صحيفة أسبوعية اجتماعية مستقلة تصدر من حلب صباح كل يوم سبت
السنة الثالثة

حبر

مداد قلم وبندقية

تاريخ 13 ربيع الآخر 1437هـ / 23 كانون الثاني 2016 م

العدد 114

أهمية الخوذة العسكرية 5
أطفالنا مستقبلنا فلنعاملهم برفق 6

معتقلي الثورة .. لسنا أحراراً ما داموا في السجون

www.hibrpress.com
(hibrpress)

BONYAN ORGANIZATION
www.bonyan-ngo.org

إيران تحتفل بعد كسر الحصار والثورة السورية على مفترق طريق جديد

رئيس التحرير

من يتابع وسائل الإعلام السعودية والإيرانية في هذه الأيام يجد أنَّ كلا الدولتين ترقصان على أنغام الأناشيد الوطنية فرحًا بتحقيق الانتصارات الكبيرة ودخول مرحلة مزدهرة جديدة، إيران تحتفل بفكِّ الحصار عنها ورفع العقوبات السياسية والاقتصادية وإعادة مليارات الدولارات التي كانت مجمّدة إلى الخزينة وارتفاع الأسهم في البورصة الإيرانية وارتفاع قيمة العملة بعد حوالي عشر سنوات من العزلة المفروضة، أمَّا السعودية التي انخفضت أسهمها إلى أدنى معدلاتها منذ خمس سنوات وانخفض برميل النفط الذي تصدّره إلى ٢٥ دولار تقريبًا، فقد كانت تحتفل بمرور سنة واحدة على تولي الملك سلمان بن عبد العزيز الحكم ومبايعته من قبل السعوديين (على المنشط والمكره وعلى الأثرة عليهم)!

استطاعت السياسة الإيرانية بحنكتها وخبثها أنْ تعودَ إلى الساحة الدولية أقوى ممَّا كانت عليه، لتلعب دورها بكلِّ أريحيّة، وربَّما يكون النجاح الاقتصادي الذي حققته هو الأبرز، كونه الأساس الذي ستقف عليه في مشاريعها القادمة، فالنفط الإيراني سيدخل السوق من جديد ليضخ كامل الحصة المخصصة له من منظمة الأوبك، فيزيدَ من تهاوي أسعار النفط الخليجي الذي صار يشبّه بالماء، وكذلك ستضخ صادرات الصناعة الإيرانية في الأسواق بأسعار منافسة. ويبدو أنَّ النتائج ظهرت مبكرًا جدًا، فقد وجّهت إيران إلى كلٍّ من الولايات المتحدة الأمريكية والمملكة السعودية (رسالة القوة في ميزان السياسة)، فتعاطت مع السعودية على خلفيّة التوترات والتصعيد من طرف الرياض ببرودة أعصاب، وقد أدان المرشد الأعلى خامنئي الهجوم على السفارة السعودية ووصفه بأنه ضد إيران وضد الإسلام. الرسالة الثانية وجهت إلى الولايات المتحدة الأمريكية من خلال قيام زوارق تابعة للحرس الثوري الإيراني باحتجاز زورقين تابعيين للبحرية الأمريكية قرب جزيرة فارسي شمال الخليج العربي، وقد تمَّ التحقيق معهم وإطلاق سراحهم، وقد أظهرت صورّ البحارةَ الأمريكيين مجرّدين من أسلحتهم، واضعين أيديهم خلف رؤوسهم. لا نريد من هذه الكلمات تهويل الانتصار الإيراني الذي ما كنَّا نرجو أن تصل إليه إيران في يوم من الأيام، فهي العدو الأبرز لثورة الشام، ولكن ما يهمّنا هو الوقوف على انعكاسات هذه التطورات الخطيرة على الثورة السورية، سواء إن كانت الانتصارات حقيقية أم مجرد تمثيليات وهمية كما يحب أن يصفها البعض.

فإيران التي أبهرت الشياطين وهي في سنوات قحطها وعجافها واستطاعت أن تصمد وتمدَّ حلفاءها بالمال والسلاح في كلٍّ من لبنان وسورية والبحرين واليمن لا بدَّ أنها ستبهر إبليس اللعين وهي في سنوات رزقها وانفتاحها على العالم إن لم تكن هناك قوة حقيقية تقف في وجهها، وسينعكس ذلك شئنا أم أبينا على عدد من الدول العربية في مقدمتها السعودية وسورية (المحررة). فالدعم الإيراني لحزب الله في لبنان وسورية وللشيعة المقاتلين فوق كل أرض، خاصةً في سورية واليمن سيزداد، ممَّا يعني تغيرات جديدة على الساحة العسكرية ومجازر جديدة بحق المسلمين. وإن سألت عن الموقف الأمريكي فهو نفسه لم يتغير، يقف أوباما في المنطقة الوسط بين الحليف القديم (الرياض) والصديق الجديد (طهران)، وتزداد قناعته بتوجيه السلاح نحو الجهاديين في سورية بتعاون جميع الأطراف.

ترى هل هذه مقدمات لحلول سياسية ستُفرض على الثورة السورية فرضًا؟ يتساءل مواطن سوري وهو يشاهد وسائل الإعلام ويعبرُ خزان المياه الفارغ منذ أسبوع!

فريق العمل

المدير العام : أحمد العبسي
رئيس التحرير : محمد زايد
المدير الإداري : ظافر العمر
مدير التحرير : أحمد جهاد
مكتب فرعي : غسان الجمعة

المحررون :
عمـــر عـــرب
محمد ضياء أرمنازي
مدير التوزيع : غسان دنو
التدقيق اللغوي : علي سندة

المراسلات باسم المدير العام
hibrpress@bonyan-ngo.org

الإخراج الفني
Pixel 4 design

جميع المقالات تعبّر عن رأي أصحابها
ولا تعبّر بالضرورة عن رأي الصحيفة

لماذا الخوف

مصطفى السيد

الخوف عامل إيجابي في حياة الإنسان إذا لم يسئ الإنسان أو يفرط في ممارسته، فهو حالة طبيعية وفطرية ولا يعتبر عيبًا أو نقصًا، فعدم الخوف بالمطلق هو الجنون وعدم الوعي، لأنَّه العامل الرئيس في دفع الإنسان لحماية نفسه وصيانة حقوقه وتجنيب نفسه الانزلاق في المهالك.

ولكن هناك شريحة ليست بقليلة في مجتمعاتنا تستخدم الخوف استخداماً مفرطاً بشكل شعوري ولاشعوري، وذلك بالخوف من المستقبل والتعب والألم والسلطة والموت، ليصل فيها هذا الإنسان إلى مستوى الحالة المرضية التي تجعل من الخوف فيه عقدة نفسية تمنعه من التحرك والانطلاق والمبادرة والتغير، وينعكس ذلك على أرض الواقع خمولا وروتينا وجمودا ثمَّ ركودا وتخلفا.

ومفاهيم شريعتنا الغراء وتعاليم ديننا الحنيف تدعو الإنسان وتحفزه إلى تجاوز عقبة الخوف والارتقاء بالنفس إلى مستوى الشجاعة الحكيمة والإقدام المسؤول، قال الله تعالى: ((الذين يبلغون رسالات الله ويخشونه ولا يخشون أحدا إلا الله وكفى بالله حسيبا))

وقد ابتلى الله من قبلنا الأنبياء والصالحين بالخوف، ولكنَّهم قمعوه بذواتهم ولم يسمحوا له أن يتعدى كونه حالة نفسية فقط دون ترجمته إلى واقع يظلمون أنفسهم به، ولنا بنبي الله موسى خير مثال عندما واجه طاغية زمانه فرعون، فقد تحرَّك هاجس الخوف في نفس نبي الله من قوة سحرة فرعون، ولكنَّه تمسك بموقفه ومهمَّته موقنا بنصر ربه، وقد أنزل الله قوله: ((لا تخف إنك أنت الأعلى))

فالإيمان بالله والثقة بالنفس والتصميم على مواجهة الخطر والتخلص من قلق التوقع والاحتمالات أو الانتظار هو أول خطى النجاح وتحقيق الذات وبالنتيجة تلاشي الخوف، فالإرادة الصلبة والتفكير الإيجابي هي مقتل الخوف، ويجب على الإنسان المؤمن أن يقي قلبه هذا المرض لأنَّه سيجد نفسه بعد فترة إنسانا انعزاليا لا دور له أو طموح، وتنمو في ذاته مشاعر المصلحية والأنا وتخبو في نفسه روح التقدم والطموح، وللتنبيه فإنَّ هناك من يهربُ من جحر الخوف ليوقع نفسه في فخ الصبر والزهد وانتظار الفرج، هذه القيم السامية التي شُوهت معانيها من ضعاف النفوس ووظفت لتبرير الفشل والكسل واستهواء الخنوع والرضى بالذل، في حين إنَّ الصبر يجب أن يواكبه السعي والعمل، وأمَّا الزهد وانتظار الفرج فيوازيهما الدفاع عن الحق ومواجهة الظلم، وهذا ما يُمنِّي الرماديون به أنفسهم في مناطق الخنوع التي يسيطر عليها الاستبداد في شامنا، يغذونه بخوفهم ليتلقاها قوة في إجرامه وقمعه.

أستطيع الآن أن أقول: إنَّ غاية ما تصل إليه الأخطار وأقصى ما تحمله هو إنهاء حياة الإنسان، وعند المؤمن لا يعتبر هذا الخطر مهمًّا أو عظيما لوجود علاقة عكسية بين أخطار الدنيا وأخطار الآخرة، فكلما قوي الاهتمام بأحد

هل تذوقت هذه النعمة؟!

محمد عادل فارس

ماذا تحسّ تجاه إخوانك وأصحابك ومعارفك، وتجاه إخوتك في الدين في كلِّ أنحاء المعمورة؟! إنَّ فيهم العالم والجاهل، والتقيّ والمقتصد، والغني والفقير، ومن ترضى طريقته وفهمه ومذهبه واتجاهه... ومن تخالفه في شيء من ذلك أو أشياء...

هل يغلب على إحساسك تجاه هؤلاء جميعاً شعور الأخوة في الله، والحب في الله، أم تقف الحوائلُ دون ذلك، حوائلُ الحسد والخصومة والتنافس وإعجاب كل ذي رأيٍ برأيه، فتراك تُحرَم من نعمة الإخاء في الله والحب فيه؟!.

إنَّ أعظم نعمة أنعمها الله عليك هي هذا الإيمان الذي يعمر قلبك، وهذه المعاني المتفرعةُ عن الإيمان، فإذا تذوّقتَ هذه المعاني فأنت في بحبوحة الإيمان، وأنت أهلٌ للفوز برضوان الله تعالى وجنته.

لقد قرّر القرآن رابطة الأخوّة بين المؤمنين:

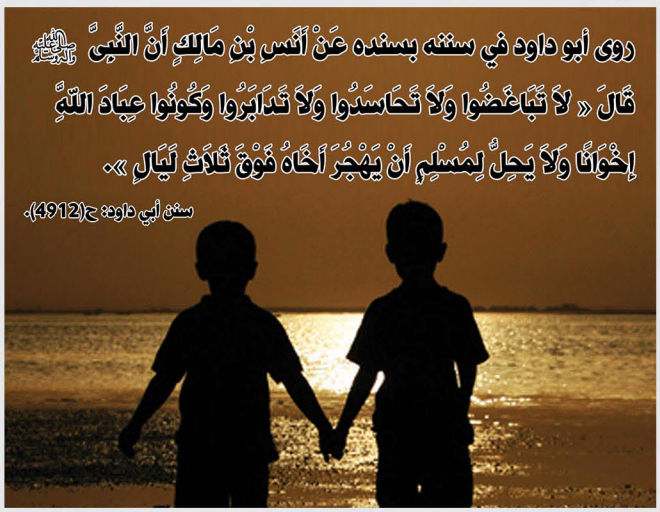
﴿إنَّما المؤمنون إخوة﴾ سورة الحجرات: ١٠.

وقرّر أنَّ تأليف قلوب المؤمنين ليجعلهم إخواناً، هي نعمة من نعم الله:

﴿واذكروا نعمة الله عليكم إذ كنتم أعداءً فألف بين قلوبكم، فأصبحتم بنعمته إخواناً﴾ سورة آل عمران: ١٠٣.

وجاءت الآيات القرآنية والأحاديث النبوية لتدعو إلى ما يعمّق الأخوّة والمحبّة بين المؤمنين، وتأمر بذلك أمراً مشدّداً، وتنهى عن كل ما يعكّر صفو القلوب، ويوجد الشحناء والبغضاء والقطيعة بينهم.

يتبع في الصفحة التالية



فالتراحم، والتعاون على البرِّ والتقوى، والتناصح، والتواضع ولين الجانب، وإصلاح ذات البين، والإيثار، والتزاور والتهادي، وإفشاء السلام، والتناصر، وحسن الظن... كل هذا من دواعي الحبِّ في الله، ومن مؤكداته ومعزِّزاته، وهي ممَّا أمر به الدين.

وسوء الظن، والغيبة، والنميمة، والسباب، والقتال، والحسد، والتجسس، والغش والظلم والخذلان والبغضاء... من الأمور التي تتنافى مع الأخوة، وتهدم الحبَّ في الله، وتفرّق القلوب، وتبعد عن الله.

نقرأ في كتاب الله تعالى:

(هو الذي أيّدك بنصره وبالمؤمنين، وألّف بين قلوبهم. لو أنفقت ما في الارض جميعاً ما ألَّفتَ بين قلوبهم، ولكن الله ألّف بينهم. إنه عزيز حكيم). سورة الأنفال: 62 و63.

(والذين تبوَّؤا الدار والإيمان من قبلهم يحبّون من هاجر إليهم، ولا يجدون في صدورهم حاجة مما أوتوا. ويؤثرون على أنفسهم ولو كان بهم خصاصة). سورة الحشر: 9.

(محمد رسول الله والذين معه أشداءُ على الكفار رحماءُ بينهم) سورة الفتح: 29.

(ولا تكونوا كالذين تفرقوا واختلفوا من بعد ما جاءهم البينات. وأولئك لهم عذاب عظيم). سورة آل عمران: 105.

(يأيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيراً من الظن. إن بعض الظن إثم. ولا تجسسوا، ولا يغتب بعضكم بعضاً) سورة الحجرات: 12.

نقرأ هذا فندرك مِنّة الله علينا بتأليف قلوبنا، ونلحظ روح الرحمة والإيثار، بين أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم من المهاجرين والأنصار، ونسمع التحذير من التفرق والاختلاف وكلِّ ما يجرح الأخوة أو يعكّر صفو القلوب، من سوء ظنٍّ وتجسسٍ وغيبةٍ...

ونقرأ في أحاديث النبي صلى الله عليه وسلم:

1 -"إنَّ الله تعالى يقول يوم القيامة: أين المتحابُّون بجلالي؟ اليوم أُظِلّهم في ظلي يوم لا ظل إلا ظلّي" حديث قدسي رواه مسلم.

2 -"والذي نفسي بيده لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابُّوا. أولا أدلّكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟! أفشوا السلام بينكم" رواه مسلم.

3 -"قال الله تعالى: وجبت محبتي للمتحابين فيّ، والمتجالسين فيَّ، والمتزاورين فيّ، والمتباذلين فيّ" حديث قدسي صحيح، رواه مالك.

4 -"لا يؤمن أحدكم حتى يحبَّ لأخيه ما يحبُّ لنفسه" رواه أحمد والبخاري ومسلم.

5 -"إنَّ الله أوحى إليّ أن تواضعوا حتى لا يفخَرَ أحد على أحد، ولا يبغي أحد على أحد" رواه مسلم.

6 -"إياكم والظنَّ، فإنَّ الظنَّ أكذبُ الحديث، ولا تحسَّسُوا، ولا تجسَّسُوا، ولا تنافسوا، ولا تحاسدوا، ولا تباغضوا، ولا تدابروا، وكونوا عباد الله إخواناً كما أمركم. المسلم أخو المسلم: لا يظلمه، ولا يخذُله ولا يحقِرُه. التقوى ههنا، التقوى ههنا (ويشير إلى صدره). بحسْب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم. كل المسلم على المسلم حرام: دمه وعرضه ومالُه" رواه مسلم.

7 -"سباب المسلم فسوق، وقتالُه كفر" رواه مسلم.

هذا فضلاً عن أحاديث نبوية كثيرة في برِّ الوالدين وصلة الرحم، وتقديم الهدية، وإكرام الجار والضيف، وعيادة المريض، وإعانة ذي الحاجة والملهوف، وإدخال السرور على قلب المسلم، وكشف الكربة عنه وقضاء الدين عنه، وحسن الخلق مع الناس والرفق بهم والحِلْم عليهم، والعفو عنهم، وبذْل الكلمة الطيبة.

****

وإذا كان تأكيد الأخوة في الله، والحبِّ فيه، بهذا الوضوح في كتاب الله تعالى وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم، فما مكانة الأواصر الأخرى، كآصرة العشيرة والبلد والمهنة...؟ الصحيح أنَّ لكل آصرة مكانتها التي لا ترقى أن تكون بديلاً عن آصرة الأخوة في الله، ولا أن تكون منافسة لها. فللمسلم أن يحب قرابته المسلمين ويواسيهم ويرفق بهم... أكثر ممَّا يفعله مع سائر المسلمين، لكنَّه لا يمكن أن يمنح مودّته للكافر مهما اشتدت قرابته منه، وقد قال تعالى: (لا تجدُ قوماً يؤمنون بالله واليوم الآخر يوادُّون من حادّ الله ورسوله ولو كانوا آباءهم أو أبناءهم أو إخوانهم أو عشيرتهم). سورة المجادلة: 22.

بل إنَّ آية كريمة توعَّدَتْ أشدَّ الوعيد من قدَّم أحداً، أو قدّم شيئاً، على حبِّ الله ورسوله وجهاد في سبيله:

(قل: إن كان آباؤكم وأبناؤكم وإخوانكم وأزواجكم وأموال اقترفتموها وتجارة تخشون كسادها ومساكن ترضونها أحبَّ إليكم من الله ورسوله وجهادٍ في سبيله فتربصوا حتى يأتي الله بأمره. والله لا يهدي القوم الفاسقين) سورة التوبة: 24.

فمن وجد قلبه مملوءاً بحب الله تعالى، وحبِّ رسوله صلى الله عليه وسلم، وحبِّ دينه، وحبِّ إخوانه المؤمنين، فليحمد الله تعالى، وليستمسك بذلك. ومن وجد نضوباً لهذا الحبِّ في قلبه، أو وجد نفسه يقدّم شيئاً على حبِّ الله وأوليائه... فليراجع نفسه، وليسأل الله أن يهديه سواء السبيل.

الخوذة العسكرية وأهميتها في المعركة؟

تقرير محمد ضياء أرمنازي

لم أقتنع بأهمية الخوذة العسكرية إلا بعد أن قال لنا الضابط المسؤول في الدورة: (منبطحاً الجميع منبطحاً) وذلك بعد انفلات القنبلة اليدوية من يد أحد المتدربين على الرمي، وبعد أن انبطحنا على الأرض انفجرت القنبلة فلم أسمع إلا صوت الشظايا وهي تطرق جميع الخوذ على رؤوسنا فلم يصب أي أحد بأذى، وحينها تخيلت لو أنَّ الجميع لم يكونوا واضعين الخوذ، فكيف ستكون النتيجة؟! طبعاً ستكون هناك إصابات قاتلة، حينها فقط أدركت أهمية الخوذة العسكرية وبالتجربة العملية.

أصدر الجيش الفرنسي أول خوذة عسكرية خلال الحرب العالمية الأولى (خوذة أدريان) وقد وزعت على طول الجبهات بسبب كثرة الإصابات بالرأس الناتجة عن الطلقات أو شظايا القذائف في عام ١٩١٥ حيث أُثبت أنَّ ارتداء الخوذة في القتال يقلل من معدلات الوفيات بشكل ملحوظ بين الجنود.

وقد صمَّم الألمان أيضاً خوذة للحماية من شظايا القذاف والقنابل اليدوية، حيث كانت تغطي الرأس مع الجبهة والرقبة وكانت تسمى (شتالهايم)

وقد طوَّر الجيش الأمريكي الحديث أيضاً أنواع متعددة من الخوذ العسكرية ولعدة استعمالات بحسب طبيعة الاستخدام.

لكن هنا يحضر السؤال المهم: لماذا لا يضع الثوار والمجاهدون الخوذة العسكرية أثناء ذهابهم إلى الجبهات؟!

يقول أحد العناصر من المجاهدين: أنا لا أضع الخوذة العسكرية على رأسي وأنا أتشاءم منها، لأنَّ عناصر النظام والضباط يضعونها على رؤوسهم، ونحن نميز عناصر النظام من خوزهم.

ولمتابعة هذا الموضوع ومعرفة طبيعة الإصابات بالنسبة إلى المجاهدين قمنا بزيارة

الدكتور أبو عمار المدير الطبي في مشفى زرزور وقد قال لنا:

"إنَّ ٩٥٪ من حالات الإصابات النافذة في الرأس تؤدي للوفاة، وأكثر من ٦٥٪ تقريباً من إصابات الرأس تكون نتيجة طلق ناري، لكن لا يوجد إحصاء دقيق لهذا الأمر، وبغياب جهاز التصوير الطبقي المحوري نحيل معظم الإصابات الخطرة إلى المشافي التركية.

لكن أعتقد بأنَّ وضع الخوذة على الرأس سيخفف من نسبة الإصابات في الرأس، وإن تمَّت الإصابة ستكون أخف بوجود الخوذة العسكرية."

الخوذة العربية

الشفق الفارسي

الخوذة الامريكية الحديثة

وقد قمنا أيضاً بزيارة إلى الطبابة الشرعية لكي نعرف النسبة الحقيقية من الإصابات القاتلة. يقول الدكتور عثمان حجاوي المدير الطبي في الطبابة الشرعية: "إنَّ ٧٥٪ من عدد الجثث التي تأتي إلى الطبابة الشرعية تكون إصابتها في الرأس، وباقي الإصابات تتوزع ١٥٪ في الرقبة والصدر و١٠٪ في الأطراف."

وعندما رأينا أنَّ جميع الدلائل تشير إلى خطورة عدم وضع الخوذة على الرأس وجب علينا سؤال بعض القادة العسكريين عن سبب إهمال وضع الخوذة العسكرية وإهمال تدابير الحماية الفردية.

يقول أبو يوسف شوبك القائد العسكري في حركة أحرار الشام الإسلامية لواء الإسلام : "نعلم أنَّ نسبة ٩٥٪ من إصابات الرأس النافذة تؤدي إلى الوفاة، وهذا الأمر لا يخفى على أحد، لكن نحن عندنا ثلاثمئة مقاتل على مستوى لواء أو فصيل صغير ولا يوجد عندنا أية خوذة عسكرية، وأضيف إلى ذلك أنَّ أغلب الأفراد يرفضون وضع الخوذة العسكرية، وذلك بسبب عدم وجود دروس حول أهمية لبس الخوذة، وأقول: يجب على القادة أن يكونوا قدوة للمجاهدين بارتدائهم الخوذة أمام عناصرهم، والشرح للمجاهدين عن أهمية ارتداء الخوذة وأهمية حماية الرأس بشكل خاص، والثناء على المجاهد الذي يرتدي الخوذة وترغيبه بالمكافآت أيضاً، ويجب علينا تعريف باقي الفصائل والمجموعات المسلحة عن أهمية تدريب العناصر على ارتداء الخوذة، وعندما يكون هناك قوانين صارمة حول استخدام الخوذة ننجح إن شاء الله بهذا الأمر، وبهذه الطريقة يصبح الجميع قادر على إلزام عناصره بوضعها، لكن يوجد هناك ملاحظة مهمة وهي التركيز على ابتكار خوذة ذات مواصفات أفضل من تلك الموجودة عند النظام، لأنَّها تقليدية ووزنها ثقيل ولا يوجد لها أي ميزات حديثة"

يجب علينا تذكير القادة العسكريين أنَّ عناصرهم أمانة في أعناقهم، ويجب عليهم المحافظة على أرواحهم، وتأمين مستلزمات الحماية الفردية ما أمكن، وأيضاً يجب على المسؤولين العسكريين في الجبهات منع دخول أي إعلامي إلى المنطقة العسكرية إلا بعد وضع الخوذة حفاظاً على حياته الغالية.

أطفالنا مستقبلنا فلنعاملهم برفق

إعداد الدكتور عمر عبد العزيز نتوف
طبيب ومدرب دولي معتمد في التنمية البشرية

في ظروفنا الحالية، يكون الهدف الأول بالنسبة إلى الأهل والبالغين، هو العمل قدر المستطاع على بناء نوع من الشعور بالأمان لدى الطفل، ولذلك وجب على البالغين المحافظة على هدوئهم، وتوفير جوٍ من الهدوء والاسترخاء في المحيط الذي يعيشه الطفل قدر الإمكان.

إنَّ توفير الطمأنينة للأطفال أمر ضروري جداً وخصوصاً من الأشخاص الذين يعتبرهم الأطفال قدوة لهم، وعلى البالغين أن يأكّدوا للأطفال أنَّهم آمنون قدر الإمكان.

وعلينا أن نتذكر دائماً أنَّ مسؤولية الأهل في تعاملهم مع مخاوف أطفالهم ليست مكافحة هذه المخاوف ومقاومتها عندما تظهر، لأنَّ الخوف شعور طبيعي وموجود عند كل الأولاد. وهو في الظروف الصعبة ردُّ فعل طبيعي على تجارب غير معروفة سابقاً لدى هؤلاء الأطفال، وهنا يكون دور الأهل الأساسي في مساعدة الطفل لاكتساب استراتيجيات مفيدة في التعامل مع المخاوف الذي يشعر بها.

وفيما يلي بعض الأمور التي تساعدك على التعامل مع طفلك:

1 -ضبط النفس من الكبار، وإظهار الهدوء قدر الإمكان، لأنَّ في ذلك قدوة لهم حيث يتأثر الأطفال كثيراً بردود أفعال الكبار خلال وقوع الحدث.

2 -تقبل الطفل كما هو.

3 -الحوار: فهو وسيلة جيدة للاتصال مع الطفل، فلا نوجه لهم رسائل خاطئة.

يقع الكثير من الآباء في خطأ كبير عندما يوجهون رسائل خاطئة لطفلهم كلما أحسُّوا بخوفه من شيء ما: «من الخطأ أن تشعر بالخوف»، «أنت رجل والرجال لا يشعرون بالخوف»، «إياك أن تخاف».

هذه الرسائل لن تبدد مخاوف الطفل، لكنَّها ستدفعه إلى إخفائها، لأنَّه سيخشى أن يخبر والديه عمَّا يشعر به من خوف، وسيخشى طلب المساعدة لتعليمه كيفية التعامل مع هذا الخوف، وبدلا من أن يكون الخوف مجرد مشكلة في الطفولة ستختفي مع الأيام، يتحول الأمر إلى عدم منح ثقته للآخرين.

دعوا طفلكم يعترف بمخاوفه، لأنَّ ذلك يحمل رسالتين بالنسبة إليه، أمَّا الأولى: فهي من حقه أن يشعر بالخوف، والثانية: مشاركتنا مخاوفه وتقديم المساعدة له والدعم للتخلص منها.

4 -عدم الضغط على الطفل إذا رفض الكلام فلا تجبروه على التعامل مع الخوف،

فمن الخطأ إجبار الطفل على التعامل مع شيء يخاف منه قبل أن يكون مستعدا لذلك، فالكثير من مخاوف الأطفال تختفي بمرور الوقت، وكلما أصبح الطفل أكثر نضجا قلَّت مخاوفه، وعلينا أن ندرِّب الطفل على التعامل مع المخاوف بشيء من الصبر والتدريج.

5 -اللعب بجميع أنواعه:

شجِّع طفلك على رسم ما يشاء إن توفرت لديك ألوان وورق، وعلّق رسوماته في مكان بارز في البيت، ودعه يخبرك قصة الرسم بعد الانتهاء منها، وقمْ بكتابة القصة، وقراءتها مرة أخرى له.

شجع طفلك على أن يلعب بألعابه المتوفرة في البيت، ولا تتردد في أن تشارك طفلك اللعب.

غنِّ مع طفلك أغنيته المفضلة، واجعله يستمع إليها، وكررها مع تشجعيه على الغناء.

اقرأ القصص لطفلك، وساعده على أن يختار ما يرغب من قصص في حال توفرها في البيت والمشاركة في الأحاديث والأنشطة.

اكتب رسالة لطفلك، واجعله يختار شخصاً يودُّ أن يرسل إليه رسالة، واطلب منه أن يخبرك ماذا يودُّ أن يقول له، وقوم بكتابتها، وقم بقراءة الرسالة مرة أخرى له بعد الانتهاء منها، واشرح له أنَّ الرسائل توضع في مغلفات، ويكتب عليها العنوان. يمكن كتابة رسالة يومياً والاحتفاظ بها وإرسالها بعد الحرب.

لعبة "لمّا أكبر": اجعل طفلك يغمض عينيه، ويحاول أن يتخيل ماذا سيكون مستقبله و مستقبل الأطفال الآخرين (أصدقاؤه، أقرباؤه) بعد *15* سنة على سبيل المثال، شجِّعه بأسئلة مثل: أين سيسكن؟ ما عمله؟ ما أسماء أطفاله؟

شجِّع طفلك على أن يكتب قائمة السعادة الخاصة به، وأن يذكر أهم خمسة أحداث سعيدة في حياته، وشجِّعه على الحديث حولها، وأن ينظر إليها في الأوقات الصعبة.

التحرير

صحة

إنجاب المزيد من الأطفال يحارب الشيخوخة

توصلت دراسة كندية حديثة إلى أن إنجاب المزيد من الأطفال قد يكون الحل السحري الجديد لمحاربة الشيخوخة عند السيدات، بعيدا عن عمليات التجميل والمستحضرات الدوائية التي تستخدم للحفاظ على مظهر الشباب.

وقال الباحثون في جامعة "سايمون فريزر" الكندية إن نتائج الدراسة تدحض النظرية القديمة بأن إنجاب عدد أكبر من الذرية يعجّل بالشيخوخة.

وأضافوا في الدراسة التي نشرت في مجلة "بلوس وان" أن تجاربهم أثبتت أن السيدات اللاتي ينجبن المزيد من الأطفال يزيد لديهن معدل إنزيم يسمى "التيلوميز" وهذا الإنزيم مسؤول عن الحفاظ على حيوية خلايا الجسم لأجل غير مسمى.

وعندما يصل معدل "التيلوميز" إلى درجة معينة من التناقص، تبدأ الخلية البشرية في دخول طور الشيخوخة والانهيار.

وفيما يخص التفسير العلمي لهذه النتيجة، ذكر الباحثون أن هرمون الأستروجين الذي تنتجه المرأة أثناء الحمل يعد مضادا للأكسدة، ويحمي الخلايا البشرية من دخول طور الشيخوخة.

وقالوا إن هناك أسبابا نفسية أيضا، حيث إن الأمهات اللاتي يُنجبن عددا أكبر من الأطفال يتلقين المزيد من الدعم النفسي والاجتماعي من أقاربهن وأصدقائهن، وهذا يؤدي إلى زيادة كمية الغذاء المخصص لحفظ الأنسجة البشرية، وبالتالي إبطاء عملية الشيخوخة.

من مشكاة النبوة

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه قال: ((قال أعرابي للنبي صلى الله عليه وسلم: الرجل يقاتل للمغنم، والرجل يقاتل ليذكر، ويقاتل ليرى مكانه، من في سبيل الله؟ فقال: من قاتل لتكون كلمة الله هي العليا فهو في سبيل الله)). أخرجه الشيخان

نوادر وطرائف

وقال أحدهم لبخيل: لم لا تدعوني إلى طعامك؟ قال: لأنك تُعَلِّق، وتُشَدِّق، وتُحَدِّق، أي تحمل واحدة في يدك، وأخرى في شدقك، وتنظر إلى الأخرى بعينك.

مـــداد قـــلم وبندقية

كاريكاتير

تلغرام

الدكتور عبد الكريم بكار

حين يتراجع الجهد السياسي والإعلامي في أي صراع فهذا يعني الوقوع في فخ الصراع الأبدي والاستسلام للقوى العمياء. هذا هو درس التاريخ لأولي الأبصار وقليل ما هم. مشكلة الكثيرين تكمن في ضعف الخيال ولولا الخيال لكان الإنسان بهيمة على حد قول نابليون!

علي الوردي

قلت لهم: "لماذا لم تسيحوا انتم في الارض للسعي وراء الحق؟". قالوا وهم مندهشون لهذا السؤال السخيف: "إننا لانحتاج إلى السعي وراء الحق لأن الحق عندنا!".

مقتطفات من الصحافة

الراية
من قطر للعرب ومن العرب إلى العالم
يومية سياسية مستقلة

أبرزت صحف عربية تبعات رفع العقوبات عن إيران في أعقاب التزامها بشروط الاتفاق النووي. واختلف الكُتاب حول تقييم عواقبها. إذ تحدث بعضهم عن التأثير الإيجابي لهذه الخطوة على المنطقة، بينما يحذر آخرون من مزيد من "التعقيدات".

وكتبت (ريم الحرمي) في الراية القطرية أن "وجود إيران في المنطقة وتدخلها ساهما في تعقيد الأزمات وإطالة أمدها خصوصاً وأن إيران تعمل في سوريا والعراق على وجه التحديد بأيدلوجيات سياسية مغلفة بالطائفية من خلال الحروب التي تقودها إيران بالوكالة، والتي تهدف لخضوع المنطقة تحت سيطرتها وتنفيذ أجندتها التوسعية مستغلة الفراغ السياسي الذي تحاول إيران ملأه."

وتقول الكاتبة: "والقادم سوف يكون أمر وأسوأ حينما تستعيد إيران قوتها الاقتصادية بشكل أكبر لتمول تلك الجماعات الطائفية ما يعني توسعاً ونفوذاً أكبر لتلك الجماعات وعدم استقرار على الصعيد الأمني والسياسي والاقتصادي في العراق."

تطبيق الشريعة 2

المدير العـام

في عدد سابق، تحديداً في العدد 94، كنت قد كتبت عن ذات الموضوع، يومها كنت أحاول أن أقول إن تطبيق الشريعة يحتاج إلى فهم مشترك بين أبناء الدين الواحد حتى يتحقق في دولتهم المنشودة، وبسبب تعذر ذلك للاختلافات الكثيرة التي تصل إلى حد التكفير في بعض الأحيان، يبقى تطبيق الشريعة وهماً كبيراً، فما سيحدث على الأغلب، وما حدث على مر التاريخ الإسلامي هو تطبيق لعقلية وفهم المتغلب، التي هي مناقضة للشريعة في الفهم الآخر لأبناء نفس الدين والمذهب والعرق.

ستدعي كل فرقة بأنها الفرقة الناجية، وبأن فهمها للدين هو ما نص عليه الله ليعبد في الأرض، وبأن فهم الآخرين هو فهم مشوّه، وفهم مليء بالأكاذيب والمؤامرات، التي يديرها أشخاص في الخفاء يريدون من ذلك القضاء على الدين حقداً وكفراً. وسيستمرون في النضال والحرب وقتل الناس في سبيل معتقدهم، وغيرهم يفعل ذلك، وهكذا دواليك ...، دون أن تنتصر فكرة بشكل مطلق، مع ملاحظة شديدة الأهمية وهي نضال أبناء الملل والطوائف والأفكار والأحزاب الأخرى في اقتتال لا ينتهي، لذلك لابد أن يأتي اليوم الذي تعقد فيه التفاهمات بين الجميع ضمن سياسة الحل الوسطي حيث يكون الكل خاسراً أو الكل رابحاً، وستوضع فيه الأسس التي سيتفق عليها الجميع على أنها الحل الأفضل لهم جميعاً حتى يعيشوا في وطن واحد، فمحاولة إلغاء الآخر وطرده، أو التغلب أثبتت عبر التاريخ أنها لا تدوم فترات طويلة، لأن الانقسامات تبدأ بالظهور في الفرقة نفسها طمعاً في الحكم والمناصب، والمنتصر بالقوة لن يستطيع إنكار القوة التي ستزيحه، أو لن ينفعه إنكار عدم شرعيتها .

ما أحاول قوله هنا أننا نمتلك الوقت لاختصار مذابح قادمة، والوطن لجميع أبنائه شاء من شاء وأبى من أبى، والشريعة لا تتعارض أبداً مع أي حكم يحفظ الدماء والحقوق لأنها أوجدت لذلك، والحروب لم تكن يوماً لإنهاء الشرائع بحد ذاتها، وإنما كانت لإنهاء القيم التي تحملها الشرائع من العدالة ونصرة المظلوم، والمساواة بين الناس.

أما شريعة الأقوى فهي وإن اتفقت أو اختلفت مع شرائع سماوية أو أرضية تبقى هي شريعة الغاب، التي لا يمكنها أن تدوم طويلاً في أي مجتمع إنساني مهما كان بسيطاً..

"إن في ذلك لذكرى لأولي الألباب"