

العدد الـ 26 - آذار 2020
رجب 1441

عدد خاص

قوارير

QWAREER

ذكريات بطولة العسل
أمهات الامس جدات اليوم

المواد الحافظة..
سموم تسرق صحتنا

جامعة الزهراء «عليها السلام»..
مرجع علمي لجيل الإنانث

الرياضة..
تكتشف المهارات
وتعزز الفكر





09

جلسة المؤمن
في كل مقام



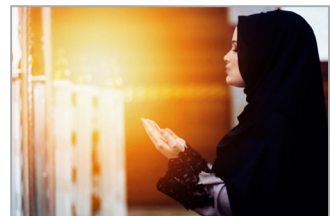
16

أحلام
الأمهات!



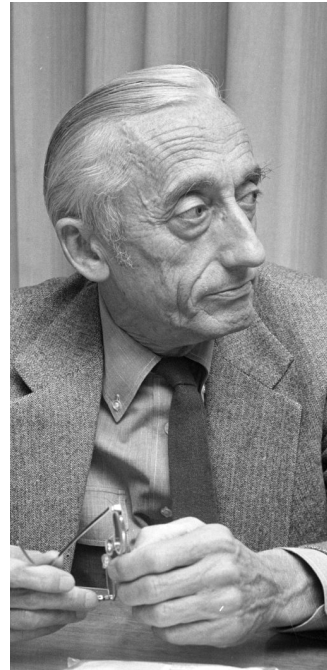
29

جوز فينا حداد ..
اولا عراقية تقود طائرة



36

صلاة المرأة
في المساجد



48

جاك كوستو ..
شاهد الآيات العظيمة
في البحار



54

اساليب ناضجة لتربية الصغار

هيئة التحرير

رئيس التحرير
سعاد البياتي

مدير التحرير
ايمان كاظم

هيئة التحرير
ساجدة ناهي
زهراء الكناني

المدقق اللغوي
حسن العوادي

الاخراج والتصميم
ريا الكيال





عميدة الأمومة

في التاريخ الإسلامي العديد من الامهات الخالدات ..
يعدن رموزاً من رموز الاسلام، وكانت سيرتهن مشرقة
على مر الأزمان، يتركزهمهن على نصره الدين وتربية
ابناءهن وتنمية روح الشجاعة والعلم والمبادئ الرفيعة
فيهم، واهمية الجهاد والتضحية لسلامة ما يمتعون به
من نعمة الاسلام .

والجدير بالذكر ونحن في سياق الحديث عن قيمة
الأمهات ودورهن السامي في الحياة، اسأل الله عز
وجل ان يسخر لي الكلمات ويوفقني لسرد ما تستحقه
هذه المرأة الجيلة التي خلدها التاريخ وعطر ذكراها
المؤمنون كل عام في عاشوراء ويوم رحيلها ..

(ام البنين) عنوان الوفاء والصدق، لمرأة الأمة .. التي
لانوافي موقفها يوم الطف ولا يمكننا ان نكتب بأجادة
ما يوازي حق سيرتها العطرة فلقد كانت أمة كاملة
بحق، ونبع معطاء للحنان والايثار، حينما تجلى ذلك في
احتضانها لابناء امير المؤمنين بعد استشهاد الزهراء
عليها السلام واقترانها بسيد البلغاء، فجسدت بذلك
انموذجاً لمعنى الأمومة ومداياتها العظيمة.. فضلا عن
تربيتها الوجيئة لاولادها الاربعة ممن ضحوا وبذلوا
النفس وكانت ارواحهم ترخص لابي عبد الله الحسين
عليه السلام احياءً لدين جدهم المصطفى (ص).. فأين
رائدات الامومة من هذه السيدة العظيمة التي ظلت
صنيعتها المجلبة تضيء سماء المجد والرفعة بكل
ما اجادت به، فخلدها التاريخ كأعظم اسم في سجل
الأمومة المحمل بقصصهن وتضحياتهن المهيبة
ذات الأثر الخالد.. لتكون نبزاً للازمان وعنواناً ومكسباً
وشرفاً لكل الامهات في عمادتها لمعنى الامومة
والحنو..

وهنا تفتخر "قوارير" اذ تترجم في افتتاحيتها
المتواضعة بعض مما عجزنا عن سرده في صفاتها
وجزالة موقفها وعظم امومتها النادرة، عرفانا بكل
مواقف سيدتنا الفاضلة (ام البنين) التي أثرت نفوس
العالم الإسلامي بصدق المواثيق وصون الأمانة وحسن
الامومة .

**ام البنين) عنوان
الوفاء والصدق،
لمرأة الأمة ..
التي لانوافي
موقفها يوم
الطف ولا يمكننا
ان نكتب بأجادة
ما يوازي حق
سيرتها العطرة
فلقد كانت أمة
كاملة بحق، ونبع
معطاء للحنان
والايثار، حينما
تجلى ذلك في
احتضانها لابناء
امير المؤمنين
بعد استشهاد
الزهراء عليها
السلام واقترانها
بسيد البلغاء**

رئيس التحرير

صدحت حنجرتها بشذرات الذكر الحكيم انتصار فاضل: حفظ القرآن الكريم وسام شرف



تجملت بأبهر
الحلي واغلاها
ليس لؤلؤاً
ومعدنا نفيساً،
بل سطور مباركة
طرز الله بها
قلبها لحفظها
كتابه المجيد..
انها الحافظة
انتصار فاضل
حاورتها (قوارير)
لتسرد لنا رحلتها
مع القرآن.

الكريم للفتيات.

العزيمة والاصرار مكناني من ذلك، اذ كنت اتهدج القرآن الكريم عند الفجر وبعد كل فروض الصلاة، فالوقت عندي كان قرآنيا وهذه من أمتع الأوقات ونحن نتقلب بين آيات الرحمن ونتلوا ونحفظ ونتمتع في كلماته ونربط المتشابهات من الآيات وما بين السور والصفحات والأجزاء، فكنا نتقلب في جنة الله من حيث لا ندري.

* من شجعك على حفظ القرآن؟

انا وحدي كنت احب مجال الحفظ وهذا قطعاً لم يأت من فراغ بل عائلتي كانت محبة للقرآن الكريم وقراءة الزيارات في كتاب مفاتيح الجنان حتى كنا نحفظ حديث الكساء والأدعية اليومية نتيجة ترديدها على مسامع أمنا التي كانت ولا زالت لا تقرأ ولا تكتب الا انها احتوت طاقاتنا واستيعابنا للحفظ فلها مني كل التقدير والاحترام.

* ماهي اهم الفروض الدينية التي تعلمتها من القرآن؟

ان تكون أخلاقنا ربيعا كما هو ربيع القلوب، تعلمت أن أكون واثقة من نفسي على تقديم الخير حتى أصبحت سجيئنا،

* من هي انتصار؟

انسانة طموحة مع إمكانياتها البسيطة تمتلك ثقة عالية بأن لها خالق ابداع في خلقها وتكفل بطموحاتها... فشكرا لله على تلك النعمة

* كيف بدأت مشاركتك القرآنية؟

القرآن الكريم هو شعاع في قلب كل مؤمن موالى لمحمد وآل محمد ولكن هذا الشعاع يحتاج إلى نور ونور الفطرة هو من يوقده... والحمد لله رزقني الله بفطرة صافية محبة للخير فمنحني الله وسام الشرف في حفظ كلامه المبارك في قلبي من خلال حلقات حفظ أقيمت في بيت إحدى المؤمنات وبدأنا مشوار الحفظ حتى تمامه.

* ما هو الوقت الذي استغرقتيه في حفظ كتاب الله

بأكمله؟

اتممت حفظه خلال سنتين ونصف، وانا في الرابعة والعشرين من عمري والتحقت بعدها إلى العتبة الحسينية المقدسة لأكون خادمة عند سيد الشهداء عليه السلام في مجال تحفيظ القرآن

تعلمنا من القرآن الدين الذي هو عماد الحياة.

*كيف تترين اقبال النساء والفتيات على معهد القرآن؟

في بداية عملي في هذا المجال، كنت احتضن عقول الفتيات كنت افترض روعي لاستقبالهن لحفظ القرآن الكريم حتى تعلقن بحلقات الحفظ تعلقا شديدا ومباركا إلى أن اكملن حفظه بطريقة مثالية يحتذى بها في المسابقات والمحافل الدولية والوطنية والان توجهنا إلى رفد المجتمعات النسوية بكافة فئاتها والاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في نشر ثقافات القرآن الكريم من تفسير وتدبر وتلاوة وأمور كثيرة تخص هذا الجانب.

* ماهي أساليب التعليم الي تتبعها للفتيات؟

هناك أساليب عديدة لحفظ القرآن الكريم ولكنني لم استخدم اي واحدة منها، كنت اتبع اسلوبي الخاص النابع من قدراتي التعليمية في جذبهن للحفظ وهي التشجيع والتقييم المستمر لأدائهن فهذا يعزز الرغبة لديهن.

* ماهي رؤيتك المستقبلية لمن نتلمذن على يدك في احكام التلاوة؟

هي ليست رؤية وإنما حقيقة ملموسة فاعلم طالباتي من الحافظات اصبحن استاذات ويلتزمن بحلقات لتحفيظ القرآن الكريم مع إعطاء روح الفكر والأدب أثناء التدريس. كما شاركن طالباتي الحافظات في أغلب المسابقات القرآنية وحصدن المراتب الأولى التي من خلالها تأهلن للمسابقات الدولية في ايران على مدى سنتين وأيضا حصدن المراتب المتقدمة هناك باسم العراق.

*هل لديك منجزات دينية فكرية بعدما حبك الله بهذه النعمة المباركة بحفظ كتابه الكريم؟
قطعا هناك منجزات كبيرة في بالي الا

انها قيد التنفيذ ادعو الله ان احققها إلا وهي تربية الأبناء تربية صالحة قرآنية منهاج وسلوكا وفكرا، فالإنجاز يكتمل ببناء جيل قرآني مثالي.

ماهي ذكرياتك مع القرآن التي ستسردينها يوما لأحفادك؟

لم يبرزقني الله بالذرية ليكون لدي أحفاد، ولكن أعز منهم هن

طالباتي الحافظات اللاتي ينادونني بكلمة (ماما) ويضعون مع رسائلهم القلوب والزهور حيث أشعر باكتفاء لوجودهن معي حتى اصبحن محور نجاحاتي في نشاطاتي القرآنية.

* ماهي رسالتك لمن هجروا القرآن وكلمة اخيرة مع امنية؟

ليس لدي أي رسالة للذين هجروا القرآن، فلربما نكون نحن منهم عمرنا حروفه وتركنا حدوده. اوجه رسالتي لنفسي واقول كفاك دنبا ايتها النفس التي حفظت القرآن فحامل القرآن حامل رسالة الإسلام لذا يجب أن نكون قرآنا نمشي على الأرض. كلمتي الاخيرة أن نحظى بشفاة القرآن وامنيتي أن يختم عمري وانا على وضوء وأمامي مصحفي ارتل آياته.

سيرة

اعتلت انتصار فاضل منصات دولية وحصدت كثير من المراتب الأولى في المسابقات القرآنية وشهادات كثيرة، كما التحقت ببرنامج قرآني في إذاعة الكفيل في الإعداد والتقديم بعنوان (وفي ذلك فليتنافس المتنافسون) و برنامج اخر للأطفال عبر أثير إذاعة الرياحين في العتبة العباسية المقدسة بعنوان (أنيس النفوس) استمر لمدة عشر سنوات ولا زال مستمرا.

زهراء جبار الكناني



المواد الحافظة.. سموم تسرق صحتنا

ونحن نتصفح صفحات التواصل الاجتماعي نصادف كما
هائلا من الإعلانات التجارية الخاصة بالمنتجات
الغذائية وطرق التحفيف وبدائل كثيرة لمختلف أنواع
المواد المعلبة.. وعلى الجانب الآخر نطالع تقارير
صحية مخيفة عن تفشي المشاكل الصحية
وقصور عمل الجهاز المناعي لدى غالبية
الأشخاص وانتشار أمراض العصر كالسكري
وارتفاع ضغط الدم.





د. معمر زكي الحسيني

لا يوجد معيار ثابت يمكننا من خلاله فرز المنتجات المضرة عن الأقل ضررا لكن علينا أن نأكل مما تنبت الأرض والثمار؛ فكل شيء طازج يكون خال من أي إضافات مع وجود تأثير بعض الأسمدة الكيميائية في الخضار والفواكه المستوردة

النجاسة والطهارة والحلال والحرام الذي لا يعتني به كثيرا من التجار أو الأجهزة الرقابية وجهاز السيطرة النوعية التي من المفترض أن تبحث جيدا في الرموز الموجودة على المنتجات الغذائية للتحقق من مصدر المادة الحافظة المستخدمة فيها مع يقيننا بأن المصادر حيوانية في الأحوال جميعه.

- كيف نحمي أنفسنا وأسرنا من مخاطر هذه السجوم المنتشرة حولنا في كل مكان، لاسيما تناول الأطفال لهذه المنتجات بكثرة؟

لا يوجد معيار ثابت يمكننا من خلاله فرز المنتجات المضرة عن الأقل ضررا لكن علينا أن نأكل مما تنبت الأرض والثمار؛ فكل شيء طازج يكون خال من أي إضافات مع وجود تأثير بعض الأسمدة الكيميائية في الخضار والفواكه المستوردة لكنها تبقى الأفضل لو تم مقارنتها بالمواد المعلبة والمغلقة... كما ندرك جميعنا إن اعتماد نظام غذائي مختلف عن المعتاد ليس بالأمر السهل لكنه ليس مستحيلا ففي حقيقة الأمر يمكن أن نجد للأطفال بدائل كثيرة ومنوعة وغنية بالفيتامينات ولا تحتوي على مواد ضارة وفي الوقت ذاته تكون مقبولة لذوق الطفل؛ لو تم تقديمها بشكل محبب، كالفاكهة الطازجة والمكسرات والذرة (الشامية) والفواكه المجففة وبعض الطوبيات التي تعتمد على العسل أو الدبس في تحليتها أو حتى السكر الأبيض لكن بكميات معتدلة وتكون مصنوعة في البيت لتفادي مخاطر الاصباغ الغذائية والمثخنات التي من شأنها تقليل كفاءة الجهاز المناعي مما يجعلهم فريسة سهلة لمختلف الأمراض.

قوارير



والبدانة والجلطات القلبية والدماغية وغيرها من الأرقام المتصاعدة التي تؤكد ظهور اعراض جديدة لم تكن معروفة أو تراجع ملحوظ للواقع الصحي على الرغم مما تقدمه الأبحاث الطبية المتطورة في الميدان العلمي واكتشافها المستمر للعقاقير المناسبة لعلاج الأمراض على مختلف حالاتها.

قوارير التقت بالدكتور الصيدلاني معمر زكي الحسيني مسؤول صيدلية خيرات السبطين الخافرة لتستخلص منه أجوبة علمية عن التساؤلات الكثيرة في هذا الجانب

حذر وتحذيرات

***بصفتك مختص في التعامل مع الأدوية والعقاقير.. ما هي أهم أسباب المشاكل الصحية المتفشية في المجتمع؟**

الغذاء... وأكرر الغذاء فهو السبب في معظم المعاناة الصحية التي تواجهها المجتمعات في عصرنا الحديث، فالمعلومة التي يجب أن نتخرق مسامعنا باهتمام مفادها أن كل الأطعمة والأغذية الموجودة حالياً في الأسواق والتي نأكلها بشكل يومي هي مواد (محرمة) ونجسة وغير طاهرة، فضلا عن إنها معدلة جينيا ووراثيا ومسببة لكثير من الأمراض.. ويدخل ضمن أطار هذا الحديث كل مادة (مصنعة) أو معلبة أو مهدرجة؛ أي كل ما هو مغلف سواء بمواد ورقية أو بلاستيكية أو علب معدنية، فكل هذه المواد تحتاج إلى مادة حافظة لحمايتها من التلف ومصدر المواد الحافظة ينقسم على قسمين بلحاظ إنها أجنبية الصنع حصرا.

أولا: المصدر الأول هو الخنزير بشكل كامل أي ما يشتمل على جميع أجزاءه؛ النجسة بالطبع وهو أحد أكثر المصادر اعتمادا لما يحتويه من مواد في مركبات جسمه إذ تساعد على حفظ الطعام لمدة أطول، وتعطي لبعض المنتجات القوام الجلوتيني.

ثانيا: المصدر الحيواني بشكل عام أي الحيوانات المختلفة التي قد لا تكون محرمة ولكنها تُدبج بطرق غير شرعية وبالتالي فإن المواد المصنعة منها لا تكون طاهرة.

غياب الرقابة

وهنا يوضح الدكتور الحسيني من اننا نكون قد دخلنا في مأزق

رسالة الحقوق..

جليسة المؤمن في كل مقام



نص حق الجليس وفق ما جاء في رسالة الحقوق للإمام السجاد (عليه السلام) وأما حق الجليس فأن تلين له كنفك وتطيب له جانبك وتنصفه في مجارة اللفظ، ولا تغرق في نزع اللحن إذا لحت، وتقصد في اللفظ إلى افهامه إذا نطقت، وإن كنت الجليس إليه كنت في القيام عنه بالخيار، وإن كان الجالس إليك كان بالخيار، ولا تقوم إلا بإذنه، ولا قوة إلا بالله...).

يضيئه وصول الكلام لشخص آخر، وعليه فإن ما يُقال لنا في مجلس الحديث هو أمانة علينا حفظها لاسيما إذا أوتنا عليها بصريح اللفظ، وهناك آداب كثيرة تتخلل الجلسة ذاتها كالإنصات للمتحدث وإعطاء حقه كاملا من الوقت والانتباه ليكمل حديثه من دون مقاطعة أو تهكم وسخرية مما يقوله في معرض حديثه حتى أن ورد فيما يذكره سبباً يدعو للضحك علينا احترام شأنه ومجاراته في تعابير وجهه.. إن ابتسم ابتسمنا وإن كان جادا بادلناه الجد في ملامحنا، فالاسترسال في الحديث يحتاج إلى وعي مشترك وتناغم بين الجلساء، كما يتعين علينا التمسك بهدوء أعصابنا فيما لو دعتنا بعض الأمور الواردة في سياق الكلام إلى التشنج أو التوتر وضبط النفس مهما احتدم الحوار لأن في التسرع ندامة، وقد لا يسعفنا الوقت للاستدراك والعدول عن غضبنا أو استرداد كلمة خرجت من فمنا من دون يقظة ذهنية.

خير جليس

ونحن نتبنى الحديث عن حق الجليس لابد من الإشارة إلى الحكمة الأكثر تأثيرا "خير جليس في الزمان كتاب" ومن هذا المنطلق ندرك إننا يجب أن نعتني ونفكر بمن نجالس وما نجالس قبل الخوض في حقوقهم والفكرة إن كل ما نقوم به في الحياة مهم أن يكون ذو فائدة وجدوى، وأن نختارهم بعناية فيما لو كانوا اشخاصا أو كتابا كما ورد في الحكمة، ففي روتين يومنا نضطر إلى الحضور في كثير من الجلسات الرسمية كالمؤتمرات والمحاضرات الدراسية واجتماعات العمل وغيرها... وجلسات غير رسمية كاجتماع الاصدقاء والجلسات العائلية ولقاء الجيران.. وفي كلا الأمرين هناك معايير وضوابط أخلاقية ومهنية وسلوكية تحدد ملامح الأداء الذي نعتمده لتحقيق ما جاء في سياق الحق الوارد عن سيد الساجدين (عليه السلام) وما يتبعه من إرشاد ونصح وتوجيه سرمدى لمنهجية الانسان وفي رسالة الحقوق نجد خير جليس الكتاب.

لماذا نُجالس بعضنا؟

في المنظومة الأخلاقية التي أسسها الإمام زين العابدين (عليه السلام) من خلال رسالته الحقوقية أكد على توضيح كل حق للبشر وبيان موضعه، ومن هذه الحقوق (حق الجليس) فهذه الفقرة تدخل ضمن المفاهيم التي تحدد تطور المجتمعات على مر العصور فالإنسان بطبعه كائن اجتماعي يحتاج للأخر ليتجاوز معه سبيلا لفهم ذاته، فلا يمكن أن يتصور أحدا أن يكون منزويا في عالم بعيدا عن التواصل اليومي ولا يتفاعل مع من حوله؛ ليحصل على اجابات معينة أو يناقش أفكار أو لتقديم النصيحة لأدهم أو حتى الحديث عن نفسه وغيرها كثيرا من الأسباب التي تدعونا للجلوس أمام أنفسنا وسوانا في إطار رسمي وغير رسمي لتجاذب أطراف الحديث.

آداب المجالس

لعل أول ما يرد في ذهننا حينما نتحدث عن أدب وآداب المجالس هو ما ورد في مأثور القول "المجالس بالأمانة" أي إن كل ما يرد في سياق الحديث بين جليسين أو أكثر هو أمانة هذا الجلسة ولا ينبغي أن يخرج خارج إطارها، فمن يتحدث مع شخص معين عن خبر ما.. يكون الشخص المقابل نصب عيناه من دون أن يفكر بالأخرين وربما

لعل أول ما يرد في ذهننا حينما نتحدث عن أدب وآداب المجالس هو ما ورد في مأثور القول "المجالس بالأمانة" أي إن كل ما يرد في سياق الحديث بين جليسين أو أكثر هو أمانة هذا الجلسة ولا ينبغي أن يخرج خارج إطارها، فمن يتحدث مع شخص معين عن خبر ما.. يكون الشخص المقابل نصب عيناه من دون أن يفكر بالأخرين وربما يضيئه وصول الكلام لشخص آخر

ايمن كاظم

أمي في عيدها الثمانين

أستميحك عذرا , فالיום أود ان اكتب لكم عن امي ... وانا حين افعل ذلك فكأنني أكتب عن كل ام عراقية في هذا الزمن او من ذلك الزمن الجميل حيث تنتمي أمي .

ولا تتصوروا ان الكتابة عن الام هي بالسهولة التي قد يتخيلها البعض , فالأفكار تتهرب شاردة خوفا من عدم الايفاء بحقها وبعض الكلمات بدأت تغيب عن الذاكرة ولا يبقى سوى وجه امي . أمي نخلة عراقية باسقة من ارض بابل وروحها مشبعة بحب العراق تتكلم كالسياسي المحنك تعشق الفقير والمسكين وبيتها بيت الجود والكرم , حضنها الدافئ يتسع للعالم بأسره ورائحتها من روائح الجنة .

وأمي نعلن أفلاسها دائما فكل ما تملكه من مال تهبه للمحتاج والفقير ولا تستثني حتى ثيابها فيعوضها الله من حيث لا تحتسب .

امي اليوم تحفظ القران الكريم وهي المرأة الامية التي تعلمت حروف الهجاء من جلوسها على الارض مع صغارها ايام الدراسة الابتدائية تعلمهم وتتعلم منهم .. واليوم تتفوق عليهم في تفسير بعض آياته الكريمة .

وجه أمي لا يشبه الوجوه رغم اثار تعب السنين الخوالي التي بدت اليوم اكثر وضوحا في وجهها الذي حفرته التجاعيد وفي يديها التي انهكها التعب .

امى خنساء العصر التي فقدت أربعة من ابناءها وهي صابرة محتسبة فرحة بما اتاهم الله من فضله من الشهادة والابتلاء الا واحدا منهم فقد في ظروف غامضة وما زالت روحه معلقة بين السماء والارض , رغم ذلك , لم يتزحزح ايمانها بقضاء الله تعالى . مضت 14 عاما وقلب امي يعلم انه ما زال حي يدب على وجه الارض وهو دليلها الذي لا يخطئ ابدا وهي لا تصدق حتى احلامها وكوابيسها ان شاهدهت ما يزعجها في منامها عنه وما زالت تغص في لقمة الطعام فتقول انه جائع ويتوقف الماء في جوفها فتخبرنا انه عطشان ولا تكف عن الدعاء له والبحث عنه .

لله درك يا امي , اي صبر واي عطف تحمل انت يا قلبها واي وردة في عيدك تليق بك وكم من هدية تخجل من سماع اسمك , اقر الله عينيك برؤية اخينا المفقود (طارق) وامد الله لنا بعمرنا بكل خير وعافية وسعادة لتباركين حياتنا فنحن في امان لوجودك بيننا وسعداء ببركة دعائك .

ساجدة ناهري

**امى خنساء العصر
التي فقدت أربعة
من ابناءها وهي
صابرة محتسبة
فرحة بما اتاهم
الله من فضله من
الشهادة والابتلاء
الا واحدا منهم
فقد في ظروف
غامضة وما زالت
روحه معلقة بين
السماء والارض,
رغم ذلك, لم
يتزحزح ايمانها
بقضاء الله تعالى**

رائحة الجنة.. الأم

QW A R E E R

قوارير

ملف العدد



قد تكون امي او امك.. فلا بد ان
يمر شريط هذه الاحداث
في الذاكرة فنبتسم
لعفويتها او قد
نحزن لفراقها،
احاديث
سمعناها
من هنا
وهناك
وبعضها
حقائق
عشناها
صغارا
فخرجت
من جديد
على الورق
مستذكرين
ابطالها من امهات
الزمن الجميل في عيد
الامم. امهات الامس هن اليوم
جدات وربما جدات لأبناء الاحفاد
اطال الله اعمارهن بسيطات
وجميلات كالزمن الذي عشن فيه
متواضعات ومطيعات وسيدات
اعمال من الدرجة الاولى.

ذكريات بحلاوة العسل

أمهات الامس جدات اليوم



لم يتمتعن بالدلال والحبور الذي تتمتع فيه المرأة في العصر الحديث الذي وضعت فيه التكنولوجيا عصارة افكارها في خدمتهن لتختصر الكثير من الاعمال المنزلية فلم تكن لديهن غسالة ملابس او توماتيك او غسالة صحون او ربما حتى سخان الماء الحار فكانت احدهن تلجأ الى طريقتهما العتيده في جلي الصحون من خلال تسخين الماء في احد قدور (الفافون) وباستخدام سيم المواعين والصابونة الخاصة بها فتخرج نظيفة لامعة لا تضاهيها نظافة احدث غسالات اليوم. كم من رغيغ خبز حار صنعته ايديهن في فجر ايام الشتاء الباردة وظهيرة ايام الصيف الحار لتقدمه هنيئاً مريئاً لعائلة كثيرة الافراد لتعاود صنعه من جديد لوجبات الطعام الاخرى دون ملل او جزع وكأن تنور الطين وحطبه الذي يسيل الدموع هو المحرقة التي ترمي فيه كل تعبها واحزانها.

نموذج

لا تعترف احدهن بتحديد النسل وربما لم تفكر في هذا الخيار فكانت العائلة المكونة من عشرة افراد واكثر هي النموذج الجيد للعائلة العراقية في ذلك الوقت التي خرج منها اطباء ومهندسين واصحاب شهادات عليا، وقد لا يتم ذلك دون استخدام نظرية المؤامرة التي كانت تلجأ اليها ايام الامتحانات بالاتفاق مع الأب الصارم طبعاً حيث يعمد الاثنان الى تغليف جهاز التلفزيون الابيض والاسود واخفائه فوق احد دواليب الملابس العتيقة حتى موعد العطلة الصيفية وبذلك تضمن عدم لجوء الاولاد الى استخدام اقدم وسائل التواصل لاجتماعي بوقتها المحدود وبرامجها المملة.

اوقات سعيدة

اكثر الامهات جلست على مقاعد الدراسة في سن متأخرة جداً لتقرأ (راشد يززع زينب تعمل) التي كانت ترددها امي وامك عندما انخرطت في حملة محو الامية لتتعلم القراءة والكتابة التي حرمت منها.

وهي لا تعرف الوقت ولكنها قد تخمن ذلك بمجرد النظر الى الساعة الجدارية الكبيرة التي تثير الضجة في المنزل بصوت دقاتها العالية وحركة مزوالها المتكررة، وهل من امهاتكم من كانت تضيف نصف ساعة الى الوقت فتتردد وهي تبعد الغطاء عن ابنائها الصغار (بالسبعة ونص) فيهرول الصغار لارتداء ملابس المدرسة بكل نشاط وخوف دون ان ينظروا الى الساعة ليفاجئوا بعد حين ان الوقت ما زال مبكراً فتثير نوبة من الضحك والاستهجان.

وما اطيب الرز (التمن) الذي تضعه الام على (اللبية ام الفتل) كانت احدهن لا تستغني عنها في مطبخها المتواضع وتعتبر من اشياءها المقدسة حيث تحافظ على نظافتها ومعدلات النفط فيها فيخرج من تحت لهبها الخفيف اشهى انواع الرز بخفة الريش وطعم الشهد لتعاود استخدامها من جديد في تخدير الشاي الذي لا يتنازل فيه ابريق الشاي الصيني (الفروري) عن عرشه فوق ابريق الماء ويبقى على هذا الوضع حتى موعد النوم.

حرص بمهارة

وهل منكم من توارث ملابس اخيه الاكبر ليورثها لأخيه من بعده فالملابس التي تشتريها الام لا ترمى ابداً حتى وان تمزقت وهنا تخرج مهارتها اليدوية في الخياطة، ربما كانت الام حريصة او اقتصادية في ذلك الوقت او ان (كان الفلوس عزيزاً) كما كنا نسمع منهم لذا لا مفر من العمل بهذا النظام امام جمهور الاولاد الصغار .

اما ما يتهرى من الملابس ويصبح غير قابل للاستخدام البشري فيخضع الى اعادة تدوير حيث تجلس سيدة الاعمال عصراً بمساعدة بناتها لتقصه الى شرائح طويلة ويلف على شكل كرات كبيرة ويرسل الى الحائك في نهاية الزقاق فتخرج من بين يديه اجمل انواع البسط (الفجة) بألوانها الزاهية التي تتزين بها غرفة الجلوس البسيطة.

ورغم المسؤوليات المتعددة المناطة بها وعدد الاسرة الكبير الا ان هناك متسع من الوقت لتمارس كل واحدة منهن هوايتها المفضلة في التطريز والحياسة او الخياطة وحتى الغزل وما من اسرة الا وبصمات الام او الاخت الكبرى واضحة في اثاث المنزل ومفروشاتهن او في الملابس التي كانت سائدة في ذلك الوقت . هل هناك من ذكريات اخرى ... لا اتذكر ... فكروا أنتم .. واطال الله اعمار امهاتنا ورحم الاموات منهن.

ساجدة ناهي



يعزز الشعور بالأمان صوت الأم.. فيبدد ضغوط الحياة

كشفت باحثون في دراسة اجتماعية أهمية تأثير صوت الأم في الهاتف و في البيت في تعزيز قدرة الابناء على الشعور بالأمان والحب، وأثبتوا أن كلمة واحدة منها تساوي حضا قويا لأبنائها، خاصة إذا كانوا في مرحلة المراهقة. وتقول الدكتورة سارة الشمري، أخصائية البحث الاجتماعي، إن الدراسة تعد وسيلة جديدة لاقترب الأمهات من أبنائهن في كل الأوقات لتشملهم بالحب والحنان، وتجعلهم يشعرون بالأمان رغم مشاغلها، حيث أصبحت بمكالمة تليفون قادرة على اشعار الأبناء بالطمأنينة.

امان وحب

بسبب ضغوط الحياة تبتعد بعض الأمهات عن أبنائها خاصة وهم في فترة المراهقة، حسب الشمري، ورغم اتجاه الأبناء في هذه المرحلة لأصدقائهم أكثر، إلا أن هناك أوقاتا يكونون فيها بحاجة إلى الأهل لاسيما الأم كي تشعرهم بالأمان والحب وتزيد مشاعر التقارب والحنو عليهم، حتى ولو بصوتها الحنون وليس معنى ذلك أن تترك الأمهات أبنائها بدون رقابة وتكتفى بالمكالمات، لأن العلاقة بين الأم وأبنائها لا بد أن تكون عن قرب لتمارس دورها التربوي والتعليمي.

عطاء دائم

فالأم هي المدرسة الأولى في حياتنا والأكثر تأثيرا على حاضر ومستقبل الأبناء سواء كانوا صغارا أو كبارا، وعطاؤها لا ينضب طوال حياتها فهي التي تحتضن أبنائها منذ ولادتهم وتقدم الرعاية والعناية لهم في مختلف مراحلهم العمرية، لذلك تتحمل المسؤولية الأكبر في تشكيل أسرتها وتنشئة الأبناء التنشئة الصالحة ليكونوا قادرين على المساهمة الإيجابية في المجتمع والنهوض به نحو التقدم

**الأم هي المدرسة الأولى في
حياتنا والأكثر تأثيرا على حاضر
ومستقبل الأبناء سواء كانوا
صغارا أو كبارا، وعطاؤها لا ينضب
طوال حياتها**

والتطور.. لذا يكون ارتباط الابناء بالأم اقرب واقوى من بقية افراد الاسرة .. لشعورهم بانها الانسانة الوحيدة التي تتستر على اخطائهم وتساعدهم في تخطي مراحل حياتهم بهدوء .. فضلا عن المساعدات المالية التي تمنحها لهم دون علم الاب بعض الاحيان .. مما يعزز تلك العلاقة وان كانت من خلال الهاتف، اذ تعده وسيلة اضافية وحديثة للتخاطب والتقارب .. الا انها تعزز وتتوق لحضن ابنها في كل الاوقات حتى وان كبر.

قوارير

أعلام الأمهات





أهم تجربة في حياة المرأة هي الأمومة، والتي تعني استمرار الحياة، وما يرافقها من شعور عجيب يجمع بين الألم واللذة والسعادة، ومنذ أن يلتصق الجنين في رحم الأم، ثم خروجه بعد أكثر من تسعة أشهر إلى الدنيا صارخاً عند أول شهقة هواء، تظل الأم متعلقة بوليدها، وهو مرتبط بها، في علاقة روحية وجسدية مستمرة لا مثيل لها.

أحلام الأمهات قد تتحطم أمام شحة الموارد وتعقد المشكلات الخاصة بالسكن والتعليم والصحة والخدمات الضرورية الأخرى، ويزيد قلق النساء حول مصير أبنائهن، كلما زاد الظلم وغابت العدالة وهيمن الطغاة على عالم يضيق ولا يتسع في كل ثانية

وقلوبهم في كل لحظة، ويطلبون المزيد، ولا يشبعون من لذة الدنيا، مثلما كانوا يتذوقون طعم حليب الأم بعد الولادة مباشرة!

لم تعد أمنيات الأم كافية وحدها لإنجاب وليد جديد وتوريثه في محنة حياة قاسية، ولم يعد من المستحسن على الأمهات التماذي في لذة الأمومة، وعليهن أن يفكرن في ما بعد الولادة من واجبات ومستلزمات لديمومة الحياة، وستكون الأم أكثر سعادة لو قل عدد أبنائها وتكاملت معيشتهم وصحتهم وتربيتهم وتعليمهم، ومن ثم زادت رفاهيتهم وتحسن دورهم في الحياة.

الدول المتقدمة تعمل عادة وفق خطط دقيقة على تحسين فرص الحياة عبر تنظيم الأسرة ورعاية الطفولة والضمان الاجتماعي والتأمين على الصحة والحياة، لكي يكون المستقبل أفضل، وتستطيع الأم أن تطمئن على مصير الأبناء، وتفتخر بدورها في تطور الحياة وازدهارها.

في بلد مثل العراق، قليل السكان، كثير الخيرات، متعدد الموارد والثروات، يمكن أن نصنع حياة أفضل للأجيال الحالية والمستقبلية من خلال الإدارة العادلة، وفق معيار الحق الإلهي الذي يمنح لكل روح فرصة للحياة السعيدة، كما في أحلام الأمهات وقلوبهن الحنوننة!

د. محمد فلحي

وطوال هذه العلاقة التي تستمر مدى الحياة يكون قلب الأم نابضاً بالحب والحنان والأمل، وكل أم تتمنى أن يعيش ابنائها في ظروف أفضل وتتوفر لهم سبل الحياة الكريمة والأمان والرفاهية، لكن أغلب تلك الأمنيات أصبحت من المفقودات، وبخاصة في ظل تزايد السكان على وجه الأرض وتزاحم البشر حول مواردها المتناقصة، ومن أهمها الماء والهواء والغذاء!

الإحصائيات المتوفرة تشير إلى ولادة نحو 250 طفل جديد في كل دقيقة، يزد فيها عدد الأناث قليلاً عن الذكور، ويموت في الدقيقة نفسها نحو ثلثي هذا العدد، فتكون الحصيلة زيادة مضطربة في عدد السكان تزيد عن مائة شخص في كل دقيقة، أي منذ بداية قراءة هذه المقالة حتى نهايتها سيكون سكان الأرض قد تزايدوا وأضيف إليهم نحو ألف شخص، وكل واحد منهم يريد غذاءً ودواءً ومسكناً ووظيفة!

أحلام الأمهات قد تتحطم أمام شحة الموارد وتعقد المشكلات الخاصة بالسكن والتعليم والصحة والخدمات الضرورية الأخرى، ويزيد قلق النساء حول مصير أبنائهن، كلما زاد الظلم وغابت العدالة وهيمن الطغاة على عالم يضيق ولا يتسع في كل ثانية، في ظل صراع الإيرادات وتقاطع المصالح الذي تشهده البشرية، ولن يكون هناك مكان مريح على الكوكب الأزرق للفقراء والضعفاء والمرضى والجهلة، الذين خرجوا من الأرحام متساوين في طبيعتهم الإنسانية، لكنهم سيخرجون من الدنيا متفرقين مختلفين، كل منهم يحمل معه حصاد عمله وحسناته وسيئاته، وكل منهم كان يتمنى أن يكون عمره أطول ووجوده أسعد، لكنهم جميعاً كانوا مجرد أحلام في قلوب الأمهات!

أعظم مسؤولية في الحياة هي الإنجاب، ثم الرعاية والتربية التي نتولاها الأم في الأغلب، مع وجود الأب، ولعلها من أقسى التجارب أن تكون الأم أرملة وحيدة، يرافقها في طريق الحياة الصعب صغار يفتحون عيونهم وأفواههم

الأم

منبع المحبة والتضحيات

محور نشوء الأسرة وسر وجود الحياة واستمرارها، وهي الأنثى التي حباها الخالق سبحانه وتعالى بالقدرة على الإنجاب والولادة والتربية والصبر في تحمل الآلام وزرع الله في قلبها المرهف عواطف الحنان والعطاء بدون مقابل، فقلب الأم هو مهد المحبة الخالصة التي تفيض من حولها وتزرع السعادة والأمل في نفوس الأبناء الذين يظلون أطفالاً صغاراً يستحقون الرعاية، في نظر الأم، مهما كبروا وتقدموا في العمر!.

الشديد أطلق الله على نساء النبي كلمة "الأمهات" فقال: ﴿النَّبِيُّ أَوْلَىٰ بِالْمُؤْمِنِينَ مِنْ أَنفُسِهِمْ وَأَزْوَاجُهُ أُمَّهَاتُهُمْ﴾ [الأحزاب: 6].

يختصر الرسول الاكرم محمد صلى الله عليه وآله وسلم مكانة المرأة في الإسلام بعبارة بليغة: "الجنة تحت أقدام الأمهات"، وذلك أن تكريم الأبناء لأهمهم ووفائهم في مقابل عطاؤها غير المحدود، سوف يجعلهم يحظون برعاية الله سبحانه ورضاه.

في الثقافة العربية تمثل الأم أيقونة مشرقة، وفي الشعر العربي تظل تلك الأبيات للشاعر حافظ إبراهيم أغنية

إِحْسَانًا حَمَلْتَهُ أُمُّهُ كَرْهًا وَوَضَعْتَهُ كَرْهًا ﴿ وعندما أراد الله عز وجل بيان مدى حنان الوالدة على أولادها، ومدى شفقتها وإشفاقها على أولادها عبر إليه عنها بلفظ الأم فقال: ﴿وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَىٰ فَارِعًا إِنْ كَادَتْ لِتَبْذِي بِمِ لَوْلَا أَنْ رَبَطْنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [القصص: 10].

وعندما عبر القرآن الكريم عن مدى سعادة الوالدة وفرحها بعودة ولدها الغائب من خطر عليه أطلق عليها كلمة "الأم" فقال عز وجل: ﴿فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ﴾ [طه: 40]، وللدلالة على القدسية والاحترام

الأم في كل الحضارات والديانات والشرائع الإنسانية تمثل صفة الأم أطلقها الله عز وجل على الأصل الكريم الذي رمز التضحية والفداء والطهر والنقاء، والحب والحنان، وهي الأصل الذي يتشرف الولد به، ويفخر بنسبه له ونسبته إليه، وعندما أراد الله عز وجل لفت نظر الأبناء إلى معاناة الأم من جراء الولادة، ومقدماتها وآثارها ونتائجها، فإن القرآن الكريم يطلق كلمة "الأم" المضحية الصابرة المكرمة يوم القيامة والتي أمرنا الله بإكرامها في الدنيا إكراماً مطلقاً لا حدود له، فمن أساليب القرآن الكريم البليغة في هذا المجال أنه يوصينا ببرّ الوالدين ثم يعقبها بالحديث عن الأم فقط لشدة فضلها على الأب ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ﴾ [لقمان: 14] وهكذا تحدّث الله سبحانه عن فضل الأم لشدة معاناتها وهنا على وهن في الحمل وما يلزم من تضحيات، ومثل ذلك قوله تعالى: ﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ

يختصر الرسول الاكرم محمد صلى الله عليه وآله وسلم مكانة المرأة في الإسلام بعبارة بليغة: "الجنة تحت أقدام الأمهات"، وذلك أن تكريم الأبناء لأهمهم ووفائهم في مقابل عطاؤها غير المحدود، سوف يجعلهم يحظون برعاية الله سبحانه ورضاه.

هناك عبارات خالدة اعترفت
بمكانة الأم سطرها كبار
الكتاب والمفكرين، ومن
بينهم المفكر المصري
المرحوم عباس محمود
العقاد: "أسعد ساعات المرأة..
هي الساعة التي تتحقق
فيها أنوثتها الخالدة..
وأموثها المشتهاة.. وتلك
ساعة الولادة"

ترددها الأجيال في محبة الأم:

الأمَ مَدْرَسَةً إِذَا أَعَدَدْتَهَا
أَعَدَدْتِ شَعْبًا طَيِّبَ الْأَعْرَاقِ
الأمَ رَوْضَ إِذْ تَعَهَّدَهُ الْحَيَا
بِالرِّيِّ أَوْرَقَ أَيَّمَا إِبْرَاقِ
الأمَ أُسْتَاذَ الْأَسَاتِذَةِ الْأَلَى
شَغَلَتْ مَا أَثْرَهُمْ مَدَى الْأَفَاقِ

أما الشاعر أبو الطيب المتنبي فيقول:
أحن إلى الكأس التي شربت بها
وأهوى لمثواها التراب وما ضم
ويصف أبو العلاء المعري الأم
بقوله:

وحسبها الحمل والإرضاع تدمنه
أمران بالفضل نالا كل إنسان

هناك عبارات خالدة اعترفت بمكانة
الأم سطرها كبار الكتاب والمفكرين، ومن
بينهم المفكر المصري المرحوم عباس
محمود العقاد: "أسعد ساعات المرأة..
هي الساعة التي تتحقق فيها أنوثتها
الخالدة..وأموثها المشتهاة.. وتلك
ساعة الولادة".

أما الروائي الإنجليزي الشهير وليم
شكسبير فيقول: "ليس في العالم وسادة
أنعم من حضن الأم".

ويقول الموسيقار العالمي المعروف
بيتهوفن: "إن أرق الألحان وأعذب الأنغام
لا يعزفها إلا قلب الأم".

أماني النداوي



الام.. رمز العطاء والحب الذي لا ينضب

على سفوح الوجد رسمت الطمأنينة لتهب من روحها
جزءا لمن هو قطعة منها، ليكون لها العكاز في الكبر اذ
تراه املها المشرق في عتمة الظلام.. الام.. هي الحزن
الدافئ ومرسى القلوب الذي يلوذ به الابناء حينما تقسوا
الحياة عليهم .

حباها
الله
بفضله
لتكون
الجنة
تحت
اقدامها

احيانا نرى انها كائن يستحق التأمل ، تشترك مع الأرض
بالإيجاد والخلق تزخر على ابناءها بخيراتها وعطاؤها
للصالحين منهم والطالحين ، وتعلن غيضا وتصب
جام غضبها على العاصين منهم ولكن بعد طول صبر
واحتمال، هي كائن بطرف واحد فيما يتعلق بأبنائها،
خلق قلبها ليحبهم فقط وان بدى عكس ذلك فهو لا
يتعدى الظاهر فقط .

احيانا تموت وهي على قيد الحياة، واحيانا اخرى تموت
عدة ميتات ويغادرها قلبها مجرأ ، جزء مع كل فقد من
ابناءها ولكنها مع ذلك لا تتوقف وتستمر بالعطاء، ليس
لأجل نفسها في بل من اجل المتبقي منها ، اجزاء
قلبها الاخرى المتوزعة على ما تبقى من الابناء .
لكن العجب هل تكون الام أكثر عطاء في انجاب الابناء
أم في تحمل فقدهم ؟.
اعتقد ان هذا من الاسئلة التي لا تقل اهمية عن

في عيدها تجولت (قوارير) لتنقل لكم مشاعر الابناء وما
يعنيه لهم هذا اليوم المميز وكيفية الاحتفاء به.

يا تاج فخري

ارتسمت على شفاه التدريسية سوزان الشمري الابتسامة
وهي تسرد لنا طقوسها للاحتفاء بعيد الأم فقالت:
في كل عام نجتمع واخواني لنخطط ونرتب ونبحث عن
شيء رغبت امي به مؤخرا حتى يكون هديتنا لها ونحاول
ان نبقي الامر سرا فنجتمع ونتهامس كيف واين ومتى
سنرتب الزينة ونضع الكيك والهدايا... نوهم انفسنا اننا
نستطيع ان نخفي عنن تشعر بنظراتنا ومن تقرأ عيوننا
اننا نخفي عليها سرا ..كانت تدرك ذلك في كل عام
لكنها تلوذ بالصمت حيث اشعر بانها تتغافل فقط
لتجعلنا سعداء ... ثم نفاجئها فترسم على وجهها نظرة
متفاجئة، فنحاول ان نصوغ لها الكلمات التي تليق بها
ونعبر عن حبا اليها لكنها تتبعثر فتندرك الموقف
بالضحك ونكتفي بالعناق فتهدينا من احضانها اجمل
حب واصدق الدعوات ...امي يا رحمة الله على الارض يا
تاج فخري بين الانام يا بركتنا يا سر استجابة الدعاء
اسأل الله ان يحفظك من كل سوء وان يطيل الله بعمرك
وانت بألف صحة وعافية

عطاء زآخر

فيما قالت البيولوجية حنين كريم: كم أرغب بإيجاد
الجواب الملائم لتساؤل ما وهو أنها لو لم تكن أما فما
هو الدور أو الوظيفة الاخرى الاعظم من ذلك يا تُرى ؟
وانها لو لم تكن أمي ؟ فماذا ومن عساها تكون لتنال
مني كل هذا الحب و الامتداد لوجود لا ينتهي بموقف أو
سوء فهم أو اختلاف أجيال أو حتى فناء



خالد الثرواني



وداد هاشم

لأمي الراحلة

من جانب اخر نقلت لنا الاعلامية وداد هاشم مشاعرها المهداة الى امها المتوفاة: عودي الي فاننا ما زالت طفلة ترنو الى درب عودتك بشغف العاشق لمعشوقة لبتك لم ترحلي فما عاد للحياة مذاق ولا لون فرحتي امست بعدك باهتة ذبلت قبل الاون يا امي العظيمة لازلت صغيرة لا تتحججي برحليك وغيابك انا الان بدأت ولعبتي لم تتناول رحمة كفيك وتأنأة حروفي عازفة على ترتيب الكلمات...دعيني احبو للجنة التي تحت قدميك والتمس البركة من كفوف الملائكة المحلقة حول جفنيك التقطي دموعي قبل سقوطها كما تلتقطين حبات المطر لكي لا يمر الحزن على قلبي في ذاكرتي الابدية حيث ترتعش الطفولة القاطنة بين اصابعي وهددة قلبك الذي يخبرني بهطول نجمه على ينابيع قلبي احبك رغم غياب صوتك ووحشة محرابك احبك لأنك وجهي الاخر للبياض ارقدي بسلام فابنتك تهنتك بعيدك.

ريحانة الجنة

اسماؤنا صحراء واسمك اخضر.. ايتها الجميلة تتغنى الحروف فرحا في عيدك الابي لن تكفيننا المداد بالحديث عنك فأكتفيننا بما شاركونا به، وكل عام وكل امهات العالم بألف خير وعافية.

زهراء جبار الكناني

الاسئلة الوجودية التي يصعب الاجابة عليها الا من ذوي الاختصاص والشأن الا وهن الأمهات، نحن نوهم انفسنا بالاحتفاء بهن يوم كل سنة، بينما في الواقع كل يوم يمر علينا بوجودهن هو مصدر احتفاء كبير

عودي إلي

في رمضان الماضي كانت امي بيننا هي سيدة المائدة الى الان اتذكر ضحكاتنا كنا سعداء للحد الذي لا نعرف البكاء فيه.. حيث كان الصبح وجهك يا امي. بهذه الجملة استهل الطالب الجامعي خالد الثرواني حديثه وتابع قائلاً: حينما رحلت امست كل الاشياء تشتكي الوحدة حتى الارض لم تمتلك امرأة بمقاس روحها.. في عيدها اقول لها وانا اقف على شاهد قبرها اسف سامحيني ان كنت قد قسوت عليك دون قصد او تجاهلت حديثك يوماً، اتمنى ان القاك في دنيا الآخرة، وكل عام وكل الامهات بألف خير.

**حينما رحلت امست كل الاشياء تشتكي
الوحدة حتى الارض لم تمتلك امرأة
بمقاس روحها.. في عيدها اقول لها وانا
اقف على شاهد قبرها اسف سامحيني
ان كنت قد قسوت عليك دون قصد او
تجاهلت حديثك يوماً**





دعماً للتطور الأكاديمي جامعة الزهراء (عليها السلام).. صرح علمي لجيل الإناث

على مسافة لا تزيد عن 7 كم من مركز مدينة كربلاء حيث مرقد الإمام الحسين (عليه السلام) تم تشييد جامعة متعددة الدراسات للإناث، سميت جامعة الزهراء (عليها السلام) تيمناً بلقب سيدة نساء العالمين، وتعزيزاً لمبدأ العلم المقترن بالعفاف والخلق... إذ يُقدم هذا الصرح الأكاديمي التابع لقسم التعليم العالي في العتبة الحسينية المقدسة خدماته العلمية والتربوية لطالباته في اختصاصات متعددة كالصيدلة والتربية والتقنيات الصحية وبأقسامها المختلفة



وبعد حصول الجامعة على الموافقات الرسمية لافتتاحها واستقبال الطالبات أرسلت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي وفداً متكاملاً يمثلها للاطلاع والتأكد من مطابقتها المواصفات العلمية والإدارية والفنية؛ لتقدم تقريرها النهائي والموافقة على افتتاحها. كما حرصت في بداية مشوارها اختيار الكوادر التدريسية والإدارية من حملة الشهادات العليا بمساعدة معاونها الإداري، وتم اختيار الاسماء العلمية والذين لهم خبرة في مجال التدريس وتم الاستعانة بأساتذة من خارج العراق بعد إنهاء دراساتهم ليستفيدوا من خبراتهم العلمية.

نون الانتفاضة

إدارة الجامعة من جانبها حافظت على انسيابية الدوام أثناء

كان لقوارير حضوراً في أروقة الجامعة لنعرض لكم من خلال مشاهدتنا تفاصيل هذه المؤسسة العلمية واولى الحديث لمسؤول الاعلام والعلاقات علي الباوي :

تأسست جامعة الزهراء (عليها السلام) العام 2018 .. انطلقت فكرة هذا الصرح الاكاديمي منذ سنوات، أذ كانت على شكل مقدمات وأفكار تُدارس من أجل تلبية متطلبات الحاجة الفعلية للاختصاصات في المجتمع، فكلية التقنيات الصحية من شأنها توفير كوادر صحية نسائية خاصة في أقسام التخدير والعلاج الطبيعي والأشعة والسونار بحكم شحة المستشفيات لهذه الكوادر لاسيما مستشفى النسائية والتوليد، كما يتم منح فرص عمل لخريجاتها في القطاع العام والخاص، فضلا عن توفر فرصة إكمال الدراسات العليا مما يقدم مستقبلاً كوادر تدريسية في هذا المجال.





- 4 - الانفتاح على المؤسسات التعليمية عن طريق إقامة برامج التعاون البحثي واستثمارها على المستوى المحلي والاقليمي والعالمي.
- 5 - تحسين قدرات أعضاء الهيئات التدريسية وتنمية مهاراتهم من خلال توفير البرامج التعليمية الحديثة والتشجيع على عمل الأبحاث النوعية ودعمها.
- 6 - اتباع أحدث البرامج العلمية والأساليب المعرفية في تقنيات تدريس المناهج الدراسية وأفضلها في البحث الأكاديمي.
- 7 - تنمية قدرات الطالبات المعرفية وتشجيعهن على انجاز الأبحاث العلمية المشتركة والسعي لتوظيفها والإفادة منها في تطوير المشاريع التنموية.
- 8 - تفعيل دور الإرشاد التربوي وتأكيد الالتزام بأخلاقيات المهنة وما يرتبط بذلك من القيم الدينية والمثل العليا.
- 9 - تحقيق الموضوعية في عملية اختيار المتقدمين للتعيين باعتماد الأساليب المهنية على وفق معايير موضوعة مسبقاً بأليات واضحة.
- 10 - تطوير آليات الإجراءات الإدارية والعلمية وتيسيرها باعتماد التقنيات الحديثة لتحسين القدرة المؤسسية للجامعة.

إيمان كاظم



د. زينب الملا السلطاني
توجهات قسم التعليم العالي في
العتبة الحسينية المقدسة هو
الالتزام المهني والى تحقيق مركز
متميز من بين مؤسسات التعليم
العالي في منظومة البحث العلمي؛
وذلك من خلال تطبيق البرنامج
الحكومي والسعي الى إدخال
الجامعة في التصنيفات العالمية
كهدف ومؤشر للجودة وبأليات عدة

مظاهرات 25 أكتوبر التي تشهدها الساحات في مختلف محافظات العراق، والتزم الطالبات بالدوام بشكل سليم مع متابعة المحاضرات من دون تلوؤ .. وعلى الجانب الآخر تم الالتزام بخطاب المرجعية من خلال دعوتها للتظاهر بشكل سلمي، إذ يلاحظ نشاط الجامعة في القضايا الوطنية والإنسانية من خلال تفعيل الخطة المرسومة من قبل رئاستها لإعداد جيلاً من الإناث متسلحات بالعلم والمعرفة فضلاً عن إعدادهن تربوياً واجتماعياً لتحقيق اهداف المشاريع الانسانية التي تتطلب جيلاً واعياً قادراً على التمسك بزمام المبادرة بحكمة.

رؤية

اما عن تطلعات الجامعة وسياستها المهنية ذكرت رئيسة الجامعة الدكتورة زينب الملا السلطاني من ان توجهات قسم التعليم العالي في العتبة الحسينية المقدسة هو الالتزام المهني والى تحقيق مركز متميز من بين مؤسسات التعليم العالي في منظومة البحث العلمي؛ وذلك من خلال تطبيق البرنامج الحكومي والسعي الى إدخال الجامعة في التصنيفات العالمية كهدف ومؤشر للجودة وبأليات عدة، منها التواصل المعرفي والإسهام في تطوير التعليم الجامعي بتفعيل البرامج البحثية بالتعليم الإلكتروني والتقنيات الحديثة على وفق أسس علمية رصينة خاضعة للمعايير الدولية بما يحقق التنمية المجتمعية محلياً وإقليمياً وعالمياً.. ولها في الوقت ذاته اهداف ورسالة نلخصها بجملة من المفاهيم :

- 1 - تعزيز مكانة الجامعة بين أوساط المجتمع من خلال تطوير المنظومة التعليمية بعناصرها الثلاثة (التدريسي ، المنهج ، الطالب) بما يحقق رؤى الجامعة ورسالتها.
- 2 - النهوض بالواقع الأكاديمي والعلمي من خلال إعداد المخرجات الجامعية من الملاكات النسوية وتأهيلها بمهنية عالية.
- 3 - رفد مؤسسات الدولة والمراكز العلمية بباحثات أكفاء في مجالات العلوم الصحية والطبية والتربوية بما يتناسب ومتطلبات سوق العمل.

ماذا يعني التحدث أثناء النوم

إنها فكرة مقنعة أن الأشخاص الذين يتحدثون أثناء نومهم قد يكشفون عن أسرارهم العميقة ولكن تشير دراسة جديدة إلى أننا في الغالب نقول "لا" ونستخدم كلمات القسم. ما هي الأهوال الكامنة في اللاوعي لدينا؟ وفقاً لدراسة فرنسية جديدة يُعتقد أنها الأكبر في الموضوع حول الحديث أثناء النوم وما نقوله عندما نكون نائمين وجد الباحثون أن الكلمة الأكثر استخدامًا هي "لا" و كلمة القسم الفرنسية "putain" وتحدث 800 مرة في النوم أكثر من الاستيقاظ.

ويسمح برنامج Sleep Talk Recorder للناس بتحميل تمتماتهم الليلية المرحة غالبًا . تقول إحدى النساء Butthole ما كان ذلك وهمسات أخرى Judi Dench ولكن هل يمكنك الاعتراف بجريمة قتل في نومك؟ أو إلى وجود حبيبة؟ . البروفيسور جيم هورن المدير السابق لمركز أبحاث النوم بجامعة لوفبورو ومؤلف كتاب "النوم" يشير إلى أنه لا ينبغي لنا قراءة الكثير فيما يقال و يقول : الحديث عن النوم يميل إلى الحدوث في النوم الخفيف للغاية حيث تنتقل من الضوء إلى النوم العميق وبعد حوالي 70 - 90 دقيقة تدخل في فترة من النوم وتطمم والتي تحدث مرة أخرى كل 90 دقيقة والحديث عن النوم لا يرتبط بالحلم بل بالحياة وهو نوم أخف حيث العقل متعرج ومتعثر إنه حقًا صرير لعقل مشوش إلى حد ما وهو أكثر شيوعًا عند الأطفال ويكبر غالبية الناس على ذلك على الرغم من أنه قد يكون له عامل وراثي , يقول هورن: القلق والضغط يميلان إلى تحقيق ذلك ويعكس [متكلموا النوم] عمومًا نوعًا من جوانب القلق و أعتقد أنه من الأفضل عدم الاهتمام كثيرًا بالحديث عن النوم وعدم أخذ الكلمات التي يقولها شخص ما بجدية . ومع ذلك فإن الكلام أثناء النوم قد يخبرك بشيء واحد ربما يكون الشخص الذي يفعل ذلك دائمًا قلقًا جدًا وقد يكون من الجيد معرفة ما يقلقهم.

عن صحيفة الاندبندنت

* ترجمة/ ساجدة ناهي

وبعض الناس كانوا مسيئين لفظيا حسب ما نقلته صحيفة التايمز ووجدت الدراسة أيضا أن الرجال يتحدثون أثناء نومهم ويستخدمون الألفاظ النابية أكثر من النساء. يعد التحدث أثناء النوم او somniloquy هو واحد من عدد من parasomnias التي تشمل المشي أثناء النوم والرعب الليلي وتقول الدكتورة نيرينا راملاخان طبيبة النوم ومؤلفة كتاب "Fast Asleep": حسب تجربتي ان هذا الموضوع يمكن ان يرتبط بالجهاز العصبي المفرط التحفيز و يمكن أن يرتبط بالإفراط في استخدام التكنولوجيا قبل النوم أو تناول الكثير من الكافيين لكن هذه الأنواع من السلوكيات يمكن أن تحدث مع أشخاص صعبين للغاية مع أنفسهم فهم مثاليون لكنهم غالباً ما يحجمون عن قول ما يريدون حقاً أن يقولوه عندما يذهبون إلى النوم ليلاً فيتسرب ذلك إلى النوم. فكرة أنه يمكنك اكتشاف أعمق أسرار شخص ما أثناء نومه مقنعة و هناك تطبيقات تسجل الحديث أثناء النوم حيث

الإفراط في استخدام التكنولوجيا قبل النوم أو تناول الكثير من الكافيين لكن هذه الأنواع من السلوكيات يمكن أن تحدث مع أشخاص صعبين للغاية مع أنفسهم فهم مثاليون لكنهم غالباً ما يحجمون عن قول ما يريدون حقاً أن يقولوه عندما يذهبون إلى النوم ليلاً فيتسرب ذلك إلى النوم



WHAT does it mean when we talk in our sleep?

It's a compelling idea that people talking in their sleep might reveal their deepest secrets – but a new study suggests we mostly just say 'no' and use swear words. What horrors lurk in our subconscious? According to a new French study – believed to be the largest into the subject – on sleep-talking and what we say when we're asleep, researchers found the most commonly used word is "no", and the French swearword "putain" occurred, reports the Times, "800 times more often in sleep than when awake". Some people were verbally abusive. The study also found that men sleep-talked more than women and used more profanities. Sleep-talking, or somniloquy, is one of a number of parasomnias (which include sleepwalking and night terrors). "In my experience, [it] can be linked to the nervous system being overstimulated, which can be related to excessive use of technology before bed or too much caffeine," says Dr Nerina Ramlakhan, sleep therapist and author of *Fast Asleep, Wide Awake*. "But these sorts of behaviours can happen with people who are quite hard on themselves, they're perfectionists, but they often hold back on saying what they really want to say. When they go to bed at night, it spills out into the sleep."

The idea that you can unearth someone's deepest secrets while they are asleep is compelling. There are apps that record sleep-talking (Sleep Talk Recorder allows people to upload their often hilarious nocturnal mumblings – one woman says: "Butthole, what was that"; another whispers: "Judi Dench"). But can you confess to a murder in your sleep? Or to having a lover? Prof Jim Horne, former director of Loughborough University's sleep research centre and author of *Sleeplessness*, suggests we shouldn't read too much into what is said. "Sleep-talking tends to occur in very light sleep," he says. "You go from a light to a deep sleep, and after about 70-90 minutes, you go into a period of dreaming sleep, which re-occurs about every 90 minutes." Sleep-talking isn't related to dreaming but to the lighter sleep where "the mind is meandering and ruminating. It's really the ramblings of a rather befuddled mind." It is much more common in children, and the majority of people grow out of it, although it could have a genetic factor. "Anxiety and stress tends to bring it on," says Horne. "[Sleep-talkers are] generally reflecting some sort of aspect of a worry. I think it's best not to place too much concern on sleep-talking and not take the words said by someone seriously."

However, sleep-talking might tell you one thing. "Someone who persistently does it is probably quite anxious and it might be a good idea to find out what is worrying them."



جدارة في اختصاص نادر..

جوزفين حداد..

اول عراقية تقود طائرة



حينما تعتزم المرأة وتتقن هدفها وميولها في رسم مستقبلها،
يكون الهدف السامي لتخطيطها قد تحقق ولو بجزء مما حلمت به
وسعت لأجله..وجاهدت كي تكون مهنتها التي منحتها جل اهتمامها
ومصيرها .

البسيطة منها والصعبة وكان حضورهن لافتاً وإيجابياً لأن مساعهن في رسم طريق خطته سواعدهن وفكرهن الناضج والمعبد بالمجد والحرية الملتزمة.

مثال للعباء

واننا في كل عدد من مجلتنا الغراء .. نستذكر واحدة من النساء المتميزات واللواتي خضن العلم والعمل وبرزن في ميادين الحياة بكل ثقلمهن وارادتهن، وكن خير مثال للعباء والتفاني لاجل ابراز مواهبهن ومقدرتهن على الابداع والاجتهاد، ومع توفير الاجواء المناسبة والفرص المتاحة للنساء، لاستثمارها وشكلن حضوراً واسماً في ميادين الحياة كافة .

احتكار الالقاب

إنموزج واحد من المرأة العراقية التي أبدعت وتقدمت واثبتت شخصيتها وحضورها في كل الميادين منذ وقت مبكر من القرن العشرين طيبية، وقاضية، ومفكرة، وأديبة، وشاعرة، ومهندسة، و و و ... وغيرها من مفاصل العمل والحياة .. في الوقت الذي اثبت وجودها الانساني والمهني وراحت تنطلق بكل ثقة الى مشاريع متعددة وسامية لتثبت انها جديرة بأحتكار الالقاب والمنافسات لتنال وتحصد الجوائز والعلامات البارزة بأناقة مسارها ومشوارها ...

سعاد البياتي

وانموزجا لهذا العدد واحدة من النساء اللواتي اثبتن جدارتهن في ميدان نادر وصعب خوضه .. الا انها اجادتها هاوية ومحبة ومقررة له .. لتكون اول عراقية تقود طائرة !! جوزفين سمعان إبراهيم حداد، المرأة العراقية بأمتياز، منحت إجازة قيادة طائرة (لاوستر) من جمعية الطيران العراقية برقم 53 في 22 ديسمبر/ كانون الأول للعام 1949م، وكانت هذه الطائرة التي تملكها (جمعية الطيران العراقية) ومنحت الإجازة بعد 73 ساعة طيران وكانت جوزفين مولعة بالطائرات مع إن والدها عارض هذا الأمر بشدة، فأصرت على التدريب، وكانت تمارس هذه الهواية في سماء بغداد، أذ تقوم بالمسح الجوي واصطحاب المواطنين الراغبين في نزهة جوية فوق مدينة بغداد .. منحت رتبة كابتن طيار في تلك الحقبة من الزمن متقدمة على سائر الدول العربية ودول العالم الأخرى، وهو وسام استحقته وشرف نالته لتلحق في فضاءات الأجواء الحاملة والمثيرة رغبة واطمئناناً، بعد ان اجتازت كل الاختبارات في علوم الطيران وبددت مخاوفها المزعومة من الآخريين وليس منها !!

نجاح مبهر

هؤلاء النساء العربيات وغيرهن يشكّلن قدوةً ومثالاً لجيل جديد من النساء يغزو مجال الطيران، ويخلق في فضاءات وسماء البلدان دون خوف او خشية من المجهول .. واستحقاقاً كسبته لتبدد مفاهيم مهن احتكرها الرجال منذ فجر قيامه، كما يثبتن أنّهن قادرات على النجاح في أعلى المراكز وتخطي أصعب المهمات، و قد نجحن في ميادين العمل المختلفة

النفس تبكي على الدنيا

أبيات للامام علي بن أبي طالب عليه السلام قالها
عندما جاء رجل إليه ليكتب له عقد بيت (وفي
رواية أخرى عقد أرض) ، نظر إلى الرجل فوجد أن
الدنيا متربعة على قلبه فكتب ..
اشترى ميت من ميت بيتنا في دنيا الفناء له أربعة
حدود ، الحد الأول يؤدي إلى الموت ، والحد الثاني
يؤدي إلى القبر، والحد الثالث يؤدي إلى الحساب،
والحد الرابع يؤدي إما إلى الجنة وإما إلى النار ،
فقال الرجل لعلي : ما هذا يا علي ، جئت تكتب
لي عقد بيت ، فكتبت لي عقد مقبرة ؟
فقال هذه الأبيات



إنما المكارم أخلاقٌ مطهّرةٌ
الدين أولها والعقل ثانيها
والعلم ثالثها والحلم رابعها
والجود خامسها والفضل سادسها
والبرّ سابعها والشكر ثامنها
والصبر تاسعها واللين باقيها
والنفس تعلم أني لا أصادقها
ولست أرسدُ إلا حين أعصيها
واعمِل لدارِغداً رضوانُ خازنها
والجار أحمد والرحمن ناشيها
قصورها ذهب والمسك طينتها
والزعفران حشيشُ نابتٌ فيها
أنهارها لبنٌ محضٌ ومن عسلي
والخمر يجري رحيقاً في مجاريها
والطير تجري على الأغصان عاكفةً
تسبّحُ الله جهرًا في مغانيها
من يشتري الدارفي الفردوس يعمرها
بركعةٍ في ظلام الليل يحييها

النفسُ تبكي على الدنيا وقد علمت
أن السعادة فيها ترك ما فيها
لا دار للمرء بعد الموت يسكنها
إلا التي كان قبل الموتِ بانيها
فإن بناها بخير طاب مسكنه
وإن بناها بشر خاب بانيها
أموالنا لذوي الميراث نجمعها
ودورنا لخراب الدهر نبنيها
أين الملوك التي كانت متسلطنة
حتى سقاها بكأس الموت ساقِيها
فكم مدائن في الآفاق قد بنيت
أمست خراباً وأفنى الموتُ أهليها
لا تركننُ إلى الدنيا وما فيها
فالموت لا شك يُفنيها ويُفنيها
لكل نفسٍ وإن كانت على وجلٍ
من المنيةِ آمالٌ تقويها
المرء يبسطها والدهر يقبضها
والنفس تنشرها والموت يطويها

بعيداً عن السير الذاتية ادبيات يتحدث عن المناخ العام للكتابة

معظم الكتابات والتصورات النقدية اهتمت بقضية ماتطرحة الكاتبة من اصدارات سواء كانت قصصية وروائية او سرديات نقدية ..بعيداً عن الخصوصيات وما يترتب عليها من تداعيات كل حسب النظرة الادبية لها .. ولكن غلب على تلك الكتابة السردية على الاصح مايتعلق بمعاناة المرأة اجتماعياً ونفسياً .. وقد طرحت الكاتبات هذه القضايا بصور ادبية مع اتصافها بالحبكة وبناء الشخصية والمفردات الشعرية.

فالمرأة حينما تكتب يغلب على مفرداتها الجانب الادبي الجمالي والفني التحليلي.. وهي تنتقي موضوعاتها بدقة متناهية متضمنة احياناً سيرتها الذاتية، وشريط من الذكريات والمعاناة التي قد عاصرتها في سنواتها الماضية، لتتصف الكتابة بالصدق المفرط.

حلم فردي

في هذا الجانب تحدثت الكاتبة والروائية مجد الحارث .. من ان للمرأة افكار وقلم قد يفوق احياناً ما يكتبه المحترفون من الكتاب .. ذلك لانها تصب مشاعرها وارهاصاتها في ذلك لتترجم ماتقصده في يومياتها واحلامها في احيان كثيرة .. فلقد تتناول القصص الاجتماعية والسير الذاتية لصديقاتها او اقاربها وتتحول الى ابداعات ادبية قريبة من الواقع والحقيقة التي يعيشها الفرد العراقي، وهي قد وفرت في سردها التلقائية والحلم والتدفق الفردي .

رصانة ادبية

في نماذج الكتابات النسوية تطرح فيها كثير من السير الذاتية الحقيقية والمفتعلة، اذ تغطي بذلك مساحة واسعة من السرد المعنوي كفن ونوع ادبي. وعلى



حد قول الكاتبة لبنى القرزاز في حديثها عن السير النسائية وتضمينها بعض الذاتيات الخاصة بعوالمهن المختلفة ! مبينة الصعوبة في تحقيق رصانة ادبية ناضجة ..ففي مرحلة الثمانينيات كانت التلقائية وسرعة الاحداث والنضج الفكري والتوسع في الاصدارات والحرية في ارتياد المكتبات واقتناء الكتب بسهولة كلها عوامل ساعدت في ترميم مساحة الكتابة لدى الاديبات بشكل يوازي وعيها الثقافي وادارتها لموقعها بين صفوف الاسماء الادبية انذاك . . لترتقي في سلم الابداع والنضج المقدرى. كما وأظهرن قدرة فائقة على تتبع القضايا الكبرى لبلادهن وأسهمن في بلورتها بالنقاش والاعتقال والتضحية الشخصية، وبرعن في تحليل أوضاع بلدانهن والتعبير عن مشاعرهن وادوارهن بشكل واضح وصريح بعيداً عن الخوف والقيود .

افكار عفوية

وترى الشاعرة نورهان العزي ان الثورة التكنولوجية، والانفتاح على عوالم افتراضية جعلت اغلب كاتباتنا والمحترفات على وجه الخصوص من نقل تجاربها وخبراتها إلى أبعد نقطة ممكنة للتواصل وعرض نتاجها الادبي والشعري في صفحاتها الشخصية والعامة فضلا عن سيرتها الذاتية التي تتيح التعرف عليها بشكل طبيعي وبسيط.. وهي بذلك تكون قد صدرت افكارها بشكل عفوي ودون ماتدعوها الى ندوات او مهرجانات تحتفي بهن، متجاوزة الحصر والحظر اللذين كانت تضربهما عليها الكتابة الورقية، ووسائل الاتصال والتواصل المحدودة والمراقبة

غياب الذات

وتستعرض الكاتبة عادة الخطاب بعضا مما يجول في فكرها من رؤى حول العراقيل التي واجهتها الكاتبة ومسيرة الكتابة النسائية واصفة اياها بأنها لم تكن سهلة، فقد واجهت عراقيل عديدة بدءاً من المرحلة الأولى المبكرة، التي انشغلت فيها الرائدات بكتابة المجتمع انطلاقاً مما يفرضه المناخ العام والمحافظ داخل المجتمعات العربية وحركات التحرر والاستقلال، وهنا كانت الكتابة النسائية لا تجرؤ على ذكر الذات أو الجهر بالخصوصية الأنثوية، فلجأت الكاتبات إلى الأسماء المستعارة، أو إلى الكتابة الصحافية والأنواع النصية التوجيهية والوعظية، أي أن المرأة كانت تكتب في غياب الذات بعيداً عن طرح اسمها فيما تنشره !

اختصار

وترى الشاعرة نهاوند انه من الصعب الخوض في السير الذاتية للاسماء الادبية النسوية وطرح الخصوصيات .. لان ذلك يعرضها الى كثير من الانتقادات .. الا انها قد تختصر وتقلص السيرة الى التعريف بذاتها وعملها الاعلامي او الادبي والانتقال الى اصداواتها، وهو حسب مفهومي الأهم في ذلك .

لمياء نعمان

في مرحلة الثمانينيات كانت التلقائية وسرعة الاحداث والنضج الفكري والتوسع في الاصدارات والحرية في ارتياد المكتبات واقتناء الكتب بسهولة كلها عوامل ساعدت في ترميم مساحة الكتابة لدى الاديبات بشكل يوازي وعيها الثقافي وادارتها لموقعها بين صفوف الاسماء الادبية انذاك

أنتِ مُعاقبة

مِنْ حَيْثُ الْفِكْرِ وَالتَّوَجُّهِ لِأَمِنْ حَيْثُ الشَّكْلِ وَالْمَظْهَرِ كَمَا هِيَ
نَظَرْتَهُمُ الْمَحْدُودَةَ، وَحَالَمَا تَنْتَهِي مِنْ كَلِمَاتِ الْعِتَابِ هَذِهِ
تُمْسِكُ الْقَلَمَ بِقُوَّةٍ لِتَخْطَ عَلَى صَفْحَاتِ الْوَرَقِ أَيَّ شَيْءٍ حَتَّى
وَإِنْ كَانَ مَجْرَدَ خُطُوطٍ بَسِيطَةٍ مَعَ أَنَّهَا تَجِدُّ الرِّسْمَ وَتَعَشِّقُهُ
إِلَى دَرَجَةٍ تَحْسَبُهُ صَدِيقَهَا الدَّائِمَ الَّذِي تَلْجَأُ إِلَيْهِ حِينَ تَعْصِفُ
بِقَلْبِهَا رِيحَ الْحُزْنِ وَالْأَسَى إِلَى أَنْ تَشْعُرَ بِالتَّعَبِ فَتَتْرَكَ الْقَلَمَ
جَانِبًا وَتَخْدُلُ إِلَى النَّوْمِ، وَهَكَذَا كَانَتْ أَفْئَانٌ تَتَعَامَلُ مَعَ كُلِّ كَلِمَةٍ
جَارِحَةٍ لِسَنَوَاتٍ عَدِيدَةٍ.

وَذَاتَ يَوْمٍ مِنَ الْأَيَّامِ، وَقَفَتْ أَمَامَ الْمِرَاةِ حَدَقَتْ بِهَا طَوِيلًا ثُمَّ
رَاحَتْ تَحَدِّثُهَا قَائِلَةً:

أَعْلَمِي أَيَّتَهَا الْمِرَاةُ فِي مَا مَضَى مِنْ سَنِينَ عَمْرِي كُنْتُ كَأَنْتِ

كَانَتْ أَفْئَانٌ تَتَأَلَّمُ كَثِيرًا، لِسَمَاعِ هَذِهِ الْكَلِمَةِ، وَأَمْثَالِهَا مِنْ
الْكَلِمَاتِ، الَّتِي تَبِثُ بِرُوحِهَا الْيَأْسَ وَتَدْعِيهَا تَسْتَسَلِمُ لِشَيْءٍ
أَسْمُهُ الْعَجْزُ، رَغْمَ الصَّلَابَةِ الَّتِي تَبْدُو عَلَيْهَا أَمَامَ النَّاسِ
وَاللَّامِبَالَةَ إِلَى أَنَّهَا تَفْقَدُ كُلَّ هَذَا إِنْ أَخْتَلَتْ بِنَفْسِهَا، حَيْثُ
لَا يَرَاهَا أَحَدٌ، تَارَةً تَجْهَشُ بِالْبَكَاءِ وَأُخْرَى تَعَاتِبُ الْقَدْرَ لِمَاذَا؟
رَجُلِي مَشْغُولَةٌ... لِمَاذَا؟ لَا أَسْتَطِيعُ الْمَشْيَ كَعِيرِي مِنَ الْبَشَرِ،
لِمَاذَا؟... لِمَاذَا؟ فَمَنْذُ طِفُولَتِي وَإِلَى الْآنِ، وَأَنَا أَحَاوِلُ أَنْ أُثَبِّتَ
لَهُمْ بِأَنْفِي قَادِرَةً، عَلَى فَعْلِ مَا يَقُومُ بِهِ الْأَصْحَاءُ، مِمَّنْ لَيْسَ
لِدِيهِمْ مُشْكَلَةٌ فِي أَرْجُلِهِمْ كَمَا أُثَبِّتُ هَذَا لِنَفْسِي رَغْمَ مَا فِيهِ
مِنْ أَلْمٍ وَمَعَانَاةٍ.

أَلَيْكَفِي هَذَا مِنْ أَجْلِ نَظْرَةٍ، تُسَاوِي بَيْنِي وَبَيْنَ الْآخَرِينَ



دمعاتُ اعتذار على مافات أمّ ندم لتجاهلها نداء العقل
او كلاهماً المهم كل ما علمته أنه أيقظ في أعماقها شيئاً غريباً
جعلها تشعر وكأنها لأول مرة تسمع فيها هذا النداء.. لتجيبه
قائلة:

لن أتجاهلك كالسابق ، بل سأكون كما قلت: قوية ..
قوية.. وأكثر من هذا سترى كيف أبتسم لكلمة مُعاقبة بدلاً من
البكاء، ولأعاقب نفسي من أجلها بعد هذا اليوم أبداً فقط
لأنني رأيت فيها الآن من الأصرار والتحدي ، ما يكفي لمواجهة
ريح الدهر العاتية وقساوة الأيام.

إيمان صاحب

سرعان ما أنكسر لمجرد سماع كلمة تُشعرنني بعوقبي ، بل
بضعف إرادتي على مواجهة المجتمع حتى صار صداهاً يتردد
في أعماقي إنها مُعاقبة... إنها مُعاقبة.. حينها لم أستمع
لنداء عقلي وهو يقول:

لا عليك منهم ليقولوا ما يقولون : فتوقف طرفاً من
الأطراف لا يعني توقف عجلة الحياة بل أستمراها يا فنان
لا تنظري إلى ما أنت فيه على أنه نقص ، فكم من شخص
سليم الجسم لكنّه، سقيم العقل، كوني قوية... كوني
قوية، أطرقت برأسها نحو الأرض وهي تتمتم بهذه الكلمات
وما إن رفعت عادت من جديد لمخاطبة المرأة، بعدما أخذت
نفساً عميقاً تصحبه قطرات من الدموع، حينها لاتعلم أهي

صلاة المرأة في المساجد

السؤال: ما الأفضل للمرأة للصلاة في المسجد أم في بيتها؟

الجواب: يستحب اشتراك المرأة في جماعة المسلمين في المسجد وقد جرت على ذلك سيرة المسلمات في عصر النبي الأعظم (صلى الله عليه وآله)، ففي المروي في الصحيح عن أمير المؤمنين (عليه السلام) انه قال (كنّ النساء يصلين مع النبي (صلى الله عليه وآله) وكنّ يؤمرن ان لا يرفعن رؤسهنّ قبل الرجال لضيق الأزُر). نعم ورد في بعض النصوص المعتبرة ان صلاة المرأة في بيتها افضل من صلاتها في المسجد، والذي استظهرناه بملاحظة مجموعة تلك النصوص هو ان الأفضل للمرأة ان تختار للصلاة المكان الذي تكون فيه ابعد عن مرأى ومنظر الرجال الأجانب فان تهيأ لها مثل هذا المكان في المسجد فلا تفضل الصلاة في البيت عن الصلاة في المسجد حينئذ.

السؤال: هل تؤيدون صلاة المرأة جماعة في المسجد خلف الرجال اذا كان ذلك مع الاحتفاظ بحشمتها والتزامها حجابها؟

الجواب: يستحب اشتراك المرأة في جماعة المسلمين في المسجد وقد جرت على ذلك سيرة المسلمات في عصر النبي الأكرم (صلى الله عليه وآله) ففي المروي في الصحيح عن أمير المؤمنين (عليه السلام) انه قال (كنّ النساء يصلين مع النبي (صلى الله عليه وآله) وكنّ يؤمرن ان لا يرفعن رؤسهن قبل الرجال لضيق الأزُر)، نعم ورد في بعض النصوص المعتبرة ان صلاة المرأة في بيتها افضل من صلاتها في المسجد، والذي استظهرناه بملاحظة مجموعة تلك النصوص هو ان الأفضل للمرأة ان تختار للصلاة المكان الذي تكون فيه ابعد عن مرأى و منظر الرجال الأجانب فان تهيأ لها مثل هذا المكان في المسجد فلا تفضل الصلاة في البيت على الصلاة في المسجد حينئذ، والله العالم

السؤال: هل صلاة النساء جماعة مع الرجال افضل او الصلاة في بيتها افضل حسب النص الوارد عنهم (عليهم السلام) المرأة مسجدها بيتها؟

الجواب: المستفاد من النصوص ان الأفضل للمرأة ان تصلي في المكان الذي يكون أكثر سترًا وتكون فيه ابعد عن نظر الرجال الأجانب وهذا يختلف باختلاف الموارد

السؤال: هل أن احتياطكم بعدم صحة صلاة كل من الرجل والمرأة إذا كانا محاذيين حال الصلاة أو كانت المرأة متقدمة على الرجل يجري في المسجد الحرام أيضاً؟

الجواب: لا يجري في مكة المكرمة عند الزحام فيجوز فيها التقدم والتأخر على الأظهر

السؤال: هل يجب علي المرأة حضور صلاة الجمعة؟ الجواب: لا يجب الحضور على المرأة ولا على المسافر - وإن

كانت وظيفته الإتمام - ولا على المريض، ولا على الأعمى، ولا على الشيخ الكبير، ولا على من كان بينه وبين الجمعة أكثر من فرسخين (1 كم تقريباً) ولا على من كان الحضور عليه حرجياً لمطر، أو برد شديد، أو نحوهما، فهؤلاء جميعاً لا يجب عليهم الحضور في صلاة الجمعة حتى في فرض وجوبها تعييناً الذي تقدم بيانه في المسألة السابقة.

السؤال: منهج الصالحين (مسألة ٢٢٤): تستحب الصلاة في المساجد للرجال والنساء، و ان كان الأفضل للمرأة ان تختار الصلاة في المكان الاستر حتى في بيتها

— ما هو الدليل علي استحباب صلاة المرأة في المسجد؟ وهل تختص هذه الأدلة بصلاتها الفردي أم تشمل الجماعة أيضاً؟

— ما هي الموارد التي ترجح او توجب خروج المرأة للصلاة في المسجد سواء كانت فرادي أم جماعة؟

— ما هي الموارد التي ترجح جلوس المرأة والصلاة في بيتها؟

— كيف يمكن تصور ان المسجد أكثر سترًا للمرأة من منزلها سيما وإنها ستختار المكان الأكثر سترًا لها بداخله؟

— ماذا لو تساوي المنزل مع المسجد من ناحية الستر؟
— ماذا لو كانت المرأة تخرج للمسجد سيراً علي الأقدام بسترتها الشرعي وبكامل حشمتها إلا إنها تمر في طريقها ببعض الرجال ويمر عليها بعض الرجال في الشارع بطبيعة الحال، فهل هذا السبب كاف لترجيح جلوسها في منزلها وعدم خروجها للصلاة في المسجد، اي هل ان صلاتها في المنزل افضل لها في هذه الحالة؟
— في حال رغبة المرأة في الصلاة في المسجد (فرادي او جماعة) بداعي القرية الي الله تعالي وكسب الثواب بالصلاة في بيت من بيوته وكان خروجها لا ينافي حق زوجها الجنسي وكان المسجد مستورا (اي لا يراها احد من الرجال فيه) فهل من حق زوجها منعها من الخروج للمسجد بحجة ان مسجد المرأة بيتها؟

الجواب:

— الأدلة العامة في الصلاة في المسجد وتشمل المنفرد ايضاً.
— لا شك ان الصلاة في المسجد أرجح ان لم يكن مرجح آخر يعارضه.

— اذا كان البيت استر لها او منعها الزوج او لجهات اخرى.

— اذا لم يكن في المسجد موضع مستور فالبيت افضل.

— يمكن ذلك.

— المسجد افضل.

— هذا لا يسبب أفضلية البيت.

— يحق له منعها.

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

الأحوال الشخصية.. ضمان لحقوق الزوجة!

تزدحم أروقة المحاكم بوجوه يطغي عليها ملامح الخيبة والبؤس، زوجات ينتظرن مستقبلاً مجهول مرتبط بحسم قضية طلاقهن بأمر قاضي الأحوال الشخصية، قد تكون الأسباب واهية وربما تكون أسباباً منطقية لفك عقد الرباط المقدس والرجوع خطوة إلى الوراء، ومهما كانت الذريعة يظل لقب (المطلقة) حملاً ثقيلاً في مجتمع يحكمه العرف ظاهراً... أما القانون فهو الحكم الفصل في أي قضية يتم عرضها عليه

منح القانون الزوجة الحق في السكن في دار الزوج لمدة ثلاث سنوات بعد حصول الفرقة ونص على عدم نفاذ التصرف في الدار الزوجية بحق الزوجة قبل ستة أشهر على وقوع الطلاق

للخيانة الزوجية او اذا حصل الزوج عن طريق الاكراه او تزوج الزوج بزوجة ثانيه دون موافقة المحكمة وكذلك للزوجة الحق في طلب التفريق في حال حصول خلاف مستحكم بينها وبين زوجها وكذلك اذا حكم على الزوج بعقوبة مقيدة للحرية او هجر الزوج زوجته دون عذر مشروع او وجدت زوجها غير قادر على القيام بالواجبات الزوجية او مصاب بالعقم او امتنع عن الانفاق على الزوجة وللزوجة الحق في طلب التفريق بعد ابرام عقد الزواج و قبل الدخول على ان تلتزم الزوجة برد ما قبضته من المهر.

حضانة اولادها و تربيتهم

في حال قيام الزوجة وبعد الفرقة اذا توفرت فيها شروط الحضانة شرط ان لا يتضرر المحضون وان شروط الحضانة العقل والبلوغ وان تكون الحاضنة قادره على تربية المحضون وصيانته لغاية بلوغ المحضون العاشرة من العمر وللزوجة الحاضنة طلب تمديد الحضانة اذا كانت مصلحة المحضون تتطلب ذلك ويلتزم الزوج بالإنفاق على المحضون وهو في حضانة الزوجة ويلتزم الزوج كذلك بدفع اجرة الحضانة للزوجة عند مطالبتها بذلك.

السكن

منح القانون الزوجة الحق في السكن في دار الزوج لمدة ثلاث سنوات بعد حصول الفرقة ونص على عدم نفاذ التصرف في الدار الزوجية بحق الزوجة قبل ستة اشهر على وقوع الطلاق و اعطى الزوجة حق تنفيذ قرار الزام الزوج بأسكان الزوجة في دار الزوجية في دائرة التنفيذ واخلاء الدار من الزوج. ما تم ذكره اعلاه هو جزء من الحقوق التي منحها القانون للزوجة الا ان مقابل هذه الحقوق وضع الشرع والقانون واجبات الزم الزوجة القيام وذلك كون عقد الزواج من العقود الشكلية الملزمة للجانبين.

ولأننا نسعى إلى نشر الوعي النوعي في مختلف جوانب الحياة الأسرية والمجتمعية سنبين في هذا الموضوع أهم الحقوق التي منحها قانون الاحوال الشخصية العراقي رقم 188 لسنة 1959 المعدل للزوجة:

حق الزوجة في النفقة

منح القانون للزوجة حق في النفقة على زوجها من حين العقد الصحيح ولو كانت مقيمه في بيت اهله واعتبر القانون هذه النفقة دينا في ذمة زوجها و تشمل الطعام و الكسوة والسكن ولوازمها واجرة الطبيب بالقدر المعروف وخدمة الزوجة ولا يسقط المقدار التراكم من هذه النفقة بالطلاق او بوفاء احد الزوجين ومنح القانون الحق للزوجة بعدم اطاعة الزوج في كل امر مخالف لأحكام الشريعة.. كما منح القانون الزوجة حق الامتناع عن الانتقال مع زوجها اذا لم يدفع لها معجل مهرها وكذلك اعطى القانون للزوجة الحق بعدم الموافقة على اسكانها مع ضررتها في دار واحدة ومنح القانون الزوجة عند الحكم لها بالنفقة ان تطلب زيادة هذه النفقة اذا توفر سبب لذلك .

مطالبة الزوج بالتعويض عن الطلاق

اذا كان الزوج متعسفا في طلاقه وان الزوجة اصابها ضرر من جراء ذلك وتحكم المحكمة بتعويض عادل للزوجة مع مراعاة درجة التعسف والحالة المادية للزوج على ان لا يتجاوز مقدار التعويض نفقة الزوجة لمدة سنتين.

طلب التفريق

اذا توفر احد الاسباب التي نص عليها القانون ومن هذه الاسباب هو الاضرار بالزوج او بأحد اولادها من قبل الزوج او ارتكاب الزوج

**اذا كان الزوج متعسفا في طلاقه وان
الزوجة اصابها ضرر من جراء ذلك وتحكم
المحكمة بتعويض عادل للزوجة مع
مراعاة درجة التعسف والحالة المادية
للزوج على ان لا يتجاوز مقدار التعويض
نفقة الزوجة لمدة سنتين**

الحقوقي ياسر الراضي

لطابعها العربي والأسلامي تتزايا .. وطبيعة خلابة حياة فطرية

تقع في شرق أفريقيا وهي عبارة عن اتحاد بين تنجانيقا وجزيرة زنجبار والتي تتميز بطابع معماري عربي وإسلامي في ضوء تاريخها باعتبارها كانت تابعة للإمبراطورية العمانية. تكونت من اتحاد تنجانيقا وزنجبار ، على أثر المذابح الدامية التي وقعت في زنجبار في العام 1384 هـ - 1964 م ، وتتنزيا اسم لمملكة قديمة قامت بهذه المنطقة .. وكانت تنجانيقا وزنجبار القسم الأكبر من سلطنة آل بوسعيد الإسلامية في شرقي أفريقيا.





تشتهر بالطبيعة الخلابة والحياة الفطرية الغنية؛ حيث تعيش الأفيال، والزراف، والأسود وحمر الوحش، وغيرها من الحيوانات طليقةً في محمية سرنجيتي الوطنية، وفي حظيرة سيلوس للحيوانات، وغيرها من المناطق التي يحظر الصيد بها. كما يوجد في شمال تنزانيا جبل كيليمنجارو، ذو الغطاء الجليدي، وهو يعتبر أعلى القمم الإفريقية

وتكالبت عليها الدول الاستعمارية في الربع الأخير من القرن الماضي ، فتأمرت بريطانيا وألمانيا وفرنسا على اقسام شرقي أفريقيا فيما بينهم ، فوقع كل من بريطانيا وألمانيا معاهدة في العام 1304 هـ - 1886 م لاقتسام المنطقة بينهما ، فأخذت ألمانيا تنجانيقا وظلت ألمانيا تسيطر على تنجانيقا حتى نهاية الحرب العالمية الأولى وعندما هزمت آلت تنجانيقا إلى بريطانيا ، وسعت للانتداب عليها من قبل عصبة الأمم المتحدة ، وظلت تخضع لبريطانيا حتى استقلت في العام 1961 م.

وهي أكبر بحيرات إفريقيا، ويقع جزءٌ منها في داخل شمالي تنزانيا.

قبليّة الطبع

لا تزال تنزانيا تحتفظ بالطابع القبلي وتعتمد حتى الآن على الزراعة والصيد وتربية الحيوانات ، وتضم مسطحا عظيما من البحيرات العذبة تزيد مساحته على 5300 كيلو متر مربع منها نصف بحيرة فيكتوريا ونصف بحيرة تنجانيقا وقسما من بحيرة ملاوي وعددا من البحيرات الصغيرة، وأنهار روفوما ونهر روفيجي، ووامي وبنجاني، كما تعد تنزانيا والي تقع في شرق القارة الأفريقية من أكبر دول القارة من حيث المساحة وتبلغ مساحتها 883749 كم مربعا. يعيش في تنزانيا 35 مليون نسمة، وبذلك فهي تعد من أقل الدول الأفريقية كثافة سكانية. وتنزانيا دولة إسلامية فالمسلمون يشكلون الأغلبية العظمى بنسبة 70% يتركزون في اقليم زنجبار.. ويسيطر عليها الطابع القبلي حيث يتكون سكانها من أكثر من مائة وعشرين قبيلة تنتمي إلى العناصر الزنجية والحامية. ومن أبرز القبائل الأفريقية باننتو الوسط والياو وماكونزي، ومألوا، وبين النياموزي والسوكوما.

موارد غنية

تنزانيا بلد كبير، في شرقي أفريقيا، يطل على المحيط الهندي.. يقع معظمها داخل أراضي القارة الإفريقية، كما يضم الجزر المجاورة.

العاصمة هي دار السلام، ولكن هناك مشروعاً لإعداد عاصمة جديدة، باسم دودوما، في وسط تنزانيا.. أما الاسم الرسمي للدولة، فهو جمهورية تنزانيا المتحدة.

يتكون السكان من الأفارقة وبقية منحدرة من أصل آسيوي، أو أوروبي. وتُعد من أفقر دول العالم، إذ يعيش 80% من سكانها في الريف، ويعتمدون على الزراعة من أجل العيش فقط، ولقد سعت الدولة لتطوير الصناعات، ومع ذلك ما زال الاقتصاد أساسه الإنتاج الزراعي، والسلع المستوردة.

تشتهر بالطبيعة الخلابة والحياة الفطرية الغنية؛ حيث تعيش الأفيال، والزراف، والأسود وحمر الوحش، وغيرها من الحيوانات طليقةً في محمية سرنجيتي الوطنية، وفي حظيرة سيلوس للحيوانات، وغيرها من المناطق التي يحظر الصيد بها. كما يوجد في شمال تنزانيا جبل كيليمنجارو، ذو الغطاء الجليدي، وهو يعتبر أعلى القمم الإفريقية، إذ يبلغ ارتفاعه 5,895م وهناك أيضاً بحيرة تنجانيقا، وهي أطول بحيرة عذبة في العالم، وتمتد لمسافة 680كم على حدود البلاد الغربية. وبحيرة فكتوريا، التي تغطي مساحة 69,485 كم².

قوارير



ترتبط الكاميرا الفوتوغرافية بعلاقة قوية ونادرة مع الشخص الذي يحملها ويقدر مسؤوليتها في التعبير والاجادة في التقاط اجمل واسمى الصور.. لذا وصفت بأميرة الفن بعد ان عبرت بصورة حقيقية وصادقة عن مستوى تفاعلها مع كل الاحداث والشخصيات والفعاليات ايضا. نتحدث في هذا العدد عن واحدة من المصورات المتألمات كتألق العدسة لديها.

حورية حامد ابراهيم.. تمتلك هواية التصوير منذ صغرها وطورت موهبتها وهي في عمر السادسة عشر. تشرفت بالعمل في العتبة الحسينية منذ العام .. في مركز الحوراء زينب عليها السلام.

حصلت على المرتبة الأولى في مسابقة (كن زائرا واعلاميا) التي اقامها قسم الاعلام في العتبة الحسينية في العام 2016. وعلى مراتب متقدمة عديدة في مسابقات الالكترونية اخرى حول التصوير.

كما انها تشارك بتصويرها في نقل صورة مشرقة عن مناطق كربلاء والتي تنشر عبر مواقع الكترونية رسمية.

حملت الكاميرا بصدق الاحساس حورية حامد ابراهيم.. حصدت مراكز متقدمة بأمتياز

مركز الحوراء زينب (ع) لرعاية الفتيات
حفل تتويج اليتيمات المكلفات



تعتبر اثار بورسيبا التي تحتضن مقام ولادة النبي ابراهيم عليه السلام وصرح النمرود من أجمل المواقع التاريخية والدينية في محافظة بابل التي تجذب الزائرين ويتبارى المصورين في تصوير اجمل اللقطات فيها. تقع هذه الاثار التي يطلق عليها اهالي الحلة كلمة بيرس في قرية الابراهيمية وهي قرية صغيرة بعيدة نوعا ما عن الطريق الرابط بين محافظة بابل ومدينة النجف الاشرف وهي بقعة جميلة جدا لغرايتها التي جاءت من وجود الربوة التي ينتصب عليها مقام نبي الله ابراهيم عليه السلام تقابلها على مسافة قريبة ربوة اخرى تمثل صرح النمرود ببرجه الخرافي الشكل الذي شق الى نصفين وتحيط بهذه التلال بساتين النخيل الجميلة.

اثار بورسيبا

مقام خليل الله ابراهيم وصرح النمرود

تصوير - حيدر الحيدري



خرج من هذه المغارة بعمر 40 سنة و سرعان ما اصطدم بالنمرود وبمعتقدات الناس في ذلك الزمان الذين كانوا يعبدون الأصنام محاولا الجهر بدعوته إلى وحدانية الله وتستمر الرواية عن حياة النبي حتى تصل إلى ما قرأناه في القرآن الكريم عن يوم الزينة الذي قام فيه بكسر الأصنام والتي كانت السبب في القرار الذي اتخذته النمرود بحرقه .

برداً وسلاماً

يقال أيضاً أن الاستعدادات لجمع الحطب وحرق إبراهيم استمرت لمدة ستة أشهر في مكان مازال شاهداً على هذه المحرقة والتحديد في المنطقة التي تسمى الآن (عوفي) وهي تبعد حوالي خمسة كيلو مترات عن صرح النمرود حيث لازالت آثار المحرقة موجودة هناك وهي لحد الآن لا تززع ولا تسكن ومازال (الرماد) يخرج من هذه الأرض مهما حفر فيها.

وعلى بعد حوالي كيلو متر من المقام يمكنك ان تشاهد موقع الصرح الذي بناه النمرود متحدياً قدرة الله عز وجل التي شقت البرج العالي الى نصفين والصخور الهائلة التي تملأ المكان فدار الظالم خراب كما يقال دائماً حيث تم قذف إبراهيم النبي من أعلى هذا الصرح بمنجنيق ليقع في المكان الذي اعد لحرقه وهذا يدل على براعة القدماء وإمكاناتهم الهائلة وعندما سقط النبي في النار وكما نعرف نزلت الآية (يا نار كوني برداً وسلاماً على إبراهيم) فتحولت النار إلى روضة من رياض الجنة.

تشكيلة الصرح

هذا البرج يحتوي بدوره على شبايك تبدو للناظر من الأسفل وكأنها صغيرة وهي لتهوية المكان ولحماية البرج من تأثيرات الرياح والذي انتصب بدوره على قاعدة مربعة الشكل بدت آثار التنقيب فيها واضحة حيث برز نوع المواد المستخدمة في بنائه وهي عبارة عن طبقات من الجير والحصران والطابوق وهي بذلك لا تختلف كثيراً عن صرح النمرود الذي يقع في مدينة الموصل من ناحية البناء هذا بالإضافة إلى ملحقات أخرى لصرح النمرود والتي لا يستبعد إن تكون منازل رجال البلاط والحاشية المطمورة.

هذا المكان يختصر قصة نبي الله ابراهيم عليه السلام مع النمرود كما وردت في القرآن الكريم حيث يمكنك ان تشاهد من بعيد مأذنة المقام الشريف الذي يعود بنائه الى زمن الدولة البويهية والربوة التي تضم غار النور الذي ولد فيه نبي الله بعيداً عن عيون النمرود وجلالوته بعد ان اشار عليه الكهنة ان نهايته ستكون على يد وليداً جديداً في ذلك الزمان فأوعز الطاغية الى جنوده بقتل كل طفل وشق بطون الامهات مما جعل ام ابراهيم تخفيه عن الناس فوضعت في مغارة تسمى بغار النور هي اليوم سرداب يقع تحت قبة المقام الشريف ولأجل ان تصل الى الغار عليك ان تنزل عدد من درجات السلم لتجد نفسك في غرفة صغيرة شبكها ذهبي مقدس في داخله صخرة تحتوي ثقوباً صغيرة يقال انها الصخرة التي ولد عليها نبي الله وقيل انها الصخرة التي اغلقت بها ام ابراهيم المغارة بعد ان وضعت ولدها كما تلاحظ في اعلاها شبك مستطيل غطي بقطعة قماش خضراء يسمى بطريق الملائكة.

آثار وقصص

تقول المعلومات التي توارثها سدنة هذا المقام ان الله تعالى شاء أن يرسل للوليد ملك صالح على هيئة امرأة تقوم بإرضاع الطفل والعناية به وعندما تخرج من طريق الملائكة تكون بهيئة غزال وسبب ذلك يعود إلى أن النمرود كان يملك غزلانا كثيرة لذا كان الغزال الملاك يضيع بين غزلان الملك وحتى لا يتسرب الشك إلى احد وأن الله قد انعم على النبي بفضله أن جعل نموه يختلف عن نمو باقي البشر فيومه كان بأسبوع وأسبوعه بشهر وشهره بسنة حتى



الانتيكات هواية الملوك التي تكرهها النساء

الانتيكة هي كلمة اجنبية وتعني الاشياء القديمة والتراثية وهي كلمة متداولة عالميا وهناك انواع مشهورة من الانتيكات كالفضيات الاوربية والنحاسيات والسيوف والخناجر والسبح والاجهزة الصوتية وغيرها ولهذه القطع الثمينة هواة وعشاق يلتقون يوم الجمعة من كل اسبوع في العاصمة بغداد وبالتحديد في منطقة الميدان حيث (خان المدلل) الذي هو بمثابة الشريان الابر الذي يغذي كافة محافظات العراق بالسلع والنوادر القديمة.

الاحاديث حول ما يستجد من معلومات او ما يحصلون عليه خلال الشهر من القطع النادرة وغالبا ما يبثون شكاوهم من مضايقة الزوجات لهم كما ان اقتناء هذه القطعة او تلك تسري كالعدوى بين الاصدقاء.

وهناك من هواة الانتيكات من يتخصص بجمع السبح الفاخرة مثل الكهرب وغيرها والبعض الاخر يعشق دلال القهوة العربية بأشكالها وانواعها كالدلة البغدادية والشامية والسعودية ومنهم من يختص باقتناء انواع الراديو الخشب (ابو اللمبات) وذلك يطمح بجمع النوادر من مسجلات التيب وغيره مهووس بجمع الاسطوانات وجهاز (الكرامافون) ببوقه الكبير اضافة الى الاخشاب القديمة

تسمى هواية اقتناء الانتيكات بهواية الملوك وهي كما يتفق المعنيين بهذه الهواية تحتاج الى مال قارون وصبر ايوب من اجل اقتناء قطعة معينة يدفع مقابلها الهاوي مبالغ خيالية الامر الذي يثير سخط الزوجات اللواتي لا يحبذن ايضا شراء ما عفا عليه الزمن من قطع الاثاث او الاجهزة الكهربائية وكثيرا ما تحصل الخلافات بين الزوجين حتى تصل الى قطيعة قد تصل الى سنوات طويلة او لا سامح الله الطلاق.

اقتناء النوادر

وكثيرا ما يلتقى محبي الانتيكات في بعض المقاهي لتبادل



الانتيكات ويستمتعون بشرائها يجدون في ذلك هواية جميلة وثقافة عالية، اذ يبحثون في احيان كثيرة عن تاريخها وصناعتها وكيفية المحافظة عليها .. وفي هذا التدقيق والاحتواء يكتسبون معرفة جيدة بكل النوادر منها لتكون حاضرة في اذهانهم .. وفي الواقع فأن سوق الانتيكات يرتادوه اناس لهم باع طويل في تحديد التشكيلات النادرة والتي لها ماض عريق وقصص يتباهى بها من يحصل عليها ليجعلها اثن شيء في معرضه البيتي .

حيدر الحيدري

مثل الدواليب القديمة والصناديق التي تسمى عندنا بالصندوق التي تصنع من افخر انواع الخشب مثل السيسم والزان.

البيوت متاحف

وبفتخر كل هاوي منهم باقتناء ما يحصل من خلال عرضها في منزلة لتكون حديث الساعة و تنال اعجاب كل من يزور بيته حتى تحولت بعض المنازل الى متاحف.

قد لا يكون الهاوي متفرغاً للأنتيكات التي يشتريها بمال قارون وتجلب له المشاكل الا انه يلجأ اليها في اوقات الفراغ للاستمتاع بها وفحصها لا اكثر.. واغلب الذين يفتنون

نطق الشهادتين في مؤتمر جاك كوستو.. شاهد الآيات المبهرة في البحار

حين أقيم مؤتمراً علمياً ضم أكثر من خمسة آلاف عالم في العلوم التطبيقية وفي علوم الأحياء وعلوم البحار نادوا على اسم عالم البحار جاك كوستو قام من بين الصفوف ومشى ببطء نحو المنصة والعيون كلها تنظر بالإعجاب والحب ، فهو أكبر عالم في شؤون البحار وهو صاحب الدراسات و الاكتشافات الرائدة في هذا الميدان الحيوي من العلوم.

والله هو الذي أنزل على محمد صلى الله عليه وسلم هذه الآيات وهذا القرآن العظيم . وإلا فمن أخبر محمداً صلى الله عليه وسلم بأن هناك حواجز وفواصل مائية بين البحار والمحيطات ؟ إنه الله .. إنه الله.

خيّم الصمت والسكون على الحضور جميعاً ، وهم في ذهول ودهشة مما يسمعون.

واصل (جاك كوستو) حديثه قائلاً :

الأمر الآخر الذي دعاني إلى الإسلام هذه الآية : ﴿ والطور * وكتاب مسطور * في رق منشور * والبيت المعمور * والسقف المرفوع * والبحر المسجور ﴾ الطور: 1 - 6 ، إنها آية عجيبة ورهيبة

البحر المسجور أي : البحر يشتعل نيراناً ، نعم إن كل المحيطات والبحار الكبرى تخرج من قيعانها النيران وقد صورنا هذه الظاهرة .

نعم صورناها في اعماق المحيطات ودرسناها .. ألم أقل لكم إن هذا القرآن من الله سبحانه وتعالى

ثم قام بعرض هذه الظواهر العلمية على الشاشة المتلفة وشرحها شرحاً مفصلاً وعميقاً.

لقد أسلم (جاك كوستو) عالم البحار الفرنسي الشهير.. وترجم كل الآيات المتعلقة بالبحار والكائنات الحية فيه .. من خلال مشاهدته وترسخ في اعماق روحه، ليكون بذلك انطلاقة ثابتة نحو الاسلام.

قوارير



لقد درست مضيق جبل طارق ومضيق باب المندب عند البحر الأحمر، حيث يفصل الأول جبل طارق ما بين البحر الأبيض المتوسط والمحيط الأطلسي ، ويفصل الثاني باب المندب ما بين البحر الأحمر وبحر العرب والمحيط الهندي

وعندما وقف على منصة الخطابة تتمم بكلمات لم يفهمها إلا العرب والمسلمون، أما الناطقون بغير العربية وهم أكثرية الجمع، فقد استغربوا من تمتته ولم يفهموا منها شيئاً ، إلا أنهم ضجوا وارتفعت أصواتهم حينما ترجم (كلماته) تلك باللغة الفرنسية، لقد أطلقها في فضاء هذه الأكاديمية العلمية الرصينة وأعلنها بكل قوة ووضوح (أشهد أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله).

الآيات الباهرة

أسلم جاك كوستو أشهر وأبرز عالم بحار في القرن العشرين متحدثاً عن سبب إسلامه امام الجمع الحاضرة في المؤتمر العلمي قائلاً :

لقد رأيت آيات الله الباهرة في هذه البحار التي درستها لسنوات طويلة من حياتي، ثم وجدت القرآن الكريم قد تحدث عنها وذكرها قبل 14 قرناً.

سأله الحاضرون : - مثل ماذا ؟

قال : هذه القضية التي رأيتها بنفسي، لقد درست مضيق جبل طارق ومضيق باب المندب عند البحر الأحمر، حيث يفصل الأول جبل طارق ما بين البحر الأبيض المتوسط والمحيط الأطلسي ، ويفصل الثاني باب المندب ما بين البحر الأحمر وبحر العرب والمحيط الهندي.

وكان من المفترض أن المحيط الكبير يطغى بمائه على البحر الأصغر منه ، كمثال الأواني المستطرقة، الأ أن هذا لم يحدث ولن يحدث أبداً ، لقد وجدت أن هناك بحراً ثالثاً يفصل بينهما، هذا البحر له خصائصه التي يتفرد بها عن البحرين، وهذا التفرد في كل شيء ، في الملوحة والكثافة وفي الأسماك وفي درجة الحرارة.

بل الأمواج والأسماك لا تدخل هذا الفاصل أبداً . وحدثت أحد البحارة الزملاء من أهل اليمن ، فقال لي : إن هذا الأمر الذي ذكرت موجود في القرآن الكريم وتلى علي هذه الآيات : ﴿ مرج البحرين يلتقيان * بينهما برزخ لا يبغيان ﴾ الرحمن : 19 - 20 وقوله تعالى : ﴿ أمن جعل الأرض قراراً وجعل خلالها أنهاراً وجعل لها رواسي وجعل بين البحرين حاجراً أله مع الله بل أكثرهم لا يعلمون ﴾ النمل : 61.

دهشة وذهول

إن هذه اللغات العلمية تدل دلالة واضحة وصادقة وقاطعة أن

وثق الاحداث والمبادرات كرار عباس.. الكاميرا لغة جاذبة للثقافات

لم يكن يعلم المصور الفوتوغرافي كزار عباس ان الكاميرا عصا سحرية تحقق احلامه وتستخرج طاقات الابداعية في مجال التصوير الا بعد انتفاضة تشرين الثاني عندما بدأ يوثق الاحداث والمبادرات التي تنظم هناك قائلاً:

جذب العدسة

مهما بلغت أهمية الكلمة، تبقى الصورة هي اللغة التي يفهمها الجميع مهما اختلفت الثقافات متخذاً من ساحة التحرير مصدراً لا فكاره الفوتوغرافية والذي من خلالها تعرفت على بعض فئات المجتمع ونسجت معهم ، مبينا اثبتت تلك الانتفاضة مدى ثقافة المجتمع العراقي

وتكامله في الازمات فعندما رأيت الطبيب يساند المنظف وقتها تيقنت اننا بلد خالي من المحسوبة وانه شعب لا يقهر مهما تعرض لأزمات وحروب.. وكل الفعاليات والتداعيات هناك تجذب العدسة الى التقاطها وتوثيقها.. فكل الانتفاضات التي مرت كانت العدسة حاضرة فيها لتلتقط لحظاتها ومداياتها الواسعة وتكون ارشيفا واسعا لها.

كرار كان يتمعن في نصب التحرير ويرفض ان يشوه احدا مظهره، فقد كان النصب بالنسبة له فسحة امل وقصة تاريخية تروي قصة نضال جواد سليم عندما جمع اكثر من رمز في نصبه وانه ذات رؤية بعيدة المدى فعلى غراء هذا الفنان صور عباس لوحة فوتوغرافية جمع بها المظاهر الثقافية الذي اقامها المتظاهرين في هذه الساحة في لوحة واطلق عليه "التحرير".

حب الوطن

وعن دور المرأة في تلك الانتفاضة وما بذلت من مجهود ثقافي وفني ودعم لوجستي كانت هي بطلة لوحاتي فقد وثقتها بين فتاة تهتف للحرية ومسنة تحظر الطعام وتخدم المتظاهرين اذ جعلت منها عنصر اساسي في لوحاتي يستمد منها المتظاهر الصبر والسلام الذي كثير ما كانت تنادي به فهي تداوي جروحنا من جهة وتدعو لحب الوطن من جهة اخرى.. فهي رمزاً صادقاً للمساندة ، اذ حققت وجودها الانساني والاخلاقي في اغلب الفعاليات .. وعادة اصور عائلات سعيدة وصور فرح، فهو يرى ان الثورة لم تكن بعيدة بل كان موجوداً رغم الوجع، والتعبير عن المطالب كان ممزوجاً بفرح لأنها بإجماع شعبي فالمرأة المسنة التي وثقها الطائي بعدما راها تخبز وتقدم القوت الى المتظاهرين فقد كانت بحسب كزار فرحة وترتدي ثياباً كأنها ذاهبة إلى عرس، وعندما تحدثت إليها أجابت السيدة بأنها مسرورة جداً "لنا جميعاً" وطلبت من كزار أن يصورها أكثر.

حلا الطائي





الرضا بين الزوجين.. غاية سامية



اساليب نافجة لتربية الصغار

Q W A R E E R

قوارير

ملف الطفولة



الرياضة..

تكتشف المهارات
وتعزز الفكر

لتجنب الامراض.. اساسيات وحقائق

يشتكى كثير من الأهالي من تكرار إصابة أطفالهم بالأمراض بسبب الذهاب إلى الحضانة او المدرسة، فكيف نحميهم من الأمراض المعدية في الاماكن المزدحمة؟

امتناع

لا يجب أن يرسل الأهل طفلهم إلى المدرسة إذا كان يشعر بالتوعك .. أو إذا ظهرت عليه أي أعراض مرضية؛ مثل: ارتفاع درجة الحرارة أو الإسهال أو القيء أو الخمول.

النظافة

من الأولويات والأساسيات لصحة الصغار، وينصح الأطباء المرضى بالوقاية من الأمراض باتّباع أسس النظافة.

التهوية الجيدة

قضاء الطفل غالب وقته في الحديقة أو الملعب أو حوض الرمال، بالشمس والهواء هي الطريقة السليمة في المحافظ عليه .. كما ان التهوية الجيدة والاضاءة الطبيعية من الامور المهمة لتجنب العديد من الامراض.

الطعام الصحي المغذي

تناول الخضراوات والفاكهة بعد غسلها وتقطيعها يجدر أن تكون من أول دروس الحياة العملية.. والامتناع عن تناول السكريات والمعلبات بأفراط وكل ما هو محفوظ بطريقة غير صحية .. كل ذلك يسبب له المتاعب في الصحة .



اساليب ناضجة لتربية الصغار

استخدام العنف ضد الاطفال من شأنه أن يوتر على شخصيته ويفقده ثقته بنفسه، ويجعله يسلك السلوك المخالف في حال غياب الرقابة، كما أن التساهل المطلق يخلق حالة اللامبالاة لديه، فلا يلتزم ولا يحترم، والطريقة الأمثل هي التوازن في التعامل معه باللين والحزم معاً، بعد أن يتم وضع التصرفات الخاطئة وغير المرغوب فيها في ذهنه وإفهامه بأسلوب مقنع عواقبها السيئة وخطأ مرتكبها.

وعلى الوالدين أن لا يتهاونوا في مراقبة تصرفات أطفالهم، وفي ذات الوقت أن لا يصدرُوا أوامرهم فوراً بصواب هذا الفعل أو خطئه، كما يعد الوالدان دائماً قدوة لهم منذ الصغر، ولسلوكلهم داخل البيت التأثير الأكبر على تربيتهم فهو يفعل ما يشاهده. لذلك يجب أن يحرص الأب والأم على إبقاء خلافاتهم بعيدة عن مسمع ومرأى صغارهم وأن لا تتجاوز عتبة غرفتهم الشخصية، والابتعاد عن كل ما يشعر الطفل بعدم الأمان والقلق كتبادل الإهانات أو العنف، لما في ذلك من تأثير سيئ على تربيتهم وسلوكهم.

احترام الطفل ومكافأته عند نجاحه يجب على الوالدين أن لا يذكروا مساوئهُ أو إهانته أمام أقرانه فذلك من شأنه أن يضعف ثقته بنفسه ويحرجه أمام الآخرين مما يجعل شخصيته عرضة للانطواء والضعف مستقبلاً، وترك أمر عقابه أو عتابه في البيت، بل على الوالدين مدحه أمام أقرانه بل ومكافأته أيضاً خاصة عند الالتزام بالصواب أو النجاح في دراسته فذلك يجعله يشعر بالفخر والأهمية.

فالصداقة بين الطفل ووالديه من الوسائل الهامة والتي تشعره بالأمان والقرب من الوالدين دون خوف بل بحرص على أن يتم توجيهه للفعل الصواب دون أن ينصرف إلى أخذ نصيحة الغرباء الذين قد يجيدون به عن طريق الصواب.



اناقة المولود الجديد

ترغب كل أم بأن يكون مولودها الحديث في كامل أناقته، فليس أجمل من ملابس المواليد وتجهيزاتهم..وعلى كل أم ان لا تنتردد في ان تكون كل مستلزمات طفلها القادم الى الحياة أنيقة وناعمة وأقمشة عالية الجودة..وفيها لمسات الجمال والراحة التي من الواجب توفرها في كل القطع التي تقتنيها.

FASHION



اختاري ملابس
سهلة الغلق والفتح
لسهولة التغيير

ملابس داخلية
قطنية ناعمة على
بشرة طفلك







لدورها في البناء التكويني للاطفال
الرياضة.. تكتشف المهارات وتعزز الفكر



على الرغم من أن الرياضة تقدم كثير من فوائد الصحة النفسية والجسدية، إلا أن أقلية فقط من الأطفال يشاركون بشكل جاد في النشاطات الرياضية الفعالة إذ لا تزال الأسئلة كبيرة حول أهمية التربية البدنية والرياضة في المدارس وهي تثير جدلاً كبيراً بين المعلمين والمنظرين وصانعي المناهج الدراسية على حد سواء.



ممارسة الرياضة لا يمكن حصرها بكلمات قليلة فهي مهمة جداً للحياة الصحية، واللياقة البدنية، ومن أجل هذا ولجعل طفلك يلعب الرياضة قد تحتاج إلى تشجيعهم للانخراط في الألعاب الرياضية التي يحبون من خلال الدعم والتشجيع وحضورهم لكل المباريات التي يلعبها

شعور الانتماء

تساعد الرياضة على تطوير المهارات الاجتماعية التي من شأنها أن تكون مفيدة حتى عندما يكبرون.. فهي تعلمهم العمل الجماعي والتعاون مع الآخرين وعن كيفية التفاعل مع أشخاص من مختلف الأعمار.. كما أن الانضمام إلى فريق رياضي يساعد في منح الأطفال شعور بالانتماء ويمنحهم فرصة لتكوين صداقات.. مع وجود المزيد من دوائر الصداقة، سيساعد ذلك في تحسين مهارات التواصل لديهم، مما سيساعد في حياتهم المهنية وعلاقاتهم المستقبلية.

تقبل الهزيمة

معظم الأشياء التي تقوم بها في الحياة، سيكون هناك فائز وخاسر.. من خلال الرياضة يمكن لطفلك أن يتعلم الروح الرياضية.. وكيفية قبول الخسائر والتغلب عليها بدلاً من الشعور بالهزيمة بالكامل.. وأن يفهم أنه في بعض الأحيان يكون على ما يرام إذا خسر.. الجزء المهم هو الحصول على فرصة ثانية والمحاولة مرة أخرى.. ولا يوجد أي ضرر في التنافس، لكن إذا خسرت يجب أن تظهر روحاً رياضية جيدة وتقبل الهزيمة. لا أحد يحب أن يكون خاسر فالخسارة مؤلمة رغم هذا علينا ان نتقبلها بروح رياضية من خلال التدريب والتحضير للمنافسة المقبلة.

العمل الجماعي

هو مهارة ضرورية للتعلم من سن مبكرة.. لا يمكن أن ينجح الفريق ما لم يعملوا معاً، إذ ان الرياضة تمنح درساً مهماً للاطفال لتعلم كيفية العمل في فريق.. يجب على الجميع أن يجتمعوا لتحقيق الهدف من خلال العمل معاً، سوف يتعلمون نقاط القوة والضعف لدى بعضهم البعض وسيكونون أكثر قدرة على تحديد ووضع أفضل خطة للفريق.. هذا بلا شك سوف يساعد في حياتهم المستقبلية ومهنتهم كذلك.

الفوائد التي يجنيها من جراء ممارسته الرياضة لا يمكن حصرها بكلمات قليلة فهي مهمة جداً للحياة الصحية، واللياقة البدنية، ومن أجل هذا ولجعل طفلك يلعب الرياضة قد يحتاج إلى تشجيعه للانخراط في الألعاب الرياضية والدعم والتشجيع وحضورهم لكل المباريات التي يلعبها، فهذا من شأنه ان يدعم جهوده ويساعده في التفوق رياضياً وفكرياً.

الرياضة سواء أكانت جماعية أم فردية نشاطاً رائعاً للأطفال فهي تساعد على بناء الثقة بالنفس، ويمكن أن تحفزهم على التفوق الدراسي وتساعد في بناء المهارات الاجتماعية. كما ان فوائد النشاط البدني هي الأكثر وضوحاً فهي تجعلهم يقضون وقتاً طويلاً بعيداً عن مشاهدة التلفزيون أو لعب ألعاب الفيديو.. فالممارسات والألعاب الرياضية توفر فرصة للتمرينات التي يمكن أن تساعد في الحفاظ على صحتهم ونشاطهم العضلي والفكري.

مهارات اجتماعية

يمكن أن تساعد المشاركة الرياضية الأطفال على تطوير مهاراتهم الاجتماعية التي ستفيدهم طوال حياتهم.. اذ يتعلمون التفاعل مع الآخرين في سنهم، ومع الأفراد الأكبر سنًا كمدربيهم ومسؤولي الرياضة ومهارات القيادة، وبناء الفريق والاتصال التي ستساعد في المدرسة وحياتهم المهنية المستقبلية وعلاقاتهم الشخصية.

هناك كثير من الفوائد من وراء ممارستها، مثل التمتع بحياة أكثر صحة، واكتساب المزيد من المهارات وتحسين اللياقة الصحية والبدنية، وكذلك مساعدة الأطفال على المشاركة في الأنشطة اللامنهجية في الهواء الطلق، يساعدهم على استكشاف وتطوير المهارات التي تعتبر مفيدة طوال حياتهم. فمن خلالها يتعرضوا لمختلف الفوائد العقلية والاجتماعية والعاطفية والجسدية والتعليمية وتطوير احترام الذات.. فقد اقترحت الدراسات في هذا المجال أن المشاركة في أي رياضة يمكن أن تساعد في تنمية احترام طفلك لذاته وثقته بنفسه، فضلاً عن ان كلمات الثناء أو التشجيع من المدرب أو اللاعبين تساعد على بناء احترام الذات، واكتساب الثقة بقدراتهم ودفع أنفسهم في مساعيهم ومع ذلك هناك شيء واحد يجب أن نتذكره وهو أن احترامهم لذاتهم لا ينبغي تمييزه على أساس الفوز أو الخسارة.. يجب أن يكون النقد البناء جزءاً رئيسياً في مساعدة الأطفال على التعلم حول قبول نقاط الضعف لديهم والعمل على تحسين أنفسهم.. والمواظبة على ان نسأل أطفالنا دائماً عما إذا كانوا يستمتعون بممارستهم للرياضة أم لا، بدلاً من التركيز على فوزهم او خساراتهم اثناء المباريات.

تساعد المشاركة الرياضية الأطفال على تطوير مهاراتهم الاجتماعية التي ستفيدهم طوال حياتهم.. اذ يتعلمون التفاعل مع الآخرين في سنهم، ومع الأفراد الأكبر سنًا كمدربيهم ومسؤولي الرياضة ومهارات القيادة، وبناء الفريق والاتصال التي ستساعد في المدرسة وحياتهم

لؤي أمين



لخو الحياة من المشاكل الرضا بين الزوجين..

غاية سامية

لا بد من سعي كل من الزوجين لبلوغ الرضا في حياتهم الزوجية، فإنه يولد الطمأنينة والسكينة القلبية، ويجلب السعادة الحقيقية في الحياة، ويشعر المرء بحسن اختياره له، فحينئذٍ تخلو الحياة من المشاكل الصعبة التي لا حل لها، والرضا يملأ قلب الزوجين سلامةً من الغل والأحقاد تجاه بعضهما البعض، وقد يأتي بإخلاص كل منهما للأخر في البحث عن سعادته ورضاه، ويوصل بالمرء إلى الإحساس بفضل الله تعالى عليه لتوفيقه إلى هذا الاختيار، فيكون ثمرة ذلك شكر الله تعالى وحمده على نعمه، ولا يتحقق إلا إذا سعى كل واحد من الأزواج إلى تطوير نفسه وتفاعله مع شريكه رغبةً في الوصول إلى هذه الغاية العظيمة إرضاء الله في الزوج تصل المرأة إلى رضا الله تعالى في زوجها إذا أدت جميع ما عليها من حقوق تجاهه، فإنها إن كانت كذلك دخلت في الحديث الشريف: (ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة؟ الودود، الولود، العؤود على زوجها التي إذا آذت أو أوذيت، جاءت حتى تأخذ بيد زوجها ثم تقول: (والله لا أذوق غمضاً حتى ترضى)

فالعؤود: هي التي تعود على زوجها بالنفع، ومن الحقوق التي يجب على المرأة تأديتها تجاه زوجها الطاعة.

المكونات:

ثلاث أرباع الكوب من السميد.
ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة.
نصف كوب من الماء الساخن.
أربع ملاعق كبيرة من الزبدة.
كوب من حليب جوز الهند.
علبة حليب مكثف محلى.
سكر بودرة.

طريقة التحضير:

نضع الحليب المكثف المحلى في وعاء ونضيف الماء الساخن ونحرّكه جيداً حتى يتجانس ونتركه جانباً.
نضع الزبدة في قدر على النار حتى تذوب ثم نضيف السميد وحليب جوز الهند.
نقلب السميد لمدة أربع دقائق حتى يتحول لونه إلى البني الفاتح ثم نرفعه عن النار.
نضيف الحليب المكثف الذي حضرناه سابقاً إلى السميد مع التقليل المستمر حتى يتجانسوا ثم نضعهم على النار.
نضيف القرفة ونحرّكه جيداً حتى يصل لدرجة الغليان ثم نخفف النار ونتركه لمدة دقيقة.
نرفع الخليط عن النار ونغطيه لمدة عشر دقائق. ندهن صينية مربعة بكمية من الزبدة الذائبة. نسكب الخليط في الصينية ونتركه لمدة عشر دقائق. نقطع الحلوى إلى مربعات ونرشها بالسكر البودرة والقرفة والمكسرات ثم نقدمها.



الضمير المهني

تحدث أحدهم في إحدى الجلسات الثقافية عن الضمير الإنساني، وعلى ما يبدو إن هذا الشخص له قراءات في الفلسفة وعلم النفس؛ لأنه ذكر إن قوى الشر والخير تتصارع فيما بينها داخل كل نفس بشرية لتوليد الطاقة الكافية لتسيير الإنسان باتجاه معين.. وفي سياق حديثه سرحت قليلاً عن أهمية الحوار مع الضمير بشكل يومي؛ وربما لحظة بلحظة وجعله مستشاراً أميناً على نوايانا وسلوكنا ومسعانا.. وفي هذا الجانب يمكن اجتراء الفكرة لنتناول موضوعة الضمير المهني؛ كونه يحدد سلوكنا على وجه التمييز كوننا بشر، وكمسؤولون عن حماية شرف المهنة بشكل عام.

فالحياة اليوم تسير وفق منافسة شرسة تأخذ شكل الصراع الدائم من أجل المصالح الشخصية والاستزادة من الأرباح المادية والمناصب... الخ والغريب إن تحيد بعض المهن التي تحمل طابعاً إنسانياً عن ضميرها المهني، فمهنه الطب ووظيفتها الهادفة لإنقاذ ارواح الناس كيف تستثمر أوجاعهم وتستنزف إمكانياتهم المادية من دون حاجة حقيقية لصرف بعض الأدوية مثلاً أو إجراء فحوصات دقيقة ومكلفة مع إمكانية التحقق من العلة بأبسط الوسائل المخبرية؟ ومهنه الهندسة والمقاوله التي تستلزم منتهى الحرص في تشييد المباني والجسور كيف تزايد وتراهن على أمن وسلامة الناس إذا ما تعاملت مع العمل بلا مبالاة وبغياب الرقابة الداخلية؟

ومهنه التربية والتعليم التي هي أساس المهن وأيقونتها لأنها المسؤولة عن تربية الأشخاص لإدراك ضرورة التعامل بضمير وتمييز الخطأ من الصواب، كيف تنأى عن دورها الرسالي العظيم الذي يقترب من مكانة النبوة؟ وأخيراً وبغض النظر عن بقية المهن كلها وعن النسب المتفاوتة في تمسكها بالمبدأ أو الانحراف عنه إذ إنها تشترك من دون استثناء بأهمية تفعيل المسؤولية الذاتية والحفاظ على قداسة المهنة نورد مهنة الإعلام و(الكتابة) تحديداً فأمانة الكلمة لا يمكن الاتجار بها لدواعي المنفعة الشخصية والمؤسساتية على حساب تغييب عقول الناس أو تزييف الحقائق أو إيهام المتلقي بصرف نظره عن الحقيقة المغلفة بالباطل.

إيمانز كاظم

مهنة التربية والتعليم التي هي أساس المهن وأيقونتها لأنها المسؤولة عن تربية الأشخاص لإدراك ضرورة التعامل بضمير وتمييز الخطأ من الصواب، كيف تنأى عن دورها الرسالي العظيم الذي يقترب من مكانة النبوة؟





المفكرة الحسينية مبادئها سرها

2020

احصل على نسختك
من المفكرة الحسينية

تحوي مسابقة خصصت لها عشرون جائزة مالية

منافذ البيع:

- قسم الاعلام في الصحن الحسيني الشريف
- شعبة الطبع والتوزيع في شارع الشهداء
- مركز البيع المباشر في منطقة بين الحرمين - جهة باب قاضي الحاجات

