فتيات الياسمين

مطوية دورية للفتيات تصدرها جمعية حياة

العـــدد الثالث والعشرون

صفر ١٤٤٥ هـ - سبتمبر (أيلول) ٢٠٢٣م

تحايا قلب

العالم المظلم

كلَّما تقدَّم بي العمرُ يتراجع شغفي وحماسي تجاه هذا العالم المظلم شيئًا فشيئًا، فقد رقّ الحبلُ الذي يجعلني متصلةً به حتى أمسيت لا أقوى على رؤية المنكرات والمستهجنات التي تقسيّ القلب وتغرقه في الظُّلمات، ولا على رؤية المتغطرسين يتمادون في ظلمهم وطغيانهم، ومن أمامهم المنافقون يتملقونهم..

ولا على رؤية مظلوم مستضعف يُنتَقَص من عرضه، وتُنتَهك حرمته ثم أنا عاجزة عن نصرته..

ولا على القسوة في الحديث والنّقد الدائم وتحويل كلِّ حوار إلى مناقشات حادّة وخلافات عقيمة..

ولا على من يؤذيني بسوء الظّن واتهامي بفعلٍ لم أقصده يومًا..

لم يعد يحتمل العواقب الوخيمة لاندفاع قلبي تجاه الآخرين..

أصبحتُ أكتفي بالدّعاء للجميع بالسّعادة والصّلاح والهداية والثّبات، وأوزع الابتسامات وجميل الكلمات، وما تعلَّمته وأفدت منه، وبيني وبين الخلق مسافات، محترزة احتراز المَاشي على الشّوك، لعلي أحافظُ على تلكَ المضغة التي تسكنني من أن تتلوّن بغير البياض لما تلقاه من صدمات.

ما العزلة عن عالم الغيظ والكدر إلا عزٌ وصفوٌ ونعيمٌ في الدّنيا، ولا شكّ أن ليل الوحدة مؤلم، ولكنّه نور، نورٌ قمره الإيمان واليقين بأنَّ الله معي وهو مؤنسي في وحدتي.

ربما استنكر البعض كلامي، وربما وجدوا فيّ كائنًا مملاً لا يثير حماس أحد للاقتراب منه، ولكن لا بأس، فما زلتُ أتَفرّس الوجوه وأحدّق بالبصيرة لأستقبل أشباهي، وأغتنم العافية، وأعلّق طرفي بالملأ الأعلى، وأكون سماوية الوجهة والقبلة.

نقاء

اللّه أكبر

ها قد ودعنا أيامًا من أفضل الأيام عند الله تعالى، وهي أيام العشر من ذي الحجة المصاحبة لأداء ركن عظيم من أركان ديننا الحنيف، ركن الحج.

وإذا ما ذكرنا هذه الأيام الفاضلة ذكرنا معها عبادة من أجلّ العبادات وهي عبادة التكبير، حيث أخرج البخاري في رواية معلقة: "كان ابن عمر وأبو هريرة رضي الله عنهما يخرجان إلى السوق في أيام العشر يكبران ويكبر الناس بتكبيرهما"، ولم يفعلا ذلك إلا لعلمهما أن الرسول ﷺ كان يفعله، فصار التكبير سنة نبوية في العشر الأولى من ذي الحجة، وإن كان ذكر الله عمومًا أمرًا مطلوبًا في هذا التوقيت لعموم الآيات.

فتاتي المسلمة؛ هل تفكرت يومًا في معاني التكبير "**اللّهُ أكبر**"؟

هل تساءلت يومًا عن حكمة التكبير ومشروعيته والإكثار منه في بداية شهر ذي الحجة؟

لمَ شُرع التكبير لافتتاح عبادة الصلاة؟

أخيتي؛ افتحي قلبك ولنستحضر معًا بعض معاني هذه العبادة العظيمة، عبادة التكبير:

اللّهُ أكبر.. اقتلعي وبقوة كل كبير بداخلك غير الله تعالى..

اللّهُ أكبر مِن أكبر هم يشغلك، **واللّهُ أكبر** مِن أصعب ظرف تمرين به..

اللّهُ أكبر من كل مرض عضال..

اللّهُ أكبر من كل ظالم، **واللّهُ أكبر** مِن أكبر ذي سلطان تخافينه..

اللّهُ أكبر مِن كل موضة قد تخالفين فيها أمر الله،

اللّهُ أكبر من أي فكر يشوه عقيدتك وفطرتك..

اللّهُ أكبر.. لأنه الرحيم الذي يرحمك عندما تقسو عليك القلوب..

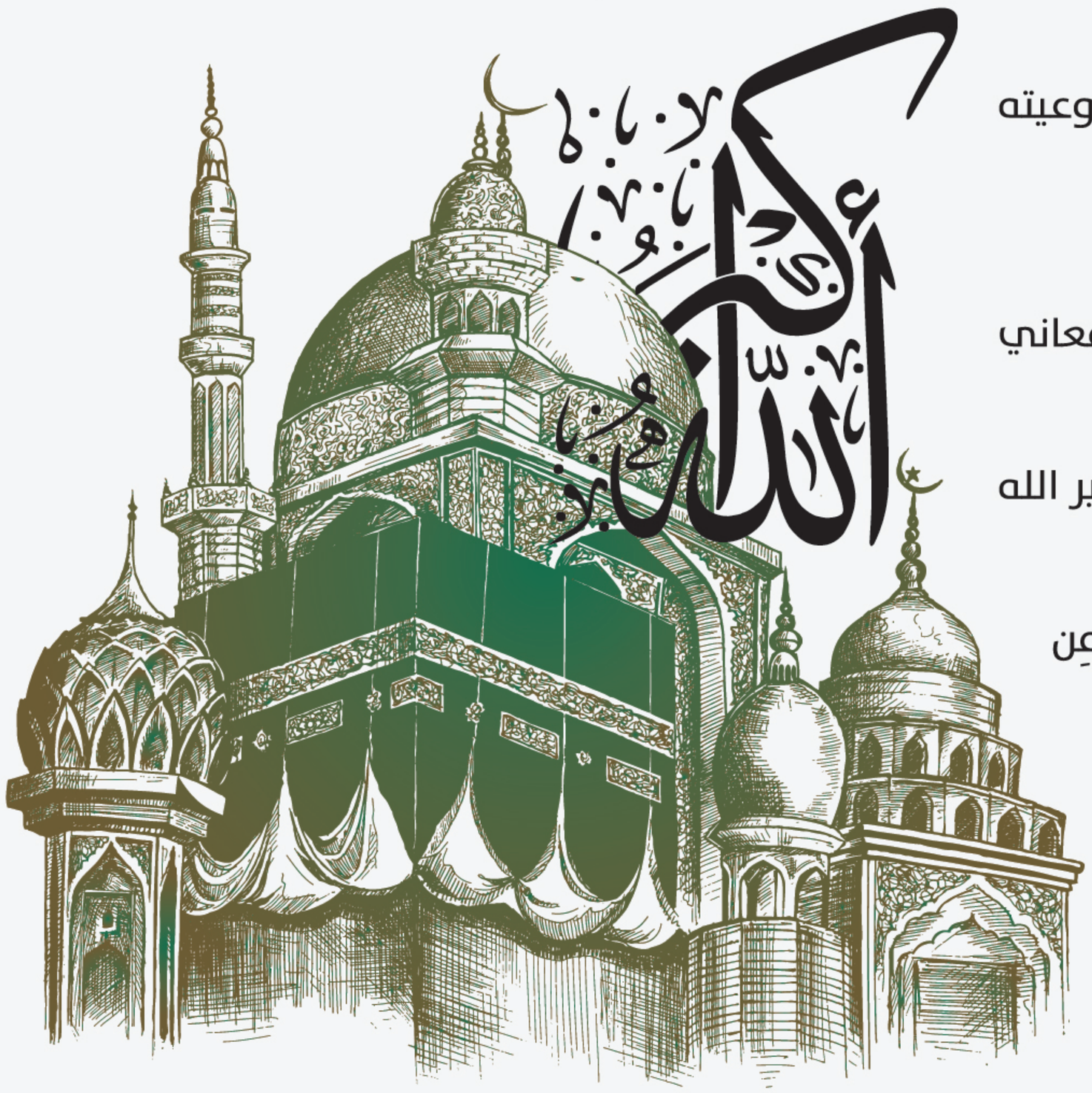
اللّهُ أكبر.. لأنه السميع الذي يسمعك عندما يصمّ النَاس آذانهم عن آهاتك..

اللّهُ أكبر.. لأنّه الله الذي لا إله إلا هو..

أية قوة تحيا بها قلوبنا عند استحضار معنى **اللّهُ أكبر؟** أية ثقة وطمأنينة تملأ النفس بهذا التكبير؟ أيّة خشية ورهبة وتعظيم ومحبة وحسن عبادة ولذة طاعة مع هذا التكبير؟

اللّهُ أكبر.. جملة عظيمة حافظة، إذا سمعها الشيطان تصاغر وخنس، وعبادة عظيمة دعا الله عباده إليها ورغّبهم فيها فقال عز شأنه: {وربك فكبّر}، وقال تعالى: {وكبّره تكبيرا}.

هلمّي بنيّتي إلى صلاة تفتتحينها بتكبيرة الإحرام مستحضرة هذه المعاني، وإلى أوقات تكبرين فيها الله وأنت على ذُكْرٍ من هذه الكلمات.



نحو ذات أسمى

هل تطمحين إلى تغيير حياتِك نحو الأفضل؟
هل تريدين أن تُحدثي تغييرًا إيجابيًا في حيّاتك؟
هل تحبين أن تتخلصي من عادة سيئة اعتدتها؟
إذًا غيرِّي ما في نفسك!
من المؤكد أنكِ تريدين ذلك، لكنكِ تتساءلين كيف؟ وما الذي يجب أن أغيّره في نفسي، حتى أتغيرّ وتتغيرّ الأشياء من حولي؟
الجواب تجدينه في هذه الزاوية..

قرأت في العدد الماضي عن **"عقدة اللوّم"**، وفي هذه الزاوية سننطلق للحديث عن فكرة أخرى لتنتبهي لها يا موفَّقة، وهي فكرة **"أبو العُرّيف"**.

تنطلي على كثير من الناس فكرة **"أبو العُرّيف"**، لكن ماذا نقصد بهذه الفكرة؟

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ﴾

أبو العُرّيف باختصار، هو الذي يعتقد أنه يستطيع قراءة أفكار الآخرين، ويتوهم أنه يستطيع تفسير نظراتهم وتصرفاتهم.

وأسلوب **"أبو العُرّيف"** ينطوي على مخاطر كبيرة، لأنه يؤدي إلى قرارات واستنتاجات تعتمد في الغالب على الظنون والأوهام.

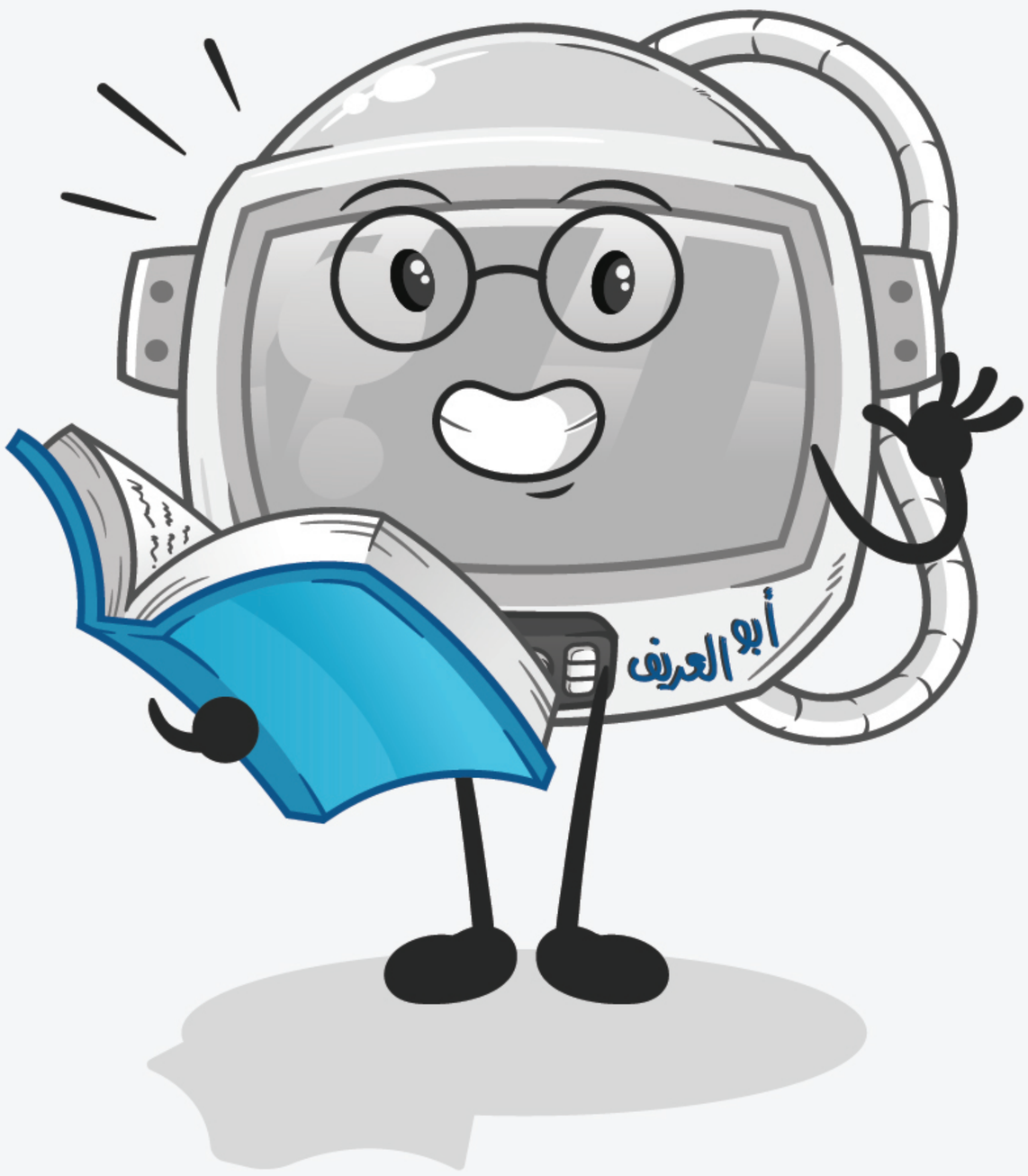
تنقسم هذه الفكرة إلى نوعين:

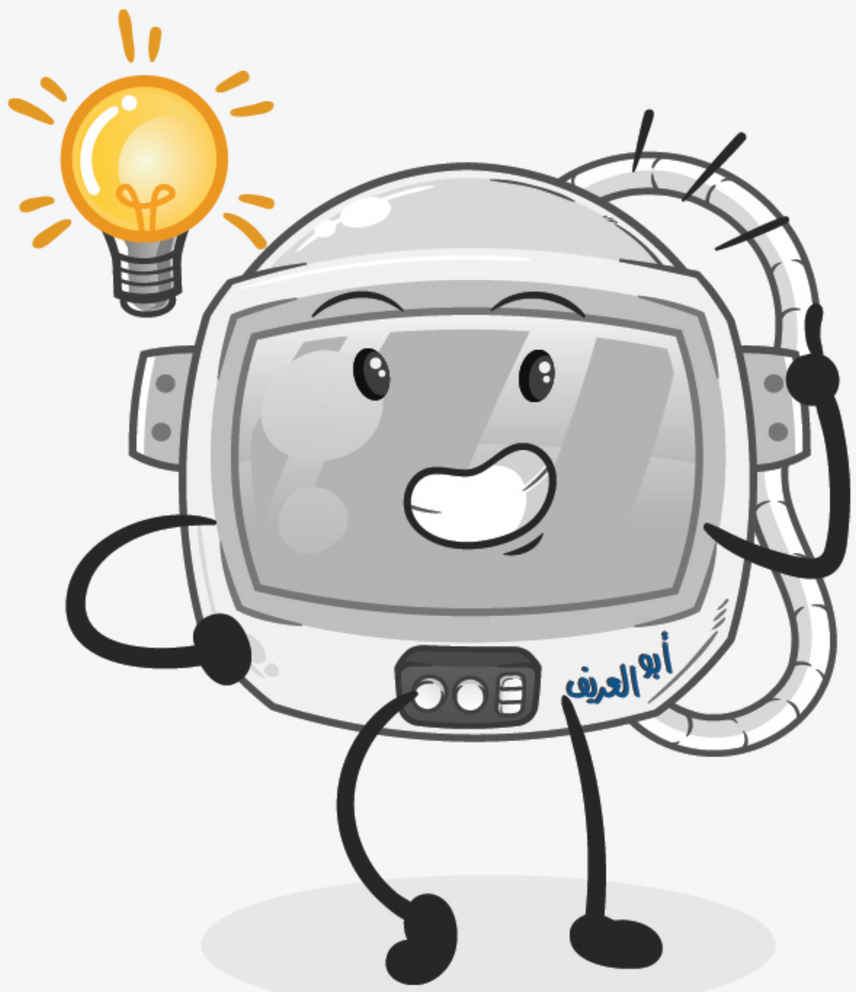
النوع الأول: **تجاه الناس**

قلنا إن "أبو العُرّيف" هو الشخص الذي يزعم أنه يستطيع أن يعرف ما في عقول الناس، ويزعم أنه يعرف كيف وبم يفكرون؟ وربما يستغرب البعض من قولنا: "يعرف ما في عقول الناس"، ولتوضيح الأمر دعيني أقص عليك موقفًا حصل معي شخصيًا.

مرت بي فترة ملأى بالمشكلات المختلفة، ولما حان وقت الصلاة ذهبت إلى المسجد، وصليت ثم جلست أذكر الله تعالى، فمر بي أحد الأخوة وسلم علي، فلم أرد عليه، لأني لم أنتبه إليه أساسًا ولم أشعر بوجوده لانشغالي بمشكلاتي وظروفي، وبعد ثلاثة أيام لقيني وقال: هل أنت غاضب مني؟ بماذا أسأتُ لك حتى تقابلني بالجفاء؟ وماذا فعلت حتى لا ترد عليّ السلام؟ منذ يومين وأنا مشغول البال، وأجلس ساعات أفكر فيما حصل، ولماذا "الدكتور زعلان" مني؟

فما كان مني إلا أن اعتذرت منه، وبرّرت تقصيري بأني لم أنتبه له أبدًا.





يحاول أبو العُرّيف تحليل سلوكيات الناس بناءً على تصوراته الخاصة، وبناء على قناعته واعتقاده بأنه يعرف كل شيء، وأنه قادر على قراءة أفكار الآخرين، فكثيرًا ما نسمعه يقول على سبيل المثال: أنا أعلم لماذا فلان " زعلان "، أنا أعلم أن فلانًا متكبر على الآخرين، أنا أعرف كذا، وأنا أعرف كذا، وبناء على هذه المعرفة المتوهمة يبدأ يتخذ القرارات وردود الأفعال.

والحقيقة أنه تصعب علينا معرفة ما يدور في عقول الآخرين، وقد قال النبي ﷺ: "إني لَمْ أُومَرْ أنْ أنْقُبَ عن قُلُوبِ النَّاسِ" رواه مسلم.

النوع الثاني: **تجاه المستقبل**

حيث يتبنى الإنسان عددًا من القناعات والاعتقادات تجاه المستقبل، ويبدأ يتنبأ ويحلل ويتوقع ما سيحدث في المستقبل بناءً على هذه الاعتقادات.

سجن ومخدرات ودعاء

اتصلت إحدى الأمهات بأحد الاستشاريين النفسيين وناقشت معه مشكلة ابنها الذي لا يجلب إلى البيت إلا المشكلات، فهو مدمن مخدرات، ويمكث في السجن أكثر مما يمكث في البيت.

قالت الأم: لقد مللت وتعبت وفقدت الأمل، هذا الولد انتهى ولن يتغير، وسيبقى فاشلًا طوال حياته (لاحظي التوقع المستقبلي)، هذا الولد سبب عذابي وشقائي، هذا الولد لطالما سبب لي الحرج أمام جيراني وصديقاتي، لذا أنا أدعو عليه كثيرًا، عسى الله أن يريحني منه.

قال الدكتور: ألا تعلمين أن دعوة الوالدين على ولدهما مستجابة؟ أخبر بذلك نبينا ﷺ فقال "ثَلَاثُ دَعَوَاتٍ مُسْتَجَابَاتٌ لَا شَكَّ فِيهِنَّ، وذكر منها دَعْوَةُ الوالد على ولده" أخرجه الترمذي.

فإذا كانت دعوة الوالدين مستجابة فلم لا تدعين له، بدلًا من الدعاء عليه؟

أنهت الأم مكالمتها وفي نيتها أن تدعو لولدها بالهداية والصلاح.

بعد ثلاث سنوات اتصلت امرأة بالاستشاري وقالت: ربما لا تذكرني يا دكتور، أنا الأم التي عانت من ابنها صاحب السجون والمخدرات، أبشرك، لقد كنت أقوم الليل، وأدعو لولدي في الثلث الأخير منه، وألح في الدعاء له، وأظن أن الله استجاب لي كما أخبرتني وأمّلتني. ولدي الآن في السجن بسبب المخدرات، لكنه بفضل الله تاب واهتدى، وأنهى حفظ القرآن الكريم، ولأنه صاحب تجربة مريرة أصبح يعظ المدمنين ويدعوهم إلى الفضيلة، ووعدوه بأن يكون ناصحًا للمدمنين في المستشفى.

إن الفرق بين الناجحين والفاشلين، أن الناجحين يحاولون فيفشلون، ولكنهم يستمرون وينهضون من جديد. أما الفاشلون فيحاولون مرة ثم تسيطر عليهم فكرة "أبو العُرّيف"، فيقنعون أنفسهم أنهم لن ينجحوا، وأن الفشل حظهم من هذه الدنيا، لذا تراهم يتركون المحاولة ويفشلون في الحياة.

"نحن نتعلم من الفشل أكثر مما نتعلم من النجاح"

صامويل سملز

أكسجين

دخلت المعلمة على طالباتها وطرحت سؤالاً: من قدوتك؟

شهد: الممثلة الفلانية قدوتي، فهي جميلة!

حلا: ألم تسمعن بالفرقة الكورية ما أشهرها؟ ومن لا يعرفها؟

سارة: ليست لي قدوة، ولا أرى في أحد مثلاً أعلى..

المعلمة: لقد ارتفعت أسهم المشاهير وصناع التفاهة نتيجة الانفتاح على العالم وتعظيم المادة والمظهر دون النظر والاهتمام بالمضمون، فشبابنا بحاجة للتذكير بقيمه وأخلاقه، وللعودة للاقتداء بالصالحين والعلماء.

ميمونة: لنا في رسول الله أسوة حسنة.

المعلمة: أحسنت يا ميمونة!

مفهوم الاقتداء: هو السير على طريق المُقتدى به واتباعه، والقدوة الحسنة هم أهل الخير والصلاح في الأمور جميعها، وقدوة المسلمين الأولى هو أشرف الخلق سيدنا محمد ﷺ.

وقد كان السلف الصالح يعتنون أشدّ العناية بتتبع أحوال العلماء للاقتداء بهم والتخلق بأخلاقهم، فكان الصحابة يتتبعون هدي النبي ﷺ في كل أحواله، وقد كان عبد الله بن عمر رضي الله عنهما من أشدهم اتباعًا، حتى كان يَجتهِدُ في تحرِي الأماكن التي صلىَّ فيها النبيُّ ﷺ في أسفارِه، فيصلي فيها حبًّا له واقتداء به، كما جاء عن السلف أنه كان يجتمع في مجلس أحمد بن حنبل زهاء خمسة آلاف أو يزيدون، أقل من خمسمائة يكتبون، والباقون يتعلمون منه حسن الأدب والسمت.

أهمية القدوة:

- بالقدوة تنتشر الفضائل إذا كانت القدوة حسنة، أو تشيع الرذائل إذا كانت القدوة سيئة، فالقدوة مثال حي تنظر إليه الفتاة نظرة إعجاب واستحسان ومحبة.
- القدوة الحسنة تجعل الفتاة ترى أن الوصول إلى الفضائل التي تتحلى بها القدوة ممكنة، وفي متناول القدرات.
- إن للقدوة أجرًا عظيمًا إن كان في الخير، كما أن على القدوة وزرًا كبيرًا إن كان في الشر، فقد صح عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "من سن في الإسلام سنة حسنة كان له أجرها وأجر من عمل بها من بعده لا ينقص ذلك من أجورهم شيئًا، ومن سن في الإسلام سنة سيئة كان عليه وزرها ووزر من عمل بها من بعده لا ينقص ذلك من أوزارهم شيئًا" أخرجه مسلم في صحيحه.

عزيزتي.. إذا باغتك أحدهم بسؤالك من قدوتك؟ كيف سيكون رد فعلك؟

أيًا كانت إجابتك بنيتي فنحن نوجه السؤال، ونتمنى ألا تحاري في اختيار قدوتك، وأن تحسني الاختيار.

أناقة ياسمينة

أنعم الله علينا بنعم كثيرة ومنها نعمة الشعر، والشعر كما نعلم تاج الجمال على رأس المرأة، وباختلاف أنواعه تتنوع طرق العناية به، والتي تضمن بقاءه في حالة من الحيوية، مما يكسب الفتاة المزيد من الجاذبية.

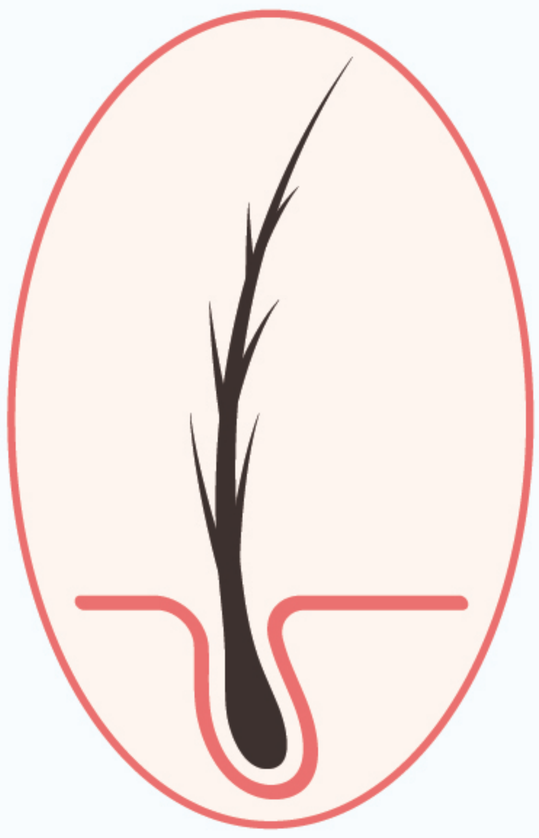
وأنواع الشعر ثلاثة: الشعر العادي، والشعر الجاف، والشعر الدهني.

وكلامنا في هذا العدد عن الشعر الجاف،

فما الشعر الجاف؟

هو الذي لا تتوفر فيه القدرة على الاحتفاظ بالرطوبة، ويبدو من مظهره أو عند لمسه جافًا، حيث يفتقد الدهون التي تكسبه الليونة واللمعان.

كيف أعرف أن شعري من النوع الجاف؟



يكـــون هشًـــا متقصـف النهايات صعب التمشيط، ويبـــدو جعـــدًا يتكـــسر بسهولة، خشن الملمس ويعسر تصفيفه وعمـل تسريحـــات مختلفـــة بـه لتشابك خصـــــلاته.

كيف أعتني به؟

التغذية والبلاسم التي تجعله رطبًـا

غسيله بالشامبوهات المخصصـــــة لـــــه

تجنـــب استخـــدام مجفف الهواء لأنه يزيد من جفافه

تجنب استخدام الصبغـــــــة

قص أطرافه باستمرار للتخلص مـن النهـايـات المتقصفـة

إليك الآن طريقـة صنع شامبـو منزلي للشعر الجاف ولعلاج الشعر التالف وقشرة الرأس:

شامبو السدر المنزلي

المكونات:

- ورق سدر مطحون، وإذا لم يتوفر مطحونًا عند العطار فمن الممكن شراء ورق سدر وطحنه ناعمًا جدًا ثم نخله حتى تحصلي على مسحوق ورق السدر، ثم تأتين بملعقة كبيرة من مسحوق السدر هذا مع كأس ماء، ثم تخلطينهما جيدًا (يمكنك استخدام الخلاط) حتى تخرج المواد الفعالة من السدر ومنها الصابونين، وهي تشبه مادة الصابون ولها رغوة.
- ملعقـة كبيـرة مـن شامبـو طبـي أو من شامبو للأطفال أو من شامبو عادي.
- ثماني نقاط من زيوت الشعر المتوفرة.
- ملعقـة صغيـرة مـن خـل التفـاح.

ثم اخلطي المزيج جيدًا وفي الختام صفيه باستخدام قطعة قماش.

بوح ياسمينة

في النفس الإنسانية قوتان: قوة تفكير لمعرفة الحق والبحث عن الخير لفعله، وقوة وجدان حيث اللذة والألم.

الحكماء والعلماء هم غذاء عقلك من الحقائق والمعلومات، والشعراء والأدباء هم من يستثيرون وجدانك ويحركون أوتار مشاعرك.

إذا سألت علماء النفس: هل رأيتم من تتكافأ فيه قوة التفكير وقوة الوجدان؟ وهل تعملان في النفس بالدرجة نفسها؟

سيجيبونك: كلا، بل كلما قويت واحدة منهما أتت على الأخرى وكادت تمحي أثرها، وقد قال تعالى: ﴿ما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه﴾، فكيف تطمعين من إنسان أن يلقي إليك بكلام يستوي فيه أثر هاتين القوتين وهو لم يجمعهما في نفسه، ومن أين لك بهذا الكلام الواحد الذي يجمعهما على سواء؟

ذلك الله رب العالمين..

فحججه وبراهينه تبصّر العقل، ومواعظه توقظ القلب والعاطفة، فيزداد الشوق للإيمان، ويملأ نوره القلب بعدما أقنع العقل وأورثه رضىً وقبولاً، ألا ترين أنه في قصصه وأخباره لا ينسى حق العقل من حكمة وعبرة: ﴿سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾، وأن هذا التبيان لا يتم إلا عن طريق العقل الذي يدرك آيات الله ويتفكر ويربط بين الظواهر والأسباب حتى يصل إلى حقيقة مؤداها أن كمال العبادة لله وحده؟

ألا ترين أنه في براهينه وأحكامه لا ينسى حظ القلب من تشويق وترقيق، وتهويل وترهيب: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ﴾، والقرآن بكل آياته ومواعظه يوجه القلب إلى هذه الأحوال ويستثير هذه المشاعر فيه، ويعوده عليها حتى تصير له طبيعة، فتجدينه صابرًا عند البلاء، شاكرًا عند الرخاء، متوكلًا عند كل عمل، مراقبًا في كل حال، مخبتًا قانتًا دائمًا وأبدًا؛ وبهذا تتحقق عبوديته لله، ويتم إيمانه بربه سبحانه جل في علاه.

بقلم: سنا كندو

للتواصل والمشاركة عبر إيميل المطوية

yasmin@hayatssoc.org

حياة

مطوية فتيات الياسمين تصدرها جمعية حياة

العدد الثالث والعشرون - صفر ١٤٤٥ هـ - سبتمبر (أيلول) ـ٢٠٢٣م

www.hayatassoc.org info@hayatassoc.org hayat.assoc