبر جهاز الهاتف. ولكن لا يجوز له نشره وإطلاع الآخرين، إذا كان في ذلك إهانة للمؤمن أو إفشاء لسره، ما لم يراحمه واجب مساو أو أهم.

المصدر: موقع المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله)



أريج رمضان

أن تكون فرداً عاملاً، ولك حياتك الوظيفية التي تعتز بها وبتفاصيلها على الرغم من مشقتها فهذا أمر غاية في الروعة، أما أن يكون عملك على مقربة من ملهم الإنسانية بل تحت قبته ورعايته؛ فهذه الغاية الأسمى

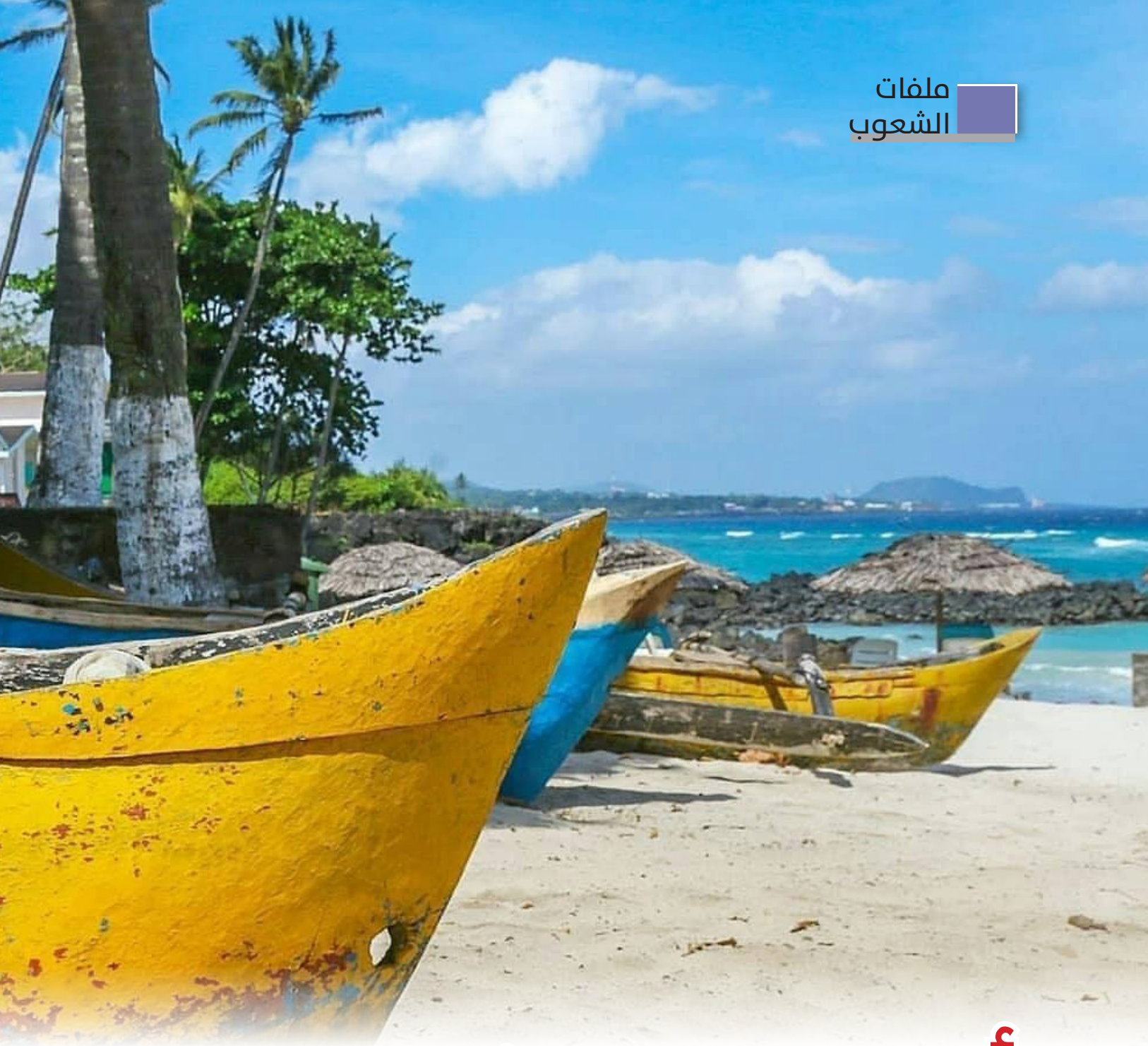
كثيراً ما يسألونني عن شعوري بالقرب من حرم الإمام الحسين (عليه السلام) خلال فترة عملي.. لا سيما وأن المسافة بين المرقد ومكتبي لا تتجاوز عدة أمتار!!

قطعاً هذا الإحساس لا يمكن وصفه خصوصاً في أيام العمل الأولى بحكم حداثة الشعور، لأن طبيعة الإنسان تميل إلى إيلاف الحالات الشعورية؛ لذا فإن بعد فترة من العمل في منظومة العتبات المقدسة نبداً باعتياد التعامل مع هذا الصرح المقدس على إنه مؤسسة عمل، لكن بالتأكيد هذا الأمر يكون فضلاً عما يمدنا به المكان من اطمئنان روحي لا يمكن أن يلغيه التعود.

وفي مواسم معينة يكون للمناسبات الدينية طقوساً خاصة جداً قرب حرم سيد الشهداء كالزيارات المليونية (زيارة الأربعين)، وزيارة المنتصف من شهر شعبان، وغيرها... أما في شهر رمضان المبارك يفوح مسك هذا الشهر بشكل استثنائي قرب الحرم المقدس، ويحشنا هذا العطر على تذوق حلاوة العمل وتقويم نعمة الخدمة، ففي كل خطوة سواء عند قدومك للعمل أو مغادرتك تجد مشاهد تخطف الأنظار، وتحيل الروح إلى عالم ملؤه الهدوء والاطمئنان، فمن داخل الحرم المطهر يكون لتلاوة القرآن مذاقاً كالشهد، ولصوت التهجد إيقاعاً ملائكياً، وللقلوب نبضاً يضج بالعبادة، وللعيون نورا يفيض بالجمال، وللأرواح جنة، وللصدر سكينه نعم هذه هي كربلاء قبلة العشق الأولى بكل ما فيها من سحر حلال، فحتى العبادة فيها لها وقعاً كأريج رمضان .

إيمان كاظم

يفوح مسك هذا الشهر بشكل استثنائي قرب الحرم المقدس، ويحشنا هذا العطر على تذوق حلاوة العمل وتقويم نعمة الخدمة، ففي كل خطوة سواء عند قدومك للعمل أو مغادرتك تجد مشاهد تخطف الأنظار، وتحيل الروح إلى عالم ملؤه الهدوء والاطمئنان



أيام حاملة في جزر القمر

جمهورية القمر الاتحادية الإسلامية أو الاتحاد القمري أو اتحاد جزر القمر هي جمهورية إسلامية فيدرالية واقعة في المحيط الهندي ومكونة من أرخبيل من أربع جزر تقع قبالة الساحل الجنوبي الشرقي لقارة أفريقيا، وقد نالت استقلالها عن فرنسا في السادس من تموز العام 1975 وعاصمتها موروني، وعملتها الرسمية الفرنك، ولغتها الرسميتين هما العربية والفرنسية إلى جانب لغة شيكومورو وهي مزيج من اللغتين العربية والفرنسية، وتبلغ مساحتها 2.235 كيلومترًا مربعًا وتعداد سكانها 795.601 ألف نسمة بحسب إحصائية 2016 يُشكل المسلمون 98 % من السكان و 2 % من الكاثوليك، وغالبيتهم ينتمون إلى قبائل أبرزها: كافري وسكلافا وأنتالوتي وماكوا.



وجبل كارتالا وارتفاعه 2360 متراً. وفرة الغابات الاستوائية الكثيفة بالرغم من تناقص مساحتها في الآونة الأخيرة بسبب الاستخدام الجائر للأشجار والخالية من الحيوانات المفترسة والتي تتواجد عادةً في الغابات الاستوائية إلى جانب اشتمالها على العديد من أنواع النباتات البرية النادرة والأزهار العطرية المستخدمة في تصنيع العطور الفاخرة والتي تُصدّر إلى فرنسا لهذه الغاية. الشواطئ الرملية البيضاء طويلة الامتداد إذ يبلغ طولها حوالي 340 كيلومتراً يجعلها مناسبة للاستجمام والاسترخاء خاصة في الليالي القمرية. الاستقرار الأمني والسياسي في الجمهورية إلى جانب أصالة الشعب وكرم ضيافته للزائر. التنوع الثقافي على تلك الجزر من خلال اندماج الثقافة

وتعود التسمية إلى أوائل القرن الثاني للهجرة، ويرجع البعض سببها إلى أن الرحالة العرب والذين تعود أصولهم إلى مسقط وحضرموت وعدن- حيث هبطوا على ساحل هذه الجزر وكان القمر آنذاك بديراً لذلك أطلقوا عليها اسم جزر القمر، وبعض الآراء تعزو السبب إلى كون هذه الجزر تشبه القمر في شكلها.

اجواء ساحرة

تكمّن نقاط الجمال والسياحة فيها الى عدة عوامل . اعتدال المناخ طوال العام، حيث تتراوح درجات الحرارة العظمى ما بين 22 درجة مئوية في الشتاء إلى 35 درجة مئوية في الصيف. وجود المرتفعات الجبلية الشاهقة والتي توفر لزارئها طبيعة خلابة للراحة والاستجمام كجبل بيرتالا وارتفاعه 3400 متراً،

وفرة الغابات الاستوائية الكثيفة بالرغم من تناقص مساحتها في الآونة الأخيرة بسبب الاستخدام الجائر للأشجار والخالية من الحيوانات المفترسة والتي تتواجد عادة في الغابات الاستوائية إلى جانب اشتغالها على العديد من أنواع النباتات البرية النادرة والأزهار العطرية المستخدمة في تصنيع العطور الفاخرة والتي تصدر إلى فرنسا لهذه الغاية

الماء، ويضربون طبولاً استعداداً وترحيباً بقدوم هذا الشهر، ويسهرون إلى وقت السحور، والأطعمة الرئيسية لديهم هي الثريد واللحم ومن الفواكه المانجو إضافة للحمضيات ومشروب الأناس وفواكه مختلفة أخرى. نبذة تاريخية عن قدوم العرب لجزر القمر سكن جزر القمر قديماً شعوب من العنصر الماليزي، تلاهم الأدوميون وذلك في عهد النبي سليمان بن داود عليهما السلام، وفي القرن الخامس للهجرة قدم إليها الزنوج من زنجبار، وفي القرن السابع الميلادي جاء إليها العرب فوصلها الدين الإسلامي، وأخذت بعض الهجرات العربية تتوافد إليها من اليمن وحضرموت وعمان وكان منهم صيادون وقد استقروا هناك وبدأت تلك الجزر تأخذ الطابع العربي نتيجة ذلك واندمج العرب مع السكان الأصليين.

حلم السياحة

من أهم مناطق الجذب في جزر القمر الشواطئ المعزولة وأماكن الإبحار حيث يمكن للسائح أن يمارس الغوص في الشعاب المرجانية، صيد الأسماك، الإبحار، الذهاب في الجولات البيئية وغيرها الكثير.. وهناك العديد من الوجهات السياحية المهمة في جزر القمر ومنها: جبل كارتالا هو أكبر بركان ناشط في العالم أجمع، حيث يبلغ قطر فوهة البركان ميلاً كاملاً، ويثور البركان بشكل متكرر، وآخر مرة ثار فيها البركان في القرن الواحد والعشرين شكل معلماً صحراويًا مميزاً.

أكبر واصغر

القمر الكبرى وهي أكبر الجزر مساحة حيث تبلغ مساحتها حوالي 2380 كم²، ومن أشهر جزرها جزيرة مايوت: تبلغ مساحتها حوالي 374 كم². تعد جزيرة القمر الكبرى: هي أكبر جزيرة في جزر القمر، وهي هضبة وعرة، ترتكز على بركانيين من براكين الأرض، وأعلى نقطة في الجزيرة هي فوهة البركان. أما جزيرة موالي هي الأصغر ضمن جزر القمر، وتشتهر بالشواطئ النقية وغيث الملوث والمياه النقية.. وفيها أول منطقة محمية في الجزيرة وهي حديقة موهيلي المائية.

قوارير



العربية مع الأفريقية والتي يُمكن تلمسها في مظاهر الحياة اليومية.

عادات شهر رمضان

من المعروف عن سكان جزر القمر أنهم يمتازون بالسماحة والطيبة وتزابطهم القوي مع بعضهم البعض، ولهم عادات خاصة بهم وملابس تعبر عن تراثهم وتمييزهم عن غيرهم ومنها حبهم للسهر حتى وقت الصباح، وكذلك لديهم عاداتهم الجميلة والخاصة بهم في إعدادهم وتحضيرهم لشهر رمضان، إذ يبدؤون التحضير له من شهر شعبان فينثرون مصابيح مساجدهم ويكثرون من الصلاة وتلاوة القرآن الكريم فيها، وفي أول ليلة من شهر رمضان يحمل السكان المشاعل ويتوجهون نحو السواحل فينعكس ضوء مشاعلهم على سطح

استنطقت بریشتها | ايمان الموسوي..

خيول الطف | لايتام حصة في ريع معارضي

تأرجحت في شذى العشق للألوان والطبيعة لتحط رجالها على الورق، فمزجت بفرشاتها لوحات تنطق بمعنى الواقع لما توحى، ثم انفردت بتميز آخر بمن حولها، إذ لم تكفيها الألوان فرسمت بالنسكافيه، وشراب تمر الهند، كما كان لقشور الفواكه نصيب في فنّها، لتشكل بها لوحات مختلفة لبورتريه الوجه وغيرها، فضلا عن رسمها بالفحم.. انها الفنانة ايمان الموسوي.



ارث فني

الفن روح اخرى تنبض بقلب آخر داخل كل فنان، اذ يستحضر خياله لتتجلى افكاره فتترجمها انامله على سطح الورق. هكذا كانت قصة عشقها مع الرسم اذ اتخذت منه ارث خالد على مر الزمان، فعمدت بتلقين ابنتها خطوات الرسم ورتوشه لتكمل تباعاً من بعدها عالمها الجميل في دنيا الفن.. ولم تكن هناك علاقة وطيدة بين تحصيل ايمان الاكاديمي وشغفها للفن، اذ حملت شهادة معهد الصيدلة، وظلت تواقه الى تلك الهواية البارة التي حملتها نحو آفاق التعلم والحب لكل خطوطها ومساراتها الفنية المذهلة. وعن اول شخص كان لها المُلهم والمشجع قالت الموسوي: ابي كان كقبس انار خطواتي الاولى في دنيا الفن، فمنذ طفولتي وهو يحثني على الاستمرار بالرسم، ومازال دعمه الدؤوب لي ليومنا هذا، لايمكنني الاستغناء عن تشجيعه وتوجيهاته وحثه على ان اكون تشكيلية مميزة كما برعت في شهادة الصيدلة.

مردود مادي

كان القدر سخيا مع ايمان اذ انطلقت بمشوارها الفني كهواية، ثم وجدت نفسها رسامة معروفة على مستوى المثقفين والفنانين، لتحظى بمنزلة رفيعة في ذلك الوسط لتنتقل في فضاءه، ويكون فنّها ذات مردود مادي من خلال رسمها للوحات شخصية للأصدقاء والمعارف من النساء، كما لاقت اطراء في عملها جعلها تحظى بثقة كبيرة داخلها.

موهبة بالصدفة

وعن تجربتها بالرسم بالنسكافيه، استطردت قائلة: بعدما انتهيت من احتساء فنجان النسكافيه وانا جالسة في مرسمي بقي في قاع الفنجان حبيبات قليلة، كانت فرشاتي آنذاك

بالقرب مني، سحبتها ورحت انسج لوحتي الاولى من تلك البقايا والتي نالت اعجاب الكثير، ومن يومها قررت ان اواصل الرسم بالنسكافيه، بعدها استخدمت شراب تمر الهند، وقشور الفواكه، لتولد لوحات غاية في الروعة والجمال حسب محبي ومتابعي اعمالى .

احلام قيد التنفيذ

مازالته احلامها قيد التنفيذ بتجهيز اول معرض شخصي يضم جميع اعمالها الفنية، والتي جسدت بلوحات خاصة للمرأة في الصدارة. وعن اختيارها لهذا الفن أشارت: يعد التشكيل أحد الفنون الإبداعية والتي تظهر فيه موهبة الفنان وما حباه الله من إبداع وهو من أجمل الفنون المتعارف بها في الوسط، ومن خلاله ابدي ما بداخلي بلغة الريشة لأظهر ما يكنه القلب، كما من خلاله يمكن ان تُستنطق اللوحة لمجرد ان ينظر لها المتذوق او الفنان.

انتهيت من احتساء فنجان النسكافيه وانا جالسة في مرسمي بقي في قاع الفنجان حبيبات قليلة، كانت فرشاتي آنذاك بالقرب مني، سحبتها ورحت انسج لوحتي الاولى من تلك البقايا، ومن يومها قررت ان اواصل الرسم بالنسكافيه، بعدها استخدمت شراب تمر الهند، وقشور الفواكه، لتولد لوحات غاية في الروعة والجمال حسب محبي ومتابعي اعمالى



مشاركات وجوائز

شاركت الموسوي في معارض مختلفة ضمن نشاطات فنية وخيرية، والتي كانت ايراداتها تعود الى دور الايتام وذوي الاحتياجات الخاصة، كما حصدت جوائز عدة ونالت شهادات تقديرية ودروع تكريم من قبل المسؤولين على تلك النشاطات وحظت لوحاتها على تحفيز ذائقة محبي ومتابعي المعارض التشكيلية، إذ اختارت إحدى شركات استيراد الهواتف المحمولة لوحة من مجموعتها الفنية كدعاية إعلانية.

فضلا عن فوزها بالمركز الاول لرسمها بالفحم عن لوحة لامرأة مسنة، كما شاركت مؤخرا بمعرض الرسم في مدينة كربلاء اقامته رابطة اسرار الفن للثقافة والفنون برعاية العتبة العباسية المقدسة، لتحظى بشهادة شكر وتقدير من قسم الشؤون الفكرية والثقافية وفي الختام اشكر اهتمامكم بهذا الفن الراقي فن الرسم، ودعمكم للمرأة العراقية لترتقي به على مستوى العراق والعالم.



زهراء جبار الكناني



ثقافتنا الصحية

اكدي لي احد الاطباء مؤخرا ان نقص (فيتامين D) هو الآفم الجديدة التي بدأت تفتك بالنساء وهو المسؤول الاول حاليا عن مرض هشاشة العظام الذي تعاني منه ليس نساء العراق فحسب بل بدأ يتردد على الواقع ويحف على بعض الاطفال في سن مبكرة جدا والسبب هو عدم التعرض لأشعة الشمس بصورة كافية والعادات الغذائية الخاطئة التي يصر البعض على التمسك بها رغم التحذيرات الكثيرة .

فرمن الانفتاح التكنولوجي ووتيرة الحياة المتصاعدة وساعات العمل الطويلة وبعدها الواجبات المنزلية المملة جعلنا نفتقد شمس العافية ونعيش في ظل الاسقام بعيدا عنها وعن منافعها الربانية الجسمية .

ومن الناحية الاخرى ورغم التحذيرات الكثيرة عن اضرار بعض الاطعمة والمشروبات الغازية المضرة وتأثيراتها الخطيرة على صحة الانسان والتي نقرأها هنا وهناك وتطالعنا في مختلف وسائل الاتصالات الحديثة وأصبحت بفضل الانفتاح الواسع على العالم في تناول الجميع , مع ذلك أصبحنا نقرأ المعلومة ولا نطبقها وتمر علينا مرور الكرام ولا نعرف من النت سوى منشورات باهتة بصباحات ومساءات وجمع مباركة واسئلة تكاد تكون لساذجتها اقرب الى الشعور بالفراغ والتسلية .

ولان زكاة العلم نشره الا ان المشكلة هنا هي ان بعض النصائح التي تسديها لأقرب المقربين دائما تقابل بالاستهزاء والاستهجان والاتهام بالتغريد خارج السرب فبعض المشروبات لا يمكن الاستغناء عنها والماء غير مقبول اطلاقا .

أحدى الامهات اعترفت قبل ايام ان ارتطام بسيط بكرة القدم كانت كفيلة بكسر يد ولدها الصغير الذي يعاني من هشاشة بالعظام والواقع انها ليست المرة الاولى ولا الحالة الاولى التي تحصل في العائلة بل سبق لها ان تعرضت هي ولثلاث مرات بكسر في ساقها ومن ابسط المسببات مع ذلك قابلت من نصحتها بالاستهزاء متمسكة بالإدمان على أطعمة قاتلة ومشروبات غير صحية ومقللة من شأن هذه العوامل التي بات يعرفها القاصي والداني والمتعلم والجاهل .

الى متى اذن نبقى نبحث عن القشور ونرمي لب الموضوع ولا نستفيد من المعلومة الصحية الصحيحة ولا نطبقها والى متى هذا الاهمال والا مبالاة ؟! الا نعرف ان افضل انواع الدعاء هو دعاء العافية وان الصحة تاج على رؤوس الاصحاء لا يراها الا المريض ومن يبتلي بالأسقام .

**رغم التحذيرات
الكثيرة عن اضرار
بعض الاطعمة
والمشروبات
الغازية المضرة
وتأثيراتها
الخطيرة على
صحة الانسان
والتي نقرأها هنا
وهناك وتطالعنا
في مختلف
وسائل الاتصالات
الحديثة وأصبحت
بفضل الانفتاح
الواسع على
العالم في تناول
الجميع**

ساجدة ناهري

المحفل القرآني

QWAREER

قوارير

ملف العدد



تصوير - رغد العبيدي

أصوات تصدح بترتيل الذكر الحكيم المحفل القرآني الرمضاني.. مرآة تعكس نور القلوب

في الحائر الحسيني للعتبة الحسينية المقدسة، في اقدس بقعة على الارض، بين اعمدة الرخام المتعالية انبثقت طقوس روحانية تمثلت بمحفل قرآني، يبدأ من اول يوم في شهر رمضان الكريم حتى اخره، اذ يغلق صفحاته على مشارف ليلة العيد، لتنتظره المشاركات بشغف اكبر العام المقبل.

الله المقدس، اذ انطلقت في العام ذاته حملات اعلانية موسعة من خلال بوسترات تعلق في مداخل المدينة وفي محطات فضائية ومواقع التواصل الاجتماعي لاستقطاب المشتركات
يبدأ المحفل كل صباح من الساعة الثامنة والنص حتى

عن بداية تأسيس هذا المحفل حدثتنا مسؤولة وحدة تعليم القرآن في العتبة الحسينية المقدسة انتصار فاضل السعدي قائلة: في العام (2014) تم تأسيس وحدة القرآن الكريم في شعبة التبليغ الديني، لتحمل على عاتقها عمل عظيم وهو تعليم احكام وتلاوة كتاب



المحافظة، اما في المدن الاخرى والدول يتم التواصل معهم عبر مواقع التواصل ويتم تكريم المشاركات بعد انتهاء الشهر الفضيل.

التعليم الالكتروني

تضمنت وحدة التعليم القرآني نشاط فريد من نوعه الا وهو التعليم الإلكتروني، وفي هذا الجانب اوضحت السعدي: تم فتح أبواب هذا النشاط لاستقبال مئات من الراغبات لتعليم المبادئ الصحيحة لأحكام التلاوة و الحفظ

الحادية عشر مستقطبا ايضا" الرائزات من نساء المدنية والمدن الاخرى، والا جانب، وبينهن طالبات وحدة القرآن. ويتم في اليوم قراءة جزء ونصف، او اقل من كتاب الله ، ليتسنى ختام القران الكريم لنهاية الشهر، بعدها تجري مسابقة لمدة ثلاثة ايام سنوية لأحكام التلاوة، والتي تشارك بها اعداد متفاوتة من الحافظات.

نشاطات زخرة

وتبين السعدي في معرض حديثها بالقول: نساهم في اقامة مسابقات نهاية كل يوم في المحفل، اذ نتناول سؤاا فقهية او قرآنية تكون الاجابة تحريرية، وبعد جمع القصاصات والفرز نعلن عن الفائزة مع هدية تشجيعية. ويصل عدد الحاضرات في المحفل الى 200 مشاركة ولجميع الاعمار، كما هناك باصات خاصة لنقل الطالبات، فضلا عن اقامة مجالس عزاء ومواليد لكل المناسبات الدينية واقامة امسيات تتضمن محاضرات دينية وثقافية، وهذه المحافل تقام على مدار السنة وليست حصرا على الشهر الفضيل وبتنظيم مختلف.

كما تُقام حلقات خاصة في الزيارة الاربعية لتعليم الرائزات قراءة السور القصيرة و تنظيم محفل يومي طيلة ايام الزيارة ومحاضرة دينية باللغتين العربية والفارسية.

محافل منزلية

زرع الله في قلوبهم نور يعكس ما يضمروه داخلهم، اذ هناك الكثير من النسوة لم يتسع لهن الحضور للمحفل القرآني داخل الحرم المقدس، الا انهن لم يستسلمن بل سعين جاهدات لإقامة محافل منزلية وذلك بالتعاون مع وحدة التعليم القرآني بحضورهن للتعليم والا اختبار لأحكام التلاوة ، لذلك تتبناها الوحدة بدعمها على اقامة محفل قرآني في بيتها.

وعن عددها قالت السعدي: يبلغ عدد المحافل بالإجمال 250 محفل قرآني في كل العراق وخارجه، كما تباشر الوحدة بحملات كشف لتلك البيوت لمتابعتها في

زرع الله في قلوبهم نور يعكس ما يضمروه داخلهم، اذ هناك الكثير من النسوة لم يتسع لهن الحضور للمحفل القرآني داخل الحرم المقدس، الا انهن لم يستسلمن بل سعين جاهدات لإقامة محافل منزلية وذلك بالتعاون مع وحدة التعليم القرآني بحضورهن للتعليم والا اختبار لأحكام التلاوة ، لذلك تتبناها الوحدة بدعمها على اقامة محفل قرآني في بيتها



بمناسبات اهل البيت(عليهم السلام) من ولادات ووفيات .

دورات متنوعة

لم تكتف وحدة التعليم القرآني لهذا الحد بل شرعت بدورات متنوعة للحفظ منها دورة السيدة فضة التي تقام في العطلة الصيفية للطالبات فقط لمدة ثلاث اشهر، ودورة النور لتأهيل معلمات القران في المحافل اثناء الشهر الفضيل، وينضم الى هذه الدورة اكثر من 60 طالبة، كما هناك مسابقة النعيم الوطنية التي يشارك بها حافظات من كل مدن العراق تتراوح اعدادهن من 70 الى 80 مشتركة ويتم اختيار ثلاث من الاوائل ليقدّم لهن شهادات تقديرية وهدايا مالية قيمة فضلاً عن القاء دروس في التنمية البشرية في تلك الدورات.

ختام من نور

في ختام كل عام تخرج وحدة التعليم القرآني 12 حافظة للقران الكريم بأكمله، ويخصص لهن شهادة تخرج وجائزة مالية قيمة، ووسط منظر مهيب يكون الاحتفال، اذ يتم تتويجهن بطوق من الورد، بما اثمرت به جهود وحدة التعليم القرآني فحينما تتوج تلك الحافظات بحفظ اجمل كتاب يكون ختامه من نور.

زهراء جبار الكناني

والنغم القرآني لتعلم المقامات والاداء الصوتي لكلمات الله وللتفسير وذلك من خلال اقامتنا حلقات واسعة و متعددة للحفظ عن طريق برامج التواصل الاجتماعي، الواتساب والتليكرم، وقد ضمت هذه الدورات اكثر من 500 طالبة.

مشاركات دولية

هناك من تميزت في احكام التلاوة وانغامها، حتى ارتقت سلالم العلى لتحظى بمشاركة دولية لتنال مراتب متقدمة للفوز بتتويجها في حفظ كل القران الكريم، اذ حصدت احدى الحافظات على المرتبة الثالثة، واخرى على المرتبة الرابعة، حيث شاركن للسنة الثانية بتلك المسابقات التي تقيمها الجمهورية الاسلامية ايران.

مركز الطفل القرآني

انفردت وحدة التعليم القرآني منذ سنتين بنشاط تكلل بالنجاح الباهر، وهو مركز الطفل القرآني الذي استقطب الاطفال بعمر خمس الى ست سنوات. مسؤولة الوحدة ذكرت من ان المركز اهتم بتلقين الاطفال سور القران الكريم القصيرة على الطريقة الصحيحة الفصيحة لمخارج الحروف ولفظها والامور الدينية ومبادئ الاسلام لتغرس في اعماقهم منذ الصغر، كما هناك حفل تخرج كل سنة يقام لهم، فضلاً عن اقامتنا لهم احتفالات





تفرد شهر رمضان
الكريم بخصوصية
متميزة تتعلق
بطبيعة كل بلد
وعاداته، ففي
العراق يحييه
الملايين بكل
تفاصيله وطقوسه
المستوحاة من
البيئة العراقية
الأصيلة، فكانوا
يستقبلون الشهر
بالفوانيس الزيتية
وتنار منائر الجوامع
ابتهاجاً بقدوم
الزائر الكريم، وقد
استعاضوا عنها
اليوم بالمصابيح،
تقاليد الأمس لا تزال
حاضرة في أجواء
رمضان اليوم مع
انحسار البعض منها
وزوال الآخر.

بوصفه الزائر الكريم

عادات وتقاليد تضيئ دروب البركة

اطلالة البركة

لشهر رمضان نكهته لدى المسلمين في كل الديار العربية والإسلامية، ولهذه الايام الفضيلة في العراق طعمٌ مميز آخر، لا تجده في غيره من الشهور الأخرى، وأهل العراق لهم عاداتهم في استقباله قبل مجيئه أولاً، وصيام أيامه حين يُطل ببركته عليهم، وعادات في توديعه حين يشد الرحال في الأيام الأخيرة، وهذه العادات بعضها متوارث عن العثمانيين أيام ولايتهم على العراق، وبعضها طبائع تجذرت في نفوس العراقيين خلال عقود طويلة ومن عادات أهل العراق في رمضان كثرة التزاور فيما بينهم، وإقامة الولائم العائلية، وكذلك يتميز العراقيون بإخراج الطعام قبل الإفطار إلى الجيران، فيحصل تبادل رائع بأشهى ما أعدته ربة البيت من أطباقه المختلفة، حتى يجد صاحب الدار الواحدة أن ليس في سفرة طعامه مما صنعه هو إلا القليل، أما البقية فهي أطباق منوعة جاءت من هنا وهناك.

كان بعض الجنود في عهد الخديوي إسماعيل يقومون بتنظيف أحد المدافع فانطلقت منه قذيفة دوت في سماء القاهرة وتصادف ذلك مع وقت أذان المغرب في أحد أيام شهر رمضان فظن الناس أن الحكومة أتبعَت تقليداً جديداً للإعلان عن موعد الإفطار وصاروا يتحدثون بذلك

طقوس قائمة

أما عاداته وتقاليدته تتنوع، ولا تزال أغلب التقاليد الدينية على حالها كالمسحراتي الذي يجوب شوارع الأحياء الشعبية في بغداد، إلى ختم القرآن الجماعي وتوافد العراقيين على المساجد ومراقد الأئمة الأطهار عليهم السلام لأداء الزيارة والتبرك بأهل البيت عليهم السلام والسهر لوقت السحور حتى يمنحنا هذا الشهر بجزء كبير من الاحساس بالسعادة والقوة الايمانية التي تورق في نفوسنا تقى وراحة نفسية .

مسابقات

أما المساجد، فتعيش أجواء مميزة في رمضان بطبيعة الحال؛ فتمتلئ بالمصلين وتشتغل قبل رمضان بصيانة دورية مكثفة للإنارة وأجهزة التبريد، وخصوصاً إن جاء رمضان صيفاً وفي العراق كما أن المساجد تنشط في مسابقات فكرية توزع خلالها جوائز ومصحف وكتب للفائزين في جو إيماني وتنافسي ممتع وتقام مواعيد إفطار الصائمين في المساجد بعضها من نفقات المسجد، وبعضها مما يحمله المحسنون، وأشهى مواعيد الإفطار عند العراقيين هو التمر العراقي، والمعروف بـ(تمر البصرة) أو (الخستاي) واللبن، كما تشتهر مواعيد العراقيين في رمضان بشراب (النومي بصرة)، وهو شراب مميز يحتسيه العراقيون عند السحور والإفطار، ويقولون عنه إنه دواء للصداع وتختلف عادات هذا الشهر المبارك الذي ترافق لياليه وأيامه الكثير من العبادات والواجبات والروحانيات منها قراءة القرآن وإحياء ليالي القدر وإطعام الفقراء والمساكين، من شعب إلى شعب آخر.

قوارير





في الشهر الفضيل الفضائيات تنتهك حرمة

في شهر رمضان الفضيل تزدحم الشاشة العراقية بالعديد من البرامج والمسلسلات التي لا تتناسب وقيمة ومكانة ايام الصيام المباركة .. والتي يبث الاعلان عنها في وقت مبكر كي تكون طعما " سهلا" للعوائل والشباب المولعين جدا بمتابعتها والالتزام بأوقاتها حتى ساعات متأخرة من الليل، وهذا ما يجعلها عامل هدم وضياع لكل ما يناسب شهرنا من عبادات والتزامات اجتماعية مع الاهل والأقارب .. مع العلم ان المسلسلات كافة التي تعرض على سياق واحد من الدراما غير الهادفة احيانا!! وهذا ما يناقض حرمة الشهر الكريم واستثماره في اعمال الخير والعبادة الملتزمة.

مناسبة ومفيدة لنقاء قلوبهم وتصفية نفسيتهم وافكارهم من درء الامور الدنيوية التي لاتسمن ولا تغني وعلى حد وصفهم .

للاعلام دور

استاذ العلوم الاسلامية مهدي السعدي اجاب في معرض حديثنا عن التلفزيون الرمضاني بالقول : المسلسلات الدرامية

المختصون الاجتماعيون لهذه المسلسلات ومن خلال دراسات علمية واجتماعية قاموا بها بينوا ان اغلب العوائل تتابع بشغف كبير له، وانهم في احيان كثيرة يتقاعسون عن اداء واجباتهم الاخرى والتي اهمها الحفاظ على حرمة الشهر الكريم من عبادات وتواصل اجتماعي وتكافل وغيرها، واثبتوا ايضا ان تأثيراتها باتت تظهر على سلوكياتهم مبتعدين عن ارضاء الخالق جل وعلا في استثمار الاوقات هذه في امورا

العبادة حتى لا يأتي إلا وقد تعودوا على كثرة الصلاة وكثرة الصيام، وقوتهم في ذلك رسول الله (صلى الله عليه وآله) إذ كان في شعبان يكثر من الصيام، وكانوا يستعدون له بالبحث عن الفقراء والمحتاجين كي يواسوهم في الشهر الكريم، لقد كانوا وكانوا، كثيراً ما نسمع أخبارهم وسيرهم، لكن سمعنا للتسلية لا للقدوة والافتداء بهم، فما أحوالنا الى الافتداء بهم في استقبالنا لشهرنا وفي جميع أحوالهم .. فالحياة كانت بسيطة وغير متكلفة كما هي هذه الايام، والأهالي يستقبلون شهر رمضان المبارك، في ظل البساطة وحفاظهم على العادات التي توارثوها عن أسلافهم، وكانت له مكانة خاصة عند الناس فالجيران والاقارب لا يفطرون وحدهم، إنما يفطرون جماعياً بشكل دوري، فكل يوم يتبادلون وجبة الفطور عند واحد منهم.

دعوة

من هنا ومن باب التوبة والطاعات المفتوح دائماً للعباد، ندعو بأسم (قوارير) الاسر كافة الى تعويد ابنائهم على استثمار الشهر الفضيل بالعبادات والطاعات .. ثلاثون يوماً هي قصيرة في عمر الزمن .. وماعلينا سوى احترام ايامه وساعاته في طاعة الخالق، ونترك ماعاده من اللهو والتسالي امام الفضائيات التي تنتهك حرمة الشهر الكريم بمسلسلات وبرامج لاتغني ولا تسمن. . خالق نؤدي ماعلينا .. ونترك ماعاده من اللهو

قوارير

التي تعرض في شهر رمضان لها أثرها البالغ على الجيل الحاضر، والجيل القادمة ستتأثر بلا شك بما يعرض من مسلسلات وافلام، إنه الغزو الثقافي والفكري الذي أصبح يعيش في أذهان شبابنا وهم يتشربون منه دون رقيب أو حسيب، بل أحياناً بمباركة أولياء أمورهم وذويهم، وهنا يأتي دور وسائل الإعلام بأداء رسالتها السامية في عرض الأمور النافعة المفيدة.

وعلى الأسرة مراقبة أبنائها وما يشاهدونه من أعمال وتوجيههم نحو الأفضل، وتحذيرهم من التي تنعكس سلباً على أخلاقهم وقيم دينهم، لذا علينا إعطاء هذا الموضوع أهمية كبيرة وألا نبقي مجرد متفرجين فقط لما يعرض وما تهدف اليه القنوات التلفزيونية مما تعرضه.

غنائم كبيرة

وترى الباحثة في الشأن الاسري لمياء نعمان .. ان افكار جيلنا تغيرت لمفهوم الشهر الكريم فقد أصبح شباب هذا الجيل وفتياته يعتقد أن الصوم يبدأ من فترة الإمساك إلى فترة الإفطار متناسين ذكر الله عز وجل، أذ يبدأون بعد صلاة المغرب بالنظر إلى المسلسلات والسماع للأغاني معتقدين أن الشهر هو كباقي اشهر السنة .

وتدعو نعمان العوائل لفهم أهمية الشهر الكريم وتعاليمه ومدى فائدته للمسلمين .. فالعبادة مطلوبة في كل أيام حياة الإنسان، فما بالك في أيام قليلة من العام فيها غنائم كبيرة للمسلم والأجر المضاعف من الأعمال الحسنة، فلا يجب أن تتم إضاعة هذا الوقت الثمين للتغيير وتركية النفس ورقيا في ساعات طويلة من متابعة التلفاز أو أي وسيلة إلكترونية أو ملهيات غيرها فموسم الخبرات من الضروري الإكثار من ذكر الله وقراءة القرآن فرمضان شهر الرحمة والغفران فيه تغلق أبواب النار وتفتح أبواب الجنة فلماذا لا تستغل هذه النقطة في التقرب إلى الله.

وتسترسل بالقول .. كثيراً من القنوات التلفزيونية الفضائية تعرض مسلسلات في الشهر الفضيل، وللأسف أن بعض القنوات أخذت على عاتقها حرمان المسلمين من هذه الروحانية والسمو النفسي والراقي الأخلاقي التي تبث سمومها في الايام المباركة، وأخطرها المسلسلات التي تشجع العلاقات المحرمة القائمة على الصداقات، واختلاط الأنساب وقبول ذلك في الأسرة الواحدة.

التسلية والقدوة

قديمًا كانوا اهلنا واجدادنا يستقبلون شهر رمضان بالفرح، ينتظرونه من العام الى العام، وكانوا يستعدون له بالتوبة النصوح ورد الأموال الى أصحابها، لعلمهم أنه موسم عظيم من مواسم العبادة فيتهيأون له بالتوبة وتطهير القلوب، ولذلك كانوا يتدربون على

بالرغم من تجسيده ثلاثي الابعاد

مدفع الافطار

ييهج الصغار قبل الكبار



مدفع الإفطار جزء أصيل من بهجة شهر رمضان في العديد من البلدان العربية والإسلامية، يشاهده الكثيرون عبر شاشات الفضائيات وهو يدوي بطلقاته الشيقة معلنا " انتهاء ساعات الصيام، ويحتفظ البعض بذكريات كثيرة عنه من حكايات الطفولة يختلط فيها الأسطوري بالواقعي.

**كان بعض الجنود في عهد
الخدوي إسماعيل يقومون
بتنظيف أحد المدافع فانطلقت
منه قذيفة دوت في سماء
القاهرة وتصادف ذلك مع وقت
أذان المغرب في أحد أيام شهر
رمضان فظن الناس أن الحكومة
اتبعت تقليدا جديدا للإعلان
عن موعد الإفطار وصاروا
يتحدثون بذلك**

الحياة العصري.

طوب وخرامة

ويعد هذا التقليد الرمضاني محبب جدا وفيه نكهة خاصة ولا يمكن ان نتصور هذا الشهر بدونهم.. وعندنا في العراق له حكاية خاصة حيكت ايام اجدادنا وتداولتها الاجيال !!

فمن تلك العادات التي تربينا عليها نحن وقد حُفرت بذاكرتنا أطفالاً، ونَمَت معنا كباراً مَدْفَع رمضان أومايسمى (طوب ابو خرامة) ، والأصل في حكايته أَنَّهُ يعود إلى العصر العثماني، اذ كان يُستعمل هذا المدفَعُ لتنبيه أهل بغداد بموعد الإفطار، وذلك بإطلاق إطلاق صوتية في الهواء، ويعتقد ان التسمية جاءت لوجود سلسلة متصلة بها عروة في مقدمته منحتة شكلاً أوحى للآخرين بما اعتقدوا، وكان السبب في استعمال المدفع هو انعدام الإذاعات ووسائل الإعلام آنذاك، وبقي هذا المدفَعُ إلى يومنا هذا تقليداً تَحْرُص وسائل الإعلام العراقية الرسمية وغيرها على التمسُّك به، إلا أَن مَدْفَع اليوم هو رسمٌ ثلاثي الأبعاد مُصمَّم بـ (الكومبيوتر)، وينتظره الأطفال خاصَّةً بشغفٍ منقطع النظير قبل أذان المغرب مباشرة.

قوارير

مع هذا الصوت الذي يسمعه كثير من المسلمين بعد غروب الشمس، يتناول الصائمون إفطارهم وتبدأ منه مراسيم الألفة والفرح والطقوس الرمضانية الممتعة للعديد من العوائل سيما الاطفال الذين بدا لهم صورة مبهجة وجديدة.

فرمان المدفع

العديد منالم تكن لديه معلومة متى بدأ هذا التقليد؟ ولا قصة استخدام هذا المدفع، أذ تعددت الروايات حول أصله وبداية استخدامه.. ومنها تحكي احداهن. أَنه كان بعض الجنود في عهد الخديوي إسماعيل يقومون بتنظيف أحد المدافع فانطلقت منه قذيفة دوت في سماء القاهرة وتصادف ذلك مع وقت أذان المغرب في أحد أيام شهر رمضان فظن الناس أن الحكومة اتبعت تقليدا جديدا للإعلان عن موعد الإفطار وصاروا يتحدثون بذلك، وقد علمت فاطمة ابنة الخديوي بما حدث فعجبتها الفكرة وأصدرت "فرمانا" يقضي باستخدام هذا المدفع عند الإفطار والإمساك وفي الأعياد الرسمية.

تقليد حسن

أما الرواية الثانية فتقول إن سلطانا مملوكيا أراد أن يجرب مدفعا جديدا وصل إليه وقد صادف إطلاق المدفع وقت المغرب بالضبط فظن الناس أن السلطان تعمد إطلاق المدفع لتنبيه الصائمين إلا أن موعد الإفطار قد حان، خرجت جموع الأهالي إلى مقر الحكم تشكر السلطان على هذه التقليد الحسن التي استحدثها وعندما رأى السلطان سرورهم قرر المضي في إطلاق المدفع كل يوم إيدانا بالإفطار.

بدأت الفكرة تنتشر في أقطار الشام أولا القدس ودمشق ومدن الشام الأخرى ثم إلى بغداد في أواخر القرن التاسع عشر، ثم انتقل إلى كافة أقطار الخليج، وكذلك اليمن والسودان وحتى دول غرب إفريقيا لا يزال مدفع شهر رمضان عالقا في أذهان المسلمين في أصقاع العالم العربي والإسلامي وبقي موروثا " اجتماعيا" يذكرهم بالماضي العريق والأيام الجميلة رغم تسارع

كيف تكتب القصة القصيرة

الحلقة التاسعة



الصراع

يكون مثل هكذا صراع في متن القصة القصيرة؟. الجواب نعم، لأنني أحسب بأن الصراع موجود بالفعل في كل قصة أساساً بكيفية ما، سواءً أكان صراعاً خارجياً/ حركياً، أو داخلياً/ حسياً، لكنه بالتأكيد سيكون بارزاً في الحالة الأولى بحيث يمكن ملاحظته ورصده والتفاعل معه بسهولة، وقد يكون أقل بروزاً في الحالة الثانية، وربما متماء في وحدات القصة وفي صيرورة الحدث والشخصيات والزمان والمكان.. الخ.

كون الدراما - كما أحسب - موجودة في كل أجناس الأدب عموماً، وفي الأجناس السردية خصوصاً، ولكن حتى في هذه أيضاً ستكون بنسب متفاوتة، بيد إن القصة تعد حاجتها للدراما أساسية، وتتجسد ماهية مثل هذه الدراما في تغذية السرد بالفعل والحدث، إذ لا يمكن تخيل قصة من دون محركها الصراع .

موقف القاص

أحسب بأن من المهم هنا طرح السؤال التالي: هل على القاص أن يحسم أمر الصراع لصالح جهة دون أخرى؟ أقصد بالانحياز في قصته.. لطرف من الأطراف أو لفكرة من الأفكار؟. أو بمعنى أدق هل مطلوب من القاص أن يكون له موقفاً محدداً؟.

من وجهة نظري البسيطة، أعتقد بأنه ليس عليه أن يجيب بشكل مباشر وواضح، بقدر ترك الحرية والحكم للقارئ، وهذه هي في رأيي جمالية الإمتاع في روح الفن، من خلال فتح مساحة أوسع للتأمل والتفكير والتأويل، وترك أبواب الحرية مشرعة دون إقحامها في قرارات قد تكون متعسفة خلافاً لقناعات هذا القارئ أو ذاك، وهو ما يقع الكثير من القصاصين في شركه وشباكه، من خلال ظهور الانحياز بالمواقف لطرف من معادلة الصراع، وإطلاق العبارات الجاهزة، كالأوصاف والنعوت والذم والشتم أحياناً، مما يبرد من تفاعل القارئ مع قضية البطل المركزية رغم حرارتها، وخسارة جزء من تعاطفه خلال سير المتن السردى للقصة، بمعنى إذا صرح القاص بأن هذا الفعل خسيس مثلاً، هل يعطي المفعول ذاته إن ترك القارئ بنفسه يكتشف مثل هذا الأمر ويتفاعل معه ويحكم عليه؟ ومن ثم يتعاطف مع الطرف الآخر الواقع عليه مثل هذا الفعل المشين؟.

لا ريب إن موقف المتلقي مبني على عاطفته بالأساس، وليس على حكم القاص المسبق ووجهة نظره. أخيراً، سأقول بما كنت ولازمت أعتقدده، وهو إننا في لغة الفن عامة والأدب خاصة نحتاج كثيراً إلى لغة الإيماء والتلميح والإشارة، أكثر من لغة التصريح والمباشرة والإنشائية، كون الأدب فن الهمس الموحى قبل أي شيء آخر، فكلما اقترب القول من الجهر؛ كلما فقد جزءاً من جماليته، والأدب يتوخى بلوغ أعلى درجات الجمال .

بدءاً لندخل بشكل سريع وبسيط لفهم ماهية الصراع في القصة القصيرة، وأقصد به هنا هو الأثر الذي يعكسه التباين والتمایز والاختلاف بين الشخصيات، ومن ثم ما ينتج عنه من تأزيم علاقاتها مع بعضها ومع الأشياء ليكون صراعاً، وليس المراد به.

أما وحدة الصراع؛ فهي إحدى الوحدات الرئيسية في الكتابة القصصية.. بل والصميمية أيضاً في القصة.. شأنها في ذلك شأن الحدث أيضاً، حيث إنهما يقعان في بؤرة الدراما المميزة للسرديات، كصراع يؤدي بالنتيجة إلى حدث، وحدث يؤدي إلى عقدة وحل وخاتمة، فماذا يعني الصراع؟ كيف يقوم؟ ولماذا؟.

إن الصراع يعني الشد في العلاقات وتوترها، كما وإنه لا يقوم لولا وجود دافع ومحرك ذاتي له؛ حيث إن جذور الصراع إنما تستقي ديناميكيته من طبيعة الاختلاف في الخلق، والاختلاف سنة كونية في الحياة، وأما في المتن السردى للقصة، فإنه سيمثل البداية لا حتماد الحدث أو الأحداث.. عبر بروز صراع نفسي مكبوت، أو ما بين ارادتين مختلفتين، ومن ثم تصاعده خلال تشابك خيوط الحبكة، وأعني به هنا هو ذاته الصراع الذي سيولد الحدث أو الأحداث التي بعده، ولتبدأ بعدها خطوط عقدة الاشتباك بالانفراج التدريجي، وصولاً إلى الحل والخاتمة في نهاية القصة.

ماهية الصراع

ليس بالضرورة طبعاً أن يكون الصراع بين شخصين أو جهتين أو قوتين، وسوف أسمى مثل هكذا صراع.. بالصراع الخارجي، وهو صراع معروف ومفهوم في أطرافه ودوافعه ونتائجه، ولا حاجة للوقوف عنده كما أعتقد. ولكن أحياناً يكون الصراع نفسياً/ داخلياً؛ أي صراعاً ذاتياً داخل نفس بطل القصة ما بين نزعتي الخير والشر مثلاً، أو صراعاً ما بين العقل والقلب نتيجة ضعف ارادته على تنفيذ قرارات العقل بالتردد، وهذا الصراع سيشكل نوعاً من التضارب والتنازع والاحتدام النفسي بين شتى الانفعالات المتناقضة، تتصاعد لتتحول تدريجياً إلى ما يشبه اعلان التمرد والعصيان والثورة على مستوى الفعل الخارجي بعدما كان هاجساً داخلياً، وحسب تقديري فإن الاستلham الداخلي من الصراع النفسي/

الذاتي، واتخاذ مادة لتغذية متن القصة السردى، سيكون الأصعب والأقرب إلى روح الفن، من تجسيد مثل ذلك الصراع بين طرفين عبر أحداث وأفعال خارجية . ولكن هل ضرورة أن

طالب عباس الظاهر

موت على شرفة الحلم



بتوقيت صمتها المعهود
طرقت يدُ (الحياة) كما تُسميها سحر
باب غرفتها

وهي ممددة على سريرها تتقاذفها الأفكار
بين التخلي عن أحلامها المرهونة في دراستها الجامعية
وبين مرض والدتها، الذي عجز الاطباء عن شفاؤه
وصارت ملامح الأم تذبل يوماً بعد يوم
وهي تُشاهد بعينيها انقلاب الأمل إلى دموع مكابرات
في جفنيها
فبدأت تلملم كتبها المبعثرة على جوانب السرير وبقايا
اوراق بحثها الذي تتوق لإنهائه
وحين رأتها الوالدة، غارقة في بحر افكارها
نادتها ..! بصوت خافت يملئه الحزن والأسى
سحر .. يا حبذا يا أبنتي لو تعودين لدراستك
فأنا حالي بيد الله ولا اريد ان اكون سبب تعاستك ؟؟
فالعلم كنز الأيام الذي لا ينفد
وقد يكون مرضي هو ذلك المحال الواقف في وجه
حلمك الفتي
تنهدت تنهيدة الشغف المولع بأنفاس تلك الجذابة
التي تفتحت عيناها البريئتان على وهجه
فهي متعلقة بأماها تعلق الطفل الذي لم يمر الزمن
على فصول نموه، وبقي متمسكاً الى الابد بأنامل نجاته
وأحضان أمانه اللامحدود
أمي انت كنز الحياة الذي علي ان احافظ عليه ولا
أفارقه

أنت خلاصة الانتماء الذي
احمله في شهاداتي وفي
انتقالي الى كل فصل من
فصول النجاح وانتِ جسر العبور
الى دوحة المجد الاخيرة
تركنت دراستها
الجامعية وهي في
المرحلة الاولى من دراسة
الاعلام تلك المهنة التي
تعشقها منذ طفولتها وكم
كانت تصنع من أعواد الشجر
ميكروفون
وتجلس على أهداب الياسمين
العريقة بجانب بيتهم وتقدم برامج
الطفولة مقلدة مذيوعات بارعات على
الشاشة.

لأجل ان تكون دواء أمها الذي لم يشفع
في إسقاط الأوجاع عنها ولم يتمكن
غيابها عن مقاعد الدراسة من اخفات
صوت الالم الذي يتصاعد مع هدوء
الليل
سحر .. هي الابنة الوحيدة

لأمها التي توفي زوجها في احدي المعارك على
الجبهات وكانت لم تزل طفلة في السادسة من عمرها...
حاولت سحر في تلك اللحظات ان تستذكر ملامح والدها
وهي تتخيل وجوده معهم وكم كان سيكون حالهم أسهل
اليوم ...! لو أن يد الموت لم تقطف انفاسه في تلك
المعركة

تبددت كثيراً من الاحلام في عينيها
لكن ذلك المرض الذي احتل اجزاء كثيرة من جسد أمها
قد أعاد لها الحزن أضعافاً لفقد والدها
لم تكن كباقي الفتيات تحب الخروج والتنزه، والتسوق،
كانت من فرط الاسى الذي حملته بطفولتها جراء
غياب ابوها الابدي جعلها تتعلق بوالدتها وكأنها كل
الحياة

حتى انها لم تكن تتجرأ على ان تُبادل ذلك الشاب المدعو
وائل والذي يدرس معها في نفس الكلية... نظرات الحب
او الإعجاب رغم انه كان يحبها جداً لكن من شدة الحزن
في عينيها ومن هول الصمت الذي يكسوها اغلب الأحيان
لم يقترب منها يوماً وظل يخفي مشاعره عنها عسى ان
يأتي يوماً تلوح على شفتيها ابتسامة امل تفتح أمامه
باب اقتراب لعل حلمه يتحقق بأن تكون زوجته ذات يوم
وكانت حين تمر بقربه يُطأ رأسه خجلاً
فهو قد تربى على الأصول بأن الحب شيء مقدس لا
يمكن التعامل معه بعرض المشاعر على أرفصة الترقب الا
أنه كان يعتقد انها فتاة أحلامه
كانت تحمل في قلبها حباً له لكنها كانت تُكابر على
الحياة وعلى الحب لأنها اعتادت حباً واحداً في حياتها
هو أمها....

حاولت بتلك الليلة ان تستقرأ احداث المرض المزعج لكي
تبحث عن عمل
تستطيع من خلاله معالجة والدتها
فربما تعود الصحة تسري في عروقهها
ويعود لسحر عطر الفرح
ولم تكن تعلم بأنه هذه الليلة هي اخر ليلة للتخطيط
فالموت يُسافر هذه الليلة على متن المشيئة حاملاً أكفان
الوداع بين راحتيه
حتى انصرم الوقت والحديث بين ترج من الأم ورفض من
الابنت

فغفت في احضان أمها دون وعي
لتستيقظ صباحاً، على هدوء أشد وقعاً من الصخب
القاتل وكأن انفاس الحياة خمدت هذه المرة حقاً!!! وكأن
الشمس رغم ضوئها اللامتناهي لم تستطع من انارة هذا
اليوم

وكان العصافير بهت لحن تغريدها المعتاد
وكان الحلم الذي باعته للحياة لتأخذ ثمنه انفاس الحياة
الاخرى، قد غدرها بأخذ الزمن وأخذ الحياة معه

لبنان / سلوى أحمد



يحث الشاعر (عبد الرزاق الخالدي) المسلمين على التمسك
بالبعد الحقيقي الأصيل لشهر الصيام وليس بمجرد
المظهر فقط، الذي يتمثل في الإمساك عن الطعام
والشراب والشهوة، بل يدعو إلى اغتنام أيامه ولياليه في
فعل الخيرات، واجتناب السيئات حتى نفوز بالجنات.

قد جاء شهرُ الاعتكاف، فكن به
في طاعة تُعطى رفيع جنانٍ
وتجنب الآثام والزم توبةً
تقصيك عن لهو وعن نسيانٍ
خسئ اللعين وصدت أحزابه
بسلاسل من سطوة الديان
وافاك شهرُك شهرُ أرباب التقى
رمضانك الموسوم بالخفران
فاغنم لياليه وكرّم يومه
بالصوم عن زور وعن بهتان
فاجهد وشمر فيه ساعد كيسٍ
لا عاجزاً تبع الهوى بأمانٍ
شهر الرضا فيه الجنان تفتحت
أبوابها كرمًا لذي العرفان
لا تفتننك عن هداك ضلالة
تلهيك عن ذكر وعن قرآن
رمضان مدرسة ومشفى فالتمس
منه الشفاء ومنهج الرضوان
لا تجعل التقوى على أيامه
وقفاً.. وبعد تخوض في العصيان

السيدة خولة الحنفية.. أصالة المحتد وشرف الانتماء



أجمعت المصادر التاريخية كلها على أن السيدة خولة بنت جعفر - زوجة أمير المؤمنين (ع) وأم محمد بن الحنفية - هي من السبايا، ولكن المؤرخين اختلفوا في تاريخ ومصدر السبي، حتى بلغ الاختلاف عندهم أن شطّ عن الواقع التاريخي الذي حدّد حياة ابنها محمد والحقبة التي عاش فيها ولا نريد هنا استعراض هذه الأقوال العديدة وما يهمنا هو أنها اتفقت على أنها - أي خولة - من بني حنيفة في اليمن.

**رسول الله (ص) امتاز عن الأمة بخصائص
لم يشاركه فيها أحد، منها: أنه
لم تسمح الشريعة المطهرة لأحد
من الناس بالجمع بين الاسم بمحمد
والكنية بأبي القاسم تأدباً مع صاحب
الرسالة وتكريماً لجلالة النبوة، حيث ورد
عنه (ص) أنه قال: (سموا باسمي ولا
تكنوا بكنيتي).**

أبي وأبوك علي، وأمي امرأة من بني حنيفة لا ينكر شرفها في قومها، ولكن أمك فاطمة بنت رسول الله (ص) وأنت أحق بالفضل مني، فصر إليّ حتى ترضاني، فلبس الحسين رداءه ونعله وصار إليه فترضاه. وقول محمد: (لا ينكر شرفها في قومها) يدل على أنها كانت سيدة جليلة ذات منزلة ومكانة كبيرة في قومها وليست جارية سنديّة.

وحسب هذه السيدة الجليلة فخراً أن تكون أمّاً لأبي القاسم محمد وهي ميزة اجتمعت لمحمد في الاسم مع الكنية دون غيره، حيث أن رسول الله (ص) امتاز عن الأمة بخصائص لم يشاركه فيها أحد، منها: أنه لم تسمح الشريعة المطهرة لأحد من الناس بالجمع بين الاسم بمحمد والكنية بأبي القاسم تأدباً مع صاحب الرسالة وتكريماً لجلالة النبوة، حيث ورد عنه (ص) أنه قال: (سموا باسمي ولا تكنوا بكنيتي). لكنه (ص) أصدر الرخصة لعلي بذلك فقال (ص): يولد لعلي (ع) مولود من غير ابنتي فاطمة فقد أنحلته أسمى وكنيتي وهو محمد بن علي .

كان محمد ذا منزلة كبيرة عند أبيه (ع) ويدلنا على ذلك قوله (ع) له: يا بني أنت ابني، وهذان — أي الحسن والحسين — ابنا رسول الله، كما كان محمد باراً بأمه حتى ضرب به المثل في ذلك فروي عن أحد معاصريه: رأيت في يد محمد بن الحنفية أثر الحناء فقلت له: ما هذا ؟ فقال: كنت أخضب أُمِّي، وكان كذلك بمشطها .

ولا عجب من المتأدب بآداب أهل البيت (ع) أن يبلغ برّه بأمه أن تضرب به الأمثال فقد رُبي في بيت تأدب أهلهم بآداب الله وأصبح مثلاً أعلى في الفضيلة والأخلاق، وكان لأمه العظيمة أثراً في تربيته وأخلاقه. كما كان محمد من أبطال الإسلام ومن أعلام التاريخ الإسلامي وسطر أروع صفحات البطولة والشجاعة والمثل العليا ولا غرو فهو شبل أمير المؤمنين (ع) ونجل السيدة خولة بنت جعفر.

نسبها

أما نسبها فهو: خولة بنت جعفر بن قيس بن مسلمة بن عبيد بن ثعلبة بن يربوع بن ثعلبة بن الدؤل بن حنيفة بن لجيم بن صعيب بن علي بن بكر بن وائل بن لجيم بن صعيب بن علي بن بكر بن وائل بن قاسط بن هنب بن أفصى بن دميّ بن جديلة بن أسد بن ربيعة بن نزار بن معدّ بن عدنان..

أما أمها فهي: أسماء بنت عمرو بن أرقم بن عبيد بن ثعلبة

وهي من بني حنيفة أيضاً وهي بنت عمّ زوجها وهما يلتقيان عند الجد الثاني وهو عبيد بن ثعلبة كما هو واضح من نسبهما، وهذا ما اتفقت عليه كل المصادر المعتمدة والتواريخ المهمة على نسب السيدة خولة .

رواية أسماء

الذي دعانا إلى ذكر هذا النسب العريق والأصل المحتد للسيدة خولة والذي استقصيناه من جميع المصادر التاريخية المعتمدة، هو أن بعض النفوس الميغضة أرادت التلاعب بهذا النسب العربي الصريح، فروت بعض المصادر عن أسماء بنت أبي بكر أنها قالت: رأيت أم محمد بن الحنفية سنديّة سوداء وكانت أمة لبني حنيفة ولم تكن منهم وإنما صالحهم خالد بن الوليد على الرقيق ولم يصالحهم على أنفسهم. والطريف في الأمر أن من روى هذه الرواية الكاذبة أثبت أيضاً نسب السيدة خولة العربي الذي ذكرناه.

ورواية أسماء بنت أبي بكر لا اعتبار له أمام اتفاق المصادر على نسبها الأصيل، لأنها قد جنفت عن الحق واستندت إلى البغض الذي تكنه أسماء بنت أبي بكر وابنها عبد الله بن الزبير لمحمد لامتناع محمد عن البيعة مع جماعة من بني هاشم لابن الزبير عندما دعا البيعة لنفسه في مكة بعد مقتل الامام الحسين (ع) .

فلم تجد أسماء في محمد ولا في أمه ما يُعاب فالتجأت إلى هذا القول الرائف للتقليل من شأنهما، ومما يؤكد ذلك أنه لم يرد مثل هذا القول من غيرها من نساء المهاجرين والأنصار وخاصة أسماء بنت عميس التي كانت خولة في دارها بعد سببها فأكرمت مَثَواها، كما يدل اسم خولة على أصلها فهو اسم عربي صميم.

وتدحض قول أسماء رواية ما ورد عن الإمام الصادق (ع) ما نصه: وقع بين الحسين بن علي ومحمد بن الحنفية كلام، حبس كل واحد منهما عن صاحبه، فكتب إليه محمد بن الحنفية:

محمد طاهر الصفار

عراقية من البصرة عملت أمانة مكتبة البصرة المركزية، وفي آذار 2003 كانت الحرب تلوح في أفق البصرة، يوم دخلت قوة عسكرية عراقية لتنصب مضاد للطائرات فوق مكتبها المركزية التي تضم كتب ثمينة ومخطوطات قديمة .

حافظت على أرث العراق الثقافي عالية محمد باقر.. قصتها ادهشت الأعلام الغربي

وفي مطلع نيسان 2003 ومع اقتحام القوات البريطانية المشاركة في غزو العراق مدينة البصرة، اتخذت عالية قرارها رغم معارضة المسؤولين الحكوميين، لتقوم بنقل أهم الكتب والمخطوطات بالتعاون مع موظفيها من المكتبة المركزية إلى منازلهم، خشية أعمال النهب والتخريب التي تعرضت لها المؤسسات الحكومية.

إرث ثقافي

تقول عالية التي شغلت منصب أمانة مكتبة البصرة نحو 33 عاما، لم يكن يدفعني إلى تلك المهمة اعتبارات وظيفية بل كانت إنسانياتي وتعليمي ومجتمعي وأخلاقي للحفاظ على الكتب من الضياع أو التلف.. وبعد أن تحولت المكتبة إلى ثكنة عسكرية يشغلها محافظ البصرة آنذاك خلال حرب 2003، طلبت منه نقل الكتب لكنه رفض بأصرار غير مبرر، وخوفا من تعرضها للقصف اتفقت سرا مع الموظفين على نقلها إلى منازلنا، ومع دخول قوات الاحتلال إلى المدينة تعرضت المكتبة لسرقة الأثاث والأجهزة.

عمل بطولي

لم يخطر في بال عالية في تلك اللحظات الحرجة غير الحفاظ على أكبر كمية من كتب المكتبة المركزية في البصرة، والتي تأسست العام 1931، فبادرت لنقل الكتب إلى المطعم المجاور قبل أن تنقلها إلى منازل بعض موظفيها وعمال المطعم الذين ساعدوها في مهمتها، حتى تمكنت من حماية قرابة ثلاثين



تخطيط - ميس مؤيد

المرأة التي أنقذت مكتبة البصرة

قصة حقيقية من العراق



تأليف ورسوم جانيت وينتر

هاشيت
أنطوان
أ.ع

سكان المنطقة بمعظمهم لا يجيدون حتى القراءة والكتابة، إلا أنهم استشعروا أهمية ما يقومون به من انقاذ للمعرفة والعلم!

فقد تمكنت ورفقاها من تهريب 30 ألف كتاب من المكتبة إلى منزلها، عبر لها داخل ستائر وحملها إلى المكان المتفق عليه.

واشتعلت نيران الغزو على العراق وصبت جام غضبها على كل شيء جميل وكانت مكتبة البصرة الكبيرة إحدى ضحاياها، إلا أن الكتب في مخبئها الأمين قبل أن تحترق المكتبة بالكامل ولم يبق منها إلا الرماد، و60% من أهم الكتب والمراجع والمصنفات تختبئ في منزل عالية المرأة الشجاعة المليئة بالوطنية وحب الارث الحضاري الذي يقبع في طبقات الكتب الثمينة.

حماية الفكر

كانت المراسلة الأمريكية (شيليا ديوان) تراقب حملات إخلاء الكتب والمراجع، تسجل تحركات هذه المرأة البصراوية الشجاعة، تلتقط لها الصور، لاحقتها سرّاً حتى بيتها، وشاهدت الكتب مكدسة في كل مكان من المنزل، على الأسرة وفي الخزائن والشبابيك والطاولات وفوق الأرض.. أبهرها المشهد بحسب ما نقل عن مشاهداتها، وأعجبت بحرص (عالية) على حماية التراث الفكري والثقافي والعلمي لمدينتها، التي نهشتها غرban الشر، فكتبت مقالة عن تضحياتها، نشرتها جريدة (نيويورك تايمز) بعددها الصادر في السابع والعشرين من تموز العام 2003

افضل القصص

قرأت الكاتبة الأمريكية (جانيت ونتر) ما كتبه (شيليا) فحفرها لكتابة واحدة من أروع قصص الأطفال باللغة الانجليزية، حملت عنوان (أمنية مكتبة البصرة) نشرتها مؤسسة (هاركورت) العام 2005، وفازت بالجائزة الأولى في تلك السنة كأفضل قصة أميركية للأطفال، ثم ترجمت في العام التالي إلى اللغة الإيطالية لتنال أعلى الجوائز في مهرجان يقام في مدينة (بارما)

هذا الكتاب "موظفة مكتبة البصرة" يُقرأ اليوم في مختلف أنحاء العالم، و تُرجم إلى الفرنسية والاسبانية والروسية واليابانية، وتم تحويله لاحقاً إلى مسرحيات عالمية للأطفال تعرض منذ بضعة سنوات بلغات عدة.

احتفاء وتكريم

مكتبة البصرة المركزية أعيد بناؤها وأعادت عالية الكتب إلى مكانها، وتم تعيينها كمديرة لها. ونظم البيت الثقافي في البصرة بمقره تجمعاً للاحتفاء بتكريم مديرة المكتبة المركزية العامة في المحافظة ومنحها "درع الإبداع الثقافي".

سعاد البياتي

ألف عنوان من أهم الكتب والمخطوطات قبل أن تُحرق المكتبة كباقي المؤسسات الحكومية.

كانت تخشى من نسف وحرق التراث العراقي الموجود فيها، فطلبت من السلطات العراقية آنذاك نقل الكتب إلى بيتها ولكن طلبها رفض، لتجاذف بحياتها المهنية بشجاعة حيث قامت بتهريب الكتب ليلاً وبمساعدة أهل المنطقة الذين كانوا يعملون قرب المكتبة.. مع علمها أن من ساعدها من

كانت تخشى من نسف وحرق التراث
العراقي الموجود فيها، فطلبت من
السلطات العراقية آنذاك نقل الكتب
إلى بيتها ولكن طلبها رفض، لتجاذف
بحياتها المهنية بشجاعة حيث قامت
بتهريب الكتب ليلاً وبمساعدة أهل
المنطقة الذين كانوا يعملون قرب
المكتبة.. مع علمها أن من ساعدها
من سكان المنطقة بمعظمهم لا
يجيدون حتى القراءة والكتابة، إلا
أنهم استشعروا أهمية ما يقومون
به من انقاذ للمعرفة والعلم!

ميزانية البيت



لم أجد وصفا أجمل وأدق من كلمة (الميزانية)
فالمرأة المدبرة الحكيمة في البيت مثل الميزانية
التي تحمي الأسرة من الانحراف وتصون الرجل
من الإسراف
وتحب الاولاد دون ميل أو محاباة



والنهار في تربية الأولاد وإدارة البيت والمزرعة
جنباً إلى جنب مع الرجل، دون أن ترفع أحداً من
شعار المساواة، سوى الحياة المشتركة الهادئة
وتوزيع الأدوار بصورة طبيعية مدهشة، بين الرجل
والمرأة، وفي الأغلب تكون الأم محور التضحية والحنان
والرفقة الطيبة والملاذ عند الشدة!
اليوم يضاف التعليم والعمل إلى واجبات المرأة
وشخصيتها، لكن عنصر القوة الحقيقي يظل في
قدرتها على الموازنة بين تلك الواجبات والأدوار
دون أن تفقد الاتجاه الصحيح، في بحر هائج من
المغريات.

د. محمد فليحي

الميزانية من الميزان والتوازن، وهي تطبق في
كل مجالات الحياة وبالأخص الشؤون المالية،
ولذلك يدور جدل وحوار سياسي طويل في
البرلمان قبل إقرار الميزانية المالية السنوية، حيث
تعرف كل جهة ما يرد وما يصرف وما يفيض،
ويوضح كل قنطار في مكانه الصحيح، كما
يفترض، وليس في جيوب الفاسدين، الذين كسروا
الميزان!

ميزانية البيت تظل الأكثر أماناً وعدلاً ودقة!
الرغبة من عواطف المرأة التي يغريها كل جميل
ويجذبها كل جديد ولكن ربة المنزل الذكية تجعل
من عقلها قبل عاطفتها ميزاناً دقيقاً لضبط قيمة
الأشياء وثمرتها وفائدتها.

في ظل عصر تحكمه الاضواء والمغريات والاعلانات،
في مجتمع الاستهلاك السريع نتذكر الجدات
الحكيما الصابرات وهن يواصلن الليل



تزيل التعب والهموم

ضحكات الاطفال.. (صيد لادامة الحيوية والحياة



كأنَّ السماءَ تفتَحُ أبوابها بأريج النعيم، وتهبُّ نسائم العافية على القلب، كلِّما تفتَحُ أزهار ضحكاتهم وهم يستقبلون آباءهم المتعبين من مشقة يوم طويل من العمل والاجتهاد، ها هم أطفال حياتنا وزينتها التي أنعم الله بها علينا لاتزان الخلق وإدامة الحياة لجيل بعد جيل

التي تليق بنا وبأطفالنا، ولا أجمل من أن نرسم الضحكة على وجوههم، والتي بالمقابل تمنحنا زخماً معنوياً ورصيماً من الحيوية لمواجهة تحديات الحياة، ضحكهم هي المتنفس الجميل في حياتنا، وبراءتهم بلسم لجراح الأيام. تقول أم ليث: "أحب دائماً أن أرى الابتسامة على وجه طفلي، فهي تخفف التعب وتقلل من عناء العمل، بل تعطيك أملاً بالحياة لتستمر وتؤدي ما عليك فيها، ونصيحتي للآباء والأمهات أن يسعوا دائماً لرسم البسمة على شفاة أبنائهم فهم بذرتهم المباركة التي بذروها في الحياة، وكذلك يعلموهم أن يبتسموا للجميع وينشروا دفء ضحكاتهم البريئة .

من الناحية النفسية يصنع الضحك لاسيما ضحكات الأطفال البريئة حالة نفسية مستقرة وراحة للبال وتعزيز الثقة بالنفس، فضلا عن انه يزيد من تدفق الدم في الشرايين، ويرى البعض ان الضحك نعمة يتميز بها الإنسان تساعد على دفع الملل والتشاؤم والاكتئاب الناتج عن جد وصرامة الحياة

منظور نفسي

أثبتت بعض الدراسات والبحوث بشكل دقيق وعلمي بأن الضحك أفضل علاج للاضطرابات والضغطات النفسية، وذكرت دراسات أخرى أن الضحك علاج فعال للإجهاد وحالات الصداع وآلام الظهر وسوء الهضم واضطراب ضربات القلب ويعد بديلاً ناجحاً لبعض العقاقير الطبية.

فمن الناحية النفسية يصنع الضحك لاسيما ضحكات الأطفال البريئة حالة نفسية مستقرة وراحة للبال وتعزيز الثقة بالنفس، فضلا عن انه يزيد من تدفق الدم في الشرايين، ويرى البعض ان الضحك نعمة يتميز بها الإنسان تساعد على دفع الملل والتشاؤم والاكتئاب الناتج عن جد وصرامة الحياة، وعندما تنبعث من الأطفال الصغار فهي تعطي طاقة إيجابية لمواصلة حياتنا اليومية، وعلمياً أيضاً أثبتت الدراسات بأن الضحك يساعد على وصول وزيادة الأوكسجين الى الرئتين لينشط الدورة الدموية، كما يطلق طاقة إيجابية مخزنة داخل الجسم، فضلاً عن تحفيز خلايا الجسم الخاملة.

ضياء أبو الهيل

وهل هناك أجمل من الطفولة والبراءة والعواطف الجياشة والذكريات التي لا تنسى تبقى راسخة في الأذهان، تحمل معها مشاق وصراع الحياة لتأمين متطلبات الأسرة والمسؤولية الكبيرة التي تقع على عاتق الآباء والأمهات، حتى تنجح ضحكات الأطفال الجميلة بتخفيف وطأتها. (قوارير) شاركت الآباء والأمهات الحديث عن هذا الإحساس المرهف والجميل فيما يجوده بابتسامات أطفالهم، وكانت لها هذه الوقفة.

يقول مرتضى جليل، أب لأربعة أطفال: "لا شك أن ساعات العمل من الثامنة صباحاً إلى الثالثة عصراً في فترة الدوام الرسمي للوظيفة الحكومية هي وقت طويل مجهد ومتعب وتحمل المسؤولية وقضاء حوائج الناس والمراجعين، بالإضافة الى الالتزامات المالية من سلف والتزامات مالية لتمشية الحياة اليومية ومتطلباتها، لكن عندما أعود إلى البيت في حالة مزاج سيئة من جراء هذا الثقل اليومي وألتقي الأولاد وهم فرحين يضحكون بكل براءة وعفوية ينتابني شعور لا يوصف من الارتياح والبهجة والسرور والذي يخفف بشكل كبير مشاق هذا اليوم المتعب .

ويتابع حديثه، "صدق الخالق العظيم عندما وصف المال والبنين بزينه الحياة الدنيا، والحمد لله على جميع نعمه التي أنعم بها علينا، فهي لا تعد ولا تحصى".

أما حيدر محمد، أب لثلاثة أولاد فيقول: "شعور جميل ان ترى الضحكات على وجوه الأطفال والأسرة بشكل عام، فأنا أشعر بارتياح وارتخاء للأعصاب جراء ضغوط العمل وتحديات الحياة ونعمل بجهد لإدامة الفرحة والابتسامات والضحكات الرائعة على محيا العائلة لتسودها الألفة والمحبة والترابط".

زينة الحياة

ويضيف محمد، "الأطفال هم جيل المستقبل ونعقد عليهم آمالاً عريضة لتكملة المشوار، ولاشك أن ضحكاتهم البريئة دافع قوي وجرعة نشاط حيوي نفسي ومعنوي وصبر على الشدائد والمصاعب التي نعيشها.

بينما تعرب السيدة أم علي وهي ربة بيت وأم لثلاثة أطفال، عن سعادتها بما أنعم الله عليها من الذرية الصالحة، قائلة: "الأطفال هم طيور الجنة وزينة الحياة وفاكهتها الطيبة، وكما من عمل شاق وجهد أواجهه في عملي بالتدريس، حتى يذهب في لحظة العودة الجميلة للبيت، فمجرد ما أشتاق لهم وألتقي بهم بعد انتهاء الدوام، وكأن شيئاً لم يحصل وكل تعب الحياة يزول فجأة.

ويتابع حديثها، "أسعى أنا وزوجي إلى تأمين الحياة السعيدة

لرسم الابتسامة على شفاه مليون طفل ألان سرحان:

عملي رسالة انسانية لعالم يسوده السلام

"من يرميني بالرمصاص ارميه بالورد" بهذه العبارة بدا المهرج ألان سرحان من اصول عراقية "شكالي" تولد دمشق عمله بحثا عن ابتسامة يرسمها على وجوه الاطفال، فالحروب والدمار الذي تعرضت له المحافظات العراقية صنعت حاجز لدى سرحان بدخول معترك الحياة وان يكون طبيبا نفسيا عن طريق ارتداء ازياء بهلوانية قريبة من عالم يتمنى أن يسوده بعضا من الامان

سرحان في حديثه قال: "تهجرت من سورية بسبب الحرب ، وبعدما وصلت إلى أربيل، شعرت أنني بحاجة إلى رسم البسمة على وجوه الأطفال الهاربين من الحرب، فأنا أحس بمعاناتهم ووجعهم لأنني أعيش المعاناة نفسها متخذاً من شريحة الاطفال عالم خيالي لتحقيق احلامي التي اطمح اليها فقررت التنكر بزي بهلواني واقيم حفلات تطوعية بالمخيمات ودار الايتام ومراكز اطفال التوحد ومرضى السرطان معتمدا على الرقصات والدبكات الفلكلورية التي كثير ما كانت في مخيلتي طورتها وعملت بها لادخال الفرحة في قلوب الاطفال بغض النظر عن الوانهم وقومياتهم ودينهم.

للانسانية رسائل

وتابع ، التهريج والحركات البهلوانية رسالة انسانية اكثر





**نزع الطاقة السلبية وصور الحروب
والدمار التي أثرت على افكار
الاطفال وقابلياتهم هي اساس
عملي كطبيب نفسي وفني
ليكون له دوراً فعالاً ومميزاً
في المجتمع**

مماهي مهنة عادية تحقق الذات، سيما في التعامل مع اطفال من مختلف الفئات العمرية، فمنهم من هو مقبل على عمليات جراحية بسيطة ومنهم من يعاني من امراض مزمنة وخطيرة، وهنا عليك أن تكون إنساناً من الدرجة الأولى، بشوشاً وعطوفاً، مشيراً اشارك اطفالي معي بالحفلات حيث يتنكرون هم ايضاً بزي المهرج لكي يتعلموا معنى الانسانية والمحبة والتواصل الايجابي مع الاطفال، مبيّناً الى حد هذه اللحظة ساهمت برسم البسمة على شفاه 22 الف طفل والحمد لله لكن هدفي هو الوصول الى قلب مليون طفل.

سرحان الذي يقدم هذه الاعمال تطوعاً من دون أي مقابل، يشعر بالأمان والطمأنينة عندما يساهم بجعل الأطفال بيتسمون ويفرحون موضحاً عندما أخفف معاناة الأطفال وأصبح سبباً في إسعادهم، أكون قد خففت من معاناتي ووجعي أيضاً، فنحن نعيش نفس الألم متمنياً أن يعود الكل إلى أوطانهم وأماكنهم وديارهم، وأن نعيش جميعاً في عالم يسوده السلام والاستقرار.

دعم نفسي

يذكر انه درس علوم الحواسيب بعدها انتقل الى مدينة الحسكة حيث تعين اعلامياً لفرع الاتحاد الرياضي، وفي العام 2013 قرر اللجوء الى اقليم كردستان العراق والعمل بمنظمات مدنية كداعم نفسي واجتماعي للاطفال اللاجئين والنازحين ليكون انساناً فاعلاً هناك .. ويمارس هوايته في بهجة الاطفال وتنمية قابلياتهم لكسب طاقات ايجابية نحو التقدم الاجتماعي والدراسي .. لان حسب نظره ان نزع الطاقة السلبية وصور الحروب والدمار التي اثرت على افكارهم وقابلياتهم هي اساس عمله كطبيب نفسي وفني ليكون له دوراً فعالاً ومميزاً هناك.

رشا الطائي



في العالم الافتراضي فايروسات عنيدة تخترق خصوصية المتصفح !!

لم يعد أحدًا اليوم في معزل عما يجري في الأوساط الافتراضية، فجرائم الابتزاز الإلكتروني كونها أكبر المشاكل التي تواجه مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي، واقتحام الخصوصية التي تمثل المشكلة الأكثر انتشارًا في الوسط الافتراضي، وما بينهما من جوانب سلبية تلقي بتأثيراتها بطرق مختلفة، تثير لدينا حزمة من التساؤلات:



لابد أن نتأمل قليلا في طريقة تعاملنا مع مواقع التواصل الاجتماعي، فبعد حضورها الكبير في تفاصيل حياتنا اليومية أصبحنا مجبرين على الاعتراف بها كوسيلة معاصرة للتواصل والتفاعل مع الآخرين، لكن يظل الحذر والوعي سيدا الموقف

مما يعطي مجالا للسيطرة على خصوصية المستخدم أو الاطلاع عليها، وهناك جانب آخر هو وضع الصور العائلية في المحفوظات في الموبايل يعطي مقدرة للآخرين بالاطلاع عليها وبالتالي اختراق الخصوصية، ويعمل بعض الهكرز على عمل صورة مزيفة عن طريق برامج فوتوشوب أو عمل فيديوهات مزيفة تبدو حقيقية عن طريق الاطلاع على بعض الخصوصية، التي يخزنها المستخدم في حاسوبه أو موبايله. وما تفضل به الدعمي يؤكد أننا نتحمل المسؤولية بشكل كبير لحماية حساباتنا الافتراضية، وتفعيل مبدأ الخصوصية واقعا، ومن ثم عكس هذا المبدأ.

ضعف الوعي

وبينت التدريسية زهراء الحداد/ قسم الصحافة جامعة أهل البيت (عليهم السلام) أن هناك اسباب متعددة لانتهاك الخصوصية في مواقع التواصل الاجتماعي، الا ان السبب الأول والأساس هو أن الجماهير لديها فهما عاما عن مفهوم عنها لا يتناسب مع حجم الموضوع اذا انهم يعتقدون أن الخصوصية هي فقط عدم التطرق للمواضيع الخاصة متناسين أن عمليات الإدلاء بمعلومات عن تحركاتهم وتبادلهم للصور بهدف التسلية ودخولهم لروابط غير موثوقة تساعد الهكرز وبعض المغرضين في ابتزازهم او مشاركة معلوماتهم الخاصة او سرقة صورهم وغيرها من الأمور.

فضلا عن ضعف الوعي القانوني لدى جمهور هذه المواقع وعدم إسهام بلدانهم في نشر الوعي وتثقيف المجتمع وتعريفهم بحق الخصوصية، لذلك لابد من إقامة حملات توعية للشباب لمساعدتهم في التعرف على مفهوم الخصوصية بشكل دقيق وتوضيح القوانين المتعلقة بتنظيم النشر الالكتروني فضلا عن تحديد القوانين الخاصة بالجرائم الالكترونية لتكون بمثابة رادع لكل شخص يحاول انتهاك خصوصيات الآخرين والاساءة لهم في هذه المواقع، ومساعدتهم في تحديد النقاط الدقيقة المتعلقة بحماية ذلك. "

هل يعرف المستخدم حماية بياناته الشخصية بالشكل المناسب لضمان خصوصيته، وتجنب الوقوع في شرك المخرقين؟

هل يتقن اختيار ما يقوم بنشره من مشاركات واقتباسات؟

هل ما يدونه على صفحته الشخصية مناسباً للطرح أمام جمهور متباين العمر والهوية والتفكير؟

هل ما يضعه من بيانات على البروفايل الشخصي لا تحد من مساحة خصوصيته؟

تحديد الموقع، ونشر أماكن الزيارات، وتضمين الحالة المزاجية، ونشر القصة اليومية.. وغيرها كثيرا من الإجراءات الفيسبوكية؛ ألا تمنع الشخص من حماية نفسه من قبل المستهدفين فيما لو كان شخصية عامة أو معروفة؟

نشر الأفكار غير المنفذة أو قيد التنفيذ، والتعبير عن المشاعر الداخلية بوضوح مطلق.. أليست من الأمور الخاصة والواجب الاحتفاظ بها بحرص؟

ردود ولكن!

هذه التساؤلات لا تتوفر لها أجوبة نموذجية للأسف، لأن لكل مستخدم ظرفا خاصا، وكمية وعي مختلفة، وقدرة على إدراك الاستخدام الأمثل إذ تتراوح بين إتاحتها لكل شيء يقوم بعمله بشكل عشوائي وغير منظم، وبين تخطيطه لنشر الملائم فقط وتحصين بياناته بما توفره شركة الفيس بوك من إعدادات كثيرة في حقل الأمان والخصوصية؛ لذا ومما تقدم من هذه الأسئلة نستخلص نتيجة واضحة دون ردود فعلية إن الفيس بوك ليس برنامجا سهل الاختراق في حال تمت إدارته بشكل مدروس، ولا ينشر أمورنا الخاصة دون إذننا وذلك باختيارنا للمادة المنشورة سواء كانت نصا أو صورة أو مقاطع فيديو.

لابد أن نتأمل قليلا في طريقة تعاملنا مع مواقع التواصل الاجتماعي، فبعد حضورها الكبير في تفاصيل حياتنا اليومية أصبحنا مجبرين على الاعتراف بها كوسيلة معاصرة للتواصل والتفاعل مع الآخرين، لكن يظل الحذر والوعي سيدا الموقف.

اختراق

الدكتور غالب الدعمي / رئيس قسم الصحافة في جامعة أهل البيت (عليهم السلام) وأحد المختصين في معالجة قضايا الابتزاز الإلكتروني بين :

أهم اسباب اختراق الخصوصية للمستخدمين يعود بالدرجة الاساس لضعف حماية المستخدم نفسه من عمليات الهكر أو الهكرز، وعلى سبيل المثال يقوم بعض المستخدمين بالدخول لبعض الروابط المجهولة

في العالم الازرق

رحلة هروب من الواقع الى الوهم

وجدت غايتها المنشودة خلف شاشة هاتفها المحمول لتكون كما أرادت دوما تلك الفتاة المثالية، الجميلة الساحرة، التي لا تمت لواقع حالها بصلة! هربت من واقعها لتستوطن في وهم طوفان العالم الافتراضي. انها حكاية لفتاة بين الكثير من الاشخاص على الشاكلة نفسها، اذ يتنكرون لذاتهم ليعيشوا شخصية مزدوجة في صفحات مواقع التواصل، لربما تقودهم الى عواقب وخيمة.

في هذا الجانب كانت لـ (قوارير) هذه الجولة الاستطلاعية:

المنافس الكبير

حدثنا كرار الشمري بكالوريوس لغة عربية قائلاً: في العام (2009) دخلت العالم الافتراضي المنافس الكبير والخصم القوي للعالم الواقعي، أذ كان التواصل يُختصر على برامج محددة، كنتُ أذهب لبعض مراكز الأنترنت لاستخدامه مقابل أجر، أشاهد بعض الشباب منغمسين في مراسلة بعضهم بعضاً، كنت أرى انبهارهم ودهشتهم بهذا العالم الجديد الذي دخل لحياتنا دون سابق إنذار.

وأضاف لفتت انتباهي في أحد الأيام قهقهة عالية لأحد المستخدمين، أجبرني فضولي أن أشاهد في شاشته ما المضحك، فرأيت أن المرسل قد بعث له رمزا تعبيريا ساخرا دون مستوى التفاهة، فأيقنت وقتئذ بأن كثيرا من الشباب سوف يقتلون أوقاتهم من أجل أشياء تضرهم، اذ شهدت اليوم سطحية بعض الناس في نشر كل شاردة وواردة عن حياتهم إلى إن وصلوا حد الهوس، و بعضهم أنشأوا صفحات بأسماء وهمية ليعبروا عن آرائهم بحرية وهذا من حقهم، وهناك بعض آخر ضرب على الوتر نفسه بطريقة غير الصحيحة، وهي التشهير والتضليل ونشر الأكاذيب وغيرها من الأمور السلبية المنافية لكل القيم..

ويرى الشمري: ان الامر أصبح واقع حال، واصلاحه وصد الأضرار الناتجة عن تفشي هذه المواقع، يبدأ





مرتضى خضير



كرار الشمري



د. عبد عون المسعودي

بالأطفال وذلك باستبدال جهاز الجوال الذي بين ايديهم بكتاب قيم ومفيد

بين الواقع و الوهم

تعترف منى وهو أسم مستعار أنها تتقمص شخصيتين في العالم الأزرق بعيدة عن ضغوط زوجها وتدخله بخصوصياتها، إذ تعدّه متنفسها، كما هي لا تخشى العواقب إن إكتشف سرها المكنون كما وصفته اما مرتضى خضير طالب جامعي أكد بأن حسابه الثاني للتسلية لا غير، وليس بالضرورة ان يكون الشخص يعاني من مشكلة نفسية اذ عاش بشخصية مغايرة في العالم الافتراضي، لربما هو نوع من الهروب لما يعانيه اغلب الشباب من البطالة وغيرها من المشاكل الاجتماعية والاقتصادية.

رؤية نفسية

الدكتور عبد عون المسعودي استاذ علم النفس في جامعة كربلاء المقدسة، اشار الى ان تقنيات العصر الحديث ومنها مواقع التواصل الاجتماعي له فوائد كثيرة، الا ان هذا العالم في الجانب الآخر يضم مشاكل كثيرة، أولها حالة الإدمان التي تبعد الإنسان عن واقع الحقيقي أحياناً، إذ ان البعض وجد فيه مكاناً للهروب من ذلك الواقع، حتى أصبح عادة سلوكية من الصعب التخلص منها في العراق الذي يعج بالمشاكل في كل جوانب الحياة.

فضلاً عن الكبت والحرمان والإحباط لدى الكثير، جعلهم ايضا يذهبون إلى العالم الافتراضي ليحققوا مالم يستطيعوا تحقيقه في الواقع ومواجهة مشاكلهم، بل سعى البعض إلى

استخدامه كوسيلة للتفريغ النفسي من خلال التهجم على من لا يستطيع مواجهتهم وجها لوجه. اما طرق العلاج برأي المسعودي فهي تبدأ من مبدأ أن وراء كل اضطراب نفسي هناك مشكلة في حياة المضطرب، و من أولويات العلاج يجب الوقوف على مشاكلهم وحلها، وهذا يقع على عاتق الاسرة، والمجتمع، والحكومة.

ثم الانتقال إلى عملية

العلاج من خلال إطفاء

سلوك الإدمان وتعزيز

سلوك مضاد له

من خلال حثهم

بالاندماج مع الآخرين

في الواقع، والتحدث

اليهم بمواضيع شتى،

ومحاولة البقاء معهم

لأكبر وقت ممكن.

قوارير



يعيون تسير نحو التألق والابداع حصدت المصورة الهاوية لفن التصوير فاطمة تحسين الموسوي على خفايا الطبيعة واليوميات بشكل ساحر واناقة انشوية لهذا الفن الرفيع..
(قوارير) تشجع الهواة والمبدعين





قارئ الرقم المسماري

هل جربت يوما ان تكتب اسمك باللغة السومرية , قد تستطيع ذلك بمساعدة الآثاري الشاب احمد لفته احد اعضاء فريق (الابلالو) الذي شارك مؤخرًا في مهرجان عشتار تقرأ في محافظة بابل من خلال زاوية خاصة لكتابة اسماء المشاركين في المهرجان بالخط المسماري فكان محط انظار الجميع

فريق (الابلالو) لحماية الموروث الحضاري يتكون من مجموعة ناشطين مدنيين ومتطوعين من مختلف الاختصاصات هدفهم احياء امجاد الحضارات السابقة والنهوض بالمستوى الثقافي للبلد الى جانب احياء اللغة السومرية والكتابة المسمارية التي تعد أقدم لغة كتبت في التاريخ منذ الالف السنين

يحمل لفته شهادة البكالوريوس في الآثار العراقية من جامعة الكوفة ويعرف بحبه الشديد لفك رموز الخط المسماري وقد ترجم هذا الحب من خلال صفحته الشخصية على مواقع التواصل الاجتماعي التي حملت اسم قارئ الرقم المسماري او مسماريات وتطبيقه العملي لما درسه سابقا فنالت اعجاب الالف من المتابعين.

وهو احد اعضاء فريق (الابلالو) لحماية الموروث الحضاري الذي يتكون من مجموعة ناشطين مدنيين ومتطوعين من مختلف الاختصاصات هدفهم احياء امجاد الحضارات السابقة والنهوض بالمستوى الثقافي للبلد الى جانب احياء اللغة السومرية والكتابة المسمارية التي تعد أقدم لغة كتبت في التاريخ منذ الالف السنين وتعريف الناس بحضارة العراق تحت شعار اللغات القديمة بين الانقراض والاستمرار .

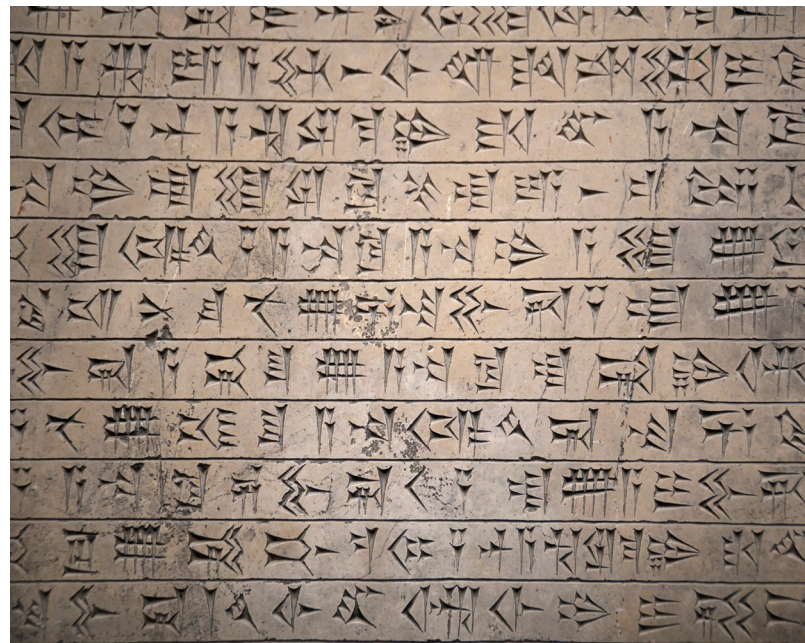
فك الرموز

اما كلمة الابلالو و بحسب ما جاء في القاموس الاشوري فهي تعني الحكماء السبعة الاسطوريين وهم الذين علموا البشر اصول العمران في المدن القديمة. يذكر ان مجموعة GCI عقدت اتفاقية عمل مع الآثاري احمد لفته لأطلاق برنامج مشترك لأحياء الموروث الحضاري تزامنا مع ادراج بابل ضمن لائحة التراث العالمي كما نشرت مجلة (المدينة برلين) التي تصدر باللغتين العربية والالمانية بعمل تقرير مفصل عنه وامكانيته الرائعة في فك رموز الرقم المسمارية.

شهادات

كما يدرس لفته الماجستير حاليا ولديه عدة شهادات منها اساليب العرض المتحفي وتراث الجذب السياحي وشهادة استخدام التقنيات الحديثة في حقل العمل الآثاري وشهادة صيانة المباني واللقى الاثرية وشهادة علم المتاحف والرسم الهندسي في علم الاثار ومشاركات متعددة في مختلف مهرجانات محافظة بابل .

بابل - ساجدة ناهي





تصوير - حيدر الحيدري



ساعتان بين العشاء والسرير.. غير ضروري

اقترحت دراسة علمية جديدة أن ترك فجوة لمدة ساعتين بين تناول العشاء والذهاب إلى السرير ليس مفيدًا بالضرورة لصحتك. من الشائع أن تناول الطعام قبل وقت قصير من النوم يمكن أن يكون له تأثير ضار طويل المدى على صحتك مما يؤدي إلى مشاكل مثل زيادة خطر الإصابة بالسرطان.

**تكلف الوصفات الطبية لمرضى
السكري مليار دولار من الخدمات
الصحية الوطنية وخلال الدراسة راقب
الباحثون أيضًا مستويات HbA1c
للمشاركين إضافة إلى مستويات
السكر في الدم لدى الأفراد خلال فترة
شهرين إلى ثلاثة أشهر**

المجموعة خلال الدراسة حيث ارتفع من 5.2 في المائة في العام 2012 إلى 5.58 في المائة في عامي 2013 و 2014 واستنتج الباحثون إلى أن ترك ساعتين على الأقل بين تناول الطعام والذهاب إلى السرير كان له تأثير ضئيل للغاية على الجسم. ووجدوا أن عوامل نمط الحياة الأخرى مثل ضغط الدم والنشاط البدني والشرب المفرط كان لها تأثير أكثر أهمية على مستويات السكر في الدم. بينما يعترف الباحثون بأن الدراسة قائمة على الملاحظة فقط، فإنهم يعتقدون أن نتائجهم تظهر أن هناك حاجة إلى مزيد من التركيز على تشجيع الناس على اتباع نمط حياة متوازن بدلاً من حث الناس على ترك فجوة لمدة ساعتين بين وقت نومهم ووجبتهم الأخيرة من اليوم.

ترجمة / قوارير

ومع ذلك ، يبدو أن باحثين من كلية الدراسات العليا للعلوم الصحية بجامعة أوكاياما في اليابان قد رفضوا هذا الادعاء مؤكدين إن ترك ساعتين بين آخر وجبة في اليوم ووقت نومك من غير المرجح أن يؤثر على مستويات السكر في الدم. في اليابان يُنصح الناس بترك ساعتين بين العشاء والسرير ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع. وحسب الدراسة التي نشرت في مجلة BMJ Nutrition بعنوان الوقاية والصحة قام الباحثون بتحليل البيانات التي تم جمعها بين العامي 2012 و 2014 من 1,573 من البالغين الأصحاء في منتصف العمر وكبار السن من أوكاياما في غرب اليابان.

لم يكن لدى أي من البالغين أي شروط صحية أساسية مرتبطة بمرض السكري وكان ثلثا المجموعة هم من النساء والاعلبية كانت أعمارهم أكبر من 65 عامًا. قام الفريق بتقييم أنظمة الأكل في المجموعة بالإضافة إلى عوامل نمط الحياة الأخرى مثل وزنهم ومدى سرعة تناولهم الطعام ومقدار النشاط البدني الذي يشاركون فيه وفيما إذا كانوا يدخنون.

ضئالة التأثير

تكلف الوصفات الطبية لمرضى السكري مليار دولار من الخدمات الصحية الوطنية وخلال الدراسة راقب الباحثون أيضًا مستويات HbA1c للمشاركين إضافة إلى مستويات السكر في الدم لدى الأفراد خلال فترة شهرين إلى ثلاثة أشهر. ذهبت أقلية من المشاركين بانتظام إلى الفراش خلال ساعتين من تناول العشاء بينما ارتفع قليلا متوسط مستويات HbA1c



كثيراً ما يأخذنا النظر الى ذلك الكوكب المدهش الذي يضيء لنا حينما يحل الظلام .. ويكون بمثابة الدليل الثابت واليقين المميز في اوقاتنا ومناسباتنا الدينية التي تشغل افكارنا في حساباتها، والعديد منا لا يدرك او لا يعي المراحل التي يمر القمر منذ ولادته وحتى اختفاؤه! ولانه يعد احد الظواهر الطبيعية المهمة والمحيرة احياناً .. وجدنا ان نتعرف عليه في هذا العدد من "قوارير"

لمراحلة دهشة !!

القمر.. من الهلال حتى العرجون القديم

التربيع الأول

في اليوم السابع من الشهر (القمرى) يدخل القمر في مرحلة "التربيع الأول"، وتتمكن رؤيته بعد غروب الشمس وقد غمر النور نصفه. عند الدخول في هذه المرحلة يكون القمر قد أمضى ربع دورته الشهرية حول الأرض.

الأحدب المتزايد

وفي اليوم الثامن من الشهر القمري تزداد مساحة النور على سطح القمر ويُرَى بعد غروب الشمس ويبدو أقرب إلى الأفق الشرقي، ويسمى حينها بالأحدب المتزايد.

البدر

بعد مضي 14 يوماً و18 ساعة من الشهر يصير القمر بدراً،

بدء نقراً

يمر القمر بثمانى مراحل، إذ يولد على شكل هلال لامع ضئيل ويتعاطم حجمه وسطوعه إلى أن يصير بدراً، وعندها تبدأ مرحلة الانحدار والتقلص حتى يعود كالعرجون القديم ثم يغمره الظلام. وفيما يأتي الأطوار التي يمر بها وجه القمر.

الهلال

أول منزلة للقمر تسمى الهلال إذ يكون قد ابتعد عن نقطة الصعود وسلك طريقه إلى سماء نصف الكرة الشمالي.. وفي هذه المرحلة تمكن رؤية القمر لفترة وجيزة في الأفق الغربي بعد غروب الشمس بقليل. ويبدو على شكل هلال دقيق لامع، لا يلبث أن يغيب تحت الأفق.



الشمس، ويسمى حينها بالتربيع الثاني.

الهلال الثاني

بعد مضي 25 يوما من الشهر يدخل القمر منزلة "الهلال الثاني"، ويلاحظ أن النور لم يعد يغطي إلا قسما صغيرا من طرفه.

المحاق

في آخر يوم من الشهر يبلغ القمر نقطة الصعود ويصبح بين الأرض والشمس على استقامة واحدة، ويغمر الظلام كامل وجهه ويغيب تحت الأفق مع مغيب الشمس وتسمى هذه الوضعية بمنزلة المحاق وبحالة الاقتران.

إذ يغمر النور كامل وجهه.. ويقال حينها إن القمر في حالة تقابل أو استقبال مع الشمس. وبعد بلوغه منزلة البدر يتأخر يوما بعد يوم في البرزوخ بمقدار خمسين دقيقة، كما يأخذ النور بالانحسار شيئا فشيئا.

الأحدب المتناقص

بعد مضي 18 يوما وعشر ساعات على بدء الشهر القمري، يكون الخط الفاصل بين الجزء المنار والمظلم خطا منحنيا، وحينها يسمى القمر بـ"الأحدب المتناقص".

التربيع الثاني

عندما يمضي من الشهر 22 يوما، يتقلص نور القمر ويلاحظ تأخر بزوجه حوالي خمس ساعات تقريبا بعد غروب

قوارير



لا للتبذير في الشهر الفضيل

غالباً ما تزداد مصروفات الأسرة خلال شهر رمضان، وهو ما يكون نتيجة اتباع سلوكيات شراء وإنفاق خاطئة، تتعلق بالمشروبات والمأكولات التي تستهلكها العائلة، كذلك مستلزمات العيد من ملابس ومفروشات جديدة للمنزل وكل ما يتعلق بالمخبوزات والحلويات، دون التخطيط والتكيز على الضرورات، مما يترتب عليه اضطراب الميزانية، ومن ثم إرهاقاً مالياً. يشير علماء الاجتماع إلى أنه لكي تقوم الزوجة بشراء جميع متطلباتها في شهر رمضان دون أن تؤرق زوجها، لابد من وضع خطة تليق بميزانية المنزل ولا تقصر في احتياجات الأسرة، وفي ذات الوقت تحمي من العادات الشرائية الخاطئة، مع أهمية التخطيط قبل الشراء. والموازنة بين الإمكانيات المالية ومتطلبات المنزل، كما يجب التخلي عن فكرة التخزين التي توصف بالشراء الشرائي، حيث تقوم المرأة بشراء احتياجاتها في رمضان واحتياجات العيد وما بعد العيد بحجة احتمالية غلق المحال والمتاجر، وهذه من أهم الأخطاء التي يمكن الوقوع فيها.

بركة السحور

يغفل الكثير أهمية وجبة السحور في شهر رمضان ولا يتناولونها، على الرغم من كونها من أهم الوجبات التي تكسب الجسم الطاقة والحيوية اللازمة ليستطيع الصوم لساعات أطول خاصة مع ارتفاع درجة الحرارة، فأهمية وجبة السحور تكمن في أنها تقلل من الإصابة بالصداع والإعياء والتعب أثناء الصيام، كما أنها تحافظ على مستوى السكر في الدم، وتنشط الجهاز الهضمي وتمنع شعور الفرد بالعطش والكسل والخمول خلال النهار وأثناء الصوم ويؤكد الأطباء أن وجبة السحور تعد أهم من وجبة الإفطار الرئيسية، لأنها تساعد الشخص على تحمل الصعوبات التي تواجههم أثناء الصيام، وقد قال رسول الله "تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكَه".



فرحة العيد

العيد هو الفرحة التي ينتظرها الصغار والكبار ليعبروا عن ابتهاجهم. يعشق الأطفال أيام العيد لما فيها من مرح وملابس جديدة وحلويات ومشاركة أمتع الأوقات مع الأهل والأصدقاء.. ولكن لا بد أنك تبحثين عن أفكار لتجعلي عيد هذه السنة متميزاً عن غيره.. تعرفي معنا على أفكار تساعدك على الاحتفال في عيد الفطر بشكل متميز. وملابس العيد من أكثر ملابس المناسبات التي تهتم الأمهات بشراؤها، حتى يظهر أولادها بمظهر اجتماعي لائق، وتتغافل بعض الأمهات عن أسس اختيار ملابسهم والتي أهمها راحة الطفل قبل أية شيء، فلتجمعي بين الراحة وبين الأناقة..

FASHION







متعة وغاية

والمساكين والمعوزين، وهذا الأمر من أجل الأمور، اقتداء برسول الله صلى الله عليه وآله .

ايضا من الامور المهمة والمشوقة إقامة مسابقات رمضان تحت على الخير وتزرع الأخلاق الفضيلة، وتعطي للأولاد القيم الصحيحة والأفكار النبيلة، والمعلومات الشرعية المفيدة، بأسلوب مشوق، وابتسام مضيئة، مع جوائز رمزية.

واخيرا تشجيع الأبناء الصغار على الصوم وقيام الليل، وجعل الصوم وقيام الليل أمراً متتالياً بعد انقضاء شهر رمضان، لكي يكون له تأثير على البيئة الأسرية .

من الضرورة أن يكون لرب البيت دوره في شهر رمضان ليزرع بهجة حقيقية فيه.

فالجلوس بعد صلاة الفجر ومدارسة القرآن سوياً وقراءة تفسير بعض الآيات يعد وقتاً ممتعاً.

كما ان تعليق بعض المطويات واللوحات الرمضانية في باحة (صال) البيت وفيها أوراق تتجدد يومياً عن شهر رمضان وما يتعلق به

وان قراءة كتاب بشكل جماعي عن فضائل رمضان وأدابه وما يتعلق بذلك، لتوعية الأسرة المسلمة بحق

هذا الشهر عليهم هو من ابواب الرحمة تعويد الأبناء والبنات على الصدقة وبذل الخير للفقراء

الكنافة الرمضانية

- تُكرر الخطوات السابقة، حتى الانتهاء من كمية الكنافة، ثم تُرص وحدات الكنافة في صينية مع مراعاة عدم نزع الغطاء البلاستيكي - تُغطى الصينية وتوضع بالبراد "الثلاجة" لمدة 20 دقيقة حتى تتماسك
يُسخن الزيت في إناء عميق، يُنزع الغطاء البلاستيكي من كل وحدة كنافة، ثم تُقلَى في الزيت حتى تحمر من جميع الجهات تُرفع على منشفة ورقية، للتخلص من الزيت الزائد، وتترك لتبرد قليلاً
تُحشى وحدات الكنافة بخليط الفستق، ثم تُرص في طبق التقديم، ويُوزع فوقها قليل من القطر

المقادير

نصف كيلو كنافة خصلات طازجة
زبدة سائلة للدهن زيت غزير للقلي
فستق صحيح
قطر

طريقة التحضير

- تُفرد خصلات الكنافة على الطاولة بطريقة مستوية على هيئة شرائط طويلة رفيعة، وتُرش بقليل من الزبدة السائلة تُلف الخصلات حول غطاء بلاستيكي صغير، مع الضغط الخفيف بأطراف الأصابع، للحصول على أكواب أو أساور بحجم مناسب، مع التخلص من الكنافة الزائدة





دعوة للرحمة

شكت ذات مرة احدى المطلقات من اجبار اهلها لها على الزواج ، رغم ان طموحها يتركز في العمل لتعيل طفلها ذات السنوات الخمس ، هي لازالت شابة وجميلة ومن بعض التفاصيل التي روتها لي اكدت ان شقيقها الاكبر يذكرها بضرورة الارتباط وان تنسى قضية العمل، وتري ان الحياة اكبر من الزواج وان تفكيرها يصب في امور مستقبلية قد يعيق الزواج رغباتها سيما وهي تمتلك موهبة الرسم ولديها اعمال يدوية لعمل الاكسسوارات وغيرها ، الا انها تعيش حالة من القلق بسبب الحاج ذويها لفكرة الارتباط .

نقول ان الاسلام يمنح للمرأة حقها في اختيار مايناسبها في قضية الارتباط ، لذلك لم يحدد الامر لوالديها في اجبارها بمن لا تريده زوجها ، ليقصر دورهما على الاقناع والنصح وتقديم المشورة ، وان حدث ذلك في بعض المجتمعات من اجبار الفتاة واکراهها على الزواج ، فذلك يعد من الجهل وعدم احترام المرأة ، لان الاسلام يحث على احترامها والمحافظة عليها وجعلها تقود حياتها بما يرضي الله سبحانه وتعالى ، فهذه المسألة لاينبغي لها ان تتطور في مجتمعنا كي لاتفضي الى نتائج غير محمودة وقد تكون عاقبتها سيئة في بدء المشاكل الزوجية واستمرارها ورفض الحياة، ولان الاسلام دعا الى الاهتمام بالاسرة والعناية بقضاياها لاسيما اختيار الازواج ، ومنح المرأة حريتها في القبول او الرد لان الله جل وعلا جعل في ذلك مودة ورحمة. ففي استشارة الاهل واحترام وجهة نظرهم تكون موضع تقدير ونجاح، سيما وان اغلب الارتباطات الزوجية الان تحدث في سن مبكرة وان مشورة الاهل واجبة وضرورية ، بيد انه لاتصل الى الاجبار والاکراه وفرض الارتباط بالقوة. وهي دعوة صريحة لمجتمعنا في التأني والمشاورة مع فتياتهن في قضاياهن المصيرية سيما الزواج.

**الاسلام منح
للمرأة حقها
في اختيار
مايناسبها في
قضية الارتباط،
لذلك لم يحدد
الامر لوالديها
في اجبارها بمن
لا تريده زوجها،
ليقتصر دورهما
على الاقناع
والنصح وتقديم
المشورة ، وان
حدث ذلك في
بعض المجتمعات
من اجبار الفتاة
واكراهها على
الزواج ، فذلك
يعد من الجهل
وعدم احترام
المرأة**

سعاد البياتري



تصوير - فاطمة الموسوي

