



# نساءم الشام

● ماشطة بنت فرعون

● سوء التغذية عند الأطفال

● مايكروسوفت Loop

● مقتطفات زوجية

مجلة نساءم الشام / العدد الثامن / صفر ١٤٤٥ هـ - أغسطس ٢٠٢٣ م

● أسماء الفائزات في مسابقة العدد السابق (صفحة ١٤)

# تراحيب

## نسائم الشّام

هي نسائم شاميّة الهوى والمنشأ، أنثويّة القلم،  
تحمل همّ كلّ امرأة فتاةً و أمّاً ومرّبيّةً و معلّمةً،  
تشدّ على يدها، وتصبها في طريقها.

## نسائم الشّام

نسائم تهبّ محمّلة بعبير الياسمين، تنتقل بين  
بساتين تراثنا، وأزاهير معاصرتنا، فتتزوّع عطراً يخالط  
القلب، فيزيد الإيمان ويقرب من الدّيان.

كالمطر تأتي تراحيبنا  
ريّاً تسقي عطش القلوب

رئيسة التحرير

أ.أروى الحجّي

للتواصل عبر بريد المجلة:

[nasayim@hayatassoc.com](mailto:nasayim@hayatassoc.com)

[f](#) [t](#) [i](#) hayat.assoc



مجلة دورية تصدر عن جمعية حياة

العدد الثامن / صفر ١٤٤٥ هـ - أغسطس ٢٠٢٣ م

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وعلمن أن كل مصيبة سيكون بعدها خير كبير،  
وأيقن بالأجر والجزاء العظيم من الله.  
فيا أيتها المؤمنة المُبتلّاة: اعلمي أن الله اختارك  
لهذا الابتلاء اختياريًا، وأن الابتلاء ليس خاصًا بك  
وحدك، ففي كل بيت ابتلاء، وإن الابتلاء الحقيقي  
الذي نخشاه وندعو الله ألا يُرينا إيّاه هو الابتلاء في  
الدّين، فما دام القلب معلقًا بالله، فلتحمدي الله عزّ  
وجلّ، وأيقني تمام اليقين أن الله معك، وسيُبدل  
يأذنه تعالى حزنك فرحًا، وألمك سعادة.

منذ أن خلق الله البشريّة والابتلاءات تتوالى على  
النّاس فرادى وجماعات عقوبةً للكافر وتمحيصًا  
للمؤمن، فلا مفرّ لأحدٍ من هذا، قال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ  
بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ  
وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ [البقرة: 100]

إلا أن الفارق أن من رَضِيَ فله الرّضا ومن سخط فله  
السّخط، ومن تمعّن في حجم الدّنيا مقابل الآخرة،  
وعظم أجر المبتلى في الآخرة؛ هانت عليه مصيبتة، قال  
رسول الله ﷺ: "يُودُّ أَهْلُ الْعَافِيَةِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حِينَ  
يُعْطَى أَهْلُ الْبَلَاءِ الثَّوَابَ لَوْ أَنَّ جُلُودَهُمْ كَانَتْ فُرِضَتْ  
فِي الدُّنْيَا بِمَقَارِبِصَ"، وذلك لعظم ما يرون من نعيم  
أهل الابتلاء.

ولم يكن الابتلاء خاصًا بجنس الرّجال فقط، بل كان  
عامًا شاملًا للنساء كذلك وهن اللواتي وصفهنّ  
رسول الله ﷺ بالقوارير، فمع رقّة مشاعرهنّ  
وأحاسيسهنّ إلا أن المرأة قد تبتلى في نفسها أو  
زوجها أو ولدها، وكم رأينا وسمعنا قصصًا تجلّى  
فيها الصّبر والقوّة الإيمانيّة من نساء فقدن  
عوائلهنّ أو أطرافهنّ في الزلزال الأخير، أو فيما قبله  
من أحداث الثورة، وما زلن  
يعانين آثار ذلك حتّى الآن،  
إلا أنهنّ لا يفترن عن  
الحمد والشّكر والذّكر،  
فقد علمن أن الله كتب  
ذلك عليهنّ قبل أن يُولدن  
من بطون أمّهاتهنّ،

# شلال التور

ذروتها فهم يتطلعون إلى "نصر الله" فحسب، إذ ضاقت السبل، وانقطع الرجاء من كل شيء سوى الله، فالمصائب سنة من سنن الحياة، فإما الصبر بالفوز، وإما الجزع بالخسران.

فلا تشغلي نفسك بـ ﴿مَتَى نَصْرُ اللَّهِ﴾؟ فإن نصر الله قريب، والأهم أن تسألي: **هل أنت على الحق أم على الباطل؟!** فقد يغيب النصر فلا ترينه ولا يراه من هو خير منك؛ إلا إنه قريب.

**فتحمل المنغصات، وجاهدي واصبري، فأنت للجنة تعملين، واعلمي أن الأوجاع درب من دروب الجنة، فواسي قلبك المكلوم بهذه الآية.**

ويا ويح من يصبر على الضراء ويفشل عند "الزعزعة"، فالزلزلة والزعزعة هي آخر "أسلحة" العدو، وأولى مراحل "الفرج"، فاليسر لا يكون إلا في الساعات الأخيرة من اشتداد العسر، وحينما تمرّ سحابة اليأس على قلبك، فاعلمي أن الفرج قريباً يقرب بابك.

اصبر قليلاً فبعد العسر تيسير

وكل أمر له وقت وتديبر

قال تعالى: ﴿أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَاءُ وَزُلْزَلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾ سورة البقرة: ٢١٤

هكذا خاطب الله الجماعة المسلمة الأولى، فوجهها إلى تجارب الجماعات المؤمنة قبلها، وإلى سنته سبحانه في تربية عباده المختارين، الذين يكل إليهم رايته، وينوط بهم أمانته في الأرض ومنهجه وشريعته، وهو خطاب مطرد لكل من يُصطفى لهذا الدور العظيم.

وإنها لتجربة عميقة جليلة مرهوبة، إن هذا السؤال من الرسول والذين آمنوا معه: **"متى نصر الله؟"** ليصور مدى المحنة التي زلزلت مثل هذه القلوب، فانبعث منها ذلك السؤال المكروب: **"متى نصر الله؟"**

وعندما ثبتت القلوب على مثل هذه المحنة المزلزلة، تمت كلمة الله وجاء الفرج: ﴿أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾.

إنه مدخر لمن يستحقونه، ولن يستحقه إلا الذين يثبتون حتى النهاية، يثبتون على البأساء والضراء، الذين يصمدون وقت الزلزلة، الذين يستيقنون أن لا نصر إلا نصر الله، وعندما يشاء الله، وحتى حين تبلغ المحنة



## ﴿فَلَيْتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ﴾

### السؤال:

يحدث أن تمرّ بعض النساء بظروف خارجة عن المعتاد كما حصل قبل مدّة أثناء الفرار من الزلزال، من قبيل الاضطرار للبقاء خارج البيت أو عدم الاستقرار في مكان معيّن، فقد توالى العديد من التساؤلات: كيف سنتوضأ مع قلة الماء والاحتياج له للشرب أو برودته الشديدة؟ كيف سنغتسل من الحيض أو النفاس أو الجنابة خصوصاً ونحن نعيش في خيام، والاعتسال والوضوء صعب في مثل هذه الظروف، فلا مكان نستتر فيه، كما أنّ الاعتسال أحياناً ثمّ الخروج يلفنا الهواء البارد قد يعرضنا للمرض؟ وهل يمكننا جمع الصلوات ونحن نواجه هذي المشاق؟ نرجو الإجابة.

### الجواب وبالله التوفيق:

إنّ ديننا يسر ولم يجعل علينا من حرج، ولا يكفّ الله نفساً إلا وسعها، فإن استطعتم توضؤوا لكلّ فريضين معاً بأن تؤخّروا الظهر لآخر وقته فتصلّونه قبل أذان العصر، ثم يؤدّن العصر فتصلّونه بنفس الوضوء، ويُفعل مثله في صلاتي المغرب والعشاء، وهو ما يُسمّى بالجمع الصوريّ، وإن لم تتمكنوا من الوضوء أو الاعتسال بسبب انكشاف عورة المرأة وعدم وجود مكان يسترها، أو للعجز عن استعمال الماء للوضوء أو الغسل لعدمه، أو لندرته وعدم كفايته وحاجة الشخص له للشرب، أو لبرودته وحصول الضرر من استعماله مع عدم التمكن من تسخينه؛ فقد شرع الله لعباده التيمّم، ويكون ذلك بأن يضرب المراء التراب الطاهر-أو ما يقوم مقامه ممّا هو من أصل الأرض كالبلط ونحوه- ضربة واحدة يمسح بها وجهه وكفّيه، ناوياً به رفع الحدث الأكبر (الغسل) أو الحدث الأصغر (الوضوء). والله تعالى أعلم وأحكم..





نيل

وفرات

• الحمد لله، هذه بشارة خير، وماذا رأيت أيضًا؟  
• كانت تلعب بالقرب من أمها التي كانت ترقبها بعينها،  
• ووجهها الباسم قد ازداد إشراقًا وجمالًا. رحمها الله يا  
• أمي! كم أشتاق إليها!  
• أجهشت نور بالبكاء، فتنهدت فرات، وطولت إخفاء  
• دموعها لكنّها لم تستطع، فقد فقدت صديقتها كذلك،  
• والدة نور، وقالت: رحمهما الله وأسكنهما فسيح جنّاته يا  
• شام، فلنكثر من الدعاء لهما.  
• وفي اللحظة نفسها اقترب نيلٌ منهما فوجدهما على  
• هذه الحال:

• ما خطبكما؟  
• رأيت صديقتي نور الليلة، وعندما ناديتها لتلعب معي  
• ركضت نحو أمها، ثم اختفت ولم أعد أراها.  
• مسح نيل على رأسها وضّمها إليه، وبدأ شريط الذكريات  
• يمرُّ أمام عينيها، فهي لم تنس مشهد صديقتها المقرّبة  
• وأمها ممدّتين على الأرض، وقد فارقتا الحياة بعد  
• انتشارهما من تحت الأنقاض وآثار الدّماء والتراب على  
• وجهيهما وثيابهما.  
• آه يا ربي، ماذا أفعل؟  
• حبيبتي شام، هوّني عليك يا بنيّتي، قدّر الله وما شاء  
• فعل، إنّنا لله وإنا إليه راجعون.  
• أحضرت لك اليوم رسالة من الشيخ محمّد بعد أن أخبرته  
• بأسئلتك، فكتبها بخطّ يده، ما رأيك أن نقرأها معًا؟

## فتحت شام الرّسالة..

«من محمّد إلى الابنة الغالية شام:

الحمد لله على قضائه وقدره، جميعنا عشنا هذا الأسبوع  
بين الألم والخوف والحزن، وكان الصّغار والكبار يردّدون  
بعضًا من أسئلتك:  
• أين أصدقاؤنا؟ لماذا ماتوا؟ لماذا حصل الزلزال؟ هل  
• يحبّنا الله؟ وهل الله غاضب منّا؟  
• قبل أن أجيبك يا ابنتي أريد منك أمرًا، أحضري مصحفك،  
• وافتحيه على سورة الكهف، واقرئي الآيات من ٦٠ إلى ٨٢،  
• ثم عودي وأكملي قراءة ما كتبت لك..  
• هيّا يا ابنتي، افعلي ما طلب منك الشيخ.

وقفت شام تتأمل شجرة ورد الجوريّ والدّموع  
تساقط على خديها، اقتربت منها أمها فرات  
ومسحت على شعرها:

• حبيبتي لا تبكي، أرجوك..  
• أتذكرين يا أمي عندما زرعنا أنا ونور هذه الشّجرة؟  
• وكم كانت متلهّفة لترى ورد الجوريّ الجميل؟  
• نعم..

• لقد رأيتها اليوم في منامي وكانت في غاية  
• السّعادة، لم تظهر عليها علامات التّعيب ولا الجوع  
• كما كنت أظنّ.



كالجسد الواحد، وكان الرجال يواصلون العمل بالليل والنهار لإنقاذ إخوانهم ومساعدة المتضررين، كم من أجور وحسنات فاز بها الناس لبذلهم وعطائهم!

كم من بعيد عن الله عاد ورجع واستغفر؟  
وكم من درجات علت بتجديد الإيمان والعهد مع الله؟  
ولك عندي بشارتان من حبيبنا محمد ﷺ تخصان صديقتك نور رحمها الله ومن مات مثلها.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «الشُّهَدَاءُ خَمْسَةٌ: الْمَطْعُونُ، وَالْمَبْطُونُ، وَالغَرِيقُ، وَصَاحِبُ الْهَدْمِ وَالشَّهِيدُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ»، وَكُلٌّ مِنْ مَاتَ فِي الزَّلْزَالِ صَاحِبُ هَدْمٍ، وَرَجُوهُ اللَّهُ أَنْ يَبْلُغَهُمْ مَنَازِلَ الشُّهَدَاءِ، فَلَعَلَّ اللَّهَ اخْتَارَ لَصَدِيقَتِكَ الْمَوْتَ بِالْهَدْمِ لِيَرْفَعَ لَهَا دَرَجَاتِهَا فِي الْجَنَّةِ، وَتَكُونَ بِرِفْقَةِ الْأَنْبِيَاءِ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ، وَقَدْ لَا تَنَالُ هَذَا الْأَجْرَ إِنْ عَاشَتْ.  
أما البشارة الثانية: لن ينقطع عمل صديقتك، وستزداد حسناتها إذا داومت على الدعاء لها ،

أسرعت شام وأحضرت المصحف وفتحت على السورة، ثم قرأت الآيات بهدوء وتأمل، ثم عادت متحمسة لتعرف ماذا كتب الشيخ لها.

«هذه الآيات العظيمة تحدتت عن قصة موسى عليه السلام والرجل الصالح. لقد أمر الله موسى عليه السلام بمرافقة هذا الرجل الصالح ليتعلم منه، لكنه لم يدرك الحكمة من أفعاله، فكان يسأله ويراجعه فيما يفعل، وذكرت القصة ثلاث حوادث:

خرق سفينة المساكين التي لا يملكون غيرها، وهي باب رزقهم الوحيد؛ لتسلم من يد السلطان الظالم الذي كان يغصب السفن الصالحة.

وقتل الغلام ليبدل الله به والديه ولدًا بارًا صالحًا خيرًا منه. وأخيرًا بناء الجدار؛ ليحفظ مال اليتيمين أبناء الأب الصالح.

وكثيرة هي يا صغيرتي أقدار الله التي نجهل الحكمة منها، ونسأل عن أسبابها ولا نجد جوابًا. وهذه هي الحياة الدنيا، خلق الله الموت والحياة ليختبرنا ويرى أيُّنا أحسن عملًا، وما علينا إلا أن نكون خير عباد الله في الأرض، وأن نؤمن بالله ونسلم لقضائه وقدره، وإذا حانت ساعة الامتحان أن نكون من الفائزين والتاجحين.

وما الزلزال إلا آية من آيات الله يخوف بها عباده، فيزداد المؤمنون إيمانًا بقدرة الله وعظمته، وتسليمًا لأمره، ويتذكر المقصرون والعاصون لقاء الله فيتوبون ويعودون إليه، وله فيها حكم كثيرة في تدبير حياة الناس وعلومهم وأرزاقهم.

لو رأيت ما رأيت يا شام من صور تعاون الناس وبذلهم وعطائهم وعودة المحبة والترابط بينهم، كانوا



وختامًا أقول لك يا بنيّتي:

الحمد لله على قضائه وقدره، ورحم الله صديقتك وجميع إخواننا المسلمين الذين توفّاهم الله في هذا الزلزال، وبلّغهم منازل الشهداء، ولا تتردّدي في السؤال، واجعلي من القرآن العظيم صاحبًا لك؛ لأنّه أعظم رسالة من الله الرّحمن الرّحيم لعباده، يرشدهم ويهديهم ويطمئن قلوبهم».

نظرت شام لأبويها وتنهدت، ثمّ ابتسمت وقالت لهما: أمّا عن سؤال الشّيخ الأخير؛ فقد قرّرت أن أتصدّق بما جمعته من الأطعمة والمشروبات والألعاب التي كانت تحبّها نور على الأطفال في مركز الإيواء، وأمّا باقي الأسئلة فهل يمكنكم مساعدتي؟

ابتسم الأبوان وضما شام، وقالت فرات:

طبعًا، وسأحكي لك اليوم قصّة يوسف عليه السّلام. شكّرًا أبي، شكّرًا أمّي، وجزى الله الشّيخ محمّد خيرًا، والحمد لله على قضائه وقدره، ورحم الله نورًا وأمّها وجميع أموات المسلمين.

فعن أبي هريرة رضي الله عنه أنّ رسول الله ﷺ قال: «إذا مات ابن آدم؛ انقطع عمله إلّا من ثلاث: صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له».

ولا تخافي عليها ولا تحزني، فقد انتقلت إلى رحمة الله، ولا تحتاج منك إلّا الدّعاء الذي سيسعدّها ويؤنسها في قبرها ويملؤه نورًا.

والآن يا صغيرتي جاء دوري لأسألك:

هل قرأت من قبل قصّة يوسف عليه السلام؟

هل رأيت عظيم قدرة الله في الزلزال وكيف يحرك الأرض ولم؟

هل رأيت جنينًا من قبل كيف يعيش في بطن أمّه؟ قولي لي، من يطعمه ويسقيه؟ كيف يتنفّس؟

هل تحفظين الدّعاء الوارد عن الرّسول ﷺ للأموات؟

وأخبريني أيضًا ماذا فعلت لأخواتك وصديقاتك اللاتي تضررن من الزلزال؟







## ماشطة بنت فرعون

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: "لَمَّا كَانَتْ اللَّيْلَةُ الَّتِي أُسْرِيَ فِيهَا، أَتَتْ عَلِيَّ رَائِحَةً طَيِّبَةً، فَقُلْتُ: يَا جَبْرِيلُ، مَا هَذِهِ الرَّائِحَةُ الطَّيِّبَةُ؟ فَقَالَ: هَذِهِ رَائِحَةُ مَاشِطَةَ ابْنَةِ فِرْعَوْنَ وَأَوْلَادِهَا، قَالَ: قُلْتُ: وَمَا شَأْنُهَا؟ قَالَ: بَيْنَا هِيَ تُمَشِّطُ ابْنَةَ فِرْعَوْنَ ذَاتَ يَوْمٍ، إِذْ سَقَطَتْ الْمِدْرَى مِنْ يَدَيْهَا، فَقَالَتْ: بِسْمِ اللَّهِ، فَقَالَتْ لَهَا ابْنَةُ فِرْعَوْنَ: أَبِي؟ قَالَتْ: لَا، وَلَكِنْ رَبِّي وَرَبُّ أَبِيكَ اللَّهُ، قَالَتْ: أَخْبِرْهُ بِذَلِكَ! قَالَتْ: نَعَمْ، فَأَخْبَرْتُهُ، فَدَعَاهَا فَقَالَ: يَا فُلَانَةَ، وَإِنَّ لَكَ رَبًّا غَيْرِي؟ قَالَتْ: نَعَمْ، رَبِّي وَرَبُّكَ اللَّهُ، فَأَمَرَ بِبَقْرَةٍ مِنْ نَحَائِسِ فَأُخْمِيَتْ، ثُمَّ أَمَرَ بِهَا أَنْ تُلْقَى هِيَ وَأَوْلَادُهَا فِيهَا، قَالَتْ لَهُ: إِنَّ لِي إِلَيْكَ حَاجَةً، قَالَ: وَمَا حَاجَتُكَ؟ قَالَتْ: أُحِبُّ أَنْ تَجْمَعَ عِظَامِي وَعِظَامَ وَلَدِي فِي تَوْبٍ وَاحِدٍ وَتَدْفِنْتَنَا، قَالَ: ذَلِكَ لَكَ عَلَيْنَا مِنَ الْحَقِّ، قَالَ: فَأَمَرَ بِأَوْلَادِهَا فَأُلْقُوا بَيْنَ يَدَيْهَا وَاحِدًا

وَاحِدًا إِلَى أَنْ انْتَهَى ذَلِكَ إِلَى صَبِيِّ لَهَا مُرْضِعٍ، وَكَانَتْهَا تَقَاعَسَتْ مِنْ أَجْلِهِ، قَالَ: يَا أُمَّه، اقْتَحِمِي فَإِنَّ عَذَابَ الدُّنْيَا أَهْوَنُ مِنْ عَذَابِ الْآخِرَةِ، فَأَقْتَحَمَتْ".

حديث حسن

قصة قصها علينا أصدق خلق الله ﷺ عن امرأة صالحة، لم يحفظ التاريخ اسمها، لكنه حفظ فعلها، وأعلى شأنها، مع أنها لم تكن سوى ماشطة في قصر فرعون، سُميت بالماشطة لعملها في تمشيط بنات فرعون، وهي خادمتهن ومربيتهن، وقد آمنت بموسى عليه السلام، وأُخفَّت إسلامها مع غيرها ممن آمن كآسيا زوجة فرعون ورجل آخر من أهله يكتمون إيمانهم خوفًا منه.

وفي يوم من الأيام وهي تمشط ابنة فرعون، وقعت المِدرَى (المشط) من يدها، ومهما حاول الإنسان أن يكتفم ما في نفسه خرج منه ولا بد ما يشير إلى ما انطوت عليه هذه النفس، فقالت وهي تتناول المِدرَى من الأرض: "بسم الله"، فالتفتت إليها ابنة فرعون متعجبة: "ماذا قلت؟!"، قالت: "قلت بسم الله"، قالت:



"تقصدين أبي؟"، قالت الماشطة: "لا، بل ربي وربك ورب فرعون، الله رب العالمين"، فأخبرتها أنها ستخبر أباه فلم تبال بها، ولم تتوسلها الكتمان، بل قالت: "أخبريه!".

واستشاط فرعون غضبًا، إذ كيف يوجد في قصره من يعبد غيره؟ وأمر بإحضارها، وأدخلت مجلسه، فنظر إليها نظر المغضب وقال: "يا ماشطة، أو لك ربٌ غيري؟"، فقالت: "ربي وربك الله".  
لله ما أعظم ثباتها أمام هذا الطاغية! قال تعالى: "يَنْبَتُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ"، وازداد غضب فرعون، وطالبها بالرجوع عن دينها، وهدها، إلا أنها آبت أن ترتد عن الإسلام.

**(فَأَمَرَ بِبَقْرَةَ مِنْ نَحَاسٍ فَأُخْمِيتُ):** جاؤوا بقدرٍ كبيرٍ واسعٍ ذي

حرارةٍ شديدةٍ، وسمِّي (بقرة) إمَّا  
لأنه: مَصُوغٌ على شكلِ بقرة، أو  
هو وصفٌ لِسَعِيتهِ مشتقٌّ

من التَّبْقُر، وهو التَّوَسُّع، أو لأنه كان قَدْرًا يَسَعُ  
بقرة تامّة يتوايلها فسمي بذلك.

ووضعوا في القدر زيتًا وأشعلوا تحته النار حتى  
غلى الزيت، ثم أوقفها أمام القدر لترى العذاب  
بعينيها، إلا أنها أقبلت عليه طمعًا في  
الشهادة، أراد فرعون زيادة قهرها بتعذيب  
أبنائها بين يديها طائناً أن عذابهم سيردها أو  
يجعلها تتوسل إليه، إلا أن قوة إيمانها غلبت  
كل شيء، وآثرت لأبنائها الحياة الأخرى.

جرّ الجنود أكبرهم، يا الله! تخيلوا حالها، والطفل  
ينظر ويكي ويستنجد، الأمر فظيع، والموقف  
رهيب، والناس ينظرون، أيتها الماشطة  
تراجعي، كلمة تنقذ الأطفال، لا والله!  
ورمي الطفل في الزيت المغلي، عيناها تنظران،  
قلبيها يتفطر، كبدها يتمزق، هل تجاريهم؟ هل  
تخضع لغرورهم لتنقذ فلذة كبدها؟ لا، لا، بل  
تصبر نفسها، ويربط الله تعالى على قلبها، فهو  
معها يسمع ويرى.

سكت الطفل وطففت العظام، أمرها  
فرعون مرّة أخرى بالكفر لكي يعفو عن  
البقية، فأبت، أمر بابنها الثاني، ثم الثالث ثم  
الرابع الصّغير المتعلّق بثيابها وقد بلّلتها  
بالدموع، وهي صامدة.

لم يبق سوى طفل رضيع على ثديها لم  
ينطق بعد في شهوره الأولى،  
تدأق عليها جند فرعون، وانتزعوا  
ما بقي من كبدها، انتزعوا منها  
رضيعها وبدأ الصّغير بالبكاء،  
فانهارت الأم ودموع الرضيع تملأ  
يديها، دارت بها الدنيا، غابت في  
ظلمة وكادت أن تُرضي فرعون



بكلامها، كادت أن تغير رأيها من أجل طفلها، لجأت إلى الله بذلّها وانكسارها وفجيعتها بأولادها، فكانت الكرامة غير المتوقّعة، آية من آيات الله تعالى يثبّت بها وليّة من أوليائه، فينطقُ الله الصّبيّ ليثبّت أمّه على الحقّ والإيمان، ليقول كلمته الأولى والأخيرة: "يا أمّاه، اصبري، فإنّك على حقّ". لم يطلب منها ألاّ تحزن عليه، بل أنطقه بحكّمة، حكمة كم نحن بحاجة لها: "إنّ عذاب الدّنيا أهون من عذاب الآخرة"، وانقطع صوته بعد أن ألقوه في الزيت المغلي، تفتّتت أعضاؤه، وذاب لحمه، ثمّ رأت عظامه الصّغيرة تطفو مع عظام إخوته على سطح الزيت، وبقيت هي، فاندفع جنود فرعون نحوها، وسحبوها تجاه القدر، وقبل أن تُرمى في الزيت التفتت إلى فرعون قائلة له: "لي إليك حاجة"، فردّ عليها: "ما حاجتك؟"، لم يكن طلبها استعطافًا أو تذللًا أو خنوعًا، بل قالت: "إذا أحرقتني في الزيت أن تجمع عظامي وعظام أطفالي وتضعها في كفن واحد، وتدفننها في قبر واحد".

وكعادة الطّغاة في تجميل صورتهم وافق على طلبها، وأقبلت إلى الموت ثابتة غير خائفة وقد علمت أنّها ستدخل الجنّة، وأنّ الله تعالى راضٍ عنها، وألقى بها الجنود في الزيت، ثمّ دفنت عظام الجميع في قبر واحد،

﴿وَمَا نَقَمُوا مِنْهُمْ إِلَّا أَنْ يُؤْمِنُوا بِاللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ﴾ [البروج: ٨]

إنّا لله وإنا إليه راجعون، قال تعالى: ﴿أَحْسَبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ\* وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَنَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ سَدَقُوا وَلَيَعْلَنَنَّ الْكَاذِبِينَ﴾ [العنكبوت: ٢-٣]

أمام هذا الطّاغية وقفت امرأة سطر اسمها بحروف من نور، وانتشر صنيعها في الأرض، وفاح طيب ريحها في السّماء، تحوّلت رائحة الاحتراق إلى رائحة زكية شمّها نبينا الكريم في معراجها، فوصفها بالرائحة الطّيبة.

أحيّاها الله تعالى في السّماء مع الأنبياء، قال تعالى: ﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أحياءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ﴾ [آل عمران: ١٦٩]، أمّا فرعون وجنده فقد أخذهم ربّهم أخذ عزيز مقتدر، وأهلك الله الطّاغية وجنده، يصطلون في النّار غدواً وعشيا، قال تعالى: ﴿النّارُ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا غُدُوًّا وَعَشِيًّا وَيَوْمَ تَقُومُ السّاعَةُ أَدْخِلُوا آلَ فِرْعَوْنَ أَشَدَّ الْعَذَابِ﴾ [غافر: ٤٦]



# سوء التّغذية عند الأطفال

د. زينب عربوب

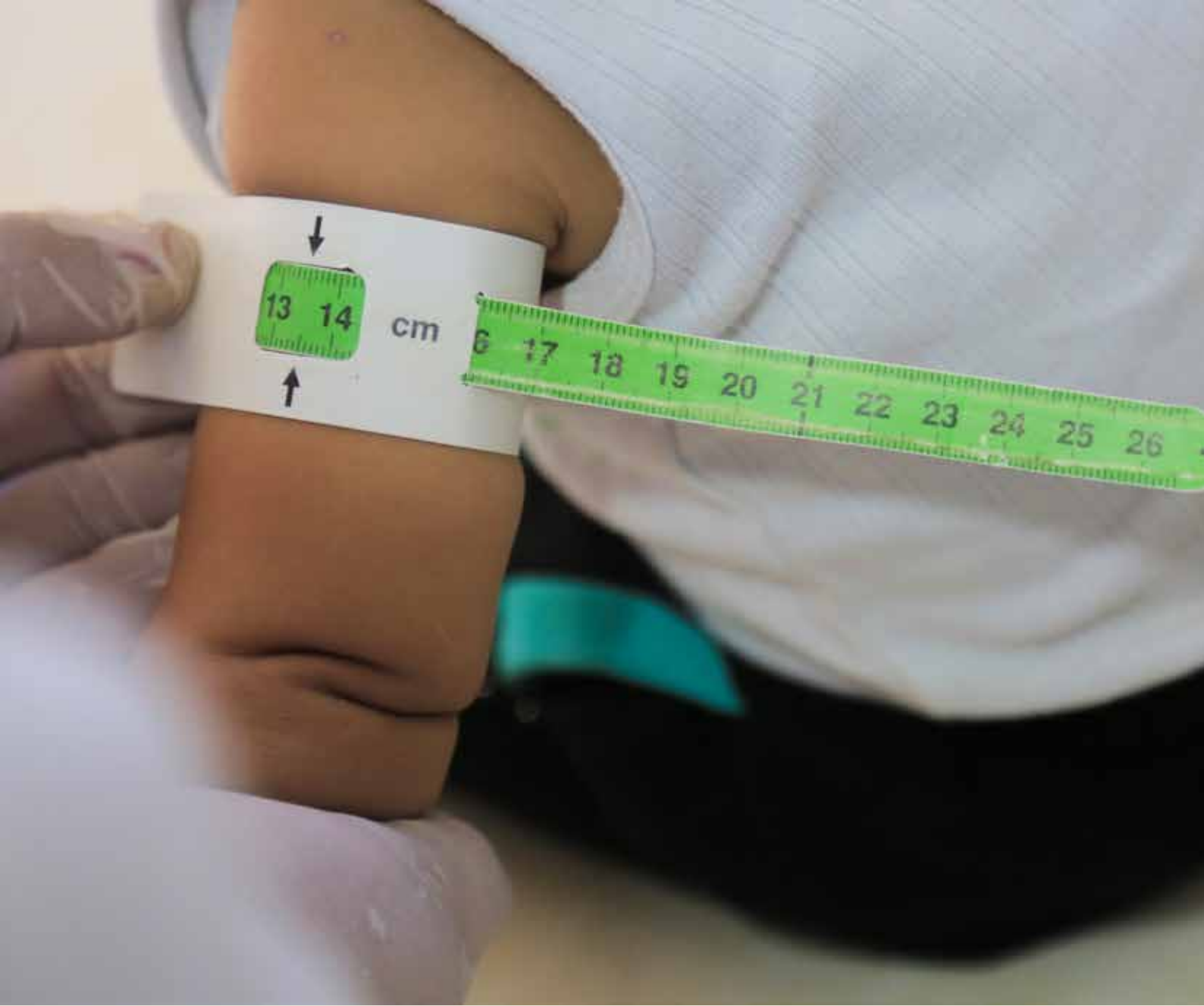


سوء التّغذية هو نقص التّوازن أو عدمه في مدخول الطّاقة لدى الطّفل نتيجة لعدم تناوله الغذاء الصّحيّ الكافي من نشويّات وبروتينات ودهون وفيتامينات ومعادن. يتعرّض الأطفال الرّضع والأطفال في طور النّمو لمخاطر سوء التّغذية أكثر من غيرهم، إذ تبدو مظاهره في:

- قلة السّهية
- ضعف التّركيز
- فقدان الوزن
- الشعور بالبرد
- عدم التّئام الجروح بسرعة
- تكرّر الإصابة بالأمراض
- عدم الاهتمام بالطّعام والشّراب
- بالإضافة إلى المزاج المنخفض والاكتئاب

وإذا ساءت الحالة أكثر بدأ تأخّر النّمو، والتّقرّم، وضعف الجهاز المناعيّ، وخطر الإصابة بهشاشة العظام. يشخّص سوء التّغذية بإجراء تحاليل للدم لمعرفة العناصر النّاقصة فيه وخاصّة الحديد، وهناك تشخيص يعتمد على قياس الوزن والطّول ومحيط منتصف العضد. وقد يبدو على الطّفل الهزال وهو نقص الوزن بالنّسبة للطّول، أو التّقرّم وهو قصر القامة بالنّسبة للعمر.





والبطاطا والخضار والفواكه، وقدر من اللحم  
والسمك والبيض والأجبان.

هناك سوء تغذية من نوع آخر سببه الإفراط في  
التغذية، إذ ظهرت لدى المجتمعات الغنيّة  
وغيرها أطعمة كالوجبات السريعة، والحلويات  
كثيرة السكر والدهون، ومشروبات الطاقة،  
وهي وإن كانت قليلة التكلفة بالنسبة لهم إلا  
أنها قليلة التغذية، ولا تحتوي على الفيتامينات  
ولا على العناصر الغذائية المفيدة، بل تؤدّي مع  
قلّة الحركة إلى تراكم الشحوم في الجسم  
والسمنة، وكم في السمنة من مخاطر!

من الضروريّ توفير التّغذية الجيّدة للأمّ الحامل؛  
لأنّ نقص الغذاء عندها يؤدّي إلى نقص نموّ الجنين  
داخل الرّحم، والاهتمام بتغذية الطّفل يبدأ من  
بداية الحمل حتّى عامه الثّاني، ثمّ بالرضاعة  
الطّبيعيّة، فتقلّ حينها حالات سوء التّغذية  
للمولود والطّفل لأنّ في لبن الأمّ ما يكفيه بإذن  
الله من موادّ غذائيّة كاملة ومضادات حيويّة  
ومضادّات حساسيّة.

تعالج حالات سوء التّغذية بالتركيز على الأغذية  
الغنيّة بالطّاقة كالخبز الأسمر، والمعكرونة  
المصنوعة من القمح الكامل، والأرز البنيّ،

حمى الله أجيالنا من كلّ سوء، ومنّ علينا وعليهم بالعافية.



## من حكايا التّكّيّة

### من طرائف البخلاء

**يقول مدرّس:** في بداية عملي كمدرّس عملت في إحدى القرى، كان أهالي الطّلاب يدعونني إلى الغداء، وكانوا في غاية الكرم، وفي أحد الأيام جاءني طالب وأخبرني أنّ والده يدعوني لتناول الغداء في بيتهم فقبلت دعوته، وفي طريقي إلى بيته قابلني أحد طلابي وحدّثني أنّ والد زميله بخيل إلى درجة لا توصف، لم أعر كلامه اهتمامًا وتابعت طريقي، ولما وصلتُ استقبلني والد الطّالب بالترحاب، وأدخلني غرفة المضافة وطلب من زوجته إحضار الطّعام، فلما جاءت به فوجئتُ بأنّ الغداء عبارة عن صحن من البرغل مع وعاء لبن وحسب! وقال لي الوالد: تفضل يا أستاذ!

أنا لا أحبّ البرغل، ولا أتناوله إطلاقًا، ولكنّي خجلتُ من الرّجل فأمسكت الملعقة، وصرت أتناول القليل من البرغل مع اللّبن، بعد قليل دقّت زوجة الرّجل الباب وقالت لزوجها: هل أحضر الدّجاج؟

فأجابها: لا، ما زلنا نأكل البرغل.

كنت جائعًا في الحقيقة، فقلت له:

دعها تحضر الدّجاج.

فرمقني بنظرة قاسية ولم يتكلم!

بعدها بقليل دقّت الزّوجة الباب ثانية وقالت:

هل أحضر الدّجاج؟

فقال لها: لا، اصبري قليلًا.

وأملًا في أن يؤتى بالدّجاج قلت للرّجل:

لقد شبعْتُ الحمد لله، بارك الله فيك، شكرًا لك.

فقال لي: العفو، هذا واجبنا يا أستاذ.

وإذا به ينادي زوجته ويقول:

أحضري الدّجاج.

حقيقة دهشت واستغربت كثيرًا، وقلت لنفسي:

الآن بعد أن مللنا الانتظار يُحضّر الدّجاج؟!!

**ولكن دهشتي كانت أكبر لما رأيت زوجة البخيل تُدخل دجاجًا حيًّا إلى المضافة، وأخذ الدّجاج يلتقط حبات البرغل التي بقيت على المائدة!**

### في حصول الخلد على رزقه

وأيّ شيء أعجب من الخلد! وكيف يأتيه رزقه، وكيف يهيئ الله له ما يقوته وهو أعمى لا يبصر، وأصم لا يسمع، وبليد لا يتصرّف، وأبله لا يعرف! ومع ذلك أنّه لا يجوز باب جحره، ولا يتكلّف سوى ما يجلب إليه رازقه ورازق غيره.

كتاب الحيوان

### قيل في ترتيب حسن المرأة

إذا كانتَ بِهَا مَسْحَةٌ مِنْ جَمَالِ فَهِيَ وَضِيئَةٌ وَجَمِيلَةٌ، فإذا أُشِبَّ بِبَعْضِهَا بِبَعْضِ فِي الْحُسْنِ فَهِيَ حَسَانَةٌ، فإذا اسْتَعْنَتْ بِجَمَالِهَا عَنِ الزَّيْنَةِ فَهِيَ غَانِيَةٌ، فإذا كَانَتْ لَا تُبَالِي أَنْ لَا تَلْبَسَ ثَوْبًا حَسَنًا وَلَا تَتَقَلَّدَ قِلَادَةً فَالزَّوْجَةُ فَهِيَ مَعْطَالٌ، فإذا كَانَ حُسْنُهَا تَابِتًا كَأَنَّهُ قَدْ وُيِّسَ فَهِيَ وَسِيمَةٌ، فإذا فُيِّسَ لَهَا حَظٌّ وَافِرٌ مِنَ الْحُسْنِ فَهِيَ قَاسِيَةٌ، فإذا كَانَ النَّظَرُ إِلَيْهَا يَسُرُّ الرُّوعَ فَهِيَ رَائِعَةٌ، فإذا غَلَبَتِ النِّسَاءُ بِحُسْنِهَا فَهِيَ بَاهِرَةٌ.

كتاب فقه اللغة وسرّ العربيّة

## شعر

وَكَمْ لِلَّهِ مِنْ لُطْفٍ حَفِيٍّ      يَدِقُّ حَفَاهُ عَنِ فَهْمِ الذَّكِيِّ  
وَكَمْ يُسِرُّ أُنَى مِنْ بَعْدِ عُسْرِ      فَفَرَّجَ كُرْبَةَ الْقَلْبِ الشَّجِيِّ  
وَكَمْ أَمْرٍ تُسَاءُ بِهِ صَبَاحًا      وَتَأْتِيكَ الْمَسْرَّةُ بِالْعَشِيِّ  
إِذَا ضَاقَتْ بِكَ الْأَحْوَالُ يَوْمًا      فَتَثِقُ بِالوَاحِدِ الْفَرْدِ الْعَلِيِّ  
وَلَا تَجْرَعُ إِذَا مَا نَابَ حَطْبٌ      فَكَمْ لِلَّهِ مِنْ لُطْفٍ حَفِيٍّ

علي بن أبي طالب

## المربع

[www.bigjpg.com](http://www.bigjpg.com)

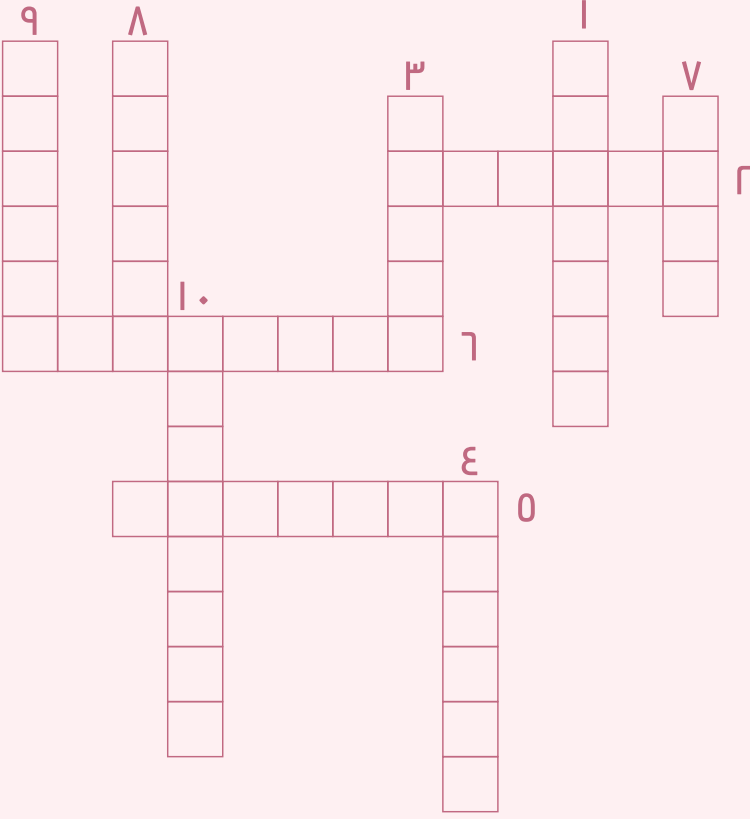
إن أردت زيادة دقّة صورة وتكبيرها دون أن تفقد جودتها، فيمكنك رفع الصّورة على هذا الموقع الذي يعمل بالدّكاء الاصطناعيّ وهو سينجز المطلوب، كما سيزيل النّشويش في الصّورة.

[www.alternativeto.net](http://www.alternativeto.net)

إذا كنت تحتاجين برنامجًا معيّنًا غير مجانيّ، فيمكنك وضع اسم البرنامج في هذا الموقع وسيأتي لك بجميع البرامج المشابهة له، وأغلبها مجانيّ.

## كلمات متقاطعة

١. أحد الأئمّة الأعلام، وصاحب مذهبٍ فقهيّ.
٢. جدول الماء المتساقط من مستوى مرتفع إلى منخفض.
٣. إلى أين كانت رحلة الصّيف لقريش؟
٤. هو قطعة من البحر تدخل في البرّ.
٥. نوع من أنواع الحليّ ترتديه المرأة في قدمها للزينة.
٦. كم مرة حجّ النّبّي صلّى الله عليه وسلّم؟
٧. ما يكون حول العنق من اللباس والهندام.
٨. لقب نبيّ الله إسماعيل عليه السّلام.
٩. نقيض النّوم والغفلة.
١٠. نوع من أنواع الزهور.



## مسابقة التّكيّة

١. ما لقب الصّحابي الجليل **حنظلة بن عامر** رضي الله عنه؟
٢. ما اليوم الذي يكفّر السنّة الماضية لمن صامه، ونجّى الله فيه موسى عليه السلام؟

### أسئلة من العدد السّابع

١. على ماذا اعتمد الكاتب في انتشار ظاهرة الهشاشة النّفسيّة لدى شباب اليوم، وما هي أبرز صورها؟
٢. يعتمد اختيار الشّخص المناسب للعمل على أساسين، فما هما؟ واذكري اسم المقال.

يمكنك البحث عن الإجابات على الرّابط التّالي



### أسماء الفائزات في

### مسابقة العدد السّابع

- إيمان علي السلوم
- صفاء رشيد الوزير
- زينب فوّاز السّوّا
- سارة رائد الحميديّ
- رغدة علي اليوسف
- رنيم محمّد فايز عبد الجواد
- إيناس موسى ابراهيم



## "أنا عند ظن عبدي بي"

خديجة البكار

قال تعالى: ﴿فَمَا ظَنُّكُمْ بِرَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الصفّات: ٨٧]

هذه الآية تبعثُ الطمأنينة في نفس البعض، وهم الذين يسلّمون أمرهم كلّهُ لله، فما ظنّكم بخالق السماوات والأرض وخالق كلّ شيء؟ ما ظنّكم بخالفكم سبحانه؟ ما ظنّكم بمن لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السماء؟ ما ظنّكم بمن لا يخفى عليه شيء؟ أيترك عبده وحيدياً؟ حاشاه، أيتركه تائهاً؟ حاشاه!

لكن أين يقين المؤمنين؟ لماذا نرى كثيراً من النّاس غشيتهم الهموم وأمّضوا يومهم في النّوح والاشتكاء للبشر، وهم غافلون عن ربّ البشر!

هؤلاء هم الذين يبغون طول حياتهم في همٍّ وغمٍّ بسبب الخوف الدائم من مصيبة تحلّ بهم، أو همّ يصيبهم، ولا يقين لديهم بأنّهم إذا توكلوا على الله حقّ توكله آيسر أمورهم، وفرّج همومهم وغمومهم، وآتاهم ما أحسنوا ظنّهم

به، فقد ورد في الحديث القدسيّ "قال رسول الله ﷺ: يَقُولُ اللَّهُ: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ بَيْنَ يَدَيْهِ..". فأحسنوا ظنكم بالله الكريم، وما خابَ عبدٌ سلّمَ أمره كلّهُ لله، يقول الشنقيطي: إذا دخل اليقين قلبَ العبد، وتصرّع إلى الله بالدعوة الصادقة؛ عزّ على الله أن يتركه في كُربةٍ أمّته، أو حاجةٍ ضايقته!

## أمّة اقرأ

سعدة الجنيد

﴿اقرأ﴾ أول ما نزل من وحي السماء، وهي دعوة لأمّة محمّد ﷺ للقراءة، فهّمها الجيل الأوّل من الصّابة وتابعيهم ومن تلاهم، فكان همّ المسلمين الأوّل على مرّ العصور العلم، تدفع الأمّ صبيانها من الصغر إلى طقات القرآن والعلم، فتبدأ الرّحلة ويبدأ الواحد منهم في فنون العلم وروضاته، فما بأننا تركنا سبيلهم وتبعنا التّفاهة، وأصبحنا نضيّع الوقت مع الأجهزة؟ أين نحن من علومنا الشّرعيّة وطلقات القرآن؟ كيف سنصنع جيل الإسلام ونحن عن الإسلام غرباء؟

تعالى أختي نعود ونستبصر ما يجب علينا تعلّمه، فالمرأة الفقيهة في دينها لا تساوي فقيهة المسلسلات والتّفاهة، أختي حال أمّتنا حزين، والمركب بدأت تميل، فلتبدأ كلّ واحدة بنفسها، ولتشدّ من أزر صديقاتها، كي يستقيم سيرنا، ونصل لغاياتنا.

## غضّ البصر مفتاح السعادة

جيهان العبّاس

قال تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّونَ أَبْصَارَهُمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ، وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ﴾ [النور: ٣٠-٣١]

أمرنا الله تعالى بغضّ البصر رجلاً ونساء، وهذا الأمر لم يكن عبثاً، بل هو أساس حياة أسريّة ناجحة.

وغضّ البصر في اللّغة: هو خفض الطرف حياء من المخلوق، واستحياء من أمر الخالق.

نحن اليوم في زمن انعدمت فيه رقابة الغير من رقابة الدولة أو رقابة التلفزيون -كما كان عليه الحال في تسعينيات القرن الماضي- ممّا كان يعين شبابنا وشاباتنا على غضّ البصر، أمّا الآن فيجد الشاب نفسه أمام مشاهد يوميّة من العريّ والسّفور لنساء متبرّجات خرجن بكامل زينتهنّ في الأسواق وفي مواقع التّواصل الاجتماعيّ وفي الحدائق وفي العمل، وكم سيكون أثر إطلاق البصر على الشابّ أو الفتاة مؤذيّاً، إذ قد يزهّد الرّجل أهله ويبدأ بالمقارنات بين ما رأى وبين زوجته، كما قد تقارن المرأة بين الرّجل الذي رآته وبين زوجها، فلا هذا تعود زوجته تعجبه، ولا تلك يُعجبها زوجها، وقد يوصلُ عدم غضّ البصر إلى الوقوع في الفواش والعياذ بالله، وإدامة النّظر إلى ما حرّم الله يورث قسوة القلب واتباع الهوى، كما يؤدّي إلى تفكّك الأسرة وانهيار بنيانها.

قال الله تعالى: ﴿إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ [الإسراء: ٣٦]

فستُسأل عن كلّ نظرة نظرتها، والذي يسألك لا تخفى عليه خافية: ﴿يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ﴾ [غافر: ١٩]

ولن تستطيع إنكار نظراتك واختلاساتك عندما تقف أمامه عزّ وجلّ يوم يشهد عليك لسانك وبصرك وسمعك، وفي الحديث الشّريف قال رسول الله ﷺ: "والعين تزني وزناها النّظر"، وقال الحسن البصري: "من أطلق بصره كثر أسفه". فعليكم معشر الشباب والبنات بغضّ البصر، وواظبوا على الدّعاء، وكثرة الصّلاة، والرّجوع إلى الله لتكون سلافاً في مواجهة واجهة هذا الانحطاط الأخلاقيّ.



## خير الأمور ما يحيط بها الكتمان

هدى محميد

كنتُ مفعمةً بالنشاط والحيوية وهمتي عالية، كنت أشعر بأنني سوف أطوي الطريق تحت قدمي، وأن لا شيء سيوقفني، وبعد فترة فترت همتي، وقلت عزيمتي في اللفظ، انتابني شعور بأنني لا أستطيع أن أفعل شيئاً، ولا أود القيام حتى بالأمور البسيطة، قلَّ اهتمامي بنفسي وبحفظي وبزوجي، استوعبت فيما بعد أن الخطأ كان مني، حيث أنني أتكلّم بكل ما يخصني، أحكي عن مشاريعي المستقبلية أمام أي أحد وأنني سوف أفعل كذا وكذا، إلى أن قرأت عبارة الشافعي: "خير الأمور ما يحيط بها الكتمان"، فأدركت أنه يجب عليّ أن أمسك عليّ لساني وخاصة في الأمور الخاصة، التجارب الشخصية أفضل دروس في الحياة.

for mittell part

28. Today's night he to you know  
in the head, call me  
eg. Most of the time, instead  
to rest of you are. Knowledge  
album in summary or bill, in  
7. How many are there. etc.

for a few top album, full one. How  
banded, how quitamit. Dromo



## يومًا ما ستزهر

عبير بويضاني

يقول قتادة عن قول الله ﷻ: ﴿كُلَّ يَوْمٍ هُوَ فِي شَأْنٍ﴾ [الزمن: ٢٩] "لا يستغني عنه أهل السماوات والأرض، يحيي حياً، ويميت ميّتاً، ويربّي صغيراً، ويفك أسيراً، وهو منتهى حاجات الصالحين وصریخهم، ومنتهى شكواهم."

لا تقلق من غدك، غداً شأنٌ جديد، يُسرّ وفرجٌ وهناك يا ذن الله، هناك فرح في نهاية كل طريق، وهناك راحة بعد كل تعب، وهناك نور بعد كل ظلام ﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ [الفرج: ٥٠]

## ثُغُور الأُخُوَّةِ

عائشة بنت فيصل الخالدي

إن تأملت ثغور حياتنا، وما يُبنى عليها من روابط وعلاقات، تجد منها ما لا يقدر على ملئها وسدّها إلا شخص واحد، كالرضيع الذي اعتاد شذا أمّه، فلم يعد يجد حاجته من غذاء وأمان إلا في حضنها، ولو أحضروا له ألف حاضنة.

ولعلّ هذه الثغور من أكثر ما يرمّم الودّ، ويرقأ العتب، ويعيد المحبة للنفوس، فتصبح للمصافاة أقرب، وللواصل أدنى، ولو كان الإنسان بغنى تام عن صديقه أو أخيه أو محبوبه لما عاد الوصل بينهما، وما لان قلب أحدهما على الآخر، بل لمضى كلُّ منهما في شأنه لا يلتفت ولا يتودّد ولا يترقّق، ولكن الله وّضع حاجتنا لإخواننا، ووضع ثغوراً في نفوسنا لا يسدّها إلا هم، لنعود ونعقد جبال الوصل من جديد، فننتلّف ونتحنّن، ونستميل الودّ ونطلب الرضى ودعة الجايب ورغد القرب.

بل قد يجعل المشتاق لقرب أخيه أو خيله من هذا الثغر حجة ودرعاً يخفي خلفه شوقه وحنينه ولّهف قلبه، فيقول: جئتك لحاجة، لنصيحة.. ولم يأت به إلا وّجد في قلبه!

فترفقوا بقادم من أقاصي الزمن والصداقات الغابرة، يطلب منكم حاجة أو يسألكم سؤالاً، ولا يحضرن في نفوسكم أنّ هذا لا تأتي به إلا مصلحته، بل أجيبوا حاجته، فلعلّ الله أوجد هذه الحاجات لتعود عرى الأخوة بين مسلمين!

ولا يضرّكم لو سألتكم بعد ذلك: كيف حالكم؟ أتجد شوقاً في قلبك لما كان بيننا كما أجد؟



# إنه الزلزال الكبير

أ. سلوى شلة

في السادس من شباط الفائت، وفي الساعة الرابعة وسبع عشرة دقيقة، اهتزت الأرض بشدة لثوانٍ قليلة فقط، لكنها كانت كفيلةً بدمارِ مدنٍ وقرى كاملة، وموت عشرات الآلاف من الناس في تركيا وسوريا.

لم يفرّق الموت بين طفلٍ وامرأة، ولا كبيرٍ ولا صغيرٍ، انقضت ساعتهم في وقت واحد، وبطريقة واحدة، إنه قضاء الله وقدره.



## قضاء الله وقدره؟

نعم، هناك منذ أن كنّا أجنّة في بطون أمهاتنا كتبت أقدارنا وأعمارنا، وكان الموت تحت هدم الزلزال في هذا اليوم قدرًا مكتوبًا على آلاف الناس، كل ما هنالك أننا لم نكن نعلم.

هو القضاء والقدر، نؤمن به خيره وشره شرطًا لتحقيق الإيمان في القلوب، ونعلم أنه لا رادّ لقضاء الله وقدره، ونوقن تمام اليقين أنّ الخير كلّ الخير فيما قدره وقضاه، وإن لم ندرك ذلك.

مات خلق كثير، وابتلي آخرون بفقد أحبّتهم، هذا مات ولده، وذاك زوجته، وتلك صار ابنها قعيدًا، وذاك خسر كلّ ما يملك.

## هل هذا أيضًا قضاء وقدر؟ لم كتب

### علينا كلّ هذا الشقاء؟

سؤال طرق أذهان الناس بقوة بعد الزلزال، فهرعوا باحثين عن الجواب لتطمئن قلوبهم، ويطردوا عنهم وسوسة شياطين الإنس والجنّ.

### لم كتب علينا هذا الشرّ والألم؟

لو نظرنا إلى تلك الأطلال التي تحكي آثارها قصص من قضا، ربّما وجدنا بين تفاصيلها بعض الأجوبة، وتلمّسنا جانبًا من ألطاف الله وحكمته.

## في هذا البيت كانت تعيش امرأة

### مؤمنة بالله، تقيّة نقيّة، أخرجوها

### من تحت الرّدم ومصحفها

### في يدها.

لكنّها كانت تعيش السنوات الأخيرة من حياتها مع السرطان، وتنظر بعين

العجز لصغارها وهم يتصوّرون جوعًا، ولا تملك أن تفعل الكثير بعد وفاة زوجها، لكنها على الرغم من ذلك صابرة شاكرة، تعلم أنّها في دار ابتلاء، وأنّ الله لا يضيع أجرها، بل يجازيها بصبرها جنّات النّعيم.

ما نرجوه لتلك العائلة أنّ الموت كان بوابة لنقلها من دار الشّقاء إلى دار النّعيم، فكان الموت -على قسوته ورهبته- بمثابة هديّة، إذ في الجنّة من النّعيم ما لا يشابه نعيم المترفين في الدّنيا.

علّمّتهم أمّهم أنّ الدّنيا قصيرة جدًّا بتعبها وشقائها وألمها، وأنّ الآخرة هي المستقرّ الأبديّ والسّعادة التي لا تنتهي، هناك حين يتمنّى أهل العافية في الدّنيا لو أنّهم ذاقوا من الآلام ألوانًا لما يرون من نعيم أهل الابتلاء في الآخرة.

عروسه ووجد مرارة الفقد.

**ذاك الذي فقد بصره، وهذا الذي**

**فقد ماله، كيف سيكملون**

**حياتهم بعد اليوم؟**

إنّ الله، الحيّ الباقي الذي لا يموت، إنّ الله الذي يجازي كلّ هؤلاء بجنّات النّعيم إن صبروا، ويسبغ عليهم رحماته وألطافه في الدّنيا.

نعم كلّ ما فات من قصص كان مجرد أمثلة على واقع نعيشه، وعلى جزاء موعودين به، **فكلّ امرئ بما كسب رهين.**

هي ابتلاءات جديدة قُسمت على الناس مع ذلك الزلزال، لكنّها لم تغيّر شيئاً من الحقيقة الأعظم:

كانت أمّه مرميّة في دار العجزة تبكي خذلن ولدها في حين يغمر زوجته بالمال، لكنّها لم تكن سعيدة، وتمنّت لو عاشت معه حياة فقر ليس فيها كلّ هذا التّرف المشوب بالبعد عن الله ورضوانه.

لم يكن الزلزال إلا مستتراً للناس من شرّه، وسوي المقهى بالأرض، ومات الرّجل في لهوه، وورثت الرّوجة والأم والأبناء بعض المال الذي تركه هنا وهناك، وعاشوا بقيّة حياتهم في حال أفضل.

لم يكن الزلزال شرّاً محضاً، بل هو خير في كثير من جوانبه!

وهنا أم فقدت ولدها، وتلك طفلة فقدت أبويها، وذاك رجل فقد

فخرجوا أنّ نعيم الآخرة كان لهم السّعادة في أسمى معانيها، ونرجو أنّ عاقبة صبرهم كانت فوزاً عظيماً، وأنّهم نالوا الشّهادة، وهذه وحدها أجمل نهاية.

لم يكن الزلزال شرّاً لهم إذّا، بل كان لهم الخير كلّه بإذن الله.

**لحظة! ما أخبار جارهم؟ ذاك الذي**

**كانوا ينظرون له ولأولاده بعين**

**الغبطة؟**

ذلك الرّجل الذي رأيناه مرّة على شاشة التّلفاز، يروج بإعلان تلفزيونيّ للمقهى الذي افتتحه قبل شهر من الزلزال، يدعو النّاس لزيارته للاستمتاع بأنواع المطاعم وما حرم الله من المشارب والملاهي.



أَنَّ الله موجود، وأنه يدبّر الأمر،  
ويجبر الكسر، ويفرّج الهمّ لمن  
أحسن التّوكل عليه.

﴿وَلِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ﴾<sup>(٤)</sup>  
﴿وَلَسَوْفَ يَعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ﴾<sup>(٥)</sup> أَلَمْ  
يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ<sup>(٦)</sup> وَوَجَدَكَ  
ضَالًّا فَهَدَىٰ<sup>(٧)</sup> وَوَجَدَكَ عَائِلًا  
فَأَغْنَىٰ<sup>(٨)</sup> [الأضحى: ٤-٨]

﴿إِلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ  
وَيُخَوِّفُونَكَ بِالَّذِينَ مِنْ دُونِهِ﴾<sup>(٩)</sup> [الزمر: ٣٦]

الله موجود، وحين ترضى بقدره  
ستعلم ولو بعد حين أنّ ما  
قدّره لك هو الخير كلّهُ.

الله موجود، سترى أُلطافه تحفّك  
من كلّ جانب إن كنت من الصّابرين  
الشّاكرين، ستلمس السّكينة تملأ  
قلبك رغم عظم المصاب، سترى  
تغيّر الحال نحو حياة جديدة إن  
أحسنّت التّصرف والأخذ بأسباب  
التّعافي، سترى الله معك في كلّ  
خطوة تخطوها إن واجهت البلاء  
بمزيد شكر وعلمت أنّ الحياة لم  
تنتهِ بعد، وأنّك لا زلت بدارِ  
الاختبار، فخطوت خطواتك الأولى  
لتكمل الحياة راضيًا شاكرًا على أمل  
أن يختم لك بالخير، وأن تصل لنهاية  
مشوار الحياة ثابتًا على دينه.

الله موجود، حين تعلم أنّ خسارة  
المال والأهل في الدّنيا مصاب  
صغير أمام خسارة الدّين والإيمان،  
فتمسك بيقينك بالله بقوة  
كالقابض على الجمر، وتعصّ على  
إيمانك بالنّواجذ، وتبكي من الليل  
سائلًا الله الصّبر والثّبات، ترجوه أن  
تموت مؤمنًا به متمسكًا بحبله  
المتين رغم كلّ ذلك الألم، لترى  
بعدها جميل العطاء في الدّنيا،  
وجميل الجزاء يوم القيامة، حين ترى  
أبواب الجنّة تفتح أمام ناظرِكَ،  
والملائكة ترصّب بك من كلّ باب:

﴿سَلِّمٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى  
الدَّارِ﴾ [الرعد: ٢٤]





أدّى تزايد الاعتماد على نموذج العمل عن بُعد إلى زيادة أهمية برامج الإنتاجية التي تسهّل التعاون السلس بين فريق العمل، وهذا ما دفع شركة مايكروسوفت إلى تكثيف جهودها في إدماج تقنيات الذكاء الاصطناعي في منتجاتها، وتقديم منتجات جديدة مثل تطبيق مساحات العمل التعاونية Loop. وقد أطلقت الشركة شهر إبريل الماضي نسخة المعاينة العامة للتطبيق الذي يهدف إلى تسهيل عمل الفرق على المهام والمشاريع وتنظيمها.

## فما هو تطبيق مايكروسوفت Loop الجديد، وما هي الميزات التي يقدمها، وكيف يمكنك استخدامه؟

يحاكي تطبيق Loop الطبيعة التعاونية لتطبيقات Google Workspace المكتبية من خلال السماح لما يصل إلى 50 شخصًا بالتعاون في مستند واحد في الوقت نفسه.

ويتكوّن التطبيق من ثلاثة عناصر أساسية هي:

• **المكوّنات Components**

• **مساحات العمل Workspaces**

• **الصفحات Pages**

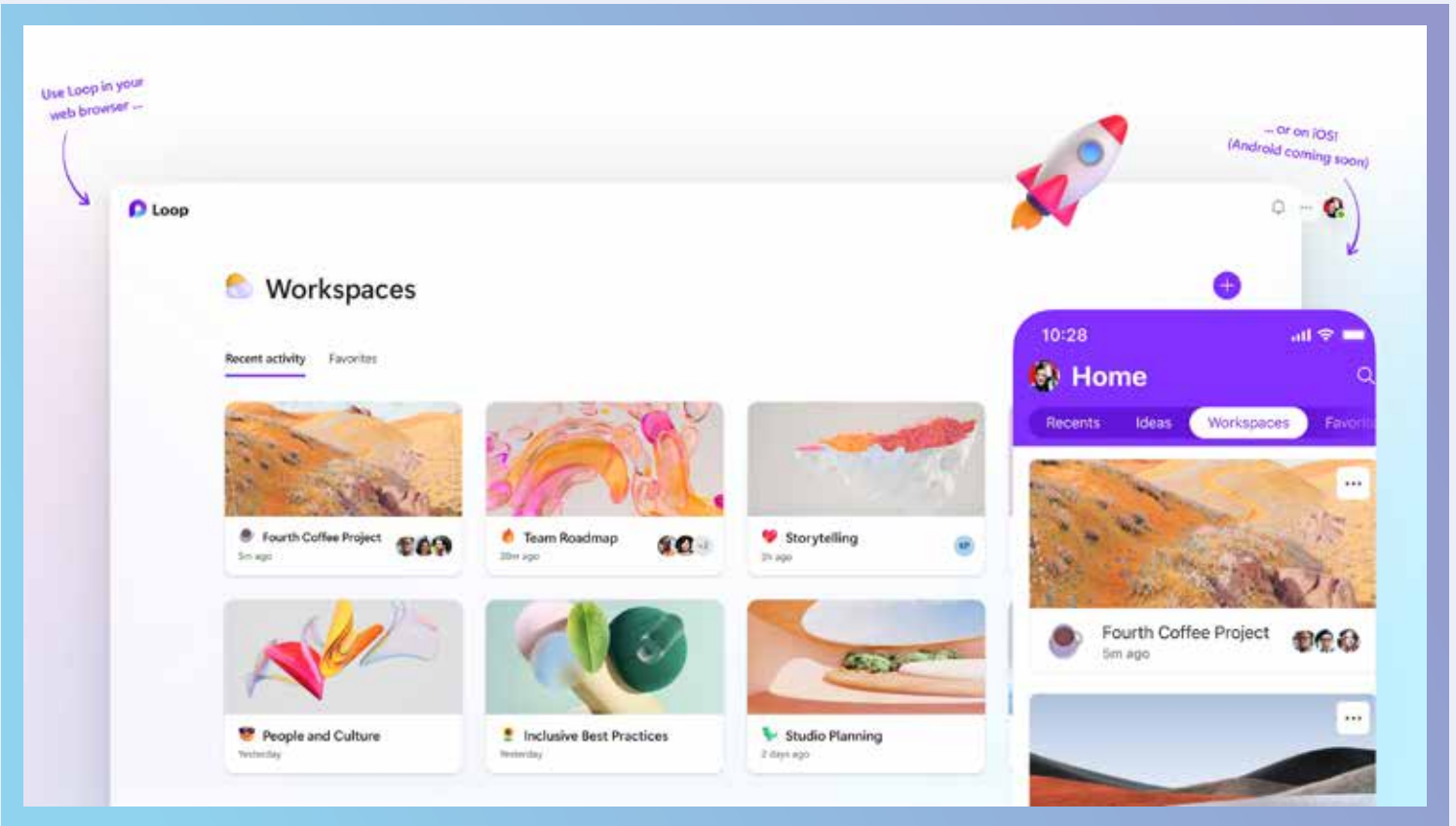
إن أهم ما يميّز التطبيق المكوّنات القابلة للمشاركة التي تتيح لك مشاركة أيّ صفحة مع الفريق والتعاون فيها لحظيًا، كما تمكن مشاركتها في تطبيق المحادثات Teams أو تطبيق البريد الإلكتروني Outlook، وسيظلّ المكوّن متزامنًا عبر جميع تلك التطبيقات، ويمكن تحريره مباشرةً في أيّ منها.



## Microsoft LOOP

\*منقول بتصرّف

يقدم التطبيق طريقة جديدة للعمل عبر تطبيقات مايكروسوفت أوفيس Microsoft Office لإدارة المهام والمشاريع، والتعاون فيها عبر جميع الأجهزة بسلاسة، إذ يمكن للمستخدمين من خلال التطبيق إنشاء مستندات تعاونية باستخدام أيّ تطبيق من تطبيقات مايكروسوفت أوفيس، مثل: وورد، وإكسل، وباوربوينت، ممّا يتيح للفريق التفكير والتخطيط والإبداع معًا.



## كيف تستخدمين تطبيق مايكروسوفت Loop؟

أطلقت مايكروسوفت نسخة المعاينة العامة من تطبيق Loop لجميع المستخدمين، وكلّ ما عليك فعله للوصول إليها هو الانتقال إلى موقع Microsoft Loop، ثم تسجيل الدخول باستخدام حساب مايكروسوفت.

لبدء مشروعك التعاوني الجديد يمكنك البدء بمساحات العمل، إذ يمكنك إدخال كلمات رئيسية تتعلق بمشروعك وسيقترح Loop الأدوات المناسبة لك لاستخدامها.

بعد ذلك سينشئ التطبيق صفحات لتنظيم المحتوى الخاص بك، وستقترح الصفحات الجديدة قوالب وتصميمات وصورًا بناءً على كلماتك الرئيسية. وإذا كان مشروعك يتطلب مدخلات من شخص خارج فريقك فيمكنك مشاركته معلومات معينة فقط أو أحد المكونات.

إن المكونات المشتركة في تطبيق Loop محدّثة دائماً، ويمكن أن يعدّلها أعضاء الفريق، فعلى سبيل المثال إذا كنت تعملين أنت وزميلاتك في الفريق على جدول بيانات؛ يمكنك تضمين هذا الجدول كمكوّن في رسالة في تطبيق Teams، أو كرسالة بريد إلكتروني في Outlook، وستظهر أيّة تغييرات في الجدول في جميع التطبيقات.

توفّر لك مساحات العمل Workspaces مناطق تعاونية، حيث يمكنك أنت وفريقك تنظيم جميع المعلومات ذات الصلة بمشروعك في مكان واحد، ممّا يجعل من السهل رؤية ما يقوم به الجميع ومدى تقدّمهم في مهامهم الخاصة.

أما الصفحات فهي المكان الذي يمكن فيه إنشاء المكونات باستخدام القوالب الجاهزة للبدء بسرعة، وعند إنشاء صفحات جديدة ستقترح عليك قوالب وتصميمات وصور بناءً على الكلمات الرئيسية التي تكتبينها.

التطبيق أيضًا عناصر تحكّم في الأمان والأذونات لحماية بياناتك.

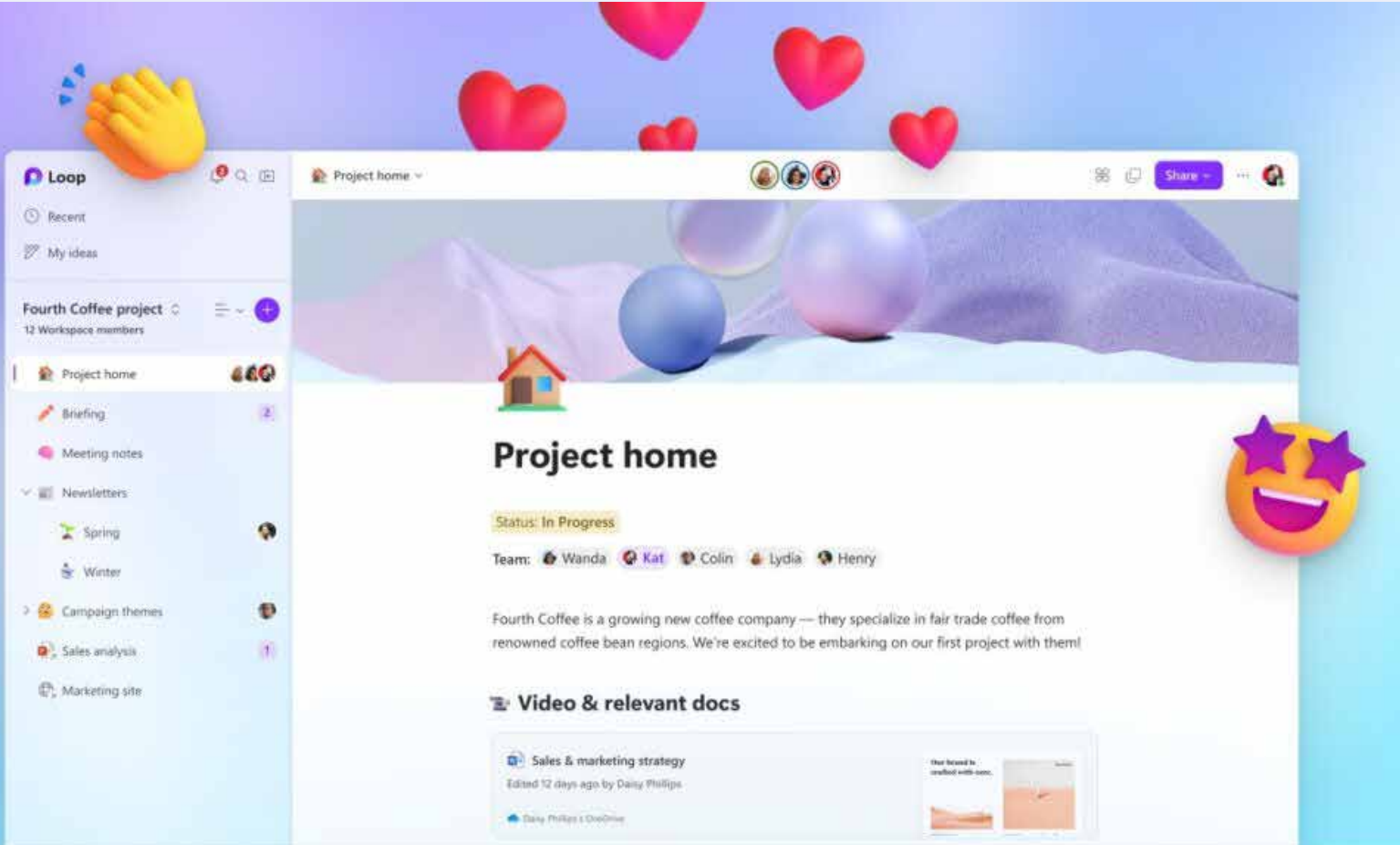
علاوة على ذلك يتكامل تطبيق Loop مع ميزات الذكاء الاصطناعي الجديدة التي تُسمى Copilot، والتي تقدّمها مايكروسوفت في تطبيقاتها المكتبيّة لمساعدة المستخدمين في كتابة النصوص والعثور على أفكار جديدة، والحصول على إجابات عن الأسئلة، إذ يمكنك أن تطلبي من Copilot تقديم اقتراحات، أو تغيير أسلوب الكتابة، أو إعادة تنسيق النصّ.

بمجرّد أن ينشئ Copilot ما تبحثين عنه يمكنك مشاركته كمكوّن Loop في أيّ تطبيق من تطبيقات Microsoft 365، كما يمكن أن تساعدك هذه الميزة في تلخيص المعلومات داخل Loop، وتحرير الملخصات، ومشاركتها مع الآخرين لحظيًّا.

بالإضافة إلى ذلك يمكنك نسخ المكوّنات ولصقها في أيّ تطبيق من تطبيقات مايكروسوفت أوفيس، كما تمكن مشاركة الصفحات كروابط ويب أو صفحة مباشرة، ويمكن للمستخدمين التعليق مباشرة على الصفحة أو اختيار التعليق من بريدهم الإلكتروني في Outlook، على غرار محرر مستندات جوجل Google Docs.

ويمكنك أيضًا إضافة أدوات تتبّع التّقدم في المشروع لإبقاء المشاركين فيه على اطلاع بما يجب القيام به بعد ذلك، وتمكن مزامنة مهامّ معينة في تطبيق Loop في Microsoft Planner و To Do، ممّا يؤدي إلى إنشاء قائمة مهامّ لك.

يمكن لتطبيق Loop تقديم إشعارات على سطح المكتب والأجهزة المحمولة، وإعلامك بالإشارات والمهامّ المعيّنة والرّدود على التعليقات، كما يوفّر





ارتقاء بناء غرس

[www.hayatassoc.org](http://www.hayatassoc.org)

[nasayim@hayatassoc.com](mailto:nasayim@hayatassoc.com)

[f](#) [t](#) [i](#) hayat.assoc

