

المكتبة العلوية المقدسة..  
ذاكرة نابضة بالعلم وقداسة المكان

السحابة الاقتصادية ومبررات التبذير  
هل المرأة المتهم الأول؟

مبادرات أهلية تعيد للحبّي السكني  
نظافته وجماله الطبيعي

العدد الـ 89 - نيسان 2026  
شوال 1447

# للِقْوَارِير

L I L Q W A R E E R

مجلة نسوية ثقافية عامة تصدر عن شعبة إعلام النشاطات النسوية في العتبة الحسينية المقدسة (رقم الإيداع ٢٢٥١ دار الكتب والوثائق)

حين تتحول ريشة الطفل  
إلى رسالة انتماء





إعلام العتبة الحسينية المقدسة  
Imam Husain Holy Shrine Media



10

استفتاءات  
في استخدام الانترنت



24

البناء الهندسي في قصيدة  
بياض، لورود الموسوي



30

السهر الانتقامي:  
حرية بثمن باهظ



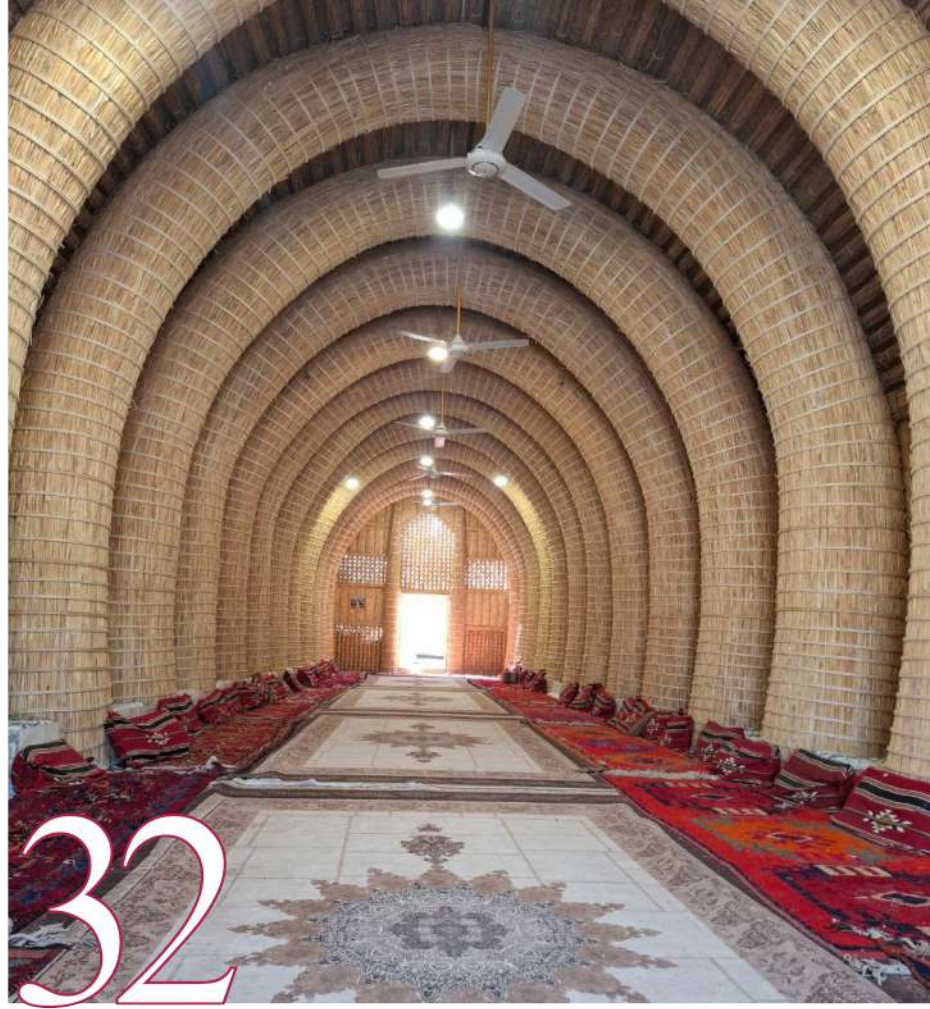
60

أبواب المعرفة..  
حيثما تنصت الحواس وتتكلم  
التجربة



54

الكنبور بغاء  
الحياة الاجتماعية



32

مضيف من القصب يعيد ذكراة سومر إلى كربلاء المقدسة

المشرف العام

سعاد البياتي

رئيس التحرير

إيمان كاظم

مدير التحرير

ضمياء العوادي

سكرتير التحرير

ديمة رسلان

هيئة التحرير

ساجدة ناهي

زهراء جبار الكناني

زينب عبدالامير النصاروي

التصوير

رغد عبد حمد ابراهيم

سجى الخفاجي

الاخراج والتصميم

طارق البيهادلي



## دستور الزمن

يمكن أن نتصوّر في لحظةٍ ما أن العمر يسبقنا، وأن الأعوام تسير بسرعة، كثيراً ما أسمع من يقول إن الأسبوع وكأنه يوم، وإن الزمن - بحسب اعتقادهم - كالقطار الذي يمرّ في محطاتٍ مليئةً بالتجارب والهموم مسرعاً، وأي شخص تسألُه عن العمر يكون جوابه متشائماً وحاداً نوعاً ما، وربما منزعجاً من مروره متعجلاً، وكأنه يقول: لم أفعل شيئاً رغم مرور عام من عمري.

كل ذلك يدور في أذهان المرء دون حساب للمراحل الحقيقية من حياتنا؛ فالعمر جوهرة، وليس أرقاماً في بطاقتنا الشخصية، فكل يوم يمرّ هو تجربة، وتفكير، وهو جس لكل المواقف التي تصادفنا، وهو في النهاية محطات من النضج والتعلّم، وربما الفرح والألم.

والحقيقة التي لا بدّ من إدراكها أن المجتمعات تحكم على الآخرين من خلال أعمارهم الزمنية، لا من خلال خبرتهم وعطائهم، فالنفوس تحيا بالتجارب، والفكر يزدان بالوعي والمعرفة، وبقابليتنا على التكيف مع كل الأوضاع مهما تغيّرت الظروف، فكثيراً ما رأيت كباراً في السن يشاركون أبناءهم في مشاريعهم ونشاطهم الفكري، وفي اختياراتهم للحياة والمستقبل، الفارق ليس في السنوات، بل في النظرة والرؤية العميقة للأمور، وتكبيفها بما ينسجم مع طاقاتهم وأحلامهم.

ومن خلال تجوالي أرى صوراً رائعة لكبار وكبيرات في السن وهم يمارسون أعمالاً ومهنًا يعدونها متلازمةً معهم مهما طال بهم العمر، لا يمكنهم التخلّي عنها، ويرون أنهم ما زالوا يحملون حباً للعمل ومعيشة الأهل، فالتقدّم في السن لا يعني التوقف عن الطموح؛ فالعمل ضروري بما يتلاءم مع الفكر والهوايات والحاجة، فكم من كبير في السن لم يترك حبه وشغفه للاطلاع على ما هو جديد في عوالم متعددة.

كما أن الشباب لا يكتمل إلا بالمسؤولية والنضج، ولعلّ أجمل ما يمكن أن نحفظ به في كل مرحلة هو الإيمان بأن الحياة لا تزال تمنح فرصاً جديدة لمن يبحث عنها، فحين نكف عن مقارنة أعمارنا بغيرنا، وننظر إلى ما أنجزناه وما تعلّمناه، سندرك أن العمر رحلة داخلية، ليس ماضياً عابراً ومنسياً، وأن كل ما نحمله من ثوابت وامتغيرات هو في الحقيقة صفحة نقلها كل يوم من دستور الزمن، تُقاس بالوعي والتجربة والنضج واليقين بما كتبه الله عز وجل لنا.

وكل عمر له محطة خاصة نتوقف عندها بقياس زمنيّ معيّن، ثم نتجاوزها، ليبقى الماضي بكل مضامينه درساً وعبرة، لا عبئاً يقيّد خطانا.

**الشباب لا يكتمل إلا بالمسؤولية والنضج، ولعلّ أجمل ما يمكن أن نحفظ به في كل مرحلة هو الإيمان بأن الحياة لا تزال تمنح فرصاً جديدة لمن يبحث عنها، فحين نكف عن مقارنة أعمارنا بغيرنا، وننظر إلى ما أنجزناه وما تعلّمناه، سندرك أن العمر رحلة داخلية، ليس ماضياً عابراً ومنسياً**

# فن قسم السجاد والحياسة.. مهارات متعددة تنتج أجمل اللوحات الحسينية

ساجدة ناهي  
تصوير/ حيدر الحيدري



كانت منهمكة في وضع اللمسات الأخيرة على عمل فني مصنوع من قماش أسمر، مستخدمة نوعاً غريباً من الخيوط، لتكمل ما بدأت بتصميمه من لوحة فنية جميلة كانت مزيجاً من الحياكة والرسم بألوان الأكريليك، تمثل شجرة النبوة وأسماء آل البيت الأطهار (عليهم السلام)، لتكون واحدة من عدد كبير من أعمال الحياكة الفنية التي عُلقت باهتمام على جدران القسم الذي تعمل فيه.

والنجارة وغيرها كثير. هي تتقن كل هذه الأعمال بمهارة عالية، وتستغل ساعات الدوام الطويلة لإنجازها بكل حب وإخلاص، فيمر الوقت سريعاً، كما أن العمل في الأشغال اليدوية - حسب قولها - يمنح راحة نفسية ويُعد طريقة جيدة لتفريغ الطاقة السلبية، خاصة عندما تكون النتائج جميلة و متميزة، مشيرة إلى تقارير وأبحاث حديثة

فكل شيء في قسم الحياكة والسجاد الذي تعمل فيه السيدة هناء عبد الحسين درّاج يوحى بالقدم والأصالة والجمال، ومعظم الأعمال الإبداعية التي تخرج من بين يديها تجسد الأئمة الأطهار (عليهم السلام) برموز ودلالات دينية رائعة، تتداخل فيها مهارات وحرف يدوية متنوعة، في مقدمتها الحياكة والخياطة والتطريز والتصميم، إضافة إلى الرسم وأعمال المرايا

تؤكد أن الإنسان يستطيع تفريغ الطاقات السلبية من خلال  
مزاولة الأعمال اليدوية.

عندما دخلت هناء مضممار الأشغال اليدوية عام (2014)،  
لم تكن بحاجة إلى تدريب لتطوير مهاراتها؛ فقد جاءت  
متعلمة وماهرة، إذ اكتسبت خبرتها من دراستها في معهد  
المعلمات بأقسامه الفنية المختلفة ودروسه العملية، ومن ثم  
إكمال دراستها في الكلية التربوية المفتوحة، لينتهي بها  
المطاف بالعمل في مركز الأشغال اليدوية - قسم الحياكة  
والسجاد.

هنا حدثتنا عن عملها في هذا القسم، وأكدت أنه متخصص  
بإنتاج أعمال الحياكة اليدوية التي غالباً ما تكون أعمالاً  
فنية بحتة، مثل الأعمال الوطنية والدينية والحسينية  
التي تقوم في الغالب بتصميمها بنفسها، ليتم عرضها  
والمشاركة بها في المعارض المتخصصة، وأكثر هذه الأعمال  
يُنقذ على قماش الخيش، وهو قماش يشبه أكياس الرز القديمة،  
لكنه اليوم يُصنع خصيصاً ويحمل هذا الاسم ويُستورد من  
الصين.

كانت أعمال حياكة السجاد تُنجز سابقاً بالطريقة  
القديمة باستخدام «النول»، ولأن هذه الآلة التراثية أكل  
عليها الدهر وشرب، فقد تم الاستعاضة عنها بتقنية أحدث  
هي «الإبرة الشرقية»، التي تُحدث غرراً في قماش الخيش  
وتترك بصماتها على جهتي القماش المراد تحويله إلى عمل  
فني.

كما عرّفتنا على الخيوط التي تستخدمها في عملها، فقالت:  
غالباً ما نستخدم خيطاً يُسمى «خيط الصياد»، وخيوط الصوف  
العادية، وخيوط البريسم، والخيوط اللامعة، إضافةً إلى خيط  
يُسمى «خيط الريشة» ويبقى اختيار الخيط مرتبطاً بالتصميم،  
إلا أن الأكثر استخداماً في هذا النوع من الأعمال هو خيط الصياد  
لأنه - حسب قولها - «ينفش»، مؤكدة أن كل تصميم يحتاج  
إلى خيط مناسب.

وأوردت مصطلحات خاصة بعملها مثل «النفاش» و«التحشا»  
الذي يكون أشبه بالفروة، وشاهدناها وهي تُشدب أطراف  
الخيوط باستخدام المقص بكل مهارة لزيادة الجمالية ومنح  
العمل الفني وضوحاً وبروراً أكبر.

ولا يقتصر عمل قسم الحياكة والسجاد على اللوحات الجدارية،  
بل يتعداه إلى حياكة البُسط التراثية، وحسب المصطلح الجميل  
الذي سمعته منها «مدايد الجادات»، وخطاوة السناثر التراثية  
«البغداديات» من قماش الخيش، إلى جانب ستائر المضايف  
وبيوت الشعر التي تُصنع من الأقمشة التراثية التي تُغَيّر اسمها  
- حسب قول السيدة هناء - إلى «البويهيمي» وفق التحديث  
الجديد للمصطلحات.

كما لا تقتصر أعمال الحياكة الفنية في هذا القسم على قماش  
الخيش فحسب، بل تمتد إلى المرابيا التي تُوطر ببعض الزهور

المصنوعة من خيوط الحياكة، لتضيف إليها مسحة من الجمال  
والقدامة، فتذكرنا بمرابيا الجادات بألوانها البراقة مثل الأخضر  
والأحمر، إضافةً إلى ذلك، تمارس منتسبات القسم مهارات  
أخرى مثل صناعة الإكسسوارات، وعمل المكرميات، وأعمال  
الحياكة التقليدية باستخدام السنارة والميل وغيرها.

ورغم التعب والمعاناة والدقة اللازمة لإنجاز هذه الأعمال، إلا أن  
المشكلة في هذا القسم - وفي مركز الأشغال اليدوية بشكل  
عام - أن جميع هذه الأعمال الفنية ذات القيمة الإبداعية  
تظل حبيسة جدران المركز؛ فلا تُباع ولا تُشترى، بل تُعرض في  
معرضين فقط: المعرض السنوي للمركز، والمعرض الحسيني  
الذي يُقام سنوياً بمشاركة العتبة الحسينية المقدسة، إضافةً  
إلى بضعة معارض أخرى تكون للعرض فقط.

**لا تقتصر أعمال الحياكة الفنية في هذا  
القسم على قماش الخيش فحسب، بل تمتد  
إلى المرابيا التي تُوطر ببعض الزهور المصنوعة  
من خيوط الحياكة، لتضيف إليها مسحة من  
الجمال والقدامة، فتذكرنا بمرابيا الجادات بألوانها  
البراقة مثل الأخضر والأحمر، إضافةً إلى ذلك،  
تمارس منتسبات القسم مهارات أخرى مثل صناعة  
الإكسسوارات، وعمل المكرميات، وأعمال الحياكة  
التقليدية باستخدام السنارة والميل وغيرها**

كما تتكفل هي وزميلتها «أم علي» بشراء ما يحتاجه من مواد  
على نفقتهن الخاصة لعدم توفر التخصيصات المالية، وقد  
يصل الأمر إلى شراء الأخشاب المستخدمة في صنع الإطارات  
التي تُحيط بالأعمال الفنية.

وقد تمارس مع زميلتها بعض الأعمال التي تزيّن بها  
ديكور منزليهما، وقد تشاركان في بعض البازارات بصفة  
شخصية بأعمال من مالهما الخاص، لا تمت بصلة إلى أعمال  
المركز، إلا أنهما تؤكدان عدم وجود وقت فراغ في حياتهما  
حالياً.

وهي حالياً تهَيّئ نفسها للمشاركة في معرض «أثر حسيني»  
السنوي بعدة أعمال فنية، منها عمل على قماش الخيش يمثل  
بيعة الإمام علي (عليه السلام)، جسدت فيه البيدين الشريفتين  
والتاج المبارك، وعمل آخر عن الإمام الكاظم (عليه السلام) كتبت  
عليه باستخدام الإبرة والخيط «يا صاحب السجدة الطويلة»،  
مجسدة قضبان السجن، إلى جانب حياكة سجادة صغيرة وتربة  
وسبحة، أما أحدث أعمالها فكانت لوحة للإمام جعفر الصادق  
(عليه السلام)، تمثل رقعة الكتابة الخاصة بالإمام، ومجسمات  
لمجموعة من الكتب والمناثر.

في ظل الأزمات  
الاقتصادية المتسارعة  
التي تلقي بظلالها  
الثقيلة على المجتمع،  
والأسرة بصورة خاصة،  
تدخل ربة الأسرة  
في حالة من الإرباك  
ومحاولة التصدي لأي  
هجمة قد تضرع العائلة  
في فنيق هادي، مع  
السعي لتجيب  
اللاجوء إلى الاقتراض  
بسبب متطلبات  
الحياة الضرورية.

السحابة الاقتصادية

ومبررات التبذير

## هل المرأة المتهم الأول؟

جنان الهلالي

من التزامات خاصة بالأولاد إلى متطلبات هيكلية المنزل العامة، غير أن المشكلة الحقيقية - كما يوضح - تكمن في القناعات، والرضا، وثقافة التدبير، فلا بد من وضع خطة مصغرة للإنفاق وفق ضوابط تتناسب مع دخل الأسرة، وإلا دخلت في دوامة الديون والقروض، فالعائلة مؤسسة مصغرة تحتاج إلى إدارة حكيمة وخطط واعية.

### حرص الإنسان على الدنيا

أفراح - معلمة / النجف تقول: «إن غريزة الإنسان تدفعه للتعلق بالدنيا والاستجابة لإغرائها من جاه ومكانة ومال وسلطة ونفوذ، وكلما زادت مسؤوليات الفرد، زادت التزاماته وانفاقه، فمن لا يملك بيتاً يتمنى امتلاكه، وصاحب البيت الصغير يتطلع إلى بيت أكبر وأجمل، وهكذا الحال مع باقي النعم، أما وضع المرأة في خانة اتهام التدبير، فقد يعود إلى كونها المسؤولة الأولى عن تدبير شؤون المنزل، إضافة إلى عاطفتها ورغبتها في إرضاء الجميع، ما يدفعها أحياناً لتلبية الاحتياجات حتى في أوقات الضيق المادي، لكن من الضروري أن تضع المرأة في حساباتها منهج الأولويات، ثم المهمات، ضمن الإنفاق الذاتي».

### الرأسمالية وصناعة الهم الاقتصادي

الدكتورة والكاتبة زينب فاضل المرشدي - السماوة «لا بد أولاً من فهم العالم الذي نعيش فيه؛ فالرأسمالية هي المتهم الأول في صناعة الهم الاقتصادي، كونها النظام المسيطر على العالم والمتحكم بمقدرات الشعوب، وليست النساء وحدهن المستهدفات في خطط التجار، وإن كنَّ ينلن النصيب الأكبر بحكم مسؤولياتهن عن متطلبات المنزل والأطفال، ومن جهة أخرى، ظهرت طقوس جديدة ذات طابع تجاري بحت، لا تحمل بعداً روحياً، مثل الركن الرمضاني، وزينة الأعياد، وكرتيا، وشجرة الميلاد وغيرها، وهي مظاهر باتت النساء تتنافس في عرضها، هذه الثقافات لم تأت من فراغ، بل صنعت عبر نماذج قدوة يروج لها النظام من خلال المشاهير، الذين يعرضون البضائع بطرق ذكية تغري المشاعر وتحول الترف إلى حاجة. ولم يستثن الرجل من ذلك، إذ ينافس في مجالات أخرى، كماركات السيارات والعطور والساعات والإلكترونيات، التي تحولت من احتياجات إنسانية إلى هويات تصنف الناس ضمن طبقات اجتماعية متفاوتة».

وفي النهاية، تؤكد المرشدي أن القرارات المالية غالباً ما تكون نتاج ثقافة أسرية مشتركة وأنماط استهلاكية جماعية تقوم على التعاون داخل الأسرة، ويُعد ترتيب أولويات الحاجات من أهم الاستراتيجيات التي تساعد على إدارة المال بوعي، عبر التفريق بين الضروريات والكماليات، وتوجيه الموارد نحو تحقيق الاستقرار المالي دون الشعور بالحرمان.

ولا تكاد تمر سحابة نقاش أو جدل حول أسباب تدهور ميزانية الدخل الشهري، إلا وتوجه أصابع الاتهام نحو المرأة، بوصفها سبب التقصير، وتلصق بها تهمة الإسراف والتبذير، وكأن الإنفاق سلوك مرتبط بجنس دون آخر، فهل المرأة هي المسؤولة الأولى، أم أننا أمام مبالغة اجتماعية متوارثة؟

### تعميم صفة التبذير

تقول سعاد عبد الحسين - مدرسة/ كربلاء: «قد يُعزى إلصاق صفة التبذير بالمرأة إلى العادات الاجتماعية التي تُفرض عليها، مثل إقامة الولائم المرتبطة بحفلات الزواج أو مراسيم العزاء المكلفة، حيث تجد المرأة نفسها بين نارين: المسؤولية الفردية والضغط المجتمعية، بين ضبط الإنفاق أو اتهامها بالبخل والتقصير تجاه أولادها.

لذا، فإن المرأة الواعية مطالبة بمراعاة الوسطية في الإنفاق، ومحاولة إرضاء الآخرين دون الوقوع في موجة التبذير، عبر وضع خطة توازن لدخل الأسرة، إضافة إلى إنشاء صندوق للطوارئ، كما ينبغي على المرأة العصرية أن تخرج من هامشية المثل السائد: (أصرف ما في الجيب يأتيك ما في الغيب).

### التبذير سلوك فردي

إخلاص البديري - المنسقة الحكومية لشؤون المرأة/ مكتب محافظ كربلاء «التبذير سلوك فردي قد يصدر من رجل أو امرأة أو أي إنسان آخر بحسب الظروف التي يمر بها، أما نسبته إلى النساء دون الرجال فليس من العدل، فالإسلام حين نهى عن التبذير، نهى عنه باعتباره خلقاً مذموماً، لا باعتباره صفة نسائية. والعدل يقتضي أن نقول: المسؤول عن التبذير هو المبدّر، رجلاً كان أو امرأة، فالخطاب القرآني جاء تحذيراً عاماً، قال تعالى: ﴿إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾ ولم يخص جنساً دون آخر، كما يشهد الواقع أن كثيراً من الرجال يسرفون في المأكل، أو السيارات، أو الكماليات الرجالية، كما تسرف بعض النساء في مشترياتها، فالإسراف سلوك فردي لا يختص بجنس بعينه، لكنه سلوك معدي، لا يقي منه إلا الوعي والتقوى».

### وسائل الإعلام والمتغيرات الجديدة

يرى الحقوقي إيهاب راشد/ محام: «أن لوسائل التواصل الاجتماعي أثراً كبيراً في العائلة العراقية وتحديد حجم الإنفاق، بسبب المغريات التي يروج لها بعض المندوبين عبر عروض مدروسة وجاذبة تشجع على الاستهلاك لكلا الجنسين، كل حسب اهتمامه، فكما يقبل الرجل على تبديل موديل السيارة أو الهاتف، تميل المرأة إلى تغيير الأثاث القديم للمنزل، ولا يمكن إغفال أن التطور السريع في الحياة العصرية أسهم في زيادة حجم الإنفاق،

بعض الحكايات تبدأ من لحظة لا ينتبه لها أحد، لحظة صغيرة تختبئ في زاوية الألم ثم تكبر بهدوء حتى تصبح معني، وهناك أسماء تحمل في داخلها طريقاً كاملاً، طريقاً مشى فوق الخوف والتعب حتى وصل إلى الضوء.

## رقية.. حين يتحول الألم إلى رسالة

حوار: مها البهادلي

أن أحافظ على روعي قبل جسدي، وأن أتمسك بالأمل حتى في أصعب اللحظات.

**حين تتأملين المسافة بين ألم البدايات ودورك الحالي كسفيرة تنتثر الشجاعة في قلوب الصغار، كيف تشرحين ذلك التحول الداخلي الذي جعلك قادرة على تحويل التجربة الشخصية إلى رسالة عامة تحمل الدفء والقوة؟**  
الحمد لله، بعد كل الصعوبات والآلام، رقية اليوم ليست مجرد طفلة نجت من المرض، بل صوت لكل محارب، تغيرت نظرتي للحياة مئة وثمانين درجة، أشياء كنت أعتبرها عادية أصبحت اليوم أعلى ما أملك: الأهل، الدراسة، الجلسات العائلية، الضحكات مع الأصدقاء، التجمعات البسيطة... كلها أصبحت كنوزاً حقيقية في عيني، أدركت أن الحياة ليست في الأشياء الكبيرة فقط، بل في التفاصيل الصغيرة التي كنا نمرّ بها دون أن نشعر بقيمتها.

**ما الحكاية التي نسكن قلبك عن انتقالك من مواجهة المرض في سنوات الطفولة إلى احتضان دورك الإنساني اليوم، حيث صرتِ مرآة يرى فيها الأطفال إمكانية الشفاء والنهوض؟**

أكبر درس تعلمته في هذه الرحلة أن الراحة النفسية هي الأساس، كنت أرى تأثير الكلمة الطيبة عليّ، وكيف كانت ترفعني من لحظة ضعف إلى لحظة قوة، وتعلّمت أن الإنسان حين يحيط نفسه بأشخاص يمنحونه طاقة إيجابية يصبح أقوى من أي مرض، وهنا يأتي دور عائلتي.

**حين تستعيدين رحلة تحوّلك من طفلة تواجه المرض إلى سفيرة أمل كما يعرفك الجميع اليوم، كيف تقرئين موقف عائلتك خلال تلك المراحل، وبالأخص حضور والدتك الذي كان يحيطك كدرع خفي؟**

أمي... لم تكن مجرد أم، بل كانت أكثر من ذلك، كانت السند، والقوة وقت الضعف، والنور في العتمة، كانت تمسك بيدي في كل جلسة علاج، وتبتسم لي رغم خوفها، وتخفي تعبها كي لا أراه، كانت مرافقتي طوال الرحلة، لم تتركني لحظة، من عينيها كنت أستمد الشجاعة، ومن صوتها كنت أستمد الطمأنينة، تعلمت منها أن الحب الحقيقي يظهر في الأفعال، في الصبر، في البقاء رغم التعب. أبي كان دائماً سنداً لنا، ثابتاً كالجبل، وجوده في حياتي كان يمنحني شعوراً بالأمان، وإخوتي كانوا الجنود الخفيين في هذه الرحلة؛ كانوا يفتقدوننا في البيت، ويتحملون غيابنا الطويل، ويعيشون القلق بطريقتهم الخاصة، أخي الكبير كان سنداً لي ولأخي الصغير، خاصة أن أخي الصغير تأثر كثيراً بمرضه، كانوا جميعاً يقاقلون معي بطريقتهم، حتى وإن لم يكونوا داخل غرفة العلاج، لذلك أقول لهم اليوم: شكراً لأنكم كنتم قوتي حين تعبت.

رقية اسمٌ يفتح باب حكايةٍ وُلدت في عمر مبكر، حين وجدت طفلة نفسها أمام تجربة أكبر من سنواتها، ومَعَ الأيام تغيّرت الملامح من الداخل، ونضجت الروح قبل أوانها، حتى صارت التجربة رسالة تمشي معها أينما ذهبت.

في هذا الحوار نحاول الاقتراب من رقية كما هي، بصوتها وتجربتها وذكراياتها، نحاول أن نصغي إلى الحكاية من داخلها، من قلب الطفلة التي عرفت الألم ثم تعلّمت كيف تحوّلته إلى أمل، هنا نتكلم رقية عن الطريق الذي عبرته، وعن القوة التي نمت بهدوء، وعن الضوء الذي صار يكبر معها خطوة بعد خطوة.

**كيف يمكن أن نقرب من حكاية رقية أشكنازي ونعرفها كما هي بعيداً عن الألقاب؟**

أنا رقية أشكنازي، كنت طفلة صغيرة لا يشغلها سوى اللعب وأحلام المدرسة، لكن السرطان جاء فجأة ليأخذني في رحلة لم أكن أتوقعها، رحلة غيرتني من الداخل قبل الخارج، لم يحولني المرض إلى شخصية حزينة، بل حولني إلى فتاة ناضجة أقوى مما كنت أتصور، اليوم أحب أن يراني الناس كما أنا: فتاة قوية، واعية، تؤمن برسالتها، تحب أن توعي الأطفال والكبار، وتحاول أن تساعدكم ولو بأبسط شيء.

**كيف تصفين الرحلة التي عبرتها من سرير المرض إلى منصّة الأمل، حين تحوّلت من طفلة تواجه وجع السرطان إلى صوت يوقظ الضوء في قلوب الأطفال؟**

حين بدأت رحلتي مع المرض، لم أكن أفهم لماذا يحدث لي هذا، كنت أرى الأجهزة الطبية حولي، وأسمع كلمات كبيرة لا أستوعب معناها، وأشعر بألم جسدي متكرر، مع مرور الوقت، اكتشفت أن الألم الجسدي، رغم صعوبته، يمكن احتماله، أما الألم النفسي فهو الأصعب، حين تنهار النفسية ينهار كل شيء، لذلك تعلمت



**دور**  
أكبر درس  
تعلمته في

هذه الرحلة أن الراحة النفسية هي الأساس، كنت أرى تأثير الكلمة الطيبة عليّ، وكيف كانت ترفعني من لحظة ضعف إلى لحظة قوة، وتعلّمت

أن الإنسان حين يحيط نفسه بأشخاص يمنحونه طاقة إيجابية يصبح أقوى من أي مرض، وهنا يأتي دور عائلتي

# استفتاءات

## في استخدام الانترنت

للقوارير

**السؤال:** في الآونة الأخيرة ومع التطور التكنولوجي الحاصل في العالم عموماً وما نراه نحن في العراق خصوصاً من شبكات التواصل العالمية (من خلال الإنترنت) نود أن نطرح على جنابكم الموقر الأسئلة الآتية التي ابتلينا بها نحن العوائل المسلمة من أتباع أمير المؤمنين (عليه السلام).  
**والأسئلة هي:**

- 1 - هل يجوز للمرأة مراسلة أي فرد على الإطلاق ومن دون علم زوجها أو أبيها، وكذا الحال بالنسبة للأبناء حيث يرسلون الإناث؟
- 2 - عند طلب الرجل معرفة ما يحصل من مراسلة الزوجة أو البنت أو الابن أو الأخت يقولون: (هذا ليس من شأنك ولا يحق لك الاطلاع على ذلك، لأنه مخالف للخصوصية الشخصية)، فهل هذا صحيح؟
- 3 - هل يحق للزوج أو الأب محاسبة الزوجة أو الأولاد إذا استمر التواصل مع الآخرين خصوصاً إذا كان ذلك التواصل مخفي ومثير للريبة والشك بوجود علاقات غير شرعية، وبتعبير آخر ما هي وظيفة الزوج تجاه زوجته ووظيفة الأب تجاه ابنته أو ابنه؟

**الجواب:** لا يجوز للمرأة التواصل مع الرجل بالمراسلة الكتابية أو الصوتية فيما لا يجوز بالمشافهة بلا فرق، ولا ينبغي لها التصرف على وجه يثير ريبة زوجها أو أبيها، بل قد يحرم ذلك في جملة من الموارد كما لو كان التصرف من قبل الزوجة مريباً عقلاً بحيث يعد منافياً لما يلزمها رعايته تجاه زوجها أو كان التصرف من البنت مما يوجب أذية الأب شفقةً عليها، وكذلك الحال في الابن بالنسبة إلى أبيه، وإذا توقف رفع الإشكال على اطلاع الزوج أو الوالد على مضمون المراسلات تعين ذلك إذا لم يترتب محذور آخر.

وعلى العموم فإن للزوج والوالد وظيفة في شأن الزوجة والولد، قال الله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ)، فعلى الزوجة والأولاد أن يكونوا عوناً لهما في القيام بهذه الوظيفة على ما أمر الله تعالى به، ولهما في حال عدم الاستجابة لذلك القيام بوظيفة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر في مورده حسب الضوابط الشرعية.

**السؤال:** ما هو الحكم الشرعي في المحادثة التي تتم عن طرق الإنترنت بين الشاب والشابة فقط كتابياً وليس صوتياً؟  
**الجواب:** لا يجوز مع خوف الوقوع في الحرام ولو بالانجرار إليه شيئاً فشيئاً.

**السؤال:** هل يجوز وضع صورة شخص على الإنترنت من دون إذنه؟

**الجواب:** لا يجوز ذلك مع صدق عنوان محرم من قبيل إفشاء سر المؤمن أو إيذائه والإضرار به، بل ينبغي التجنب عن ذلك من غير إضرار مطلقاً.

**السؤال:** عندي خط إنترنت، فما هو رأي سماحتكم في أن أعطي منه للجيران من دون إذن صاحب المقهى مع عدم حقوق أي ضرر بالمقهى؟

**الجواب:** لا يجوز من دون إذن أصحاب الشركة.

**السؤال:** يوجد في الإنترنت برامج تضم مختلف الفئات التي تتناقش في مواضيع شتى، ما رأيكم بالتحدث بين الشباب (الفتيات والفتيان) في مثل هذه البرامج؟

**الجواب:** لا يجوز مع عدم الأمن من الوقوع في الحرام ولو بالانجرار إليه شيئاً فشيئاً.

**السؤال:** ما رأيكم في تكوين علاقات أو صداقات بين المرأة والرجل عبر الإنترنت؟  
**الجواب:** لا يجوز.

**السؤال:** هل يجوز الدخول على خط إنترنت الآخرين (وايرلس) من دون إذنه؟  
**الجواب:** إذا لم تكن قريبة على المنع فلا إشكال.

**السؤال:** ما حكم المشاركة في المنتديات؟  
**الجواب:** يجوز في حد ذاته، ولكن ربما يعرض ما يوجب حرمة كما هو الحال في كل محادثة.

**السؤال:** هل يجوز التجسس على كمبيوتر أحد الأشخاص بحجة المراقبة؟  
**الجواب:** لا يجوز.

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



## أنا صنيعة أمي

لطالما استوقفتني مقولة: (وراء كل رجل عظيم امرأة)، التي ألفنا قولها وتنسب إلى العديد من الأشخاص، منهم نابليون بونابرت وربما غيره، والتي تشير إلى الدور الداعم والمؤثر للمرأة في حياة الرجل ونجاحه.

وقد امتعضت مؤخراً من كلمة (فاشل) أطلقتها إحدى الأمهات على ولدها المراهق عند فشله في القيام بأحد الأعمال التي كُلف بها، رغم أنه كان يحاول جاهداً النجاح في مهمته ليظهر من خلالها بمظهر البطل أمام باقي أفراد العائلة، لكنه، وللأسف الشديد، صُدم بهذه الكلمة وانسحب من أمامهم وهو يجر أذيال الخيبة، وقلبه يردد: (أنا صنيعة أمي).

تذكرت حينها قصة العالم توماس إديسون مع والدته، التي غيرت، بذكائها وإصرارها على النجاح، كلمات الرسالة التي قررت فيها إدارة مدرسته طرده من المدرسة بعد أن وصفته بأنه متخلف عقلياً، فحوّلتها إلى كلمات تدعو إلى العزيمة والإصرار، وهي: (ابنك عبقرى، وهذه المدرسة متواضعة بالنسبة له، علميه في المنزل)، مما أثمر عن ولادة عبقرى غير العالم بقدراته العقلية من خلال اكتشافه المصباح الكهربائي.

إنها الأم، المرأة التي تبني في قلوب أبنائها قلاعاً من الأمل، وتصلح ما أفسدته الحياة، وتسعى دوماً إلى جبر القلوب المكسورة دون مقابل، فقط لأنها أم.

قد يتغير مصير إنسان من ناجح إلى فاشل بكلمة مشجعة، أو ربما محبطة، والأم التي تشعر أن ولدها بليد أو ضعيف أو عديم المسؤولية يجب أن تستشير الأقرب فالأقرب ممن سبقوها في مضمار الأمومة عن كيفية التعامل معه، (وما خاب من استشار)، وإن لم تجد ما يسعفها، فهناك شتى مواقع التواصل الاجتماعي التي تقدم كثيراً من الحلول الواقعية بضغطة زر واحدة قد لا تستغرق سوى ثوان معدودة.

والأم، أولاً وأخيراً، مدرسة إن أعدتها أعددت شعباً طيب الأعراق. إن محاولة النجاح بعد الفشل هي النجاح بعينه، ويقال إن الفشل هزيمة مؤقتة قد تخلق لك فرصة للنجاح إن كانت لك إرادة صلبة، قال أبو القاسم الشابي:

«ومن ينهيب صعود الجبال ... يعيش أبد الدهر بين الحفر»  
ويكفي أن الله سبحانه وتعالى يقول في كتابه الكريم: (فإن مع العسر يسراً)، فما أكثر العسر، وما أقل الاعتبار.

**قد يتغير مصير  
إنسان من ناجح  
إلى فاشل بكلمة  
مشجعة، أو ربما  
محبطة، والأم التي  
تشعر أن ولدها  
بليد أو ضعيف أو  
عديم المسؤولية  
يجب أن تستشير  
الأقرب فالأقرب  
ممن سبقوها في  
مضمار الأمومة  
عن كيفية التعامل  
معه، (وما خاب من  
استشار)، وإن لم  
تجد ما يسعفها،  
فهناك شتى  
مواقع التواصل  
الاجتماعي التي  
تقدم كثيراً من  
الحلول الواقعية**

ساجدة ناهري

المكتبة العلمية  
المقدسة..

LLQWAREER

للقوارير

ملف العدد



# المكتبة العلوية المقدسة.. ذاكرة نابضة بالعلم وقداسة المكان

سعاد البياتي

في مدينةٍ تاريخية عميقة المعنى والجذور، عُرِفَت بمدينة الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام)، ووُصِفَت بموطن العلماء وملتقى طلاب المعرفة، وبأنها منارة البحث والتطور، تقف قبتها الذهبية الشريفة، المزينة بشموخ الكفّ والشعاع الأميري، معانقةً سماء الشجاعة التي عُرِفَت بمقامها وإرثها المعهود والمشهود للعالم أجمع.





عن المتحف العلوي المزمع إنشاؤه مستقبلاً، والذي سيضم أندر المخطوطات والنقائس والهدايا التي وصلت من السلاطين والرؤساء، ومصحفاً يُنسب إلى الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام).

وحالياً تحفظ أغلب المحتويات في خزانة العتبة العلوية الشريفة، فيما يُعرف بـ«الحصينة»، وسيُنفذ المتحف، القريب من العتبة المقدسة، شركة عالمية مختصة بتصميم المتاحف، وأشار تقي إلى أن المكتبة تضم أندر الكتب والمخطوطات، ومنها هدايا لعلماء وأسماء معروفة في التأليف، لخدمة طلبة العلم، وقد حظيت باهتمام كبير في تطويرها وتوسعتها لإتاحة بيئة بحثية مناسبة، والاحتفاظ بأندر وأرقى الكتب، كل حسب اختصاصه، فالمكتبة ليست مخزناً للكتب، بل مشروع حضاري يهدف إلى حماية الهوية العلمية، وإتاحة مصادر موثوقة للأجيال القادمة.

### كنوز مخطوطة

بين جدران المكتبة ورفوفها المرتبة بدقة ولافتة، تقبع كتبٌ ومؤلفات نادرة في الفقه واللغة والتاريخ والعلوم الإسلامية، فضلاً

«للقوارير» حطت رحالها في أجواء العتبة العلوية المقدسة التي تزخر بالمعالم والآثار والتراث الكبير الذي لا يُضاهى في شيءٍ آخر، وفي رحاب المكتبة الحديدية التي أبهرت الناظرين والحاضرين. إذ تقف المكتبة العلوية المقدسة شامخة بوصفها واحدة من أهم الحواضن الثقافية في العراق والعالم الإسلامي؛ فهي ليست مجرد قاعاتٍ للقراءة، بل ذاكرة نابضة تختزن قروناً من الفكر، وتمنح الباحث شعوراً بأنه يسير بين صفحات التاريخ، لا بين رفوف الكتب فقط.

ولعلها من أبرز المعالم الثقافية في مدينة النجف الأشرف؛ إذ لا تقتصر أهميتها على كونها مستودعاً للكتب، بل تمثل ذاكرة معرفية ارتبطت بتاريخ حركة التأليف والترجمة في العالم الإسلامي، وعلى مقربة من مرقد الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام)، تمتد رسالة العلم التي عُرفت بها النجف عبر القرون.

### الحصينة العلوية..

#### إرث تأسس على الوقف والعتاء

هذا ما بينه محمد تقي حسن، مسؤول شعبة النقائس، إذ تحدّث



بمجموعات من الكتب والمخطوطات التي أوقفها العلماء وطلبة العلم، ثم أخذت تتوسع تدريجياً مع تزايد الوعي بأهمية جمع النتاج الفكري الإسلامي وحمايته من الضياع، ويبدأ القائمون عليها جهوداً متواصلة للحفاظ على هذه الكنوز عبر تقنيات الترميم والتعقيم والأرشفة الرقمية، في خطوة توازن بين أصالة الماضي ومتطلبات الحاضر.

لتبقى المكتبة العلوية المقدسة شاهداً على أن الكتاب الورقي ما يزال يحمل هيئته، وأن الأمم التي تحفظ تراثها قادرة على بناء مستقبلها، فهي ليست مجرد مبنى يضم رفوفاً، بل جسر يصل الماضي بالحاضر، ويؤكد أن العلم كان وسيظل أحد أعمدة الحضارة.

### مكتبة للنساء

ولم تقف المكتبة العلوية عند حدود ذلك الفضاء العلمي الرصين، بل اهتمت وأضافت حاضنة مكتبية وعلمية خاصة بالنساء، تزخر بالكتب والبحوث، وتجد فيها الباحثات ملاذهن وراحتهن النفسية، فالمكان زاخر بالعلم والمعلومات والكتب الرصينة وأجواء الهدوء والسكينة، ويديره فريق من النساء المدربات على الأرشفة والحفظ بكفاءة عالية.

ترتادها العديد من الطالبات ومحبات الاطلاع والقراءة، وكذلك طالبات الدراسات العليا وغيرهن ممن يجدن في المكتبة عالمهن الثقافي الزاخر بالمعرفة، وهي من إنجازات العتبة العلوية الشريفة واهتماماتها بالثقافة والعلم لجميع الفئات.

تقول إحدى الباحثات: «لم أجد مكاناً يمنحني الراحة والسكينة والتزود بالعلوم سوى المكتبة العلوية، التي يبطؤ فيها الزمن احتراماً للمعرفة، فالتركيز يكون جاداً ومثمرًا، والتأمل في الكتب يمنح القارئ طمأنينة وهدوءً ليحصل على كل ما يتوق إليه من مصادر قيمة»

وترى إسلام العزي، طالبة ماجستير في العلوم الإسلامية، أنها ترتاد المكتبة النسوية في العتبة العلوية كل أسبوع للتزود بالمصادر والكتب النادرة الخاصة برسالتها، وتجد المساعدة والترحاب من القائمين عليها؛ لذا تحتل مكانة قيمة لدى الباحثات ومحبات العلم من مختلف الفئات.

ومن الملاحظ خلال تجوالنا فيها أن الرواد، سواء في المكتبة الخاصة بالرجال أو النساء، يلتزمون باحترام الوقت وتنفيذ التعليمات بشكل لائق، وقد عبر الجميع عن اهتمامهم الكبير بالحضور والانضباط والمحافظة على الهدوء، تظل المكتبة العلوية المقدسة شاهداً على أن الأمم التي تحترم كتبها ومؤلفيها تحترم مستقبلها، إنها ليست مجرد مركز للمطالعة، بل جسر يصل الأجيال بجذورها، ويؤكد أن نور العلم لا يخفت ما دام هناك من يحرسه، وكلما وجد الباحثون فيها ملاذهم العلمي، ازداد تعلقهم بعلمها وما تقدمه لهم، ليديم الارتباط بجدرانها ورفوفها العامرة.

عن الفيزياء والكيمياء وعلوم الحياة والطب، وغيرها من المؤلفات المميزة، هذا ما بينه مسؤول قاعة المكتبة ورديف مسؤولها زيد جعفر، متحدثاً بالقول: «هذه الكنوز لا تمثل قيمة مادية فحسب، بل تعدّ مصادر أولية يعتمد عليها الباحثون وطلاب الدراسات العليا وطلبة الحوزة، وتعتمد المكتبة النظام المفتوح لإتاحة الفرصة وتقليص الوقت في الحصول على الكتاب، كما تمتلك جناحاً خاصاً للرسائل والأطاريح الجامعية، ولدينا الزام بالتعاون مع جامعة الكوفة بأن أي طالب تتناول رسالته تاريخ النجف تُطبع نسخة منها وتُحفظ كأرشيف خاص بالنجف»

وبيّن زيد في حديثه أن المكتبة تحتوي على ما يقارب (250) إلى (300) ألف كتاب، وتتلقى سنوياً كتباً جديدة وقيمة، مهداة من شخصيات نجفية أو من خارجها، ومن أبرز ما تضمه المكتبة الحيدرية مؤلفات أمير المؤمنين وما كتب عن الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام)، وكذلك مكتبة الشيخ أحمد الواثلي (رحمه الله).

### من الورق إلى الرقمنة

رغم قدسية الكتاب الورقي، أدركت إدارة المكتبة أن المستقبل يتطلب أدوات حديثة؛ لذلك اتجهت إلى الأرشفة الرقمية وفهرسة العناوين إلكترونياً، لتسهيل وصول الباحثين إلى المصادر، خاصة أولئك القادمين من خارج النجف، وهي بذلك تحقق معادلة تجمع بين عبق الماضي وتقنيات الحاضر.

### دور ثقافي

ما يميز المكتبة العلوية موقعها بالقرب من الحضرة الحيدرية المقدسة؛ فهي ذات رمزية دينية تمنحها بعداً ثقافياً غزير المعنى، فالقراءة هنا تمتزج بالسكينة، ويشعر الزائر والقارئ والباحث أنه في رحلة ثرية مليئة بالمعلومات، وبالقدرة على التبحر في العلوم والتاريخ والكتب النادرة.

وأشار مسؤول القاعة زيد إلى أن جذور المكتبة تعود إلى اهتمام العتبة العلوية بحفظ التراث العلمي وصيانتهم، إذ بدأت

حاليا تحفظ أغلب المحتويات في خزانة العتبة العلوية الشريفة، فيما يعرف

بـ «الحصينة»، وسيُنفذ المتحف،

القريب من العتبة المقدسة، شركة عالمية

مختصة بتصميم المتاحف، وأشار تقي إلى أن

المكتبة تضم أندر الكتب والمخطوطات، ومنها

هدايا لعلماء وأسماء معروفة في التأليف،

لخدمة طلبة العلم، وقد حظيت باهتمام كبير في

تطويرها وتوسعتها لإتاحة بيئة بحثية مناسبة،

والاحتفاظ بأندر وأرقى الكتب

# مسابقة ترسم جيلاً يؤمن بموهبته ألوان الكبرى..

## حين تتحول ريشة الطفل إلى رسالة انتماء

### للقوارير

تربية بقدر ما هي مساحة إبداع. وتستهدف المسابقة الأطفال من عمر (9 إلى 13) سنة، وهي الفئة التي يركز عليها القسم في برامجها المختلفة، ومع ذلك، لم يتم تقسيم المشاركين وفق مراحل عمرية منفصلة، انطلاقاً من قناعة مفادها أن الموهبة لا تُقاس بالعمر أو الجنس، بل بقوتها ونضجها التعبيري؛ فالمنافسة، كما يؤكد القائمون عليها، تنطلق من الموهبة الفطرية أو النامية لا من التصنيفات الشكلية.

### أثر نفسي

ومن جهة أخرى، انعكست المشاركة في المسابقة إيجابياً على الأطفال نفسياً، إذ منحهم حرية التعبير وشعور الفخر بعرض أعمالهم أمام الآخرين. وفي هذا الجانب أضاف وسام: «إن هذا الشعور يسهم في كسر حاجز الخوف والخجل، ويعزز الثقة بالنفس، خصوصاً حين يدرك الطفل أنه ينافس في مسابقة كبرى ويحظى بتقدير الجمهور واللجنة المنظمة».

وعلى صعيد الأهالي، وبحسب ما قاله القريني، فقد حظيت المسابقة بارتياح واسع يعود إلى الثقة بالجهة المنظمة وما تتمتع به من مصداقية وأمان فكري وتربوي، إضافةً إلى تزايد اهتمام العائلات بمواهب أبنائهم بعد المشاركة، سواء عبر توفير مستلزمات الرسم أو تشجيعهم على الاستمرار، الأمر الذي انعكس إيجاباً على سلوك الأطفال واهتماماتهم.

### بين التقنية والفكرة

وفيما يتعلق بمعايير التقييم، يؤكد المنظمون أنه لا توجد ضوابط صارمة، بل يعتمد الاختيار على عناصر عدة، مثل التخطيط، والإشباع اللوني، وتمازج الألوان مع الفكرة، والمنظور العام للعمل؛ فالطفل الموهوب غالباً ما يعبر بصورة ذهنية ممزوجة بخيال خصب، حتى وإن لم يمتلك الأسس الأكاديمية الدقيقة التي يتحلّى بها الفنانون المحترفون.

وتمر المسابقة بعدة مراحل، تبدأ بتصفيات أولية لاستبعاد اللوحات غير المكتملة، ثم الانتقال إلى اختبار الأعمال الأجل فالأجمل، وصولاً إلى المرحلة النهائية التي تُطبّق فيها معايير

في مساحةٍ تتقاطع فيها البراعة مع الإبداع، أطلقت شعبةُ الفنون التابعة لقسم رعاية وتنمية الطفولة، العامل تحت مظلة العتبة الحسينية المقدسة، مسابقة ألوان الكبرى لتنمية مواهب الأطفال، لتكون أكثر من فعالية فنية عابرة، بل مشروعاً تربوياً وثقافياً يسعى إلى اكتشاف الطاقات الكامنة في أعماق الصغار ومقلها ضمن بيئة آمنة وراعية.

المسابقة التي يشرف عليها الأستاذ وسام القريني مسؤول شعبة الفنون، جاءت استجابةً لحاجة حقيقية تتمثل في احتضان مواهب الرسم لدى الأطفال، ذلك النشاط المحبب الذي يجد فيه الطفل مساحةً حرةً للتعبير عن خياله وصوره المرسومة في ذاكرته.

### التنوع واكتشاف المواهب

يوضح الأستاذ وسام أن المسابقة تُعدّ من أبرز الأنشطة التي تمنح الطفل القدرة على ترجمة مشاعره وأفكاره إلى ألوان وخطوط، ومن هنا جاءت فكرة إطلاق مسابقة (ألوان الكبرى) كمبادرة سنوية تسلط الضوء على المواهب الفنية وتعرّف المجتمع بها، فضلاً عن كونها جزءاً من سياسة تنويع الأنشطة التي يقدمها القسم للأطفال، ولم يكن الهدف ترفهياً فحسب، بل تربوياً أيضاً، إذ تسعى المسابقة إلى بناء شخصية الطفل وتعزيز ثقته بنفسه من خلال منصة تنافسية إيجابية.

### تعبير فني

ويبين القريني أن اختيار رسم الشخصيات الدينية استند إلى مبدئين أساسيين؛ أولهما أن القسم يتبع مؤسسة دينية عريقة، وبالتالي فإن المسابقة تمثل امتداداً لرسالتها في نشر قيم آل البيت (عليهم السلام).

وثانيهما ترسيخ الانتماء الروحي والأخلاقي والإنساني في وجدان الأطفال، وتعليمهم كيفية التعبير عن هذا الانتماء من خلال الفن، حيث تتحول اللوحة إلى وسيلة

ولم تعد المسابقة مقتصرة على محافظة كربلاء المقدسة، بل شهدت توسعاً تدريجياً منذ الموسم الثالث لتشمل الديوانية وقضاء الشطرة في محافظة ذي قار، فيما انضمت في موسم (2026) محافظتا النجف الأشرف وبابل، وقد تجاوز عدد المشاركين في موسم (2025) أكثر من (600) موهبة، وهو مؤشر واضح على حجم الإقبال والاهتمام المتزايد.

فهذه المسابقة ليست مجرد مسابقة رسم، بل مساحة تُصان فيها براءة اللون، وتحتضن فيها موهبة في طور التفتح، إنها محاولة لرسم مستقبل أكثر إشراقاً، يبدأ من يد طفل يؤمن بأن لوحته قادرة على أن تقول شيئاً، وأن صوته يمكن أن يُرى بالألوان.

#### التقييم بدقة أكبر.

وقد خصصت الإدارة جوائز مالية قيّمة في الموسم الرابع لعام (2026)، تبدأ بـ (750) ألف دينار عراقي للفائز بالمركز الأول، ثم (650) و(550) و(450) و(350) ألف دينار للمراكز الأربعة التالية.

ويشير وسام إلى أن أهمية الجوائز لا تكمن في قيمتها المادية فحسب، بل في روح المنافسة التي تخلقها، والدافع الذي تمنحه للأطفال لتقديم أفضل ما لديهم.

# الاستعانة بالله مفتاح حل المشكلات

زينب عبد الأمير النصراوي

عندما تعصف بنا المشكلات من جميع الجهات فجأة، من كل مكان، ونجد أنفسنا محاصرين، وعندما نجد أنفسنا وحدنا وليس لدينا أحدٌ يقف إلى جانبنا، وعندما نجد أنفسنا غرباء وضعفاء، وتُسَدُّ كل الأبواب والطرق في وجوهنا؛ نتذكر أن لدينا باباً واحداً لا يُخلَق أبداً، ولا يردُّ من سألَه، ويعطي ويستجيب لمن دعاه وطلب منه رغباً ورهباً، وهو باب الرحيم، باب الله جلت صفاته وتعالَت أسماؤه.

فمثلاً: استعانة الأبوين بالله تعالى في تربية أبنائهما، وطلبُ العون والمدد منه، وكذلك تعليمُ الوالدين أبنائهم أيضاً الاستعانة بالله في جميع المشكلات والأزمات التي تواجههم في الدراسة مثلاً، وفي جميع مراحل حياتهم ومستقبلهم، وإن هذه المشكلات ليست بالأمر المستغرب في الدنيا، بل على العكس تماماً، إنها أمرٌ طبيعيٌّ كثيرُ الورد في الحياة.

وفي هذا المعنى يروى عن الإمام الصادق (عليه السلام) أنه قال: «ما من شيءٍ إلا وفيه منغصة، حتى العُدُّ بالمال؛ يعده أحدكم فيخطئ ثم يعيده»، ويوضح هذا الحديث أن الدنيا لا تخلو من الكدر، حتى في أبسط الأمور التي يظن الإنسان أنها سهلة وميسرة، كعدِّ المال؛ فهو عملٌ بسيط، وقد يخطئ فيه الإنسان فيشعر بالضيق ويضطر إلى الإعادة، وهذا نموذج مصغر لطبيعة الدنيا.

فندرك مما سبق أن المنغصات بين الحين والآخر أمرٌ طبيعيٌّ في هذه الحياة الدنيا؛ لذلك إذا أراد المؤمن تقوية عزيمته وجب عليه الاستعانة بالله تعالى دائماً وأبداً، وفي جميع أحواله، فإنه لا حول ولا قوةً فعلاً إلا به، وإن الاستعانة به هي المفتاح لحل جميع المشكلات.

ولترسيخ معنى الاستعانة قال الله تعالى في كتابه العزيز: ﴿وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [سورة الطلاق: 3]، ومعنى كلمة «حسبه» أي: ناصره وكافيه؛ فإن توكل العبد عليه كفاه من كل شيء، وكفاه من شرِّ ما خلق وذراً وبراً.

فلنجعل الاستعانة بالله هي عادة من عاداتنا اليومية، وفي جميع أمورنا، فإن الاستعانة بالله عز وجل نور يبدد ظلام الحيرة.

عندما تضيق بنا الحياة نجد أننا لا حول لنا ولا قوة إلا بالله العلي العظيم؛ هذه المقولة التي لا نركز في معناها جيداً، ولا ندركها حق الإدراك إلا حين نقع في مطبٍ من مطبات هذه الحياة الدنيا، لذلك نجد أنفسنا في تلك اللحظة ندعو الله عز وجل ونستنصره ونتضرع إليه.

في تلك اللحظة ندرك ونتذكر معنى قول الإمام الحسين (عليه السلام)، الذي كان يرددّه كثيراً يوم عاشوراء: «لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم»، ومعنى هذا الذكر هو التسليم المطلق لله عز وجل، والاعتراف بأن الإنسان لا يمتلك حولاً ولا قوة إلا بالاستعانة بالله العلي العظيم؛ فعليه الاستعانة به والتوكل عليه في جميع أموره.

**روي عن الإمام الصادق (عليه السلام) أنه قال: «ما من شيءٍ إلا وفيه منغصة، حتى العُدُّ بالمال؛ يعده أحدكم فيخطئ ثم يعيده»، ويوضح هذا الحديث أن الدنيا لا تخلو من الكدر، حتى في أبسط الأمور التي يظن الإنسان أنها سهلة وميسرة، كعدِّ المال؛ فهو عمل بسيط، وقد يخطئ فيه الإنسان فيشعر بالضيق ويضطر إلى الإعادة، وهذا نموذج مصغر لطبيعة الدنيا**

# قراءة في كتاب: رسالة إلى الإمام علي «عليه السلام»

للقوارير



المؤلف: د. نور الدين أبو لحية  
الفئة: اجتماعي- سياسي- تربوي  
عدد الصفحات: (244) صفحة

3 - الصراع بين القيم والمصالح يرى المؤلف أن فترة حكم الإمام كشفت صراعاً حاداً بين نموذجين: نموذج الدولة القيمية القائمة على العدل، نموذج الدولة السياسية التي تدار بمنطق المصالح والقوة، ومن هنا، فإن معارك الإمام (عليه السلام) لم تكن صراعات شخصية، بل مواجهات بين مشروعين اجتماعيين متناقضين.

4 - الزهد مقاومة الاستهلاك: لا باعتباره انسحاباً من الحياة، بل كاختيار أخلاقي يحمي القائد من الانحراف، فالزهد في منظور الإمام ليس رفضاً للمال، بل رفضاً لاستعباد المال للإنسان، وليس تقشفاً شكلياً بل تحرراً من هيمنة الشهوة، وشرطاً للعدالة، ويبرز المؤلف أن هذا الزهد كان ذا بُعد اجتماعي واضح لمنع تشكل طبقة حاكمة مترفة وجعل القائد يعيش واقع الناس لا فوقهم ليتحول الزهد إلى أداة مقاومة للفساد السياسي والاقتصادي.

5 - التقوى والبعد الأخلاقي: إذ يعرض الكتاب مفهوم التقوى عنده (عليه السلام) بوصفه قاعدة سلوكية شاملة فهي ليست مجرد شعور ديني بل وعي دائم برقابة الله تعالى، ينعكس على: (القرار السياسي، الحكم القضائي، التعامل مع الخصوم، إدارة المال العام)، وهذا البعد الأخلاقي يعطي طابعاً قيادياً فريداً، حيث تتداخل السياسة مع الضمير.

6 - العلم والمعرفة مواجهة الخرافة: أحد المحاور المهمة في الكتاب هو إبراز الإمام علي كمرجع معرفي عبر التركيز (العقل الاجتهادي القادر على استنباط الأحكام، المرجع في فهم القرآن، الصوت الذي حارب الجهل والأسطورة) ومن الناحية الاجتماعية، فإن هذا الدور العلمي ساهم في بناء ثقافة عقلانية ومنع تحوّل الدين إلى أداة بيد السلطة، وأسس لوعي نقدي داخل المجتمع، وهكذا يظهر الإمام (عليه السلام) بوصفه حامل مشروع معرفي لا مجرد شخصية تاريخية.

7 - الشورى والحرية: يشرح المؤلف رؤية الإمام (عليه السلام) لمفهوم الشورى، مبيّناً أنه كان يؤمن بمشاركة الأمة في القرار، ويرفض الاستبداد ويؤكد على دفاعه عن حرية الرأي، حتى مع معارضيه، ما داموا لا يعتدون على النظام العام، وهذا يعكس بُعداً اجتماعياً مهماً وهو قبول تعدد الديانات واحترام الاختلاف ورفض القمع الفكري.

في الختام يرى المؤلف أن شخصية الإمام (عليه السلام) تمثل صورة الإنسان الكامل في التصور الإسلامي، لأنه جمع بين (العبادة والعمل، القوة والرحمة، العلم والزهد، الشجاعة والتواضع) وهذا التكامل يجعل منه نموذجاً تربوياً واجتماعياً يمكن استلهامه في كل عصر وتمثلت الرسالة الاجتماعية للكتاب في:

- إعادة الاعتبار للقيم في مواجهة التاريخ السياسي.
- نقد الاستبداد من خلال إبراز نموذج عادل.
- الدعوة إلى الإصلاح الأخلاقي كأساس لأي إصلاح سياسي.
- تحرير الدين من التوظيف السلطوي.
- تقديم شخصية قيادية ملهمة قادرة على الجمع بين الروح والعدل.

يتخذ المؤلف صيغة الرسالة الأدبية مخاطباً الإمام علي (عليه السلام)، لكنه في العمق يقدم دراسة فكرية - موضوعية تسعى إلى إعادة قراءة شخصية الإمام (عليه السلام) من منظور معرفي- اجتماعي يتجاوز السرد التاريخي أو الخطاب الوعظي التقليدي والكتاب، وإن بدا في ظاهره خطاباً عاطفياً، إلا أنه يحمل مشروعاً واضحاً يتمثل في إبراز الأبعاد القيمية والاجتماعية لشخصية الإمام بوصفه نموذجاً إنسانياً متكاملاً يجمع بين الإيمان والعدل والسياسة والزهد والعلم.

ينطلق المؤلف من فرضية مركزية مفادها أن شخصية الإمام علي (عليه السلام) تعرّضت عبر التاريخ لتشويه سياسي ومذهبي، أدى إلى طمس كثير من معالمها الحقيقية، ولذلك فإن الغاية الأولى للكتاب هي إثبات صدق الأحاديث الواردة في فضائله، وإبراز مكانته الخاصة في محيط النبوة، ليس بوصفه شخصية روحية فحسب بل كنموذج قيادي واجتماعي.

اعتمد المؤلف على النصوص المعتبرة في التراث الإسلامي، والتركيز على مبدأ القراءة التحليلية في خطبه ورسائله الواردة في نهج البلاغة، تبرز مضامينها الفكرية والاجتماعية التي تجسدت في سلوك الإمام (عليه السلام).

الإمام علي (عليه السلام) بوصفه الامتداد القيمي للنبوة عبر تجسيد التربية النبوية مما جعله يتشرب القيم القرآنية في صورتها العملية ويبرز الكتاب عدة دلالات اجتماعية منا: (التكوين القيمي المبكر فهو نموذج الشاب الذي يتشكل وعيه على أساس التوحيد والعدل قبل أن تتغلغل فيه قيم الجاهلي، الاستعداد لتحمل المسؤولية، الوعي الرسالي عبر التزامه عملياً في كل مراحل حياته) فكان (عليه السلام) تجسداً حياً للقيم مما يمنحه بُعداً اجتماعياً يتجاوز الانتماء الشخصي.

القيادة والعدل: يشكّل هذا المحور أحد أهم الجوانب الموضوعية في الكتاب، إذ يشرح المؤلف أن تجربته (عليه السلام) في الحكم تمثل النموذج الأقرب إلى خلافة على منهاج النبوة وقد تجلّى ذلك في:

- 1 - الحكم عند الإمام لم يكن سلطةً أو امتيازاً، بل أمانة ومسؤولية من خلال (رفضه استغلال بيت المال، مساواته بين الرعية دون تمييز قبلي أو طبقي، محاربه للفساد الإداري والمالي)
- 2 - العدل أساس العمران والذي لم يكن شعاراً بل مبدأً بنوياً لإقامة المجتمع، فالعدل عنده (يحفظ كرامة الإنسان، يضمن الاستقرار الاجتماعي، يمنع نشوء الطبقات المتسلطة) وقد تجلّى هذا في رسائله إلى ولاته، حيث وضع أسس الإدارة الرشيدة: اختيار الأكفاء، مراقبة المسؤولين، رعاية الفقراء، وعدم الانحياز للأقوياء.



البناء الهندسي<sup>٣</sup>  
فن قصيدة «بياض»  
لورود الموسوي<sup>٣</sup>

أنفال محمد عبد الأمير

لقد أصبحنا في الوقت الحاضر على دراية تامة بأن الشعر ليس مجرد كلمات وأفكار تُرَضُّ وتوضع في قوالب لتصنع جرساً موسيقياً، بل بات الشعر يشتمل على عناصر متنوّعة، من بينها البُعد البصري، ولكي نفهم النص وما وراءه، علينا أن نُبصر في النص وما حوله، وكأنا نقرأه قراءة صامتة؛ وهذه القراءة لا تكون للنصوص وحدها، وإنما لما كان خالياً منها، وقد وجد الكثير من الباحثين أن هذا النوع من القراءة قادر على توليد «هوية بصرية للنص»، وهي هوية تُضفي أبعاداً دلالية وجمالية على النصوص عند تحليلها.

بلا مبالاة ترفع الغطاء عنها، وبالهدوء الذي اعتادته حركاتها تمشي إلى المطبخ، تُعدّ شايفها، ودون مبالاة أيضاً لنظراتها تجلس أمام شاشتها البيضاء، وهي تسمع كل شيء يعبرها كما الرصاص، كما الحروف المنفلتة من أصابعها، كما الهواء الذي طالما تمتّ أن يحمل عطره إليها معه، أو ربما تماماً مثل زخات هذا المطر الغاضب.

لا تدري لِمَ كلما اشتدّت العتمة في روحها بكت السماء. نلاحظ أن الأسطر تكاد تكون متقاربة في الطول، وهذا يمنح انطباعاً بالثبات الشكلي أو الخفي؛ فالمستطيل هو صنيعة البطلة، وهو ليس سجعاً، بل أصبح درعاً هندسياً تحتمي به من ضجيج العالم الخارجي، أو مساحة بيضاء تمارس فيها حريتها، فالمستطيل عند ورود الموسوي ليس شكلاً عابراً، بل حصناً بُني من لبنات تجاربها.

ثم جاء المثلث كأداة هجومية، مستغلاً البياض لتوجيه الطعنات (النقد/اللاتهام)، فالبطلة شيدت مستطيلها الخاص ليكون حصنها، إلا أن هذا التحصين استفزّ المحيطين بها، فاستعملوا لغتها ذاتها ليخترقوا درعها، فتقول واصفة حالة الهجوم:

ليس هذا وحسب، بل إنها لا تشعر بوجود بشر يسكنون معها. أقلّ ما يمكنني وصفها به أنها أنانية.

نعم، ومتكبّرة، تستصغرننا جميعاً.

بل هي حتماً مغرورة.

إنها تفتقر للذوق.

إنها عالة علينا.

لا بد من طردها من هذا البيت.

إن الراوية المدبّبة المتمثلة بقمة الهرم، لكنها مقلوبة، هي المصير الذي حوصرت فيه البطلة، إذ ضاقت أضلاعه حتى أفضى بها إلى القرار الحاسم المتمثل بالطرده، وهو طرد يرمز إلى محاولة طمس هويتها وهدم استقلاليتها.

وفي النهاية، يكشف لنا البناء الهندسي لهذه القصيدة عن انتصار خفي حققته البطلة؛ فعلى الرغم من الحصار وتوجيه الأدوات الحادة نحوها، لم ينجح الآخرون في تحطيم درعها، بل إن التضييق الجانبي دفعه إلى الاتساع أفقياً، وهكذا فإن التشكيل الهندسي المتمثل بـ (مثلث - مستطيل - مثلث) يمنح القارئ إحساساً بالتحرّر.

وهذا ما وجدته في نص «بياض»، فالشاعرة لم تكتفِ بالكلمات، بل شيدت معماراً بصرياً تآرجح بين مثلثين يتخللها مستطيل، وهذا الترتيب الهندسي، من حيث القراءة الدلالية، يمنح القصيدة استقراراً في المنتصف، وتدفعاً في البداية، وتحرّراً في الخاتمة. ففي المثلث الأول تقول:

علّ الصباح يُشرق بالشمس على روحها..

لكن الليل هو الأقرب لروحها، كما تخبر الجميع!

ربما تكون كذلك لأنها تعاني من داء الكتابة؟

لا، بل هي مجنونة

كلا، إنّ بها خيطاً من خَبَل

لا، بل هي معقدة

لا، إنّها حتماً مريضة

يمثل السطر الأول القاعدة التي تحمل الأمل، على الرغم من كون التوتّر ظاهراً في نهايته، والذي يبدأ بأخذ دوره في السطر الثاني، ليُضيق الشعور من خلال ذكر الليل وعلامات التوتّر والتعجب، التي تُشعر القارئ بأن زاوية نظره بدأت تتجه نحو مسار معيّن، وكأنّ الآراء تتصارع حول هوية المرأة، حتى تصل إلى ذروتها، فتندثر الخيارات، وتُطرح بدلاً عنها الاتهامات، وقد يكون هذا البناء انعكاساً لنظرة الآخر إلى المرأة، وتجسيدا لسقوطها في نظر المحيطين بها.

أما إذا انتقلنا إلى الجزء الآخر من القصيدة، الذي يوحي بميل نحو المستطيل الذي يمثل المتن ويربط المثلثين، فتقول:



يكشف لنا البناء الهندسي لهذه القصيدة عن انتصار خفي حققته البطلة؛ فعلى

الرغم من الحصار وتوجيه الأدوات الحادة نحوها، لم ينجح الآخرون في تحطيم درعها، بل إن التضييق

الجانبي دفعه إلى الاتساع أفقياً، وهكذا فإن التشكيل الهندسي المتمثل بـ (مثلث - مستطيل -

مثلث) يمنح القارئ إحساساً بالتحرّر.

# سُمرةٌ من طينِ الفرات

زهراء سالم

حين كان القمرُ  
يدرّبُ الجنودَ على الصبر،  
ونَفَسُ بابل  
حين كانت الأبراجُ  
تجاوزُ الغيمَ  
بلغيةِ الطينِ والنارِ  
فليست احتراقاً،  
بل نُضجُ سنبليةِ  
أقامت طويلاً  
في حضنِ الشمسِ،  
حتى تعلّمتُ  
كيف تصيرُ ذهباً بلا  
ضجيج

لم يجفَّ بعد  
أنا ابنةُ السهولِ  
حيثُ مشى حمورابي  
وفي يده شريعةٌ  
كأنّها قلبٌ يُنظّمُ نبضَ  
المدنِ،  
وحيثُ رفعتُ  
الجنائنَ المعلّقةِ  
ضفائرها الخضراءِ  
لتنقغِ السماءَ  
أن الأرضَ قادرةٌ على العلوِّ  
سُمرتي  
ليلِ آشور

أنا من سُمرةِ الطينِ  
حين يشقُّ الفجرُ كتفيَّ  
كأنه يولدُ من ضلعِ النهرِ،  
ومن شمسِ عتيقةِ  
علّقت فُرطها الذهبيَّ  
على نخلةٍ في جنوبِ  
بلاد الرافدينِ  
سُمرتي  
ليست لوناً عابراً،  
بل أثرُ أصابعِ الطينِ  
وهو يعجن ملامحي  
على مهلِ الحضاراتِ  
هي ختمُ سومريِّ



مهما تعب التاريخ،  
ما زلتُ هنا،  
أحمل كل لون، كل صدى،  
كل نهر، كل طين...  
وأبكي كما تبكي الأرض  
نفسها:  
بلا خجل،  
بلا اعتذار،  
بلا انتهاء  
فالبكاء يعلمني الصبر،  
ويعلمني كيف أصغي  
إلى الوجع،  
كيف أكون أنا،  
بين الظلال والنور،  
بين الأرض والماء،  
بين ما مضى وما لم  
يولد بعد.

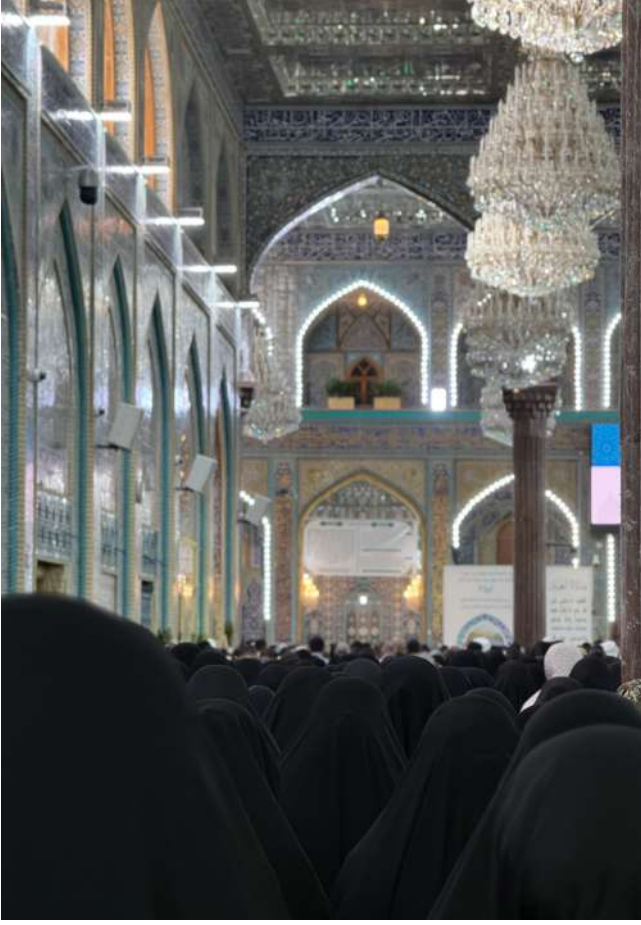
من يد نَحَاتِ سومري،  
صلبة  
كجدار آشوري  
جربَّ الريح  
فازداد ثباتاً  
وفي عيني  
يستريح التاريخ  
متعباً من الحروب،  
لكنه يبتسم سراً  
لأنني ما زلتُ  
أحمل لونه  
دون أن أطلب الغفران  
حين أبكي...  
فيصبح بكائي صمتاً  
يتحدث،  
وميضاً يذكرني بأني،  
مهما اهتزت،

أنا من ماء  
دجلة  
إذا ارتجفَ في خاصرة  
الصيف،  
ومن انحناءة الفرات  
وهو يُسلمُ ضوءه للقصب  
من تراپ  
إذا ابتل  
تذكر اسمهُ الأول  
حين أبتسم  
تدور الأختام الأسطوانية  
في دمي،  
ويعود الطين  
ليكتب اسمي  
بمسمار من نور  
أنا السمراء  
كتمثالٍ خرجتوا



في صلاة عيد الفطر تتطهّر الأرواح قبل الأجساد،  
كأن القلب يُولد من جديدٍ على سجادة النور، وبين  
حرمي القداسة.

تصوير سجي الخفاجي



# السهر الانتقامي: حرية بثمن باهظ

غدير الصفار

في عتمة الليل، حين تسكن الأصوات ويغفو العالم، تنبض الحياة في زوايا الهواتف المضيئة وغرفٍ يلقها السكون، هناك، يختار الكثيرون أن يؤجلوا موعد نومهم، لا لشيء إلا ليختلسوا من الزمن لحظاتٍ لأنفسهم، بعيدًا عن ضجيج النهار وضغوط العمل والعائلة، يجلس الواحد منهم أمام شاشة صغيرة، يتنقل بين مقاطع وصور وأحاديث لا تنتهي، كأنما ينتقم من ساعات النهار التي سُرقت منه دون استئذان.

هذه الحالة، التي أطلق عليها علماء النفس اسم «تأجيل النوم انتقاماً»، ليست مجرد عادة سيئة أو ضعف إرادة، بل انعكاسٌ خفيٌ لشعور عميق بفقدان السيطرة على الوقت، فحين تُستنزف ساعات النهار في تلبية مطالب الآخرين، يجد الإنسان في سهره المتعمد محاولةً لاسترداد ذاته، ليُشعر - ولو لوهلة - أنه يملك قراره، حتى وإن كان ذلك القرار على حساب راحته وصحته.

تأجيل النوم انتقاماً، عندما نسمع به للوهلة الأولى، يبدو مجرد نزوة ليلية أو عادة غير منضبطة يفعلها الفرد بدافع التسلية أو الإدمان الرقمي، لكنه، حين ننظر إليه بعمق نفسي واجتماعي، يتحول إلى مرآة تكشف أزمة الإنسان مع الوقت، ومع ذاته التي يُدفع للتخلي عنها طوال النهار، وما نراه من ساعات السهر المتعمد ليس مجرد تأخير للنوم، بل هو إعلان صامت عن رغبة في استعادة السيطرة على حياة تُدار غالباً من خارج إرادتنا.

في النهار، يتخبط الفرد وسط توقعات وأوامر ومطالب متلاحقة: العامل الذي يقضي يومه مرهقاً تحت ضغط المؤسسة، والطالب الذي يحاصر وقته الواجب، والوالدة التي تتحول ساعاتها إلى إكمال مهام بيتها وواجباتها الأسرية، الجميع يشتركون في شعور واحد: الوقت ليس ملكاً لهم، هنا يحدث الانفصال بين الشخص وزمنه، فيصبح النهار فضاءً يستهلك طاقته دون أن يمنحه شيئاً لنفسه، ومع غروب الشمس وصمت المسؤولين، تظهر الرغبة المكبوتة في استعادة ما ضاع.

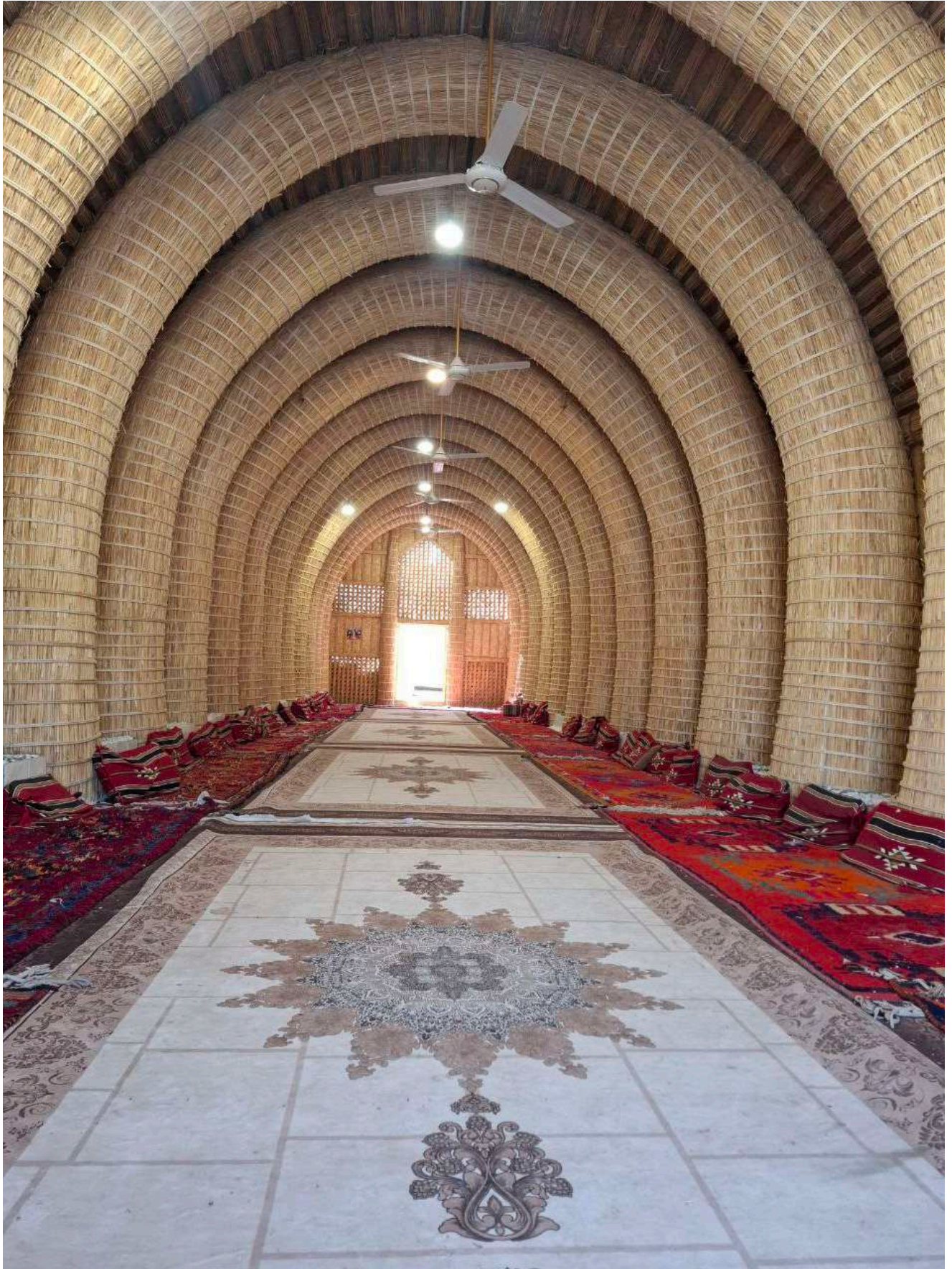
هذه الرغبة لا تأتي في شكل أعمال نافعة دائماً، ولا في محاولات تطوير الذات، بل غالباً تتجلى في أبسط وأقل الخيارات كلفة: الجلوس أمام شاشة هاتف، التنقل بين الفيديوهات، متابعة محادثات عابرة، فتح نافذة صغيرة على عالم يستجيب لنا بلا أوامر، يبدو هذا السلوك نوعاً من الاسترخاء، لكنه في جوهره توق إلى امتلاك شيء من الوقت بلا شروط، ولهذا أطلق عليه علماء النفس هذا الاسم، لأن الفرد يشعر داخلياً بأنه يتأثر لنفسه من نهار صادرة، وكأن السهر استعادة لحق مسلوب.

غير أن هذا الانتقام يضرب صاحبه نفسه، فكأنه المنتصر والخاسر معاً، الجسد يدفع الثمن، ويبدأ يوماً جديداً أقل قدرة على التحمل، فتقل الإنتاجية، ويزداد الشعور بالعجز، ما يعود ليغذي حلقة الإحباط من جديد، حين يفقد الإنسان نوم، يفقد بدوره القدرة على امتلاك نهاره، فيستمر شعوره بأنه مجرد تابع للوقت لا مالك له، مما يعمق الرغبة في الانتقام منه ليلاً، إنها حلقة أشبه بمعاكبة الذات دفاعاً عنها.

وإذا تناولنا الظاهرة من زاوية أعمق، بدت كصرخة غير منطوقة ضد قسوة الزمن، ففي عالم يقاس فيه الإنسان بما ينجز لا بما يشعر به، يصبح النوم آخر ما يُضحي به لإنقاذ لحظة حرة، والسؤال الذي يتردد في أذهاننا: لماذا يهرب الإنسان إلى الليل كي يشعر بأنه حي لنفسه؟

ربما لأن النهار لا يمنحه مساحة تخص روحه، فيلجأ إلى الليل باعتباره الوقت الوحيد الذي يستمتع فيه، ولو بثمان باهظ، ذلك الوقت الذي يختزل فكرة أن الزمن يمكن أن يكون ملكاً له.

هنا يصبح علاج الظاهرة ليس بالنوم المبكر فقط، بل ببناء حياة تتمتع ساعات لا تلتهمها الواجبات، ووقتاً يُقاس بالشعور، لا بالإنجاز وحده، حينذاك لن يكون الليل ساحة للانتقام فحسب، بل فسحة للراحة، عندما يصبح النهار بدوره فسحة للإنسان أيضاً.



بين الأهوار وفريضة...

## مضيفاً من القصب

# يعيد ذاكرة سومر إلى كربلاء المقدسة

زهراء جبار الكناني

في منطقة فريضة بمدينة كربلاء المقدسة، يرتفع بناءً من القصب لا يشبه الأبنية الحديثة المحيطة به، بل يستدعي الذاكرة ليعيدها إلى عمق التاريخ، حيث حضارة سومر، أولى حضارات وادي الرافدين، هناك سُيّد مضيف الإمام الحسن (عليه السلام) برعاية الشيخ أبو كاظم الأسدي، ليكون أكثر من مجرد مضيف لاستقبال الزائرين في شهري محرم وصفر، بل رسالة حيّة تعيد للقصب صوته، وللتراث العراقي هيبته.

صعوبة في إقناع البعض بأهمية العودة إلى العمارة التراثية في ظل انتشار الطراز الحديث، لكن عبر الجولات التعريفية وشرح أبعاد الفكرة، إضافة إلى الاستعانة بكبار السن والشخصيات المؤثرة في المجتمع، بدأت القناعة تتشكل تدريجياً، ومع اكتمال البناء تحوّل التردد إلى إعجاب، وأصبح المضيف علامة فارقة في المنطقة.

### من أهوار الناصرية.. إلى قلب كربلاء

لضمان أصالة التنفيذ، جرى استقدام بنائين مختصين من أهوار الناصرية، المعروفين بخبرتهم في تشييد بيوت القصب، إضافة إلى جلب القصب الخام نفسه من هناك، وقد استُخدم القصب والخشب ومواد تقليدية محلية في البناء، مع مراعاة وسائل الأمان كافة، في محاولة لمحاكاة الأسلوب السومري القديم وتقليل الأثر البيئي في آن واحد.

استغرق تنفيذ المضيف نحو (18) يوماً، وكانت أصعب المراحل تنظيف القصب ورفع الأقواس العالية (الشبابيك المقوّسة) باستخدام تقنيات تقليدية قديمة تتطلب دقة ومهارة.

### حين يتكلم الجدار

لم يقتصر المشروع على البناء الهيكلي، بل شمل إدخال رموز وتقنيات مستوحاة من الفن السومري، مثل النقوش الجدارية ذات الأشكال الحيوانية والنباتية، كما صُممت الأرضيات بمزيج من الحصى الملون لتشكيل زخارف تحاكي أرضيات المعابد القديمة، في محاولة لخلق تجربة بصرية متكاملة تنقل الزائر إلى زمنٍ سحيق.

### استعادة الإرث

حدّثنا الأستاذ كاظم ياسين الأسدي، الابن البكر للشيخ (أبو كاظم)، قائلاً: «إن الدافع الأساسي وراء اختيار الطراز السومري كان الحفاظ على التراث العراقي القديم وإحياء العمارة السومرية، بوصفها واحدة من أقدم التجارب المعمارية في التاريخ الإنساني، فالسومريون لم يتركوا لنا الكتابة فحسب، بل تركوا نمطاً عمرانياً ارتبط بالبيئة والإنسان والروح.

ويضيف أن الهدف لم يكن تشييد بناء تراثي شكلي، بل إقامة مضيف يجمع بين الأصالة والمعاصرة، ويعكس روح الحضارة السومرية بطريقة مبتكرة، تساهم في تعزيز الوعي الثقافي لدى المجتمع المحلي بأهمية الحضارات التي نشأت على أرض العراق».

### انتماء يتجسد في القصب

يرى الأسدي أن المشروع يرتبط ارتباطاً وثيقاً بهويته الشخصية وانتمائه الوطني، فالعراق - كما يقول - بلد الحضارات، وأي مبادرة لإحياء تراثه هي تعبير عن الوفاء للجذور.

إن المضيف، من وجهة نظر كاظم، ليس مجرد مساحة استقبال، بل مساحة اعتزاز، وهو انعكاس لقيم الانتماء والفخر بالتراث، ومحاولة لتعزيز الهوية الثقافية المحلية لدى أبناء القرية، خصوصاً في زمن طغت فيه أنماط البناء الحديثة على الذاكرة البصرية للمكان.

### تحديات البداية

لم يكن الطريق سهلاً في البداية، إذ واجه القائمون على المشروع



## حراك اجتماعي وواجهة سياحية

سرعان ما أصبح المضيف مركزاً للتجمع والتفاعل الاجتماعي، يستقبل الأهالي ضيوفهم فيه، وتقام داخله المناسبات، لا سيما خلال شهري محرم وصفر حيث يتوافد الزائرون إلى مدينة كربلاء المقدسة.

وأسهم المشروع في جذب مزيد من الزوار إلى منطقة فريحة، ما عزز الحركة الاجتماعية والاقتصادية، فضلاً عن تقديم واجهة سياحية مختلفة للمدينة تجمع بين البعد الديني والعمق الحضاري.

## منبراً للتثقيف

يؤمن الأسدي أن مثل هذه المشاريع قادرة على إعادة الاهتمام بالحضارة السومرية لدى الشباب عبر التفاعل المباشر مع المكان، لا الاكتفاء بالقراءة عنه في الكتب، فالمضيف، كما يصفه، درس حي في التاريخ، وشاهد ملموس على عظمة الإرث العراقي. ويطمح مستقبلاً إلى تحويل المضيف إلى مركز ثقافي وسياحي يضم ورشاً تعليمية عن التراث السومري والحرف التقليدية، ومكتبة متخصصة بالحضارات العراقية القديمة، ليكون منبراً للتثقيف والحوار.

**لضمان أصالة التنفيذ، جرى استقدام بنائين مختصين من أهوار الناصرية، المعروفين بخبرتهم في تشييد بيوت القصب، إضافة إلى جلب القصب الخام نفسه من هناك، وقد استخدم القصب والخشب ومواد تقليدية محلية في البناء، مع مراعاة وسائل الأمان كافة، في محاولة لمحاكاة الأسلوب السومري القديم وتقليل الأثر البيئي في آن واحد**

## تكامل الأدوار

ويختتم كاظم حديثه بالتأكيد على أن حفظ التراث مسؤولية مشتركة؛ فالفرد يستطيع أن يبدأ بالمبادرة والاهتمام والتعليم، بينما تمتلك المؤسسات الثقافية أدوات التمويل والتنظيم والتعاون الدولي، وحين يتكامل الدوران يصبح التراث أكثر قدرة على البقاء، ففي زمن تتشابه فيه الأبنية وتبهت فيه الملامح، ينهض مضيف الإمام الحسن (عليه السلام) في منطقة فريحة شاهداً على أن القصب يمكن أن يكون بياناً حضارياً، وأن العودة إلى الماضي ليست تراجعاً، بل استعادة للهوية، وهكذا، بين أهوار الجنوب وذاكرة سومر، تنبت في كربلاء عمارة من قصب... لكنها من معنى.



## نجاحنا بفضل

فئة  
العولمة

في عصر انفتحت فيه أبواب الدنيا على مصراعيها، وتلاشت الحدود بين الواقع والافتراض، أصبحت النفس البشرية عرضةً لسيل جارف من المغريات التي لا تهدأ، نحن نعيش زمن السيولة التي لا تستثني القيم أو القناعات حيث تحولت المواقع إلى مראيا تعكس بريق الميزات الزائفة، والواقع إلى ساحة صراع محموم نحو الاستهلاك والتبعية، وفي هذا الخضم لم تعد النجاة ترفاً فكرياً، بل هي ضرورة وجودية تتطلب بصيرة نافذة وإرادة صلبة، وقوة إيمانية تبدأ بالدعاء وتنتهي بالسعي

التشريع، يصبح الالتزام لذة لا قييداً، وتصبح العبادة حصناً يمنح صاحبه مناعة روحية كبيرة، حينها يصل الإنسان إلى مستوى عالي كأن يُؤثر ولا يتأثر وهذه هي قمة القوة، إن الغرض من تحصين النفس ليس الانكفاء، بل بناء شخصية قيادية في قيمها فالمسلم الذي يعي هويته لا يذوب في الآخرين بل يقدم نموذجاً يحتذى به فيصبح هو المركز الذي يجذب إليه التأهون، لا العكس.

**ورق**  
**التحصين بالوعي؛ والتحصين ليس انغلاقاً**  
**عن العالم بل هو فلترة ذكية لما يرد**  
**إلينا، فإن الإنسان الذي لا يملك مصفاة فكرية**  
**في هذا العصر يتحول إلى وعاء يصب فيه كل**  
**ما يخدم ثقافة الاستهلاك القيمي الذي يودي**  
**إلى الضياع، ويأتي التحصين هنا أيضاً بقدرة**  
**الإنسان على أن يكون حاضراً دون أن يذوب،**  
**ومتفاعلاً دون أن يفقد ذاته**

النجاة الحقيقية والفوز الذي يُبهج الإنسان ويجعله يشعر بالفخر الحقيقي في الدارين هو الوصول لكبح جماح النفس عن ملذات عابرة وهذا هو الجهاد الأكبر، وكما ورد في قول الرسول (صلى الله عليه وآله): « حفت الجنة بالمكاره، وحفت النار بالشهوات لذا فإن طريق النجاة وعز، لكن عاقبته هي الفلاح المطلق، وإن النجاة في هذا العصر هي انتصار الروح على المادة، واليقين على الشك، والثبات على الاضطراب، إنها رحلة من العبودية للمادة إلى الحرية في رحاب الخالق، هنا يقول السالك المجاهد فماذا وجد من فقدك؟

وليتذكر الإنسان دائماً إن القابض على الجمر اليوم هو الذي سيتحول غداً إلى نور يسعى بين يدي صاحبه، والنجاة ليست في الهروب من العالم بل في العيش فيه بقلب معلق بالسماء، بحيث تمشي على الأرض وجوهرك في العلياء، فتكون في الزحام ولا يظالك الغبار.

وإن أخطر ما في هذا العصر ليس كثرة المغريات فحسب، بل سهولة الوصول إليها، وتطبيعها حتى غدت مألوفاً لا تستفز لها الفطرة، ولا تنتفض لها الضمائر، وهنا تبدأ معركة النجاة الحقيقية: معركة النفس مع نفسها، إذ يقول الله تعالى: ﴿ إِنَّ الدُّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ﴾، ما لم تُهذَّب بالوعي، وتُحصَّن بالبصيرة، وتروّض بالمجاهدة.

التذبذب الذي يعانیه إنسان اليوم ليس إلا انعكاساً لفقدان المركز فمتى ما كان الإنسان مستمداً قيمته من الخارج ك (المظاهر، التريند، صخب المنصات)، صار كالريشة في مهب الريح وهنا نلاحظ أن النجاة الحقيقية تبدأ من الداخل، من استعادة الذات لسيادتها على الأهواء إنها القدرة على قول «لا» في وجه بريق يغري الحواس ويُغشي البصيرة.

وهذا الصراع ليس جديداً في جوهره، لكنه استثنائي في أدواته كما نلاحظ وكان التاريخ يعيد نداءه فينا مذكراً بقول الإمام علي (عليه السلام): « القابض على دينه كالقابض على جمره » هذا الوصف البليغ يختزل مشهد الاستمساك بالقيم وسط بيئة تحاول إحراقها فالجمر يحرق اليد، لكنه يضيء عتمة الروح ويمنحها صلابة لا يعرفها المترفون خلف أهوائهم، إن هذا الجهاد لهو لذة رغم صعوبته لا يعرفها إلا من ناقها حقاً، ولكي ينجو الإنسان من الانصياع وراء السيولة المعاصرة التي نشهدها، عليه أن يبني حصونه وفق أسس معرفية وروحية متينة.

أولها التحصين بالوعي؛ والتحصين ليس انغلاقاً عن العالم بل هو فلترة ذكية لما يرد إلينا، فإن الإنسان الذي لا يملك مصفاة فكرية في هذا العصر يتحول إلى وعاء يُصب فيه كل ما يخدم ثقافة الاستهلاك القيمي الذي يودي إلى الضياع، ويأتي التحصين هنا أيضاً بقدرة الإنسان على أن يكون حاضراً دون أن يذوب، ومتفاعلاً دون أن يفقد ذاته، أن يمر بين الفتن مروراً العارفين، لا انزلاق الغافل، وأن يرى الملذات بعين ناقدة، لا بقلب متعلق.

كما يجب أن نحب ديننا فالنجاة لا تتحقق بالتدين «الوراثي» أو «الشكلي» الذي يهتز أمام أول شبهة أو إغراء بل بالتدين القائم على الحب؛ فمن أحب استقام، ومن عرف استيقن، عندما يكون الانضباط نابعاً من معرفة عميقة بجلال الخالق وحكمة

## مبادئ مع وقف التنفيذ

ثمة أحكام تصدرها بحق أنفسنا في كل يوم، وقيم نعلّقها على جدران ألسنتنا كأيقونات مقدسة، ولكنها تظلّ في عُرف الواقع «مع وقف التنفيذ»، نحن كثيراً ما نتقن رصف الكلمات عن الصدق، الوفاء، والشجاعة، ونبني منها مدناً فاضلة في خيالنا، غير أن الاختبار الحقيقي ليس في بلاغة القول، بل في مشقة الفعل، فالمبدأ الذي لا يغادر حنجرتك ليصافح يدك في لحظة ضيق، هو مجرد حبر سرّي يتلاشى عند أول مواجهة مع شمس الحقيقة، فهل نحن ما نقوله أمام المرأة، أم نحن ما نفعله حين لا يراقبنا أحد؟

إن المبادئ التي نحملها في دواخلنا تشبه إلى حد كبير حبات البذور؛ فهي تحمل وعداً بالحياة، لكنها تظل حبيسة قشرتها الصلبة ما لم تجد تربة خصبة وصالحة لتنمو فيها، إضافةً إلى أننا نعيش في عصر تضخم فيه القول على حساب الفعل، وأصبحنا بارعين في صياغة «دساتير أخلاقية» شخصية، نخطها بمداد النوايا الحسنة، ثم نتركها معلقة على رفوف الانتظار، وكأننا نمنح أنفسنا صكوك غفران بمجرد الإيمان بالفضيلة دون ممارستها.

هذا الانفصال بين ضفة «القول» وضفة «التطبيق» هو ما يجعل أخلاقنا حبيسة اللسان فحسب، فما قيمة الشجاعة التي نتغنّى بها في رخائنا إذا خذلتنا في أول مواجهة مع الباطل؟ وما نفع الكرم الذي نمدحه في المجالس إذا انقبضت أيدينا عند حاجة السائل؟ إن القيمة الأخلاقية ليست ملكية فكرية نتباهى باقتنائها، بل هي عقد وعهد يجب أن نوقعه مع ضمائرنا في كل صباح، ولا تكتمل شرعيته إلا بختم الواقع.

إن الارتباط بين الإنسان ومبادئه ليس ارتباطاً نظرياً، بل هو اشتباك وجودي، ففي اللحظة التي يطابق فيها المرء قوله بفعله، يولد فيه إنسان جديد، أكثر صلابة واتساقاً مع ذاته، ولعل هذا التناغم هو الذي يمنح الكلمة وزنها، ويجعل للصمت هيئته ووقاره، أما العيش في تلك الفجوة الرمادية، حيث القول في وادٍ والفعل في وادٍ آخر، فإنه يورث شتاتاً في الهوية، ويحول المبادئ إلى أحمال ثقيلة تذكرنا دوماً بما عجزنا عن تحقيقه.

الارتباط بين  
الإنسان ومبادئه  
ليس ارتباطاً نظرياً،  
بل هو اشتباك  
وجودي، ففي  
اللحظة التي  
يطابق فيها المرء  
قوله بفعله،  
يولد فيه إنسان  
جديد، أكثر صلابة  
واتساقاً مع ذاته،  
ولعل هذا التناغم  
هو الذي يمنح  
الكلمة وزنها،  
ويجعل للصمت  
هيئته ووقاره

## أصدقاء القاعات:

### كيف يرى الطلاب تعامل الأساتذة في الامتحانات؟

منار قاسم

تعتبر العلاقة بين  
الطلاب والأساتذ خلال  
فترة الامتحانات عاملاً  
حاسماً في تحديد  
ملاح الأداء الأكاديمي،  
فهي ليست مجرد  
علاقة ممتحن وممتحن،  
بل هي حالة نفسية  
متكاملة تنعكس على  
ورقة الإجابة في هذا  
التقرير نستعرض  
آراء أربعة  
طلاب حول  
هذه التجربة  
الدراسية.

تحدثت سرى فاضل، طالبة في هندسة الأمن السيبراني، عن طبيعة التعامل في قسمها التقني، حيث قالت إن الدكاترة يتعاملون بمنطق المشرف على الأزمة وليس المراقب التقليدي، وأكدت أن بعض الأساتذة يمنحون الطالب مساحة من التفكير الهادئ عبر توضيح منطق السؤال دون كشف الحل، وهو ما يقلل من حدة التوتر البرمجي، ونوهت إلى أن هذا الأسلوب يبني ثقة الطالب بنفسه، وبالعكس تماماً، فإن الأستاذ الذي يكتفي بكلمة السؤال واضح أمام استفسار مشروع، قد يتسبب في تشتت الطالب وفقدانه للتركيز في خضم الأكواد المعقدة.

أما زينب محمد، من تخصص الإدارة والاقتصاد، فقد ركزت على الجانب الإنساني في التعامل، حيث قالت إن الدكاترة الذين يبتسمون في وجه الطلاب عند توزيع الأسئلة يرفعون من معنوياتهم بشكل لا يوصف. كما أكدت زينب أن مرونة الدكتور في تقبل الاستفسارات حول غموض بعض المصطلحات الاقتصادية تعكس رقياً أكاديمياً يساعد على الفهم، ونوهت إلى أن بعض الأساتذة يبالغون في التشدد داخل القاعة، مما يخلق أجواءً من الرعب تعيق التفكير الإداري السليم، وبالعكس، فإن الهدوء الذي يفرضه الأستاذ الواعي يجعل القاعة بيئةً محفزةً للتحليل والحل.

من جهته، تطرق محمد رياض، طالب هندسة الحاسبات، إلى كيفية تقييم الدكاترة للجهد، حيث قال إن التعامل الراقي يظهر عندما يراعي الدكتور الخطوات الحسابية ولا يحصر الدرجة في النتيجة النهائية فقط.

وأكد محمد أن هيبة القاعة التي يفرضها بعض الدكاترة بشكل مبالغ فيه قد تؤدي إلى تجميد ذهن الطالب، ونوه إلى

تحدثت سرى فاضل، طالبة في هندسة الأمن السيبراني، عن طبيعة التعامل في قسمها التقني، حيث قالت إن الدكاترة يتعاملون بمنطق المشرف على الأزمة وليس المراقب التقليدي، وأكدت أن بعض الأساتذة يمنحون الطالب مساحة من التفكير الهادئ عبر توضيح منطق السؤال دون كشف الحل، وهو ما يقلل من حدة التوتر البرمجي، ونوهت إلى أن هذا الأسلوب يبني ثقة الطالب بنفسه، وبالعكس تماماً، فإن الأستاذ الذي يكتفي بكلمة السؤال واضح أمام استفسار مشروع، قد يتسبب في تشتت الطالب وفقدانه للتركيز في خضم الأكواد المعقدة.

أما زينب محمد، من تخصص الإدارة والاقتصاد، فقد ركزت على الجانب الإنساني في التعامل، حيث قالت إن الدكاترة الذين يبتسمون في وجه الطلاب عند



لإثبات الذات وليس مجرد عقوبة زمنية. هذا وقد قالت رقية وزينب إن الدعم المعنوي يذيب تعقيدات المناهج، بينما أكد محمد وحسن أن عدالة التقييم وهدوء المراقب هما الركيزة الأساسية للتركيز. ونوهت هذه التجارب مجتمعة إلى أن المادة العلمية مهما بلغت صعوبتها، فإن التعامل الإنساني الراقى من قبل الدكاترة يظل هو الجسر الآمن الذي يعبر بالطلاب نحو النجاح، وبالعكس، فإن التشدد غير المبرر قد يهدم جهود فصول دراسية كاملة، إن الهدف الأسمى من الامتحانات يظل دائماً هو بناء الإنسان قبل تقييم الأرقام. ختاماً، يتضح من آراء الطلاب أن الامتحان ليس مجرد صراع مع الورقة والقلم، بل هو نتاج تفاعل مشترك بين تحضير الطالب وروح الأستاذ في القاعة.

أن الأستاذ الذي يتجول بين الطلاب بروح الأب الموجه يخفف من ثقل المواد الهندسية الجافة، وبالعكس، فإن الأستاذ الذي يشعر الطالب بأنه في موضع اتهام دائم (بالغش أو التقصير) يقتل الإبداع في الإجابة. وفي ختام استطلاعنا، تحدث حسن علي، طالب المحاسبة، عن دقة التعامل في اختصاصه، حيث قال إن دكاترة المحاسبة غالباً ما يكونون شديدي الحرص على الوقت، لكنهم في الوقت ذاته يقدرون ضغط الأرقام، وأكد حسن أن كلمة تشجيع بسيطة من الدكتور أثناء المرور بين الصفوف قد تعيد للطلاب توازنه إذا تعثرت ميزانيته الحسابية. ونوه إلى أن تعامل بعض الأساتذة بجفاء أثناء المراقبة يزيد من نسبة الخطأ في الجمع والطرح، وبالعكس، فإن الروح الإيجابية للدكتور تجعل الطالب يشعر بأن الامتحان هو فرصة





لم يعد إغلاق أبواب بيوتنا يعني إدارة الظهر لبيئة الحيّ السكني، فقد ظهرت مسؤولية جديدة نابعة من تنامي الوعي الجمالي لدى المواطن العراقي؛ إذ لم يعد يقبل أن يغلق باب بيته ويترك خلفه شوارع متعبة، ملوثة، ومشوّهة بصرياً، هذا الإحساس بالانتماء والمسؤولية جعل أبناء المنطقة يدًا واحدة في إعمار بيئتهم المحلية، لتكون أكثر جذبًا للنظافة والجمال.

## حين يتحوّل الشارع إلى بيتٍ مشترك مبادرات أهلية تعيد للحيّ السكني نظافته وجماله الطبيعي

عماد الطيب

وتحول المكان إلى مساحة خضراء صغيرة تزيّنها أشجار الأكاسيا والدفل والورد الجوري، تجربة فالح لم تكن مشروعاً بيئياً منظماً، لكنها كانت شرارة وعي انتقلت بالعدوى الإيجابية. وفي حيّ آخر، قادت أم محمد، وهي ربّة بيت، مبادرة جميلة، لاحظت أن الأطفال يفتقرون إلى مساحة آمنة للعب، وأن الساحة الترابية المهملة في نهاية الشارع تحولت إلى مكبّ عشوائيّ للنفايات، بالتعاون مع عدد من الجارات، بادرت إلى تنظيف المكان، واستخدمت مع سكان الحيّ إطارات سيارات مستعملة حولوها إلى أحواض زرع ملوّنة، وغرسوا فيها نباتات موسمية،

### مساحة للكرامة والذوق العام

في أحد الأحياء السكنية المتوسطة، قرر فالح شطي، وهو موظف متقاعد، أن يبدأ بخطوة بسيطة: تنظيف الرصيف أمام منزله يومياً، وزراعة بضع شجيرات ظلّ ونباتات زينة محلية تتحمّل المناخ القاسي، لم ينتظر دعماً رسمياً، ولم يرفع شعارات كبيرة، كان يرى أن الرصيف امتداد لبيته، وأن العناية به جزء من كرامته الشخصية.

بعد أسابيع قليلة، بدأ الجيران يلاحظون الفرق، بدأ الشارع أوسع وأنظف وأكثر إشراقاً، شيئاً فشيئاً انضم جارٌ ثانٍ وثالث،

## تتمية روح الجمال بين الأطفال

لا يمكن تجاهل دور الأطفال في هذا السياق، فإشراكهم في حملات التنظيف والزراعة يزرع فيهم قيمًا بيئية مبركة، وفي تجربة لافتة، نظم أحد الآباء نشاطًا أسبوعيًا بسيطًا لأطفال الحي، يتضمن جمع النفايات الخفيفة وسقي النباتات، تحوّل النشاط إلى لعبة جماعية، ومع الوقت أصبح الأطفال أنفسهم يراقبون الشارع ويمنعون أقرانهم من تلويثه، وهكذا خرجت التربية البيئية من حيز الشعارات إلى الممارسة اليومية.

**تؤكد الدراسات الاجتماعية أن البيئة المنظمة والنظيفة تؤثر إيجابًا في السلوك الفردي والجماعي، وتحد من الفوضى والإهمال. ويضيف أن معظم النماذج الناجحة انطلقت من مبادرات فردية لا من قرارات رسمية، وهذا لا يعفي المؤسسات من مسؤولياتها، لكنه يسلط الضوء على قوة الفعل المجتمعي**

## حين يكون الإصرار عاملاً حاسماً

في المقابل، تواجه هذه المبادرات تحديات حقيقية، منها غياب الدعم البلدي، وضعف الوعي لدى بعض السكان، وأعمال التخريب أحياناً، وهي عوامل قد تحبط الجهود الفردية، إلا أن التجارب الناجحة تشير إلى أن الاستمرارية هي العامل الحاسم، فحين يرى المترددون أن الجهد مستمر والنتائج ملموسة، ينخرطون تدريجياً، كما أن التنسيق البسيط مع الجهات المحلية، حتى ضمن حدود دنيا، يمكن أن يوفر دعماً معنوياً أو لوجستياً يسهم في حماية هذه المبادرات.

ويشير الدكتور فاضل العلي، المختص في علم الاجتماع، إلى أن تحويل الحي السكني إلى مساحة جاذبة للجمال والنظافة لا يعني جعله نموذجاً مثالياً خالياً من المشكلات، بل يعني إحداث توازن معقول بين الواقع والإمكان، فالجمال هنا ليس ترفاً، بل حاجة نفسية واجتماعية، والأحياء النظيفة والمزروعة تقل فيها مظاهر العنف اللفظي والبصري، ويرتفع فيها الإحساس بالأمان، كما تؤكد الدراسات الاجتماعية أن البيئة المنظمة والنظيفة تؤثر إيجاباً في السلوك الفردي والجماعي، وتحد من الفوضى والإهمال.

ويضيف أن معظم النماذج الناجحة انطلقت من مبادرات فردية لا من قرارات رسمية، وهذا لا يعفي المؤسسات من مسؤولياتها، لكنه يسلط الضوء على قوة الفعل المجتمعي، فحين يتحوّل المواطن من متلق سلبي إلى فاعل، تتغير معادلة العلاقة مع المكان، عندها لا يعود الشارع ملكاً مجهول الهوية، بل مساحة مشتركة تستحق العناية والاهتمام.

لم تصبح الساحة حديقة رسمية، لكنها تحولت إلى فضاء حيّ نظيف وآمن نسبياً يجتمع فيه الأطفال، والأهم أن السكان شعروا للمرة الأولى بأن لديهم قدرة حقيقية على التغيير.

## جداريات ملونة

تتكرر هذه النماذج بأشكال متعددة، ففي شارع ضيق ضمن حيّ قديم، استثمر الأستاذ حسين عادل، وهو معلم فنون، مهارته الجمالية في رسم جداريات بسيطة على الجدران المتآكلة، مستخدماً ألواناً هادئة ورسومات مستوحاة من الطبيعة، لم تكن الجداريات عملاً احترافياً بقدر ما كانت محاولة لإعادة الاعتبار للمكان.

إلى جانب تنظيف الشارع وزراعة نباتات متسلقة، غيّرت الرسومات المزاج العام للمكان، أصبح المارة أكثر حرصاً على النظافة، وأقل ميلاً إلى رمي النفايات، وكأن الجمال فرض احترامه الصامت.

## لمسة جمالية

تتمية البيئة خارج المنزل لا تتطلب ميزانيات ضخمة أو مشاريع معقدة، بقدر ما تحتاج إلى وعي مشترك وشعور بالملكية الجماعية، حين يشعر الفرد أن الشارع يخصه كما يخص بيته، تتغير علاقته به، تبدأ العناية بالتفاصيل الصغيرة: رفع النفايات، إصلاح ما يمكن إصلاحه، زراعة نباتات محلية قليلة الاستهلاك للمياه، ووضع لمسات جمالية بسيطة لا تعيق الحركة ولا تضر بالمصلحة العامة، هذه التفاصيل، على بساطتها، تصنع فرقاً ملموساً.

يعلق المواطن أسامة فاهم، الباحث البيئي، على ذلك قائلاً إن العمل البيئي في الأحياء السكنية ينعكس أيضاً على العلاقات الاجتماعية، فالمبادرات المشتركة تفتح باب الحوار بين الجيران، وتعيد بناء جسور الثقة التي تآكلت بفعل العزلة وضغوط الحياة، ويضيف: «في حين السكني الحديث نسبياً، اتفقت مع مجموعة من شباب الحي على تنظيم يوم شهري لتنظيف الشارع وزراعة الأشجار، لم يكن الهدف بيئياً فقط، بل اجتماعياً أيضاً، تحوّل اليوم إلى مناسبة للقاء وتبادل الأحاديث، وتعارف السكان الذين كانوا يعيشون جنباً إلى جنب دون تواصل حقيقي» مؤكداً أن النظافة هنا لم تعد واجباً، بل نشاطاً اجتماعياً يعزز روح الجماعة. أما المهندس الزراعي، فيرى أن النباتات تلعب دوراً محورياً في إنعاش الحي السكني، مشيراً إلى ضرورة اختيار النباتات المحلية التي تتحمل الظروف المناخية ولا تحتاج إلى عناية مفرطة، لضمان استدامة الجهد، فالأشجار المثمرة، حتى لو كانت محدودة العدد، تضيف بعداً رمزياً؛ إذ يشعر السكان بأن الشارع يمنحهم شيئاً بالمقابل، ففي أحد الأحياء زرع السكان أشجاراً مثمرة على امتداد الشارع الفرعي، لم تكن الثمار وفيرة، لكنها خلقت علاقة وجدانية بين الناس والمكان، وجعلت الشارع يبدو كائناً حياً لا مجرد ممر اسفلتي.

## من المرجعية الجمعية إلى الفردانية الرقمية.. ما هو الفرق بين جيل الأضرار وجيل الأزمات؟

هاجر حسين العلو

بين جيل صاغته الضرورة وقسوة الميدان، وجيل تُشكّله الرفاهية وخوارزميات الشاشات، تقف الأسرة العربية اليوم أمام تساؤلات وجودية تتجاوز مجرد فجوة الأجيال التقليدية، لم يعد الخلاف يدور حول نمط الملابس أو الموسيقى، بل بات يمسّ جوهر بناء الشخصية ومفاهيم المسؤولية الأخلاقية.

القيم الأخلاقية أقوى؟

شاركنا حازم عباس - مرشد تربوي - قائلاً: "سابقاً كان تحمّل المسؤولية فطرياً ومرتبباً بضرورة البقاء؛ فالطفل كان جزءاً أصيلاً من عجلة الإنتاج الأسري، سواء في الحقل أو المتجر أو رعاية الإخوة، مما منحه نصجاً مبكراً، أما بالنسبة إلى القيم، فالأمر لا يتعلق بقوتها بل بمرجعيتها؛ قديماً كانت القيم يراقبها المجتمع والحي والأسرة الممتدة، مما جعل الالتزام بها سلوكاً عامّاً، أما اليوم، فأصبحت القيم فردية وانتقائية، مما أدى إلى ظهور فجوة في الالتزام السلوكي تجاه الآخرين، رغم تزايد الوعي بالحقوق الشخصية".

في الماضي، كانت المسؤولية قدراً يولد مع الطفل في حقول العمل وداخل أروقة الأسر الممتدة، حيث كانت الرقابة المجتمعية الصارمة تضبط إيقاع السلوك، أما اليوم، وفي ظل التربية الحديثة التي ترفع شعار الحوار والاستيعاب، نجد أنفسنا أمام مفارقة محيرة؛ فبينما يمتلك شبابنا نصجاً معلوماتياً هائلاً يسبق أعمارهم، يعانون في الوقت ذاته من هشاشة انفعالية وتأخر في مهارات مواجهة الواقع. وفي هذا الاستطلاع نتباحث مع نخبة من المختصين والأمهات في عمق التغييرات التي طرأت على مجتمعتنا: هل كان الأطفال قديماً يتحملون المسؤولية أكثر؟ وهل كانت





## ورق حولت الهواتف الذكية المنزل من مساحة للتفاعل إلى فندق للنوم؛ حيث يتواجد أفراد الأسرة جسدياً في مكان واحد، بينما يغتربون عاطفياً في عوالمهم الخاصة، وقد أدى ذلك إلى تآكل المسؤولية الأسرية؛ فالمهمات المنزلية أو الجلسات الحوارية أصبحت ترى كمقاطعات للمتعة الرقمية

في الماضي القائم على الطاعة العمياء. لقد خلقت التكنولوجيا ما يمكن تسميته بالنضوج المعلوماتي المبكر مقابل تأخر النضوج الانفعالي؛ فالشباب اليوم يعرف عن العالم أكثر مما كان يعرفه أجداده، لكنه لا يملك المرونة النفسية لمواجهة إحباطات الواقع، وأصبح النضوج رقمياً إلى حد كبير؛ إذ يبني الشباب هويات مثالية خلف الشاشات، لكن عند مواجهة التحديات الواقعية (كإدارة منزل أو حل نزاع مباشر) تظهر فجوة كبيرة بين الصورة الرقمية والقدرة العملية». كيف انعكس استخدام الهواتف الذكية ووسائل التواصل الاجتماعي على طبيعة الحوار والتفاعل الأسري؟ وهل أثر ذلك في مستوى المسؤولية والالتزام داخل الأسرة؟ حدثتنا عليّ هادي علي - أم لأربع بنات - وقالت: "حولت الهواتف الذكية المنزل من مساحة للتفاعل إلى فندق للنوم؛ حيث يتواجد أفراد الأسرة جسدياً في مكان واحد، بينما يغتربون عاطفياً في عوالمهم الخاصة، وقد أدى ذلك إلى تآكل المسؤولية الأسرية؛ فالمهمات المنزلية أو الجلسات الحوارية أصبحت ترى كمقاطعات للمتعة الرقمية، إن غياب الحوار المباشر أضعف القدرة على قراءة لغة الجسد وفهم احتياجات الآخر، مما جعل الالتزام الأسري يبدو وكأنه واجب ثقيل بدلاً من كونه رابطاً عاطفياً».

هل وفرت التكنولوجيا فرصاً لتعزيز الاستقلالية وتحمل المسؤولية، أم أنها عززت الاتكالية والاعتماد على الآخرين؟ كما قالت يسرى صلاح - أم لثلاثة أطفال -: "التكنولوجيا سلاح ذو حدين، لكن في واقعنا المجتمعي الحالي تميل إلى تعزيز الاتكالية المريحة، نعم نرى شباباً يستخدمون التكنولوجيا للعمل الحر (Freelancing) وبناء مشاريع مستقلة، وهنا تعزز الاستقلالية، لكن في المقابل، سهلت التكنولوجيا الهروب من الواقع؛ فأصبح من السهل طلب الطعام بضغط زر، وتفويض المهام للآخرين، والاعتماد على الذكاء الاصطناعي بدلاً من التفكير، لقد وفرت التكنولوجيا أدوات الاستقلال، لكنها في الغالب استهلكت لتوفير رفاهية الاتكال».

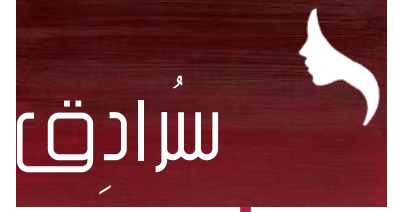
هل قللت التربية الحديثة من روح الاعتماد على النفس؟ وما أجمل المميزات الموجودة في الجيلين الماضي والحاضر؟ وما تأثير التكنولوجيا على النضوج: هل أصبح نضجاً شكلياً (رقمياً)؟

أبدت السيدة سارة حسين - أم وتدرسية في جامعة كربلاء - رأيها قائلة: «وقعت التربية الحديثة في فخ الحماية الزائدة؛ حيث يسعى الآباء إلى تجنب أبنائهم الصعوبات التي عاشوها، مما خلق جيلاً يمتلك المعرفة لكنه يفتقر إلى المهارات الحياتية (Soft Skills).

أجمل ما في تربية الماضي هو الوضوح وبساطة الأدوار؛ كان لكل فرد مكانة ومهمة واضحة، مما خلق شعوراً بالانتماء والأمان النفسي.

أما أفضل ميزة في التربية الحديثة فهي الحوار والاستيعاب؛ فالطفل اليوم يُعامل ككيان مستقل له رأي، مما يعزز الثقة بالنفس والقدرة على التعبير والتفكير النقدي، وهو ما كان غائباً





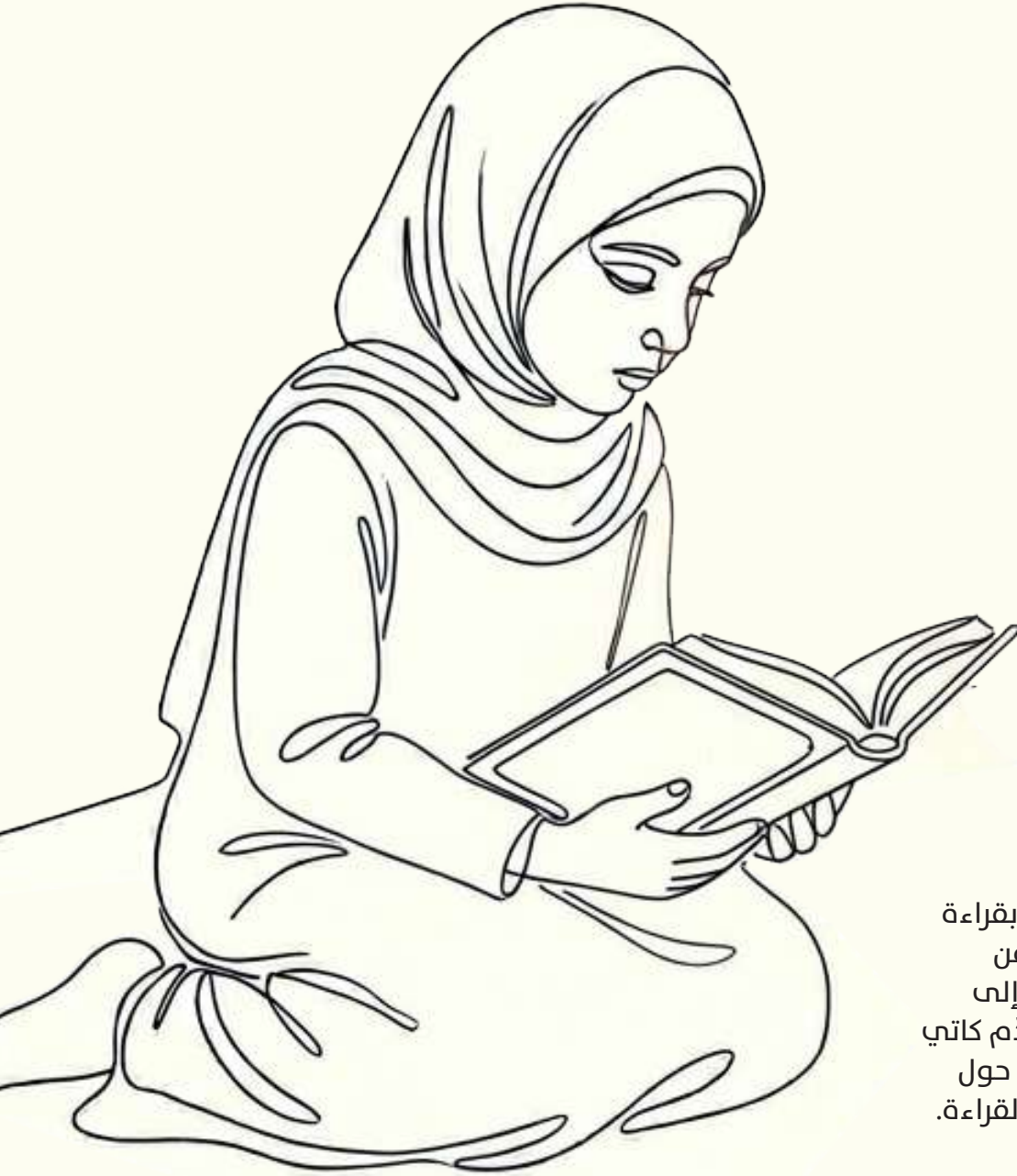
## لا تستبدل بي غيري

مع كل موجة من الصراعات والحروب واشتداد الخطر كنا نلجأ لعبارة (إني أريد أماناً يا بن فاطمة مستمسكاً بيدي من طارق الزمن) تكتبها أمي على جدران المنزل تشعرننا بالتحصين بأننا تحت عباءته فنترقد بأمانه مطمئنين، فقد كان ولا زال الدين والبعد الروحي هو المصدر الذي يتمسك به كل إنسان بفطرته التي خلقها الله (عز وجل) فيه، فحتى ذلك الذي ألحده والداه أو هو اتخذ الإلحاد درباً له في حالات الخوف يجد داخله انتماءً لإله نكرته نفسه الأمانة بالأهواء التي تريد العيش بلا قوانين، أما نحن أبناء (إغفر لمن لا يملك إلا الدعاء)، فنؤمن بإعجازه بتغيير الأقدار وتبديلها، بل حتى أنه يزيد مخزون الفرد بالاطمئنان بكل ما يجري أنه بعين الله (عز وجل) فثقافتنا المروية والمشبعة من الطف تجعلنا نقف في أحلك الأيام وننظر إلى السماء قائلين بكل قوة (يا رب إن كان هذا يرضيك فخذ حتى ترضى)، لقد شاهد العالم بأسره قوة أمهات الشيعة حين قدمن أبنائهن شهداء بميدان الوطن كيف حرصن على تهذيب مشاعرهن وجعلنها بين كفتي مشاعر الأمومة وقوة الفخر بعقيدة فلذات أكبادهن، فهمها عصفت رياح الغم والخوف ما الذي ينتظرنا؟ ألا يشفينا جواب علي الأكبر (عليه السلام) "أولسنا على الحق.. إذن لا نبالي أوقعنا على الموت أو وقع علينا"، فللدعاء فلسفته الخاصة وقد استخدمه آل بيت رسول الله (صلوات الله عليهم) بمثابة جبهة لإحقاق الحق ووضع جذور العبادة والتصدي للظالمين فهذا الإمام السجاد (عليه السلام)، وضع الصحيفة السجادية بما فيها من أدعية التي هي للآن موضع دراسة واستكشاف وفيها ما فيها من تفاصيل في أصول الدين وفروعه وآداب الحديث من البارئ والتذلل له والشكر على أنعمه مهما كانت تبدو بصورتها الجميلة أو العصبية ففي الحالتين فيها رحمة للإنسان.

فما يأتي من الله (عز وجل) كله خير وما يأتي من الأنسان فهو الشر وهذا المصداق في قوله تعالى (مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ)، فله الحمد مهما اشتدت العاصفة فهي تقربنا من ظهور المولى الغائب وفيها فرجنا وصك النجاة حتى ظهوره هو دعاء الغريق الذي أوصانا به الرسول الأكرم، أما امنيات فتتجسد في دعاء (وَأَجْعَلْنِي مِمَّنْ تَتَنَصَّرُ بِهِ لِذِيكَ، وَلَا تَسْتَبْدِلْ بِهِ غَيْرِي)

ضمياء العوادري

لقد شاهد العالم  
بأسره قوة  
أمهات الشيعة  
حين قدمن  
أبنائهن شهداء  
بميدان الوطن  
كيف حرصن  
على تهذيب  
مشاعرهن  
وجعلنها بين  
كفتي مشاعر  
الأمومة وقوة  
الفخر بعقيدة  
فلذات أكبادهن،  
فهمها عصفت  
رياح الغم  
والخوف ما الذي  
ينتظرنا؟



هل تحاول الالتزام بقرارك بقراءة المزيد في عام (2026)؟ من الكتب التي تناسب مزاجك إلى تخطيط قائمة قراءتك، تقدّم كاتي روسينسكي بعض النصائح حول كيفية تعزيز قدرتك على القراءة.

## قرأتُ «95» كتاباً العام الماضي.. إليك كيف تمكنت من ذلك

ترجمة / ساجدة ناهي

«العافية» لنانان هيل وانتهاءً برواية «الأمل الأسود العظيم» لروب فرانكلين، وهذا رقم قياسي جديد بالنسبة لي، فبالرجوع إلى أرشيفي، أجد أنني كنت أقرأ نحو (70) كتاباً سنوياً في السابق، وهذا يجعلني حالة استثنائية. وبحسب دراسة أجرتها مؤسسة YouGov ونُشرت العام الماضي، تبين أن البريطاني العادي يقرأ أو يستمع إلى ثلاثة كتب فقط خلال (12) شهراً، في حين لم يقرأ 40% من المشاركين في الاستطلاع

في بداية كل عام، أفتح ملاحظة جديدة في تطبيق هانفي وأكون مستعدة لبدء قائمة بكل ما سأقرأه من كتب خلال الأشهر الاثني عشر القادمة، إنه تقليد صغير ألتمزم به منذ عام (2018)؛ فبينما يفضل بعض القراء مواقع مثل Goodreads أو تطبيقات مثل Storygraph، أستمتع بالفوضى المنظمة لقوائم التي قد تبدو غير مرتبة بعض الشيء. في عام (2025)، تمكنتُ من قراءة (95) كتاباً، بدءاً من كتاب

ذكائني الأدبي الهائل!)، كما أدرك أن القراءة مصدر بهجة لكثير من الناس، ومع ذلك غالبًا ما تتراجع في قائمة أولوياتنا لأسباب مفهومة تمامًا: العمل ورعاية الأطفال، فضلًا عن تراجع قدرتنا على التركيز تدريجيًا بسبب جاذبية وسائل التواصل الاجتماعي والمحتوى القصير، ثم هناك الإغلاق الممنهج للمكتبات بعد سنوات من خفض التمويل.

ومع ذلك، فإن للقراءة فوائد جمّة؛ فقد أظهرت الدراسات أن هذه الهواية تحسّن تركيزنا، وتخفض مستويات التوتر، وتعد بمثابة تمرين للدماغ، إذ تعزز الذاكرة والانتباه وتبطلّ التدهور المعرفي، ولعلها أيضًا أفضل وسيلة لدينا لتعزيز التعاطف، وكما قال المؤرخ دومينيك ساندبروك: «تتعرف على أناس جدد وتخوض تجارب استثنائية، والأهم من ذلك تتذوق طعم الحياة من منظور شخص آخر».

لكن قبل كل شيء، لا بد من بعض التوضيحات، ليس لدي أطفال أو حيوانات أليفة، وبالتالي لا أتحمّل مسؤوليات الرعاية المصاحبة لهم، أعلم أن لدي وقت فراغ أكثر بكثير، وأحصل على نوم متواصل أكثر من الآباء الذين أعرفهم. كما أنني لا أقود سيارة وأعيش في منطقة ذات مواصلات عامة متوفرة، مما يعني - يا له من أمر رائع! - أنني أقضي الكثير من الوقت في الحافلات (وهي سيئة للتنقل

أي كتاب خلال العام الماضي، كما أننا لا نرَبّي جيلًا جديدًا من القراء؛ ففي عام (2025) انخفض استمتاع الأطفال بالقراءة إلى أدنى مستوى مسجل في المملكة المتحدة. أدرك تمامًا أن الحديث عن عدد الكتب التي أقرأها قد يبدو نوعًا من التباهي أو شكلاً من أشكال التواضع الرائف (انظروا إليّ وإلى



lag between the time you arranged to meet your friend for coffee and the time they actually turn up – you'll have something to focus on.

If you don't fancy toting around an immaculate hardback, make that your "home book" and designate a smaller paperback as your "bag book" when you're out and about. Maybe go for one of those very slim, very chic novels in translation, like Daunt's lovely reissues of the Italian writer Natalia Ginzburg's novellas. I'm an advocate of having multiple books on the go at once – a bit like having a few perfumes that match your moods.

A confession: I have never really hit it off with audiobooks. My mind tends to wander to other places while I'm listening; I find it hard to concentrate on a narrative, or keep characters in my head, when I'm not faced with words on a page. But for many of my friends, they've been a game-changer, allowing them to plough through a story while on the move or emptying the dishwasher. Some of them like to mix mediums, using a hard copy at home, then switching to audio while driving.

Reading goals aren't everything (I think it's much more important to read at a pace you enjoy than to dash through short novels purely to push your numbers up, which feels like an extension of the self-optimising hustle culture that keeps infecting our downtime). But if you're a certain type of person, they can be very motivating. This year, I'm aiming for a solid 100. Will I make it into triple figures? We'll have to check in next January.

Better still, driven by the need to know what those characters are up to and how their stories end, I'm going to bed earlier and my sleep has improved, but my mind is calm and distracted from any whirring anxieties. Only by turning my reading brain back on have I been able to truly switch off. It has been life-changing.

السريـع من مكان إلى آخر، لكنها رائعة للقراءة). وبناءً على ذلك، ربما أنصحك بأبسط نصيحة: اصطحب معك كتابًا دائمًا، وعندما تواجه فترات قصيرة من الوقت الضائع الذي قد تهدره في تصفح هاتفك – مثل الانتظار بين القطارات أو الفارق الزمني الذي لا يتجاوز عشر دقائق بين موعد لقاء صديقك لتناول القهوة ووقت وصوله الفعلي – سيكون لديك ما يشغلك.

إذا لم تكن ترغب في حمل كتاب فاخر ذي غلاف مقو، فاجعله كتابك المنزلي، وخصص كتابًا ورقيًا أصغر حجمًا لحقيبتك عند الخروج، ربما يمكنك اختيار إحدى تلك الروايات الرقيقة والأنيقة المترجمة، أنا من أنصار قراءة عدة كتب في الوقت نفسه، تمامًا كما تمتلك عدة عطور تناسب مراجلك.

ليس ذوقك الأدبي وحده هو ما يعكس شخصيتك؛ بل من المهم أيضًا أن تفهم كيف تستمتع بعملية القراءة، ربما تحتاج إلى وضع هاتفك في غرفة أخرى لتجنب التشنت، أو ترغب في العثور على قائمة تشغيل موسيقية تتناسب مع الكتاب الذي تقرأه، وربما تستمتع بشعور التقدم المرضي الذي يوفره مؤشر «نسبة القراءة» في الكتاب الإلكتروني.

بصراحة، لم أكن يومًا من محبي الكتب الصوتية، يميل ذهني إلى الشرود أثناء الاستماع، وأجد صعوبة في التركيز على القصة أو تذكر

السرعة من مكان إلى آخر، لكنها رائعة للقراءة). وبناءً على ذلك، ربما أنصحك بأبسط نصيحة: اصطحب معك كتابًا دائمًا، وعندما تواجه فترات قصيرة من الوقت الضائع الذي قد تهدره في تصفح هاتفك – مثل الانتظار بين القطارات أو الفارق الزمني الذي لا يتجاوز عشر دقائق بين موعد لقاء صديقك لتناول القهوة ووقت وصوله الفعلي – سيكون لديك ما يشغلك.

إذا لم تكن ترغب في حمل كتاب فاخر ذي غلاف مقو، فاجعله كتابك المنزلي، وخصص كتابًا ورقيًا أصغر حجمًا لحقيبتك عند الخروج، ربما يمكنك اختيار إحدى تلك الروايات الرقيقة والأنيقة المترجمة، أنا من أنصار قراءة عدة كتب في الوقت نفسه، تمامًا كما تمتلك عدة عطور تناسب مراجلك.

ليس ذوقك الأدبي وحده هو ما يعكس شخصيتك؛ بل من المهم أيضًا أن تفهم كيف تستمتع بعملية القراءة، ربما تحتاج إلى وضع هاتفك في غرفة أخرى لتجنب التشنت، أو ترغب في العثور على قائمة تشغيل موسيقية تتناسب مع الكتاب الذي تقرأه، وربما تستمتع بشعور التقدم المرضي الذي يوفره مؤشر «نسبة القراءة» في الكتاب الإلكتروني.

## I read 95 books last year here's how I managed it

Trying to stick to your resolution of reading more in 2026? From picking tomes to match your mood to planning your to-read list, Katie Rosseinsky has some advice on how to boost your book power

At the start of the year, I open a new note in my phone's app, ready to begin a list of everything I'll read over the next 12 months. It's a little tradition that I've stuck to since 2018; while some readers prefer sites like Goodreads or apps like Storygraph, I enjoy the organised chaos of my slightly unwieldy inventories.

In 2025, I managed to read 95 books, starting off with Nathan Hill's Wellness and ending with Great Black Hope by Rob Franklin. That's a new record for me – scrolling back through the archives shows that I've previously tended to get through around 70 titles annually. This also makes me something of an anomaly. According to research from YouGov released last year, the average Brit read or listened to just three books over a 12-month period. 40 per cent of the respondents hadn't read a single one in the past year. And we're not exactly raising a new generation of readers, either. In 2025, children's reading enjoyment fell to the lowest recorded level in the UK.

I'm well aware that talking about how many books you get through can come across as a bit smug, a not-so-humblebrag (look at me and my massive literary intellect!). I'm also aware that reading is something that brings a lot of joy to a lot of people, yet it can often fall off our list of

priorities, for a whole host of totally understandable reasons: work and childcare spring to mind, along with the steady erosion of our attention span thanks to the allure of social media and short-form content. Then there's the systematic closure of libraries after years of funding cuts.

And yet reading can do us so much good. Studies have found that this hobby can improve our focus, reduce stress levels, and essentially act like a workout for the brain, supercharging memory and concentration and slowing down cognitive decline. It's also perhaps the best tool we have for boosting empathy. As the historian and The Rest is History co-host Dominic Sandbrook "you meet new people, have extraordinary experiences, and crucially, get a taste of what it might be like to be somebody else".

First, though, a few caveats. I don't have kids or pets, and therefore don't have the caring responsibilities that come with them; I know I have more free time and get much more uninterrupted sleep than the parents I'm acquainted with. I also don't drive, and I live in a region with spotty public transport, which – the glamour! – means I spend a lot of time on buses (rubbish for getting from A to B quickly, great for reading).

On that note, perhaps the most straightforward piece of advice I have is this: always bring a book with you. That way, when you're faced with small pockets of dead time that might otherwise be sacrificed to scrolling on your phone – the wait between trains, for example, or the 10-minute

# تلاقٍ خفيٍّ تحت سماء التأمّل الصامت

نور كريم

تخاطر الأرواح هو ذلك الإحساس العميق الذي يتجاوز الكلام، أن تشعرني بمن تحبين دون رسالة، أن يخطر ببالك فجأة فيتصل بك، أو تستيقظين من نومك وقد رأيتَه في حلم واضح كأنك لم تفارقيه، إنه تواصل صامت، ممتزج بهدوء الطبيعة، ينساب في النفس كما ينساب الضوء مع الفجر.

كم مرة شعرت بقلبك يخفق على غير عادته، لأن روحًا عزيزة اقتربت من روحك؟ قد تكون صديقةً قريبة، أو رفيقة دربٍ شاركتك أيامًا ثقيلة وخفيفة، فجأةً، يتسلل إحساس دافئ إلى صدرك، أو قلقٌ مباغت، فتسألين نفسك: ما الذي حدث

حين تهدأ الضوضاء من حولك، وتنسحب الأصوات إلى زوايا بعيدة، تكتشفين أن في داخلك سماءً أخرى لا تقل اتساعًا عن سماء الكون وفي تلك المساحة الصافية بين نبضك وأنفاسك، يحدث تلاقٍ خفيٍّ، يشبه انحناءة غصن على ماء ساكن، أو عبور نسمةٍ خفيفةٍ على صفحة وجهك دون أن تزيها الطبيعة لا تتكلم كثيرًا، لكنها تُشعرنا، وكذلك الروح، لا تصرخ، لكنها تعرف.

تأملني كيف تتخاطر الأشجار في الغابة؛ جذورها متشابكة في العمق، وإن بدت جذوعها متباعدة في العلن، هكذا أيضًا أرواحنا، قد تسكن أجسادًا متفرقة، لكن بينها خيوطًا خفية لا تنقطع.



لها؟ ثم تكتشفين لاحقاً أنه كانت بحاجة إليك في تلك اللحظة، أو أنها كانت تفكر بك كما كنت تفكرين بها، الأرواح حين تألف بعضها، لا تحتاج إلى إشارات ظاهرة؛ يكفيها الصمت.

ثم يأتي الإحساس الأعمق، حين تمتد خيوط التخاطر إلى الأم أو الأب أو الإخوة أو الزوج، كم مرة شعرت بحاجة أمك إليك قبل أن تنطق؟ كم مرة أدركت حزن أبيك من صمت طويل أو نظرة شاردة؟ فالروابط العائلية ليست مجرد صلة دم، بل صلة روح، فالروح تعرف روحها، وتحس بوجعها وفرحها، قد تشعرين بفرح أخيك قبل أن يخبرك بخبر سعيد، إنها لغة خفية، لا تُدرّس في الكتب، لكنها تعيش في القلوب.

حتى بين الزوجين، حين يصفو الودّ وتخلص النية، تتقارب الأرواح إلى حدٍّ يصعب شرحه، نظرة واحدة قد تغني عن حديث طويل، وصمت مشترك قد يكون أبلغ من كلمات كثيرة. أما أرواح من غابوا عن حياتنا فلا تنتهي، في ليالي الخميس،

أو في ليالي شهر رمضان حين يصفو الجو وتلين القلوب، قد تشعرين بأنهم أقرب مما تظنين، يمر طيف جدتك في خيالك، تشمين عطرها مع نفحات البخور، وتسمعين في ذاكرتك نبرة صوتها وهي تروي الحكايات أو تُسدي النصيحة.

الحنين ليس مجرد ذكرى، بل تواصل، حين تذكرينهم بالدعاء، وتقرئين لهم الفاتحة، تشعرين أن بينك وبينهم جسراً من نور قد تتبادر إلى ذهنك أطراف حديث قديم، أو نصيحة سمعتها منهم، فتجدين فيها عزاءً لحاضرك، كأن أرواحهم تحيط بك، تواصلك، وتذكرك بأن الخير ما زال ممكناً، ربما لا نراهم بأعيننا، لكن أثرهم في أرواحنا باق، وهذا البقاء نوع من اللقاء.

غير أن أسمى مراتب هذا الإحساس، هو ما يكون بينك وبين خالك، هناك، في لحظة سجود صادق، أو دمع خفية في جوف الليل، تشعرين بقرب لا يشبهه قرب إن الله سبحانه وتعالى يقول في كتابه الكريم: ﴿وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾، سورة ق، الآية 16.

**روا**  
**كم مرة شعرت بقلبك يخفق على غير عادته، لأن روكاً عزيزة اقتربت من روحك؟ قد تكون صديقة قريبة، أو رفيقة درب شاركتك أياماً ثقيلة وخفيفة، فجأة، يتسلل إحساس دافئ إلى صدرك، أو قلق مباغت، فتسألين نفسك: ما الذي حدث لها؟ ثم تكتشفين لاحقاً أنه كانت بحاجة إليك في تلك اللحظة**

هذا القرب ليس قرب مسافة، بل قرب عناية ورحمة وإحاطة، كم من مرة همست بدعاء في داخلك، لم يسمعه أحد، فتحقق بعد حين بطريقة لم تتخطر على بالك؟ وكم من أمر تأخر عليك، فحزنت، ثم اكتشفت لاحقاً أن في تأخيره خيراً لم تكوني تعلمينه؟ إن الله يعلم ما يدور في خاطرك قبل أن تنطقه، ويعلم ضعفك وقوتك، خوفك ورجائك.

حين تتأملين هذا التلاقي الخفي، تدركين أن حياتك ليست مجرد أيام متتابعة، بل شبكة من أرواح تتعانق في الخفاء، روحك ليست وحيدة، حتى وإن شعرت بالعزلة أحياناً، هناك من يفكر بك، من يدعو لك، من يحن إليك، من ينتظرك، وهناك قبل كل ذلك وبعده، ربٌ يسمع نجواك، ويعلم حاجتك، ويرتب لك أمورك بحكمة قد لا تتضح لك فوراً، فالتلاقي الخفي تحت سماء التأمل الصامت ليس وهمًا، بل تجربة تعيشها كل يوم إن أنصت جيداً لروحك، وحين تضيق بك الدنيا تذكرني أن أقرب مسافة هي تلك التي بينك وبين الله، وأن أصدق تخاطر هو ذلك الذي يكون بين قلبك وخالقه، هناك فقط يكتمل اللقاء، وتستقر الروح في سلام.



# الكنيور بيغاء الحياة الاجتماعية

يُصنّف طائر الكنيور ضمن مجموعة الببغاوات متوسطة الحجم ذات الذيل الطويل والمخروطي، موطنه الأصلي في أمريكا الوسطى والجنوبية، ويسكن الغابات المنخفضة الاستوائية وشبه الاستوائية، حيث يقضي أيامه في البحث عن الطعام ضمن قطعان كبيرة، أو يجلس على قمم الأشجار.

ويُعرف ببغاء الكنيور باسم «المهرج»، وذلك بسبب ما يظهره من سلوك يسعى من خلاله إلى جذب الانتباه، ويتميز هذا النوع من الببغاوات الذكية الصاخبة بشخصيته الودودة، المحبة، المرحة، والاجتماعية للغاية، مما يجعله طائراً مفضلاً لدى الكثيرين؛ إذ يحب ممارسة الألعاب واستكشاف ما يحيط به، كما يُعدّ الكنيور ذكياً وسهل التدريب، ويتمتع بالتفاعل مع رفاقه من البشر.

يصل طول الطائر إلى نحو (33) سم، ويتراوح وزنه بين (120 و200) غرام، ويصل وزن بعض فصائله إلى (390) غراماً، وهي تُعرف باسم كنيور الباتاغونيا العظيم، لون المنقار عادةً أسود، وبعض الأنواع تمتلك منقاراً كبيراً، بينما الغالبية لها منقار متوسط الحجم، ألوان الكنيور كثيرة وممتزجة، ويصعب وصفها بدقة.

ومن أنواعه: الكنيور الجنوبي، الكنيور الأزرق المتوج، كنيور باتاغونيا، كنيور الشمس، وأشهرها الكنيور الذهبي والكنيور ذو الخدين الأخضرين.

يبلغ متوسط عمر ببغاء الكنيور، كنوع عام، من (20) إلى (30) عاماً، إلا أن العمر قد يختلف باختلاف الفصيلة؛ فعلى سبيل المثال، يبلغ عمر الكنيور الأخضر الخد من (15) إلى (20) عاماً.

كيفية العناية بطائر الكنيور  
اختر قفصاً مناسباً؛ فالكنيور طائر نشيط يحب الحركة والانشغال، لذا يحتاج إلى قفص واسع يسمح له بالتحرك بحرية واللعب، إذا كان لديك كنيور صغير، ينبغي ألا يقل حجم القفص عن:  
18 × 18 × 18 بوصة (46 × 46 × 46 سم)  
أما بالنسبة للكنيور الكبير، فيجب ألا يقل حجم القفص عن:  
36 × 36 × 36 بوصة (90 × 90 × 90 سم)  
ويمكن أن يكون القفص أفقياً أو رأسياً، كما يجب أن تكون قضبان القفص أفقية حتى يستطيع الكنيور التساق عليها، وألا تتباعد القضبان عن بعضها كثيراً، وينصح بوضع بعض الأدوات الأساسية في القفص؛ مثل العصا التي تمثل أداة جوهرية لطائر الكنيور، ويُفضل توفير عصاتين على الأقل بقطر يتراوح بين نصف بوصة وبوصة (حوالي 1.5 سم)، فكل في استخدام عصي مختلفة الحجم والشكل والخامة؛ فذلك يساعد على المحافظة على صحة الكنيور وقوته، وتستجد أنواعاً متعددة من العصي في متاجر مستلزمات الحيوانات الأليفة، وحاول أن تضع طبقين أو ثلاثة داخل القفص: طبقاً للماء، وطبقاً أو اثنين للطعام، وتحب طيور الكنيور الاستحمام، لذا يُستحسن وضع طبق ماء داخل القفص، على أن يكون كبيراً بما يكفي ليتسع لها، ويمكن الحصول على هذه الأطباق من متاجر الحيوانات الأليفة أو متاجر الأدوات المنزلية، بطن أرضية القفص بورق الجرائد أو بطانات ورقية مناسبة.

**يصل طول الطائر إلى نحو (33) سم،  
ويتراوح وزنه بين (120 و200) غرام،  
ويصل وزن بعض فصائله إلى (390) غراماً، وهي  
تعرف باسم كنيور الباتاغونيا العظيم، لون  
المنقار عادةً أسود، وبعض الأنواع تمتلك منقاراً  
كبيراً، بينما الغالبية لها منقار متوسط الحجم،  
ألوان الكنيور كثيرة وممتزجة، ويصعب  
وصفها بدقة**



## «وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا»

يُحْكِي أَنَّ أَبَا كَانَ يُكْثِرُ مِنْ تَوْجِيهِ ابْنِهِ كُلَّمَا زَلَّ أَوْ أَخْطَأَ، حَتَّى ضَاقَ الْإِبْنُ ذَرْعًا بِتَكَرُّرِ النَّصِيحَةِ، وَظَنَّهَا قَيْدًا لَا رَحْمَةَ، وَحِينَ أُدْرِكَ الْأَبُ أَنَّ الْكَلِمَاتَ لَمْ تَعُدْ تَكْفِي، قَرَّرَ أَنْ يُجَسِّدَ لَهُ الْمَعْنَى بِمَا تَرَاهُ الْعَيْنُ قَبْلَ أَنْ تَسْمِعَهُ الْأُذُنُ، فَاصْطَحَبَهُ إِلَى بَاحَةِ الْبَيْتِ، حَيْثُ تَتَوَسَّطُ الْحَدِيقَةُ شَجَرَةً بِاسْقَةِ بَجْدَعٍ مَائِلٍ، وَقَالَ لَهُ:

انظُرْ يَا بَنِي... هَذِهِ الشَّجَرَةُ نَشَأَتْ مَعْوَجَّةً، وَحِينَ اشْتَدَّ عَوْدُهَا صَارَ مِنَ الْعَسِيرِ تَقْوِيمُهَا وَإِعَادَتُهَا إِلَى اسْتِقَامَتِهَا كَقَرِينَاتِهَا، ثُمَّ أَشَارَ إِلَى شَجِيرَةٍ صَغِيرَةٍ بِمَحَادَاتِهَا وَأَضَافَ: أَمَّا هَذِهِ فَقَدْ وُضِعَ إِلَى جَانِبِهَا وَتَدَّ يَسْنَدُهَا، فَاسْتَقَامَ قَوَامُهَا قَبْلَ أَنْ يَشْتَدَّ عَوْدُهَا.

هَكَذَا هِيَ الْمَبَادِئُ فِي حَيَاةِ الْإِنْسَانِ؛ فِي الْبِدَايَاتِ تَكُونُ لَيِّنَةً قَابِلَةً لِلتَّقْوِيمِ، أَمَّا إِذَا تَرُكْتَ حَتَّى تَتَجَدَّرَ الْأَخْطَاءُ وَتَتَرَسَّخَ الْعَادَاتُ، فإِنَّ إِصْلَاحَهَا يَصْبِحُ أَشَدَّ وَأَصْعَبَ، لَمْ تَكُنْ نَصِيحَةُ الْأَبِ تَضْيِيقًا، بَلْ كَانَتْ وَتَدًّا يَحْمِي مِنْ اعْوِجَاجٍ يَصْعَبُ إِصْلَاحُهُ لَاحِقًا.

وَلأننا نواكب تقدّم الحضارة، يصبح توجيهِ الأبناء مهمة شاقّة، لكن ذلك لا يُسقط عن الآباء مسؤوليتهم، بل يضاعفها؛ فهم يدركون أن التربية ليست أمرًا عابرًا، بل بناء طويل الأمد.

غير أن دورة الحياة لا تقف عند حدّ التوجيه والرعاية، فكما يغرس الآباء في أبنائهم القيم المتجذّرة بين الدين والخلق، فإن الأيام تعود لتضع الأبناء في موضع البرّ والرعاية، فمن أحسن الغرس حصد الامتنان، ومن ربّى على الرحمة وجدها تعود إليه أضعافًا.

إن البرّ ليس كلمة عابرة، ولا سلوكًا موسميًا، بل خلق دائم يتجلّى في الخدمة؛ فليست القضية واجبًا اجتماعيًا فحسب، بل وعي أخلاقي بأن من كان وتدًا لاستقامتنا في صغرنا، جدير أن نكون له سندًا في كبره.

وهكذا تكتمل المعادلة الإنسانية؛ تربية تقوم على التقويم، وبرّ يقوم على الوفاء، وبين الغرس والحصاد تبقى الوصية خالدة.

«وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا»..

**البر ليس كلمة عابرة، ولا سلوكًا موسميًا، بل خلق دائم يتجلّى في الخدمة؛ فليست القضية واجبا اجتماعيا فحسب، بل وعي أخلاقي بأن من كان وتدًا لاستقامتنا في صغرنا، جدير أن نكون له سندًا في كبره. وهكذا تكتمل المعادلة الإنسانية؛ تربية تقوم على التقويم، وبرّ يقوم على الوفاء، وبين الغرس والحصاد تبقى الوصية خالدة**



# للقوارير عالمها

خط وزخرفة:  
حين تصبح الحقيبة تذكيراً بالقيم

طفولة تُستهلك خلف شاشة..  
جيل يختفي قبل أن يولد!



أبواب المعرفة..  
حين تنصت الحواس  
وتتكلم التجربة

طفولة تستهلك  
خلف شاشة..

## جيل يختفي قبل أن يولد!

زينب عبد الأمير النصراوي

في زمن تتوهج فيه الشاشات أكثر  
من الشمس، يجلس أطفالنا أمام  
هواتف صغيرة، يحدقون في عالم  
افتراضي يسرق منهم الطفولة  
لحظة بلحظة، إنه مشهدٌ مأساوي؛  
لا دماء تُراق ولا جروح تُرى، بل موتٌ  
بطيء يتسلل عبر الضوء الأزرق، عبر  
ساعات ضائعة خلف شاشة لا ترحم.

طفل صغير يحدّق في شاشةٍ مضيئة، بينما تتلاشى ملامح الطفولة شيئاً فشيئاً، وتستهلك خلفها، لا خلف لعبٍ وضحكات، فالهواتف الذكية ليست مجرد وسيلة ترفيهية، بل قد تتحوّل إلى أداة تدمير بطيء لطفولة أبنائنا إذا غابت المسؤولية والوعي، ولقد حدّرت منظمة الصحة العالمية، والبحوث المرتبطة بها، من أن الاستخدام المفرط للهواتف الذكية قبل سنّ الثالثة عشر يؤدّي إلى أضرار جسيمة جسديّة ونفسية واجتماعيّة.

أولاً: الأضرار الجسدية لاستخدام الهواتف الذكية من أبرزها ضعف وقصر النظر نتيجة الضوء الأزرق الذي يصدره الجهاز، وخصوصاً إذا كانت الغرفة مظلمة، إضافة إلى الصداع وآلام الرأس والرقبة والعمود الفقري بسبب الوضعيات الخاطئة عند الجلوس، ويؤكد الأطباء المختصّون في هذا المجال أنّ قضاء وقتٍ طويل على الهواتف الذكية له أضرار صحيّة كثيرة، منها تأثيره السلبي في دماغ الطفل، مما يضعف لديه مهارات القراءة والكتابة والتخيّل.

ثانياً: الأضرار النفسية والاجتماعية تجعل هذه الهواتف الطفل انطوائياً ومنعزلاً عن عائلته وأقرانه، وكثيراً ما يُصاب بحالات من التوحّد نتيجة قضاء ساعاتٍ طويلة على جهاز الهاتف، أو قد تراوده نوبات غضبٍ وعصبية شديدة عند سحب الجهاز منه.

وفي عمر الطفولة، وحتى يعيش الطفل طفولته بحرية ومن دون قيود الهاتف، ينبغي أن يقضي أحوامه باللعب، سواء كان نشاطاً حركياً أم فكرياً، كالرسم، والدمى، والمكعبات، ولا يجوز ترك طفل يبلغ من العمر ثلاث أو أربع سنوات يتصفّح مقاطع "يوتيوب شووتس" وحده ومن دون رقابة الأهل؛ لأنّ ذلك يؤثّر في دماغه الصغير تأثيراً سلبياً جداً، فضلاً عمّا قد تحتويه هذه المقاطع من محتوى لا يتناسب مع عمره ومستوى فهمه، أو

**جهاز الأيباد من المفترض أن يشتري للأبناء في عمر المرحلة الإعدادية لأغراض الدراسة والبحث العلمي، وإذا سألنا بعض الأهل عن سبب شرائهم للأجهزة اللوحية لأطفالهم في هذا العمر، كان الجواب: من أجل الألعاب!، وهذه الألعاب الإلكترونية التي ثبت ضررها الكبير على الدماغ، والتي تؤدّي إلى إدمان الطفل عليها، فضلاً عن وجود ألعاب تعتمد على حسابات إلكترونية، وهي أكثر خطورة وسلبية**

محتوى غير أخلاقي، وهذه كارثة كبرى. فالطفل يقلّد ما يشاهده من دون أن يكون قادراً على التمييز بين الخطأ والصواب، وهنا يبرز الدور الفعّال للأُم، لأنها غالباً ما تكون أقرب إلى الطفل وأكثر ملازمة له من والده.

وفي أيّام العطلة الصيفية، ولتفادي أضرار الهاتف، يمكن للوالدين تنظيم أنشطة عديدة تحدّ من كثرة استخدامه لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين، كإدخالهم في دورات تقوية للدروس المدرسية، أو دورات تعليمية متنوعة: رياضية، أو دينية، أو فنية، بحسب ميول كل طفل ورغباته، وبهذا نخفف من أضرار الهاتف النقال التي لها بداية، ولا نهاية لها إن أهملت.

أمّا في أيّام الدراسة، فيجب وضع خطة محكمة من قبل الوالدين، تبدأ بعدم إعطاء الطفل الهاتف إلا بعد إكمال واجباته المدرسية قدر المستطاع، وتعليمه قاعدة (20-20-20)، التي تنصّ على أنّه بعد كل (20) دقيقة استخدام، تُمنح العين استراحة لمدة (20) ثانية، من خلال النظر إلى جسم يبعد نحو (20) قدماً.

ولا يصحّ إعطاء الطفل جهاز الهاتف أكثر من ساعتين يومياً، ومع الأسف، يرى بعض الأهل في هذه الأيام أنّهم كلّما أعطوا أبناءهم الهاتف في سنّ مبكرة، دلّوهم وأحبّوهم أكثر! حتى أصبح شراء جهاز "الآيباد" للطفل في عمر مبكر موضّة شائعة بين الكثير من الأهالي.

في حين أنّ جهاز الآيباد من المفترض أن يُشتري للأبناء في عمر المرحلة الإعدادية لأغراض الدراسة والبحث العلمي، وإذا سألنا بعض الأهل عن سبب شرائهم للأجهزة اللوحية لأطفالهم في هذا العمر، كان الجواب: من أجل الألعاب!.

وهذه الألعاب الإلكترونية التي ثبت ضررها الكبير على الدماغ، والتي تؤدّي إلى إدمان الطفل عليها، فضلاً عن وجود ألعاب تعتمد على حسابات إلكترونية، وهي أكثر خطورة وسلبية، إذ يمكن للطفل أو المراهق أن يلعب مع أشخاص غرباء لا يعرفهم، ويتعرّف عليهم من خلال هذه الألعاب، دون أن يدرك إلى أين قد تقوده.

علاوة على ذلك، هناك لعبة "الحوث الأزرق"، وهي من أخطر الألعاب الإلكترونية التي اشتهرت على وسائل التواصل الاجتماعي، والتي قد تقود الطفل أو المراهق إلى الانتحار في النهاية، لأنها تلعب على أعصابه وتدخّله في حالات من الاكتئاب، وقد ذهب ضحية هذه اللعبة الكثيرون، مما يجعلها خطراً حقيقياً على أطفالنا وحياتهم.

لذلك، حين نترك أطفالنا أسرى الشاشات، فإننا نشترك في كتابة فصلٍ من رواية الانتحار البطيء، فلنكن نحن من يغيّر النهاية، ومنحهم فرصة أن يعيشوا طفولتهم كما يجب: لعب، واكتشاف، وضحكات صافية، بعيداً عن أسر الأجهزة والشاشات.



# أبوابُ المعرفة.. حين تنصت الحواس وتتكلم التجربة

الاستشارية/ ضحى العوادي

خلال اللعب، والتجربة، والتواصل المباشر، وهي تجارب تُرسخ المعرفة في ذهنه بشكل أعمق. يتعلم الطفل في بداياته من خلال المحسوسات، فهو يدرك الأشياء الملموسة قبل أن يستوعب المفاهيم المجردة، ومن هنا، تأتي أهمية تخصيص وقت للحوار بين الوالدين والطفل، لتبسيط الأفكار التي قد تبدو معقدة بالنسبة له، فعندما يطرح الطفل تساؤلات حول موضوعات معنوية، ينبغي التعامل معها بوعي وتدرج، بما يتناسب مع قدرته على الفهم، لتكوين تصور واضح وسليم، كما أن التعلم عملية متدرجة، تبدأ من السهل إلى الصعب، لذا فإن تهيئة بيئة تعليمية مناسبة تُعدّ أمراً ضرورياً، على الوالدين أن يراعي مستوى الطفل، وأن يقدّم له المعرفة بأساليب مبسطة، بعيدة عن التعقيد، مع استخدام وسائل تساعد على الفهم كالأمثلة والتجارب الحياتية. ويُعدّ أسلوب الحوار من أهم الأدوات التربوية في هذه المرحلة، إذ يساهم في تنمية مهارات التواصل لدى الطفل، ويُعزّز ثقته بنفسه، فحين يشعر الطفل بأن صوته مسموع، وأن أفكاره محل اهتمام، ينمو لديه حسّ التعبير، ويتعلم كيف يتحدث بطريقة سليمة مع الآخرين، بعيداً عن التردد أو الخوف. في النهاية فإن تنمية حواس الطفل لا تقتصر على تعليمه فحسب، بل تمتد لتشكّل شخصيته ومستقبله، ومن خلال منح الحرية الموجهة، مع الرعاية الواعية، تُفتح أمامه أبواب المعرفة، ليغدو أكثر قدرة على الفهم، وأكثر استعداداً لخوض تجارب الحياة بثقة ووعي.

تبدأ رحلة الطفل مع المعرفة منذ لحظاته الأولى، حين يكتشف العالم بحواسه قبل لغته، فيرى ويلمس ويصغي بشغفٍ فطري، إن استثارة حواس الطفل وتنميتها تُعدّ من الركائز الأساسية لنموّه الجسدي والعقلي، فهي الوسيلة الأولى التي يكتسب من خلالها مهاراته، ويُشكّل فهمه لما يحيط به من موجودات ومعانٍ، ففي ظل التطور التكنولوجي، أصبحت الشاشات جزءاً من يوميات الأطفال، إلا أن الإفراط في استخدامها يُضعف دور الحواس، ويجعل الطفل متلقياً سلبياً يكتفي بالمشاهدة دون تفاعل. لذلك، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم هذا الاستخدام، وإتاحة الفرصة للطفل كي يختبر العالم بنفسه، من

**و** يتعلم الطفل في بداياته من خلال المحسوسات، فهو يدرك الأشياء الملموسة قبل أن يستوعب المفاهيم المجردة، ومن هنا، تأتي أهمية تخصيص وقت للحوار بين الوالدين والطفل، لتبسيط الأفكار التي قد تبدو معقدة بالنسبة له، فعندما يطرح الطفل تساؤلات حول موضوعات معنوية، ينبغي التعامل معها بوعي وتدرج، بما يتناسب مع قدرته على الفهم، لتكوين تصور واضح وسليم



# خط وزخرفة: حين تصبح الحقيبة تذكيراً بالقيم

للقوارير

ويتعمق هذا البعد الروحي مع عبارات وجدانية مثل «يا صاحب الزمان»، التي تمنح التصميم بعداً إيمانياً رقيقاً يعبر عن المحبة واليقين، بهذه الطريقة تصبح القطعة الفنية وسيلة للتعبير عن الهوية والانتماء دون صراخ أو استعراض، كأنها كتاب صغير يُحمل على الكتف، يضيف لمسة من الروح والذوق الهادئ في عالم سريع الإيقاع.

يمكن للحقائب اليدوية أن تكون أكثر من اكسسوار، إذ تتحول حين تُطرز بعبارات دينية وقيم تربوية إلى قطعة تحمل رسالة هادئة وروحاً خاصة، كلمات مثل «العلم نور» أو «اقرأ» حين تُكتب بخط عربي وتُحيط بها زخارف تراثية، تجعل الحقيبة تذكيراً بالجمال والمعرفة بدل أن تكون مجرد موضة.





# بيتزا الزهرة «القرنبيط»

## للقوارير

بعد أن يبرد القرنبيط، يُوضع في قطعة قماش نظيفة (شاش)، ويُعصر بقوة تامة لإخراج جميع السوائل منه، هذه الخطوة أساسية للحصول على بيتزا متماسكة وليست طرية.

### تجهيز العجينة:

في وعاء، يُخلط القرنبيط مع البيضة، والجبن، والبهارات حتى تتكوّن عجينة سهلة التشكيل.

### الخبز الأولي:

1 - تُفرد العجينة على صينية مغطاة بورق الزبدة بسمك رفيع  
2 - تُدخل إلى فرن مُحَمّى مسبقًا على حرارة 200°م لمدة (15-20) دقيقة، حتى تصبح الأطراف ذهبية ومقرمشة.

### 3 - إضافة الوجه

4 - تُخرج من الفرن، وتُضاف الصلصة، والجبن، وبقية المكونات، ثم تُعاد إلى الفرن لمدة (5-10) دقائق أخرى حتى يذوب الجبن.

### نصائح لبيتزا مثالية

ورق الزبدة: ضروري جدًا لمنع الالتصاق، لأن العجينة لا تحتوي على طحين.

التنشيف: كلما تخلصت من ماء القرنبيط أكثر، حصلت على عجينة أكثر تماسكًا وقمرمشة.

البيض: يمكنك زيادة كمية البيض قليلًا إذا لم تحصلي على التماسك المطلوب.

### المكونات:

تُعدّ بيتزا الزهرة خيارًا رائعًا وصحيًا لمن يبحث عن بديل قليل الكربوهيدرات أو خال من الغلوتين، وهي مشبعة ولذيذة جدًا إذا تم تحضيرها بالطريقة الصحيحة.

### المكونات:

#### للعجينة:

- 1 - رأس قرنبيط متوسط الحجم
- 2 - بيضة واحدة (للتماسك)
- 3 - نصف كوب جبن موزاريلا مبشور
- 4 - ملعقة صغيرة أوريغانو (زعتر بري)
- 5 - رشّة ملح وفلفل أسود

#### للوّجه:

- 6 - صلصة بيتزا
- 7 - جبن موزاريلا
- 8 - خسروات (فلفل، زيتون، فطر) أو أي إضافات تفضلينها

### خطوات التحضير

#### تحضير عجينة القرنبيط:

يُقطّع القرنبيط ويُطحن في محضرة الطعام حتى يصبح قوامه مثل حبيبات الرمل أو الأرز.

#### الطهي الأولي:

يوضع القرنبيط المطحون في الفرن لمدة (5-8) دقائق، أو يُبخّر في مقلاة من دون زيت حتى يذبل قليلًا، السرّ الأهم (التخلص من الماء).



## فن الحديث

إن إتقان فن الحديث ليس مجرد مهارة اجتماعية ثانوية، بل هو القوة الناعمة التي تفتح لك الأبواب المغلقة وتبني لك جسوراً من الثقة مع الآخرين، ففي عالمنا المعاصر، لم يعد المهم هو (ماذا) تقول فحسب، بل (كيف) تقوله و متى تختار الصمت.

يعتقد كثيرون أن المتحدث البارع هو من يمتلك مخزوناً لغوياً هائلاً، لكن الحقيقة تبدأ من الإنصات الواعي، فإتقان فن الحديث يبدأ بالأذن لا باللسان؛ لأن الاستماع باهتمام يُشعر الطرف الآخر بالتقدير، مما يخلق بيئة مريحة لتبادل الأفكار، والشخص الذي يستمع جيداً يمتلك القدرة على طرح أسئلة ذكية تُثري الحوار وتجعله أكثر عمقاً.

الكلمات تشكل جزءاً بسيطاً من التواصل، بينما تلعب لغة الجسد ونبرة الصوت الدور الأكبر، إذ إن التواصل البصري المتزن، والابتسامة الهادئة، واستخدام إيماءات اليد الواثقة، كلها تعزز من مصداقية الحديث، كما أن تنويع نبرة الصوت بين الحماس والهدوء يمنح المستمع من الشعور بالملل ويحافظ على تدفق الانتباه.

المتحدث المتقن هو من يقرأ (ما وراء الكلمات)، لذا عليك أن تكون حساساً لردود فعل من حولك؛ فإذا شعرت بضيق الطرف الآخر أو عدم اهتمامه بموضوع معين، يجب أن تمتلك المرونة الكافية لتغيير مسار الحديث بذكاء ولباقة، فضلاً عن تجنب الجدل العقيم، والتأكيد دائماً على نقاط الالتقاء بدلاً من نقاط الخلاف. يقول العرب: «خير الكلام ما قل ودل»، وعليه فأن التكرار الممل والإطالة غير المبررة قد يفقدان الحديث رونقه، فمن الجدير أن تكون الفكرة واضحة، واختيار الكلمات بعناية لتصل إلى قلب وعقل المستمع بأقصر الطرق.

إن إتقان فن الحديث هو رحلة مستمرة من التعلم والممارسة، كما أنه مزيج من الأدب، الثقافة، والتعاطف مع الآخرين، حينما نتحدث بصدق وتستمع بحب، ستجد أن كلماتك أصبحت تترك أثراً لا يمحي.

رئيس التحرير

مرفق القلم



**المتحدث المتقن هو من يقرأ (ما وراء الكلمات)، لذا عليك أن تكون حساساً لردود فعل من حولك؛ فإذا شعرت بضيق الطرف الآخر أو عدم اهتمامه بموضوع معين، يجب أن تمتلك المرونة الكافية لتغيير مسار الحديث بذكاء ولباقة، فضلاً عن تجنب الجدل العقيم، والتأكيد دائماً على نقاط الالتقاء بدلاً من نقاط الخلاف**





أوان كملك بالآلف تقاس

حسى لوجودك ان يُقاس بجومدهم