يا سادة يا كرام

almeshar@hotmail.com
@almeshariq8
عبدالمحسن محمد المشاري

داعش والدولة الإسلامية شيء غريب

تذكرت داعش وماذا يريدون.. وتذكرت الكلمات التي قرأتها منذ فترة طويلة للمرحوم بإذن الله الراحل د.مصطفى محمود عندما قال: لقد حاربنا إسرائيل وحطمنا خط بارليف وعبرنا سيناء دون أن ننقلب إلى حكومة إسلامية، وقد حاربنا التتار وهزمناهم ونحن دولة مماليك وحاربنا بقيادة صلاح الدين القائد الكردي وكسرنا الموجة الصليبية ودخلنا ونحن دولة مدنية لا دولة إسلامية، وكنا مسلمين طوال الوقت وكنا نحارب دفاعا عن الإسلام في فدائية وإخلاص من دون تلك التشكيلة السياسية التي اسمها "حكومة إسلامية"، ولم نقم للإسلام دولة إسلامية بالمعنى المفهوم إلا في عهد الخلفاء الراشدين.

لا تخدعونا بهذا الزعم الكاذب بأن الإسلام من دون حكم إسلامي فهي كلمة ظاهرها الرحمة وباطنها العذاب، والإسلام موجود بطول الدنيا وعرضها وهو موجود كأعمق ما يكون الإيمان بدون حاجة إلى تلك الأطر الشكلية، اغلقوا هذا الباب الذي يدخل منه الانتهازيون والمتآمرون والماكرون والكذبة، إنها كلمة جذابة كذابة يستعملها الكل كحصان طروادة ليدخل إلى البيت الإسلامي من بابه لينسفه من داخله وهو يلبس عمامة الخلافة ويحوقل ويبسمل بتسابيح الأولياء إنها الثياب التنكرية للأعداء الجدد.

□□□

الحياة الديموقراطية هي سبيل الشعب الذي يحترم إرادته في الحياة الحرة، ولا كرامة من غير حرية ولا حرية من غير كرامة.

□□□

"نحن في حيص بيص" بعض نواب الأمة ضاعوا ولم يعرفوا طريق السياسة وبعض رجال الحكومة ينتظرون سقوط الحكومة.

□□□

الدين دش في السياسة والسياسة دشت في الرياضة والرياضة دشت في الاقتصاد يعني السالفة عفسة وماحد ضايع فيها إلا البلد.

للسطور عنوان

Twitter: family_sciences
Instagram: family_sciences
شيخة عيسى

الموسوعة الرمضانية
شهر رمضان والشخصية المتكاملة (3)

استكملت في مقال الأسبوع الماضي جوانب الشخصية المتكاملة، العقلي والجسمي والاجتماعي والروحي، وأستكمل الجانب الأخير لها، وهو الجانب الانفعالي، تلك الجوانب التي تكفل الحفاظ على اتزان قوام الشخصية والحفاظ على البناء النفسي والاجتماعي لها بشكل إيجابي، وكما نوهت سلفا، أن شهر رمضان فرصة قيمة للتدريب وإعادة بناء ما قد أهمل منها وانحرف.

خامساً: الجانب الانفعالي:

ضبط الانفعال أمر له قيمته في الحياة، لكونه القائد الأول لأفكارنا ومشاعرنا وتصرفاتنا وسلوكياتنا، ومما يكفل لنا حياة سعيدة أكثر مرونة، فالانفعال هو عبارة عن حالة شديدة تنتاب الإنسان، تصحبها تغيرات فسيولوجية داخلية تظهر على شكل ألفاظ وسلوكيات.

فصاحب الشخصية الإيجابية المتكاملة هو من له القدرة على ضبط انفعالاته والسيطرة عليها، سواء كانت فرحا أو غضبا... إلخ من الانفعالات، وضبط الانفعال أمر نفسي يحتاج إلى تدريب، ويتبع في ذلك القواعد التالية:

1 ـ قال رجل للنبي ﷺ: أوصني. قال «لا تغضب» فرددها مرارا، قال «لا تغضب»، وذلك لما للغضب من انعكاسات سلبية تؤثر على الفرد نفسه صحيا وعلى من حوله اجتماعيا ونفسيا، فالغضب يؤدي إلى اضطرابات جسمية كارتفاع ضغط الدم، إلى جانب انفجارات نفسية قد تصل للموت، وللغضب أثر على من حولنا من خلال ردود الأفعال من شتم وقذف وضرب.

2 ـ الوضوء والتعوذ من الشيطان الرجيم حل للشخصية القوية في إدارة الغضب أو الحزن، فعن سليمان بن صرد قال: كنت جالسا مع النبي ﷺ ورجلان يستبان، واحدهما قد احمر وجهه وانتفخت أوداجه (من الغضب)، فقال رسول الله ﷺ «إني لأعلم كلمة لو قالها لذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم ذهب عنه ما يجد».

3 ـ عند الغضب والانفعال يكون الصمت أو السكوت الحل الأمثل، خاصة مع أبنائنا، فلا يمكن أن يكون الإنسان تربويا وهو منفعل، فلابد من ضبط الانفعال، وأفضل طريقة هي السكوت، حيث يقول الرسول ﷺ «ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»، وكذلك يقول ﷺ «يسروا وعلموا (ثلاث مرات)، وإذا غضبت فاسكت (مرتين)».

4 ـ ضبط انفعال الغضب أو الحزن أو الفرح بالوضوء والصلاة والحمد والشكر، كذلك الطيبة الزائدة قد تؤثر بشكل أو بآخر على انفعالاتنا، فقد توقعنا بالنفاق وتصرف تصرفات فوق طاقة رغباتنا الداخلية.

فضبط الانفعال عملية لها قيمتها وانعكاساتها الايجابية على بناء قوام شخصية ايجابية متزنة، فالانفعال المعتدل ينشط التفكير ويزيد من همة العمل والإنجاز، إلى جانب التمتع بصحة نفسية عالية الجودة، أما الانفعال الشديد فهو معوق للتفكير، ويشل الإرادة ويفقد السيطرة عليها، وبذلك يحبط الأعمال وعواقبه وخيمة، فالانفعالات قد تكون سارة كالفرح أو مؤلمة كالحزن، وقد تكون بسيطة كالغضب أو مركبة كالغيرة، ونضج تلك الانفعالات واتزانها شرط من شروط الصحة النفسية.

فصاحب الشخصية الايجابية هو من يسيطر على تلك الانفعالات، محافظا على الهدوء النفسي والاتزان، مدعما تلك النفسية بالإكثار من الذكر الذي يكفل ضبط الأمور، وفي رمضان فرصة لتدريب النفس على ضبط انفعالاتها بشكل أكبر صحيا ونفسيا واجتماعيا، فيقول الرسول ﷺ «من صام رمضان ايمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه» ويقول ﷺ «... والصيام جُنة، فإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث (لا يلفظ الكلام الفاحش)، ولا يصخب، فإن سابه أحد أو قاتله فليقل: اللهم إني صائم».

ولضبط الانفعال فائدة تنعكس تربويا على أبنائنا، فمن كان صاحب شخصية متزنة ذات صحة نفسية عالية متزن الانفعالات، فإن ذلك ينعكس على نفسية أبنائه بأن يكونوا مثل قدوتهم في ذلك، متعلمين أساليب بناء شخصية إيجابية متكاملة، وذلك من خلال الملاحظة والتلقين.

نلتقي الأسبوع القادم وموضوع جديد للموسوعة الرمضانية.. «تقبل الله طاعتكم وصيامكم».

تجارب حياتية

د. جاسم المطوع

6 أفكار ذكية لامتلاك قلب المرأة

وصلتني رسائل كثيرة بعد كتابة مقالنا السابق حول 6 أفكار ذكية لامتلاك قلب الرجل، تطلب هذه الرسائل 6 أفكار ذكية في امتلاك قلب المرأة، فحرصت على ان أكتبها لنكون قد ساوينا بين الجنسين في مقالين متماثلين، ومما شجعني أكثر على الكتابة في هذا الموضوع ما رأيته من نتائج إيجابية وصلتني من النساء اللائي عملن بالأفكار الست التي كتبتها في المقال السابق، واليوم نريد من الرجال كذلك العمل بهذه الأفكار الست ليملكوا قلوب زوجاتهم وهي علي النحو التالي:

أولا: كن مستمعا جيدا: الكلام بالنسبة للمرأة مسألة مهمة، فهي تحب الكلام لأن الكلام يحرك عاطفتها وخيالها ويشعرها بالراحة، فإذا وجدت الشخص الذي يسمعها ويتفاعل مع حديثها وإن لم يكن مؤيدا لما تقول فإن هذا يسعدها، وإذا شاركها من يستمع إليها بالحديث وتحمس لموضوعها فإن ذلك غاية ما تتمناه، ولو كان مع الاستماع النظرة الحانية واللمسة الخاطفة فإن ذلك أكثر ما يأسر المرأة.

ثانيا: المفاجأة والتغيير: المفاجآت في عالم المرأة لها تأثير كبير، وخاصة إذا كانت هذه المفاجأة هدية تقدم لها بمناسبة يوم ميلادها، أو يوم زواجها، أو بمناسبة مرور عشر سنوات على زواجها، أو عند ولادتها، أو بمناسبة نجاح أولادها في الدراسة التي كانت هي السبب في تعليمهم، فالمفاجأة تراها المرأة نوعا من الاهتمام والتقدير لها، وتراها كذلك دليل حب لأن الرجل الذي يفاجئ زوجته بهدية أو سفرة أو عزيمة لمكان مساج جسدي، تفهمه المرأة أنه يفكر فيها ويحبها وهذا يعني أنها رقم واحد في حياته وعندها يتحقق امتلاك قلبها.

ثالثا: يشعرها بأهميتها: ولعل هذا أكثر ما تحتاجه المرأة لتشعر دائما بأنها الحبيبة والمقربة، فتكرر السؤال عليه بـ «هل أنت تحبني؟ أو هل أنت اشتقت إلي؟ أو هل أنت افتقدتني؟» لأنها تريد أن تسمع ما يؤكد أهميتها في حياة الرجل، ولهذا أكثر ما يؤذي المرأة خيانة الرجل لها لأن الخيانة تضرب أهمية وجودها في حياته، وأكثر ما يشعرها بأهميتها عندما يخلص لها، وهناك أمثلة صغيرة تشعرها بأنها مهمة مثل أن يذهب معها للسوق أو يحمل أكياسها عندما تشتري حاجاتها، أو يستشيرها في أموره الخاصة، أو يفاجئها بكلمة «أحبك» بين فترة وأخرى أو يمسك يدها فجأة ويهمس بأذنها بكلمة لطيفة، وأن يمدح عملها وشكلها وكلامها وحسن تصرفها ، وإني أعرف رجلا يأمر زوجته تحلق له شعره وتقلم أظافره وتضع الحنة في لحيته وهي سعيدة بذلك لأنها تشعر بأهميتها بحياته.

رابعا: يدعمها باهتماماتها: فالمرأة بعدما ترزق بالأبناء يكون اهتمامها مركزا على أبنائها، فلو دعم زوجها اهتمامها بتثقيفها وإشراكها بالدورات ومساعدتها في تربية أبنائها فإنها تسعد بذلك، ولو كان عندها اهتمام تعليمي وهيأ لها المناخ المناسب للنجاح فإنها ستكون سعيدة، ولو كان لديها اهتمام بتأسيس مشروع خاص خيري أو تجاري فإنه يقف معها ويساعدها في مشاكلها، ففي مثل هذه المواقف سيمتلك قلبها ويزداد حبها له لأنها لا تشعر بالوحدة في أعمالها وإنما يقف هو بقربها ويساعدها ويدعمها.

خامسا: ان يكون مستشارها النفسي: المرأة تحب أن تفضفض ما في نفسها وأن تأخذ رأي شخص آخر في حياتها، حتى لو كانت مقتنعة برأيها وتعلم أنه صواب ومع ذلك تحب أن تتأكد أن القرار الذي اتخذته صحيح، فإذا لعب الرجل مع زوجته دور المستشار النفسي فيستمع لما تقول ويتفاعل مع مشاكلها ويقدم لها بعض الاقتراحات فإنها ستشعر بالأمان حتى ولو لم تأخذ برأيه أو أن تعمل به، بل أحيانا المرأة تتصل بالرجل ليس من أجل موضوع معين ولكن فقط لأنها تريد أن تسمع صوته لأن صوته يشعرها براحة قد لا يفهما الرجل ويتهمها بإضاعة الوقت.

سادسا: يشعرها بالأمان: الشعور بالأمان قضية المرأة الأولى سواء كانت في بيت والدها أو في بيت زوجها، والأمن النفسي مقدم على الأمن الجسدي وإن كان كلاهما مهم لها، فإذا عاشت المرأة بأمن وأمان عند رجل فإنها تضحي بكل ما تملك من أجله، وإذا فقدت الأمان السكني أو الجسدي أو النفسي أو المالي فإنها تكون قلقة ومتوترة وغير راضية عن حياتها وتبحث عن بديل طلبا للأمن والأمان، وهناك مواقف صغيرة تشعرها بالأمان مثل إصلاح سيارتها أو التلفزيون أو الغيرة عليها والدفاع عنها عند أهله أو أهلها فإن هذا كله يشعرها بالأمان.

فهذه 6 أفكار ذكية لو عمل بها الرجل تجاه المرأة فإن العلاقة بينهما ستكون إيجابية وخاصة من المرأة تجاه الرجل، لأن المرأة تحتاج هذه المعاني الستة وفي الغالب لا تعبر عن احتياجها هذا، وإهمال الرجل لهذه المعاني في علاقته بزوجته بحجة كثرة انشغاله أو أنه لا يرى لهذه المعاني أهمية ستؤثر على حياته الزوجية بعد طول عمر، وقد مرت علي حالات كثيرة انتهت إلى توتر في العلاقة أو طلاق بسبب إهمال هذه المعاني، فالحياة شراكة وتعاون ومثلما هو لديه 6 معان يريدها ولو عملتها الزوجة لامتلكت قلبه فكذلك هي لها متطلباتها، فهي إنسانة تحب من يحبها ويحترمها ويراعي مشاعرها واحتياجاتها، ولهذا الأصل في المرأة أنها تنعم بالحب والحنان وإذا فقدته أو انكسرت فإنها تتحول إلى شخص عنيف متهور.

نظرة ثاقبة

@ebtisam_aloun
ابتسام محمد العون

الاعتدال ملك الأقوال والأفعال

الاعتدال أمر مطلوب وحاجة ملحة في زمن عز فيه الاعتدال وتباين الناس ما بين جاف وغال وتركت مساحة الاعتدال والوسطية خاوية من السائلين والباحثين عن هذه القيمة الجليلة.

ولا أبالغ حين أقول إن الاعتدال ملك الأقوال والأفعال فسلوكنا ما هو إلا ترجمان لأفكارنا ومعتقداتنا ورؤانا ومقولة سلمان الفارسي الشهيرة رضوان الله عليه «إن لربك عليك حقا وإن لنفسك عليك حقا وإن لأهلك عليك حقا فأعط كل ذي حق حقا» تؤكد ما أقول وخاصة ان الرسول ﷺ حين بلغته مقولة سلمان قال «صدق سلمان صدق سلمان».

ويعني الاعتدال ان نعطي كل ذي حق حقا دون إفراط ولا تفريط، فالحياة جميلة مشرقة بالاعتدال والتوازن وكل قبيح ومشوه وخاطئ في هذه الحياة هو نتاج الغلو والإفراط، خذ على سبيل المثال لا الحصر حق الله عز وجل وحق النفس وحق الجيران وحق المهنة وحق الوطن وحق الأسرة وغيرها من الحقوق الكثيرة والتي يصعب عدها وحصرها في هذا المقام وكل هذه الحقوق تحتاج منا إلى التوازن والوسطية في أدائها، وهناك الاعتدال في الحوار والمعتقد وفي العبادة والمعاملات وحتى في المشاعر، فالكون بأسره قائم على التوازن والاعتدال لا على الغلو والتطرف والحياة البشرية لا تنتظم إلا بالاعتدال ومن النقاط الجوهرية أن الهوى هو أصل كل غلو وتطرف ومصدره الأعظم.

وللرقي بإنسانية الإنسان والمضي والتقدم بركب الحضارات لابد من التركيز على أهمية قيمة الاعتدال كقيمة إيجابية وتعزيزها في نفوس الأفراد وتحويلها إلى سلوك يومي دائم بين الناس، فكثير من الأشخاص خسروا أسرهم وربحوا أعمالهم حين أدمنوا العمل وضيعوا حق أسرهم في التوجيه والترويح والأمان والاحتواء وضيعوا أسرهم حين فقدوا قيمة الاعتدال وانحصر حق الأسرة لديهم في النفقة والمادة فقط، وعلى العكس من هذا هناك أشخاص أهملوا أعمالهم واستغرقوا في اللهو والاستمتاع بالحياة إلى أن وجدوا أنفسهم في نهاية المطاف بدون عمل.

وهناك توازن من نوع آخر وهو التوازن بين الحاضر والمستقبل فكثير من الناس يعيش الحاضر ويستغرق فيه وينشغل بالمسرات دون أدنى رؤية مستقبلية مما يجعل المشاكل والهموم تتزاحم عليه وتنغص عليه حياته وهناك صنف آخر يؤجل كل خططه وآماله وماله إلى المستقبل فلا يستمتع بحياته والأيام تمضي دون أن يحقق التواصل وأهدافه الموضوعة وخططه المرجوة.

واعتقد ان الاعتدال لا يتحقق إلا بوضوح أهدافنا وواجباتنا فتكون رؤيتنا جلية في أداء واجباتنا ومساعينا تتسم بالجدية في تحقيق إستراتيجية النجاح والفلاح في حياتنا.

ومن ثمرات الاعتدال الواقعية في التفكير والتحليل وفي النظر إلى أمور الحياة والاستقامة في العمل والنجاح في تطبيق الإستراتيجيات وتحقيق الأهداف. العمل كبر أم صغر فهو يحتاج إلى الاعتدال، فالاعتدال ملك الأقوال والأفعال.

الحرف29

waha2waha@hotmail.com
ذعار الرشيدي

كويتي يعرض أولاده للبيع

لم أجد أبلغ وصف لحل مشكلة السكن في البلاد غير ذلك المواطن الذي تداول قصته عشرات المغردين بعد أن وضع إعلانا في موقع «للبيع» يعرض فيه بيع أولاده بعد أن فشل في العثور على شقة للسكن، معللا أن المؤجرين لا يقبلون التأجير سوى للمعاريس حديثا، أو بالعربي للمتزوجين.

□□□

وإن كان المواطن صاحب إعلان بيع أولاده يمزح ولا شك ولكنه ومن خلال هذه الإعلان الغريب جدا أراد أن يسجل رسالة احتجاج على وضعية السكن في البلاد، وهو الأمر الذي لا تنتبه إليه الحكومة ولا تريد أن تتنبه إليه، بل إنها في واد ونصف الشعب الباحث عن سكن في واد آخر.

□□□

نعم، المشكلة لدينا ليست مشكلة أزمة سكن فقط محددة في انتظار بيت العمر وهو الانتظار الذي قد يستمر 15 و16 عاما، إنما ترتبت على مشكلة الانتظار مشكلات أخرى، أو بالأصح مشكلتان رئيسيتان لم تنتبه إليهما الحكومة، أولا أن أصحاب الملك أو ملاك الشقق لا يؤجرون إلا للمتزوجين حديثا، أما المواطن المتزوج والذي لديه 3 أو 5 أبناء فلن يجد شقة، لأن أيا من ملاك الشقق لا يرحب بتأجير عائلة متوسطة العدد.

أكثر من 50٪ ممن ينتظرون بيت العمر هم من أصحاب العائلات المتوسطة العدد أي نصف أعداد من ينتظرون بيت العمر لن يستطيعوا أن يعثروا على سكن مناسب بل ربما لن يتمكنوا من العثور على سكن على الإطلاق إذا ما تركوا شقتهم المؤجرة الحالية لسبب أو لآخر.

□□□

المشكلة الثانية وهي أن أصحاب البنايات لا يؤجرون إلا للأجانب، أما الكويتي فليبحث له عن «كهف» يؤويه هو وأبناءه، وهذه المشكلة مشكلة الانتقائية في التأجير كتب عنها كثير من الزملاء وأثيرت إعلاميا أكثر من مرة، ولكن ولأن الحكومة «تمسحت» من النقد فلم يعد يعنيها ما يقال أو ما يثار في البلد، هذا صاحب الملك الذي يرفض التأجير لجنسية بعينها، أو يرفض التأجير لشخص لجنسه أو لديانته يجب أن يحاكم وفق قانون الكراهية إذا ما كانت توجد فيه مادة يمكن تكييفها عليه، وإن لم تكن هناك مادة فأتمنى من المجلس «الطيب الحبوب» أن يقوم بتشريع قانون يمنع البيع أو التأجير وفقا لهوى المالك أو التاجر طبقا للأصل أو اللون أو الجنسية.

□□□

هل يمكن للحكومة أن تلتفت لهاتين المشكلتين اللتين نشأتا أصلا بسبب المشكلة الأولى وهي مشكلة طول الانتظار للحصول على مسكن للمواطن؟، شخصيا لا أعتقد، فالحكومة ليست جهة تنفيذية، بل برأيي ووفق طريقة تعاطيها وتعاملها مع المشكلات تبدو اقرب إلى جهة.. متفرجة.