

نسائم الشام

- العلمانية والإسلام
- حماية خصوصية أطفالنا في زمن التكنولوجيا
- كيف تربي الأم أبناءها على عادات غذائية صحية؟

أسماء الفائزات في مسابقة العدد السابق (صفحة ١٤)

تراحيب

نسائم الشّام

هي نسيمات شاميّة الهوى والمنشأ، أنثويّة القلم، تحمل همّ كلّ امرأة فتاةً و أمّا ومرّيّةً و معلّمةً، تشدّ على يدها، وتصحبها في طريقها.

نسائم الشّام

نسيماتٌ تهبّ محمّلة بعبير الياسمين، تنتقل بين بساتين تراثنا، وأزاهير معاصرتنا، فتتضوّع عطراً يخالط القلب، فيزيد الإيمان ويقرب من الدّيّان.

كالمطر تأتي تراحيبنا
ربّما تسقي عطش القلوب

أسرة التحرير:

- لمى الأبرش
- شفاء دلوان
- هالة الجندي
- سميحة دلوان

f @ hayat.assoc



فهرس المحتويات

- ٢ مقدمة
- ٣ شلال النور
- ٤ بوابة فكر: العلمانية والإسلام
- ٧ نيل وفرات
- ١٠ نجوم في سماء المجد: ابتلاء الثبات
- ١٢ التكيّة
- ١٥ الزاوية الطبية: كيف تربي الأم أبناءها على عادات غذائية صحية؟
- ١٧ عالم التقنية: حماية خصوصية أطفالنا في زمن التكنولوجيا
- ١٩ المنهل: عرض كتاب كيف نجعل من بيوتنا سكناً؟
- ٢١ بأقلامكــــن

الحمد لله الذي بنعمته تتمّ الصالحات، وبفضله تتحقق الآمال بعد طول عناء، والصلاة والسلام على نبينا محمد القائل: "واعلم أن النصر مع الصبر، وأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسراً".
أما بعد:

ها نحن اليوم نقف على أعتاب مرحلة جديدة، مرحلة طال انتظارها، واشتاقت لها القلوب المؤمنة، مرحلة ما بعد النصر.. النصر الذي لم يكن وليد لحظة، بل ثمرة صبرٍ طويل، ودموعٍ صادقة، وتضحياتٍ عظيمة، وقلوبٍ تعلقت بالله وحده، مصداقًا لقوله تعالى: ﴿إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ﴾.

أيها المرأة السورية.. يا من كنت في قلب المحنة صبرًا، وفي ميدان البلاء ثابتًا، وفي ساحات التربية والبناء جهادًا صامتًا.. إن النصر الذي نعيشه اليوم ليس نهاية الطريق، بل هو بداية مسؤولية أعظم، وأمانة أثقل، تستوجب منا وعيًا عميقًا، ويقظة دائمة، حتى نحفظ ما تحقق، ونرعى ما زرع، ونبني على ما أنجز.

لقد علّمنا القرآن أن الثبات بعد النصر لا يقل أهمية عن الصبر قبله، فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اثْبُتُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا﴾، فالنصر الحقيقي ليس فقط في تحقيق الغلبة، بل في الحفاظ على القيم، وصيانة المبادئ، واستمرار الطريق على نهج الحق.

وفي هذا العدد، نحاول أن نفتح معًا نافذة التأمل في هذه المرحلة الدقيقة لنسأل أنفسنا: كيف نحافظ على مكتسبات النصر؟ كيف نربي أبناءنا على وعيٍ يحفظ لهم دينهم ووطنهم؟ كيف تكون المرأة ركيزة في إعادة البناء، لا مجرد شاهدة على الأحداث؟

إنها دعوة لك أختي لتكوني حارسةً للقيم، وبانيةً للأجيال، وصاحبة أثرٍ في زمن التحول، مستحضرة قول النبي ﷺ: "كلكم راعٍ وكلكم مسؤول عن رعيته".

فلنكن على قدر هذه المرحلة، نستمد قوتنا من إيماننا، وبصيرتنا من كتاب ربنا، وعزيمتنا من سير الصالحين، حتى يكون نصرنا نصرًا ثابتًا، وبنائنا بناءً راسخًا بإذن الله تعالى.

**نسائم الشام معكنّ في كل مرحلة، نبثّ الأمل،
ونوقظ الوعي، ونرسم طريق الثبات.**



شلال النور

بقلم: أ. عائشة الطلو

والمصالح الشخصية، مع تعزيز الانسجام الاجتماعي والوطني، وهو الضمان لعدم ضياع هذا النصر.

ولنحذر أن نكون ممن قال الله عنهم: ﴿فَتَرَلَّ قَدَمٌ بَعْدَ ثُبُوتِهَا﴾، فهذا جزء من آية في القرآن يحتاج منا لتركيز وانتباه، فلم يقل سبحانه بعد تذبذبها، بل بعد ثبوتها، فالحياة فتنٌ، والثبات صعب!

والثبات لا يكون بكثرة الاستماع للمواعظ، وإنما يكون بتطبيق هذه المواعظ. فهذه الآية استعارة لمستقيم الحال حين يقع في شر عظيم ويسقط فيه، لأن القدم إذا زلّت نقلت الإنسان من حال خير إلى حال شر، والعرب تقول لكل مبتلى بعد عافية أو ساقط في ورطة؛ زلّت قدمه.

وكذلك قوله تعالى: ﴿وَعَصَيْتُمْ مِنْ بَعْدِ مَا أَرَأَيْتُمْ مَا يُحِبُّونَ﴾، وهذا من أشدّ عتابات القرآن وجعًا وإيلامًا!

فالمعصية بعد النعمة أشدّ من المعصية قبلها، وأن تقع المعصية بعد أن أراهم الله ما يحبون أعظم وأشدّ من أن تقع قبلها. فتضمنت الآية درسًا في الطاعة والتحذير من الغرور والمعصية بعد النعمة، وهي رحمة من الله لتعليم المسلمين.

الحمد لله الذي بنعمته تتمّ الصالحات، وبشكرها تدوم الخيرات.

أما بعد يا حبيبات..

فإن النصر والنعم أمانة تستوجب الشكر بالقلب واللسان والجوارح، والحفاظ عليها يكون بالاستقامة على طاعة الله، والاستغفار عن التقصير، والصبر في مواجهة الفتن.

فالشكر قيد النعم الموجودة، وصائد النعم المفقودة، وبدونه تزول.

والمحافظة على النصر ومكتسباته تتطلب وعيًا بكونها مرحلة أصعب من النصر نفسه، فهناك ركائز تقوم عليها، ومن أهمها شكر النعم وتقييدها، فالنعمة إذا شكرت قرّرت، وإذا كُفرت فرّرت، مع استغلال المكتسبات في طاعة الله لا معصيته. وكذلك الوحدة الداخلية، وتجنب الغرور والتفرقة. واستمرار التلاحم وتجنب الأهواء النفسية

اللهم إنا نعوذ بك أن نكون من الجاحدين بنعمك، أو ممن زلّت قدمه بعد ثبوتها.



العلمانيّة والإسلام

بقلم: أ. سلوى شلة

سوريّة حرّة.. فأيّ منهجٍ نختار لبناء الغد؟

بعد طول احتلالٍ وشقاءٍ، استيقظ السّوريّون على فجرٍ ظلّوه سيبقى حبيس الأطلام، فوجدوا أنفسهم أحرارًا من المحتلّ الطائفيّ الأسدّي، ووجدوا أنّهم لأوّل مرّة؛ أصحاب القرار في تحديد دستور بلادهم، فسارع كلّ تيارٍ فكريّ ل طرح مبادئه أملًا في أن تكون هي القانون الحاكم للبلاد والعباد.

ومن أبرز ما تداوله النّاس بعد التّحرير؛ النّظام العلمانيّ الذي يقوم على مبدأ "فصل الدّين عن الدّولة"، وظنّوا أنّه سيني بلادنا لتصبح متطوّرة متحضّرة!

لكن لا بدّ لنا أن نسأل أنفسنا:

١- ما حقيقة النّهضة الموجودة في الدّول العلمانيّة؟

٢- هل نحن بحاجةٍ للفكر العلمانيّ لنهضة بلادنا فعلاً؟

٣- ويا ترى، هل سألنا أنفسنا إن كانت العلمانيّة تتناسب مع ثوابت الدّين؟

العلمانيّة.. قراءة في سياق النّشأة

لا بدّ أن نتعرّف أوّلاً على طريقة نشوء العلمانيّة في المجتمعات الغربيّة لنحسن ترتيب أفكارنا. فالعلمانيّة لم تظهر في مجتمعاتهم من العدم، بل نشأت "ردّ فعلٍ" على هيمنة الكنيسة على الحياة السّياسيّة والفكريّة في العصور الوسطى، وكان الفكر الكنسيّ حينها يفتقر لأحكامٍ تشريعيّة بناءً للدّولة، ويعتمد كليّاً على اجتهادات رجال الدّين التي كانت تخدم مصالحهم الشّخصيّة، فحاربوا العلم والعلماء، وتحالفوا مع النّظام الإقطاعيّ الجائر، ممّا أدّى إلى صداماتٍ مع النّاس ومطالباتٍ بتخفيف سلطة الكنيسة، إلّا أنّ الفكر الفلسفيّ النّشط في تلك الفترة تطوّر إلى مطالباتٍ بفصل الدّين كليّاً عن الدّولة، وجاءت الثّورة الفرنسيّة لتعزّز هذا المبدأ، فكان من أهمّ شعاراتها "اشنقوا آخر ملكٍ بأمعاء آخر قسيس"، فكان انزياح رجال الدّين عن الحكم في مصلحة الدّول الغربيّة، فشهدت تلك الدّول النّهضة الماديّة التي نراها اليوم.



الوجه الآخر للمادّية: أزماتٌ وقيمٌ مهدورةٌ

إلا أن تلك النهضة المادّية الظاهرة تحوي في طياتها العديد من الأزمات، فالمشكلات الاقتصادية التي تعاني منها الدول الغربية لا تخفى على أحد، خاصةً مع تكرار أزمات التضخم وما تلحقه بالمجتمعات من أضرار. وإذا نظرنا إلى الآثار الاجتماعية للفكر العلماني في الدول الغربية؛ سنجد أن فصل الدين عن التشريع الحاكم أضرّ بالحياة الاجتماعية، ودمر ما بقي من أخلاق فاضلة لدى الشعوب، إذ أن القيم الفاضلة لا بد لها من قانون يحميها ويعززها لتبقى وتستمر، إلا أن القانون الغربي تنكّر لهذه المهمة، بل حارب الكثير من الفضائل باسم الليبرالية والحرية الفردية، فتدهورت الحياة الاجتماعية وزالت الكثير من القيم الفاضلة، وحلت محلها الأهواء التي لا يفيدتها مبدأً ولا قانوناً، فاندحرت المجتمعات نحو رذائل الأطلاق وصار الفجور والشذوذ أمراً مقبولاً باسم الحريات. وأما من الناحية السياسية، فتشهد الدول الغربية تدهوراً هائلاً في سياساتها مع الشعوب الأخرى، فالعلمانية قدّمت لقادتها في الحرب العالمية الأولى والثانية مبرراتٍ تبيح قتل ملايين الناس من مختلف الأديان، ولا زالت إلى اليوم تقدّم الحجج المصلحية لنهب خيرات الشعوب واحتلال بلادها وفق قيم ضيقة تناسب الرجل الأبيض القوي لا غير. فهل نجحت العلمانية فعلاً في بناء حضارة وعدالة إنسانية؟

تعدّد الأقنعة: العلمانية في بلادنا

وقبل أن نتقل إلى السؤال الثاني، لا بد أن نعرف أن العلمانية تنقسم إلى عدّة أنواع:
1- علمانية محايدة: تدعو لفصل الدين عن الدولة وتترك حرية التدين متاحة للجميع، وتنتشر هذه

العلمانية في الدول الغربية؛ وذلك لأن الدين المسيحي وغيره من الأديان المنتشرة هناك- لا يحتوي اليوم على تشريع منافس للتشريع العلماني، بل يقتصر على العبادات في دور العبادة، فلا تجد الدولة العلمانية أي تحدّ وجودي بينها وبين تلك الأديان، عدا الدين الإسلامي الذي لا يكاد ينجو من التضييق في الغرب، لشعور ضمني أنه يهدّد الفكر العلماني كما سنتحدث في الفقرة التالية.

2- علمانية معادية للدين: تعتبر الإسلام منافساً وجودياً لها، لأنه دينٌ عظيمٌ يشمل في تشريعه كلّ مجالات الحياة السياسية والاجتماعية والاقتصادية وغيرها، فعندما تقدّم الدولة العلمانية تشريعاً وضعياً تجد تضارباً ملحوظاً مع الإسلام، ورفضاً شعبياً لتشريعاتها إن كان هذا الشعب متديناً. فلو افترضنا أن الدولة العلمانية شرّعت الربا ستجد التشريع الإسلامي يحارب الربا، ولو شرّعت الاعتداء على شعبٍ آخر لمصلحة مادّية أو سياسية ستجد الإسلام يمنع ذلك، وهكذا.

فهذه العلمانية تحارب الدين لأنه يقدم مشروعاً منافساً قوياً ومحكماً يهدّد وجودها ويضعف هيمنتها، ولهذا نجد العلماني يحقد على الإسلام أكثر من حقه على أيّ دينٍ آخر، ونجد انتشار الإسلام في الغرب يشكّل كابوساً مرعباً للحكومات، وظاهرة "الإسلاموفوبيا" تعمّ غالب الدول الغربية.



٣- علمانيّة مستغلّة: تستغلّ الدّين لتمكّن نفسها وتسوّق لتشريعها، فتقوم بسنّ قوانين وضعيّة ثمّ توظّف الدّين لتدعم تشريعاتها الفاسدة، وذلك باسم "التّجديد" و"تغيّر الزّمان" وغيرها من الحجج، فتهدم ثوابت الدّين بالحيلة والخداع، فيسمّى الحجاب واللّباس الشّرعيّ "عادةً"، ويسمّى الرّبا "فائدةً"، ويسمّى الانحلال الأخلاقيّ "حريةً فرديّةً"، وتسمّى الحدود الشّرعيّة "نظامًا اجتهاديًّا غير ملزم"! فلا يبقى من الدّين إلّا اسمه وبعض شعائره فقط.

الإسلام.. المنهج الذي نسيناه

والآن دعونا ننقل للسؤال الثاني، هل بلادنا بحاجة للعلمانيّة فعلاً؟
التاريخ يجيب:

الإسلام لم يكن يوماً عائقاً أمام العلم كما كانت الكنيسة، بل نهض الإسلام بالعرب من حال الجهل والفقر والتخلّف إلى حال القوّة والعلم والنّهضة، ففي الوقت الذي كانت فيه الدّول الغربيّة تغرق في الجهل والظلام؛ كانت الدّول الإسلاميّة في ذروة قوّتها ونهضتها الحضاريّة التي جعلتها تتربّع على عرش قيادة العالم لقرون، وذروة نهضتها العلميّة التي كانت أساس النّهضة العلميّة الغربيّة اليوم، فولوا العالم المسلم الذي فتح له الدّين

آفاق العلم؛ لما وصل العالم الغربيّ لأبسط الأسس العلميّة التي بنى عليها نهضته اليوم. وقدّم التّشريع الإسلاميّ الرّبانيّ للمجتمعات المسلمة نظام علاقات ومعاملاتٍ عادلٍ لم يعرف التاريخ مثله من قبل، فعرف العالم معنى حقوق الإنسان، وصارت الكرامة الإنسانيّة قيمةً عليا، والحرية قيمةً بناءةً منضبطةً ترتقي بالمجتمع، وزالت المظالم وانتشر الأمان والرّضاء الماديّ، بل وعرف النّاس حقوق الحيوان وقيمة الموارد والحفاظ على البيئة والجمادات، فهل كان التّشريع الإسلاميّ عامل نهضة أم دمارٍ في المجتمعات؟ وهل من الحكمة استبداله بنظامٍ علمانيّ أثبت فشله على كلّ الأصعدة؟

ولكن.. لماذا نجادل؟!

بعد هذا السّرد المطوّل للتّجربة الإسلاميّة التاريخيّة، يجد المؤمن في قلبه غصّة وحرقة، تتعارك حججه الماديّة مع إيمانه وقيمه عندما يسأل نفسه هذا السّؤال:

لماذا نضطرّ أن نبحث عن صلاحية المنهج الرّبانيّ في التّجارب التاريخيّة؟ هل كانت لدى الصّحابة أيّة تجربة تاريخيّة مسبقية اعتمدوا من خلالها التّشريع الإسلاميّ كحاكمٍ لحياتهم؟

هل يستوي تشريع إلهٍ عظيم، خالقٍ هادٍ، حكيمٍ عليم، محيطٍ بعباده ومصالحهم، مع تشريع بشريّ مخلوق، جهله يغلب علمه، وهواه يغلب حكمته، ومحدوديّة فكره تمنعه من تقرير مصالحه الخاصّة فضلاً عن مصالح دوليّةٍ بأكملها!
تري..

هل سيقبل الله تعالى عذرنا إن فرطنا بثوابت ديننا لأجل مصالح ماديّة متوهّمة؟





فرات: بصراحة بعد النصر والتّمكن وإدراكي لفقهِ الاختلاف؛ أيقنت أنّ الخلاف خلافُ شخصيات أيضًا، لا أفكار فقط.

انشغال الزوج أمر عالمي، فلا يخلو الزوج من مشاغل خير أو شرٍّ، مناصب تغويه تملك عليه لبّه، أو دعوة تستأثر بهمّته، ولا يرتبط دوري كمرأةٍ بانشغاله أو تفرّغه، فلعلّ تفرّغه يجزّ انشغالا به، وليس كلّ القرب خيرًا ورحمة.

هنا تتدخّل **الجارّة الأكبر:** لا بدّ للرجل أن يساعد زوجته، المساواة تقتضي ذلك، وإلا فكيف سأساهم في بناء المجتمع؟ لا بد أن أتفرّغ للعمل الخارجي، لا أريد أن أدفن نفسي بين الأواني والجدران.

يشند اللّغظ بينهن وكلّ تقول رأيها، كلّ تطلب مساعدة الزوج ودعمه مادةً وهمّةً ونفسًا، كلّ تقتطف فكرة من هنا وفكرة من هناك بعشوائية، وإن تأنّقت الجمل بألغاز إعلاميّة بين الفئنة والأخرى.

كانت فرات سيدة الموقف بجدارة في هذه اللّحظات، بدا واضحًا أنّها حدّدت هدفها ورسمت خطّة الوصول إليه، إنّها تسير على بينة من أمرها، لا تخبّط خبط عشواء.

نيل

وفرات

بقلم: أم الهدى

جلست فرات وجاراتها جلسة سمرٍ أخويةٍ دافئة، وقد فتحت كلّ قلبها وسمعتها للأخريات، تناقشن عن استثمار الأوقات والهبات وحسن الاستعداد لرمضان، أدلت كل واحدة بدلوها في الشكوى من ضيق الأوقات وكثرة المهام، وغياب المساعد وفقد التعاون من الزوج لانشغال يُعَيّب، أو حضور يُشغل.

وساد الصّمت ثانية..

تقطع **فرات** الصّمت كعادتها بتنهيده ارتياح: الحمد لله الذي بلّغنا رمضان، نسأل الله أن يعيننا على الصّيام والقيام، الحمد لله أنّ أمر المؤمن كلّ له خير، وكلّ مسؤولٌ عن عمله.

هنا تتدخّل **جارتها الصّغيرة:** وما ينفعنا هذا؟

وكيف يعيننا على اغتنام رمضان؟



فرات: دوري، واجباتي، بناء قمتي، مساحة الإنجازات الخاصة بي تعتمد عليّ وحدي، وجود المساعد أمر مُعين لكنه ليس شرطًا، وجود الزوج وسواه من المساعدات تعتمد على نوعيّة المساعدة التي يقدّمها، لا عدد ساعاتها.

هل جربتِ تحديد مسارات المساعدة وتمهيدها لتُتقضى بأقلّ وقت ممكن وجهد يُقدّم؟

أداء واجباتي وإنجاز مهامي لا يرتبط بوجود الزوج وغيابه، **إنها جنة تنتظرني، لا وقت عندي للانتظار أحد.**

ساد الصمت الهانئ جلسة الجارات، حديث فرات همسٌ يُسرّي عن الزوج همومها، ويُبعد عن النفس مطامع ترهقها.

جمال الإنصات وصفاء الإصغاء دفع **فرات** لاستكمال حديثها: عقلك إن لم تشغله بالخير شغلك بهموم نفسك، لا بدّ للمرء أن يكون حكيماً، والسؤال الذي

يلحّ عليّ: أي المكتسبات أحقّ بالحفاظ عليها؟ التملك أم الإنجاز؟

استثمار الموجود في بناء الأسرة، أم البحث عن المفقود؟

أتملك الزوج أم أحفظ إنجازاته بما يرفع أُسرتي وأفرادها؟ أستثمر حضوره وغيابه، انشغاله وفراغه ليكون أمرًا ملهمًا لي ولأُسرتي، وأكل دوره له إن قام به فاز؟ أم أبحث عن المفقود في كل ذلك؟

أرى في انشغال الزوج تمهيدًا لدور المرأة الفذ كهاجر وأمّ موسى، ومكثه تمهيدٌ لمشاركتها المباشرة معه كما كان من سارة زوجة الخليل إبراهيم. إن غاب أحفظ الغيبة وأربي الولد، وإن حضر أعينه، وأفوض له بعض مهامّ أحتاجها أو يحتاجها الأولاد بما يناسب فطرته وشخصيته- في دائرة ضيقة واضحة بيّنة، يشعر فيها بالتقدير والاحترام، ويسعد بنتائجها من المودّة والرحمة، ونُسّرّ معه لخير البلاد والعباد.

في كل الأحوال أنا آسيا التي تبني مجدها بنفسها، تبتغي ما عند الله مهما كان الثمن، تخلّت عن مكتسبات ظنّها الملاء فوزًا؛ لتنهأ بالمكسب الأكبر:

﴿وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا لِلَّذِينَ آمَنُوا امْرَأَتَ فِرْعَوْنَ إِذْ قَالَتْ رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ وَنَجِّنِي مِنَ فِرْعَوْنَ وَعَمَلِهِ وَنَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ﴾.

أما امرأة عمران فسعت إلى إكساب ذريتها فضائل التحرير للعبادة، ولم تخسر

مكاسب الفطرة ورغبة ابنتها في الذرية:

﴿وَأِنِّي أُعِيذُهَا بِكَ وَذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ

الرَّجِيمِ﴾.

وفي كل الأمثلة نرى الإنسان الذي يحمي النصر
بالقدر الذي يستفيد منه، نصره على نفسه، على
شيطانه، على عوائق إنجازة، على عدو دينه.
الإنسان القويّ يحفظ حريته الربانية، ولا يستهين
بكرامة التقوى، إنه الإنسان الذي صلح لأن يكون
قدوة.

تم النصر بفضل الله بتضحيات وبذل، وما زال طريق
الحفاظ عليه يحتاج التعبيد والتّمهيد، إنّ مجاهدة
النفس والهوى في سبيل الحفاظ على الموجود
دون الانجراف خلف الشبهات النسوية والأهواء
الإعلامية لإرضاء الآخرين على حساب أعمالنا عند
الله؛ ضرورة لا تحتمل التهاون والتأخير.
بعد إصغاء الجميع فترة، قالت الجارة القريبة
لفرات:

يعني ذلك أن ترضى كل امرأة بما عندها وتجتهد
في واجباتها وكان الله في عونها.
فرات: تمام، الهدف أن نستثمر الوقت والإمكانيات
في تحقيق دورنا، الدور الإيجابي لنا كنساء
مسلمات في المحافظة على المكتسبات والنعم

التي بين أيدينا، بزرع القيم والالتزام بالأحكام، بزرع
قيمة الإنسان بهدفه وأثره، بضبط الرغبات كما يحبّ
الله، بالتّخطيط للحياة الشاملة، والحفاظ على
الغطرة السليمة، ومفارقة ما لا قيمة له عند الله،
بالتربية الإيمانية للأولاد والنفس، فلا قيمة لأعمال
الدنيا من غير إيمان.

وختامًا كم من عمل صغير عظّمته النيّة، وكم من
عمل كبير صغّرت النيّة، فلنحسن النيّة فيما نقدم
ولنعدّد النوايا.

لا بدّ أن نمتلك الوعي بضرورة وحدة الصّف،
وضرورة احتواء الاختلاف وفهمه، وإن كنا لا نتفق
مع آل بيتنا وقد تعدّدت أسباب اللّقاء ومصالح
الاتفاق، فكيف نتفق مع من هم خارجه؟ وكيف
يتفق المجتمع الكبير مع فئاته وفرقه؟ هل نحن

صّفّ فعلاً أم أفراد متجاورون بلا رؤية مشتركة؟
إن تربية الأولاد بعلم ووعي ورؤية مشتركة لمصالح
الأمة والأفراد ضرورة لفلاحنا، وحاجة للأمة في آن
واحد، فاللهم اجعل حسن تبعنا وطيب صبرنا على
التربية ذخرًا عندك.



ابتلاء الثبات

بقلم: أ. عائشة جلال

الثبات على الحق، على المبدأ، على الدين، هو غاية كل المسلمات، وخاصة العاملات في الدعوة إلى الله..

فالثبات نعمة من الله يعطيها لمن يشاء من إمامه المخلصات، وما كل من تصدرت الشاشات، ولا كل من كانت لها صولات وجولات في خدمة الدعوة يختم لها بالثبات، لذلك كان من جملة دعاء الرسول الكريم ﷺ: "يا مقلب القلوب ثبت قلوبنا على دينك"، لأن القلب بين أصبعين من أصابع الرحمن يقلبه كيف يشاء.

لقد أجمل الرسول ﷺ صعوبة الموقف بكثرة الدعاء، وبتحذير صحابته رضي الله عنهم ومن بعدهم من حملة اللواء من تمني لقاء العدو، فقال ﷺ: "لا تتمنوا لقاء العدو، وإذا لقيتموهم فاثبتوا"، أي مهما كان شوقك للتفكير بالعدو، ومهما كان استعدادك، ومهما امتلكت من قدرات ومهارات، فلا تتمنّ المواجهة والاشتباك، لكن إن باتت الملاقاة حتمية فالثبات الثبات، لأن أشد الناس ابتلاء الأنبياء، ثم الأمثل فالأمثل، وموقعك كمجاهدة قد تكون نهايته شهادة تقربك جدًّا من الابتلاء العظيم، ففي نص الآية الكريمة: ﴿فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ مِنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقًا﴾، وهذا يعني أن بين منزلة النبي والشهيد منزلة الصديق فقط.

وإذا نظرنا إلى الحديث من زاوية أخرى، وجدنا أن فيه دعوة وسعيًا حثيثًا للاستعداد واستخدام ما أمكن، فقد قال ﷺ: "فإذا لقيتموه فاثبتوا"، والثبات لا يأتي إلا كمدد من الله، ومكافأة لمن أخلص واجتهد واستعد ونوى تقديم أنفس ما يملك من مال وجهد ووقت وروح رخيصة في سبيل الله.

وقصص الثبات كثيرة، وتعج بها كتبنا الإسلامية في القديم والحديث، ولعل من المفيد الاقتصار على ثلاث قصص تحمل كل واحدة منها بعدًا مختلفًا، كما تتضمن قيمة ومعنى.

القصة الأولى

عن نساء المسلمين اللاتي وقعن أسيرات وسبايا وقت إغارة المغول والتتار، فعلى الرغم من أن الألم موجه لكل مسلمٍ غيورٍ ينتهك عرّصه كافرٌ محاربٌ لله ورسوله، ولكل مسلمة تحافظ على شرفها وسترها، إلا أن الله ثبت قلوبهنّ، فتحولن من عرض منتهكٍ مستباحٍ إلى دعوةٍ ونشيرٍ للإسلام، فأسلم أكبر التتار والمغول على أيديهنّ، وعسى أن تكرهوا شيئاً ويجعل الله فيه خيراً كثيراً.

القصة الثانية

عن دور المسلمات في بدايات عهد الأندلس، حيث ثبتن على المبادئ والقيم في زمن الغنى والرفاهية والتقدم الحضاري، والزهو المعرفي، وتوفّر كلّ أنواع النّعيم، فكُنّ مثابراتٍ على العلم والتعليم، وتميّزن بالخط العربي والفنّ الإبداعيّ، والمشاركة الفاعلة في بناء الحضارة، وقد كان لهنّ حضورٌ سياسيّ واجتماعيّ فريد.

كما أثبتن دورهنّ القيادي من الناحية الاقتصادية وحسن إدارة الأموال، فقد كانت لهنّ حرّية التملك والتصرف والتجارة الخاصة بهن، وهو ما كانت تفتقر إليه المرأة الأوروبية في عصور الظلام، والتي ما فتئت تتحسر على نفسها وتعتبر المرأة المسلمة مثلاً عاليًا، وتتمنى لو عاشت ولو جزءًا بسيطًا من حياتها.

فلم يكن الغنى في تلك المرحلة مصدر شقاء أو رجوع أو خضوع للعالم، وإنما استثمار بكل مقاييسه لخدمة الأمة، فلم تنتشر التبعية البغيضة، ولا الامتهان للدين، ولا التنكّر لتعاليم الإسلام، ولا اللباس المنافي للفطرة.

القصة الثالثة

قصة الصحابيّة الجليلة أم عمارة، التي ثبتت عندما ولّى الرجال وغابوا عن مشهد النّصرة إلا قليلًا منهم، فوثّق التاريخ ما شهد به الرسول ﷺ لها وهو يصف حالها: "ما التفتُ يمينًا ولا شمالًا إلا وأنا أراها

تقاتل دوني". وهذا يدل على عظم الموقف وشدته، وقوة إيمان أم عمارة وبأسها على من يمس شرف الأمة وقائدها الرسول محمد ﷺ.

وما أحوج الأمة لأم عمارة مرة أخرى في الميدان، عندما تعصف الفتن بالأمة، ويتقاعس الكثير من الرجال عن الذب عن الإسلام وسنة رسوله ﷺ. والميدان لا يعني دائمًا ساحة قتال، فالإعلام ميدان، والتعليم ميدان، والعمل ضمن مؤسسات الدولة ميدان. وخلاصة القول حتى يمدنا الله بالثبات..

علينا استفراغ الوسع في الاستعداد وبذل ما يمكن من تضحية، فكلّ زمانٍ فيه صفوة وأطهار، واللّحاق بهم يجلب السعادة في الدارين.

وقبل الختام: لنعلم يقينًا أنّ الثّبات تنوّع أشكاله وصوره، فقد تثبتين وأنت في أشد حالات الإرهاق والتعب، وقد تنتكسين وأنت في أكمل حالات الغنى والراحة.

قد تثبتين وأنت تصارعين أقسى أنواع المرض، وقد تنهارين وأنت في أقل درجاته.

فاسألني الله الثبات والعافية، فهاتان النعمتان لو أوتيها العبد لجمع له خير الدنيا والآخرة، ففي العافية راحة الحياة الدنيا، والثبات يعني أن نفسًا مطمئنّة ستلقى الله فرحةً مسرورة عندما يأذن سبحانه لهذه الروح أن تغادر.

قطعة سُكَّر

في زوايا القلب نافذة لا تُغلق، اسمها الأمل، كلما أثقلتنا الأيام فتحناها فدخل الضوء من جديد. التفاؤل ليس تجاهلاً للواقع، بل ثقة بأن الغد يحمل في طياته ما يستحق الانتظار، فازرع في دربك ابتسامة، وامضي مطمئناً، فربّ الخير لا يأتي إلا بالخير، وما بعد العسر إلا اليسر.

قصص طريفة

• حُكي عن بعض البخلاء أنه استأذن عليه ضيف وبين يديه خبز وزبدية فيها عسل نحل، فرفع الخبز وأراد أن يرفع العسل، فدخل الضيف قبل أن يرفعه، فظن البخيل أن ضيفه لا يأكل العسل بلا خبز، فقال له: ترى أن تأكل عسلًا بلا خبز؟ قال: نعم، وجعل يلحق العسل لعقة بعد لعقة، فقال له البخيل: مهلاً يا أخي! والله أنه يحرق القلب! قال: نعم صدقت، ولكنه قلبك.

كتاب المستطرف في كل فن مستظرف

• وجهه أبوه ليشتري رأساً مشويًا، فاشتراه وجلس في الطريق، فأكل عينيه وأذنيه ولسانه ودماغه، وحمل باقيه إلى أبيه، فقال: ويحك ما هذا؟ فقال: هو الرأس الذي طلبته، قال: فأين عيناه؟ قال: كان أعمى. قال: فأين أذناه؟ قال: كان أصم. قال: فأين لسانه؟ قال: كان أخرس. قال: فأين دماغه؟ قال: فكان أقرع، قال: ويحك، رده وخذ بدله. قال: باعه صاحبه بالبراءة من كل عيب.

كتاب أخبار الحمقى والمغفلين

• دخل ابن الجصاص يومًا على ابن الفرات الوزير الخاقاني وفي يده بطيخة كافور، فأراد أن يعطيها الوزير ويبصق في دجلة، فبصق في وجه الوزير ورمى البطيخة في دجلة، فارتاع الوزير وانزعج ابن الجصاص

وتحير وقال: والله العظيم لقد أخطأت وغلطت، أردت أن أبصق في وجهك وأرمي البطيخة في دجلة، فقال له الوزير: كذلك فعلت يا جاهل، فغلط في الفعل وأخطأ في الاعتذار.

كتاب أخبار الحمقى والمغفلين

فوائد لغوية

في إقامة الواحد مقام الجمع

• هي من سنن العرب إذ تقول: قرّرنا به عينًا أي أعيننا، وفي القرآن ﴿ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا﴾، أي أطفالًا.

في المفعول يأتي بلفظ الفاعل

• تقول العرب: سرّ كاتيم أي مكتوم، ومكان عامر أي معمور. وفي القرآن ﴿لَا عَاصِمَ الْيَوْمَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ﴾، أي لا معصوم.

في تقارب اللفظين واختلاف المعنيين

• هَجَدَ: إذا نام، وتَهَجَّدَ: إذا سَهَرَ. وقَرَعَ فلان: إذا أتاه القَرَعُ، وفُرِّعَ عنه إذا نُحِّيَ عنه القَرَعُ، وفي كتاب الله: ﴿حَتَّى إِذَا فُزِعَ عَنْ قُلُوبِهِمْ﴾، أي أُخْرِجَ القَرَعُ عنها.

من كتاب فقه اللغة وأسرار العربية

السعيد من لازم التقوى

اعلم أن الزمان لا يثبت على حال، كما قال عز وجل: ﴿وَتَبَلَّغَ الْآيَاتُ نَدَاوِلَهَا بَيْنَ النَّاسِ﴾، فتارة فقر، وتارة غنى، وتارة عز، وتارة ذل.

فالسعيد من لازم أصلًا واحدًا على كل حال، وهو تقوى الله عز وجل، فإنه إن استغنى زانته، وإن افتقر فتحت له أبواب الصبر، وإن عوفي تمت النعمة عليه، وإن ابتلي جمّلته.

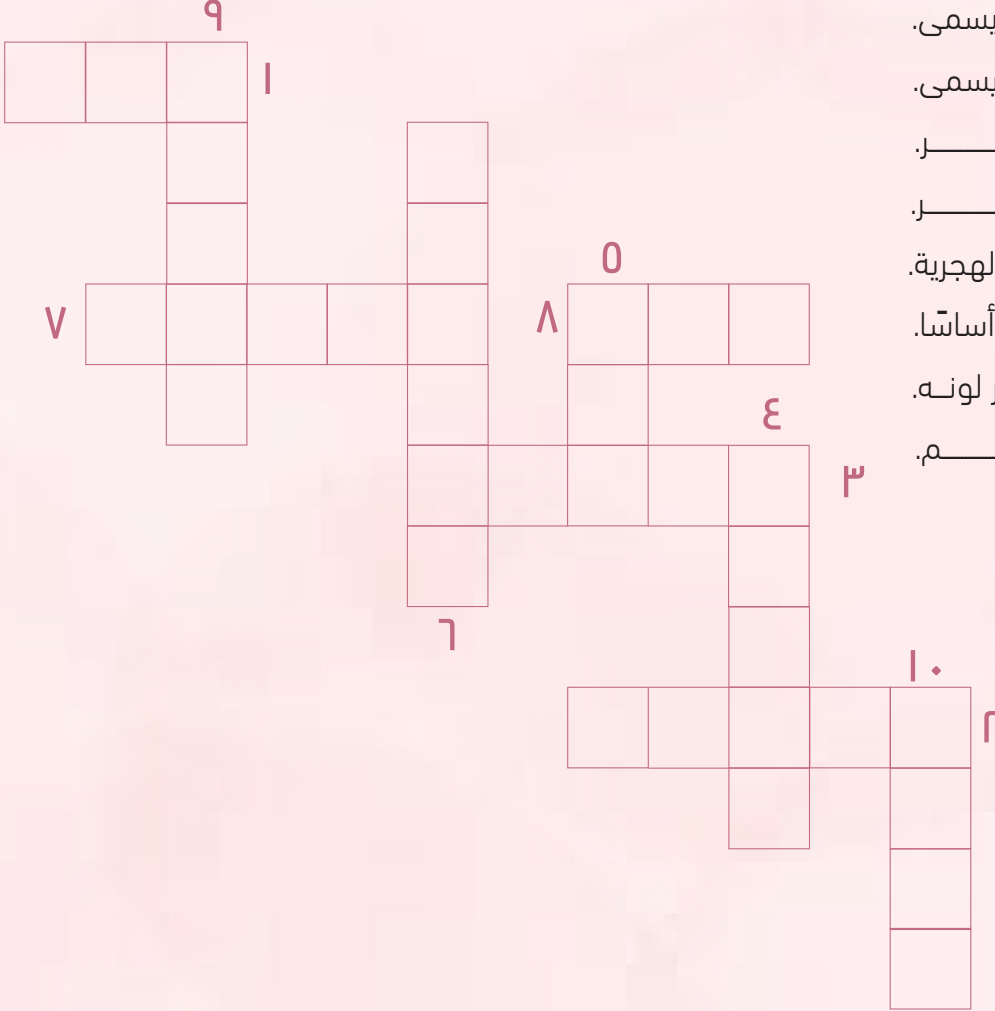
ولا يضره إن نزل به الزمان أو صعد، أو أعراه، أو أشبعه، أو أجاعه؛ لأن جميع تلك الأشياء تزول وتتغير، والتقوى أصل السلامة، حارس لا ينام، يأخذ باليد عند العثرة، ويواقف على الحدود.

والمنكر من غرته لذة حصلت مع عدم التقوى، فإنها ستحول وتخليه خاسرًا.

من كتاب صيد الخاطر

كلمات متقاطعة

- ١ الاعتراف بالنعمة والثناء على الله.
- ٢ حالة نفسية من الطمأنينة والاستقرار.
- ٣ التفكير بطريقة مشرقة يسمى.
- ٤ إنفاق المال بلا فائدة يسمى.
- ٥ ضد التذمُّر.
- ٦ الكوكب الأحمَر.
- ٧ اسم الشهر التاسع في السنة الهجرية.
- ٨ المادة التي يتكون منها الزجاج أساساً.
- ٩ الحيوان الذي يغير لونه.
- ١٠ عدد قارات العالم.



تطبيق "لياقتي" - الصحة والرياضة

المربع

• **الوصف:** تطبيق مخصص للنساء لمتابعة اللياقة البدنية، والوزن، وخطط التمارين المنزلية.

• المميزات:

- تدريبات مخصصة للنساء.
- نصائح غذائية.
- واجهة عربية سهلة الاستخدام.

• المجال:

الصحة والرياضة.

إجابات العدد السابق

- ١ الأسماك مثل السلمون والتونة، والمكسرات مثل الجوز، والبذور مثل الكتان والشيا
- ٢ سودة بنت زمعة، اسم المقال: نجوم في سماء المجد

أسماء الفائزات في مسابقة العدد السابق

- سنيل عصام الحناوي
- جنى فوّاز القصاب
- إيلاف درويش دعبول
- نور محمد البيطار
- البتول نمر السمر
- زهراء عبدالكريم الجوير
- حلا إبراهيم الإسماعيل
- شفاء بسام النجار
- نهى خليل حمود
- خنساء يحيى الأخرس
- زودة أحمد الابراهيم
- هيفاء مصطفى عجاج
- آلاء عبدالرحمن العيسى
- شريفة حسن عبدالكريم
- منى مراد الكويسم
- ملك عبدالرؤوف بدران
- خديجة محمد شنيور
- سجي محمود صويص
- حلا الحاج هنيدي
- منار أحمد محمد
- زينب حسابا
- تسنيم حسابا
- مؤمنة موفق عيون

مسابقة التّكيّة

١. الأكل العاطفي هو تناول الطعام كرد فعل للتخفيف من مشاعر الحزن أو الغضب؟
٢. الخلاف السائغ في مسائل الدين يكون في مسائل ليس فيها دليل قطعي الثبوت وقطعي الدلالة، فيكون سبب الخلاف راجعاً إلى عدم الدليل في المسألة أو الخلاف في ثبوت الدليل؟

تجددين الإجابات في مقالات العدد الثاني عشر

تنشر أسماء الفائزات في العدد القادم



كيف تربي الأم أبناءها على

عادات غذائية صحية؟

بقلم: أ. ميمونة خيتي

كثيرًا ما يشغل تفكير الأمهات هذا السؤال، وذلك لما يقع على عاتقهن من المسؤولية الأولى في بناء علاقة صحية بين أطفالهن والطعام، فليسنوات الأولى تأثير كبير على صحة الجسم فيما بعد، وما يظهر من أمراض أو سمنة أو غير ذلك من المشاكل الصحية في كثير من الأحيان يكون منشؤه من الصغر، إضافة إلى العادات التي يصعب تغييرها مع الزمن.

وهذه بعض النصائح والخطوات العامة التي يمكن أن تعين الأم على ذلك:

١-الطفل يتعلم بالقدوة والفعل أكثر مما يتعلم بالكلام، فإن كان يرى أمه وأباه يتناولن طعامًا صحيًا فسيفقدنهما مع الوقت.

وبالطبع ستختلف النتيجة إن كان الوالدان يكتفیان بالأمر الشفهي في حين يراهما الطفل يتناولن عكس ما يأمرانه به. فالقدرة على الالتزام بذلك منشؤها عادة الأسرة، ويسهل الأمر عندما تُكوّن هذه العادات منذ بداية إدخال الطعام للطفل في عمر الستة أشهر تقريبًا.

٢-عدم جعل الطعام -وبخاصة الحلوى- وسيلة مكافأة أو عقاب، فيرتبط ذلك عنده تلقائيًا بأن الحلوى مصدر سعادة يسعى دائمًا لتحقيقه والحصول عليه.

٣-من الوسائل كذلك إشراك الطفل "قدر

الاستطاعة" في تحضير طعامه ولو بشكل بسيط، وتقديم الطعام بطريقة جذابة، أو أن يكون على طبق محبب له، فهذا يجعله أكثر قابلية وحماسة لتناول طعامه.

٤-عدم الضغط الشديد على الطفل لإكمال طعامه، أو لتناول صنف لم يعجبه، يمكن التجريب والمحاولة مرات متعددة بطرق مختلفة وبصبر، لكن بدون الضغط والتهديد، فهذا قد يجعله ينفر منه كليًا. وإن لم يتقبله أبدًا فمن الممكن تقديمه بطرق أخرى أو إدخاله في أطعمة أخرى بحيث لا يشعر بذلك، مثلًا: إن كان لا يأكل البيض أبدًا وجربت أمه معه ذلك بشتى الوسائل، فمن الممكن صنع "بانكيك" صحي مع الفاكهة والعسل، بحيث يأكل البيضة كلها لوحده، وبهذا لن يشعر أنه أكل البيض، أو إذا لم يكن يتقبل أنواعًا من الخضار، فيمكن هرسها مع صلصة الطماطم وتقديمها مع الأرز والمعكرونة بحيث لا يشعر بوجودها.

٥-من الوسائل المهمة كذلك التقليل من وجود الأطعمة غير الصحية في المنزل، والأفضل عدم إحضارها مطلقًا إن أمكن، فإنها إذا كانت أمام عيني الطفل سيرغب بها دومًا ويفضلها على غيرها. وبهذه الطريقة يمكن للأم تقليل كمية تناوله للحلوى والتحكم بها إن تناولها خارج المنزل.

٦-ليس المقصود من ذلك المنع التام للحلويات المنزلية والمقرمشات، بل يمكن للأم استبدالها بدائل صحية، فعلى سبيل المثال: يمكن استخدام التمر أو الموز أو العسل كبديل للسكر أثناء خبز الكيك. ويمكن كذلك صنع بطاطا منزلية، مع استبدال القلي بالشوي بالفرن أو باستعمال القلاية الهوائية، أو أصابع الجزر والخيار مع الحمص أو "المسبحة" للتغميس، لتكون بدائل عن المقرمشات ورقائق البطاطا الجاهزة. ومع قدوم فصل الصيف يمكن استبدال الثلجات الجاهزة بثلجات



منزلية بالفواكه المجمدة، وكذلك
"الكوكتيلات" بخلط قطع الفاكهة الكاملة مع
الحليب. وقد سهّل الإنترنت في زماننا الحالي
الوصول إلى كثير من الوصفات ومشاهدتها.
7- في حال اعتياد الطفل على تناول أطعمة غير
صحية وتفضيله إياها على غيرها، فالمنع
التام المفاجئ ليس حلًّا، إذ قد يسبب هذا
تمسكًا بما يحب وبما يرغب، والحل في أن
تُقنَّ الخيارات غير الصحية التي يتناولها
قدر المستطاع وتحديد أوقاتها وأماكن
أكلها، وعدم الاستجابة لرغباته في أن يأكل
"أي شيء" في لحظات الجوع، فيصدِّه ذلك
عن تناول الوجبات الرئيسية المغذية. وإن
كان في عمر يعي فيه الكلام،
فيمكن الحديث معه على مرات
مختلفة بطرق غير مباشرة، وبالاستعانة
بالقصص عن أضرار هذه المأكولات
وأهمية الطعام الصحي لبنائه الجسمية
والعقلية. وكما ذُكر سابقًا يجب أن
يكون التغيير شاملًا للأسرة، لا للطفل
وحده.
وأخيرًا، احتسبي ذلك كله عند رب
العالمين، واعلمي أنه ما من شيء يضيع
هدرًا إن شاء الله إن احتسبت أن تبني جيلًا
صحيًّا صالحًا، قوي البنية قادرًا على أن يقوم
بما عليه من واجبات وطاقات، لا جيلًا هشًّا
عليلاً لا يقوى جسده على إعانته على ذلك.

حماية خصوصية أطفالنا في زمن التكنولوجيا

بقلم: م. ميمونة محبّك

أولاً: الرقابة الأبوية بحنان وحكمة

لا داعي للشعور بالذنب عندما نستخدم أدوات الرقابة الأبوية. هي ليست عدم ثقة، بل حب وعناية. وهذه الأدوات تساعدنا على:

- تحديد وقت الشاشة بطريقة عادلة ومناسبة لعمر كل طفل
- حظر التطبيقات والمواقع التي لا تناسب براءة طفولتهم

- مراقبة نشاطهم بلطف لنعرف مع من يتحدثون وماذا يشاهدون

من أجمل الأدوات التي أنصح بها:



• Google Family Link

• Screen Time

بحسب دراسة من اليونيسف تقلل هذه الأدوات بشكل ملحوظ من تعرض الأطفال للمخاطر، لكنها لا تغني أبداً عن حوارنا الدافئ والمستمر معهم.

ثانياً: حماية خصوصيتنا كعائلة

كأمهات، غالباً ما نشارك صور أطفالنا بكل فخر، لكن يجب أن نكون في غاية الحذر، فخصوصية أطفالنا هي حق من حقوقهم، وليست مجرد "صورة لطيفة".

نصائح قلبية

- تجنبني مشاركة معلومات حساسة مثل اسم المدرسة، أو الموقع الدقيق، أو حتى الروتين اليومي.

- راجعي إعدادات الخصوصية في حساباتك كلها واجعليها "الأصدقاء فقط" أو "خاصة".



في عالم اليوم الرقمي السريع أصبحت حماية أطفالنا من المخاطر الإلكترونية أولوية كل أم. نحن نريد لأبنائنا أن يستمتعوا بفوائد التكنولوجيا، لكن في الوقت نفسه نريد حماية براءتهم وخصوصيتهم وأمانهم النفسي. وهذه المقالة مكتوبة من قلب أم إلى قلب كل أم، لنستعرض معاً أهم التقنيات والطرق العملية التي تساعدنا على بناء درع رقمي نون يحمي فلذات أكبادنا.

مع انتشار الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية بين الأطفال من سن مبكرة زادت المخاطر، فمن التمرر الإلكتروني، إلى انتهاك الخصوصية، مروراً بالتعرض لمحتوى غير مناسب. ونحن كأمهات نتحمل مسؤولية كبيرة ونبيلة في أن نكون الدرع والدليل في الوقت ذاته (Livingstone et al., 2017).





• استخدمي كلمات مرور قوية ومختلفة، وفعلّي التحقق بخطوتين (Two-Factor Authentication) تؤكد وكالة الأمن السيبراني الأوروبية أن ضعف كلمات المرور هو أحد أكثر الأخطاء شيوعًا، والتي تؤدي إلى اختراق الحسابات.

ثالثًا: تأمين بيتنا الرقمي (شبكة الواي فاي)

شبكة الإنترنت المنزلية هي مثل باب بيتنا، يجب أن نحميه جيدًا. إليك ما يمكنك فعله بسهولة:

- غيّرِي كلمة مرور الراوتر دوريًا (كل ٦ أشهر مثلاً)
- فعّلي خاصية تصفية المحتوى
- أنشئي شبكة ضيوف منفصلة للأطفال (Guest Network) حتى لا يصل نشاطهم إلى الأجهزة الرئيسية
- دومًا ما تذكّرنا تقارير المركز الوطني للأمن السيبراني بأن الشبكات المنزلية الضعيفة هي البوابة الأسهل للمهاجمين.

رابعًا: الألعاب والتطبيقات.. بحذر وحب

يمكن للألعاب الإلكترونية أن تكون ممتعة، لكنها قد تكون كذلك مكانًا للتواصل مع الغرباء أو للتعرض لإعلانات غير مناسبة، لذلك:

- اختاري الألعاب والتطبيقات المناسبة لعمر طفلك بعناية
- اعطّلي خاصية الدردشة داخل اللعبة قدر الإمكان
- اقرّئي التقييمات والمراجعات قبل التحميل
- وفقًا لتقرير Common Sense Media كثير من التطبيقات "اللطيفة" تحتوي على عناصر تفاعلية قد تعرض أطفالنا لمخاطر غير متوقعة.

خامسًا: التوعية الرقمية.. أجمل هدية نقدمها

لأطفالنا

التقنية مهمة، لكن أجمل ما نفعله كأهات هو أن

نتحدث مع أطفالنا بصراحة وحنان. علمهم:

- ألا يتحدثوا مع الغرباء على الإنترنت أبدًا
- ألا يضغطوا على أي رابط أو يفتحوا رسائل من مصادر مجهولة
- أن يأتوا إليك فورًا إذا شعروا بشيء غريب أو مزعج
- عندما يشعر الطفل بالثقة والأمان مع أمه، يصبح أكثر قدرة على حماية نفسه.

ختامًا..

نحن كأهات لا نبحث عن الكمال، بل عن التوازن، التوازن بين السماح لهم بالاستكشاف وبين حمايتهم بحنان، بين الثقة وبين الحذر، وبين التقنية وبين التربية.

عندما نجمع بين أدوات الرقابة الذكية والحوار العاطفي والتوعية المستمرة؛ نبني "درع حب رقمي" يحمي أطفالنا، ويسمح لهم بالنمو بأمان وثقة في هذا العالم الرقمي الجميل، والخطر في الوقت نفسه.

أنتِ لست وحدك في هذه الرحلة يا عزيزتي، كلنا أمهات، وكلنا نهتم.

المراجع:

1. Livingstone, S., et al. (2017). Children's online risks and opportunities.
2. UNICEF. (2020). Child Online Protection Guidelines.
3. European Union Agency for Cybersecurity. (2021). Cybersecurity and Privacy Guidelines.
4. National Cyber Security Centre. (2022). Home Network Security Guide.
5. Common Sense Media. (2023). Kids Media Use Report.

ثم ذكر تعدد أغراض البيوت ومنافعها في آيات القرآن الكريم، فمن ذلك أن البيوت نعمة، وأنها مكان للدخار ومخزن الأسرار، وأنها مكان للعبادة، كما أنها كذلك مكان للعقوبة وتقليل فرص الفساد، وأنها أيضًا مكان لعدة المرأة المطلقة، وأخيرًا هي كذلك لضرب الأمثال والعبرة كما في بيت العنكبوت، وشرح المقصود تحت كل نقطة.

ثم انتقل الكاتب إلى ذكر أمثلة لبيوت لها شأن وأثر في زمن النبوة، وذكر الأحداث المهمة التي حصلت في هذه البيوت، كدار الأرقم بن الأرقم، وبيت أبي بكر الصديق رضي الله عنه، وبيت أبي أيوب الأنصاري رضي الله عنه، وبيت أنس بن مالك رضي الله عنه، وأخيرًا بيت رملة بن الحارث الأنصارية وزوجها معاذ بن الحارث بن رفاعة رضي الله عنهما.

ثم بدأ بشرح عناية الإسلام المبكرة بالبيوت، وكيف يتم ذلك منذ البداية من لبنة الأساس، بدءًا من اختيار الزوجين، مرورًا بالأمور التي يمكن فعلها في الحياة اليومية كدعاء الدخول والخروج من المنزل، ومنع ما يمنع دخول الملائكة إلى البيوت.

ثم انتقل إلى موضوع مهم وهو العوامل المؤثرة في التربية في البيوت، ومنها ما قد لا ينتبه المرء له كثيرًا ولا يعيره اهتمامًا كبيرًا، لكن له الأثر إن شاء الله تعالى، فعلى الأبوين أن يستفرغا ما في وسعهما في سبيل ذلك، والهداية توفيق من عند الله تعالى، فذكر نقاطًا عديدة تحت كل منها شرحًا لمقصوده، فمن ذلك: استشعار مسؤولية الرعاية وتحملها، وذكر الله والصلاة في البيوت، ووجود القدوة الحسنة في البيت، وتفاهم الزوجين على أدوار الرعاية، والدعاء.

بعد ذلك ذكر الكاتب آيات ووسائل تؤلف قلوب الآباء والأبناء وتجعلهم يتقبلون التوجيهات والنصائح بصدق

عرض كتاب كيف نجعل من بيوتنا سكنًا؟

إعداد أ. ميمونة خيتي



يعرض هذا الكتاب للأستاذ سليمان بن حمد العودة وقفات ولطائف في تربية البيوت وأهميتها والمخاطر التي تهددها.

وهو كتاب ثمين ومهم لكل أسرة مسلمة تريد الحفاظ على هويتها وقيمها، إضافة إلى أنه سلس المعاني والأفكار والأسلوب.

بدأ الكاتب أولًا في توضيح سبب ذلك وأهميته، وذكر أسبابًا متعددة، منها: الاستجابة لأمر الله تعالى، وأنها نداء الفطرة ومطلب العقل، وأنها الحصون الأولى والهدف الأول المراد تحطيمه واخللة أركانه.

ثم انتقل إلى ذكر أنواع البيوت وتفاضلها، حيث إن بيوت الله هي أكرم البيوت وأعظمها، يليها بيوت الأنبياء صلوات الله عليهم، ثم بيوت النبي ﷺ، وهي حجرات زوجاته، ثم بيوت خير القرون صحابة رسول الله ﷺ، يليها بيوت المسلمين عمومًا وهي المقصودة في هذا الكتاب، يأتي بعدها بيوت من لا يعقل، جاء ذكرها في القرآن لحكمة أرادها الله تعالى، مثل بيت العنكبوت والنمل.

رحب، فذكر منها الكلمة الطيبة، وجلسة الأسرة، واستضافة الأضياف للبيت، والزيارات الهادفة، وكذلك الرحلات الماتعة، وأشار إلى أهمية وجود مكتبة منتقاة في البيت، وأيضًا إلى أهمية وجود مجموعة واتساب تضم الأسرة مع هذا التقدم الرقمي، واستغلالها فيما يفيد ويصلح الأولاد، وأوضح كذلك أهمية تنمية مهارات الجنسين، ثم أورد نقطة هامة وهي طريقة معالجة الأخطاء في البيوت، فذكر أساليب مفيدة يمكن اتباعها في ذلك، ومن الأمور الهامة أيضًا العدل بين الأولاد وإن كان هناك ميل قلبي لأحدهم.

بعد ذكر الوسائل والعوامل المؤثرة والمهمة في التربية انتقل الكاتب إلى ذكر مهددات التربية في البيوت وواجبات الوالدين تجاهها، فذكر أن عدم الإحساس بالمسؤولية أو ضعف تربية الأولاد والبنات عنصر مهم من عناصر الانحراف ومهدد بالفساد، ومن الأمور كذلك توفر آلات الإفساد وعدم التحكم بها، كالقنوات الفضائية السيئة التي تعرض المسلسلات والأفلام الماجنة، أو كوسائل التواصل الاجتماعي التي غزت كل البيوت والهواتف، وتُرك الأبناء معها دون رقيب.

من الأمور كذلك المخدرات والمسكرات ومقدماتها، وأعظم ناقل لهذا الداء أصحاب السوء،

رحب، فذكر منها الكلمة الطيبة، وجلسة الأسرة، واستضافة الأضياف للبيت، والزيارات الهادفة، وكذلك الرحلات الماتعة، وأشار إلى أهمية وجود مكتبة منتقاة في البيت، وأيضًا إلى أهمية وجود مجموعة واتساب تضم الأسرة مع هذا التقدم الرقمي، واستغلالها فيما يفيد ويصلح الأولاد، وأوضح كذلك أهمية تنمية مهارات الجنسين، ثم أورد نقطة هامة وهي طريقة معالجة الأخطاء في البيوت، فذكر أساليب مفيدة يمكن اتباعها في ذلك، ومن الأمور الهامة أيضًا العدل بين الأولاد وإن كان هناك ميل قلبي لأحدهم.

بعد ذكر الوسائل والعوامل المؤثرة والمهمة في التربية انتقل الكاتب إلى ذكر مهددات التربية في البيوت وواجبات الوالدين تجاهها، فذكر أن عدم الإحساس بالمسؤولية أو ضعف تربية الأولاد والبنات عنصر مهم من عناصر الانحراف ومهدد بالفساد، ومن الأمور كذلك توفر آلات الإفساد وعدم التحكم بها، كالقنوات الفضائية السيئة التي تعرض المسلسلات والأفلام الماجنة، أو كوسائل التواصل الاجتماعي التي غزت كل البيوت والهواتف، وتُرك الأبناء معها دون رقيب.

من الأمور كذلك المخدرات والمسكرات ومقدماتها، وأعظم ناقل لهذا الداء أصحاب السوء، فعلى الوالدين معرفة من يصاحب أولادهم ومتابعتهم.

من هذه الوسائل أيضًا شدة الغضب والتصرف الأحمق، فالغضب مهدد كبير للبيوت، وذكر الكاتب هنا وسائل تعين على إذهابه.

ومن المهددات كذلك كثرة الغياب، خاصة إن كان دون ضرورة، فيبقى البيت دون رقيب أو موجه،



لأن الله يعلم

إيناس سعيد الفوال

مساء الخير، ثم..
لعلك الآن تجلس بصمتٍ لا يراك فيه أحد وتحسب أن ما يدور في صدرك لا يعلمه سواك..
تفكر في مسألةٍ استعصت عليك، تبحث لها عن مخرجٍ يُرضي الله قبل أن يُريح قلبك، وفي همٍّ أثقل كتفك، تحاول أن تحمله بثبات المؤمن، وفي قلبك حين يتقلب بين خوفٍ ورجاء، وفي روحك حين تضعف قليلاً كلما مرّت بها شدة..
ترتب شؤون أهلك وكأنك خلقت لتكون لهم عوناً، تخفي تعبك كي لا يزداد تعبهم، وتبتسم كي لا تتكاثر الغيوم فوق رؤوسهم..
كأنك تحمل القلوب كلها في قلبك، وربما تفكر في القادم المجهول، في غدٍ لا تعلم ملامحه، تحاول جمع أوراقي تناثرت، وترميم ما خلفته ابتلاءات الطريق..
كم نظنّ أننا وحدنا في هذه المعركة الصامتة، وما علمنا أن الله أقرب إلينا من أفكارنا، يعلم خفايا صدورنا، وسرّ ارتجافه الدعاء في جوف الليل، ويحصي دمة لم يشهدها بشر..

{أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ}

هو اللطيف الذي يسوق لك الأقدار برفقٍ وإن بدت قاسية، وهو الخبير الذي يعلم أنك ما أردت إلا الخير، وأنت تحاول.. وتحاول..
فاهداً قليلاً..

ما دمت مع الله فلست وحدك، وما دام قلبك يرجع إليه كلما اضطرب فأنت في مأمنٍ وإن اهتزّ الطريق..
سلم له أمرك، وأحسن ظنك به، فإن الذي دبر أمرك وأنت في رحم أمك لن يتركك وأنت تسير إليه بقلبي صادق..
واطمن..

فما دام في صدرك دعاء، وفي عينيك دمة صدق، وفي قلبك نية خير، فإن يد الله التي حفظتك سراً ستقودك نوراً إلى حيث الطمأنينة التي تبحث عنها.

سجل يا تاريخ.. دمشق لنا..

أريج رضوان الخطيب

أولى خيوط الشمس تشرق على قلوبنا الحرّة، وعلى بلادنا التي أبصرت فجر الكرامة والأمل للمرة الأولى بعد سقوط طاغية الزمان، ذلك الطاغية الذي فرّ هارباً تاركاً خلفه أثراً سنمحوه بجهود أرواحنا التي انتظرت هذه اللحظة أعواماً عديدة.

أستطيع الآن أن أقرأ الفرح في وجوه الرجال، دموع النساء، وابتسامة الأطفال؛ على أوراق الشجر، وعلى الأبنية التي أرهقها الدمار ولكنها لا تزال شامخة بالأمل الذي حلّ عليها أخيراً.

عدنا لنطلق على الأشياء مسماها الحقيقي بلا تشفير أو تحريف، خشية أن نقع في الهلاك. عدنا للصلاة في المساجد، في المدارس والجامعات، بلا عبء الطاغية الذين أرهقوا آلاف الأرواح.

إلى أرواح الشهداء الذين ساهموا في احتفالنا بتحرير الأرض، وأن نهتف بالصوت العالي أن سوريا لنا إلى الأبد، لشعبها وأهلها، وليست للظلم والهلاك؛ ألف رحمة على أرواحكم الطاهرة، وألف سلام لجهودكم الجبارة.

وإلى أبناء سوريا الذين نالوا الحرية والحياة: إن سوريا الآن أمانة بين أيديكم، وإن هذه الأرض هي أرضكم، فحافظوا عليها بالحب، بالاحترام، بالتقدير، بالنظافة، وبالإيمان.

سجل يا تاريخ، سجل: دمشق لنا إلى يوم القيامة.

إليك، قبل أن أغيب..

ساره محمود أمين

كنت أعلم أن الفراق يوشك أن يطرق الباب، لكنني لم أتصور أنني سأقف أمامك على هذا النحو، كمن يُنتزع قلبه من بين أضلعه.

كم حاولت أن أتماسك، أن أبدو صلابة أمام عينيك، غير أن ارتعاشة الصوت فضحتني.

تسألني نظراتك: إلى أين؟ ولماذا؟

وأنا أتهرب من الإجابة كمن يطارد سراً.

أردد في داخلي: ما كنت يوماً راغبة في الرحيل، وما اخترت البعد طوعاً، بل أُخرجت كما يُقتلع الغرس من ترابه، وكما يُجرف النهر من مجراه.

أحاول أن أطمئنك، فأمدّ كفي نحوك، كأني أودّ أن أسكت دموعك، لكن يدي تسقط في الفراغ، وأدرك أن بيننا هوة لا تُردم. آه، لو تعلم كم تركت مني هنا، كم قطعة من روحي التصقت بجدرانك، كم نبضة

تاهت في أزقتك، كم طلقاً ما زال عالقاً على عتباتك..

أقول لك هامساً، ولا يسمعني غيرك:
"سامحني.. لم أذكُك يوماً، ولم أختَر غيرك مأوى،
لكن الريح عصفت بي، فألقتني بعيداً. اعلم أنّي ما
زلتُ لك، كلّ لك، وإن تباعدت الدروب".
يخيل إليّ أنك تجيب:

"وما جدوى الوعود؟ كل الذين أحببتهم تركوني،
وكلّ من غفرتُ لهم الغياب عادوا فغابوا من جديد.
أنا مثقل بالخذلان.."

أرتجف.. كأن سهاقاً اخترقت صدري، لكنني أقاوم
اليأس، وأقول بنبرة تشبه القسم:

"لن يطول غيابي، سأعود. قد تسبقني العواصف
والسنون، قد يطول الطريق وتتعثّر الخطى، لكنني
سأعود، سأعود ولو زحفت على أنفاسي، سأعود
كما يعود العاشق إلى حضيّ لم يعرف غيره، وكما
يعود النهر إلى مجراه مهما غاب".

أصمتُ، وأنت تصمت، لكن الصمت هنا أبلغ من
الكلام. في داخلي أسمع جرساً بعيداً، يرنّ كأنه
ينادي موعداً آتياً.

أسمع ضحكاتٍ قديمة تتردّد بين أروقة غائبة، وأشمّ
رائحة الخبز الحارّ تتسلّل من نافذة مكسورة، وأكاد
ألمح أطفالاً يركضون في الطرقات وهم يحملون
أحلام الغد.

ألثقتُ إليك آخر مرة، أخشى أنّ هذه النظرة قد
تطول أعواماً، أخشى أن يبهت وجهك في ذاكرتي
إن طال الفقد، فأطبع في داخلي صورتك، نقشاً لا
يمحوه الزمن، وأمضي، لكن قلبي ظلّ خلفي، ظلّ
معك.

الفتاة التي يصنعها الإيمان

حبّية سمير دعاس

الفتيات حين يقتربن من الله يزهو في أرواحهن نور
مختلف، نور الطمأنينة الذي لا يُشبهه شيء.

العلاقة بين الفتاة وربها ليست مجرد عبادات تؤدي،
بل هي حوار يومي صادق، دعاء يُرفع في الخفاء،
ودمعة خشية لا يراها أحد.

حين تحافظ الفتاة على صلاتها، وتعتنى بقلبها كما
تعتنى بمظهرها، تصبح أقوى مما تظن، لأن مصدر
قوتها متصل بالسماء.

الدين يمنح الفتاة توازناً جميلاً بين قلبي رقيق وعقلٍ
واعٍ، بين أحلام كبيرة وقيم راسخة.

يعلمها أن رضى الله هو المكسب الحقيقي، وأن كل
صبر تؤجر عليه، وكل نية صادقة تُكتب لها خيراً.

الفتاة القريبة من ربها تعرف أن تعثرها لا يعني
النهاية، بل بداية رجوع أجمل، وأن الاستغفار يجبر

الخواطر، وأن القرآن صديق لا يخون.
ما أجمل أن تكبر الفتاة وهي تشعر أن الله معها في
تفاصيل يومها، في قراراتها، في خوفها وأمانيها.
بذلك تصبح حياتها أكثر عمقاً ومعنى، ويصبح أثرها
فيمن حولها أصدق وأبقى.

الليل.. مرفأ الأرواح المتعبة..

عائشة حسن طنبج

يا لسحر الليل حين يعمّ السكون، وتتوارى الأصواتُ
خلف ستائر الحنين، كأنّ الكون بأسره يُنصتُ لهميس
الأرواح المتعبة، ويُرَبّتُ على جراحها بنورٍ ناعمٍ من
قمرٍ حنون.

في هدأة الليل تُغسلُ القلوبُ من غبارِ النهار، وتصيرُ
الأحلامُ أقرب، كأنّها تطلُّ من شرفات السماء،
وتهمسُ: "اشتِه ما شئت.. فإنّ لله عطايا لا تُردّ".

النجومُ تتلألأ كعيون من انتظروا طويلاً، والنسائمُ
تمرُّ على الأرواح كأنّها رسائل طمأنينة، كأنّ الليل
يقول:

"تمهّل، فما فاتك، لم يكن لك، وما تنتظره، يعرفُ
الطريق إليك".

ليس الليلُ عتمةً كما يراه العابرون، بل هو مرفأٌ
للأمل، وسجادةٌ ضوءٍ تُبسّطُ للعائدين من متاهاتِ
العالم، هو الوقتُ الوحيد الذي نُشبهه فيه أنفسنا،
حين تخنفي الأقنعة، ونبقى على طبيعتنا، أنقياء،
راغبين، مُرهفين..

الليلُ وعدٌ مؤجّلٌ بالفرح، وإن طال انتظاره.

لأنّ باب الله لا يُخلق

دعاء زهير دوماني

في سكون الليل العميق، حين تنامُ العيون وتخفّ
الأصوات، أرفعُ يديّ بخجلٍ كأنني أعودُ إلى بابِ
أعرفه منذ زمن، وأهمسُ بدعائي، ويقيني بأنّ الله
لن يردّ دعائي، لأنّه الملجأ الوحيد الذي ألتجئُ إليه
في غربتي. وعندّ مناجاتي لله تعالى تزولُ همومي
وأحزاني، فأنا لا أحملُ همّ الإجابة، لأنني سلّمتُ
أمرّي لمن بيده كلُّ شيء، ومن سلّم قلبه لله ما
خاب أبداً.



ارتقاء بناء غرس

www.hayatassoc.org

[f](https://www.facebook.com/hayat.assoc) [@](https://www.instagram.com/hayat.assoc) hayat.assoc

