

العدد الأول

سِلْسِلَةُ الصِّبْيَاءِ

مجلة دورية للمرأة المسلمة | ذو الحجة ١٤٤٥ هـ

- ◀ ماذا تفعل الفتاة في ظل الفتن الهائجة؟
- ◀ الحجاب قبل الإسلام
- ◀ سيداؤ وحقوق المرأة المزعومة
- ◀ الأمهات قلاع الأمة
- ◀ حفيدة أمهات المؤمنين
- ◀ سيروم فيتامين سي

سِلْسِلَةُ الصَّيَاءِ

إِلَيْكَ أَنْتِ أَيْتَهَا الْمُسْلِمَةُ

فريق المجلة

تصميم
عبدالرحمن فهد

تدقيق
نور مهلوس

إدارة التحرير
ليلى حمدان

دور المرأة المسلمة	
08 جندى العطاء في حصن الأمة الأول	
الرد على الشبهات	
12 ماذا تفعل الفتاة في ظل الفتن الهائجة؟	
17 بالحياء أنت الأجمل	
20 الحجاب قبل الإسلام	
صناعة الوعي	
27 سيداو وحقوق المرأة المزعومة	
30 نصيحة لأصحاب الصفحات العامة	
35 اليوغا؛ رياضة أم شرك؟	
المستقبل	
42 دور المرأة في صناعة المستقبل	
44 مرادنا الأكبر	
الزوجة	
47 أين المرأة المسلمة من الاستجابة لله ورسوله؟	
50 النصيحة الذهبية للزوجة الغيبة؛ أقصد الذكية	
الأم	
54 الأمهات قلاع الأمة	
57 أنت البنيان	
الابنة	
61 حفيدة أمهات المؤمنين	
64 يوميات زهرة	
قدوات أمتي	
68 حليلة السعدية	
الواقع	
72 الأحواز	
التاريخ	
76 تاريخ فلسطين والاحتلال الإسرائيلي	
همسات	
82 إلا صلاتك	
83 خفقة سماوية	
84 في الجنة	

زاد	
آيةٌ وتفسير	86
حديثٌ وفوائد	87
ذكرٌ وحصن	88
أثرٌ عن سلفنا	89
فتوى	
الْصُّفْرَةُ وَالْكُدْرَةُ	91
الأدب العربي	
نثرٌ	93
شعرٌ	94
إضاءة نفسية	
الاكتئاب	96
الزينة	
الاكتحال: كحل الإثمد	99
وصفة جمال	
الخيار صديقٌ للبشرة	102
الليمون وعلاج رائحة العرق	103
القهوة لبشرة بَرَّاقَة	104
سيروم فيتامين C	105
الصحة	
إرشادات للتعامل مع مغص البطن	107
القرنفل لأسنان صحية	110
البيت	
تدوير زيوت القلي المستعملة وصناعة صابون منزلي منها	112
حلو ومالح	
المسخن الفلسطيني	115
البسبوسة	116

وَأَنْ تَكُونَ قَائِمًا حَارِسًا تَغُورُ أَمْتِكَ الْمَوْجُوعَةَ، حَادِيًا
رُكَابَهَا حَيْثُ النُّصْرُ اللَّائِحُ، وَأَنْتِ لَا تَفْتَأُ قَائِلًا..

سَأَلْبِسُ ثَوْبَهَا وَأَذُودُ عَنْهَا

بِأَطْرَافِ الْأَسِنَّةِ وَالصَّفَاحِ

مقدمة العدد

بسم الله، والحمد لله، والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وصحبه ومن اهتدى بهديه واستن بسنته إلى يوم الدين، أما بعد:

أسنة الضياء .. مجلة دورية نسائية اجتمعت بين طيات صفحاتها مساعي وجهود مسلمات أليات، يحملن غيراً على دينهن ومكانتهن باعتبارهن إماءً لله موحدات يسرن على منهج النبي صلى الله عليه وسلم كما نرجو ونسعى. اجتمعن هنا؛ ليدفعن ضلال الباطل ودعوات السموم الغريبة التي تستهدف المرأة المسلمة استهدافاً خبيثاً؛ يدمر أنوثتها ويحرفها عن دورها الوجودي في هذه الحياة، فتختل باختلال وظيفتها جميع منظومات الأمة المسلمة، وتتصدع بذلك وحدة الأسرة والمجتمع تصدعاً لا يجبر! وفي ذلك من عوامل التخلف والضعف والانهازم ما يمتد ولا يخفى، وما يجلب الخسائر والهزائم بكثرة.

أسنة الضياء .. مجلة نسائية جاءت لتصحيح المفاهيم، وصناعة الوعي السليم، والعناية باهتمامات المرأة المسلمة المختلفة، واحتضان احتياجاتها الفكرية والأسرية والتربوية والأنثوية، بوصفها أمة لله أبية، معترضةً بدينها مستعليةً بإيمانها وهويتها الإسلامية المستقلة، متحررةً من كل دعوة غريبة وبهيمية ومتصدية لكل محاولة بائسة لحرفها عن معالي الأمور وشغلها بسفاسفها، قدوتها في ذلك أمهات المؤمنين ونساء السلف الصالح من السابقين الأولين ومن تبعهم بإحسان.

أسنة الضياء .. مجلة نسائية جاءت لدفع مجالات الفساد والتفسيق التي تنتشر بحرية وبرواج كبير، وتصنع الوحشة في وسط المؤمنات اللاتي يفتقدن منابر تعني باهتماماتهن المختلفة والشاملة والمتكاملة، وينشذن مساحة تحتضن احتياجاتهن وتمدهن بالتذكرة والتبصرة اللازمة في مرحلة مصيرية من مسيرة الأمة ينبغي أن تثبت فيها نساء المسلمين؛ فلا يبرحن ثغورهن حتى يأذن الله تعالى بالفتح. في الواقع، كان لا بد أن تنبري ثلة من المؤمنات لسد هذا الثغر، والكتابة بقلم مسلمة موحدة لا بقلم هوية مستعارة أو فكرة منهزمة؛ بهدف إبراز معالم الحق في المشهد ومنارة هداية لبنات الإسلام اللاتي ينشذن الهداية ويبحثن عن بداية موفقة فضلاً عن دليل حياة طيبة مباركة، قبل أن تستفرد بهن مستنقعات الضلال والهدم فينكسرن ولا يرجعن أبداً.

جاءت هذه المجلة لتحتضن أحلام وأمانى المسلمات الغريبات في زمن غربة ممتدة، ولتؤكد على أن المسلمات قلاع هذه الأمة وشقائق الرجال في مسيرة جهاد الأمة نحو ميادين الظفر والتمكين، لن يؤق الإسلام من قبلهن، توأصياً بالحق والصبر، وصيانة لشرف الأمة، وأملاً في نيل سهم في تحقيق وعد الله الحق بذرية تستحق التمكين والسيادة، ذرية قد تطلبت من عوامل الجمع والانبعث ما يبدأ من أمهات كالقلاع ورجال كالمدافع، لا يخشون إلا الله جل جلاله!

من هنا وإلى هناك .. نجتمع في هذه المجلة؛ لندفع الباطل وننفع الناس، نسأل الله أن يجعل منها منبراً للحق والهداية، وعملاً صالحاً ونافعاً ومتقبلاً، وحجة لنا لا علينا، وسبباً في صحة المرأة المسلمة وتثبيتها وتحصينها في ثغور صناعة العزة، والله المستعان وعليه التكلان، والصلاة والسلام على سيد الخلق أجمعين نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً.



دور المرأة المسلمة

جندى العطاء

في حصن الأمة الأول

بقلم / نور مهلوس

ولكنَّ المرأةَ هي التي خُلقت؛ لتكونَ للرجلِ
مادةَ الفضيلةِ، والصَّبرِ، والإيمانِ.. فتكونُ له
وحيًا، وإلهامًا، وعزاءً، وقوَّةً، أي زيادةً في سروره،
ونقصًا في آلامه. ولن تكونَ المرأةُ في الحياةِ
أعظمَ من الرَّجلِ إلا بشيءٍ واحدٍ، هو صفاتها
التي تجعلُ رجلها أعظمَ منها

- الرَّافعي

جندى العطاء في حصن الأمة الأول

لَمَّا خَلَقْنَا اللَّهَ الْحَكِيمُ الْخَبِيرُ؛ أودع في نفس الرِّجَالِ فِطْرًا وفي نفس النِّسَاءِ فِطْرًا، ووضع للرِّجَالِ تكاليفًا وللنِّسَاءِ تكاليفًا، وأعطى للرِّجَالِ دورًا وللنِّسَاءِ دورًا، وميّز الرِّجَالِ بحقوقٍ وميّز النِّسَاءَ بأخرى؛ وكلٌّ بحسب اختباره في هذه الدنيا، كلّه اختبار لك ولعبوديتك. ولَمَّا قضى رَبَّنَا أَلَّا نَعْبُدَ إِلَّا إِيَّاهُ؛ حرَّرنا من عبودية غير خالقنا الخبير الرحيم، حرَّرنا من عبادة المخلوق -مثلنا-، لا حرية بحقٍّ إِلَّا بالتَّحَرُّر من كلِّ الأهواء وكلِّ ما يُتَّبَع ويُعْبَد من دون الله، وتمرَّدنا على ذلك ليس إِلَّا بظلمٍ لأنفسنا وإهلاكٍ لها؛ فإن خرجنا عن عبوديتنا لله فنحن لا محالة دخلنا في عبودية غيره! أفنرضى بالذلِّ والهلاك والله رسم لنا طريق السكينة في الدنيا والنَّجاة في الآخرة؟ إنَّ من أهم ما يطوى عليه سكينتك ونجاتك هو إقرارك بمخلوقيتك، وتسليمك بعبوديتك لربِّ الأرباب، وتيقُّنك من أنَّ شرع الله وأحكامه الخاصَّة بك هي الأصلح لك والأنسب لدورك، هي اختبارك في هذه الدنيا، والعاقبة للتَّقوى.

رَبَّنَا الْحَكِيمُ الْخَبِيرُ أَوْرَثَ الرِّجَالِ أُمُورًا، وَأَوْرَثَ النِّسَاءَ أُخْرَى، وكلُّها متكاملةٌ تحقِّق استقرار الأمة، دور الرِّجَالِ يكمله دور النِّسَاءِ؛ وهذا التَّكامل وهذا التقسيم هو أحد المعينات على تحقيق الاستخلاف في الأرض والتَّحَرُّر من عبودية غير خالقها. كيف؟ كَلَّفَتِ المرأةَ بعبادة الله وحده، ولها تكاليف مشتركة مع الرِّجَالِ، الصَّلاة، الزَّكاة، الصَّيام، الحج، الذَّكر، قراءة القرآن، الصَّدقات، أعمال الخير، وغيرها من تكاليف لعموم البشر. ثُمَّ كَلَّفَتِ المرأةَ بتكاليف وكَلَّفَ الرِّجَالُ بتكاليف غير متساوية؛ لكنَّها عادلةٌ ومتناسبةٌ مع ما فطر الله عليه كَلًّا منهما. لقد فطر الله النِّسَاءَ على حُبِّ الجمال، على الأنوثة، على الأمومة، فطرها على حُبِّ البقاء تحت كنف رجلٍ يقوم على شؤونها ويحميها ويرعاها. فُطِرَتِ المرأةُ على أن تكون سَكْنًا، على أن تكون حضنًا دافئًا، وتكون قلبًا رحيماً حانيًا. وهذا من تمام تميّزها، وهذا خير معينٍ لها في مهمَّتها التي أودعها الله لها؛ فقد أوكلها الله مهمَّةَ العناية بالقائد، أبا ثُمَّ زوجًا وابنًا، قلبها المحبِّ المعطاء وحضنها الدافئ المتَّسع هو بمثابة شحنٍ عاطفيٍّ للرِّجَالِ ومقرِّ راحة وأمن، كلماتها الحانية هي بمثابة دعمٍ وتقدير. أودعها الله رحمًا تُنجِب منه الرِّجَالُ، وقلْبًا رؤوفاً مع حنكةٍ تربويَّةٍ لتربِّي القادة، تنجب الرِّجَالُ وترعاها، تبنيهم قادةً يعملون لدينهم وتشغلهم أمتهم، تُبْنِي العِزَّةَ والقُوَّةَ، يُبْنِي مجد الأمة، ويَحَقِّق الاستخلاف في الأرض. وكان مناط ذلك أن المرأة كَلَّفَتِ بالحمل والرَّضاعة، كَلَّفَتِ بالتَّربية والرَّعاية، كَلَّفَتِ بخدمة الزَّوج وطاعته، كَلَّفَتِ بالقرار في بيتها، كَلَّفَتِ بالاحتجاب عن الرِّجَالِ من غير محارمها، وغيرها من التَّكاليف التي اختصَّت بها المرأة.



كُلِّفَت المرأة أن تكون سَكَنًا للقادة، وأن تكون جندىً عطاءً في حصن الأمة الأول - الأسرة -. وكُلِّفَ الرَّجُل بتكاليف أخرى، كُلفَ بالقوامة، الإنفاق على بيته وزوجه وعياله، كُلفَ بمراقبة دين أهل بيته، كُلفَ بتقويم اعوجاجهم وإصلاحهم، كُلفَ بإصلاح شؤون الأمة والاهتمام بقضاياها، كُلفَ بجهاد أعداء الأمة وصدّ العدوان عنها، وغيرها من التكاليف التي اختصّ بها الرَّجُل. كُلفَ الرَّجُل أن يكون قائدًا، أن يكون جندىً دفاعًا في الأمة. ومن هذه التكاليف المتغيرة، تتغير حقوق كل من المرأة والرَّجُل كما أقرّها شرعنا الحنيف. فللمرأة حقٌّ في الإنفاق عليها والقيام على حاجاتها، لها حقٌّ في رعايتها، في تربيتها تربية إسلامية صحيحة، لها حقٌّ في برّها كأمّ والإشفاق عليها ورحمتها كزوجة، لها حقٌّ ألا تؤذَى في أبنائها، ألا تُهان وتُظلم، ألا تؤذَى وتُضرب - بغير نشوز توافق مع الوعظ والهجر -، حقٌّ للمرأة أن تقرّ في بيتها تقوم على شؤونها ولا تضطرّ لتركه للتكشُّب. من تمام حق المرأة أن تتمتع بما أعطاه الله إياها من مميزات حتى تقوم بدورها الأهم - بعد عبوديتها لله -؛ وهو بناء القادة. وللرجال حقوقٌ مميزة متناسبة مع التكاليف التي أُعطِيها، فلمّا كان عمله خارج البيت غالبًا؛ كان حقُّ له أن يُقلم على شأن بيته وعياله من طبخ وتنظيف ورعاية، كان حقُّ له أن تتبعل له زوجته حُسن التبعل وتقوم بإعفافه، أن يكون مُطاعًا في بيته، أن يُقدَّر ويحترم، أن يكون الرأي الأخير في بيته له، أن ينعم بسكنٍ بعد ضجيج الحياة. من تمام حق الرَّجُل أن يتمتع بما أعطاه الله إياه من مميزات حتى يقوم بدوره الأهم - بعد عبوديته لله -؛ وهو بناء الأمة. هذا التوزيع للأدوار والتخصيص لبعض التكاليف إنّما هو لأجل تحقيق التوازن والتكامل في المجتمع الإسلامي؛ فالمرأة تقوم بدورها داخل البيت والرَّجُل يقوم بدوره خارج البيت؛ فتكفي المرأة الرَّجُل صعوبة الموازنة بين الدّاخل والخارج، وكيفيها الرَّجُل ذلك، ويسلم الاثنان لما شرعه الله لهما ويشغل كلّ واحد منهما في شأنه تاركًا للآخر شأنه ومهمته؛ وبهذا يتحقّق الاستقرار في البيت ثمّ المجتمع الإسلامي، وتنظم شؤونها، وتقوى شوكتها وتصلب، ويتحصّن من الدّخائل والتّوازل، وهذا هو سبيلُ تحقيق الاستخلاف في الأرض وعمارتها. إنّ هذا المقال لا يصبّ في إنشاء عدوانٍ وصراع بين المرأة والرَّجُل، ولا لامتحان كلّ منهما الآخر، وما به من أمثلة ليس على سبيل الحصر؛ إنّما هو مما حضرنى ذكره. جاء هذا المقال لتبيين أنّ الأمر ليس صراعًا، وليس ساحةً للتّظلم والشكوى ممّا كُلفَ به كلّ مرّة وبما كان دورًا له ومهمّةً عليه القيام بها؛ فالأمر كلّ من عند الله الحكيم الخبير، وكلّه يصبّ في العبوديّة لله، وفي التّسليم لشرع الله، وفي الإقرار بالمخلوقية والتّبعية للخالق الذي دبر كل شيءٍ وأحاط بكلّ شيء علمًا، للخالق العظيم الذي لا يزال حكيمًا خبيرًا، له الأمر وحده، العدلُ الرَّحيم. فلترضَ إحداها بما قسم الله لها وأورثها في هذه الدّنيا، فلترضَ عن خالقها وتذعن له وتستجيب لأمره، ولتعلم أنّ لكلٍّ غريمٌ غنمٌ، وأنّ الله عدلٌ. فلتعلم إحداها أنّ من أطاع الله في الدّنيا أن تقوم بدورها الذي خلقها الله له، وأنّها مسؤولة عمّا كُلفَت به لا عمّا كُلفَ به الرَّجُل، ولتحفظ عينها من أن تُمدَّ لحقٍّ ليس لها ولا يتناسب مع فطرتها، ولتخلّي قلبها من مساءلة الشّرع عن تكاليفها الخاصّة بها، ولتحلّي نفسها بالصّبر والرّضى على ما كان لها؛ ثمّ لتبشّر برضى الخالق عنها ولتوقن بحسن الجزاء في الآخرة إن كانت قد أحسنت في اختبارها. هذا وصلّ اللهم وسلّم على محمّد وعلى آله وصحبه أجمعين، ما كان من صوابٍ فمن الله وما كان من خطأ فمن نفسي والشيطان، والسّلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الرد على الشبهات

ماذا تفعل الفتاة في
ظل الفتن الهائجة؟

بقلم / سميرة نشار



إذا قرأت المرأة كتابًا، فكأنما زوجها قرأه والأولاد

- ابن حزم الأندلسي

ماذا تفعل الفتاة في ظل الفتن الهائجة؟

بالنسبة للنساء اللاتي تأخر زواجهنَّ ويجدن صعوبة بالصبر ويشقُّ الأمر عليهنَّ؛ فالفتن قوية ولا تستطيع دفعها، وفطرتها والأمومة تناديهما، تحاول إسكاتهما؛ لكن الواقع صعب مع سهولة الحرام وصعوبة الحلال والله المستعان.

أبدأ مستعينة بالله، أما بعد:

فقد فطرنا ربنا على حبِّ الزواج والتعفف، وعلى حبِّ الأمومة واحتضان طفلك بيدك؛ فهذا من فطرة الفتاة السليمة التي جُبلت عليها. ومن منا لا تحبُّ أن تعيش بسكينة وراحة مع زوج صاحب دين وخلق، تنجب الذرية الصالحة، وتخرج رجالاً لهذه الأمة ليحملوا رايها؟ ومتى كان هذا لا يهَمُّ الفتاة فهي بين أمرين:

- إمَّا أنَّها تعيش في مجتمع يمنعها من التعبير عن مشاعرها؛ كأن تكون رغبةً بالزواج وأمها ترفض فطرتها وكثير من الأمهات وللأسف لا يحببن أن تُفصح بناتهنَّ عن رغبتهنَّ بالزواج، ويعتقدن أنها من قلة الحياء أو بدافع الشهوة، ويبدأن بالأسئلة مستعجبين: من علِّمكِ هذه الأفكار؟ عند هذه اللحظة تفضل الفتاة الصمت لكيلا تتوجه لها هذه الاتهامات. وعلى الأمهات أن يتقين الله في بناتهنَّ؛ فإنَّ الرغبة بالزواج والأمومة هي فطرة بكلِّ حواء، وعليهنَّ أن يدركن بأنَّ هذا زمنٌ صعب وليس كزمانهنَّ؛ ففتنه باتت أكبر.

- أو أنَّ فطرتها تشوَّهت ودخل عليها خبث النسوية حتى استولت على عقلها وتفكيرها وصارت مبادئ النسوية ديدناً لحياتها، فباتت تكره الرجال ولا تريد أن تفكر بالزواج؛ بل قد يصبح الزواج أمراً مَقَرَّفاً بالنسبة لها، وللأسف أكثرهنَّ اكتشفنَّ أنَّهنَّ على خطأ بعد أن باتت لا يمكنها الرجوع؛ فقد كبر سنهما ولم تعد قادرة على الإنجاب. تنظر حولها فلا تجد بجوارها زوجاً يكون لها كنفًا تستند عليه ولا أبناءً يحتووها بكبرها كما احتوتهم بصغرهم.

بدايةً، لا يمكنك حل مشكلة قبل أن تعرفي أسبابها، وقد أوضحت أنها طبيعة فطرية ونفسية وجسدية؛ لكن لا يعني ذلك أنَّك تعجزين عن التعامل معها، وإليك نصائحاً تعينك في ذلك:

أولاً: اعلمي أن الزواج رزق من أرزاق الله، وأنَّ الله يرزق من يشاء بغير حساب، قد يأتيكِ هذا الرزق وقد لا؛ مثله مثل رزق المال، المنزل، والأطفال، كله قد كتب وقدر لك، وما كان لكِ فلن يفوتك، تيقني بهذا وأحسن الظن بربك.

ثانياً: اعلمي أن الله يراك، يعلم ما في قلبك، يعلم غصتك عند كل مرة ترين فيها أمًّا تحمل طفلها، يعلم كل دمعة خفية ذرفت، يعلم السر وأخفى، ويعلم كيف حافظت على قلبك. يعلم غَضَّكِ لبصركِ عن شاب أعجبك سمته بالطريق، يعلم إخفائك لزينتكِ كي لا تفتني بها شاب، يعلم كل مرة جاهدت بها قلبك من الميل وكبحت هوائك، ويعلم ما لا تعلمينه أنت من نفسك. وكل هذا تؤجرين عليه، ولكِ أن تتخيلي كم أنَّ الأجر كبير، والله كريم يضاعف لمن يشاء.

ماذا تفعل الفتاة في ظل الفتن الهائجة، ومع تأخر زواجها؟

سادسًا: ابتعدي عن كل ما يؤجج عاطفتك من مسلسلات وأفلام ووسائل التواصل الفاسدة، وغيرها من مدخلات الشيطان. ابتعدي عن كل ما يؤذيك، وأعني بذلك إذا اجتمعك بنساء متزوجات كل حديثهن عن الزواج وكيف يهتم بها زوجها ويحبها، إن كان ذلك مما يسبب لك الأذى فجنبه.

سابعًا: لا تستصغري نفسك بأن تقولي ليست لدي مسؤولية ولا أستطيع أن أكون أم؛ بل يمكنك إشباع مشاعر الأمومة بأن تعلمي الأطفال السيرة أو قصص الأنبياء والصحابة أو تحفظيهم القرآن بما تتقنيه، ستشعرين بدفء وأنس بهم وستخافين عليهم كأنهم أولادك وستحلمين أن يكونوا صالحين مصلحين نافعين لأمتهم.

ثامنًا: لا ضير من التعامل مع الأمر كما يتعامل مع الأمراض، ويُرَجى تيسيره بدفع الصدقات وقراءة القرآن وعمل الأعمال الصالحة، بل ولا ضير من التداوي بالرقية الشرعية والالتزام بأوراد ذكر كالاستغفار والصلاة على النبي ﷺ.

ثالثًا: اعلمي أن ما تمرّين به ابتلاء، وأن هذه الدار دار بلاء وليست دار جزاء، وربنا لا يحملنا مالا طاقة لنا به؛ فكل بلاء أنت قادرة على تحمله، والابتلاء أنواع: قد يكون بالأهل، أو بالمال، أو بالمرض، أو بالفقد وغيره، وكل شخص مُبتلى لا مُحال، ﴿أَحْسِبِ النَّاسَ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ﴾، والأنبياء كانوا أشد الناس بلاءً، والبلاء على درجات متفاوتة؛ فكلّ يتلى على قدر دينه.

رابعًا: أوصيك بالعفاف، قال الله عز وجل: ﴿وَلَيْسَتَغْفِرِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾. اعلمي أن التعفف جوهرك الثمين، وقد قلّ في هذا الزمان؛ فاستمسكي به ولا تضيعيه.

خامسًا: اشغلي نفسك واستثمري وقتك وجهودك بتعلم ما ينفعك إذا تزوجت وأصبحت أمًا؛ من سماع سلاسل وقراءة كتب، ولأني أريد أن أكون صادقة معك فاعلمي أنك حين تتزوجين ستشغلين ولن يكون لديك وقت كبير؛ فتريدين أن تؤدي حقوق الزوج والطبخ والاعتناء بالأطفال، وكله جميل وعمل لك أجر عليه، ولكنه سيأخذ من وقتك فاستغلي فراغك الآن بما ينفع.

تاسعًا: لا تكوني انطوائية، اجعلي لك صحبة صالحة، تجمعي معهم كل فترة متزينات متأنقات بما يرضي الله. احضري مجالس النساء المنضبطة بالشرع وتزييني وأبدي جمالك، البسي الأنيق مع ضبط اللباس بحدود العورة وعدم إظهار الزينة للرجال. وأحيطي نفسك بالملتزمات من أهل العلم والفضل من النساء، وأعلميهن بأنك عزباء، وهن سيدلن عليك بإذن الله ويبحثن لك عن زوج صالح من معارفهم.

عاشرًا: أعلمي من حولك برغبتك بالزواج؛ أمك أو أحد من النساء التي تعرفين أنها أمينة وشخصية اجتماعية بحيث يمكنها أن تتولى أمر زواجك وتخبر معارفها بأنك لا زلت عزباء، ويمكنك أن تخبري أمك بمشاعرك وتحكي لها عن رغبتك بالزواج لكي تخبر والدك؛ ولا تخجلي من قول ذلك لأُمك فعليها أن تفهم هذه الرغبة الفطرية فيك. ولا بأس بأن يذكرك أخوك أو أبوك لرجل صالح، ولهم بقصة عمر بن الخطاب أسوة.

ماذا لو أنّ أمي رفضت هذه الفكرة؟

الأم عليها هي بالأخص أن تتفهم هذه الرغبة لأنها أنثى مثلها، ولأنها ابنتها، فتعلم ما هي بحاجة إليه وما تتوق نفسها له، وعلى الأمهات أن يتقين الله في بناتهن، وعليهن أن يعلمن أنّ هذا الزمن ليس كزمانهن، وعندما ترى الفتاة صدًا من أمها عن هذا الأمر تشعر بالإحباط وأنه ليس هناك أحد يفهمها فتبتعد وتحاول نسيان الأمر، وآه لو تعلم الأم كم تعاني ابنتها من ذلك.

يا أختي، إذا رأيت من أمك صدًا فأولًا عليك بالدعاء فهو يغير الأقدار، ثم عليك أن تخبري أحدًا تعلمين أنه سيساعدك؛ أختك، جدتك، خالتك، أو أي أحد يقدر على تفهمك وتعلمين أنه حكيم ولا يقف ضد شيءٍ ممّا قدره الله.

واصبري واحتسي، والله أني أعلم أن الأمر شاق وصعب، وبالأخص إن كنتي تريدين التعفف ومن يمنعك منه عائلتك؛ ولكن لا تنسي أن كل شيء مقدر وله أجره، كل هذا مكتوب عليك وعندما يأتي نصيبك لا يمكن لأحد أن يمنعه، فحافظي على نفسك وتعففي وسيجعل الله لك من أمرك مخرجًا.

ولا تفكري بالموضع كثيرًا، بل تعلمي وتفهمي في دينك وسيأتي كل شيء بوقته، ولا تنسي: ﴿وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾.

وأما بالنسبة للفتاة التي تلوث فكرها بالنسوية:

أقول لك يا أختي: اعلمي أنّ النسوية فكر خبيث قد أتى من الغرب وانتشر بمجتمعاتنا المسلمة، وهم يدسون السم بالعسل، تظنين أنّ كلامهم صحيح وأنه حقوق للمرأة وتمكين لها؛ ولو رجعت للوحي الرباني لعلمت أن الإسلام هو من كرم المرأة، ولو نظرت للواقع لرأيت أنّ الغرب هم من أهانوا المرأة وجعلوها سلعة لمن يشتريها، ومنهم بدأ امتهان المرأة وسلب حقوقها بدعوى تحريرها ومساواتها بالرجل؛ فهل ترضين أن تكوني مأسورة في فكر خبيث لا يريد لك أن تتنعمي بحقك الشرعي ويريدك أمةً للعالم؟ أعيدك بالله من هذا الخبث والضلال.

يا أختي، والله لا الشهادة ولا الدراسة تنفعك إذا لم تتقي الله وتجعلي حصولك عليها فيه هدف لسد ثغر ما تحتاج له الأمة، ولن تنفعك عندما يتأخر زواجك لأجلها فتكوني قد كبرت وضعف جسدك ولم تعود قادرًا على الإنجاب، تنظرين حولك ولا يوجد من يساندك ويحنو عليك من أولاد وزوج.

وكثير من النساء يمر عليها الأمر بدايةً وكأنه طبيعي وكأنها حققت إنجازًا وعاشت لنفسها، ولا تشعر أو تلاحظ أثر هذا الخبث إلا بعد فوات الأوان إلا من رحم ربي.



ثمّ تمر الأيام وتكتشف أنها فقدت الكثير ولم تلاحظ، وحتى لو كتبت هذا الأمر سيظهر لها بوقت آخر وإن أخفتها. عندما ترى أنثى بنفس عمرها لديها ثلاث أولاد ستشعر بالنقص وحاجتها لحضن طفلها، عندما ترى زوجًا مع زوجته يغار عليها ويقوم على شؤونها ستشعر بالنقص وبحاجتها للاحتواء، ستشعر أنها بحاجة ليكون لها زوج يدير أمور حياتها ويكون قوَّامٌ عليها ويغار عليها ويحفظها بقلبه. وهذه النماذج كثيرة، تندم بعد أن لم يعد ينفعها الندم.

ولكن لا تيأسي من روح الله فالله كريم، حتى لو كبرت ولم تستطيعي الإنجاب وتقولين من سيقبل بي بهذا العمر، أذكرك أن الله عفو كريم، أبدئي بتعلم دينك واسعي للزواج والله هو من يتولى شأن الذرية، فقد كانت امرأة نبي الله زكريا عاقراً وقد أكرمها الله بالذرية؛ فلا يأس وكرم الله واسع. وتذكري أنه يمكنك أن تكوني أم وإن لم تنجبي، ولكِ بقصة أمنا عائشة موعظة.

اسمعي مني يا أختي بالله، لم أرد سوى نصحك لأنني أنثى مثلك وأتفهم شعورك، ولا أريد أن تتدمي على شيء بحياتك، أنصحك لتأخذي قرارك الصحيح بهذه الحياة وتحاولي أن تخرجي من هذه الفتن بقلب سليم، أن تخرجي من هذا المستنقع من غير أن تغرق.

وما أجمل أن تعيشي حياة هانئة مع زوج حنون وبيت دافئ، وأولادٍ صالحين تعتنين فيهم وتربيههم وتملئين قلوبهم حبًا وحنانًا، تربينهم تربيةً سالحة لكي يبروك ووالدهم حين يكبرون، وتعلمينهم القرآن والسنة وتجعلين الرسول قدوتهم! ما أجمل أن تعيشي بيت ساكنٍ وسعيد يُبنى على أساس الدين وأحكامه!

أقول مقالِي هذا وأستغفر الله لي ولكم، ما كان من صوابٍ فمن الله وما كان من خطأ فمن نفسي والشيطان.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بالحياة أنتِ الأجمل

بقلم / ابنة الإسلام

اللباس الساتر وحده لا يكفي، النقاب ليس كل شيء.

كثير من النساء في واقعنا الإسلامي في شتى بقاع الأرض، تظن أنها إن لبست النقاب وغطت نفسها بالسواد فقد حققت الالتزام؛ فتذهب هنا وهناك، ويعلو صوت ضحكاتها في الواقع والمواقع، تمازح الرجال في العام بلا أدنى حياء، وما خفي في الخاص أعظم. تخالط الرجال في الأماكن العامة وتزاحم الشباب في الطرقات دون أدنى حاجة، تتمايل بمشيتها يمينة ويسرة، رائحة عطرها تسلب العقول، تجادل البائع والسائق والأستاذ بصوتها الناعم الرقيق. تظن أنها حققت التقوى، بما أنها ملتزمة بحجابها الشرعي كاملاً، والمسكينة لا تعلم أنها تكاد أن تفتن الرجال أكثر من المتبرجات أنفسهن! وربما بتصرفاتها هذه تفتن حتى بعض الشباب الملتزمين.

أين الحياء يا أخية؟ أين العفة؟ بل أين الأنوثة وأين الالتزام منك؟ إنما الحياء تاج المرأة ورأس مالها، فالمرأة عارية بلا حياء وإن سترت نفسها من رأسها لأخمص قدميها. الحياء عفة وزينة للفتاة، الحياء شعبة من شعب الإيمان، تزداد المرأة رفعة كلما ازدادت حياءً. يا أمة الله الحياء خير، ولا يأتي إلا بخير. ولقد خلد الله ذكر الحياء في القرآن لعظم منزلته؛ فقال تعالى: ﴿تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ﴾. نعم، حتى المشي فيه حياء. من النفاق أن نُصلح ظواهرنا ونترك الباطن فاسداً، ومن الغباء والعار أن نُقنع أنفسنا بأن الإيمان في القلب ولا علاقة للجوارح بالأمر كما تدعي بعض المغنيات والراقصات، وهي بكامل لباسها الفاضح، بأن أعمالها الساقطة ولباسها الفاتن لا علاقة له بالإيمان، لأن الإيمان في القلب! ولا تغرنك بحديثها مهما كان يقطر شهداً، فوالله لن تنفعك يوم القيامة لاهي ولا مثيلاتها.

”

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **"ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله، ألا وهي القلب"**. صلاح العمل مرتبط بصلاح القلب، وفساده مرتبط بفساده، يقول الحافظ ابن رجب رحمه الله تعالى: (القوم إذا صلحت قلوبهم فلم يبق فيها إرادة لغير الله عز وجل صلحت جوارحهم فلم تتحرك إلا لله عز وجل، وبما فيه رضاه). ويقول أيضاً: (ويلزم من صلاح حركات القلب صلاح حركات الجوارح).

قال تعالى: **﴿فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتِطَعْتُمْ﴾** ، وقال صلى الله عليه وسلم في الحديث الشريف: **"التقوى هاهنا" وأشار إلى صدره ثلاث مرات؛ يعني في القلب، فمضى صلح القلب استقام البدن.**

معاذ الله أن نفلل من شأن اللباس الساتر، لكن التقوى ليست منحصرة في اللباس الشرعي فحسب، والحياء لا يقف عند الستر. فالابتعاد عن الأماكن العامة وأماكن تواجد الرجال حياء، ومن الحياء خفض الصوت وعدم التمييع، وقلة الحديث مع الرجال الأجانب وأمامهم إلا بحاجة، ومن الحياء السير باستحياء وعدم التمايل والتغنج سواء قولاً أو فعلاً. ومن تمام الحياء غض البصر وعدم التطيب بشتى أنواع الطيب، وقد نهى صلى الله عليه وسلم المرأة عن استعمال الطيب حال خروجها؛ فقال: **"أيما امرأة استعطرت فمرت على قوم ليجدوا من ريحها فهي زانية"**.

القلب يؤمن والجوارح تعمل وتصدق، وكما قيل حشمة الروح أصل العفاف. فلو فطنت ضوابط وشروط اللباس الشرعي وتفقهت في الحياء؛ لاستقبحت هذه التصرفات.

وهذه الشروط يجب أن نحفرها في قلب كل فتاة مسلمة، مقرونة بالعفة والحياء؛ ظاهراً باللباس وباطناً بالحركات والسكنات:

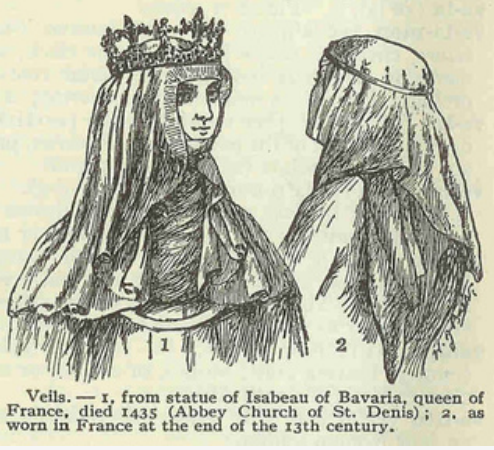
- أن يكون ساتراً لجميع البدن.
- ألا يشبه لباس الرجال ولا الكافرات.
- أن يكون واسعاً فضفاضاً، ليس ضيقاً بحيث يصف الجسد، ولا شفافاً بحيث يُظهر ما تحته.
- ألا يكون معطرًا.
- ألا يكون لباس شهرة.
- ألا يكون في نفسه زينة فاحشة ملفتة للأنظار.

فالرباط الرباط على ثغر العفة والحياء يا فتيات الإسلام، فالحياء للمرأة بمثابة صمام الأمان، وحارس لها من السقوط في المهالك.



الحجاب قبل الإسلام

بقلم / نفس راجية



تصوير لإيزابو من بافاريا، ملكة فرنسا، وهي ترتدي الحجاب



تمثال روماني لعذراء فيستالية محبة



نساء يونانيات يرتدين أشكال مختلفة من الحجاب

نجد الكثيرين اليوم ينظرون إلى الحجاب نظرة دون ونفور، وأنه ظلم للمرأة واضطهاد لها. وقد أخذ الإعلام دوره هنا على أكمل وجه، وأصبح منصة لكل ذي فكر ساقط ينشر فيه خبثه وسمه للمجتمع المسلم؛ حتى صرنا نرى بناتنا يخافون من ارتداء الحجاب بسبب نظرة المجتمع إليها، أو تخاف ارتداء النقاب لكثرة ما شوهوا صورته وهو والله لباس الرقي والنبيل والرفعة، وعلى مَرَّ العصور الفاتئة كلها؛ كلما ازدادت مكانة المرأة، كلما ازدادت ملابسها احتشاماً وستراً وعفة.

فلا تلقي بالاً يا صغيرتي لهؤلاء الجهلة، وسارعي لحجابك معتزة مفتخرة. ثم دعينا نلقي نظرة على تاريخ الحجاب قبل الإسلام، وكيف كان يُنظر إليه في الأمم السابقة:

فأول دليل وجد على الحجاب كان في القانون الآشوري الأوسط، ويرجع تاريخها ما بين 1400 و1100 قبل الميلاد. وقد نصت هذه القوانين على منع ارتداء الغانيات للحجاب، ومن تفعل ذلك منهن تواجه عقوبات قاسية، بينما يسمح للنساء الحرائر ارتداهن.

أيضاً، كان الحجاب شائعاً في اليونان القديمة ما بين 550 و323 قبل الميلاد، فكانت النساء ذوات المكانة العالية والشريفات في المجتمع اليوناني؛ يرتدين ملابس تخفيهن عن أعين الرجال الغريبين.

أما الرومان، فكانت تغطي المرأة رأسها عندما تتزوج؛ دلالة على أنها خالصة لزوجها فقط، حتى يحكى أنه في عام 166 قبل الميلاد قام القنصل سولبيسيوس جالوس بتطليق زوجته لأنها تركت المنزل وشعرها مكشوف، ويظهر أن غيرته تفوق غيره بعض رجال المسلمين اليوم!



صورة لإمبراطور النمسا وبلغاريا تشارلز عام 1916 برفقة ابنه وزوجته الملكة زيتا في جنازة سلفه فرانز جوزيف



توفيت الإمبراطورة زيتا عام 1989 أي قبل خمسة وثلاثين عامًا فقط وهذه صورة لموكب جنازتها ويظهر في الصورة ابنها أوتو وزوجته ويلاحظ ارتداء زوجة أوتو لغطاء الوجه ولكن باقي اللباس أقل سترا وحشمة مما كانت عليه النساء في الجيل السابق (قبل 75 سنة) وهذا يظهر التدرج في تلاشي الحجاب عند النصارى



صوره لامرأه أرمنييه محفوظه في نفس الكتاب



صورة لنساء مسيحيات موجوده في كتاب يوثق حياة الارمن محفوظ في أرمنييا



صورة من اسبانيا تعود للقرن الرابع عشر لامرأتين واحدة من اسبانيا والاخرى من بيسكاي



امراه مسيحيه من ايطاليا تحديدا من مدينة (البندقية) غير متزوجه وترتدي ما يعرف باسم (كابا) وحين رُسمت أصبحت رمزا يعبر عن المدينه في ذلك الوقت تعود لعام 1580م



إمرأة ألمانية ترتدي فستان حداد النبلاء في مدينة (هايدنبرج) تحديدا حيث عرف وقتها تمسك المرأة بالحجاب أثناء الحداد



هذه الصورة تعود للقرن السابع عشر حيث المرأة على اليسار ترتدي الحجاب وليست في حالة حداد بينما الأخرى على اليمين ترتدي الحجاب أيضًا ولكنها في حالة حداد

نساء من الطبقة العليا من (بازل) في سويسرا في طريقهن إلى الكنيسة مع خادماتهن وقد وثقت في فترة كانت تحاول المدينة بها تطبيق بعض الإصلاحات السياسية والتي كانت تشمل ملابس المرأة فطلب من النساء تخفيف ملابسهن لأسباب اقتصادية فهذا الشكل من اللباس في هذا الوقت يعتبر ترف ورفاهية لكن الصورة تظهر أن النساء تمسكن بحجابهن



امرأة من اليونان القديمة ترتدي غطاء الرأس

هذه صورة لامرأتين التي على اليسار فهي امرأة موريסקية مسلمة ترتدي ما يعرف حينها باسم (امالافا) وهو من أشكال الحجاب وتكشف كلتا العينين بينما الأخرى على اليمين لامرأة مسيحية قشتالية ترتدي شكل آخر من الحجاب وتكشف عن عين واحدة فقط





الصورة علي اليسار لامراه مغريه مسلمه تعود لاولائل القرن العشرين لكن المرأة في الصورة على اليمين لامراه يابانيه وليست مسلمه ترتدي الحجاب أثناء عملها وتعود الصورة ايضا لاولائل القرن العشرين



صورة بعض نساء أوروبا في العصر الفيكتوري حيث كانت ملابس النساء الطويله و المحتشمه صفة نبلاء الطبقات العليا في هذا العصر

هذه الحقيقة إنما تثبت أن الحجاب إنما هو فطرة قد جاءت الأديان بحفظها وصيانتها، ولكن في زمن انقلبت فيه الحقائق، وشُوِّهت فيه الفطرة، وخُذع الناس بالعبارات الرنانة والمصطلحات التي تخفي تحتها من الشر والخبث؛ ما يذكرنا بكلام الله عز وجل: ﴿وَقَدْ مَكَرُوا مَكْرَهُمْ وَعِنْدَ اللَّهِ مَكْرُهُمْ وَإِنْ كَانَ مَكْرُهُمْ لِتَزُولَ مِنْهُ الْجِبَالُ﴾.

فكيف استطاعوا نزع غيرة الرجل على أهل بيته بهذا الشكل الذي تشمئز منه النفوس؟ كيف أصبح يمشي الرجل مع امرأته وهي ترتدي من الملابس ما يفصلها تفصيلاً، ولا يحرقه قلبه لنظر الرجال إليها؟ بل أصبحنا نرى قلبي المروءة ممن يأمرها هو بنزع الملابس الساترة وارتداء الضيق الواصف، فيال القبح! أي حال هذا؟ أكاد لا أشك أن هذا العصر من أسوء العصور التي عُصي الله فيها بالتبرج والسفور.

وأنتِ، ألا تغارين على نفسك يا غالية؟ ألا تشمئز نفسك عندما ترين أنك معروضة لكل قاصي وداني، ومنهم السفیه والبذيء والساقط والفاجر والفاسق؟ ألا تشعرين بظلمك لنفسك حينما ترين نظراتهم إليك ويرون منك ما أمرك الله بحفظه وصيانتها لمن هو أهل له؟ لقد جعلك الله درة غالية نفيسة، فهل تضعين من نفسك وتدنيها هكذا؟ هل يفعل هذا عاقل؟

هلا تتفكرين في حالك قليلاً يا أختي؟ لا تسيري كما البقية عمياء القلب، أغلقي أذنك عن نباح النسويات الخائبات، ونعيق العلمانيين الفاسقين، أغلقي عينيك عن إعلام خبيث أفسد عليك فطرتك وبدّل لك الحقائق. أعطانا الله عقلاً لنبصر به ونعرف حقيقة الأمور، اصديقي الله وابحثي عن الحق ولا تترددي، وإني على يقين أنك ستصلين إليه بإذن الله.

استودعت الله قلبك، أناره الله بنوره، وساق إليك أنوار البصيرة، ورزقك العمل بما يرضيه وإن كان شديداً على نفسك.

﴿وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَنْ يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ ۗ وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا مُبِينًا﴾.

صناعة الوعي

سيداو وحقوق المرأة
المزعومة

بقلم / ميادة فتاح

فإذا جهلت المرأة علوم الدين؛ أتعبت
الزوج، وأفسدت الأولاد وأهلكت الأمة

- البشير الإبراهيمي

سيداو وحقوق المرأة المزعومة

لعلك قرأت يوماً أسماءاً لمُنظَّمات، أو شعارات تتضمن عبارات تخص المرأة كـ (تمكين المرأة، القضاء على التمييز ضد المرأة، تحرير المرأة، منظمات نسوية للدفاع عن حقوق المرأة، منظمة حقوق المرأة، سيداو)، وغيرها الكثير من الكلمات البراقة التي تزعم أنها جاءت لتدافع عن حقوقك، وهي بالأحرى تُضيعها بمكرٍ وخداع.

نحن هنا لتبين لك بعضاً مما يتعلّق بهذه الحركة المسمومة التي دست السم بالعسل والمُسامة بـ(النسوية)، والتي خدعت النساء، واستخفّت بعقولهنّ، ودجّنت الكثيرَ منهنّ تحت رايتها، فأصبحن الضحية قبل غيرهنّ، وداعيات لهذا الشر العظيم الذي يُحاك ضدّهنّ.

فارعنا سمعك، وافتح لنا قلبك، فإنّ لحديثنا هذا شجون، وإنّا نخشى عليكِ معاشر النساء مما يُحاكُ لكنّ، فافتحي قلبك وتجرّدي من كل هوى، وانظري لكلماتنا بعينٍ تبحث عن الحق، فلربما كنت متأثرةً بهنّ من حيث لا تشعرين.

ما هي النسوية، وكيف نشأت - منظمة الدفاع عن حقوق المرأة - المسماة سيداو؟!

CEDAW هو مُختصر وبداية حروف لعدة كلمات تعني: اتفاقية القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة (Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women) واختصاراً لها: **CEDAW**.

وهي مُعاهدة دولية اعتمدها -الجمعية العامة للأمم المتحدة- عام 1979، وتصفها على أنها -وثيقة الحقوق الدولية للنساء-. صدّقت المعاهدة في 3 سبتمبر من عام 1981؛ ووقّعت عليها أكثر من 189 دولة من بينهم، أكثر من 50 دولة وافقت مع بعض التحفظات والاعتراضات، و38 دولة رفضت تطبيق البند رقم 28 من الاتفاقية، والذي يتعلق بسبل تسوية الخلافات المتعلقة بفهم الاتفاقية. وأوضحت أستراليا في تحفظها أنّ هناك بعض القيود بسبب نظامها الدستوري؛ وقد وقّعت كلاً من الولايات المتحدة، وبالاو على الاتفاقية ولكن لم يُفعلانها. وآخر دولة وقّعت على الاتفاقية هي جمهورية السودان، ولم يُوقّع على الاتفاقية كلاً من الكرسي الرسولي، وإيران، والصومال، وتونغا.

تحتوي هذه المُعاهدة على 6 أجزاء - في كل منها موادّ، منها ما هو حقّ طبيعي للمرأة (وهو قليل في الاتفاقية)، ومنها ما هو ظلمٌ وتعدُّ ومخالفة واضحة صريحة للشرع والدين الإسلامي.

المادة التي عرّفت التمييز ضد المرأة؛ والذي تعاهدت الدول الموافقة عليها بالتصدي له كما يزعمون، فكان تعريف التمييز فيها: أي تمييز، أو إقصاء، أو تقييد يتم بناءً على الجنس وله تأثير، أو غرض على إضعاف وإبطال اعتراف، وممارسة، واستمتاع المرأة بكافة حقوقها الإنسانية وحرّياتها السياسية، والاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والمدنية وكافة الحريات الأخرى، بغض النظر عن حالتها الزوجية ووفقاً لأساس واحد وهو: المساواة بين الرجل والمرأة".

كما نصّت مواد أخرى فيها على أن: "كل الدول التي تُصدّق على هذه المعاهدة يجب عليها إظهار نيتها الحقيقة للمساواة بين الجنسين في دساتيرها المحلية، وأن يتم إلغاء كافة القوانين التي تسمح بالتمييز بناءً على الجنس، وأن تُسن هذه الدول قوانين بهدف الحماية من أي تمييز يتم ضد المرأة.

كما أن الدول المُصدّقة على الاتفاقية يجب عليها إنشاء محاكم ومنظمات مُجتمعية بغرض ضمان حماية فعالة للمرأة ضد أي ممارسات تمييزية، ويجب عليها أيضاً اتخاذ خطوات حقيقة تجاه الأفراد، والمؤسسات، والمنظمات التي تمارس التمييز ضد المرأة. وعلى الدول المشاركة في الاتفاقية أن تضمّن ركائز حقوق الإنسان وحرّياتها الأساسية للمرأة فقط، على أساس المساواة بين الرجل والمرأة في كافة الأصعدة السياسية، والاجتماعية، والاقتصادية وأيضاً الثقافية. كما يجب على جميع الدول المشاركة في الاتفاقية اتخاذ الإجراءات اللازمة لمحاربة أي تحيّزات أو تحيزات قائمة نتيجة تلك الأفكار "بدونية أو تفوق" أحد الأجناس على الآخر، أو نتيجة الأفكار النمطية عن أن لكل جنس دور معين يقوم به دون الجنس الآخر. ويجب أيضاً على الدول الأطراف في الاتفاقية «أن يضمنوا الاعتراف بالمسؤولية المتبادلة بين الرجل والمرأة في تربية وتنشئة أطفالهم".

كما نصت أيضاً على: "ضمان حقوق المرأة للمشاركة في الحياة السياسية والحياة العامة بطريقة سوية، مع التركيز على المساواة في حقها في التصويت، والمشاركة في التشكيل الحكومي، وحقها في المشاركة في كافة المنظمات والاتحادات المهمة بالشأن العام والحياة السياسية للبلاد".

وبموجب هذه المعاهدة فإن الدول المشاركة في هذه الاتفاقية تضمّن للمرأة المساواة في الفرص لتمثيل حكوماتهم في المحافل الدولية، وأيضاً تضمن لهم المشاركة في أعمال المنظمات الدولية.

أيضاً فإن من متطلبات المشاركة في هذه الاتفاقية: "توفير فرص تعليم متساوية بين الطالبات والطلبة، وأيضاً التشجيع على التعليم المشترك -مدارس للفتيات والفتيان معاً وليس لكلا منهما مدارس مستقلة بذاتها-، كما تتضمن توفير فرص متساوية بين الجنسين للألعاب الرياضية، والمِنح، المكافآت، وأيضاً العمل على خفض معدلات الانقطاع عن الدراسة لدى الفتيات".

وفي مادة أخرى: "تُحدّد حقوق العمل الخاصة بالمرأة على أنها حقوق طبيعية -غير قابلة للتصرف- لكل الجنس البشري، ولتحقيق هذا هنالك بعض المُتطلبات مثل: الحصول على نفس المُقابل لنفس العمل، والحصول على بعض الضمانات الاجتماعية، كذلك الحق في الحصول على إجازات مدفوعة الأجر وإجازات للأمومة -مثل الوضع-، كل هذا بأجر أو مزايا اجتماعية مُتماثلة دون فقدان الأقدمية، أو العلاوات الاجتماعية، وأي فصل يتم بناءً على أساس الأمومة، أو الحمل، أو الحالة من الزواج يجب أن تُحظر بعقوبات".

تُصّ أخرى على أن "جميع الدول الأطراف في الاتفاقية يجب أن يلتزموا بمساواة المرأة مع الرجل أمام القانون، بما في ذلك أهلية قانونية مُماثلة لأهلية الرجل"

كما تنص على "حصول المرأة على نفس حقوق الرجل فيما يتعلق بالقانون الخاص بالتحرّكات الشخصية، وكذلك حريتها في اختيار محل إقامتها ومكان سكنها".

كما تهتم هذه المُعاهدة كما يزعمون بجميع أنواع التمييز ضد المرأة في جميع الأمور المختصة بالزواج وتكوين أسرة، "فتكفل هذه المادة لكل من الزوج والزوجة نفس الحق في الزواج، واختيار شريك الحياة بحرية، وتكفل لهم نفس الحقوق والواجبات أثناء الزواج أيضًا إذا قررا الانفصال، ولهم نفس الحقوق والواجبات في كونهم والديّ الأطفال، ونفس الحق في حرية اختيار عدد الأطفال والمدة بين إنجابهم إذا قررا إنجاب أكثر من طفل، ونفس الحقوق والواجبات كزوج وزوجة متساويين في اختيار اسم للأسرة، وتحديد المهنة، ونفس الحقوق لكلا الزوجين في التعامل مع ممتلكات الأسرة من حيث الحق في امتلاك، حيازة، إدارة، التحكم، التمتع وحرية التصرف في هذه الممتلكات، سواءً إن كان هذا التصرف مجاني أو بمقابلٍ ما".

مع الدعوة لتبني منع التمييز ضد المرأة، من خلال "كفالة مبدأ المساواة بين الرجل والمرأة، والمساواة في التشريع والحماية القانونية للحقوق، والامتناع عن ممارسة التمييز ضد المرأة، وإلغاء العقوبات ضد المرأة، واتخاذ التدابير للمساواة وحماية الأمومة، والتدابير التي تكفل القضاء على التحيزات، وضمان المشاركة في الحياة السياسية بما يكفل الآتي:

الترشح، والانتخاب، وصياغة السياسة العامة، ومنظمات المجتمع المدني، والحق لها في منح الجنسية أو التنازل عنها أو منح الزوج نفس جنسيتها وأبنائها، والقضاء على التمييز ضد المرأة في التعليم والوظيفة، وضمان الحرية في العمل والضمان الاجتماعي، وكذلك أيضًا ضمان الإجازات في حالة الحمل والوضع وغيرها من الإجازات، وكذلك ضمان الرعاية الصحية والمساواة أمام القانون وحرية الزواج ومع كفالة هذا المبدأ للمساواة بين الرجل والمرأة وحريتها في فسحه وغيرها من الحقوق التي تتزامن مع نفس حقوق الرجل". لعلّ هذه المواد هي من أبرز ما جاءت به هذه المعاهدة المسمومة التي ما وضعها أصحابها إلا لإضاعة الرُكن الأساسي في صناعة الأسر؛ وهو المرأة.

أعدي النَّظَر لما جاء فيها، والبسي نظارة الشرع في تمحيصها، واجعلي الدين أصلًا تُحاكميها إليه -لا العكس-؛ وسترين الطوام التي فيها.

واسأل نفسي بصدقٍ بعدها: ما قول الشرع فيها؟ وهل يرضى عني الله لو تبنيته ما جاء فيها؟

وللموضوع بقية تُتبع في العدد القادم إن شاء الله.



نصيحة لأصحاب الصفحات العامة

بما أننا بتنا نستخدم مواقع التواصل بكثرة، في مسائل طلب العلم وغيره؛ علينا أن نعلم أن هناك من هو علينا رقيب ويرانا، وعلينا أن نستغل هذه الهواتف بما ينفع لتكون حجة لنا لا علينا.

باتت الفتاة تتابع قنوات الشباب؛ لما تراه من فائدة بمتابعتهم، وهنا علينا أن ننتبه لخطوات الشيطان واستدراجه لنا وتزيين الأمر للنفس. تبدأ خطوات الشيطان بدخول الأنثى لقناة الشاب، ثم ما تلبث إلى أن يبدأ يزين لها الشيطان؛ فيعجبها تفكيره وحكمته وبلاغته، ويقع في قلبها ميلٌ له، تحاول تكذيب هذا الشعور وتكمل متابعتها، وتصل إلى أن تتعلق به، وأسميه هنا تعلقاً لأنه ليس حباً؛ فالحب لا يكون يوم وليلة ولا بمتابعة منشورات، وما لم يكن بينكم عشرة وكلام وتعلمين تفكيره فلسيت تحبيه؛ ثم إن المنشورات لا تدل على صلاح الشخص أبداً، فكم منهم من هو بالمواقع صالح والواقع يكذب أقواله.

ثم هذه الفتاة تبدأ بالبحث عن معلومات شخصية عنه، وتعلم ما يحب ويكره، ثم تتفاعل على منشوراته كلها حتى وإن لم تعجبها، وبعدها تحاول لفت انتباهه بأشياء هي تعلم أنها تعجبه. ثم إن لم تع خطر ذلك وتتوقف عن متابعتها وتدارك نفسها؛ ستقع بمراسلته والعياذ بالله، وقد يضعف الشاب حينها ويكلمها وتأخذ إثمها وإثمها. وإذا كان الرجل صالح وتدارك هذه الفتنة وقال معاذ الله، حينها ستجلس نادبةً حظها، وتندم وتقول يا ليتني لم أفعل ويا ليت وليت!

وكلها بدايات تزيين هذا الشيطان لها لتقع بالمحذور، ويذهب بحياء الأنثى، ويجعلها تبدي شيئاً من نفسها لهذا الرجل، وقد تتعجب عندما تصحى من هذه الأوهام أنه ليس بالجميل وليس من أرادته؛ ولكنه تلبس من الشيطان.

وغير ذلك، هناك كثير من الوسائل التي يغري بها الشيطان الأنثى، كأن تضع صورتها أو شيء من يدها أو غيره من الأمور للفت الانتباه، أعاذنا الله وإياكن.

يا أختي، قلبك عليك أن تتحكمي به، وعندما تشعرين باقتراب الفتنة منه ابتعدي، ولا تظني أنك قوية وصعب أن تتعلقي بأحد؛ فالشيطان يأتي من نقطة أنه صالح وكما كنت تريدينه؛ فانتبه، وما إن أحسست باهتمامك بشخص ممن تتابعينهم؛ اعتزلي ما يقربك من متابعتهم فوراً ومن غير تفكير، فسلامة قلبك أولى.

يا أختي، طالب العلم ليس حجر لا يشعر أو لا تدفعه غريزته أحياناً، بل هو بشر يخطئ، والرسول -صلى الله عليه وسلم- قال: "كل ابن آدم خطأ"؛ فكلنا نخطئ. وعليك أن تحذري من مراسلة طلاب العلم، هناك كثير من الأخوات الفاضلات يمكنك مراسلتهم وإخبارهن بمشاكلكن.

واسمعيها مني: بعض طلاب العلم -ولا أعمم-، تذهبي أنتِ بنية طيبة وتبني له مشاكلك وتريدين الحل، فيبدأ يسأل عن أمور شخصية بحجة أنه يريد أن يعرف الداء ليصف الدواء، وأنتِ بحسن ظن به على أنه مستقيم تقبلين، وما تمر فترة حتى يبدأ بالإفصاح عن أموره الشخصية مثل كونه أعزباً وغيرها. وبعدها بتكلمه عن حياته، ثم رغبته بالزواج والسؤال عن تفاصيل تخصك ويجعلك تظنين أنه يريد الزواج بكِ وتعلقين به وبشدة، ومن ثم يأتيك جواب صاعق أنه وجد زوجة، أو أنه وعى على نفسه وغلطه، أو إنك لست مناسبة، وللأسف تبقى الفتاة غارقة بأحلامها التي كانت تبنيها معه.

والخطأ هنا عليكمما أنتم الاثنين؛ فبالبداية أنت لماذا تفتحين هذا الباب؟ لماذا تؤذين قلبك؟ أليس هناك نساء كثيرات لتسألنهن وتخبريهن بمشاكلك؟ لماذا تذهبين لرجل وتفتنين نفسك وتفتنيه؟ ومن قال لك إذا كان صالحاً فإنه لا يشعر؟ لا بل قد يفكر بك بطريقة أنت لا ترضيها لنفسك، والرجل يبقى رجلاً وتبقى لديه شهوة النساء، والله في كتابه ذكر ذلك وأول ما ذكر النساء؛ فقال سبحانه وتعالى: ﴿زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ﴾.

ثم ألم يقل الرسول -صلوات الله وسلامه عليه-: "ما خلا رجل بامرأة إلا كان الشيطان ثالثهما؟"

فيا أختي، لا تقربي هذا الباب؛ فلن يجلب لك سوى وجع قلب. احترمي ضعفك وكونك تتعلقين بسرعة -وهذا أمر لا نكذبه-، لا تحاولي فالثمن قلبك.

وأما بالنسبة لطالب العلم من يفعل ذلك، أو قد فعل ذلك مع أحد الأخوات؛ فإني لا أعلم ما أقوله لكم سوى أن اتقوا الله. أنتم كطلاب علم مستقيمين، ألا يجب أن تتحلوا بالصفات الحسنة والوقار؟ أول شيء يجب على طالب العلم هو العمل بعلمه؛ وإلا لماذا يتعلمه؟ أليجعله حجة عليه فقط؟ ربما ستقولون هن يأتين ويسألن، وهن يتجاوزن حدودهن، ونحن قد أوضحنا أنه هناك خطأ على النساء، لكن يمكنكم أيضاً أن تقولوا لا نرد على رسائل الفتيات ونتمنى منكن أن تراعين ذلك فهذا أسلم لقلوبنا وقلوبكن.

أظنون بعد ذلك أن صاحبة الحياء والعفاف ستبعث لكن بغير حاجة ضرورية؛ إن فعلت إحداهن ذلك فهي عديمة الحياء وتجاهلها هو الحل.

لكن أكلهن يتجاوزن الحدود؟ نرجو منكم أن تراعوا أن المرأة تتعلق بسرعة بالرجل، ومن أقل لين تشعر به واهتمام في سؤالها.

لذا؛ فلنتق الله في قلوب بعضنا ونتكلم بضوابط كما أمرنا ربنا، ولنستحضر دائماً مراقبة الله لنا؛ فمن الإحسان أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك. أجبها على قدر سؤالها ودع عنك ما سواه؛ وإن رأيت منها تجاوزاً فالحظر موجود.

الشيطان وسائله لفتن الناس كثيرة جداً، ويأتي لطالب العلم وطالباته من أمور لا يظنون أنها تفتنهم، كأن تفتن الأنثى بطالب علم أو العكس، أو بصاحب محتوى ينشر العلم النافع وغيره من الأمور. وهذه نصيحة للأخوة والأخوات: اتقوا الله في أنفسكم وبمن يتابعكم، صفحاتك على مواقع التواصل الاجتماعي أنت مسؤول عما ينشر بها وما يراه المتابعون؛ فلا تنشروا إلا ما يرضي الله، وابتعدوا أشد البعد عن المزاح، ولا تكثر من الحديث عن الرغبة بالزواج، لا أحبذ ذلك للشباب، وأرفضه وأشدد على رفضه من الأنثى؛ لأنه يذهب من حيائها، أشياء كهذه لا تصرح بها على العام أبداً، بل يمكنك أن تقولي لوالدتك أو من تريدين ممن يحل لك التحدث معه بهذه الأمور؛ ولكن ليس على العام، فهو باب فتنة عظيم.

وإني قد رأيت بداية مداخل الشيطان من هذه الأمور، المزاح المفرط الذي يلين معه قلب الأنثى للرجل أو العكس، والحديث عن الرغبة بالزواج المفرط وليس من باب النصح وتعليم الناس وتوعيتهم عن أمور الزواج؛ بل تصريح عام عن الرغبة به، وهذا أمر قد وقعت به كثير من طالبات العلم للأسف.

اعلمي يا أختي أنّ هناك من يتابعك من الرجال، فحافظي على قلوبهم من أن تفتنيها بخضوع كلامك أو تصوير يدك، أو حديثك عن رغبتك بالزواج وتعسر الأمر، أو عن مواصفات فارس الأحلام، أو فيديوهات رومنسية للرجل والمرأة كأنهم يصلون معاً أو يحضنون بعضهم؛ حتى وإن كانت صوراً كرتونية فهذا حرام وباب فتنة كبير انتبهي له، ولا تخضعي بالقول وتكثري المزاح والنكت التي ليس منها فائدة، فالضحك الزائد يقسي القلب. ولا أرى أنّ هناك داع أبداً لفتح حسابات لست مستعدة لها، ولا تريدين نشر شيء ينفع الناس وإنما نشر يومياتك وإنجازاتك، فالحسابات ما لم تفتحها فتاة ذات عقل ودين فإنها ستكون فتنة. ولا تدخلين لحسابات شاب تعلمين أنه لربما تفتنين به من تفكيره وغيره، وعندما تشعرين بالفتنة اقتربت اهربي منها هروبك من الأسد ولا تلتفتي، فسلامة القلب أهم شيء. واعلمي أنه حتى إن فتح الرجل مجالاً للسؤال؛ فهذا لا يعني أنه يحق لك سؤاله عن كل ما يخطر ببالك، وهناك أمور لا تصح أن تُسأل إلا للنساء، وحتى لو كانت رسالتك مجهولة يبقى هناك ضوابط عليك الالتزام بها، كأن لا تخضعي بالقول وتكلمي بأدب وإيجاز، واعلمي أنه حتى لو كنت مجهولة برسالتك فأنت غير مجهولة عند الله، وهو عليك رقيب؛ فاتق الله بنفسك وبقلبك أولاً، واتق الله بقلب الرجل الذي تسأليه فهو يبقى رجلاً وتبقى غريزته كما هي وإن كان أتقى أهل الأرض، وفتنتك عليه شديدة، والرسول -صلى الله عليه وسلم- قال: "ما تركت بعدي فتنة أضر على الرجال من النساء".

وكذلك الرجال، هناك من يتابعكم من النساء؛ فاتقوا الله بقلوبهن من التعلق، انشروا ما ينفع الناس وابتعدوا عن المزاح، وهل نرى بقنوات المشايخ أو الدعاة الثقات بها شيء من مزاح أو غيره من تباهي بزيينة الدنيا؟ لا والله نكاد لا نرى بها شيئاً يفتن، فكذلك فلتكن صفحاتكم إذا أردتم حقاً نشر العلم. وإذا أجبت عن سؤال فتاة فأجب بإيجاز من غير لين بالكلام، الشدة عندها ضرورية؛ لأن المرأة تتعلق بسرعة من كلمة أنت لم تلقي لها بالاً؛ فانتبهوا رعاكم الله.

بقلم / سميرة نشار





اليوغا؛ رياضة أم شرك؟

بقلم / نور مهلوس

اليوغا بجوهرها هي أكثر من كونها نظام
للياقة البدنية. إنه علم للعيش المتوازن،
وطريق لإدراك الإمكانيات البشرية الكاملة

- الملحد الروحاني ديباك تشوبرا

اليوغا؛ رياضة أم شرك؟

مما عمت به البلوى في السنوات الأخيرة في مجتمعنا الإسلامي انتشار "اليوغا" ومدربي "الطاقة"، وبدأ الناس -وخاصة الإناث- بتداولها وممارستها بلا علم لحقيقتها وأهدافها، وبلا إخضاعها لحكم شرعنا الحنيف. اختلفت موازين الممارسين "اليوغا" من المسلمين في تعريفاتهم لها، واختلفت أهدافها وفوائدها بتحديددهم، وكل تلك التعريفات والنظرات بعيدة كل البعد عن حقيقة "اليوغا"؛ حتى وصل الأمر إلى رؤيتي لمقطع به حركات يوغا لنحت الوجه. فهل "اليوغا" تنحت الوجه والخصر؟ وهل تشفي من المرض؟ ما هي "اليوغا" حقيقة؟ وما أهدافها؟ أسئلة كثيرة أمل أن يجيب عنها مقالي هذا، وأسأل الله العون والتوفيق.

-بدايةً، أود أن أنوه إلى أن المقال هذا إجمالي أكثر من كونه تفصيلي؛ فالحديث عن "اليوغا" يطول، وأنه دعوي أكثر من كونه علمي-.

“اليوغا” هو اسم عام يطلق على أي نظام عقلي بدني متكامل يعزز التجربة الروحية ويؤدي إلى اتحاد روح الفرد بالروح الكونية. ووصفت وزارة "اليوغا" الحكومية "اليوغا"؛ فقالت: أنها وسيلة لتوحيد الروح الفردية بالروح الكونية (الإله) وفقاً لمهاريشي باتانجالي.

ما هي اليوغا؟

أي أن "اليوغا" عبارة عن ممارسات قلبية وجسدية (وهو المفهوم الشرعي للعبادة)، ونتاجها أنها توحد روح ممارسها مع الروح الكونية (الإله)؛ يعني "اليوغا" عبادة الاتحاد مع الإله. وليست "اليوغا" تمارين جسدية منفصلة عن القلب وعن الاعتقاد.

تنطلق "اليوغا" من فلسفة "الطاقة"، وترى أن الكون عبارة عن طاقات. فالوجود هو عبارة عن "طاقة" الإله الذي حل في الكون (ويسمونه البرانا؛ وهي تعبيراً عن الطاقة الكونية)، وهذه "الطاقة" هي ما يتصرّف بالكون. يقول وأين دابر: (إن الطاقة المسؤولة عن وجودنا تعلم على وجه الدقة ما الذي تفعله ومتى، القوة الخفية التي تدبر كل شيء).

تنظر هذه العقيدة للإنسان باعتباره إله مصغر يدرّب "طاقته" عبر "اليوغا"، ويكون له بدايةً مدرّب يعينه على فتح "الشاكرات"؛ (أي مستقبلات الطاقة في جسده)، ليبدأ بعدها بتنقية "طاقته" ثم ينتقل إلى حالة الوعي الكامل بانفصاله عن "الأنا الفردية"، حتى يصل إلى مرحلة "النيرفانا"؛ (أي الاتحاد مع الوجود) -والذي يعتبر الهدف الأول من ممارسة "اليوغا"-، ويصبح بذلك يوغا متمرّس.

وبذلك؛ يكون قد اتحد مع "الطاقة الكونية" وصار قادراً على التحكم في الوجود وقادراً على الاستشفاء من الأمراض الروحية والجسدية، بل وقادراً على السماع عن بعد وقادراً على ممارسة ما يسمونه بـ "التخاطر". يقول الملحد الروحاني ديباك شوبراك: (من الطبيعي أن تتحقق كافة رغباتك إذا كان وعيك منفثاً وجلياً، لا يحتاج الأمر لعمل خارق أو لعناية إلهية كي تتحقق الرغبات؛ فالحقل الكوني معد من أجل تلك الغاية). ويقول: (الوعي يستخدم بشكل عام كطاقة للشفاء وهو يعيد التوازن حينما يتاح له التدفق بحرية).

وتقول الملحدة الروحانية إلين ميريديث: (إن لغة الطاقة هي لغة كيف تصنع نفسك وتعيش الحياة وتتصل مع طبيعتك البدنية، إنها لغة الشفاء؛ لأنها الطريقة التي يتواصل بها عقلك وجسدك وروحك في نهاية المطاف وكيف يرسمون حقائقهم).

◀ وضعيات "اليوغا"



إن كل حركة في "اليوغا" تعتبر تمجيذاً **للآلهة الهندوسية**، ويوجد في "اليوغا" تمارين مختلفة، أهمها وأشهرها تمرين يدعى "ساستانجا سوريا ناماسكار" (ويعني باللغة السنسكريتية: السجود للشمس بثمانية أعضاء)، وخلال القيام بالتمرين يردد كلمات معينة بصوت جهري؛ كأسماء الشمس. وأذكر لك بعضها مع معناها: رافا ناماه (ويعني: أحنيت لك رأسي يا من يحمده الجميع)، سوريا ناماه (ويعني: أحنيت رأسي لك يا هادي الجميع)، بهانافي ناماه (ويعني: أحنيت رأسي لك يا واهب الجمال)، سافيترا ناماه (ويعني: أحنيت رأسي لك يا واهب الحياة)، ويكون الشخص الممارس له عار الجسد، متعرضاً للشمس بكامل جسده، محدقاً بها بعينه.

◀ ما الهدف من القيام بالتمارين والوضعيات الجسدية خلال ممارسة "اليوغا"؟

تقول معلمة "اليوغا" Aimee Hughes أن هناك أربع أهداف حقيقية لتمارين "اليوغا"؛ وألخصها لكم بالتالي:

1. الحصول على التوازن الجسدي والعقلي. نمارس تمارين "اليوغا" الجسدية لأغراض جسدية كالآلام الظهر وخسارة الوزن وغيرها...؛ ثم يتبين أن هناك ما هو أكثر؛ كتهدئة العقل والشعور بالتوازن الجسدي والعقلي والعاطفي والروحي.
2. تحقيق الغاية الروحية؛ دارما Dharma. وهي طريق وأسلوب حياة روحانية، يتوصل لها ممارس "اليوغا" بعد أن يبدأ بالتساؤل عن غاية وجوده الروحي ويصبح جزءاً من تأمله.
3. تنقية الطاقة. فمن خلال تمارين "اليوغا" تتحرر "الطاقة".
4. الاتحاد مع الألوهية، وهذا هو الهدف المطلق "لاليوغا"، وعلى اختلاف أنواع "اليوغا"؛ فإنها تحمل نهاية هدفاً واحداً، وهو الاتحاد مع الروح الكونية.

رياضة أم شرك؟

إن ما سبق ذكره من وصف "اليوغا" هو تعبيرٌ عن عقائد كُفريّة شرّكية، وإليك هذا:

(1) الاعتقاد بالروح الكونية الحالّة في الموجودات هي عقيدة **الحلوليّة الكُفريّة**؛ فالله قائم بذاته منفصلٌ عن المخلوقات والموجودات، مستوٍ على عرشه استواءً يليق بجلاله وكَماله. ثم إن الآلهة التي يعبدها ويمجدها أولئك **ليست الله!**

(2) الممارسة القلبية والجسدية هي التعريف للعبادة، و"اليوغا" أصلها عبادة **هندوسية بوزية**، وحركاتها كلها **تمجيد لآلهة الهندوس**، وبالتالي فإن ممارستها حرامٌ على المسلمين، الجاهل بحكمها يعلم أنها حرامٌ، ومن علم حقيقتها واعتقد صحتها وفعاليتها فيخشى عليه من المروق عن الإسلام. والأصل في العبادات التوقيف؛ فلا يُتعبّد بعبادة إلا بدليل شرعي، و"اليوغا" ليست التأمل الذي حصل معه تفكّر وتدبّر؛ بل تأملٌ بطريقة محددة ووضعيّات محددة وكلمات محددة، هدفها التّحرّر من "الأنا" والاتحاد مع "الروح العظمى"، وكما قرأنا في النقطة السابقة؛ فهذا إلحاد بالله.

(3) اليوغا هي تقليد للكفار **واتّباع لهم على شركهم وباطلهم**، وقال ﷺ: "مَنْ تشبّه بقوم فهو منهم".

(4) الإيمان بـ "الطاقة" و "حقول الطاقة" و "قوانين الجذب" وغيرها هو **شركٌ بالله**؛ فالذي يؤمن بذلك يعتقد أن المتصرّف بالكون هي "الطاقة"، فتجذب إليك أشياء لأن "طاقتك" و "طاقاتها" متوافقة، وتبتعد عنك لأن "طاقاتكم" مختلفة. فيرون أن "الطاقة" تعرف ما تفعله وأنها تدبّر الأمور، وهذا نزاعٌ لصفات الربوبية لله عزّ وجلّ؛ فلا يأتيك إلا ما قُدّر لك أن يأتيك، ولا يُصرف عنك إلا ما قُدّر أن يُصرف عنك، الأمر بيد الله وحده، والقدر قدر الله، والمدبّر للكون كلّهُ المصرّف له هو الله تبارك وتعالى. قال تعالى: ﴿قُلْ لِّمَنِ الْأَرْضُ وَمَنْ فِيهَا إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (84) سَيَقُولُونَ لِلَّهِ قُلْ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ (85)﴾، وقال عز من قائل: ﴿قُلْ مَنْ يَرْزُقُكُمْ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أَمَّنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَمَنْ يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَيُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَمَنْ يُدَبِّرُ الْأَمْرَ فَسَيَقُولُونَ اللَّهُ فَقُلْ أَفَلَا تَتَّقُونَ﴾.

(5) الاعتقاد بأن الوصول لمرحلة "النيرقانا" والقدرة على الاستشفاء والتداوي هو **شركٌ بربوبية الله**؛ فالشافي هو الله، ولا شفاء إلا بإذن الله وأمره، ولا شفاء إلا بما شرّع لنا التداوي به من رقية شرعية ودواء وأعشاب وغيرها. قال تعالى: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾.

(6) الاعتقاد بأن الإنسان يمكنه التَّحَكُّم بما حوله ويحقِّق رغباته، وأن الكون يسخر بين يديه هو **شركٌ في الربوبية** أيضًا؛ فهذا كله مما يختصُّ به الله الخالق القويِّ دونًا عن غيره من المخلوقات الضَّعيفة. قال تعالى: ﴿اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ﴾، وقال عزَّ جاره: ﴿إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ﴾، فالكون وما يجري به وما قُدِّرَ فيه هو أمرُ الله وحده، لا يُنازعه فيه أحد.

(7) الاعتقاد بأن الإنسان هو من يصنع نفسه ويقرِّر مصيره ويرسم حقيقته هو **كفرٌ بالركن السادس من أركان الإيمان**، وهو القضاء والقدر، فهذه عقيدة القدرية الذين يقولون أن الله لم يقدر على عباده ما يقع لهم وأنَّ الأمر أنف، وهذه عقيدة كفرية، وقد قال ابن عمر رضي الله عنهما عن أصحاب ذاك القول: (فَإِذَا لَقِيتَ أُولَئِكَ فَأَخْبِرْهُمْ أَنِّي بَرِيءٌ مِنْهُمْ، وَأَنَّهُمْ بُرَاءٌ مِنِّي، وَالَّذِي يَخْلُفُ بِهِ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عُمَرَ لَوْ أَنَّ لِأَحَدِهِمْ مِثْلَ أَحَدٍ ذَهَبًا، فَأَنْفَقَهُ مَا قَبِلَ اللَّهُ مِنْهُ حَتَّى يُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ). وقال الصادق الأمين محمدُ ابن عبد الله ﷺ: "كتب الله مقادير الخلائق قبل أن يخلق السماوات والأرض بخمسين ألف سنة".

(8) الإيمان بأنَّ هناك شخص يسمع عن بعد ويمارس "التخاطر" هو تعبيرٌ عن الكهانة؛ فالذي يمكنه ذلك هو الكاهن الذي يستعين بجانٍ ليسترخوا السمع، وهذا مما لا شكَّ أنَّه محرَّم في ديننا الحنيف. عن عائشة رضي الله عنها قالت: سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ أَنَسُ بْنُ الْكُهَّانِ، فَقَالَ: لَيْسُوا بِشَيْءٍ، فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّهُمْ يُحَدِّثُونَا أَحْيَانًا بِشَيْءٍ فَيَكُونُ حَقًّا! فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: تِلْكَ الْكَلِمَةُ مِنَ الْحَقِّ يَخْطُفُهَا الْجَنِّيُّ، فَيَقْرُأُهَا فِي أُذُنِ وَلِيِّهِ، فَيَخْلُطُونَ مَعَهَا مِثَّةَ كَذِبَةٍ.

(9) انظر مرة أخرى لتمرين "ساستانجا سوريا ناماسكار"، تمعَّن فيما يُقال فيه، أَرَأَيْتَ الشُّرْكَ الصريح فيه؟ أَرَأَيْتَ أنَّه عبادةٌ للشمس ووصفها بصفات الله المختصة به وحده جل شأنه وتعالى؟ الحمد لله وحده، والهداية من الله وحده، وواهب الجمال هو الله الجميل وحده، وواهب الحياة هو الحيُّ وحده.

(10) الجلوس عاريًا مع تمتمات شركية وحركات جسد معينة قد تؤدي إلى تسلُّط الجانِّ على ممارس "اليوغا"؛ فالحقيقة أن الرُّوح الكونية التي يتحدُّ بها هؤلاء وتجري من خلالها خوارق العادات على أيديهم، ما هي إلَّا من تسلُّط الشياطين وتلبَّسهم لأجسادهم.



هذا عدا عن أن فيها تضييع للوقت بما لا ينفع، بل بما يضر في الدين والدنيا. وأنها غش ودجل وخداع واستخفاف بالعقول، تقوم على عقائد كفرية عديمة الصحة. وقد ثبت أن التعرض للشمس لفترة طويلة يؤثر على تركيبة الجلد وتصبغه، وقد يؤدي للسرطانات. وأن التظير الطويل للشمس يضر العينين. ثم إن حركاتها ووضعياتها تؤثر على العضلات والأعصاب سلبيًا، وتمارين التنفس وقطعه يؤثر على التنفس والرئتين.

◀ وإن مارستها بدون نية عبادة؟

القول الصواب هو المنع من "اليوغا" بالإطلاق، ومن فرق بين نوع وآخر منها فليديه نقص في تفريقه؛ فكلها من أصل واحد وتسير لهدف واحد، فالنية لا تصلح العمل الفاسد. تبقى "اليوغا" شركًا بالله وتقليدًا للكفرة في كل وضعياتها، ويبقى بها شيء من الاستعانة بالشياطين مهما أنكر ذلك. ثم وإن ممارستها بلا نية فهو محض عبث! فهي أساسها ليست وصف لتمارين جسدية؛ إنما لحالة جسدية قلبية مرتبطة ببعضها لها هدف وفلسفة. فما المعنى من أن تمارس إذا؟ ثم أحتاجها حقًا؟ ألا يوجد تمارين رياضية عادية؟ ألا يوجد تدبّر وتفكير حتّ عليهما الشرع بصورة تعبدية لا كُفريّة؟ لماذا أحتاج أن أسميها "يوغا"؟ بل ولماذا أبحث عن علاج ودواء في عقائد الكفار وعباداتهم؟ ألا تكفينا عبادتنا كمسلمين؟ لا أشك في أن كثير من ممارسي "اليوغا" من المسلمين؛ لا يصلّون أصلًا، بل ولا يعرفون كيف يتدبّرون القرآن! ولا أحكي هنا عن "مدرّبي الطاقة" المشعوذين الجدد الذين يفسّرون القرآن على أهوائهم؛ حتّى لا يعترض على كلامي بأنّ مدرّبي الطاقة العرب يستدلّون بالقرآن -وهذا بحث آخر؛ فهل كلّ من يستدلّ بالقرآن يتبع؟- بل أقصد عامة الناس من المخدوعين المنجّرين وراء كل صيحة تجديد وكلّ موجة كفر جديدة. يقطر القلب دمعة على من هم في هذا الحال، متعطّشون لأي جديد، مألون من كلّ ما هو راسخ وثابت، مضيعون للأصل والحقيقة في سبيل هوى وتغيير وكسر لما هو اعتيادي. بت أكثر إيمانًا من ذي قبل بأنّ الأمر لن يصلح إلّا بوقوفنا عند كلّ ما هو عادي والانتهاه عن البحث عن التجديد والتقدّم؛ فعسانا لا تقدّمنا إن كان على حساب عقيدتنا وتوحيدنا.

◀ حسنًا، وماذا بعد؟

استعذ بالله يا مسلم، وارجع عمّا صرت إليه من ذهول وإعجاب في "اليوغا"، تبصّر بالحقائق ولا تتبع من لا يهمهم إلّا ركوب الموجة وحصد الإعجابات والشهرة. توحيدك هو عصمة أمرك، هو مفصل نجاتك يوم لا ينفع مال ولا بنون ويوم يعرض الظالم على يديه؛ فلا تفرط به وتضيّعه لأجل اتباع أفكار وعادات تحسبها نافعة وهي من أشد ما يضرّك في دينك ودنياك. في التمارين الرياضية الاعتيادية ما يغنيك عن وضع دينك على جرف هار، وفي عبادات التدبّر والتفكير والتأمل ما يكفيك عن الخرافات والشعوذة والدجل.

اللَّهُمَّ اهدنا واهد بنا، وعلمنا وانفع بعلمنا، أرشدنا إليك وفهمنا منك وبصّرنا بالحق، وارزقنا الإخلاص والقبول. هذا وصلّ اللهم على محمد وآله وصحبه وسلم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

المستقبل

دور المرأة في صناعة
المستقبل

بقلم / شهد ابنة فادي



ما أعان على نظم مروعات الرجال كالنساء الصوالح

- تاريخ دمشق لابن عساكر

دور المرأة في صناعة المستقبل

آله أمرك بهذا؟

-قال: نعم

-قالت: إذاً لا يضيّعنا.

هي في ميزان الأرض كلمات؛ لكنها في ميزان الله تزن بثقل الجبال الراسيات.

أم إسماعيل، طفل رضيع، مكان قفر ناءٍ لا شجر فيه ولا حجر، وليلٌ بهيم؛ لكن حين يأتي أمر الله تُذعن له القلوب ساجدة، لا تناقش ولا يكون لـ"لو" مكان.

المرأة -أم، زوجة، ابنة، أو أخت-؛ لها دور كبير في ثبات الرجل أو زعزحته، وبالتالي ثبات الأمة. هي غصن صغير؛ لكن جذورها عميقة وأثرها كبير.

فرقٌ بين من تقول لزوجها حين يذهب للجهاد: لمن تتركنا؟ وبين من تقول: اذهب نصرّك الله فالله يتكفل بنا. فرقٌ بين من تقول: لا تُنفق على المجاهدين أو اللاجئين أو المحتاجين؛ فنحن أولى وحاجتنا أهم، وبين من تقول: هذا سيواري الأخير ضعةً مع ما ستنفقه فما نقص مالٌ من صدقة قط.

فرقٌ بين من همّها بمن تزوجت صديقتها، وما آخر مستجدات مشكلة جارتها مع حمايتها، وما آخر صيحات الموضة، ومنشورات المشاهير الفارغين والتريندات من أولوياتها والمصدر الرئيسي لثقافتها، وبين من تعمل جاهدة لطلب العلم؛ ترفع الجهل عن نفسها وعن أولادها بالعقيدة والتوحيد، وترتكز على سنة النبي صلى الله عليه وسلم والعمل بها لا مجرد استمتاع بسردها، بيتها حصنٌ من الفتن والشهوات.

فرقٌ بين من تترك أبناءها للتلفاز والجوال ليزرع فيهم الشوك، ويلوث قلوبهم لتستحيل مستنقعاً يجذب إليه كل ما خبث؛ فيكبر الطفل لا يعرف معنى الاستخلاف، والتمكين ليس له في قاموسه معنى، والإسلام عنده جسد بلا روح، وبين من تجعل أولادها مشروع حياتها، تجعل بين أشبالها والملهيات والسفاسف والتفاهات بُعد المشرق والمغرب، لا تكل ولا تمل من غرس القيم التي تستقيها من كتاب الله وكلام نبيّه وزرع البطولة في قلوبهم، فيغدو الأبناء رجالاً بقلب ليث، وأرواحٌ بعزمٍ ربانيٍّ يحملهم هم أمتهم والذود عنها.

لا ترضي بالسفاسف يا مشكاةً وسط الظلم، كوني منارةً وسط الأمواج المتلاطمة، كوني فخراً لأبنائك يكونوا فخراً لك. الأمة تنتظرك؛ فهلا حثثت الخطى؟

هامش: نحن لا نُنكر ما في النفس البشرية من ميل للراحة، وحزن على فراق محبوب، وكره للإنفاق؛ لكن كما قال الله عز وجل: {أحضرنا النفس الشح}؛ فالأنفس جُبِلت على البخل وعدم الإنفاق، ونحن همّنا مجاهدة النفس ما استطعنا لذلك سبيلاً. وكما أن القلوب دأبها أن تتعلق بمن تحب

إذ تنفطر الأرواح بالبعد عن توأمها؛ هذه المشاعر طبيعية لكن لا نستسلم لها، علينا أن نكون طوعاً لأمر الله ولا نصبر وحسب، بل نصبر من حولنا ونشجذ الهمم ولا نكون مخذلين سلبيين متعاسين.



مرادنا الأكبر

بقلم / نفس راجية

إعلاء كلمة الله ونصرة دينه؛

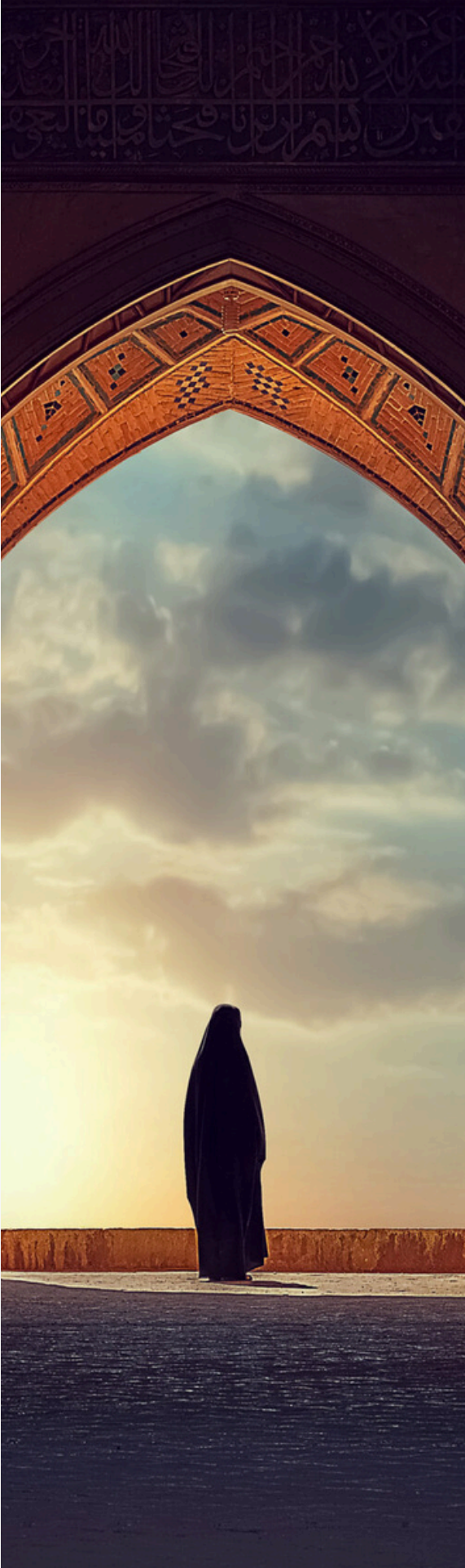
هذا المراد الذي ينبغي أن يكون في حاضرة كل فتاة وامرأة مسلمة مهما كان عمرها.

هو مراد ليس كأي مراد، مرادٌ شريفٌ لا يُعان عليه إلا صادق، وإن لم تتوفر له الأسباب يسرها الله له من حيث لا يدري. من سعى إلى الله بإخلاص وفقه الله وأعانه وسدد خطاه، فكما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "مَنْ كَانَ هَمُّهُ الْآخِرَةُ، جَمَعَ اللَّهُ شَمْلَهُ، وَجَعَلَ غَنَاهُ فِي قَلْبِهِ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ، وَمَنْ كَانَتْ نِيَّتُهُ الدُّنْيَا، فَرَّقَ اللَّهُ عَلَيْهِ صَيِّعَتَهُ، وَجَعَلَ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا مَا كُتِبَ لَهُ".

قد يكون في ابن صالح أصابته دعوة أم لبيبة كدعوة امرأة عمران لبنتها؛ فأعلى الله ذكرها وذكر ابنتها بل وحفيدها (عيسى عليه السلام)، وامتد الخير وطاب فشمّل آل عمران أجمعين بالفضل، واصطفاهم الله على العالمين أجمعين، وجعل منهم الأنبياء والصالحين، وامتد ذكرهم وأثرهم إلى آخر الأزمان. سبحان الله! بسبب صدق امرأة سالحة في دعائها؛ اصطفى الله أهلها أجمعين، يال فضل وكرم ومنة العليّ القدير.

وأنّ، ألا تطمعين في فضل الله كما طمعت امرأة عمران فنالت ونال أهلها أجمعين؟ ألا تطمعين أن يكون لك أولاد؛ يُعزّ بهم الإسلام والمسلمون، يُعلي الله بهم كلمته، ويرفع بهم راية الإسلام والمسلمين في مشارق الأرض ومغاربها؟ والله إنه لاصطفاء، فبخ لمن وعى فسعى بدعوة صادقة، بكلمة طيبة، بعمل صالح أوقد همة وأشعل قلباً تواقاً.

لا يضيع الله من أراد نصرته وعزته، وربّ كلمة خرجت من قلب صادق مخلص محب لله ولدينه؛ فكانت أكثر قوة وأشد أثراً من نفسها إن قيلت من قلب أثقلته أمراض القلوب من حسد وبغض وكره وغيرها. فقلبك قلبك، اعتن بنقائه وصفاءه، اجعليه قلباً تواقاً متقدماً بحب الله ودينه دائماً؛ فرب كلمة منك خرجت أوقدت عزيمة وهمة وحسنات جاريات تعلي مقامك عند رب البريات.



الزوجة

بقلم / انتصار خضر

أين المرأة المسلمة من
الاستجابة لله ورسوله؟

ولكنّ الأسرة لا تقوم على سواد
عيني المرأة وحمرة خديها، بل
على أخلاقها وطباعها

- الرّافعي

أين المرأة المسلمة من الاستجابة لله ورسوله؟

خطابي للمرأة المسلمة، التي تؤمن يقيناً أن لها رب حكيم ودود عدل غفور. خطابي لتلك المرأة التي خضعت لقوانين البشر تاركَةً قوانين خالق البشر، ليس تكبراً وعناداً؛ لكن سَوَّلَتْ لها نفسها وغلبت عليها شقوتها، فهي بحاجة لمن ينتشلها وينير بصيرتها.

إن من أعظم ما ابتلي به الكثير من النساء اليوم هو البعد عن الخطاب الشرعي والخضوع والاستجابة له، فتجد الكثيرات يجادلن في الحكم الشرعي؛ حتى وإن قيل لها قال الله وقال الرسول ﷺ. وهذا لا شك ينافي قوله تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ..} الآية. والاستجابة هي الانقياد للأوامر والمبادرة إليها، والاجتناب للنواهي والانكفاف عنها.

فالحقيقة أنك يا رعاك الله إن هربت من الانقياد لأوامر خالقك العليم الحكيم؛ بُليت باتباع وانقياد لهواك أو لشياطين الإنس والجن، وهذا واقع نعيشه الآن.

”

قال ابن القيم -رحمه الله-: (هربوا من الرِّقِّ الذي خُلِقوا له، فبلوا برقِّ النَّفْسِ وَالشَّيْطَانِ).

ولتفهمني عن أي انقياد أتحدث، تأملي معي حال نساء الأنصار رضي الله عنهن حين نزلت آية الحجاب في قوله تعالى: {يُذْنِبْنَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ}، خرجن كأنَّ على رؤوسهنَّ الغربان من الأكسية، وهذا فيه كناية على شدة حرصهن في الاستجابة لأمر الله عز وجل.

وهكذا يكون الانقياد والإذعان، لا مجادلة ولا رأي يحكم وفق معايير علمانية مزدوجة لا تمت للإسلام بصلة، فقد قال تعالى: {وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَنْ يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ} وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا مُبِينًا}.

يقول السعدي -رحمه الله- في تفسير هذه الآية: (لا ينبغي ولا يليقُ بمن اتَّصف بالإيمان إلاَّ الإسراعُ في مرضاة الله ورسوله والهربُ من سَخَطِ الله ورسوله وامتنالُ أمرهما واجتنابُ نهيهما؛ فلا يليقُ بمؤمن ولا مؤمنة، ﴿إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا﴾: من الأمور وَحْتُمَا به وألزمَا به ﴿أَنْ يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ﴾؛ أي: الخيار هل يفعلونه أم لا؟).

وتالله أنه لا يصل المرء لهذه المنزلة من الاتباع إلا بعد رسوخ الإيمان في قلبه، ومعرفته أن الله تعالى أعلم به من نفسه، وأرحم به من أمه، فهو سبحانه وتعالى الرحيم الودود العدل الحكيم.

ومن أهم الأمثلة التي يمكن ضربها في هذا الباب هي طاعة الزوج، فطاعة الزوج واجبة -في غير معصية- وهذا أمر الله، فالله جل جلاله عظم حق الزوج على زوجته وأمرها بطاعته بل تكون بذلك امرأة صالحة قانتة، قال ابن تيمية -رحمه الله- في تفسير هذه الآية: {فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ}؛ فالمرأة الصالحة هي التي تكون "قانتة" أي مداومة على طاعة زوجها.

فلا ينبغي للمرأة ذات الدِّين ورعاية العقل أن تعامل زوجها معاملة النَّد بالنَّد، بل تعرف متى تناقشه ومتى تسايه وما شابه ذلك.

واعلمي رعاك الله أن طاعتك لزوجك وكونك تحت قوامته لا تنقص من قدرك شيئاً -كما يقول ذلك بعض منتكسين الفطرة-؛ بل إنك بذلك في عبادة جليلة وتسيرين على نهج نساء المؤمنين -رضي الله عنهن-، فلو كان في ذلك سوء أو ذلٌ -كما يدعون- لما رضي الله لأشرف نساء العالمين ذلك.

فهذه فاطمة -رضي الله عنها- ابنة أشرف الخلق وخير المرسلين، كانت في خدمة زوجها كما جاء في الحديث المشهور حينما ذهبت تطلب النبي ﷺ خادماً..

فجهادي نفسك على طاعة زوجك بالمعروف، وتأسي بنساء المؤمنين -رضي الله عنهن-، وإياك ثم إياك أن تسمعي لمن تخيبك على زوجك وتبتغي فساداً بينكما، إمّا بحديثها عن طاعتك له على سبيل السخرية أو التنقيص من قدره، فهي أول من يفرّ منك حين تنشزين عن طاعته وتكسري! بل كما أننا نتمدح طاعة الوالدين وولي الأمر، فطاعة الزوج من باب أولى. أولاً: لكون طاعة الزوج بالمعروف مقدمة على طاعة الوالدين. وثانياً: لقلة المستجيبات؛ فنشجع من نراها على هذا الخير.

ولعل اعترتك بعض الأسئلة أثناء قراءتك، وسأجيب على بعض منها:

أقول: على الزوج أن يتقي الله ويتذكر قوله تعالى: {فَإِنْ أَطَعْتَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا}

ختمت الآية بقوله جل جلاله {إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا}، وكما ذكر ابن كثير في تفسيره أن في الآية "تهديد للرجال إذا بغوا على النساء من غير سبب فإن الله العلي الكبير وليهن وهو ينتقم ممن ظلمهن وبغى عليهن".

وكم من أحاديث يوصي فيها نبينا صلى الله عليه وسلم بالنساء، كقوله: "واستَوْصُوا بالنِّسَاءِ خَيْرًا"، وقوله صلى الله عليه وسلم: "خيركم خيركم لأهله وأنا خيركم لأهلي".

فهذا من يظلم ويبطش له رب يحاسبه، ولك أن تسعي إلى ولادة الأمر في هذا، فالشريعة لا تطلب منك السكوت عن حَق كالفقعة وحسن المعاشرة؛ بل جاءت لحفظها وتبيينها. ونحن نتكلم عن حقوق الزوجة في الإسلام لا في غيرها من الأنظمة المُحدثة.

ماذا لو كان
ظالماً ولم
يعطيني
حقي
كزوجة؟

زوجي يكلفني فوق طاقتي.

علينا أن نُقرَّ أن كثيرًا من الزوجات هنَّ من يكلفن أزواجهنَّ فوق طاقتهم بطلب الكماليات من المأكل والمشرب وغير ذلك بسبب كثرة ما يرينه في وسائل التواصل عامةً، ولكن أيضًا قد يوجد أزواج يحملون عبء البيت كله على الزوجة، وهذا ليس من الحكمة؛ فالحياة الزوجية لا تكون بالاستحقاقية البحت هكذا وليس هذا الأصل!

قال تعالى: {وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ}

فالمودة والرحمة هي ما تقوم عليه العلاقة بين الزوجين، وكلاهما عليه مراعاة الآخر وأن يراه سبيل له في نيل مرضاة الله وفي القرب منه سبحانه وتعالى.

والأصل في الشريعة التيسير، فإن كان الله جل جلاله قال: {يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا}، وقال سبحانه: {يُرِيدُ بِكُمْ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ}، وقال النبي ﷺ: "بَشِّرُوا وَلَا تُنْفَرُوا، وَيَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا".

وتحقيق هذه المعاني الجليلة قد تكون طوق النجاة في التعامل بين الزوجين.

هل سأعيش بلا أهداف أو طموح؟

أسمى الطموح هي التي تكون هدفها لنيل الدرجات العُلا ورضا المولى، فأنبت كامرأة وُكِّلت لك مهمة التربية وتنشئة الذرية الطيبة، وإن أحسنت التربية نلتِ وظيفتِ بصالحين وصالحات، بل بداعيين وعلماء يُسد بهم الثغر، ويستغفرون لك ويحسنون لك عند الكبر، أوليس هذا خيرٌ عظيم بين يديك ووُكِّلَ إليك؟ فلماذا ازدراء هذه الأهداف والانكباب على غيرها؟

وهذا مثلاً ذكرته لا على سبيل الحصر.

وأختم بقول النبي ﷺ: "كل أمتي يدخلون الجنة إلا من أبى"؛ فأعيزك بالله أن تكوني ممن يأبى!

وأسأل الله أن يرينا الحق حقًا ويرزقنا إتباعه، ويرينا الباطل باطلاً ويرزقنا اجتنابه



النصيحة الذهبية للزوجة الغبية؛ أقصد الذكية

بقلم / سنا برق

استيقظ من نومه فزعًا؛ فقد تأخر على العمل، ونادى بعجالة: (يا أسماء يا أسماء، أين قميصي الذي طلبت منك تجهيزه بالأمس؟ لقد تأخرت على العمل).

استيقظت أسماء وقد تذكرت للتو أمر القميص الذي طلب منها مرارًا تجهيزه وأكد على ذلك. وقالت في نفسها: (يا إلهي! لقد نسيت، ما العمل الآن؟ سأستدعي النصيحة التي قرأتها عند خبيرة العلاقات الأسرية).

فقامت من مكانها ومشّت نحوه بغنج؛ ثم تحدثت بدلال: (تقصد القميص ...)، ودون أن تكمل عبارتها، استشاط غضبًا وصاح بها: (أين القميص؟ أحضره الآن).

شعرت بالورطة، وقالت في نفسها: (لم تنفع هذه النصيحة، وأنا الآن في موضع خطأ وضعف، لأجرب نصيحة الاستشارية الأسرية).

أظهرت أسماء ملامح الضعف والخضوع، وبدأت بالبكاء الشديد. وهنا جن جنون الزوج، وصاح قائلًا: (ما بك؟ هل جننت؟ أعطيني القميص واخرجي من أمامي حالًا).

وهنا سرت أسماء في نفسها وقالت: (حان وقت النصيحة التي ترضي الرجل على أية حال كما قال الخبراء)، فقالت على الفور: (حaaaaااضر)، وفي نفسها هذه هي الكلمة التي تصلح أي خلاف بين الزوجين، وخرجت مسرعة تاركة خلفها زوجها يعاني من أزمة قلبية مفاجئة وشلل رعاش.

- كان حوارًا تخيليًا -

تكتظ المواقع والمنتديات والمدونات بالنصائح التي لا تنتهي، والتحليلات والحوارات عن علاقة الزوج والزوجة، وكيف تتعاملين مع زوجك وكيف تتصرفين في المواقف بينكما.

والحقيقة أن هذا كله لا يعدو عن كونه تنظيرات وكلام عام لا يؤخذ كما هو، والزوجة الذكية هي التي تضع كل ذلك جانباً في بداية حياتها، حتى تفهم زوجها أولاً بشكل قوي، وتفهم كيفية التعامل معه، ما يرضيه وما يغضبه، ما يحبه وما يكرهه، وما يمكن أن يسامح فيه وما لا يمكن المسامحة فيه.

فمما لا شك فيه أن لكل إنسان شخصية، ولكل شخصية مفاتيحها التي يُدخّل إليه منها، وطباعه وسماته الشخصية التي لا بد للبيئة أن تبحث عنها في بداية حياتهما، فتراقب أدق تفاصيل زوجها وتفتش عن ما يستثيره، وما يرضيه ويغضبه، فتتجنب ما يغضبه، وتفعل ما يرضيه. تراقب مواقع عينيه واهتماماته، وتصبر حتى تتأقلم وتتفهم عاداته وطباعه، كل هذا تفعله في صمت رزين حكيم.

إن فهمت شخصية زوجها جيداً وحددت مداخله وسلبياته وإيجابياته مبكراً، وأعطت لنفسها الفرصة لإيجاد أفضل طريقة للتعامل مع كل نقطة فيهم،

مع الاستجابة لفطرة الأنوثة التي أودعها رب العزة تبارك وتعالى فيها بكونها سكن واحتواء وما إلى ذلك من صفات تميزها وتجعل الرجل لا يستغني عنها كواحة لراحته من وعثاء الحياة القاسية؛ فلن تحتاج لكل هذا الكم من التنظيرات وأحياناً المهاترات.

هل يفهم من الكلام أنه لا داعي للعلم والثقافة وأخذ الخبرة ممن سبقنا على ذات الدرب؟ بالطبع لا، فكل هذا أمر جيد وتُحمد عليه المرأة، إنما المقصد أن تنمي مهارة الأخذ والترك والتكيف فيما تسمع من نصائح وتوجيهات، وتستطيع تحديد مدى نفعهم لها، وكيف تضع كل نصيحة موضعها الصحيح حتى وإن كان سلة المهملات؛ فليس كل ما تسمعه ينفعها أو يصلحها، هي وحدها -بعد توفيق الله عز وجل- التي تعلم ما يصلح لحياتها ولشخصية زوجها.

مهم أن توقن المرأة أن بيتها هو مشروعها الذي عليها أن تحارب لأجل إنجاحه مهما كانت التحديات، وأن زوجها هو من أقصر طرق دخولها للجنة من أي أبوابها شاءت؛ فإنما هو جنتها ونارها كما قال النبي صلى الله عليه وسلم. وهذا لا شك بعد أداء حق الله عز وجل.

فنصيحتي لك: لا تكوني مثل أسماء.



الأم

الأمهات قلاع
الأمه

بقلم / أم صلاح الدين

المرأة هي مربية العالم من
المهد إلى اللحد، وهي المدرسة
التي يتخرج عليها عظماء الرجال

- محمود شاكر

الأمهات قلاع الأمة

{ إني جاعِلٌ في الأرضِ خَلِيفَةً }

رب العزة، الله خالق السماوات والأرض، الحكيم، الجميل؛ قالها لملائكته مخبراً إياهم عن سرّ خلق الإنسان بوصفه العام رجلاً كان أو امرأة، ومن هنا انطلق نور التكليف وبداية التّشريف. ثم ما لبث الخلق يقوم قبل خلق حواء؛ المؤنسة والمعينة في الدّرب الطويل، المعينة لزوجها وأهل بيتها وأولادها. وتتعاقب الأجيال؛ فيضرب الله لأُمته المؤمنة بمريم ابنة عمران مثلاً في العبادة والقنوت لله والمراقبة له في أحوالها كلها؛ لتتجلى ثم في سيرة النبي الشهيد بطولات المرأة المسلمة ابنة وزوجة وأمّاً. وها نحن اليوم في حال برزت فيه الحاجة لدور المرأة استكمالاً لسلسلة البطولة، وحاجة ملحة لها في درب الإصلاح، حاجة خُطّت من رحم المعاناة في عالم الماديات و"الكشخة الفارغة" والحروب؛ لتكون بذا حقاً قلعة الأمة وحصنها الحصين في مواجهة حملة التغريب.

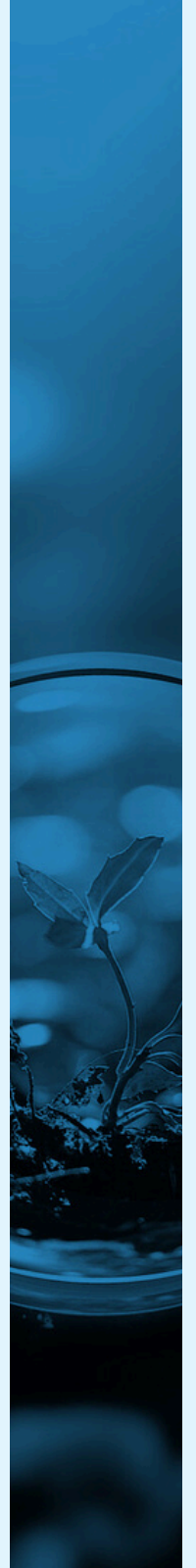
فيا أمة الله، رسالتي لك من حبر قلّمي، وأنا أمة مثلك أعيش ما تعيشين وأتعب كما تتعبين فلم يستدعني ما سأقول مبالغة أو ضرباً من ضروب الخيال؛ ولكن ثقة بالله، واستقراءً لحال العظيّمات، وفهمًا لما قد تقدّر عليه النّساء، فأنا واحدة منهنّ، والله هو المصطفى والموفق للحق.

فأذكرك يا مصنع الرجال ووتد الثبات، بأن فيك عنصر الإيمان والثبات؛ وهو مستمد من الإيمان بالله، من نور الله ووحيه.

أنتِ، نعم أنتِ أقصد، أيّاً كنت وأيّاً كان حالك. لا تنظري أي أخية لفساد بينتك؛ فهذه امرأة فرعون كانت قدوة للعالمين بصبرها وإيمانها، ولا تنظري لجاهك ومالك؛ فهذه أمنا خديجة سيدة نساء العرب جمالاً وحسباً فهل توانت؟ والله لقد كانت حاملة بصدق أمانة العون لني الأمة، فدته بكل ما تملك من مال وعون ومشاعر. ولا تنظري لو كنت قليلة مال ومعين؛ فهذه فاطمة رضي الله عنها تطحن النوى وتنقل الماء وتنظف الفرس؛ فكانت بذا خير معين لزوجها وبطلها أمير المؤمنين الصحابي المجاهد علي بن أبي طالب رضي الله عنه.

ولا تنظري لصغرك وما قد تربيته عليه من الدلال؛ فهذه أمنا عائشة صاحبة اللعب والفرس ابنة التسع سنين لما تزوجها النبي المصطفى فكانت عالمة الفقه المحدثّة. هذه المرأة الواعية تعلم ثغرها فتسده، ولا يؤثّر الإسلام من قبلها؛ فلا هي زاحمت الرجال ولا هي توانت للدنيا.

إذًا؛ كلّ في ثغره ونقطة رباطه، وبصدق قصده ودأب سعيه؛ ينصر الله به الإسلام. فلا ينبغي بعد ذا أن تنظر المرأة لنفسها إلا من منظار عظيم؛ أي عظيم في بلاغ مدى صدقها وإخلاصها، فالיום كما استخدمت المرأة بمفاتها وضعفها الأتثوي معول هدم في الدول الغربية والعربية، هي بحق قادرة على النهوض وإعادة صياغة الوعي وتجديد المعايير كلها؛ لتكون نموذجاً صالحاً لنفسها وأسررتها، فتشكل درع الأمة وسادّ ثغورها.





كيف لك أي ماء العين أن يغمض لك
جفن وأنت الآن بموضع كموضع الرماة
يوم أحد؟ بل إلا وتأخذين على نفسك
العهد أن أربي نفسي وأزكيها أولاً لأكون
غداً الزوجة والأم الصالحة التي تذر
نفسها وذريتها جنداً للإسلام، علماء،
مجددين، مجاهدين ومشاريع شهادة
لله رب العالمين على صدق مبلغ الدين
بقلوبنا.

وتذكري -رضي الله عنك- أننا أمة تقوم
على الإيمان بالغيب؛ فمن صدق الله
صدقه ولو بقلعة عدة، ولو بقلعة أثر ما دام
ذلك قدر استطاعته، ولا يخفى عليك
نسائم العز والنصر والوعي المنبثق من
ملاحم الصبر والإيمان، ولا يخفى عليك
أي أمة الله ما في حال الأمة وما هي
تهيؤ له من انهيار مؤسسات الظلم
وانتشار نور الإسلام وعدله وخلافته.

ألا فقومي وكوني ابنة البطل وزوج
البطل وأم البطل؛ أم البطل التي إن عثر
وليدها يوماً أقامته بملئ حنانها
وجلدها، وخاطبته خطاب الرجال: أي
بني فدتك نفسي وهل خلقك الجبار
وتعبت فيك ما تعبت لتبك؛ قم فأنت
ذخري للأمة، امسح دمع عينك أنت
رجل والرجال لا يكون ولكن عزمهم
عزم الأبوة وقودتهم علي وخالد وصالح
الدين رحمهم الله أجمعين.

والحمد لله الهادي للصواب، الموفق
للخير والإصلاح.

أنتِ البنیان

بقلم / أسنّة الضياء

لا زلتُ أذكر كلامها؛ فأستفيدُ منه رغم قِدم عهده، وأفيدُ غيري بعبرته. في صغري انبهرتُ (بالتلفاز) لما كنتُ أشاهدُ شريطاً كرتونياً عليه، فسألتُ والدي عن مخترعه وكيف جعلوه يعمل بهذا الشكل المُبهر، فأجابني، ثم بددتُ عجي منه لما سألتني أولاً تعجبين أكثر من الهاتف الأرضي الذي نتحدث به مع أشخاص يبعدون عنا مسافات وكيلومترات كثيرة؟ ونسمعهم ويسمعوننا؟ فدققت قليلاً، وقلت: بلى يا أمي، حقاً كيف ذلك؟

فشرحت لي؛ ثم نسفت كل ذهولي من الاختراعات البشرية عندما سألتني: كيف نسمع نحن؟ فأجبتها بمنتهى الدهشة: ونرى ونتذوق. فحكيت لي: أي بنّية، فلننظر إلى أنفسنا وبديع خلق الله لنا، فزحّثُ أنطلع إلى خلقي، وأغلب مخلوقات الله وآياته تنساب إلى عقلي، فتارة أقول لها السماء وتارة الحيوانات، وهي تقول لي كم نحن مقصرون في حقّ الله، نستعظم صور مرسومة متحركة غير صادقة، والطبيعة الخلابة أمام أعيننا لا نتأملها؛ فتصاغرنا إلى نفسي رغم صغر سني، وعظمُ الله في عيني، وصغرت اكتشافات البشر في نفسي. ولأن ما وصل إليه الغرب من ابتكارات واستحداثات؛ يردني إلى التّبصر بصنع الله الذي أتقن كل شيء سواه وكوّنه، وكلامها يجعلني أديم النظر في إبداع الخالق وكماله.



**وهذا تاج من؟ تاجك،
أنتن عمدة الطفل، وبناءه القويم،
وتوجيهه السليم.**

وحدّثني صديقتي عن جواب أمها الحكيم لما كانت تسألها الأسئلة الوجودية، ولقد استطاعت والدتها أن تثلج قلبها على المدى البعيد. كان جواب أمها الرزين مستسقى من القرآن، وربما ردّ أمي مستمدّ من هدي الرسول ﷺ، فقد أهدى للنبي ﷺ ثوب من حرير فجعل الصحابة يتلمّسوه، ويتعجبون منه، فقال: "أوتعجبون من هذا؟" فقالوا: نعم، فقال: "مناديل سعد بن معاذ في الجنة خير من هذا".

ذكرتُ المَنهل؛ لأرشدك إليه، فلکم هو مهم أن يتربّى الطفل بالوحيين، اعتصمي بحبل الله وسنّة رسوله ﷺ؛ حتّى يُبنى طفلك على نور وهدى.

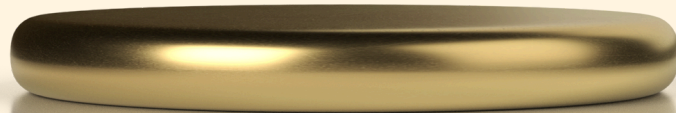
وأرشدك إلى عظم شأن سماع طفلك والإجابة عن تساؤلاته، اصبري على ثرثرته وكلامه المتريث الفاتر ولو كنت في خضمّ شغلك أو أوج إرهاقك النفسي، ولا تسخري من أي سؤال يطرحه؛ أجيبه بما يشبع حاجته ويناسبها. وإن لم تعرفي الجواب أو أن الجواب فوق مستوى عقل طفلك، فاذكري له شيئاً يتعلق بسؤاله واشغليه به على أن يكون أجلاً وأهم من سؤاله، "فالطفل لا يسأل دائماً لأجل المعرفة، بل قد يسأل ليعبر عن حاجة عنده، كلفت الانتباه أو الرغبة في الحديث مع والديه أو غير ذلك"، وتستطيعين بعدها أن تبحي وتساّلي عن جواب لسؤال طفلك إن كان يلزم الإجابة عنه والتوضيح، وتذكّري أنك تعطين طفلك ما يحتاجه وتزيدينه وتفيدينه بالاستعانة بالله والاستهداء بهديه وبالصبر والحلم.

وأقدم لكِ بضع نصائح غيرها لا تدور حول قصتي مع والدتي لكنها ضمن موضوع المقال، فأرجو أن تنتفعي؛ أوصيكِ بتنشئة ابنك على العزة والإباء والمروءة والثقة بالله والاستعلاء بالإيمان، اجتهدِي كثيرا بالألا يتسم بضعف الشخصية والهوان فذائك أسوأ ما يلصق به، ويعدمه، ويعيش فيه بدنؤ ووضاعة، تجنبي هذا بتلقينه أسماء الله الحسنى وصفاته العلى، أعلميه أن لك رب قوي عزيز يحبك ويريد لك الخير، وقد سخر لك الجبال والرياح والدواب والكثير لأجلك أنت، وسخر الملائكة يحمونك من بين يديك ومن خلفك. اروي له عن الأنبياء عليهم السلام، وعن القائد العظيم محمد ﷺ، وصحابته الكرام، وعن حياء وعفة الصحابات لطفلك، وابتعدي عن حكايات ساندريلا والأميرة والوحش وغيرها مما لا تغني ولا تسمن من جوع، ولقنيه معاني الإسلام العظيمة والعقيدة الصافية الثقية، وعلميه العربية والقرآن.

وأكثرِي من الدعاء لطفلك، "فكم من دعوة اختصرت مسافات في التربية"، وقد دعا الأنبياء والمرسلون لأبنائهم وزوجاتهم فقالوا: {رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ}، {وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ اجْعَلْ هَذَا الْبَلَدَ آمِنًا وَاجْنُبْنِي وَبَنِيَّ أَنْ نَعْبُدَ الْأَصْنَامَ}، والدعاء عبادة تؤجرين عليها، واعتراف بعجزك إن لم يعنك الله. كوني قدوة حسنة لطفلك، قومي نفسك وعبادتك، وتزيني بالخصال الحميدة والشمائل الحسنة، أريه منك ما تحبين أن يتحلّى به، فليس من المنطق أن تطلبي من ابنك ما تفقدينه أنت من دين وأدب وصبر ووقار. فرغي لطفلك وقتًا كافيًا وافيًا، ولا تؤثري زياراتك وجيرانك، وتصفحك ومطبخك عليه، أنتِ مسؤولة عنه أمام الله، فاجعلي له نصيبًا كبيرًا من وقتك، وإن التربية ثغر عظيم فاحرصي على سدّه وتسديده. أحيطيه بالصحة الصالحة، رفقة القرآن والمساجد، ذبّ عنه كل سهم يودي بهلاكه، نحو: الانترنت، والشاشة، والصحة السيئة، وغير ذلك.

والصلاة الصلاة، احرصي أن تكون قرة عين ابنك وراحته، لا جبلاً على كاهله يريد أن يتخفف منها، فالزمني الهدي النبوي في تربيته عليها. علّقيه بالدار الآخرة، وعظمي وحفزي، وكرميه على كل عمل يفعله يدينه من الجنة، ولا تحتفي فقط بالأموال الدنيوية.

وختامًا، عليك أن تعي جيدًا قيمة ثغرك وعظم أجرك، فهذا يجعلك تبذلين الكثير والغدير، واصدقي الله يصدقك، فلا بد من الإخلاص في التربية، لا ليقولوا ابن فلانة كذا؛ بل رغبة فيما عند الله وابتغاء وجهه، ونفعًا للمسلمين. وهذا أعلى وأهم ما أوصيك به، فإن انلثم إخلاصك؛ ضيّعت عليك الثمين والنفيس، وسعيك وتعبك بكل ما قدمته يحبط، وما لك عليه من أجر، خذيه ممّن شغلك ثناءهم على تربيتك. أنتِ بناء لطفلك، فأعدّي العدة، لتحظى أمتك بثمرتك العريقة الطيبة.



الابنة

حفيدة أمّهات
المؤمنين

بقلم / شهد ابنة فادي

"المؤمننة اليوم حين تتربى على
الإيمان وتحيا بالإيمان هي نصر
عظيم وحجة على القوم الكافرين"

إلى محمد

حفيدة أمّهات المؤمنين

يا حفيدة أمّهات المؤمنين، يا مَنْ تسيّر على خطى العفيفات، أحدثكِ حديث القلوب لا حديث الحروف؛ فهلاً وعيت؟
أعرف نبض قلبك الخافق، أعرف حُرقة روحك لاهتمام، أعرف أن الجميع حولك قد اتخذَ (حبيباً)؛ لكن كل هذه المشاعر ليست مبرراً لأن تسلمي قلبك لمن لم يطرق باب والدك.

ما رأيك أن ترتدي المايو وقفازاً، وهاتِ المشط لنشرح العلاقات خارج نطاق الزواج من كل نواحيها.

أولاً؛ دستورنا ومصدر تشريعنا القرآن والسنة :

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطَوَاتِ الشَّيْطَانِ }

سؤال على الخاص أو نظرة، ثم أعجبني تفكيرك، ثم أنت تشبهيني، وبعدها رسالة بتذكير بالصلاة، ثم علق القلب. ثم خياران؛ إما تكذابين على نفسك
أنك تعصمين قلبك ولن تتجاوزوا الحدود، أو تبحثين عن فتاوى ما حكم الكلام دون الاعتراف بالحب، وما حكم الاعتراف بالحب دون لمس الأيدي، وما حكم وما حكم، وتبريرات تعرفين في قرارة نفسك أن الرسول إن رآك لن يُسر بك.

ولا يغرنك من يلوي النصوص ويحلّ ويحرم من عنده، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "الْحَلَالُ بَيْنٌ، وَالْحَرَامُ بَيْنٌ، وَبَيْنَهُمَا مُشْتَبِهَاتٌ... فَمَنْ اتَّقَى الشُّبُهَاتِ فَقَدْ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ، وَعِرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وَقَعَ فِي الْحَرَامِ".

أرأيت؟ الحلال واضح كالشمس، والحرام كسدف الظلام لا ينكره أحد، لكن حين نتحايل على الحرام ونظن أنفسنا أذكاء وإذا بنا واقعون فيه.

لا تفتحي الباب؛ إن تفتحيه تلجيه، لا تقفي أو تجري فقط نظرة ماذا يوجد داخل الباب، هممم طيب فقط سأقف لأرى ما نوع الباب لماذا ممنوع، أنا سأقرب فقط لأفحصه متأكدة من إيماني فقط الآخرين ينخدعون، ثم هوووب دخلت.

ابتعدي عنه وخافي منه.

لذا؛ واجبنا نحو أوامر الله الطاعة والإذعان، لا المناقشة والتأويلات، سمعنا وأطعنا. وثقي أن ما حرم الله شيئاً إلا وفيه أذى وخسارة لعبده.

فسبحان الله! في الزواج يزرع الله المودة والرحمة، أما ما كان معصية لله ينقلب بغضاً.

قال ابن تيمية: (والناس إذا تعاونوا على الإثم والعدوان أبغض بعضهم بعضاً وإن كانوا فعلوه بتراضيهم).

فسبحان الله! في الزواج يزرع الله المودة والرحمة، أما ما كان معصية لله ينقلب بغضاً.

ثانياً؛ عُرفاً:

المرأة مرغوبة لا راغبة، يُسعى إليها ولا تسعى هي البتة.

ثالثاً؛ شعوراً:

قرأت ذات مرّة لمحمود أبو عادي إحدى الدراسات الشهيرة في علم النفس الاجتماعي، والتي قارنت بين الزواج التقليدي والزواج عن حُب من حيث استمرارية مشاعر الحب وصعودها أو خفوتها، حيث وجدت أنّ الزواج بعد خمس سنوات يدخل مرحلة نوعية مختلفة، وأنّ المتزوجون عن حُب غالباً ما ينحدر المستوى الشعوري للحب لديهم تجاه شريكهم الذين قرّروا أن يتزوجوه عن حُب وشغف، مقارنة بأولئك الذين تزوّجوا زيجة مُدبرة أو تقليدية برسم وتخطيط عائلي مُسبق.

رابعاً؛ نفسياً:

قلب قلق، ستبقي خائفة هل سيخطبك، أو هل هو صادق أم كاذب، وفوقها قلب يتربص يخاف أن يكشفه أحد.

لا تغتري إن رأيت علاقة من أصل مئة علاقة انتهت بالزواج، هل قلبك رخيص لدرجة تجازي به في علاقة مجهولة لا يرضها ربك؟ أنتِ غالية.

لا تقولي لي إنّه مختلف، حتى لو كان ملتحيًا وطالب علم، وهذا ليس باباً للقدح بمن يلتحي ولا من طلاب العلم، لكن علينا أن نعرف فكرة أننا بشر لا ملائكة، علقها أمامك في غرفتك، لا تنسيها.

الشیطان لن يتركنا دون أن يمهد لنا سبل المعصية من أبواب عدّة، ووالله لا يمل ولا يكلّ. أفستسلم له نحن؟ بل نحن مأمورون بالجهاد، مأمورون بسد المنافذ التي يأتي بها الشيطان إلينا.

يا صغيرتي، من لم يطرق باب والدك لا يستحق قلبك الدري، قلبك أغلى من أن تساومي عليه في علاقات تسخط الله عليك. ما كان مُقدراً لك من زواج وعدد أبناء، بل وحتى ماذا ستطبخين له أول يوم زواج؛ ستحصلين عليه، رزقك لن يأخذه أحد غيرك، ولا يدفعك تأخره إلى البحث عنه فيما لا يرضي الله.

وأنتي بعبارة لسليمان العبودي بتصرف طفيف: **(ما أجمل أن تقفي حارسة لقلبك، تدخلين جوفه من شئت، وتخرجين من حرمة من شئت، وإذا استعصى عليك طرد أحدهم من أعماق القلب، انتضيت سيف العزيمة، وقطعت عنه الواردات والإمدادات والخيالات. فإذا بالساكن المستعصي خرقه بالية، ومحض جثة تدفينها وتوارينها في أدنى مقبرة).**

إن كنت على علاقة؛ **اقطعيها حالاً بلا أي تفكير**، وإن زلت تجاهدين نفسك في خضم الفتن؛ فبتك الله وأعف قلبك ورزقك زوجاً يصب عليك الحب صباً.

استعلي بدينك وكوني أمة لله؛ يرزقك الزوج الصالح والسند الذي يليق بقلبك.

يوميات زهرة

زهرة فتاة في ربيعها الخامس عشر، تدوّن ما تواجهه من مواقف وحكايات، خواطر وتسأؤلات، عبارات ومعلومات، لتشاركه معنا في يوميات زهرة.

بقلم / فرح أشرف

بسم الله الرحمن الرحيم، والصلاة والسلام على أشرف الخلق أجمعين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

مرحبًا مجددًا يا دفتر يومياتي العزيز، يا مساحتي الخاصة من هذا العالم الكبير. فيك تتسع سطور خواطري، أدون لحظاتي التي أرجع إليها من الحين للآخر؛ لأنظر إلى ما وفَّقني الله إليه، وأراجع تقدُّمي إلى هدي الأول والأخير. فتحت مظلة هذا السؤال أخطو وأتقدم، هذا السؤال الذي يجعلني أفكر ليلاً ونهارًا، مرارًا وتكرارًا: **هل تقدّمتُ خطوة إلى الفردوس اليوم؟**

منذ متى وأنا على هذا الحال؟

في يوم من أيام المدرسة، كنت أقرأ كتابًا لكاتبتي المفضلة، يسمى "ايكادولي"، جالسةً في حوش المدرسة حيث تتعالى الأصوات والضحكات، أنظر للكتاب تارة، ويتشتت انتباهي لما تتحدث فيه صديقاتي تارة، إلى أن وجدت نفسي شيئًا فشيئًا أترك القراءة للتحدث معهن. كنَّ يتحدثُنَّ عن أهدافهنَّ في الحياة، أذكر إحداهنَّ تخبرنا أنها تحضر حصص الموسيقى لتتعلم كيف تعزف على العود؛ فوجدت شيئًا ما بداخلي يتساءل: **(حصص موسيقي؟ عود؟ لماذا؟ لماذا تختار من كلّ الأهداف والطموحات هذا الهدف؟ هل تعلم بحرمانيتها؟ هل خلقنا الله لنعزف الألحان ونغني؟ هل سنحرر الأقصى مثلاً بالة العود؟)**

-عادة أذكر الموقف ومعه تأملاتي، وتعليقاتي؛ فأنا فتاة تحب أن تحلل الواقع من حولها حتى لا تنجرف مع تيار الموج فتغرق، مثقلةً على ربي ومستعينة به لأنجو وأنال سعادة الدارين -.

ثم وجدت من يوجه لي السؤال، وكعادة الفتيات انبهرن ما قالته صديقتنا عن هدفها، وجدت نفسي أقول: **أتعلمون حقيقة هذه الدنيا؟**

علت وجوههنَّ التساؤلات، ولكّني لم أبالي، فأكملت قائلة: **لكل منا هدفه الخاص، لكنّ السؤال والمحرك الأساسي لهذا الهدف، هل يتوافق مع ما خلقنا الله من أجله، والذي يبينه لنا في قوله {وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون}؟**

فقاطعتني صديقتي قائلة، ولكننا لم نخلق فقط لكي نصلي ونصوم. هنا سكت قليلاً، فهذه أول مرة أدعو إلى الله في المدرسة، كنت أفكر فيما سأقول، فوجدت الله سبحانه وتعالى يثبت فؤادي فأجبتها: **نعم، صدقت أختي العزيزة مريم، لم نخلق فقط للصلاة والصوم، ولكن خلقنا لنضع الله سبحانه وتعالى نصب أعيننا في كل حركاتنا وسكناتنا. فمثلاً؛ إذا قلنا أن هدي التدريس، هل هذا الهدف يتعارض مع الآية الكريمة: {وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون}؟**

فسكتوا مفكرين في السؤال؛ فهل فعلاً تتعارض كل طموحاتنا وأهدافنا في الحياة مع مفهوم العبادة الذي خلقنا الله سبحانه وتعالى من أجله؟

كملت بوجهٍ طليق، تعلوه ابتسامة دافئة ومحبة: لا يتعارض التدريس مع مفهوم العبادة أبدًا، بل هي من العبادة، لكن بشرط أن تكون لله عز وجل.

فسألوني مستعجبين: وكيف تكون لله يا زهرة؟
أجبتهم: أن ننوي بهذا العمل نفع المسلمين، نفع عباد الله سبحانه وتعالى، والنية يا أصدقائي من أهم ما يضبط بوصلتنا وتوجهنا، ليكن لرضا الله سبحانه وتعالى فينضبط سيرنا، واختياراتنا، وطموحاتنا، وأهدافنا، حتى شغفنا، وكل ما نحب يمكن أن ننوي أنه لله، وابتغاء لوجه الله سبحانه وتعالى.

وفجأة وجدت صديقتي تعانقني، وتردد: لم أكن أعرف يا زهرة، جزيتي خير الجزاء يا صديقتي، سأعدل هدي ليكون هديًا يرضي الله عز وجل، فالعزف ليس ما خلقنا من أجله، بل هو كسائر الملهيّات المنتشرة اليوم تبعدنا عما خلقنا الله سبحانه وتعالى من أجله.

حقًا يا دفتر يومياتي تعلمت من هذا الموقف الكثير، وأهمهم ألا أخجل من الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وأن طريقة التواصل هي من أهم يُراعى في تواصلنا، وعليها يكون هناك مساحة تقبل ممن يتلقون ما تخبرهم به من نصائح أو دعوة إلى الله، وأنه لا يتعارض الطموح والهدف مع العبادة، بل هو جزء منها؛ شرط أن يكون موجّهًا لرضى الله سبحانه وتعالى، والنية هي المفتاح.

ومنذ ذلك اليوم سرت أردد داخلي:
"هل تقدمت خطوة إلى الفردوس اليوم؟"
والحمد لله حمداً كثيراً لما وفقني الله إليه.

أما عني؛ فأنا هدي في أن أكون صالحة مصلحة، وأدعو أن: اللهم اهدني، واهد لي، واجعلني سبباً لمن اهتدى يا رب العالمين.

ماذا عنكن يا صديقتي؟
ما الذي تُردن تحقيقه في الحياة، وهل هو متوافق مع مفهوم العبادة؟
أخبرني في التعليقات على صفحاتنا في منصات التواصل الاجتماعي، ويمكنك أيضاً التواصل معي على الرسائل إذا كان لديك أي استفسار أو مشكلات.



قدوات أمتي

حليمة
السعدية

بقلم / تباريح

فلن تجد الأخلاق على أتمها
وأحسنها وأقواها إلا في المرأة ذات
الدين والصبر والمدافعة؛ إنها فيها
تشبه أخلاق نبي من الأنبياء

- الرَّافعي

حليمة السعدية؛ أم الرسول الأعظم ﷺ من الرضاع

إنها السيدة الجليلة حليمة السعدية؛ أم نبينا محمد -صلوات الله وسلامه عليه- من الرضاع.

ولإرضاع السيدة السعدية للطفل المبارك الذي ملأ الدنيا براء ومرحمةً، وأترعها خيرًا وهديًا، وزانها خلقًا وفضلاً؛ قصة من روائع القصص، حكها حليمة السعدية في خبرها عن النبي الكريم ﷺ من روائع الأخبار.

قالت حليمة السعدية:

(خرجت من منازلنا أنا وزوجي وابن لنا صغيرٌ نلتمس الرضعاء في مكة، وكان معنا نسوةٌ من قومي بني سعدٍ قد خرجن لمثل ما خرجت إليه، وكان ذلك في سنةٍ قاحلةٍ مجدبةٍ، أبيضت الزرع وأهلكت الضرع فلم يبق لنا شيئاً. وكان معنا دابَّتَانِ عجفاوان مستنَّان لا ترشحان بقطرة من لبنٍ؛ فركبت أنا وغلامي الصغير إحداهما، أما زوجي فركب الأخرى، وكانت ناقته أكبر سنًا وأشدَّ هزالاً.

فلما بلغنا مكة وبحثنا عن الرضعاء وقعت في أمر لم يكن بالحسبان، ذلك أنه لم يبق امرأةٌ إلا وعرض عليها الغلام الصغير محمد بن عبد الله، فكنا نأباه لأنه يتيم، وكنا نقول: ما عسى أن تنفعنا أمٌ صبيٌّ لا أب له؟ وما عسى أن يصنع لنا جدُّه؟

ثم إنَّه لم يمض علينا غير يومين اثنين حتَّى ظفرت كلُّ امرأةٍ معنا بواحد من الرضعاء؛ أما أنا فلم أظفر بأحدٍ. فلما أزمعنا الرحيل قلت لزوجي: إني لأكره أن أرجع إلى منازلنا وألقى بني قومنا خاوية الوفاض دون أن آخذ رضيعاً، فليس في صوحيباتي امرأةٌ إلا ومعها رضيعٌ، والله لأذهبنَّ إلى ذلك اليتيم، ولأخذنه. فقال لي زوجي: لا بأس عليك، خذيه فعسى أن يجعل الله فيه خيراً. فذهبت إلى أمِّه وأخذته، ووالله ما حملي على أخذه إلا أني لم أجد غلاماً سواه.

فلما رجعت به إلى رحلي وضعته في حجري، وألقمته ثديي، فدرَّ عليه من اللبن ما شاء الله أن يدرَّ بعد أن كان خاوياً خالياً؛ فشرب الغلام حتَّى روي، ثم شرب أخوه حتَّى روي أيضاً، ثمَّ ناما، ثمَّ حانت من زوجي التفاتةٌ إلى ناقتنا المسنة العجفاء، فإذا ضرعاها حافلان ممتلئان، فقام إليها دهشاً، وهو لا يصدِّق عينيه وحلب منها وشرب، ثمَّ حلب لي فشربت معه حتَّى امتلأنا رياً وشبعاً، وبتنا في خير ليلةٍ.

فلما أصبحنا قال لي زوجي: أتدرين يا حليمة أنك قد ظفرت بطفل مبارك؟ فقلت له: إنَّه لكذلك وإني لأرجو منه خيراً كثيراً.

ثمَّ خرجنا من مكة فركبت أنا وأنا المسنة وحملته معي عليها؛ فمضت نسيطة تتقدَّم دوابَّ القوم جميعاً حتَّى ما يلحق بها أيُّ من دوابِّهم. ثمَّ قدمنا منازلنا في بلاد بني سعد، وما أعلم أرضاً من أرض الله أشدَّ قحطاً منها ولا أقسى جدباً؛ لكنَّ غنمنا جعلت تغدو إليها مع كلِّ صباح، فترعى فيها ثمَّ تعود مع المساء، فنحلب منها ما شاء الله أن نحلب، ونشرب من لبنها ما طاب لنا أن نشرب، وما يحلب أحدٌ غيرنا من غنمه قطرةً.

فجعل بنو قومي يقولون لرعيانهم: ويلكم، اسرحوا بغنمكم حيث يسرح راعي بنت أبي ذؤيب، فصاروا يسرحون بأغنامهم وراء غنمنا؛ غير أنَّهم كانوا يعودون بها وهي جائعةٌ ما ترشح لهم بقطرةٍ.

ولم نزل نتلقى من الله البركة والخير حتى انقضت سنتنا رضاع الصبي وتم فطامه، وكان خلال عاميه هذين ينمو نموًا لا يشبه نمو أقرانه، فهو ما كاد يتم سنتيه حتى غدا غلامًا قويًا مكتملًا. عند ذلك قدمنا به على أمه، ونحن أحرص ما نكون على بقائه فينا، لما كنا نرى في بركته، فلما لقيت أمه طمأنتها عليه وقلت: ليتك تتركين بُنيّ عندي حتى يزداد قُوَّةً وقُوَّةً، فإني أخشى عليه وباء مكّة. ولم أزل بها أقنعها وأرغبها حتى ردّته معنا؛ فرجعنا به فرحين مستبشرين.

ثم إنه لم يمض على مقدم الغلام معنا غير أشهر معدودات حتى وقع له أمر أخافنا وأقلقنا وهزنا هزًا. فلقد خرج ذات صباح مع أخيه في غيمابٍ لنا يرعيناها خلف بيوتنا؛ فما هو إلا قليل حتى أقبل علينا أخوه يعدو، وقال: الحقا بأخي القرشي، فقد أخذه رجلا ن عليهما ثياب بيض فأضجعه، وشقّا بطنه؛ فانطلقت أنا وزوجي نعدو نحو الغلام، فوجدناه منتقع الوجه مرتجفًا، فالتزمه زوجي، وضممته إلى صدري، وقلت له: مالك يا بُنيّ؟ فقال: جاءني رجلا ن عليهما ثياب بيض فأضجعاني، وشقّا بطني، والتمسا شيئًا فيه، لا أدري ما هو ثم خليا نني، ومضيا.

فرجعنا بالغلام مضطربين خائفين، فلما بلغنا خباءنا التفت إليّ زوجي وعيناه تدمعان، ثم قال: إني لأخشى أن يكون هذا الغلام المبارك قد أصيب بأمر لا قبل لنا برده، فألحقه بأهله، فإنهم أقدر منا على ذلك. فاحتملنا الغلام ومضينا به حتى بلغنا مكّة، ودخلنا بيت أمه، فلما رأتنا حدّقت في وجه ولدها، ثم بادرتني قائلة: ما أقدمك بمحمّد يا حليمة وقد كنت حريصة عليه، شديدة الرّغبة في مكّته عندك؟ فقلت: لقد قوي عوده، واكتملت فتوّته، وقضيت الذي عليّ نحوه، وتخوفت عليه من الأحداث؛ فأدّيته إليك.

فقلت: اصدقيني الخبر فما أنت بالتي ترغب عن الصبي لهذا الذي ذكرته، ثم ما زالت تلح عليّ حتى أخبرتها بما وقع له، فهذأت ثم قالت: وهل تخوّفت عليه الشيطان يا حليمة؟ فقلت: نعم. فقالت: كلاً، والله ما للشيطان عليه من سبيل، وإنّ لابني لشأناً، فهل أخبرك خبره؟ فقلت: بلى. قالت: رأيت -حين حملت به- أنّه خرج مني نور أضاء لي قصور بصرى من أرض الشام؛ ثمّ إني حين ولدته نزل واضعاً يديه على الأرض، رافعاً رأسه إلى السماء. ثمّ قالت: دعيه عنك، وانطلقني راشدة، وجزيت عنّا وعنه خيراً. فمضيت أنا وزوجي محزونين أشدّ الحزن على فراقه، ولم يكن غلامنا بأقلّ منّا حزناً عليه وأسى ولوعة على فراقه).

وبعد؛ فلقد عاشت حليمة السعدية حتى بلغت من الكبر عتياً، ثمّ رأت الطّفّل اليتيم الذي أرضعته، قد غدا للعرب سيّداً، وللإنسانية مرشداً، ولل البشرية نبياً. ولقد وفدت عليه بعد أن آمنت به وصدّقت بالكتاب الذي أنزل عليه، فما إن رآها حتى استطار بها سروراً، وطفق يقول: أمّي، أمّي. ثمّ خلع لها رداءه، وبسطه تحتها، وأكرم وفادتها بأبلغ الإكرام، وعيون الصحابة تنظر إليه وإليها في غبطة وإجلالٍ صلوات الله وسلامه على محمّد البرّ الوفيّ، صاحب الخلق الكريم، ورضوان الله على السيّدة حليمة السعدية ظنّ النّبيّ العظيم ﷺ.

الواقع

بقلم / سنا برق

الأحواز



”

لا يليق بمسلمة حرّة، أو بمسلم أيّ: أن
ينفكّ عن قضايا أمته، أو يتجاهل قضايا
إخوانه المسلمين في شتى بقاع الأرض.

“



الأحواز

لعلها المرة الأولى التي يطرق فيها هذا الاسم مسامعك، أو لعلك سمعته غير مرة على عجالة، لكن بعد هذا المقال يأذن الله لن تنساه.

الأحواز العربية المحتلة

لطالما كان إقليم الأحواز عربيًا؛ حيث يقع إقليم ح على شط العرب (الخليج العربي) إلى الجنوب الشرقي من العراق، ويتصل معه اتصالًا طبيعيًا عبر السهول الرسوبية، بينما يفصله عن إيران حاجز طبيعي متمثلًا بسلسلة جبال زاغروس، وقد سكن الأحواز عبر التاريخ الأنباط والتدمريين؛ وهي أقوام تنحدر من أصل عربي. ومن القبائل العربية التي سكنت الأحواز قبيلة ربيعة العربية، بنو كعب، بنو عامر، بنو طريف، بكر، تميم، حرب، مطير، الدواسر، شمر، عنزة، ظفير، سبيع، عتيبة وقبائل أخرى كثيرة وكلها قبائل عربية لها امتدادها بالجزيرة العربية ولها أمراء وشيوخ يحكمونها.

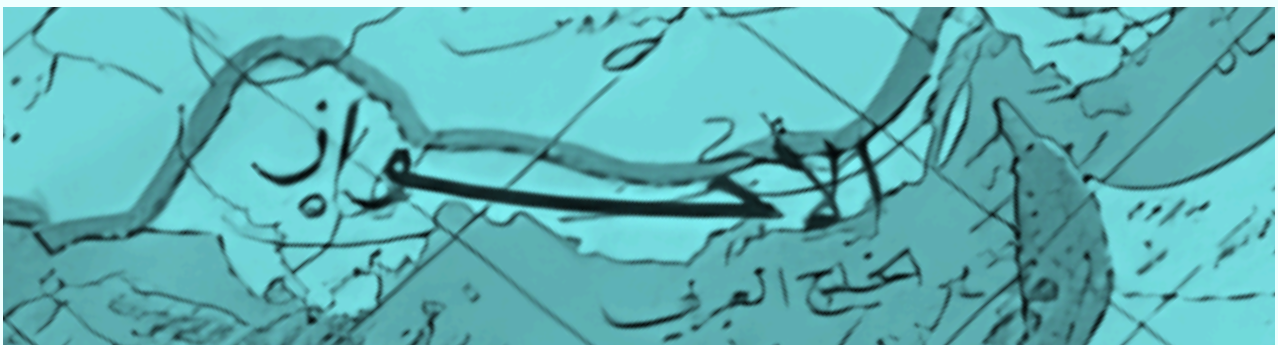
كان الإقليم يتبع ولاية البصرة العراقية طوال فترة الخلافة الإسلامية حتى الدولة العثمانية، فقد استقل الإقليم بعدها كدولة عربية تابعة للخلافة العثمانية، واحتله الفرس في عام 1925م.

يقول مؤرخو تاريخ المنطقة: إن البريطانيين اتفقوا مع الإيرانيين من أجل احتلال الأحواز، وتم لهم ذلك بعد أن شعرت بريطانيا أن أمير الأحواز بات يشكل خطرًا على مصالحهم في مياه الخليج؛ فأرادت أن تستبدله ببديل آخر يَكُنُّ لها الولاء.

احتلت إيران الأحواز العربية وسعت لتغيير التركيب السكاني فيه؛ إما بمحاولة نزع العروبة ومظاهرها من الإقليم، أو ببناء مستوطنات فارسية فيه -ألا يذكركم هذا السيناريو وتدخل بريطانيا بقضية ما-.

فما زال يسعى المحتل الإيراني إلى زيادة نسبة غير العرب في الأحواز، وإلى تغيير الأسماء العربية الأصلية للمدن والبلدات والأنهار وغيرها من المواقع الجغرافية في منطقة الأحواز؛ فمدينة المحمرة على سبيل المثال أصبح اسمها (خرم شهر) وهي كلمة فارسية بمعنى البلد الأخضر.

طالت عمليات تغيير الطابع العربي كافة جوانب الحياة في الأحواز وكان هدفها فرض الثقافة الفارسية؛ فكان على رأس المحرمات التي أقرها الاحتلال الإيراني الفارسي التحدث باللغة العربية في الأماكن العامة، ومن يخالف ذلك الأمر يتعرض للعقاب لأن التحدث باللغة العربية جريمة يعاقب عليها القانون الصفوي؛ فقررت إيران بأن تكون مناهج الدراسة في المدارس



باللغة الفارسية فقط ولا يجوز التحدث بأي لغة أخرى، ومُنِعَ الأحوازيين من تسمية مواليدهم بأسماء عربية، ومنع لبس الزي العربي واستبدل باللبس البهلوي الفارسي.

وكان من أساليب الإرهاب الفكري التي يمارسها الاحتلال الصفوي على شعب الأحواز؛ ما قامت به طهران بإصدار جريدة في مدينة المحمرة سميت بجريدة خوزستان التي تصدر بالفارسية ويُلزم أبناء الأحواز بشرائها وقراءتها، ومن بعد تم منع تداول المطبوعات العربية وتقديم من يقوم بتداولها إلى المحاكم باعتبارها من المحرمات التي يعاقب عليها القانون.

ومن جملة الحقد الصفوي على كل ما هو عربي تم الاستيلاء على جميع المكتبات الخاصة ونقل محتوياتها إلى داخل إيران، كما تم إتلاف الكثير منها ورميها في نهر كارون، وتم إغلاق مطبعة مدينة المحمرة خشية طبع الكتب العربية فيها أو طبع النشرات المعادية للاحتلال الصفوي، وأغلقت المكتبات التي تباع المطبوعات العربية وتمت مصادرة محتوياتها والتنكيل بأصحابها.

وللنظام المجوسي في طهران حيل شيطانية لمحاربة اللغة والهوية العربية؛ فكان منها رفض جميع المعاملات إن لم تكن باللغة الفارسية، ويتم منع مراجعة الدوائر الحكومية إن لم يكن التفاهم مع الموظفين باللغة الفارسية، ولا تقبل شهادة أي عربي في المحاكم إن لم يتكلم الفارسية بحجة أن القضاة لا يجيدون اللغة العربية ولا يجوز أن تقبل المحاكم أي مترجم عن العرب أمامها. ومن ضمن حيلهم الشيطانية منع أي عربي من الالتحاق بوظيفة حكومية ما لم يثبت إجادته للغة الفارسية، وقد أدى هذا الإجراء إلى تعرض الكثير من أبناء الأحواز الذين يرفضون التحدث بالفارسية إلى التشرد خارج الأحواز.

ومن الجرائم التي تمت في حق الشعب العربي الأحوازي المسلم أيضًا أن حولت مجاري الأنهار نحو الداخل الإيراني وحرمت الأراضي الأحوازية منها؛ مما جعل الزراعة الأحوازية في تراجع كبير وهي من النشاطات السكانية الأساسية.

وتحكم الصفويون في المياه عن طريق السدود؛ فكانوا يقومون بمنع المياه عن الإقليم صيفًا لدرجة تصل للجفاف، ويتركونها شتاءً حتى يحدث الإغراق للأراضي والممتلكات؛ مما أدى إلى إفقار أهل الإقليم وتجويعهم وتعطيشهم وإمراضهم.

لم يستسلم المسلمون في الأحواز يومًا لهذا الاحتلال؛ فمنذ بدايته وهم يقاومون وينتفضون المرة تلو المرة بغية الحرية والاستقلال، ولكن كل مرة يقمعهم الفرس بأشد ألوان القمع؛ عن طريق الإبادة للقرى والمدن باتباع سياسة الأرض المحروقة، الإعدامات الميدانية والاعتقالات، ومن ثم التنكيل والتعذيب بأشد ألوانه وأعنفها وأقساها.



لم يستسلم المسلمون في الأحواز يوماً لهذا الاحتلال؛ فمنذ بدايته وهم يقاومون وينتفضون المرة تلو المرة بغية الحرية والاستقلال، ولكن كل مرة يقمعهم الفرس بأشد ألوان القمع؛ عن طريق الإبادة للقرى والمدن باتباع سياسة الأرض المحروقة، الإعدامات الميدانية والاعتقالات، ومن ثم التنكيل والتعذيب بأشد ألوانه وأعنفها وأقساها. ومن جرائم الصفويين في الأحواز التي ما تزال قائمة حتى يومنا هذا:

1. قيام الدولة الإيرانية بارتكاب الجرائم شبه اليومية وشن حملات الاعتقالات واسعة النطاق في صفوف المواطنين الأحوازيين العزل وتعذيبهم حتى الموت، وكذلك حملات الإعدام المتكررة أمام مرأى ومسمع العالم أجمع.
2. مواصلة الدولة الإيرانية في بناء المستوطنات الفارسية في الأحواز، وسلب الأراضي العربية ومنحها للفرس المهاجرين.
3. نهب كافة الثروات الباطنية لأرض الأحواز، أهمها الكميات الهائلة من النفط إضافة إلى كميات كبيرة من الغاز الطبيعي وثروات طبيعية أخرى.
4. جرّ مياه الأنهار الأحوازية إلى المناطق الفارسية، وتلويث العديد منها، الأمر الذي أدى إلى قطع أرزاق الآلاف من المواطنين الأحوازيين وإصابة آلاف آخرين بمختلف الأمراض التي لم يشهدها القطر من قبل، ويأتي ذلك ضمن حملة الإبادة الجماعية والتطهير العرقي التي تشنها الدولة الإيرانية على الشعب العربي الأحوازي.
5. إهدار كافة الحقوق والحريات المدنية للمواطنين الأحوازيين؛ كالحق في الرعاية الصحية، الحق في التقاضي، الحرية الدينية، حق الملكية، الحق في التعليم، الحق في العمل وحرية الإقامة والتنقل.
6. اقتطاع أجزاء كبيرة من القطر العربي الأحوازي وإلحاقها بالأقاليم الإيرانية المجاورة.
7. التمييز العنصري في الأحواز بين العرب وهم السكان الأصليين، وبين الفرس المهاجرين.

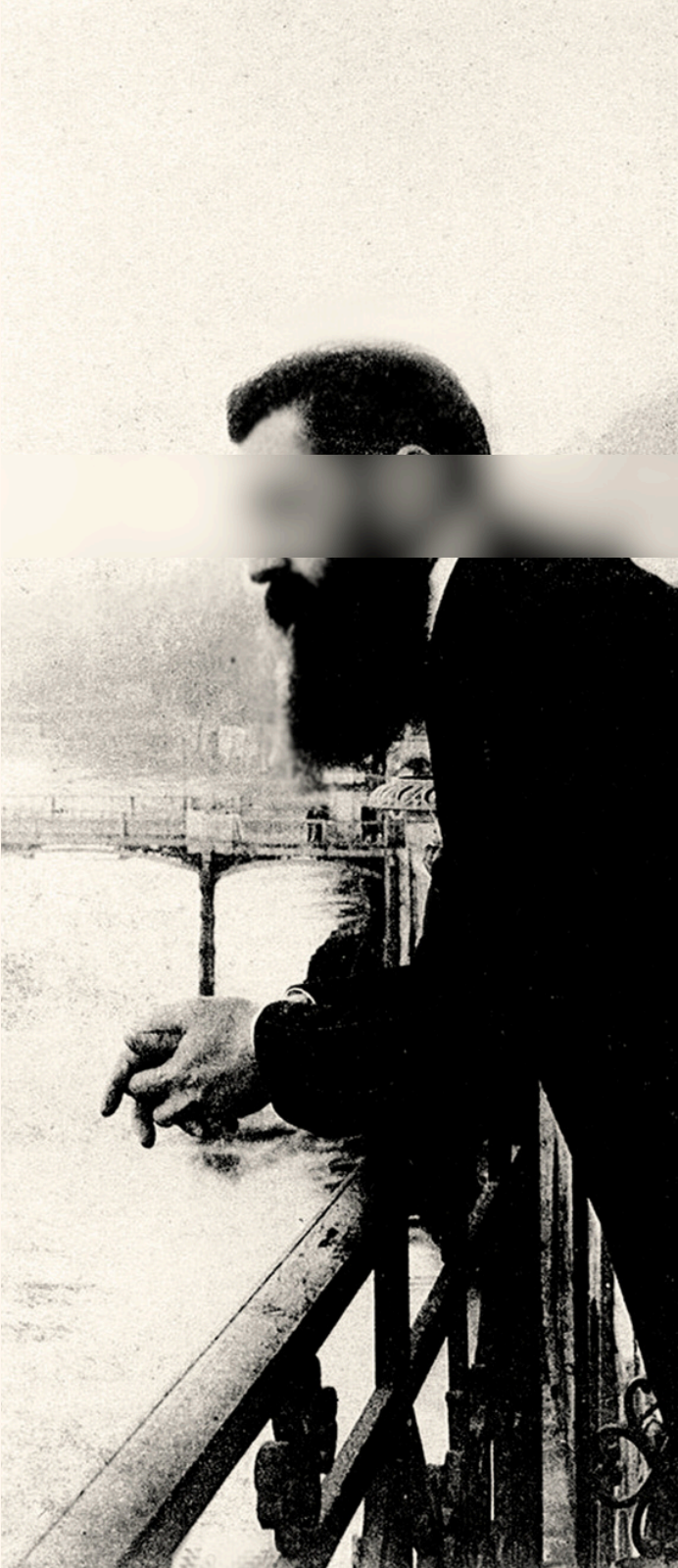
هؤلاء إخواننا، يلاقون من ألوان العذاب ويتجرعون من ويلات الاحتلال ما يشيب له الولدان. لا تنسوهم وتعاهدوهم بالدعاء، حتى يأذن الله بالفتح أو أمر من عنده.

التاريخ

تاريخ فلسطين
والاحتلال الإسرائيلي

بقلم / ميادة فتّاح

تاريخ فلسطين والاحتلال الإسرائيلي؛ بين الجهاد وخذلان من خذلها



بدأت فكرة إنشاء دولة صهيونية برجل واحد. نعم، واحد تبعه بعض الرجال؛ استطاع بفكرته أن يغير تاريخ المنطقة بل وتاريخ العالم وتزويره. تيودور هرتزل؛ هو يهودي مجري يعمل في صحيفة في النمسا، عندما بلغ 35 سنة ألف كتاباً أسماه: كتاب الدولة اليهودية، طرح به فكرة إنشاء دولة لليهود في العالم، حيث كانوا في ذلك الزمان مشتتين في كل بقاع الأرض؛ في روسيا، إنجلترا، فرنسا، ألمانيا، شرق أوروبا، الحبشة، أمريكا، في البلاد العربية، وفي أماكن كثيرة جداً، مشتتون تماماً، ويعاملون باضطهاد ملحوظ في معظم بلاد العالم؛ إلا في الدولة العثمانية.

كان التشتت والضياع ظاهراً بين اليهود؛ ففكر هرتزل بإنشاء دولة يهودية، لكنه احتار في أي مكان سيتم ذلك وفكر في أماكن كثيرة، واحدة منها فلسطين.

ففكر وسعى لتكوين الدولة في ليبيا، وموزنبيق، وأوغندا وغيرها ثم انتهى الأمر إلى فلسطين؛ لكونها مثوى لداوود وسليمان عليهما السلام، وأرض الميعاد لليهود كما جاء في توراتهم؛ لذلك ففكرة إنشاء الدولة اليهودية في فلسطين هي دينية عقائدية على الرغم من أن تيودور هرتزل كان رجلاً علمانياً لا يتمسك باليهودية أبداً، ولكن فعل هذا حتى تكون القضية من منطلق ديني؛ فيسهل بذلك استقطاب اليهود في كل العالم نحو هذه البقعة لمكانتها، علاوة على كون فلسطين مركزاً لقوى العالم وطريقاً لالتقاء أوروبا وآسيا وأفريقيا، وموقعها المتوسط الذي يسهل للجميع الوصول إليها، وغيرها من الأسباب.

كان عدد اليهود في تلك الآونة قليل جدًا في فلسطين؛ فوضعت الخطط لبدء الاستيلاء عليها، ومنها:

- تشجيع اليهود على الهجرة اليهودية إلى فلسطين واستخدام الدين في ذلك، ورؤج لهذه الفكرة عبر الإعلام والجراند، وشُعي إلى تأسيسها في النفوس وحُرّض اليهود عليها.
- تنظيم يهود العالم كافة وربطهم سوياً في رابطة واحدة، يفكرون تفكير واحد؛ فتم عقد مؤتمرات دورية لتحقيق هذا، وإنشاء جمعيات ماسونية سرية جعل لها فروعاً في العالم سموها بغير أسمائها تمويتها لها، كأندية الروتاري والليونز.
- البدء بتعليم اللغة العبرية لليهود في العالم بجانب لغتهم الأصلية؛ لأن اللغة هي الأساس لتكوين دولة.
- السعي إلى الاعتراف الدولي؛ فلجأوا إلى عدة دول، منها: إنجلترا، ألمانيا، روسيا، ثم إلى الدولة العثمانية التي كانت فلسطين تابعة لها، وقد كان للدولة العثمانية الفضل على اليهود بضمّ مشرديهم، خاصة بعد سقوط الأندلس، لكن اليهود -كما هم دائماً- لم يرفعوا حقاً ولا جماً، وسعوا مراراً إلى طلب شراء أرض فلسطين من الدولة العثمانية، وللهمجرة إليها، وقد رُفضت طلباتهم، واتخذت الدولة العثمانية لمنع ذلك وسائل عدة وشدت عليهم وعلى من يدخل فلسطين.

حاول تيودور هرتزل كثيراً مقابلة سلطان المسلمين عبد الحميد الثاني مرة وثانية وثالثة؛ حتى نجح أخيراً وقابله ليعرض عليه عرضاً عجيباً، وهو أن يعطي رشوة مالية للسلطان، ويسدد ديون الدولة العثمانية التي كانت عليها، ويبني أسطولاً لحمايتها بتكاليف باهظة، ويبني جامعة عثمانية إسلامية في القدس، وغيرها... ستة عروض ضخمة يسهل لها لعب أي رجل من حكام الأرض في ذلك الوقت،

”

(على تيودور هرتزل ألا يتقدم خطوة واحدة أخرى في هذا الشأن، لا أستطيع بيع بوصة واحدة من البلد؛ لأنه ليس ملكي بل ملك شعبي، لقد أوجد هذه الإمبراطورية وغزاها بدمه، وسنغطيها مرة أخرى بدمائنا قبل أن نسمح بتمزيقها، يستطيع اليهود أن يوفروا ملايينهم حين تقسم الإمبراطورية قد يأخذون فلسطين مقابل لا شيء، لكن لن تقسم إلا على جثتنا؛ لأنني لن أسمح أبداً بتشريحنا ونحن أحياء)

- عبد الحميد الثاني

ثم طرده، وأعاد هرتزل طلب اللقاء مرارًا ولكن السلطان رفضه رفضًا تامًّا؛ فنكونت قناعة لدى اليهود بأن سقوط الدولة العثمانية شرط أساسي لقيام دولتهم، وقد قال ذلك هرتزل في مذكراته. وكما أرسل اليهودي شاس بن قيس فتى من اليهود ليزرع الفتنة بين الأنصار رضي الله عنهم، أرسل تيودور هرتزل أوامر إلى الجمعيات الماسونية السرية الموجودة لمؤامراته الكبرى، منها: قنصليات غربية كثيرة موجودة في تركيا مخبأة تحت ستار جمعيات خدمة البيئة والمجتمع وجمعيات الروتاري واللاينز بأن يفعلوا ما يأمر به. وشاركت في المؤامرة قنصليات أخرى أيضًا، أشهرها: إنجلترا وفرنسا وإيطاليا والنمسا، وبدأوا بدعوة الناس في تركيا إلى نبذ معاداة القوى العظمى في الغرب، وترك السباحة ضد التيار، وعدم الرضى بالخضوع لسيطرة العرب، والدعوة لتحديث تركيا، والانطلاق إلى الحضارة الغربية، وترك التخلف والرجعية -ويقصدون بذلك الإسلام-.

وأخذوا بتلميع القادة خاصة من كان في الجيش ممن كان يؤمن بما يدعون إليه، وزاد التغريب عندما وعدوا تركيا بالحكم إن هم تخلصوا من العرب واكتفوا بالأتراك؛ فأنشئت جمعية الاتحاد والترقي وأعلنوا مبادئها الثلاثة: الحرية، العدالة، والمساواة.

فعظموا من القومية التركية دون العرب، وانتقدوا السلطان والإسلام ولكن بخبث وحذر، ثم فعلوا مع العرب نفس الخديعة بدهاء ومكر؛ فانتشرت الأفكار القومية والعصبية بين الناس، ولم يفرح هرتزل باكمال مشروعه حتى هلك عن عمر يناهز الأربعين وقامت قيامته بعد أن أسس دعائمًا قوية لأفكاره، وخلفه زعماء اليهود.

قامت ثورات عديدة ضد السلطان عبد الحميد حتى تم عزله بقرار سلمه إياه ثلاثة رجال أحدهم يهودي، ووضع بدلًا عنه سلطانًا ضعيفًا يتحكم به حزب الاتحاد والترقي؛ فقررت قرارات عديدة لصالح اليهود، من سماح لهم بدخول فلسطين، والهجرة، وعزل حكام فلسطين الكارهين لليهود وتولية غيرهم، وغيرها من السياسات.

وهكذا توالى الهزائم على الدولة العثمانية بعد زجها في الحرب العالمية الأولى، وبدأت الولايات تحتها بالتمزق والضعف، وجرت معها كارثة عظيمة وهي اتفاق الشريف حسين حاكم مكة العربي مع مكماهون الإنجليزي لإسقاط النظام الحاكم الإسلامي مقابل مملكة للعرب يحكمها الشريف حسين وغيرها من الوعود السخية من الإنجليز.

فكانت الثورة العربية الكبرى كما يقولون على الظلم والاستبداد واحتلال الأتراك للعرب، وتحركت الجيوش العربية بمساعدة الحلفاء لأجل ذلك. ثم بعد شهور قليلة من هذه الاتفاقية وقعت معاهدة سايكس بيكو بين إنجلترا وفرنسا، واتَّفَق على تقسيم أملاك الدولة العثمانية وأن تصبح فلسطين تحت الانتداب الإنجليزي بدلًا من فرنسا، ثم لحقها وعد بلفور؛ وبلفور هو وزير خارجية بريطانيا آنذاك، حيث أرسل خطابًا إلى اللورد اليهودي وعد فيه ببذل خير المساعي لتحقيق دولة لليهود في فلسطين، ووافقت عليه الدول العظمى بعد عدة أشهر.

وفي هذه الأثناء، ظهرت شخصية كانت معولًا لهدم الخلافة العثمانية: مصطفى كمال، الملقب بأتاتورك أو أبو الأتراك، قائد الجيش العثماني في فلسطين، وكان عضوًا في جمعية الاتحاد والترقي، مشبعًا بكل أفكارها العلمانية.



ثم بدأت مرحلة تهويد فلسطين تحت رعاية إنجلترا، وبدأ تهجير اليهود إليها تدريجيًا وعلى أوقات مختلفة، وبذلت شتى الوسائل لتمليك اليهود الأراضي في فلسطين، والسعي للسيطرة على الاقتصاد والتعليم والإعلام فيها. وكانت طليعة المهاجرين من اليهود عبارة عن جيش مدرب في أوروبا، وتأسست في فلسطين مجموعة من العصابات اليهودية كالهجاناه وأرغن وشترن، وكانت إنجلترا تمددهم بالسلاح والتدريب في معسكراتها، وتهدي إليهم قطعًا من الأراضي الفلسطينية، وتدافع عنهم وتقف بصفهم إن هاجمهم الفلسطينيون، الذين كانت تسميهم بالإرهابيين.

وقد أدرك الفلسطينيون ذلك، فقامت العديد من الثورات التي ظل طابعها سلميًا لفترة من الزمن، حتى أخذت الثورة طابعها الجهادي الأصيل عندما دخل عز الدين القسام فلسطين؛ وهو سوري الأصل، جاهد فرنسا في سوريا حتى حكم عليه بالإعدام، فجاء إلى فلسطين وجاهد فيها. وكوّن جماعة سرية كبرت مع مرور الأيام، وأعلن ثورةً مسلحةً وعمره يناهز الستين عامًا، وفي غضون أقل من شهر استشهد -تقبله الله-، إلا أن فكره لم يمت؛ بل أشعل فتيل الجهاد في قلوب الفلسطينيين، وكانت وصيته: **(ليبع أحدكم كل شيء يملكه، وليشتري السلاح).**

بعد الحرب العالمية الثانية أنشئت الجامعة العربية برعاية بريطانيا، والتي كانت تدعو لتجمع المسلمين على أساس قومي لا إسلامي واستقصيت فلسطين منها. وهكذا توالى الأحداث لتنتهي بقرار تقسيم فلسطين عام 1947م بين اليهود وأهل البلد، وجعلوا لليهود أكثر من النصف، وجعل حكم القدس دوليًا، وصوتت الأمم المتحدة على القرار، وثارت الشعوب وأصدرت الجامعة العربية قرارات لصالح فلسطين، وما لبثت أن تراجعت عنها بعد تصريح بريطانيا بأنها غير ودية.

وثار المسلمون بقيادة أمين الحسيني وجيش الإنقاذ، وأنشئ الجيش العربي وحاصروا اليهود في القدس، ثم تحرك مع اليهود الإنجليز، فحاصر اليهود عبد القادر الحسيني الذي استغاث بحكام العرب، ولم يجد إجابةً، وما إن مرت ثلاثة أيام إلا وقد دخل اليهود وقتلوا المجاهدين فيها. ثم حصلت بعدها مجزرة دير ياسين وذبح اليهود أهل القرية، ومثلوا بهم، ورموهم في بئر القرية، وقد أعطي قائد هذه المجزرة جائزة نوبل للسلام!

ثم وقعت مجزرة قرية ناصر الدين، وهكذا توالى المجازر حتى أعلن عام 1948م قيام دولة إسرائيل في فلسطين وعيّن ابن جوريون رئيسًا لها، وانسحبت بعد الإعلان مباشرة القوات البريطانية منها معلنة انتهاء الانتداب، وبعد إحدى عشرة دقيقة من الإعلان أعلنت أمريكا اعترافها بإسرائيل، واعترف الاتحاد السوفيتي بها في اليوم التالي. وكان المجاهدون يقاتلون في فلسطين في تلك الأثناء، واجتمعت الجامعة العربية وقررت بقيادة الملك عبد الله ملك الأردن بحلّ جيش الإنقاذ تحججًا بعدم وجود التناقص، مع أنه كان هناك جنرال إنجليزي ضمن قادة الجيش الأردني! ودخل الجيش العربي ليحارب، وحرر المناطق التي كانت في الأصل ضمن ما قسمته الأمم المتحدة للفلسطينيين، ولم تكن هذه الحروب لتحرير فلسطين، بل -كما ذكر الجنرال الإنجليزي- كانت لضم الضفة الغربية للأردن.

وبعدها اتفق على هدنة، وأدخل السلاح لليهود المحاصرين خلالها، وكانت بمثابة إنقاذ لهم من خسارة عظيمة. ثم قررت الجامعة العربية الانسحاب من مناطق اليهود في التقسيم الجائر، واتفق على هدنة أخرى وأمر الجيش العربي باعتقال المجاهدين المسلمين ممن ليسوا ضمن الجيش، وبحل تجمعهم وقتل قائدهم لأنهم يهددون الهدنة كما يزعمون، الهدنة التي لم يلتزم بها اليهود بل نقضوها مرارًا.

ثم عقدت معاهدة رودس، بتوسط من الأمم المتحدة تنصّ على هدنة دائمة بين الاحتلال والدول المجاورة له، مصر ولبنان والأردن وسوريا، ولكن سوريا رفضت ذلك، فدبر لها انقلاب داخلي، وأول قرار تمّ بعد نجاح الانقلاب كان: الهدنة الدائمة مع الاحتلال.

وهكذا أخذ الاحتلال 78% من فلسطين بما فيها القدس الغربية، وقسمت بقيتها: جزء غزة تحت حكم مصر، وجزء الضفة الغربية تحت حكم الأردن، وبهذا انتهت أكثر من خمسين سنة من التخطيط لقيام دولة الاحتلال الإسرائيلي، واستمرت ولا تزال مستمرة جرائم الاحتلال الإسرائيلي عليهم من الله ما يستحقون وعلى كل من ساندتهم قديمًا وحديثًا.



فلسطين

همسات



خفقة سماوية

يذهلني جلال الأنوثة التي أودعها الله فينا، وأعجب من كل من تبعثرها بخطاباتٍ تشرح معناها وتسلبها لبها، وإني لأوقن أن كل من حادت وخرجت بدعوى التحرر غيّبت عنها معانيًا جمّة يستحيل لأي لبية أن تضيّعها لأي سبب.

والمرأة جبلت على العاطفة، وحب التودد إليها بلطيف الكلام وحلّة الفعال، فعلى قدر حبّها لعاطفتها التي تتميز بها ستشق عليها. فمن كمالِ صدق المرأة وتمام معناها قبل أن يعقد الله القلبان بعقدة وثيقة؛ أن تحمي محبوبها من نفسها حتى لو قابلها بقلبه كلّ، فيكون اضطبارها على عواطفها وتأجج مشاعرها وتقييد رغبتها في أن تكون نجمة في سماء فضائه؛ أوسع دليل على أنها امرأة تليق بنفخة روح الله فيها فلا تكون محطة لكلّ عابر ولا وعاء لكلّ شاعر.

”

قال الرافي: (إن كان الرجل أعقل من المرأة بفكره فهي أعقل منه بحواسها، وإن يكن أقدر في قوته؛ فهي أقدر في عواطفها).

فكانت النساء على امتداد الأزمنة يسعى إليها، ويكتب لأجلها الدواوين، حتى وصل الأمر للغرق في أمواج عشقها المتضاربة، والمرأة بجبلتها تستطيع أن تعبر للضفة الآمنة دون رجل تحمله في قلبها لكتّها لن تكون محمية إذا عبرت دون معانيها، فهي دونها محكومة بالأهواء مشاعة لكل غادٍ ورائح، والحب المبنى على رغبة زائلة أو وجهٍ مليح أو نفس فارغة أو حاجةٍ دنيوية؛ فهو شقاء في صورته الكبرى ومنتعة في نطاقهما الضيق المنهار، فحقّ عليها ألا تبني مسكنها على شفا جرفٍ هار.

والمرأة المكتملة وعياً بعاطفتها تفقه أنها أمةٌ لله؛ فتبحث في وحيه عن ظلٍ يظّلها، ومأمّن تحفظ فيه قلبها، والله يهدي من صدق. فمتى ما علمت نفسها وتكوينها المخلوق لحمايته وحفظه؛ فلا ينقصها بعد إلا أن تجاهد هواها فيه وتدافع عن قلبها كما يدافع الجندي عن عقيدته، والعقيدة لا تسلب كما المعاني المستأمنة عندها.

في الجنة

في الجنة سنلفظ كلّ الآلام التي سكنت دواخلنا،
ستنتهي الابتلاءات التي أرقتنا، سننسى كلّ الليالي
الحالكة والشدائد القاسمة.

في الجنة ستطيب الأرواح التي آمنت وكابدت
وصبرت لأجل ربّها. في الجنة سنُجبر ونقول:

{الحمد لله الذي أذهب عنا الحزن إن ربنا
لغفور شكور الذي أحلنا دار المقامة من فضله
لا يمسنا فيها نصب ولا يمسنا فيها لغوب}.

هذا يقيّنا وسلواننا ومُسليّنا.

إلا صلاتك

تأتي الصلاة في المرتبة الأولى في الدين، وقد أوصى الله تعالى بالصلاة في كتابه الكريم: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَّحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى﴾.

وقد كلف الله من يذكرك بالصلاة وأنت منشغل؛ حيث يرفع المؤذن الأذان للصلاة، منبهاً إياك أن ربك يناديك للوقوف بين يديه.

وأمرنا الله تعالى للتوجه إلى الصلاة والصبر؛ حيث أمرنا في مواضع كثيرة بالصلاة وأنها معينة على الصبر، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾.

وكان النبي صلى الله عليه وسلم إذا حزبه أمر فزع إلى الصلاة، ولنا في رسول الله أسوة حسنة؛ فإذا حزنتي لشيء وتكدرت لشيء أو تضايقت، ففري إلى الصلاة واتركي كل شيء خلفك. تذكري أنك توقفت بين يدي الله، تحدّثي عما بداخلك واشكّ لربك، فليس هناك ما يمنعك عن قول شيء لربك لأنه يعلم السر وأخفى، وليس هناك من يجبرك ويرحمك إلا الله.

وقد نهانا الله تعالى عن تأخير الصلاة عن موعدها؛ فقال تعالى: ﴿قَوْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾. قال أهل التفسير: (غافلون عنها غير مباليين بها حتى تفوتهم بالكلية، أو يخرج وقتها وهذا الوعيد الشديد لمن يأخر الصلاة عن وقتها).

وأنت عزيزتي، لكيلا تفتك الصلاة عن وقتها؛ إذا سمعت نداء الصلاة فقومي وتوضئي وصلي. وأنت يا من ليس بقربك مسجد ولا تعرفين موعد الصلاة؛ سيكون عندك هاتف، فاعلمي تذكير وتنبيه لكل صلاتك في وقتها.

وأنت يا من تصلين كل الصلوات في وقتها إلا صلاة الفجر؛ سوف أخبرك أمراً ربما يساعدك كثيراً في القيام للصلاة: اعملي تنبيهات على هاتفك كثيرة، ولتبعدي عنك الهاتف حتى حين يرن كثيراً للتنبيه تقومين بإغلاقه وهكذا تقومين من على السرير وتتجهين إلى الصلاة في وقتها، ونتهي أحداً من أسرّتك ليوقظك على الصلاة.

تذكرن أننا في هذه الدنيا للمجاهدة، وأتينا نختبر في إحساننا لأعمالنا؛ فلا تفرّطن في أساس العمل وركنه الذي يُبنى عليه.



زاد

آية وتفسير

(اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ)

[الفاتحة ٦]

”

ثم قال تعالى: ﴿اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ﴾ أي: دلنا وأرشدنا، ووفقنا للصراط المستقيم، وهو الطريق الواضح الموصل إلى الله، وإلى جنته، وهو معرفة الحق والعمل به، فاهدنا إلى الصراط واهدنا في الصراط. فالهداية إلى الصراط: لزوم دين الإسلام، وترك ما سواه من الأديان، والهداية في الصراط، تشمل الهداية لجميع التفاصيل الدينية علما وعملا. فهذا الدعاء من أجمع الأدعية وأنفعها للعبد ولهذا وجب على الإنسان أن يدعو الله به في كل ركعة من صلاته، لضرورته إلى ذلك.

(تفسير السعدي — السعدي (١٣٧٦ هـ))

حديث وفوائد

في سنن الترمذي، عن المقدم بن معدي كرب، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال:

"أَلَا هَلْ عَسَى رَجُلٌ يَبْلُغُهُ الْحَدِيثَ عَنِّي وَهُوَ مَتَكِيٌّ عَلَى أُرَيْكَتَيْهِ،
فَيَقُولُ: بَيْنَا وَبَيْنَكُمْ كِتَابُ اللَّهِ، فَمَا وَجَدْنَا فِيهِ حَالًا لَا اسْتِحْلَالَ،
وَمَا وَجَدْنَا فِيهِ حَرَامًا حَرَمْنَا، وَإِنْ مَا حَرَّمَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَمَا حَرَّمَ اللَّهُ".



من فوائد الحديث:

- تعظيم السنة كما يُعَظَّم القرآن ويؤخذ بها.
- طاعة الرسول هي طاعة لله ومعصيته هي معصية لله تعالى.
- ثبوت حجية السنة والرد على من يَرُدُّ الشُّنَنَ أو ينكرها.
- مَنْ أَعْرَضَ عَنِ الشُّنَّةِ وادعى الاختصار على القرآن فهو مُعْرِضٌ عنهما جميعًا كاذبٌ في دعوى اتباع القرآن.
- من دلائل نبوته صلى الله عليه وسلم إخباره عن شيء بأنه سيقع في المستقبل، ووقع كما أخبر.

ذكرٌ وحصن

في الصحيحين عن البراء بن عازب رضي الله عنهما: قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إذا أتيت مضجعك فتوضأ وضوءك للصلاة، ثم اضطجع على شقك الأيمن وقل: اللهم أسلمت نفسي إليك، وفوضت أمري إليك، وألجأت ظهري إليك، رغبة ورهبة إليك، لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك، آمنت بكتابك الذي أنزلت، ونبيك الذي أرسلت، فإن مت مت على الفطرة، واجعلهن آخر ما تقول".

أثر عن سلفنا

”

عن الحسن البصري قال: (ابن آدم إنما أنت أيام، كلما ذهب يوم ذهب بعضك).

ما أبدعنا في ملء أوقاتنا بأهوائنا وشهواتنا!
أفلا وعينا أن عمرنا يمضي فنقوم ونحسّن؟



فتویٰ

الصُّفْرَةُ وَالْكُدْرَةُ

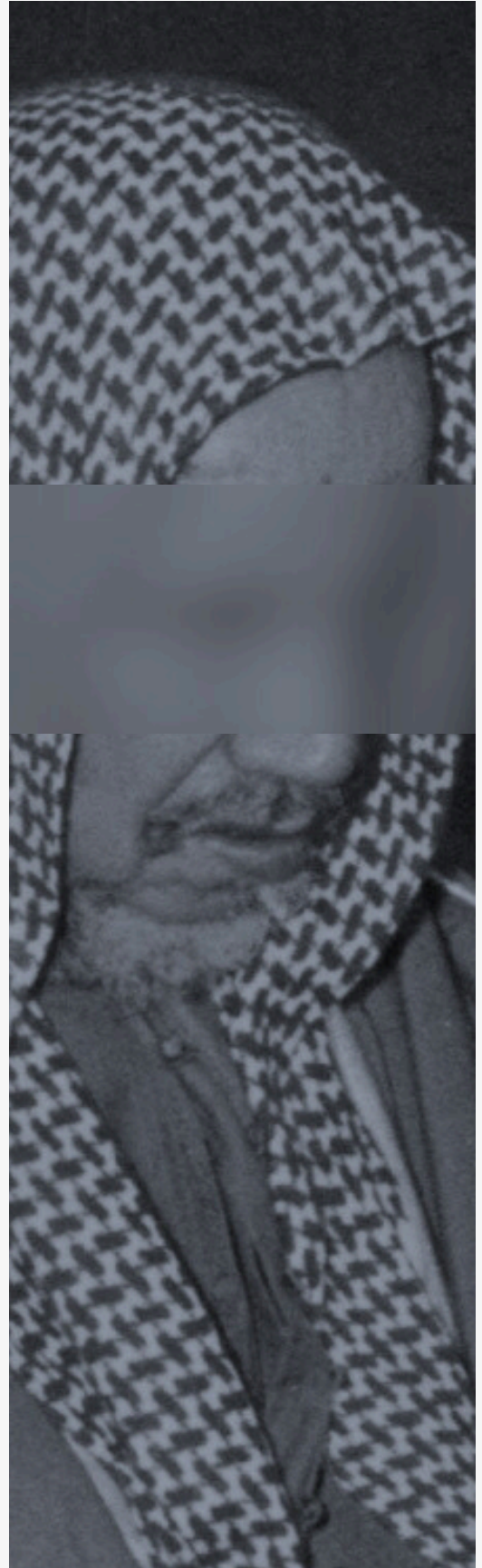
ما حُكِمَ الإفرازات المهبلية التي لونها يميل إلى الصُّفْرَةِ، وأحياناً مخلوطة ببعض الدم البسيط، وهل تُصلي المرأة في هذه الفترة أم تترك الصلاة؟

أجاب عن ذلك الإمام عبد العزيز بن باز؛ فقال:

(هذا يسأل عنه كثيرٌ من النساء، والجواب: أنَّ هذا قد يقع قبل العادة، وقد يقع بعد العادة، **فإذا كان قبلها لم يتصل بها فليس بحيض**، فإذا رأت الصُّفْرَةَ والكُدْرَةَ وهذه الإفرازات التي قبل العادة بيومٍ أو يومين أو ثلاثة أو أربعة، ثم تنقطع وتزول، ثم تأتي العادة؛ فهذه لا يُعول عليها، ولا تترك الصلاة فيها، بل تُصلي وتصوم وتحلّ لزوجها، وهكذا إذا كانت منفصلةً بعد العادة -بعد الطهر- تأتيتها إفرازات -صُفْرَة وكُدْرَة بعد العادة- فهذه لا يُعول عليها، ولا يلتفت إليها، ولا تدع لها الصلاة والصوم، ولا يمتنع منها زوجها.

ثبت في البخاري عن أم عطية رضي الله عنها قالت: **"كنا لا نعد الكُدْرَة والصُّفْرَة شيئاً"**، زاد أبو داود: **"بعد الطَّهْر"**، وهي زيادةٌ مُوضَّحةٌ للمعنى، فالمعنى: **أنَّ الصحابيات كن لا يعددن الصُّفْرَةَ والكُدْرَة بعد الطهر شيئاً**، وهذا يعمُّ الطهر قبل الحيض والذي بعد الحيض، فما كان بعد الطهر قبل مجيء الحيضة وما كان بعد الحيضة كله لا يُعدّ ما دام صُفْرَةً أو كُدْرَةً، وإن خلطها شيءٌ يسيرٌ من الدم لا عبرةً بذلك.

أما إن كانت متصلةً تبدأ بالصُّفْرَة ثم يجيء الدم مُتَّصلاً فهذه من الحيض، وهكذا بعده متصلةً به، هذه من الحيضة ولو بلغت خمسة عشر يوماً، فهذا من الحيض).



الأدب العربي



نشر

وإذا ضاقت الدار فلم لا تتسع النفس التي فيها؟ المرأة وحدها هي الجو الإنساني لدار زوجها، فواحدة تدخل الدار فتجعل فيها الروضة ناضرة متروحة باسمه، وإن كانت الدار قحطة مسحوة ليس فيها كبير شيء؛ وامرأة تدخل الدار فتجعل فيها مثل الصحراء برمالها وقيظها وعواصفها، وإن كانت الدار في رياضها ومتاعها كالجنة السندسية؛ وواحدة تجعل الدار هي القبر. والمرأة حق المرأة هي التي تترك قلبها في جميع أحواله على طبيعته الإنسانية، فلا تجعل هذا القلب لزوجها من جنس ما هي فيه من عيشة: مرة ذهبًا، ومرة فضة، ومرة نحاسًا أو خشبًا أو ترابًا، فإنما تكون المرأة مع رجلها من أجله ومن أجل الأمة معًا؛ فعليها حقان لا حق واحد، أصغرهما كبير. ومن ثم فقد وجب عليها إذا تزوجت أن تستشعر الذات الكبيرة مع ذاتها، فإن أغضبها الرجل بهفوة منه، تجافت له عنها، وصفححت من أجل نظام الجماعة الكبرى، وعليها أن تحكم حينئذ بطبيعة الأمة لا بطبيعة نفسها، وهي طبيعة تأبى التفرق والانفراد، وتقوم على الواجب، وتضاعف هذا الواجب على المرأة بخاصة.

- مصطفى صادق الرافعي

شعر

قَلْبِي بِرَحْمَتِكَ اللَّهُمَّ ذُو أَنْسِي
 فِي السِّرِّ وَالْجَهْرِ وَالْإِصْبَاحِ وَالْغَلَسِ
 مَا تَقَلَّبْتُ مِنْ نَوْمِي وَفِي سِنَتِي
 إِلَّا وَذِكْرُكَ يَيْنَ النَّفْسِ وَالنَّفْسِ
 لَقَدْ مَنَنْتَ عَلَيَّ قَلْبِي بِمَعْرِفَةٍ
 بِأَنَّكَ اللَّهُ ذُو الْآلَاءِ وَالْقُدْسِ
 وَقَدْ أَتَيْتُ ذُنُوباً أَنْتَ تَعْلَمُهَا
 وَلَمْ تَكُنْ فَاضِحِي فِيهَا بِفَعْلٍ مُسِي
 فَاْمُنْ عَلَيَّ بِذِكْرِ الصَّالِحِينَ وَلَا
 تَجْعَلْ عَلَيَّ إِذَا فِي الدِّينِ مِنْ لَبْسٍ
 وَكُنْ مَعِيَ طَوْلَ دُنْيَايَ وَآخِرَتِي
 وَيَوْمَ حَشْرِي بِمَا أَنْزَلْتَ فِي عَبَسٍ

- الشافعي



إضاءة نفسية

الاكتئاب

الاكتئاب اضطراب عصبي يصيب المزاج والعاطفة، يتميز بالمزاج المتدني، وله أعراضاً تدلّ عليه، ويشخص به إن استمرت هذه الأعراض لأكثر من أسبوعين إلى أربعة أسابيع.



◆ أعراض الاكتئاب

- ◆ **عاطفية:** كالحزن، القلق، الغضب، الشعور بالذنب، الشعور بالعجز، وفقدان الأمل بالحياة.
- ◆ **أعراض ذهنية:** كالنقد اللاذع للذات، التشويش، الأفكار التي تميل لإيذاء النفس والآخرين، مشاكل الذاكرة، والتشتت.
- ◆ **أعراض سلوكية:** البكاء، الانسحاب من المظاهر الاجتماعية، إهمال الذات، قلة المسؤولية، والعدوانية العالية.
- ◆ **أعراض جسدية:** التعب العالي، فقدان الطاقة، مشاكل في النوم، مشاكل في الأكل، فقدان أو زيادة في الوزن، ألم في الرأس والمفاصل والجسم، وقلة الحركة.

وينبغي الإشارة إلى أنه ينبغي توافر 4 أعراض على الأقل من كل مجموعة أعراض، وتستمر هذه الأعراض لأكثر من أسبوعين إلى أربعة أسابيع، وأهم عرض هو الحزن كون السيروتونين لا يفرز بطريقة صحيحة ولا يعمل عمله الطبيعي.

◆ علاج الاكتئاب

يعتمد علاج الاكتئاب بالشكل الأساسي على التشخيص الصحيح، فمتى ما تم التشخيص الصائب مع معرفة السبب وراء الاكتئاب؛ وُجِدَ العلاج بإذن الله. ولضمان التشخيص الصحيح فعلى المُراجع أن يبحث عن الشخص الصحيح للمتابعة معه، وأنا أنصح أولاً بزيارة المرشد النفسي أو الأخصائي النفسي قبل مرحلة الطبيب النفسي؛ فالطبيب النفسي غالباً سيقتراح خطة علاجية متضمنة لعلاج دوائي، ولا أحبذ الدواء ومضادات الاكتئاب إلا لحالات متقدمة وخاصة -تحتاج حقاً لدواء-، وبإني الحالات فإن التعامل مع العلاج المعرفي السلوكي سيكون الأفضل.

◆ أسباب الاكتئاب

- عوامل جينية
- العامل الدماغي الكيميائي
- سوء التغذية
- الأمراض الجسدية
- الأدوية والمخدرات والكحول
- الضغط والصدمات والتوتر والأزمات
- خبرات الطفولة المؤلمة والقاسية
- مواقف حياتية صعبة
- مشاكل النوم
- الحميات الغذائية الخاطئة

◆ نصائح وإرشادات عامة للتعامل مع الاكتئاب

- **عدّل نومك؛** فالنوم والمزاج مترابطان بشكل كبير، ومهم جدًا المحافظة على أوقات نوم واستيقاظ ثابتة مع إبقاء ما يزعجك أثناء نومك بعيدًا عنك، وإبقاء الأجهزة الإلكترونية بعيدة.
- **الاهتمام بالغذاء ونوعيته؛** فمن المهم أن تحافظ على نظام غذائي متوازن. ومن الأطعمة التي لها فائدة في التخلص من الاكتئاب: المكسرات؛ فهي مصدر جيد لدهون أوميغا ٣، الأسماك، والبروبيوتيك؛ حيث تشير الأبحاث إلى وجود علاقة مترابطة بين صحة الأمعاء وصحة الدماغ، ويمكنك إيجادها في الزبادي مثلاً.
- **تغيير الأفكار؛** فهي مؤثر مباشر على المزاج والسلوك، ومن المهم التعامل مع الأفكار السلبية وتغييرها إلى أفكار إيجابية.
- **التعامل مع التوتر** يساعد في التخلص من الاكتئاب، ويمكن ذلك من خلال ممارسة أنشطة تحفز الهدوء، ممارسة الهوايات، القراءة فيما ينفع، الالتزام بالعبادات، تحسين العلاقة مع الله ومع النفس والآخرين.
- **ممارسة الرياضة؛** كالمشي بانتظام والجري وتمارين المقاومة.
- **تحديد الأهداف.**
- **تحمل المسؤولية.**
- **محاولة الاستمتاع.**
- **تقليل الكافيين.**
- **فحص مستوى فيتامين د** وأخذ جرعات ملائمة إن كان مستواه أقل من الحد الطبيعي.
- **إنشاء علاقات اجتماعية** وعدم الانعزال.
- **تنظيم الوقت** والحفاظ على روتين يومي مستقر.



الزينة



الزينة لفظ يحتمل كل ما من شأنه أن يجعل المرأة ويظهرها بمظهر حسن، وحب الزينة والمظهر الحسن أمر فطري جُبلت عليه النساء؛ فأقى الشرع وضبط هذه الفطرة بضوابط تهذيبها منها: أن تكون بين النساء أو المحارم من الرجال، ولا تظهر بها المرأة أمام الرجال الأجانب عنها، وأن تكون بالقدر المعقول بلا إفراط ولا تفريط.

اليوم سنتكلم عن زينة تجعلك جميلة وذات إطلالة أنثوية رقيقة، وفي نفس الوقت تكون عبادة وتؤجرين عليها إذا قصدت اتباع السنة فيها.

◆ الاكتحال: كحل الإثمد

الإثمد نوع من أنواع الكحل، وهو أجودها، ويوجد في الحجاز، المغرب، أصبهان، وغيرها من الدول. وهو في الأصل حجر أسود يميل إلى الحمرة؛ يُدق ويصنع منه كحلاً للعينين.

جاء في السنّة النبوية أحاديث صحيحة، أن النبي صلى الله عليه وسلم استخدم الكحل، وحثّ على التكحل بالإثمد خاصة؛ لمزاياه، ومن ذلك:

- عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنهما قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (إِنَّ خَيْرَ أَكْحَالِكُمْ **الإِثْمَدُ يَجْلُو الْبَصَرَ وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ**).
- وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنهما أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (ا**كْتَحِلُوا بِالْإِثْمَدِ فَإِنَّهُ يَجْلُو الْبَصَرَ، وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ**) رواه الترمذي.
- وعن علي بن أبي طالب رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (عَلَيْكُمْ **بِالإِثْمَدِ فَإِنَّهُ مَنبَتَةٌ لِلشَّعْرِ، مَذْهَبَةٌ لِلْقَدَى، مَصْفَاءَةٌ لِلْبَصَرِ**).

ومعنى (يجلو البصر)؛ أي: يحسن النظر، ويزيد نور العين.
(ويُنبت الشعر)؛ المراد بالشعر هنا: الهدب، وهو الذي ينبت على أشعار العين.



وقد نصَّ العلماء على استحباب استخدام الكحل، خاصة الإثم منه:

” قال ابن القيم رحمه الله في فوائد الكحل بعامة:

(وفي الكحل: حفظ لصحة العين، وتقوية للنور الباصر، وجلاء لها، وتلطيف للمادة الرديئة، واستخراج لها، مع الزينة في بعض أنواعه، وله عند النوم مزيد فضل؛ لاشتغالها على الكحل، وسكونها عقيبها عن الحركة المضرة بها، وخدمة الطبيعة لها، ولإثمد من ذلك خاصة).

وقال رحمه الله في فوائد الإثم خاصة:

(ينفع العين ويُقوّيها، ويشد أعصابها، ويحفظ صحتها، ويذهب اللحم الزائد في القروح ويُدملها، ويُنقى أوساخها، ويجلوها، ويذهب الصداع إذا اكْتُحل به مع العسل المائي الرقيق، وإذا دُقَّ وُخِلَطَ ببعض الشحوم الطرية، ولُطِخَ على حرق النار: لم تُعرض فيه خُشْكْرِيشةٌ - أي: قشرة -، ونفع من التنفُّط الحادث بسببه، وهو أجود أكحال العين، لا سِِّمَا للمشايع [كبار السن]، والذين قد ضعفت أبصارهم، إذا جُعِلَ معه شيءٌ من المسك).

والكحل من أنواع الزينة التي تتزين بها المرأة، وعلى هذا، فلا يجوز للمرأة إظهاره أمام الرجال الأجانب، كما لا ينبغي للرجل أن يقصد التزين به.

قال الشيخ محمد بن صالح العثيمين رحمه الله:

”

(والاكحال نوعان: أحدهما: اكحالٌ لتقوية البصر، وجلاء الغشاوة من العين، وتنظيفها وتطهيرها بدون أن يكون له جمال، فهذا لا بأس به، بل إنه مما ينبغي فعله؛ لأن النبي صلى الله عليه وسلم كان يكتحل في عينيه، ولا سيما إذا كان بالإثم).

النوع الثاني: ما يقصد به الجمال، والزينة، فهذا للنساء مطلوب؛ لأن المرأة مطلوب منها أن تتجمل لزوجها.

فتبين بهذا أن الإثم نوع من أنواع الكحل، وهو يميل إلى الاحمرار، وله خاصية تقوية البصر، وتنظيف العين، ويستحب استخدامه للرجال والنساء، إلا أنه لا ينبغي للرجال استعماله إذا قصد به الزينة، ولا يجوز للمرأة إظهاره لغير محارمها وزوجها).

فيا حفيدة عائشة، اكحلي لزوجك وبين النساء والمحارم، وتجملي فالله جميل يحب الجمال، واحمدي الله على نعمة البصر؛ فبالشكر تدوم النعم.



وصفة جمال

كل أنثى جميلة بطريقة ما. أدركي سر جمالك واعتني بها
ولا تهملها. هنا سنساعدك بطرق طبيعية بعيداً عن
زيف عمليات التجميل؛ لعلاج مشاكل تواجهك، هنا
سنقدم لك وصفاتٍ للجمال.

الخيار صديق للبشرة

تحتوي شرائح الخيار على فيتامين ج، حمض الكافيك، الماء، ومضادات الأكسدة. يعمل الخيار على تفتيح الهالات السوداء، معالجة تمدد الأوعية الدموية حول العين، مقاومة التجاعيد وترطيب البشرة، وتهدة تورم العينين. لكن احرصي على غسل الخيار جيّدًا تجنّبًا للبكتيريا.

الطريقة الأولى:

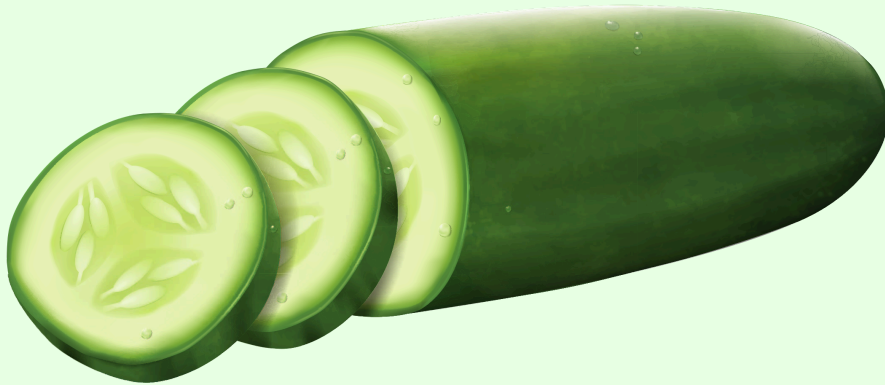
نقطع شريحتين من الخيار بسماكة متوسطة، نضعهما برفق على عين مغلقة، نتركهم لمدة ربع ساعة؛ ثم نغسل الوجه بماء فاتر.

الطريقة الثانية:

بشر الخيار واستخلص الماء منه، وضعه في قطن على البشرة؛ ثم يوضع على الجفون لمدة ٢٠ دقيقة.

ملاحظات:

- تذكرى أن الله لا يحب الإسراف. قطّعي على قدر حاجتك كي لا نرمي الخيار في القمامة عندما نقطعها وتذبل وتصبح غير قابلة للأكل. ومثلاً: نضع شرائح الخيار في صحن للأكل لنفسك أو لأطفالك، وأربع شرائح في صحن صغير لتجملي نفسك. وأنت أدري بحاجتك (عدد القطع).
- الهالات السوداء التي سببها فقر الدم نعالجها عند الطبيب بأخذ الدواء المناسب.
- قبل استخدام أي منتج؛ قومي بتجريبه على جزء صغير من بشرتك كاختبار للحساسية، ثم إن لم تتحسسي تضعينه على كامل وجهك.



الليمون وعلاج رائحة العرق

مع قدوم موجة الحر؛ تعاني بعضنا من مشكلة رائحة العرق. وهنا نقدم لك الليمون كحلّ لذاك. من الأسباب الرئيسية في ظهور رائحة العرق هي البكتيريا، ويُصح باستخدام الليمون لتفادي ذلك؛ لاحتوائه على خواص مضادة للبكتيريا بأنواعها. أيضاً من أسباب ظهور رائحة العرق هو تراكم الخلايا الميتة، واستخدام الليمون للتقشير يساهم بإزالة الجلد الميت؛ وبالتالي الرائحة الكريهة. كما يجب عليك تجنب الإكثار من تناول الثوم والبهارات؛ كالكارى، والتي تصدر رائحة غير محببة.

طريقة الاستخدام:

نحتاج معلقة عصير ليمون ومعلقة زيت الزيتون أو زيت جوز الهند، نمزجهما سوياً ونذلك الإبط بلطف نتركهما بضع دقائق ثم نشطف الإبط ونجففه. بإمكانك إضافة السكر المطحون كخطوة اختيارية، مع معرفة أنّ السكر البني يحتوي على حمض الغليكوليك الذي يتمتع بجزيئات صغيرة الحجم، مما يجعله قادراً على اختراق الطبقات السطحية للبشرة، ليساعد على إرخاء الروابط بين خلايا البشرة وتحفيزها على التجدد.

*لا تنسي أن تجري المزيج على بقعة صغيرة من جلدك، إن كانت بشرتك حساسة فهذا الماسك لا يصلح لك، وإن لم تتأثري فأكملي. مع تكرار الوصفة مرتين كل أسبوع ستلاحظين فرقاً ملحوظاً من تفتيح للمنطقة وانعدام للرائحة.



القهوة لبشرة برّاقة



تعالٍ نتعرف على فوائد القهوة للبشرة:

- لها دور فعال في محاربة علامات الشيخوخة.
- لها دور في نضارة البشرة.
- تحتوي على الكافيين الذي يعمل على علاج الهالات السوداء الموجودة تحت العينين.

وكما اعتدنا، لنكون اقتصاديين سنستخدم ما تبقى من الفنجان عندما تكوني أنهيت احتساء قهوتك واستعدت نشاطك وحيويتك.

أولاً؛ لنضارة البشرة:

خذي ملعقة صغيرة من طحل القهوة في قعر فنجانك الخاص، ضعيه في صحن صغير واطيفي ملعقة كبيرة من زيت الزيتون، دلكي بشرتك بلطف شديد ثم اشطفيها بعد عشر دقائق بماء فاتر.

ثانياً؛ لتنظيف البشرة الدهنية:

إن كنت تعاني من كثرة الدهون على بشرة الأنف والذقن والجبهة؛ فهذا القناع مناسب لك: ملعقة صغيرة من القهوة، ملعقة كبيرة من الحليب وملعقة كبيرة من ماء الورد (وانتبهى، ماء الورد لا ماء الزهر)؛ نمزجهم جيداً ثم نوزعهم على البشرة برفق، نشطف البشرة بماء فاتر بعد عشر دقائق.



سيروم فيتامين C

لفيتامين C فوائد للبشرة تزيد في جمالها:

- يساعد في ترطيب البشرة العميق ومنع جفافها.
- يعمل على توحيد لون البشرة؛ وذلك من خلال إبطاء عملية إنتاج الميلانين، وهي المادة المسؤولة عن منح الجلد لوناً داكناً.
- يعزز الكولاجين في البشرة؛ ما يخفف من حدة التجاعيد والخطوط الرفيعة.
- يحمي البشرة من أضرار أشعة الشمس، كالتصبغات والتجاعيد.

ولتحضير سيروم فيتامين C في المنزل، لدينا طريقتين:

الطريقة الثانية: باستخدام قشر البرتقال

المكونات

- قشر برتقال -ويمكن استخدام قشر اليوسفي- نتركه يجف ليوم كامل حتى يكون قابلاً للتكسير
- ماء الورد
- ملعقة غليسيرين -ويمكن الاستغناء عنها-
- ملعقة من جل الصبار
- 4 كبسولات فيتامين E

الطريقة

نكسر قشر البرتقال الجاف لقطع صغيرة، ثم نغمرها بماء الورد، ونضيف لها الغليسيرين، ونتركه ينقع لمدة 24 ساعة. في اليوم التالي سيكون لون ماء الورد برتقال، حينها نخلطه في الخلاط بشكل جيد ونصفي الخليط. ثم نخلط ملعقة من جل الصبار بأربع كبسولات من فيتامين E، وبعد ذلك نضيفها للخليط ونخلط المكونات جيداً، ثم نضعه في قطارة أو قنينة لونها أسود ونحفظه في الثلاجة.

الطريقة الأولى: باستخدام أقراص الفيتامين C مباشرة

المكونات

- ملعقتين كبيرتين من ماء الورد
- قرص من فيتامين C
- كبسولة من فيتامين E
- ملعقتين كبيرتين من زيت الألوفيرا، أو جل الصبار

الطريقة

نخلط كل شيء جيداً، ونضعه في قطارة باللون الأسود الداكن، أو قطارة بلون شفاف لكننا نغلفها بغلاف أسود لمنع تسرب الضوء، فهو يفسد علينا فعالية الفيتامين C، ثم نحفظه في الثلاجة. يمكننا استخدام السيروم الناتج لمدة أسبوعين وأكثر، ويستخدم ليلاً قبل النوم، ثم تغسل البشرة بماء فاتر.

ملاحظة: إيّاك أن تسخني الخليط أو تستخدم ماء ساخن كما ينصح البعض؛ فهذا يعني أنك تحصلين على خليط لا أثر للفيتامين C فيه.

وتجنّبي استخدامه في النهار، أي سيروم أو كريم بشرة يحتوي على فيتامين C لا يُستخدم إلا ليلاً.

الصحة



إرشادات للتعامل مع مغص البطن

يحدث مغص البطن نتيجة لمشكلة في الجهاز الهضمي، ومنها الحساسية تجاه أحد أنواع الطعام، أو عسر الهضم، أو متلازمة القولون العصبي، وأمراض القولون الالتهابية، أو العدوى، وغيرها الكثير، ويمكن أن يحدث من التوتر. وفيما يلي نورد لكم علاجات تفيد في التخفيف من مغص البطن، وإرشادات تعينكم في تخطيه.

من الأعشاب التي تفيد في علاج مغص البطن:

- **النعناع:** يتميز النعناع بخواصه المرخية لعضلات المعدة والأمعاء والمخففة للألم، مما يساعد في تهدئة وعلاج المغص.
- **الريحان:** يحتوي الريحان على مواد ذات خواص تخفف من المغص وترخي العضلات، كما أنها تعالج الحموضة وتطرد الغازات وتفتح الشهية ومضادة للالتهابات.
- **الزنجبيل:** يتميز الزنجبيل بفوائده المتعددة فهو يهدئ المعدة ويخفف المغص، كما أنه يساعد في الهضم ويقلل من الغثيان والتقيؤ والإسهال.
- **البابونج:** يساعد البابونج في تخفيف المغص وتهيج المعدة، بالإضافة إلى أنه يطرد الغازات مما يزيل الشعور بالانتفاخ.
- **الميرمية:** تُعد من أكثر الأعشاب استخدامًا لعلاج المغص، فهي تتميز بخواص مرخية للعضلات مما يساعد في علاج المغص كما أنها مفيدة في علاج الإسهال.
- **الشمر:** يحتوي الشمر على عناصر مفيدة للأمعاء فهي تخفف من المغص والإمساك والإسهال والغازات، كذلك تخفف من الشعور بالغثيان خلال فترة الحيض.
- **اليانسون:** يحتوي اليانسون على عناصر مفيدة للجهاز الهضمي، ويساعد على التخلص من مغص البطن والانتفاخ، كما ويفيد في حالات الإمساك حيث يستعمل كملين طبيعي.

*ينبغي الانتباه أن هذه الأعشاب لا تصلح لمن يأخذ أدوية مميعة للدم، وبعضها لا يصلح للرّضع الذين يقل عمرهم عن ٦ أشهر إلى سنة.

نصائح وإرشادات للتعامل مع مغص البطن والإسهال عند الرُّضْع

- لف الرضيع باستخدام بطانية.
- تدليك البطن بلطف.
- تقديم وجبات صغيرة وبعدها أكبر خلال اليوم.
- تجنب الأم المرضعة الإكثار من تناول منتجات الألبان، والبيض، والقمح، أو المكسرات، والمشروبات الغنية بالكافيين.
- القيام بإرضاع الطفل وهو جالس بشكل مستقيم.
- الحرص على قيام الطفل بالتجشؤ بعد الرضاعة.
- لدى الأطفال الأكبر سنًا، ينصح بالالتزام بنظام برات الغذائي، والذي يتضمن تناول 4 أنواع أطعمة خفيفة، وهي الموز، والأرز، وعصير التفاح، وخبز التوست.
- الحرص على إعطاء الطفل كميات وفيرة من السوائل.
- إعطاء الطفل حمام دافئ وتدليك بطنه بلطف.

نصائح وإرشادات للتعامل مع مغص البطن والإسهال للمرأة الحامل

- الحرص على تناول كميات كافية من السوائل، وفي حالات الجفاف الناجمة عن الإسهال يمكن استخدام محاليل معالجة الجفاف عبر الفم.
- الحرص على تناول الأطعمة التي تجعل من البراز أكثر صلابة، مثل الموز، وخبز التوست، والبسكويت المملح.
- تجنب الأطعمة والمأكولات التي يمكن أن تسبب تفاقم الأعراض، ومنها الأطعمة الحارة، ومنتجات الألبان، والأطعمة الغنية بالسكر أو الدهون.
- استشارة الطبيب قبل تناول أي دواء، فمثلاً يمكن للحامل أخذ دواء اللوبيراميد، ولكن فقط بعد الحصول على وصفة طبية.

نصائح وإرشادات للتعامل مع مغص البطن والإسهال للكبار والصغار

- أخذ قسط من الراحة والنوم لساعات كافية.
- الحرص على تناول كميات وفيرة من الماء والسوائل.
- الحرص على تجنب الأطعمة التي يمكن أن تسبب التحسس أو التهيج للجهاز الهضمي.
- تجنب المشروبات الغنية بالكافيين.
- الحرص على تناول وجبات طعام صغيرة وبعدها أكبر على مدار اليوم.
- الحرص على أن تكون وجبات الطعام خفيفة وقليلة الألياف.
- تجنب الأطعمة الحارة أو الغنية بالدهون.
- مضغ الطعام جيداً قبل بلعه.
- تقليل مستويات القلق والتوتر، من خلال ممارسة التأمل أو سماع موسيقى هادئة.
- ممارسة الرياضة.
- تناول البروبيوتيك، سواء بتناول المكملات الغذائية التي تحتوي عليه أو الأطعمة الغنية به.
- التوقف عن التدخين.

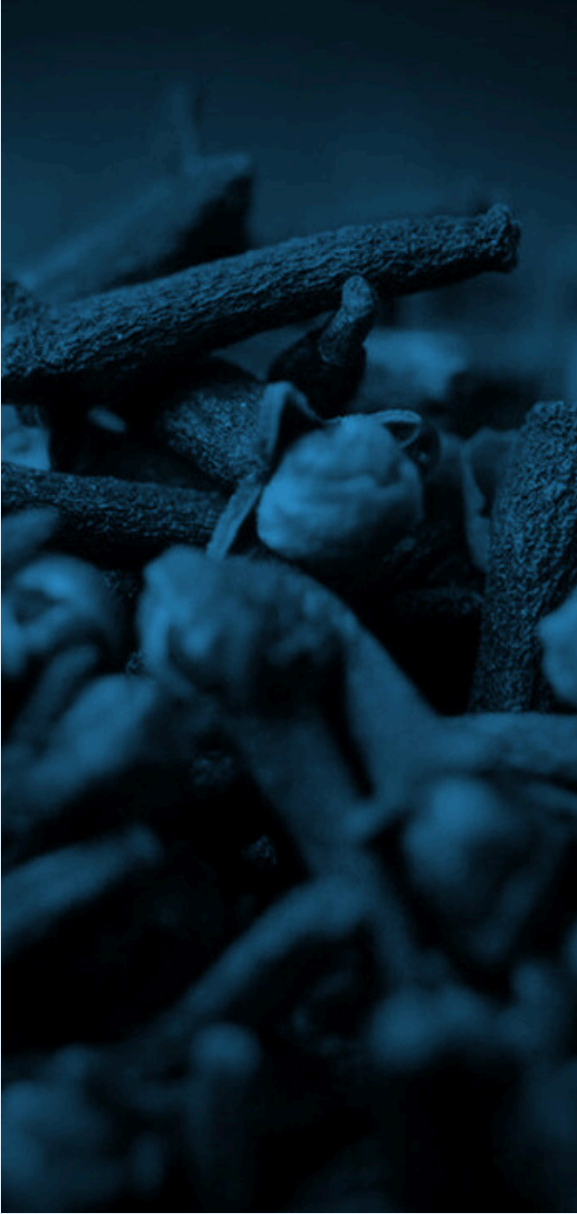


الرقى الشرعية من قرآن
وأدعية وتعويدات، والتي
علمناها النبي محمد ﷺ،
مع تمام التوكل على
الله والعلم بأن الشفاء
منه وحده. ومن الرقى التي
علمنا إياها النبي ﷺ:

- اللهم رب الناس، مذهب البأس
أشف أنت الشافي، لا شافي إلا
أنت، شفاء لا يغادر سقمًا.
- بسم الله تربة أرضنا بريقة بعضنا
يشفى سقيمنا بإذن ربنا.
- الرقية بأم الكتاب؛ الفاتحة.
- الرقية بالمعوذتين.
- الرقية بآية الكرسي.
- ضع يدك على الذي تألم من
جسدك، وقل بسم الله ثلاثًا،
وقل سبع مرات أعوذ بالله
وقدرته من شر ما أجد وأحاذر.
- أعوذ بكلمات الله التامة، من كل
شيطان وهامة ومن كل عين
لامة.

تنويه مهم: إن استمر المغص والإسهال ولم تنجح الإرشادات في التخفيف منه؛ فلا بد من استشارة
طبية ليتم العلاج.

القرنفل لأسنان صحيّة



نقدّم لكِ عزيزتي خلطة من مكوّنات طبيعيّة؛ للحفاظ على صحة الأسنان ومكافحة التسوس.

المكوّنات

- مقدار من القرنفل، ونصف المقدار من القرفة، وكله مطحون ناعم جدًّا.
- ملعقة ملح ناعم.
- قطرتين من زيت الزيتون، قطرتين من زيت جوز الهند.

نخلط المكونات كلّها، وننتبه أن يكون الزيت قطرتين فقط؛ كي يبقى الخليط بشكل مسحوق.

الاستخدام

توضع كمية من المسحوق على معجون الأسنان عند غسلها، ثم تغسل به الأسنان بشكل كامل.

النتيجة

ستجدن أنّ رائحة الفم نظيفة جدًّا والتعقيم واضح، وستتخلصن من أيّ آثار تسوس ومن آلام الأسنان.



البيت



تدوير زيوت القلي المستعملة وصناعة صابون منزلي منها

لا يخفى على كثير من النساء خطورة الاستخدام المتكرر لزيوت القلي، والذي يؤدي إلى تغيرات عميقة في هذه الزيوت نتيجة الأكسدة؛ مما يسبب مشاكل صحية كالسرطان والكوليسترول والخرف. كما أن التخلص من هذه الزيوت بشكل عشوائي يؤدي إلى عواقب وخيمة وضرر كبير للبيئة، بداية من سد قنوات الصرف الصحي إلى تلوث المياه وغيرها من الأضرار. فضلاً عن التكاليف الكبيرة التي تتكبدها الدولة للقضاء على مخلفات المشكلة وإصلاحها.

ولأجل هذا كان لزاماً على المرأة أن تكون أكثر وعياً وإدراكاً لعواقب بعض السلوكيات داخل بيتها، الوعي وحده من يصنع الفارق؛ فإما أن تكون المرأة وسيلة بناء، أو معول هدم، ولك سيدتي الخيار. وبعد هذه المقدمة، أضع بين يديك خطة لتحويل مخلفات بيتك من الزيوت المستعملة إلى صابون منزلي يمكن استخدامه في أعمال التنظيف؛ كتنظيف المناديل والملابس وحتى المواعين، والمساهمة في حماية صحة أسرته وبيئته، ويكون لك دور في الاقتصاد المنزلي.



ماذا نحتاج لصناعة صابون منزلي لأعمال التنظيف؟

- **ميزان:** لوزن المكونات. فعملية صناعة الصابون يجب أن تكون دقيقة ولا ينبغي التعامل معها كوصفات الطبخ واستخدام الكيل.
- **أوعية:** يجب أن تكون من البلاستيك أو ستانلس ستيل، وحذاري من الألمنيوم وباقي المعادن فهي تتفاعل مع مادة التصبين وتشكل خطراً.
- **أدوات الحماية:** لباس بأكمام، القفازات، النظارات الواقية، قناع التنفس لحماية الجهاز التنفسي من الأبخرة السامة المتصاعدة أثناء تحضير المحلول القلوي وكذلك للوقاية من الحروق المحتملة نتيجة تطاير المادة الكيميائية.
- **مكان العمل:** يجب أن يحتوي المكان على مصادر تهوية للعمل بالقرب منها، ولا بأس بالمطبخ ولكن بعيداً عن الأطفال والحيوانات الأليفة.
- **الخلاط الكهربائي:** وهو للخلط والمزج بين المحلول القلوي والدهون.
- **جهاز قياس درجة الحرارة:** الحرارة عامل مهم أثناء تصنيع الصابون، لذلك لا بد من أخذها بعين الاعتبار.

ما هي المواد التي نحتاجها أثناء صناعة الصابون المنزلي؟

- **الزيوت المستعملة**، بعد تصفيتها من جميع مخلفات قلي الطعام.
- **سمن نباتي أو زيت النخيل.**
- **هيدروكسيد الصوديوم (NaOH):** وهي مادة كيميائية شديدة القلوية خطيرة جداً وتسبب حروقاً كيميائية، لذا لابد من التعامل معها بحذر شديد وإبعادها عن تناول الأطفال. وتوجد هذه المادة في السوق على شكل صلب (قشور أو حبيبات بيضاء)، أو على شكل سائل، والذي يهمننا في عملنا هو الشكل الصلب، وهي متواجدة عند المواقع الخاصة بصناعة الصابون.
- **الماء**، ويفضل الماء المقطر لزيادة جودة الصابون وقدرة تنظيفه.

تركيبة صابون صلب بزيوت القلي المستعملة لأعمال التنظيف

- زيت القلي: 800 غ
- السمن النباتي: 200 غ
- ماء مقطر: 300 غ
- هيدروكسيد صوديوم: 165 غ
- ملح الليمون: 10 غ
- لون خاص بالصابون (ليس ضروري، يمكن التخلي عنه)

خطوات العمل

- **تحضير المحلول القلوي:** يتم إذابة ملح الليمون في الماء المقطر، ثم إضافة هيدروكسيد الصوديوم على المزيج مع الخلط حتى تمام الذوبان. ستتصاعد أبخرة وترتفع درجة حرارة المحلول، لذلك لا بد من الحرص على عدم التعرض لها أو لرذاذ المحلول. بعد تحضير المحلول يترك لتتخفف درجة حرارته وتصير بين 35°م و 40°م.
- **وزن الزيوت:** يتم وزن زيوت القلي والسمن النباتي ووضعهما في قدر من الستانلس ستيل؛ ليتم رفع درجة حرارتها حتى ذوبان السمن النباتي. بعدها يتم ترك الزيوت لتتخفف درجة حرارتها وتصير بين 35°م و 40°م.
- **بداية العمل:** بعد انخفاض درجة حرارة الطورين الزيتي والمائي واستقرارها عند 35°م نبدأ العمل، حيث نسكب المحلول القلوي على الزيوت ونقوم بالخلط بالخلط الكهربائي حتى ظهور الأثر، والأثر هو مرحلة من مراحل تشكل الصابون، وعلامته أننا إذا رفعنا الخلط الكهربائي وتساقطت منه أجزاء من الصابون على الخليط تترك أثراً. وينقسم إلى أثر خفيف ومتوسط وثقيل، ويجب علينا اختيار الأثر الخفيف وهي الحالة التي يكون عندها الصابون بشكل سائل يمكن صبّه في قالب.
- يسكب بعدها الصابون في قالب كبير أو قوالب صغيرة، ثم يترك لليوم الموالي ليتم تقطيعه إن كان في قالب كبير أو نزعها إن كان في قوالب صغيرة، ثم يترك لمدة من شهر إلى شهر ونصف ليجف وتنخفض قلويته حتى يكون جاهزاً للاستخدام.

ملاحظة هامة:

الأدوات التي استخدمت في صناعة الصابون لا يمكن استخدامها في الطبخ.

بقلم أم جليل مهني؛ أخصائية في صناعة الصابون الطبيعي

حلو ومالح

نقدّم لك في ركننا هذا وصفتين شهيتين؛
إحداهما حلوة الطعم، والأخرى مالحة. شمّري
عن ساعديك وجهّزي مطبخك؛ ولتبدأ
مغامراتنا الأنثوية الشهية.



المسخن الفلسطيني



المسخن مشتهر جدًا في فلسطين، لا تجد عائلة لا تحبه، وفي الفترات الأخيرة بدأ صانعو محتوى الطبخ يطهونه بكثرة وطريقته انتشرت؛ لكن خذ الوصفة الأصلية من أهلها.

نحتاج للمكوّنات

- دجاجة كاملة مقطعة حسب الرغبة
- ٤ حبات بصل متوسطة
- المطيبات: أربعة ملاعق كبيرة سماق مطحون، ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود، ربع ملعقة صغيرة بهارات مشكلة، ملعقة صغيرة ملح
- خبز طابون حسب الرغبة
- ربع كوب زيت زيتون

الطريقة

بدايةً؛ نسلق الدجاجة مع وضع بصلة صغيرة معها.
نقطع البصل شرائح عامودية، ونقليه مع زيت الزيتون، ثم نضيف له المطيبات.
بعد أن تنضج الدجاجة؛ نأخذ قطعها مع قليل من مرقها ونضعها مع خليط البصل حتى تتشرب الطعم.
نجهز الطابون في صينية، ثم نضع خليط البصل عليه ونصف الدجاج فوقه. ندخله للفرن ليتحمّر الدجاج والطابون قليلاً.
ولك إضافة: إن كنتم تحبون الطابون طرياً؛ فاسكبي بعضاً من مرق الدجاج فوق الطابون، وإن كنتم تحبونه مقرمشاً فاتركيه بلا مرق، ويمكنك دهن أطراف الطابون بزيت الزيتون لقرمشة أكثر.

وبالهناء والعافية.

البسبوسة

البسبوسة نوع حلو مشتهر في كثير من البلدان؛ لكن وصفة أمي تبقى الأشهى، ما خابت يوماً في إذهالنا بطعمها المنضبط وسكرها الخفيف -لأنّ حلاوتنا تكفي-.

مكوّناتها

- كوتّ من اللبن (ويسميه البعض: الزبادي)
- كوتّ من السميد
- كوتّ من الطحين
- كوتّ من جوز الهند المبشور
- كوتّ من السكر
- كوتّ من الزيت
- بيضتان
- مغلف فانيلا
- مغلف بيكنج باودر

وللقطر نحتاج: كوتّ من السكر، وكوتّ من الماء.

وطريقتها يسيرةٌ جدًّا

نضع المكوّنات في وعاء مناسب، ولا يهمّ التّرتيب؛ ثمّ نخلطها بشكل جيّد حتى تتجانس. ويمكنك وضعها في خلاطٍ إن أردتِ، أيّها شئتِ فلا بأس. ندهن قالبنا ذا الحجم المناسب ببعض الطحينة (ويمكن استخدام الزيت العادي: نمسح به القالب ثمّ نرش رشة طحين فوقها)، ثمّ نصب الخليط فيه. نضعه في فرنٍ قد أشعلناه قبلها بقليل على درجة حرارة ١٨٠، نتركه لعشرين دقيقة إلى نصف ساعة حتّى نرى أنّ وجهها قد احمرّ.

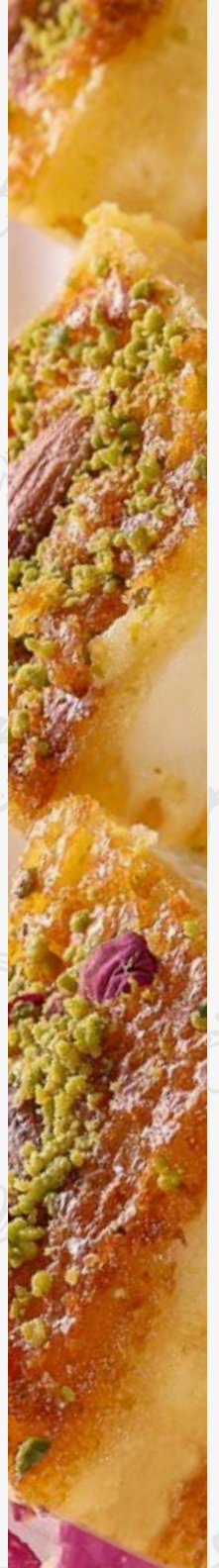
في هذا الوقت نصنع القطر: في طنجرة نضع السكر والماء، نتركهما حتى يغليا لخمس دقائق.

نخرج البسبوسة حين تنضج ونصب فوقها القطر البارد، أو يمكننا تركها تبرّد ونصب فوقها قطرًا ساخنًا.

-وهنا لك سرٌّ من أسرار نجاح الحلويات، ولبقائها متماسكة بقوام جيّد دون أن تتفتت: إن كان الحلو ساخنًا فيصبّ فوقه قطر بارد، وإن كان باردًا فيصبّ فوقه قطر ساخن-.

بعد ذلك نزيّنها برشّاتٍ من جوز الهند المبشور، ونقدّمها لمن نُحبّ أن نبهرهم بوصفاتنا.

وصحة وعافية.



سنة الضياء

إليك أنت أيتها المسلمة