



التشاباب

مجلة فصلية تصدر عن
المركز الإسلامي للدراسات الاستراتيجية - بيروت
العدد الثالث - السنة الأولى - صيف 2018م - 1440هـ

- ✍ كيف يغيّر الدين حياتي؟
- ✍ لمراهقة أكثر استقراراً وراحة
- ✍ المراهقة مسؤولية لا أزمة
- ✍ القدوة: احترار ولا تختار!
- ✍ كيف نجيب عن أسئلة المراهقين؟
- ✍ وداعاً أيتها الطفولة

المراهقة

مقابلة مع البروفسور

رشيد بن عيسى



تربية

من سيساعدني على فهم أسراري



قصة قصيرة

لن تخزي التور بعد اليوم يا أمي



- فيلم لوسي: "الإلحاد العلمي والداروينية"
- التعددية الثقافية
- كيف تحمي نفسك على الإنترنت؟
- البيروني، أبو الصيدلية العربية

Email: Among.shabab@gmail.com

Whatsapp: 09613835051

telegram: t.me/maashabab

website: maaalshabab.iicss.iq

facebook: @maaalshabab

twitter: @maaalshabab

instagram: maaalshabab



أن تكون ميداناً لكم، لنشر إبداعاتكم ومساهماتكم الفكرية والأدبية والفنية...

أن تكون منبراً للتعبير عن آرائكم وتوجهاتكم...

«مع الشباب» تفتح صفحاتها الورقية والإلكترونية لـ:

• الانتساب إلى أسرة المجلة:

هل ترغب في أن تكون أحد أعضاء أسرة المجلة؟
يسرنا أن نستقبل مشاركاتكم في كافة الأبواب المخصصة في
المجلة: (مقالات الرأي - مقالات نقدية - قصة قصيرة،
قصيدة...).

• نشر الإنجازات والانتاجات الفكرية والفنية:

هل تبحث عن فرصة تنشر فيها إنجازاتك وإنتاجاتك؟
يسعدنا أن نسلط الضوء على إنجازاتكم (كتاب - فن تشكيلي -
أفلام قصيرة - كاريكاتور). ما عليكم إلا إرسالها لنا.

• قرأت العدد الماضي من «مع الشباب»:

هل لديك وجهة نظر في مقالات المجلة أو نقد لأحد الموضوعات
فيها؟
في هذا الباب تطلق المجلة لقرائها كامل الحرية في إبداء آرائهم
حول مقالات المجلة ومواضيعها، ضمن مقال نقدي موضوعي
يعكس رؤية كاتبه.

• الأسئلة والاستفسارات:

هل لديك سؤال تبحث عن إجابة عنه أو مشكلة تريد حللاً لها؟
يمكنكم إرسال أي سؤال أو إشكال أو مشكلة تخطر ببالكم
(عقائدية، اجتماعية، نفسية، تربوية...). سيعمد فريق من
المتخصصين للإجابة عن أسئلتكم، واقتراح المعالجات المناسبة
لمشكلاتكم.

• تغطية الأنشطة الشبابية:

هل لديك نشاط شبابي تود الإعلان عنه؟
يشرفنا أن تكون مراسلاً لتغطية هذا النشاط، ونشره عبر
موقعنا الإلكتروني.

رسالة مجلتنا



بوصلة

وهذه الزرائع

قبيل منتصف القرن الماضي، وقف الدكتور طه حسين عند ظاهرة تخلف الأعلام عن تأدية رسالتها الأدبية والاجتماعية، فقال: «إن الرقابة الدائمة على أعلام الأدباء والكتّاب هي مصدر الركود الأدبي في مصر، لأن الأدب، لا يستطيع أن يحيا إلا إذا تنفّس بحرية، ولا يستطيع أن يتنفّس بحرية، إلا إذا اختفى من أفقه شبح الرقيب».

وفي سياق أدبي متصل، في العام 1953، عندما كانت الاصدارات العراقية تكاد تخلو من مجالات أدبية وفكرية محضة، جرى نقاش واختلاف في وجهات النظر، بين مجموعة من الأدباء، مثل: محمد طرزي، ومحمد جواد رضا، ومجيد حميد النجار، حول ما إذا كان على الأدب أن يكون نابعاً من قضايا المجتمع أم من الحرية النفسية الذاتية للكاتب، كشرط لازم من الشروط.

واليوم، وبعد الثورة الرقمية التي أطاحت بعروش الرقابة، والتي حملها الكاتب الكبير المسؤولية، وبعدما توفرت للجميع منابر غير مقيدة بقضية اجتماعية هنا أو فردية ذاتية هناك، وأصبحت المدونات مفتوحة على الترف الفكري في كل شيء، وقد تحوّل الناس من جماهير «مفتتنة وسلبية» - كما كان يُعبر عنها في الإعلام التقليدي - إلى أخرى فاعلة، أكثر نشاطاً وقدرة على صناعة المضامين بمختلف أنواعها، إذاً ماذا يكون سبب هذا الركود الفكري والتحصّر الإبداعي لدى الأعلام الشابة اليوم؟

فوفقاً لآخر تقرير في هذا المجال صدر عن مؤسسة الفكر العربي، فإن عدد كتب الثقافة العامة التي تنشر سنوياً في العالم العربي، لا يتجاوز خمسة آلاف عنوان. وقد تم تسجيل صدور كتاب واحد لكل 12 ألف مواطن عربي، بينما

والمسرح من أشكال التوعية الاجتماعية؟ أم أن الصورة «الإنفوغرافية» أصبحت تختصر عدد الكلمات التي لم يعد إنسان اليوم قادرًا على الصمود في سبيل قراءتها كاملة؟

وعودًا على بدء، وتأسيسًا على انفتاح الواقع اليوم، إذا لم تكن «الرقابة» أو «الحيرة بين الذاتية وبين القضايا الاجتماعية» - كما حلل الفاعلون في القرن الماضي - هي أسباب الركود الفكري والتصحر، فهل سيثبت الواقع في المستقبل بطلان إرهاسات «الحمية التقنية» لتبرير العزوف عن إبداع الكتابة اليوم؟

يُحكى أن الكاتب البريطاني «آندي ميلر» قبيل كتابته لمُنجزه الأهم عام 2014، تحت عنوان «سنة القراءة الخطرة» مع عنوان فرعي «كيف استطاع خمسون كتابًا عظيمًا إنقاذ حياتي»، أنه كان قد أمضى السنوات الثلاثة السابقة على «سنة القراءة الخطرة»، بعيدًا عن الكتب. وكان يدعي بأنه قرأ كتبًا معينة، أُلغ عنها تكاسلاً، أو هرباً من صعوبتها. وكان من الممكن الادعاء بأنه قرأها بسبب وجود تلخيصات لها.

ثم قرر أن يستعيد علاقته بالكتب، وعكف على اختيار قائمة تحتوي على خمسين كتابًا من الكتب التي يشعر بالخجل لأنه لم يقرأها، وقاوم أي رغبة في إضافة غيرها طلباً للتركيز، ثم وقر الكتب، وأشهد زوجته عليها، ليؤكد عزمه على الإنجاز.

فهل هي التقنية من تفسد تراثًا متراكمًا في الكتابة والأدب، أبدع فيه العقل البشري على مدى قرون؟ أم أنها سمة «قلّة الخواص» و«ضعف الهمة» التي تنفّاق بين البشر اليوم؟

سكرتير التحرير

زينب عقيل

يصدر كتاب لكل 500 مواطن إنجليزي، وكتاب لكل 900 مواطن ألماني.

لقد كانت الكتابة شرفًا يناله الفرد في مجتمعنا العربي، فهل ما زالت كذلك اليوم؟

وهل ما زال الإبداع في ابتكار أساليب لنشر الوعي من أولويات هذا الجيل؟ أم أن ثمة قطيعة إدراكية ومعرفية في تحديد الأولويات بين الجيل القديم والجيل الجديد؟

هل ما زال كاتب اليوم هو قائد الغد؟

وهل ما زال ثمة كتاب متطفلون وكتاب أصيلون؟ أم أن الفاعلين في فضاء الإنترنت هم ليسوا كتابًا أصلاً بل مجرد مدونين؟

فمواقع التواصل الاجتماعي من تويتر وفيسبوك لا تملك الكثير لتفعله حيال تطوير الحس الإبداعي. ذلك أن التغريد المستمرّ وعروضات النشر المتواصلة هي أفعال جماعية مشتركة، تأخذ بالفرد بعيداً عن خياله الفرديّ المبتكر. وأي خيال لديه سيكون أسيراً للتغذية الراجعة من الإعجابات والتعليقات التي سيحصل عليها مباشرة. وللحفاظ على المعجبين سيحسب ألف حساب للمضامين، الأمر الذي سيمنعه من الإبداع. بل إن مجموعة دراسات حديثة تحدّثت عن أن التكنولوجيا القسرية ستكون سبباً في خفوت الخيال لدى الكتاب مستقبلاً.

إلى ذلك، لم نعد نسمع في أدبيات الجيل الجديد عن «الدهشة» التي تعترى القارئ المعاصر، حين يمسك نصّاً لكاتبٍ حديث، أو يتابع عملاً درامياً، أو غيرها من ميادين الإبداع.

هل ما زال المقال والشعر والقصة القصيرة

مع مجلة الشباب

مجلة فصلية تصدر عن
المركز الإسلامي للدراسات الاستراتيجية - بيروت
العدد الثالث - السنة الأولى - ١٤٤٠ هـ - صيف ٢٠١٩ م



محمد باقر كجك



مريم ميرزاده



زينة شيت



فرح الحاج دياب



زهراء ديراني



حسين عمّار



خضر فرحات



علي الرضا سببتي



هادي قبيسي



نورما رشيد حمود



حيدر الكعبي



محمد علي العسكري



علي بن عبد الله آل داوود



سامر توفيق عجمي



زينب عقيل



وفاء حطيط



علي مير حسين



نبيل سرور



جهاد سعد



المُراهقة

كيف يغيّر الدين حياتي؟
سامر توفيق عجمي



لمراهقة أكثر استقرارًا وراحة
د. نسرین نصر



المراهقة مسؤولية لا أزمة
د. طلال عتريسي



القدوة: احتار ولا تختار!
د. حسان قبيسي



كيف نجيب عن أسئلة المراهقين؟
حسن ركين



الأسرة والمدرسة في مواجهة الرياح العاتية
ممدوح عز الدين



وداعًا أيتها الطفولة
حنان مرجي



كيف

يُغيّر الدين حياتي؟

سامر توفيق عجمي

(العقلي - النفسي - السلوكي -
الجسدي) والنمو المتوازن لها هو الذي يجعل
المراهق يعيش حالة من الشعور بالاستقرار
والسعادة مقابل اضطراب الهوية.

لكن، يبقى السؤال: ما الذي يؤمن هذا
النمو المتوازن في بناء مربع الشخصية؟
الجواب: إنه الدين. نعم، الدين هو الذي
يقوم بإيجاد حالة التوافق والنمو المتوازن في
أبعاد شخصيتنا.

كيف ذلك؟

عندما ندخل في مرحلة المراهقة، ينضج
دماغنا، ويتبلور التفكير التجريدي عندنا،
فبعد أن كنا كأطفالٍ وبدافعٍ من حبِّ
الاستطلاع والاستكشاف نطرح الأسئلة
بطريقةٍ استفهاميةٍ انطلاقاً من شعورنا
بجهلنا والعجز عن تحصيل المعرفة بأنفسنا،

لعلّ أولى أزماتنا في المراهقة، هي عند بوابة
الخروج من الطفولة. عندما ننمو جسدياً
بنحو نصبح فيه كالرجال من حيث الحجم
والشكل.... قبل أن نخرج على المستوى
العقلي من مرحلة الطفولة. سنقف أمام
أنفسنا مضطربين، في حالة ما يُسمّى بـ
«اضطراب الهوية».

وكذلك الحال، لو انعكس الأمر، لو أنّ
مراهقاً نمت مهارات تفكيره وتطورت
وظائف دماغه بشكلٍ ملحوظٍ، إلّا أنّه بقي
من حيث الجسم شبيهاً بالأطفال، فإنّه
سيعيش حالة من الاضطراب، خصوصاً إذا
نظر إليه الآخرون بلحاظ جسمه، فسيفقد
الشعور منهم بتقديره انطلاقاً من تعاملهم
معه على أساس شكله لا وزن دماغه.

فالتوافق بين أضلاع مربع الشخصية

نصبح في مرحلة المراهقة نطرح الأسئلة
بأسلوبٍ استنكاريٍّ انطلاقاً من شعورنا
بقدرتنا على تحصيل المعرفة نتيجة الشعور
بالاستقلالية والحرية والخروج من تحت
السلطة المعرفية لأيّ شخصيّة أو جهةٍ،
فتنشط فينا غريزة حبّ التأكد من صدق
المعلومات والتثبت من صحة المعطيات التي
تلقيناها خلال مرحلة الطفولة، إذاً تتسم
مرحلة المراهقة بالخروج من دائرة السؤال
الاستفهامي إلى دائرة السؤال الاستنكاري
طلباً لتحصيل القناعة الذاتية بالأجوبة عن
الأسئلة التي كنّا نطرحها.

وأول ما تطال هذه النزعة في شخصيتنا
الأسئلة الوجودية التي تلحّ فطرتنا بتحصيل
الجواب عنها، فندخل في حالة من الشكِّ
المنهجي في الثوابت والمسلّمات، فنسأل عن
مبدأ الكون، والحياة، والمصير، والموت....
ونريد جواباً قائماً على أساس الاستدلال
ومنطق البرهان.

والواقع، أنّ الدين الحقّ وحده يؤمن
الاستقرار في شخصيتنا تجاه هذا القلق
الوجودي والمصيري؛ لأنّ الدين هو الذي
يدعونا إلى التأمل والتدبر والتفكير في الآيات
المنتشرة في الأفاق وفي أنفسنا للعثور على
الجواب وتحصيل العلم بأنّ وراء هذه
الكائنات العجيبة في دقة هندستها خالقاً
قادراً عالمياً حياً حكيماً...

والدين هو الذي يدعونا أن يكون هذا التفكير
قائماً على أساس معيارية البرهان في صدق
العقيدة، (قل هاتوا برهانكم إن كنتم صادقين).

وبايجاز

- يصبح المراهق قادراً على التفكير في معتقداته والتأمل فيها.

- تتنشط لدى المراهق غريزة حب التأكد من المعلومات التي اكتسبها في طفولته.

- يبدأ المراهق بالاهتمام بالقضايا الكونية والإنسانية والدينية.

- يكون اهتمام المراهق بالدين مخلوطاً بانفعالات نفسية حادة وشعور بالتمرد.

- يؤمن الدين حالة الإشباع الفكري والعقلي عند المراهق تجاه اهتماماته الكونية والإنسانية.

ثم، تنعكس حالة الإشباع الفكري في بناء الرؤية الكونية على ضوء منطق البرهان، على نفسية المراهق.

فيعزز الدين عند المراهق الشعور بالهدفية في الحياة، وأن هذه الحياة لم توجد لعباً ولا لهواً ولا عبثاً.

ويمنحه الاستقرار النفسي والطمأنينة، فيطرد عنه الإحساس بالاضطراب وما يصاحبه من القلق والاكتئاب ...

في هذا السياق، يقول مؤسس علم النفس التحليلي كارل يونغ: «إنَّ انعدام الشعور الديني يسبب كثيراً من مشاعر القلق والخوف من المستقبل،

والدين هو الذي يحزرننا من تقليد الآباء في التفكير الكوني ويدعوننا إلى نبذ الموروث العقائدي إذا لم يتطابق مع منطق العقل والبرهان (قالوا بل نتبع ما ألفينا عليه آباءنا أولو كان آباؤهم لا يعقلون شيئاً ولا يهتدون).

والدين هو الذي يأمرنا باتباع العلم وينهانا عن اتباع الظن (لا تقف ما ليس لك به علم)، (وما يتبع أكثرهم إلا ظناً إن الظن لا يغني من الحق شيئاً).

وبهذا الأسلوب من تربية العقل، يؤمن الدين حالة الاستقرار الذهني تجاه الأسئلة الوجودية التي تخلق المراهق، ولعل هذا ما أشار إليه أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام) في قوله: «رحم الله امرأ عرف من أين وفي أين وإلى أين».

وهذا الفهم لتربية العقل، ينسف محاولات فك الارتباط بين العقلانية والإيمان، كما في قول أبي العلاء المعري: اثنان أهل الأرض: ذو عقل بلا دين وآخر دين لا عقل له^[1].

فالعقلانية والتدين أمران متلازمان، كما رسم لنا ذلك الإمام علي عليه السلام بقوله: «لا دين لمن لا عقل له»^[2]. وحفيده الإمام جعفر الصادق بقوله: «من كان عاقلاً كان له دين، ومن كان له دين دخل الجنة»^[3].

والشعور بعدم الأمان والنزوع نحو النزعات المادية البحتة، كما يؤدي إلى فقدان الشعور بمعنى هذه الحياة ومغزاها، ويؤدي ذلك إلى الشعور بالضيق^[4].

ويكسب الدين المراهق القوة في مواجهة التحديات، واقتحام صعوبات الحياة، ويهبه الشجاعة والثقة بالنفس، نتيجة شعوره بالمعية الإلهية، وهذا ما نلمسه في حياة الكثير من المراهقين والشباب، بل والأطفال. فالنبي يوسف عليه السلام، حين ألقاه إخوته في غيابة الجب، وأخرج من البئر، بدل أن تجد السيارة إنساناً مضطرباً قلقاً خائفاً كئيباً، وجدت إنساناً صلباً قوياً شجاعاً، فحين قال أحدهم: استوصوا بهذا الغريب خيراً، أجابهم النبي يوسف عليه السلام: «من كان مع الله فليس عليه غربة»^[5].

كما أن الدين هو الذي يوجد عند المراهق حالة الإشباع العاطفي والتوازن الوجداني، ويمنحه طاقةً إيجابيةً تحقق له الشعور بالبهجة، وتساهم في تخفيف التوتر والعصبية والعذوانية والأرق، لأن الدين يدعو المراهق إلى أن يعيش الحب في كل تفاصيل حياته، عن الإمام الصادق عليه السلام: «وהל الدين إلا الحب؟!».

4- دراسات في تفسير السلوك الإنساني، ص: 193.

5- ربيع الأبرار ونصوص الأخبار، ج 3، ص: 5.

1- لزوم ما لا يلزم، ج 2، ص: 174.

2- عيون الحكم والمواعظ، ص: 539.

3- الكافي، ج 1، ص: 11.

تقتضي **الموضوعية** أن يعيش الإنسان في دائرة الشك أو الاحتمال تجاه الحياة بعد الموت الأمر الذي يحركه للبحث عن الحقيقة الدينية.

السرقه، والمخدرات، والانتحار.... «لأن الله تعالى يباهي بالشاب العابد الملائكة، يقول: «انظروا إلى عبدي: ترك شهوته من أجلي». ولأن «الله يحب الشاب الذي يُفني شبابه في طاعة الله». كما ورد عن رسول الله صلى الله عليه وآله.

سيعيش كيوسف عليه السلام مع الله، وسيجد أنه يبني ذاته ويشق طريقه لتحقيق أهدافه في الحياة في ظل الشجرة الإلهية، فيسعى ليترجم عقيدته هذه في سلوكه في الحياة، فيعيش بعيداً عن القلق والاكتئاب لأنه (بذكر الله تطمئن القلوب)، ويعيش بعيداً عن العنف (لأن الله رفيق يحب الرفق)، ويعيش بعيداً عن

وإذا كان النمو العقلي للإنسان سليماً، والنمو النفسي له سليماً، فإنه سينعكس على سلامة السلوك، وصحة نمط الحياة وأسلوب العيش، لأن سلوك الإنسان وليد تفكيره ووجدانه، وتنتج عقيدته وحبه، فمن اعتقد بأن الله تعالى هو الخالق والمالك والمحسن والمنعم، وأنه تعالى له على المراهق حق الشكر والطاعة، فإنه



سامر توفيق عجمي

رئيس التحرير

لمراهق أكثر استقراراً وراحة

د. نسرين نصر

الثقة بالنفس والانحرافات السلوكية:

في كتاب (false stigma: low self esteem) توصل الكاتب إلى أن تدني تقدير الذات هو القاسم المشترك بين جميع المدمنين. فالمدمن يختار الإدمان لأنه الحل الذي لا يتطلب مواجهة. فبدل أن يحاول حل مشكلاته، يهرب إلى عالم وهمي قاتل. كما أن الثقة المنخفضة بالذات تجعل المراهق ينقاد للرفاق

وتجعله دائم الرغبة في

إرضائهم أو تقليدهم

بهدف «كسب ودّهم»

فيدخّن اعتقاداً منه أنه

قد ينتزع الاحترام ومَن

حوّله. كما قد يصل أحياناً

إلى السرقة أو التهديد أو

الإبتزاز، رغبةً منه في إثبات

القوة لنفسه ولأصدقائه، أو

رغبةً منه في لفت النظر والتعويض عن ضعفه أو فقره.

وخلال القرنين الأخيرين، شهد العالم تزايداً في

هذه السلوكيات:

-تزايد المتعاطين للمخدرات. فقد أظهر تقرير

المخدرات العالمي عام 2016 أن نحو 250 مليون

شخصاً في العالم تعاطوا المخدرات غير المشروعة

لقد عرف الإنسان كيف ينمي عضلاته...

عرف كيف يبني حياته المادية...

عرف كيف يستثمر الأشياء في سبيل صحة

جسدية أفضل...

لكن ماذا عن الصحة النفسية؟

الواقع أن البنية النفسية للمراهق هي الأساس. فإذا كانت هشة، ولم يكن تقدير المراهق لنفسه مرتفعاً، فذلك قد يسبب بعض المشاكل النفسية والاجتماعية. فالتغيرات الجسدية السريعة التي تطرأ على المراهق ستجعله يركز على المظهر الخارجي. فنلاحظ في الذكور مثلاً الإفراط في بناء العضلات واستعمال الوشوم، خاصة تلك التي ترمز إلى القوة. وتميل الفتيات إلى المبالغة في الاهتمام بلباسهن وبوضع مساحيق التجميل. هذا التركيز يعكس غالباً ثقة منخفضة بالذات فيلجأ إلى التعويض عبر محاولته الإبهار بالمظهر الخارجي. أما إذا لم يتقبل جسده فقد يتوجّه إلى العزلة الاجتماعية، والخجل المفرط، وعدم القدرة على التكيف مع المحيط، وقد ينغمس في العالم الافتراضي كبديل عن العالم الحقيقي الذي عجز عن إثبات نفسه فيه وأحياناً قد يصل إلى الاكتئاب المرضي، والأخطر هو الإدمان.

unodc. وفي لبنان كشف وزير الصحة السابق وائل أبو فاعور أن 24 ألف من السكان هو عدد المدمنين على المخدرات أي نسبة 6% من السكان. في حين أن النسبة في دولة عُمان 12%، وفي السعودية 75، وفي تونس 8%، وفي الكويت 7%. وفي مصر أعلن صندوق مكافحة الإدمان أن 80% من الجرائم غير المبررة تحصل تحت تأثير المخدرات.

-زيادة الحوادث الناتجة عن تعاطي الخمر. فقد تبين أن 15% من حالات الانتحار سببها الإفراط في تناول الكحول. وأن 22% من الأمريكيين يذهبون إلى المصحات العقلية بسبب الانغماس المفرط في تناول المشروبات الكحولية. ومليون مثلهم يموتون سنوياً في ما كان يُسمى الاتحاد السوفياتي. و50% من جرائم العنف في العالم تحدث تحت تأثير الخمر.

زيادة عدد المترددين إلى مصحات الأمراض النفسية ومراكز العلاج النفسي.

- زيادة عدد المترددين إلى مصحات الأمراض النفسية ومراكز العلاج النفسي.

- زيادة تعاطي العقاقير المهدئة، إذ تبين الإحصائيات العلمية بأن ما يقارب واحداً من بين خمسة أشخاص من الذين يستعملون العقاقير المهدئة عندهم القابلية على الإدمان لفترة طويلة.

- زيادة ظهور حالات القلق والإحباط والاكتئاب، حيث يقدر عدد حالات الاكتئاب في العالم بحوالي 340 مليون حالة، ونسبة الإصابة تناهز 7% من سكان العالم.

- زيادة حالات الانتحار ومحاولاته، لا سيما لدى أبناء المترفين والأغنياء. فقد بينت الإحصائيات بأن 800 ألف شخص يموتون سنوياً بسبب الانتحار. ويعتبر الانتحار ثاني أهم سبب للوفاة بين من تتراوح أعمارهم بين 15 و 20 سنة.

- وصول نسبة أعباء الأمراض النفسية والعصبية إلى 10.6% من مجموع الأمراض مجتمعة. ويمثل عدد مرضى الفصام في العالم حوالي 45 مليون إنسان، كما يبلغ عدد مرضى الوسواس القهري حوالي 3% من الناس في العالم، ويبلغ عدد مرضى الصرع 40 مليوناً.

ألا تدل هذه الحالات والإحصائيات على أهمية المشكلات النفسية؟

لم يصاب الإنسان بحالة القلق والضيق، ما يفسد عليه حياته وصحته؟

وعلى الرغم من كل تلك الأرقام الإحصائية التي وردت أعلاه، فإن من المفيد ذكره بأن 20% فقط من المراهقين قد عانوا من اضطرابات نفسية جدية. وأن 80% من المراهقين في اليابان يعتبرون المراهقة مرحلة سعادة عائلية.

لقد ذكر لنا ديننا الإسلامي نماذج مشرفة لشخصيات عاشوا فترة صباهم حياة عمادها القيم. فالإمام علي بن أبي طالب عليه السلام عاش مراهقته متنقلاً بين دفاع وفداء وتقوى. فالوعي بالذات وبقدرتها على اجتراح المصاعب سيجعلك تشهد على ولادة جديدة لشخصيتك،



من سمات مراقبتك الحساسة.
استثمرها بشكلٍ صحيحٍ ولا تُهمل العمل
التطوعي، فأنت جاهزٌ له.

**الشباب هو العمر الذي
يتميّز بخصال ثلاث:
الطاقة والثورة والإبداع.**



قائمة أهدافٍ وحاول بإصرارك أن تحقّقها.
تدرّج من قائمة أهدافٍ يوميةٍ ثم أسبوعيةٍ
وهكذا. وقد يكون الهدفُ عادةً تودّ اكتسابها
أو عادةً ترغب بالتخلّص منها.

**من سمات مراقبتك الحاجة للشعور
بالاحترام.** قبل أن تطلب من الآخرين
احترامك ابدأ بإحترام نفسك ولا تجعلها
ضعيفة أمام الغرائز والرغبات.

**من سمات مراقبتك أنها تولّد لديك
طاقةً جسديةً كبيرةً ناتجةً عن النّمو السّريع.**
عليك بإدارة هذه الطاقة الزائدة عبر الإكثار
من ممارسة الرياضة وخاصةً ضمن فريقٍ
فذلك يُبعدك عن الأنانية.

من سمات مراقبتك الاندفاعيّة. فكُن
مندفعاً ومبادراً، ودافع عن المظلومين أينما
وجدوا.

من سمات مراقبتك الخجل. وجّه هذا
الخجل لتكون إنساناً رسالياً كما أراد الله
حين قال في كتابه العزيز: «قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ
يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ
أَزْكَى لَهُمْ»^[1].

من سمات مراقبتك الحاجة إلى الحبّ.
فابدأ بتكوين حلقة صداقاتٍ تتناسب مع
قيمتك وأخلاقك ودينك. وتقبّل نفسك
وجسدك كما هما، قبل أن تطلب من
الآخرين ذلك.

ستقرّر كيف ستكون حياتك في المستقبل
عندما تشكّلها بالمثابرة والبحث عن الأفضل
لنفسك. والبداية من حب الله الذي رسم لنا
خارطة طريقٍ لمحبة الأهل والناس والحقّ.

وهنا بعض الخطوات التي تساعدك
على تحويل مرحلة المراهقة إلى مرحلةٍ أكثر
استقراراً وراحة:

**من سمات مراقبتك سرعة التّأثّر
والاعتیاد.** عوّذ نفسك على بناء علاقةٍ
خاصةٍ مع الله من خلال الأدعية والأذكار،
فإحساسنا بأنّ هناك قدرةً عظيمةً تواكبنا
من شأنه تقليل شعورنا بالقلق، ابدأ من
اليوم فأنت أكثر قدرةً على ذلك من الراشد.

**الأسئلة التي رُكّبت لنا من خلال
المدارس الفكرية المتتالية، ثمّ
تلقاها الشاب من الإنترنت وألقاها
علينا، عندئذٍ نحن لا نجيب الشاب،
بل نجيب ماركس أو دوكنز أو
هوكينغ مثلاً.**

من سمات مراقبتك الشجاعة. فلا تخفّ
من إظهار مشاعرك وحاجاتك العاطفية
لأهلك، فهم الحضن الذي سيساعدك على
تخطي معظم قلقك ومشاكلك.

**من سمات مراقبتك أيضاً الحاجة إلى
وجود مثلٍ أعلى.** فلا تقبل مثلاً أعلى أقلّ من
القادة الذي غيروا خريطة عالمنا الحالي.

من سمات مراقبتك الإصرار. لذا ضع



د. نسرین نصر

اختصاصية في علم النفس العيادي ومدرّبة

1- سورة النور الآية رقم 30



المراهقة مسؤولية لا أزمة

د. طلال عتريسي

لكن التدقيق الثقافي والمنهجي في هذا التقسيم لمراحل العمر من جهة وللمواصفات السلوكية «للمراهقة» من جهة ثانية، يسمح لنا برفض مثل هذه الأطروحة الشائعة في الدراسات النفسية والتربوية، للأسباب التالية:

لأن المجتمع الأوروبي نفسه لم يعرف هذه الظاهرة في القرون السابقة على التصنيع والتحديث. فقد كان المجتمع يحتضن الشاب عند البلوغ، ويتيح له أن يلتحق بالفرسان والخيالة، ويمارس دوره الاجتماعي، فلا يعيش حالة انفصال أو تمرد على المجتمع. ما يعني أن ظاهرة «المراهقة» والأزمة التي رافقتها، هي ظاهرة حديثة نتجت عن تحولات اجتماعية واقتصادية واستهلاكية في أوروبا، ولا يمكن اعتبارها ظاهرة إنسانية كما

تعتبر الدراسات في مجال التربية وعلم النفس وفي علم النفس التربوي بشكل خاص، المراهقة مرحلة من مراحل العمر التي تعقب الطفولة وتسبق سن الرشد. بحسب تقسيم هذه الدراسات لعمر الإنسان.

وتربط هذه الدراسات النفسية والتربوية بين المراهقة وبين «الأزمة» التي يتم التعبير عنها بالتمرد، والرفض، والصراع، وعدم المسؤولية، والبحث عن الذات، ورفض السلطة العائلية، وغير ذلك مما يعني أن هذه المرحلة هي مرحلة غير عادية من حيث رفض المجتمع، ورفض القيم، والتمرد، والاستغراق في قضايا اللهو والعبث...

وتؤكد هذه الدراسات من ناحية ثانية على التلازم بين التحولات الفيزيولوجية التي تتصف بها هذه المرحلة وبين مؤشرات «الأزمة» التي أشرنا إليها. وبما أن التحول الفيزيولوجي هو أمر حتمي وطبيعي يمر به كل إنسان، تصبح المراهقة ومواصفاتها أيضاً أمراً حتمياً لا بد وأن يمر به كل إنسان منذ بداية الخليفة إلى اليوم. ولا بد أن يكون الإنسان في كل الشعوب وكل الحضارات قد عرف هذه المرحلة من الأزمة ومواصفاتها السلوكية التي تؤكد عليها الدراسات الغربية في التربية وعلم النفس..



إن ظاهرة "المراهقة" والأزمة التي رافقتها، هي ظاهرة حديثة نتجت عن تحولات اجتماعية واقتصادية واستهلاكية في أوروبا، ولا يمكن اعتبارها ظاهرة إنسانية كما تريدنا تلك الدراسات أن نتعامل معها.



بهذا المعنى تُعتبر «المراهقة» بمواصفات «الأزمة» التي تتحدث عنها الدراسات التربوية والنفسية، خصوصية أوروبية، أفرزها المجتمع الأوروبي وحضارته المعاصرة، التي ساهمت في توليد أزمت إنسانية أخرى مثل أزمة الشيخوخة، وأزمة المرأة، وأزمة الطفولة، ومشاكل الإدمان والانتحار...



إنَّ **سمات المراهقة** وأزمته النفسية والاجتماعية لا ترتبط بالنمو الفيزيولوجي، بل بالإطار الفكري والأخلاقي والقيمي الذي يحيط بالمراهق، ويؤثر على رؤيته إلى نفسه وإلى رغباته، وعلى نظرته إلى علاقاته مع المجتمع ومع الآخرين.



إنَّ المنظور الإسلامي لمراحل العمر يختلف تماماً عن ذلك الذي تحدثت عنه الدراسات الغربية. فما يُسمى المراهقة هو في الإسلام بداية البلوغ. والبلوغ يعني بداية تحمّل المسؤولية لا بداية العبث أو الضياع. ولذا يبدأ إعداد الإنسان قبل هذه المرحلة لكي يستعدّ لتحمل المسؤولية وللتعرّف على ما يجوز وما لا يجوز فعله، أي على الحلال والحرام.

ليس البلوغ في النظام العقدي الإسلامي بداية لما يُسمى المراهقة، وهو ليس أزمة على الإطلاق، بل هو حدُّ فاصل بين مرحلتين: التكليف وما قبله. بين الاستعداد

هي نتاج بيئة ثقافية واجتماعية واقتصادية وتربوية معينة، فإذا تغيرت هذه البيئة تغيرت ردود فعل الإنسان.

لو كان الترابط حتمياً بين المراهقة وبين الأزمة السلوكية لكان علينا أن نلاحظ وجود هذه «الأزمة» عند البلوغ منذ بداية الخليقة إلى اليوم. ولو كان هذا الافتراض

صحيحاً وواقعياً لكان علينا أن نقرأ عن الإنسان الأول كيف تمرّد على أسرته، وكيف كان يبحث عن الإستقلال، وهذا لم يحصل طبعاً، ولم نخبرنا عنه سيرة الإنسان على اختلاف رواتها. كما أنَّ الدراسات الأنتروبولوجية

تؤكد أنَّ المجتمعات غير الأوروبية لم تعرف مثل هذه «الأزمة» في هذه المرحلة من العمر.

إنَّ سمات المراهقة وأزمته النفسية والاجتماعية لا ترتبط بالنمو الفيزيولوجي، بل بالإطار الفكري والأخلاقي والقيمي الذي يحيط بالمراهق، ويؤثر على رؤيته إلى نفسه وإلى رغباته، وعلى نظرته إلى علاقاته مع المجتمع ومع الآخرين.

تريدنا تلك الدراسات أن نتعامل معها.

لأن التغيرات الفيزيولوجية مثل نمو شعر الوجه، أو تغير الصوت، أو اضطراب الهرمونات وتبدل وظائفها.. هي تغيرات حتمية، وهي بهذا المعنى سنة من سنن الله في خلقه... فحتمية التغير الفيزيولوجي والجسدي لا تتأثر بلون الشخص ولا بمعتقد، ولا بالمجتمع الذي يعيش فيه إذا كان متقدماً، أو صناعياً، أو زراعياً....

لأنَّ المواصفات النفسية والاجتماعية لا تخضع للحتمية نفسها التي تخضع لها التغيرات الفيزيولوجية، وهي ليست سنة كونية، وليست قدراً لا يمكن الفرار منه.. بل



لهذا التكليف وبين بداية ممارسته وتحمل مسؤولياته.
والتكليف مفهوم إسلامي خاص، لم تعرفه
أي من الشعوب والحضارات، ولم تتحدث عنه
أي من الدراسات في العلوم الإنسانية الغربية،
لأن هذا المفهوم يرتبط بنظرة الإسلام إلى الإنسان
وبدوره في تحمل المسؤولية، وفي رحلته نحو الكمال
”يا أيها الإنسان إنك كادح إلى ربك كدحاً فملاقيه“
(الانشقاق 6). وهذا يختلف تماماً عن مفهوم
المراهقة الغربي، الذي أنتجته ثقافة معينة، وتجربة
حضارية معينة، لا يمكن اعتبارها المرجعية
الوحيدة في فهم الإنسان، أو في شرح تحولاته
ومراحل العمر التي يمر بها.



ما يُسمّى بالمراهقة هو في
الإسلام **بداية البلوغ**. والبلوغ
يعني بداية تحمل المسؤولية لا
بداية العبث أو الضياع



د. طلال عتريسي

مدير المعهد العالي للدكتوراة في الجامعة اللبنانية سابقاً

القدوة احترار ولا تختاراً!

د. حسان قببسي

من هو المراهق؟

المراهق هو النامي البشري الذي بلغ مرحلة المراهقة. ومرحلة المراهقة هي مرحلة انتقال مهمة في حياة الإنسان، يكون فيها الفرد أحوَج ما يكون للرعاية والتوجيه والإهتمام، لأنها مرحلة تتسم بالقلق وبالصراع. فالمراهق في هذه المرحلة ينتقل من طفولته المبكرة والمتأخرة إلى حياة اجتماعية واسعة النطاق، وتستيقظ لديه القدرات الجنسية الكامنة، وتتسع احتياجاته وعلاقاته الاجتماعية، ويزداد اهتمامه بالآخرين، وتظهر ميوله واتجاهاته نحو التوافق مع الجماعة أو الصراع معها، لتتشكل وفق هذا الصراع أو التوافق ميوله واتجاهاته وخصائص شخصيته، تبعاً للنماذج السلوكية والأخلاقية والاجتماعية التي يتبنّاها لبناء شخصيته وفقها، وهي نماذج تختلف وتتنوع مصادرها تبعاً للوضع الأسري والإقتصادي والثقافي الذي ينمو المراهق في وسطه.

التربية والمراهق

يأتي الكائن البشري إلى هذا العالم وهو لا يمتلك أي نوع من أنواع السلوك الجسدي أو العقلي أو الاجتماعي أو النفسي، إلّا ما وهبه الخالق من استعدادات كامنة، ومن سلوك فطري يسدّ به حاجته إلى الطعام وإلى التبرز. ويعمل المجتمع البشري

تحويل

هذا المولود من

كائن بيولوجي إلى كائن

اجتماعي عن طريق التربية، وهي

العملية التي يتمّ بواسطتها إكساب النامي

البشري أنواعاً من السلوك، يتطلّبها عيشه في

وسط اجتماعي معين، ابتداءً من اللغة ومروراً بكلّ النماذج

السلوكية والتصرفات التي تجعله حاملاً لهويّة ثقافيّة معينة،

وتجعله كذلك قابلاً لتلك الهويّة وساعياً للاندماج فيها.

وأثناء نموّه يمرّ النامي البشري بمراحل، صنفها المشتغلون

بعلوم البيولوجيا والنفوس والاجتماع، تبعاً لخصائص كلّ

مرحلة وشروط النماء فيها. وتشكّل المراهقة المرحلة الأخيرة

في سلّم المراحل النمائية، يكتسب النامي البشري بعدها صفة

البالغ، والعضو المكتمل في المجموعة البشرية الثقافية.

كيف تتم العملية التربوية؟

في العصور الأولى للبشرية، كانت التربية تتم عن طريق المحاكاة، أي تقليد الأهل في الأسرة. يرى النامي البشري من حوله كيف يتواصلون وكيف يأكلون وكيف يُلبّون كلّ احتياجاتهم... فيقلّدها، ويتعلّمها. ومع تكوّن العشيرة أو القبيلة أضيفت إلى الأسرة مصادر أخرى يكتسب منها النامي البشري أنواع السلوك، إذ برز فيها أفراد يقومون بأدوار أخرى غير دور الأب أو الأم، كالمحارب ورئيس العشيرة والساحر.. وخلافهم من أفراد شكّلوا نماذج سلوكية يقتدي بها النامي البشري.

ومع الأديان نشأت دور العبادة، فراحت تعمل على إكساب المتعلّمين، بشكل منظم، أنواعاً معينة من السلوك، عن طريق التعليم والتقليد.

في العصور الأولى للبشرية، كانت التربية تتم عن طريق **المحاكاة**، أي تقليد الأهل في الأسرة. يرى النامي البشري من حوله كيف يتواصلون وكيف يأكلون وكيف يُلبّون كلّ احتياجاتهم... فيقلّدها

في كلّ هذه المراحل، كان النامي البشري يكتسب أنواع سلوكه من محيطه الاجتماعي المحلي. فالنماذج السلوكية التي يقتدي بها طوعاً أو قسراً، هي نماذج محلية، همّها تحويل الفرد إلى عضو اجتماعي قابل

للجماعة التي يعيش وسطها ومقبول منها، من خلال تشريه لأنواع السلوك السائدة وقابلاً لها ومتصرفاً وفقها.

وتعقدت الثقافة البشرية مع تعدّد اللغات والأديان والتواصل بين الثقافات وكذلك مع تنوع العلوم والقيم وأنواع العيش وأدواته... فبرزت المدرسة، بأشكالها المختلفة، مؤسسة تربوية ضرورية لاستمرار المجتمع البشري وتطوره. ووجد النامي البشري نفسه يرتاد، وبشكل منظم، صفوفاً يديرها بالغون، معلّم أو أكثر، ويتلقّى أنواع السلوك التي يتوجّب عليه تبنيها من إدارة ومعلمين وكتب تترجم منهجاً تربوياً، هو إذا ما أردنا تعريفه، تلك الخطة التي تضعها السلطة في مجتمع معين، وتتضمن كلّ أنواع السلوك التي تريد إكسابها إلى أبناء ذلك المجتمع، بهدف تحويلهم إلى أفراد اجتماعيين وفق نماذج سلوكية وقيمية تراها ضرورية لذلك المجتمع أو للسلطة التي تديره وهكذا أضيف مصدراً آخر للنماذج السلوكية إلى نماذج الآباء والبالغين ورجال الدين، هي نماذج المعلمين والنماذج التي تحتويها الكتب من قادة ومفكرين وعلماء وأبطال روايات...

وبرزت بعد ذلك وسائل الإتصال، ابتداءً من السينما والتلفزيون، وصولاً إلى الإنترنت والهاتف الجوال... وتعقدت الأمور إلى درجة كبيرة، إذ تضاعفت النماذج السلوكية التي يمكن أن يحاكيها النامي البشري، وبخاصة المراهق. وتراجع نموذج الأهل أو المعلّم إلى مرتبة متأخرة من سلّم

النماذج

التي

راحت تحتلّ

مراتب متقدمة في

التكوين السلوكي

للمراهق. فقد

تخطّت مضامين

هذه النماذج

الجيز الاجتماعي

الذي ينتمي إليه النامي

البشري، كما تخطّت المناهج

التربوية التي كانت المدرسة تصوّر

على إكسابها للمتعلّمين فيها بشكل منظم

وتراقبها من خلال الامتحانات والعلامات

والعقوبات... ووجد المراهق نفسه في

وسط لامتناهي الأطراف من أنواع النماذج

التعليمية والبرامج المدرسية، لدراسة هذه المشكلة التربوية الاجتماعية، وإجراء الندوات والمؤتمرات والحلقات الدراسية... لاقتراح أنجح الحلول لها، وبالتالي تعميمها على المؤسسات التعليمية، ليصار إلى مناقشتها مع الأهل ومع الطلاب من كل الأعمار، وبخاصة المراهقين منهم، للوصول إلى تبني بعض الخطط التربوية الهادفة إلى الحفاظ على النماذج الثقافية الضرورية للعيش الاجتماعي. دون أن يعني ذلك تقوقعها وبالتالي تخلفها، أو تفلتها والانجرار مع النماذج السلوكية الوافدة.

ليصار إلى مناقشتها مع الأهل ومع الطلاب من كل الأعمار، وبخاصة المراهقين منهم، للوصول إلى تبني بعض الخطط التربوية الهادفة إلى الحفاظ على النماذج الثقافية الضرورية للعيش الاجتماعي



د. حسان قبيسي

أستاذ جامعي في علوم التربية

ولم يقتصر الأمر على الأسرة، فالمعلم هو الآخر، تسمر على كرسيه في الصف وهو يعرض على طلابه صوراً وأفلاماً ومقاطع اقتطفها من مواقع التواصل وشبكاتها، يتصيداً دونما رقيب أو حسيب، ودون مناقشة كيفية استثمارها أو تحديد أهدافها.

والخلاصة... عولمة تربوية، ونماذج سلوكية ثقافية، لا هوية اجتماعية لها.. وتشتت وضياح قبالة تلك النماذج، تراجع دور الأهل التربوي، وتراجع دور المدرسة!! هل يعني هذا الكلام الإمتناع عن التعامل مع الثقافات الأخرى، ومع وسائل التواصل، وحجبها عن المتعلمين، ومنع الناس عن استعمالها؟؟؟

أبداً... فالتخلي عن وسائل التواصل الحديثة أمر غير ممكن من جهة، وغير مرغوب من جهة أخرى... فهي وسائل معرفية وثقافية هائلة... المطلوب هو برامج تربوية للأهل أولاً، ثم للمعلمين وللمراهقين حول كيفية الاستفادة منها، وكيفية تجنب أضرارها. فكما أننا لا يمكننا أن نستغني عن السيارة كوسيلة نقل، أو عن الدواء كعلاج... إلا أنه من الضروري تعلم كيف نقود السيارة وكيف نتجنب حوادثها، وكيف نتعاطى الدواء، لأنه إذا ما استعمل بطريقة خاطئة سيكون قاتلاً. على المؤسسة التربوية الوطنية المركزية، وزارة التربية، أن تسارع إلى تطوير المناهج

السلوكية العالمية دونما حسيب أو رقيب... يسافر وهو على كرسيه أو في فراشه أو في ركن ما... إلى أصقاع العالم... وإلى أنواع من النماذج السلوكية لثقافات ما أنزل الله بها من سلطان... تقدم إليه من مواقع شديدة التنوع والغايات.. تدعمها الصور والموسيقى.. مصحوبة بالدعوات لتبنيها على أنها قمة التقدم والرقى... ومدعمة بالجوائز تارة، وبإثارة كل أنواع الغرائز... تارة أخرى!!



وهذا الواقع ليس وقفاً على المراهق وحده... فالأهل لم تعد تراهم إلا وهم متسمرون أمام شاشات التلفزيون، أو هم يخوضون غمار شاشات وسائل الاتصال.. قلّ الكلام بين الأهل وأبنائهم، وقلّ التفاعل، وانزوى كل واحد في ركن، لا يعلم به إلا الله عز وجل!!

كيف نجيب؟

عن أسئلة المراهقين

حسن ركين



الأمّ جاهزة دوماً للتعامل مع مثل هذه المواقف.

2 - خلق مساحة تواصل

لا بدّ من التمهيد للمراهق منذ بداية الطريق التواصل الجيد معه، بجعل مساحة الحوار أكثر انفتاحاً، فهذا سيساعده كثيراً، كلما أصبح أكثر نضجاً، أن يشعر بالأمان والثقة في أن يسأل عن أيّ موضوع يشغل باله كالجنس والبلوغ وغيرها وهو واثق أنه سيجد الجواب الصادق عند أمه، وأبيه، وأخته، وأخيه وحتى أستاذه.

3 - أن نسهّل عليه فرصة السؤال

إنّ الخوف من إثارة المشكلات أو خلق أيّ مواقف مُحرجة قد يمنع المراهق من السؤال ويضطره إلى اللجوء لمصادر خارجية، كمواقع الإنترنت أو الأصدقاء. لذا لا بدّ للأهل أن يسهّلوا على أولادهم فرصة طرح الأسئلة من خلال أخذ آرائهم في ما يشعرون به.

3. تقنيات الإجابة عن أسئلة المراهق

من أجل أخذ الدور المبادر وفتح الموضوع

فإنّ الفتى لم يقتنع!

إنّ الطفل يقول: أنت. وإنّ المراهق يقول:

أنا. أمّا الراشد فإنه يقول: نحن

من أبرز مظاهر الحياة النفسية في فترة المراهقة رغبة المراهق في الاستقلال عن الأسرة وميله نحو الاعتماد على النفس. ولا بد من مراعاة القضايا الثلاثة الآتية:



إنّ الخوف من إثارة المشكلات أو خلق أيّ مواقف مُحرجة قد يمنع المراهق من السؤال ويضطره إلى اللجوء لمصادر خارجية، كمواقع الإنترنت أو الأصدقاء. لذا لا بدّ للأهل أن يسهّلوا على أولادهم فرصة طرح الأسئلة من خلال أخذ آرائهم في ما يشعرون به.



1 - الاستعداد جيداً للأسئلة

قد تبدو أسئلة المراهق مفاجئة جداً وأحياناً مُزعجة ومُحرجة، لكنّ الاستعداد الجيد والبحث عن طرق مناسبة للإجابة عن تساؤلاته وبناء علاقة قوية معه في مراحل عمره المختلفة، ستسهّل الأمر كثيراً وتجعل

في يوم من الأيام دخل أحد المراهقين إلى بيت أهله وهو غاضب، وحين سألته والدته عن سبب غضبه أبي أن يتكلم، وبعد إلحاح شديد قال: إنّ خالي أهانني إهانةً شديدة، وذلك أنّي أُلقيت عليه السلام مرتين، ولم يردّ عليّ. ثم شرع يذكر لوالدته سبب عدم رد خاله للسلام، وأنّه يكمن في أنّ علاقته -أي الخال- مع أبيه ليست جيدة؛ بسبب

نزاع على ملكية إحدى الأراضي، فأحب أن يتجاهله ويعرض عنه، وقد حاولت والدته إقناعه بأنّ ذلك لم يكن مقصوداً، وأنّ خاله لم يسمع سلامه بالتأكيد، لكن الفتى كان يرفض ذلك بشدة، ويردّ على والدته كل كلمة تقولها، وكل احتمال تسوقه، قالت والدته: «سوف أسأل خالك عن هذا، وأحاول أن أفهم أسباب

ما جرى»، وكان رد الفتى أن لا فائدة من ذلك؛ لأنّ خاله لن يقول الحقيقة! وحين سألت الأم أخاها عن ذلك أقسم يميناً مغلظة أنّه لم ير ابن أخته، ولم يسمع تسليمه، وأنّه كان وقت مرور ابن أخته في حالة سيئة جداً بسبب ما سمعه عن طلاق ابنته من زوجها، ومع هذا



يجب عليك معرفة ماذا ستفعل بحياتك.

المراهق في هذه المرحلة في منتهى الحيرة. فهو لا يعرف حتى ماذا يختار للإفطار، ويغير ملابسه خمس مرات قبل الاستقرار على شكل معين. كيف يمكن أن يحدّد ماذا يريد أن يفعل في حياته لمدة 60 عاماً قادمة مثلاً؟ عندما كنت في مثل سنّك، مررت بما تمرّ به أنت الآن.

الشيء الوحيد الذي يمكنك أن تفعله، هو التعبير عن تعاطفك وتفهمك، لا أن تلقّي خطاباً مفصّلاً عن تفاصيل حياتك كمراهق في زمنٍ مختلفٍ.

عندما كنت في سنك، كنت أسير 15 كيلومتر للذهاب للمدرسة وأكل مرة واحدة يومياً وأدرس قرب فانوس الكاز.

سيبدو ذلك كأنه قصة معاناةٍ وتحذّر وإثارة. فالعالم بالنسبة للمراهق يدور حوله لا حولك. هو المهم لا غير.

اكتشف أنه مخدوعٌ ولو مرةً أو مستهانٌ بأسئلته، فسيستغرق الأمر طويلاً لكي يعيد ثقته مرة أخرى.

لا بد من التعامل مع المراهق بصدق تامّ، فالمرهقون يملكون قدرةً ضعيفةً على التسامح والتفهم لمثل هذه الأمور، فإن اكتشف أنه مخدوعٌ ولو مرةً أو مستهانٌ بأسئلته، فسيستغرق الأمر طويلاً لكي يعيد ثقته مرة أخرى.

د- عدم استفزاز المراهقين: خطوةٌ لكسبهم

من الممكن أن ينفجر المراهق من الغضب في أي لحظةٍ لمجرد سماعه كلمةً أو عبارةً لا تسير على هواه وتستفزّه. لذا لا بدّ من تجنّب الاستفزاز من خلال الابتعاد عن العبارات التالية:

- لا تناقشني بالموضوع، هذا أمر مفروغ منه.

هذه واحدة من أسوأ العبارات على الإطلاق. فهي غير منطقية ومحبطة وتشبه إلى حدّ كبير عباراتٍ تصدر من طفلٍ ذي أربع سنواتٍ.

مع المراهق لتشجيعه على طرح كل الأسئلة التي تشغله، ليشعر بأمانٍ أكثر وأن أسئلته طبيعية جداً ولا تدعو للخجل، لا بدّ من:

أ - توحيد الإجابات للمراهق

أن يتفق الأب والأم مسبقاً على ردّ موحدٍ لبعض الأسئلة، خاصةً تلك المتعلقة بالأخلاق العامة والمبادئ، لأنه من المهم جداً أن يشعر الابن بثبات المبدأ.

ب - تخمين سبب السؤال

قد يفاجئ المراهق بسؤالٍ عن شيءٍ غير متوقّع إطلاقاً، فقبل أن نهلع في البحث عن إجابة مناسبة، لا بدّ من التفكير: لماذا يسأل هذا المراهق عن هذا الموضوع الآن؟ وربما يمرّ بمشكلةٍ ما، أو تعرّض لموقفٍ أثّر في باله هذه الأسئلة، لأن معرفة السبب ستساعد في إعطائه الإجابة الكافية والمناسبة لما يدور في باله.

ج - الإجابة الصادقة

لا بد من التعامل مع المراهق بصدق تامّ، فالمرهقون يملكون قدرةً ضعيفةً على التسامح والتفهم لمثل هذه الأمور، فإن

أنت كسول!

ربما يبدو أن ابنك المراهق يقضي يومه على فيس بوك، وأن حجرته أصبحت منطقة

الشيء الوحيد الذي يمكنك أن تفعله، هو **التعبير** عن تعاطفك وتفهمك، لا أن تلقى خطاباً مفصلاً عن تفاصيل حياتك كمراهق في زمنٍ مختلفٍ.

“



محظورةً وأن لياقته البدنية متدنية. ولكن هذا لا يعني بالنسبة له أنه كسول.

لماذا لا تكون مثل أخيك الأصغر؟

هل تطلب من ابنك المراهق أن يصبح مؤدباً مثل أخيه الصغير؟ هذا الطفل الذي يجري وراءك في كل مكان كالبهلوان؟ هكذا سيفكر ابنك المراهق.

أن تنظر له نظرة ازدراء!

في مرحلة - المراهقة - النظرة لا تحل ولا تربط، هي مستفزة بدرجة كافية ليتجاهلها ابنك ويغض الطرف عنها.

هل سترتدي هذا القميص ونحن في الطريق لجذتك؟ «أو» ألن تغسل شعرك؟..

المراهقون يرتدون ما يحبون وقت ما يحبون. وعليه، فلا يجب انتقاد ملابس ابنك والطلب منه أن يبدلها إذا كان ذاهباً في مشوار معك. هو حتى يرفض الشعور بالخجل من مظهره الذي يرى أنه يعبر عنه تماماً ويناسبه.

لماذا لا تستضيف أصدقاءك في البيت**بدلاً من الخروج؟**

المراهق يتوق دائماً للخروج. فحياته في المدينة تتمحور حول الكافيهات أو النوادي... حتى لو كان ذاهباً إلى الشارع المجاور لياكل مع أصحابه آيس كريم من الدكان المجاور. فهي أفضل بالنسبة له من الجلوس في البيت. المراهق يعلم أنك بسؤالك هذا تريد أن تراقب تصرفاته هو وأصحابه.

الحياة صعبة.

ربما كان هذا صحيحاً، ولكن ليس دورك كأب أن تقول له أن الحياة صعبة وإنما عليك أن تكون عاملاً مساهماً في تحسين هذه الحياة بالنسبة للمراهق.

أنت على ما يرام؟

بالأخص حينما يصيبه أذى ولو بسيط، فهو في هذا الوقت يشعر بعدم الأمان، فلا تسأله ماذا يريد في هذه اللحظة، لكى يهدأ، فحاول التخفيف عنه في البداية، فهذه الطريقة في التهدئة تشعره أنك لا تشعر به أو أنك تسخر من ألمه.

أسرع!

هذه كلمة لا يصح أن نستخدمها مع المراهقين، خصوصاً إذا كان يقوم بفعل شيء ما، فهذه الطريقة ترسل إليه رسالة أنه يجب أن ينجز المهام المطلوبة منه دون إتقان عمله حتى لو كانت لعبة.



حسن ركين

مدرّب تنمية بشرية



الأسرة والمدرسة

في مواجهة الرياح العاتية

ممدوح عز الدين

الاجتماعية التي ينتمون إليها ويعيشون فيها.. وهنا تبدأ معالم التمرد والتلمل والعصيان لدى بعض المراهقين، يكون من آثارها السلبية اختلال العلاقة بين الآباء والأبناء، الذي قد يتطور إلى أزمة غير محمودة العواقب..

من هنا، يبرز الإشكال المرتبط بالمراهقة، بين آباء لا يقبلون التنازل عن سلطاتهم المطلقة على أبنائهم، وبين أبناء يتمردون من أجل بناء هوية فردية مستقلة، وينشدون من خلالها اعترافاً ومكانةً وجاذبيةً، ويبحثون عن هوية جماعية جديدة ومختلفة، ينتظرون من خلالها إجابات عن أسئلة محيرة لديهم، عن معاني الوجود وأبعاده الروحية والمادية، وعن المصير والاختيارات المستقبلية، وبالتالي، فهي فترة بحث

عن توازن نفسي ووجداني مضطرب..

في الواقع، تبدو المراهقة كعالم غامض ومجهول ومحير، وكثيراً ما يُصاب الأولياء بالقلق إزاء تغيير تصرفات أبنائهم ومواقفهم في هذه المرحلة، وينتابهم الانشغال والحيرة من المسافة التي أصبحت تفصل بينهم وبين أولئك الذين كانوا بالأمس ينامون

تعتبر منظمة الصحة العالمية المراهقة مرحلة عمرية تمتد على طول العقد الثاني من دورة الحياة، وهي مرحلة قائمة بذاتها وفريدة من نوعها، إذ تتشكل خلالها المقومات الجسدية والصحية والنفسية للإنسان..

وهناك اتفاق بين المختصين على ارتباط المراهقة بالبلوغ، وهو حدث فيزيولوجي متميز وخطير، يتمثل في اكتساب القدرة الجنسية والإنجابية، وبالتالي فهي مرحلة تحولات فيزيولوجية واضحة، تُصاحبها تغيرات في السلوك والمزاج، والنظرة إلى العالم، حيث اعتبرها «سيغموند فرويد»، مؤسس علم النفس التحليلي، «فترة شدة ومحن».

أهمُ مشكل يرافق هذه المرحلة

يكن في علاقة الأهل بأبنائهم، عندما يتوقفون عن معاملتهم عند البلوغ كأطفال، مما يفقدهم امتيازات الطفولة، وفي الوقت نفسه يترددون في منحهم أدوار الشباب أو الكهول، بحيث يضعونهم في منزلة بين منزلتين: فهم ليسوا أطفالاً وليسوا كهولاً؟! وبالتالي، لا يحظون بأدوار واضحة ضمن المؤسسات

ترتبط المراهقة بالبلوغ، وهو حدث فيزيولوجي متميز وخطير، وبالتالي فهي مرحلة تحولات فيزيولوجية واضحة، تُصاحبها تغيرات في السلوك والمزاج، والنظرة إلى العالم



في أحضانهم، كأنهم لا يعرفون أبنائهم!!.. لقد أصبح ذلك الطفل اليافع، المُطيع والتابع، مُنجذباً بشكلٍ كبيرٍ نحو عالم الأقران، بعلاقاته وتحدياته، وفضائه المادي والافتراضي، وثقافته الخصوصية، عالمٍ خاصٍ بصدد التشكّل بقيمٍ ورموزٍ غريبةٍ، ولغةٍ وأذواقٍ وتعبيراتٍ مختلفةٍ، عالمٍ لا يتوافق دائماً مع القيم السائدة، ومعايير السلوك المعهودة، ومُحدّدات النجاح والإخفاق.

يبرز الإشكال المرتبط بالمُراهقة، بين آباء لا يقبلون التنازل عن سلطاتهم المطلقة على أبنائهم، وبين أبناء يتمردون من أجل بناء هويّةٍ فرديةٍ مستقلةٍ، وينشدون من خلالها **اعترافاً ومكانة وجاذبية**

وما يُثير خوفَ الأولياء أكثر، هو نوازع المغامرة والتحدّي لدى أبنائهم المراهقين، وعدم تقديرهم للمخاطر، كما يضيعون بسلوك الإهمال، وعدم المبالاة التي تسود حياتهم في هذه المرحلة، والفوضى وعدم التركيز، بالإضافة إلى طلباتهم المُرهقة التي لا تنتهي، ومصاريفهم المشدّة، في الوقت الذي تتراجع فيه نتائجهم الدراسية، كما تقصّ مضاجع الآباء، قصصُ الحب الصغيرة.. حيث يقفون في النهاية عاجزين عن فهم ما يحدث وما يجري لأبنائهم..! ومن مخاطر هذه المرحلة ما كشفت عنه إحصائيات منظمة الصحة العالمية من أرقام مرعبة: الانتحار يحتل المرتبة الثالثة من أسباب وفاة المراهقين، الاكتئاب هو السبب الأول في الأمراض والعجز، تليه الإصابات على الطرقات،

مثل تفشي العنف، واستهلاك المخدرات، وتنامي ظاهرة الانتحار لدى التلاميذ، حيث بلغت 170 محاولة انتحار، وأكثر من 17000 حالة عنف في سنة 2017، وقد أثّرت هذه المشاكل بشكلٍ كبيرٍ على النتائج المدرسية، ونجاعة المنظومة التربوية، من حيث الجودة والاستمرارية،

كما أنّ نصف اضطرابات الصحة النفسية يبدأ في سنّ الرابعة عشر عاماً، وتبقى مُعظمُ الاضطرابات غير مكتشفةٍ ودون علاج..! وفي تونس - على سبيل المثال - تُشير أغلب المؤشرات المتعلقة بالشأن التربوي، إلى بروز ظواهر جديدة في المدارس والمعاهد التونسية،

كرس ثقافة الكبت والنفاق الاجتماعي؟
من أشاع طباع التبجح والاستعراض؟
من طبع مع النميمة والحسد، والحقذ
والقذف العلني، والشتيمة ونشر أدران
وأسرار المجتمع على شاشات الفضائيات
وفي أوقات الذروة؟ من الذي كفر عن
غيابه وانشغاله عن أبنائه بمصروف
جيب سخي، وهاتف ذكي، وشاشة تشغل
الأولاد وتملاً فراغهم؟

تشير أغلب المؤشرات المتعلقة
بالشأن التربوي، إلى بروز ظواهر
جديدة في المدارس والمعاهد
التونسية، مثل **تفشي العنف**،
واستهلاك المخدرات، وتنامي
ظاهرة الانتحار لدى التلاميذ،

ماذا ننتظر من أبنائنا، وماذا قدّمنا
لهم؟ وهم يواجهون هذه المرحلة الخطيرة
من حياتهم؟ وهل كنّا لهم فعلاً القدوة
الحسنة؟ وهل قمنا فعلاً بتدريبهم على
كيفية مواجهة تحديات هذه المرحلة؟

الأسرة والمدرسة في خطر؟

من هذه الوجهة، تبدو التغيرات التي
طالت مؤسسة الأسرة، عاملاً مفسراً
وأساسياً لتراجع القيم، فهذه المؤسسة
التربوية المهمة تواجه رياح التغيير العاتية،
وتتضاءل بأطراف قدرتها على الضبط
الاجتماعي، كما ينزاح موقعها في



إنها أزمة قيم في زمن متغير

يبدو أنّ الأزمة في الأساس هي أزمة
منظومة قيمية، فمن أسس - مثلاً -
لسلوك الاتكال على الوالدين في كلّ
شؤون الحياة؟ ومن رسّخ ثقافة اعتماد
الطرق المختصرة، وقيم التحايل على
الصعوبات، وشراء النجاح، وألوية
الربح السريع على الجهد والمثابرة؟ من

والأخطر من ذلك انقطاع قرابة 100 ألف
تلميذ عن الدراسة سنوياً، أي ما يعادل
300 منقطع يومياً.. إلخ. كلّ ذلك، يدخل
في حالات التمرد والضياع التي تميّز هذه
المرحلة الخطيرة من عُمر الشباب..

ولكن، لنسأل أنفسنا بصراحة: من يتحمّل
فعلياً مسؤولية الأزمة الحادة التي يعيشها
ويعاني منها المراهقون في أوطاننا اليوم؟



مسؤولية الجميع وواجب النُخب والمُربين بدرجةٍ أولى، إننا بحاجة إلى إيجاد منظومةٍ قيميةٍ وأخلاقيةٍ فاعلةٍ وحيويةٍ، تقطع مع أخلاقيات الرداءة والنفاق، وسلوكيات الابتذال والتعصّب، وتؤسّس للتفكير السليم وللإبداع، والتدريب على سلوكٍ قائمٍ على التّلازم بين الحق والواجب، والحرية والمسؤولية، ونقد الآخر ونقد الذات في الوقت نفسه، وخاصّةً التلازم بين الصدق في القول والإخلاص في العمل، وهذه المنظومة الأخلاقية لن تعرف طريقها الى الواقع العملي إلا بحرصنا على أن نكون قُدوةً حسنةً لأبنائنا، ونُحسن التعامل معهم، فمن أراد أن يكون سيّداً متسلّطاً في بيته سيربّي عبيداً للآخرين..

وأخيراً، إنَّها مسؤولية الآباء والمُربين، ففي فضاء الأسرة والمدرسة سيجدُ المُراهقون الحبل الممدود الذي سيُعيدهم إلى شاطئ الأمان، بعد مُواجهة أمواج المراهقة العاتية..



ممدوح عز الدين

باحث في علم اجتماع التربية - تونس

مؤسسة الأسرة،

التي كانت تشكل

الحماية والحصن لهم أمام الرياح العاصفة للمراهقة...؟؟

من جهة أخرى، تعيش المؤسسة التعليمية أزمة عميقة، من خلال تراجع مستوى التلاميذ والقائمين على تدريسهم، ونوعية المناهج المعتمدة، والضرر الذي أصاب مكانة المدرسين وصورتهم، وافتقارهم لرمزيّتهم وسلطتهم المعنوية، وضمور وظيفتهم التربوية.

يُضاف لما سبق، شبكة الإنترنت، التي بدأت تحتطف فيها مواقع الإنحراف والشذوذ الفكري والتطرّف الديني مراهقين، كما تُفسد مواقع الجنس الرخيص توازنهم النفسي، وتزرع في شخصياتهم خيلاً مريضاً وتمثّلاتٍ جنسيةً مشوّهة...!!

إنّ مجتمعاتنا بحاجة إلى حركةٍ إصلاحيةٍ، تُعيد أولاً تفعيل دور الأسرة المهم والخطير على الصعيد التربوي والتوجيهي، كي تُؤسّس لمشروع مجتمعيّ جديد، وهي

نسق

التنشئة

الاجتماعية

والثقافية بوتيرة سريعة،

لتحلّ محلّها مؤسسات أخرى، تُنازعها مكانتها في انتقال وتناقل المعارف والقيم، والعادات والتقاليد، وتوجيه الناشئة واحتضانهم. فجماعات الأقران والأصدقاء المباشرين والافتراضيين، أصبحت تكتسب قوة تأثير متعاظمة بين الأطفال والمراهقين، وهي تُنتج ثقافة فرعية خصوصية، تتعارض

مع القيم السائدة، وتفرض قيماً

جديدة قد ترسخ سلوكيات غير سوية..

من هنا تضاعفت المخاطر التي تُواجه المراهقين في هذه المرحلة، أمام تهاوي أسوار



حنان مرجي

أيُّها الأعراء والعزيزات الذين بلغوا سن المراهقة، وهي المرحلة التي يودَّع بها الشباب جزءاً من الطفولة ويستقبل بها سنَّ الرشد. هذه المرحلة من عمركم تتضمن الكثير من التغيّرات التي إن أدركتموها كما يجب عشتُم مرحلة تنعم بالسلام وبعيدة عن الصراع النفسي والتصادم مع سلطة الأهل والمدرسة والمجتمع. لذا نرجو أن ينال هذا المقال اهتمامكم وقراءته بعناية والاستفهام حول أيّ نقطةٍ أو موضوعٍ غير واضح.

إنَّ التغيّرات الفيزيولوجية والبيولوجية التي تُصاحب سنَّ البلوغ لها أثرٌ على المزاج والسلوك معاً. لذا لا تترددوا في التعلُّم والقراءة عن كيفية ضبط المشاعر والانفعالات والتحدث مع الأهل حولها لتطوير شخصيةٍ سويةٍ والابتعاد عن التشنجات والقلق. في حال عدم تفهّم الأهل لمشاعركم وحاجاتكم النفسية لا بأس باللجوء إلى من يستمع من المقرّبين وأهل النصيحة، وهنا لا بدّ أن نشدّد على حُسن اختيار الشخص وعدم وضع الثقة بأشخاصٍ لا يتمتعون بالحكمة.

كما أن مفتاح نجاح الإنسان وسر سعادته هو «الإحترام». وهذه القيمة الإنسانية لا تتحقّق إلّا من خلال العمل بمعناها السليم. فالإنسان الذي يحترم نفسه لا يقوم بوضعها في مواقفٍ محرّجةٍ أو سلوكٍ مهينٍ ومُعيب، وبالتالي يلتزم باحترام القوانين والعادات

وداعاً.. أيتها الطفولة



والعبادات وخصوصية الآخر والحُرُمات والقيم الأخلاقية كالصدق والأمانة وكلّ ما يرتبط بهذه الأمور. وهكذا، ينطلق احترام أي شيء من احترام الذات وتقديرها واختيار الأفضل.

وعليه فإنّ هذه القاعدة مفيدة جداً لاكتساب المودة والنجاح والسلام الداخلي الذي لا يتحقّق إلاّ بحُسن تقدير الذات وعدم المقارنة بالآخرين والقناعة والعمل للتقدّم في الحياة.

واعلموا أعزائي أنّ الأشياء لا تتحقّق بلا عملٍ وتفاؤلٍ، لذا إنّ قوّة الإرادة تتركز على المثابرة والمحاولة مراراً وتكراراً لتحقيق الهدف المنشود. وعليه، لا يوجد إنسانٌ فاشلٌ بل محاولة فاشلة على الرغم من أنني لا أعترف بشيء اسمه «محاولة فاشلة» وإنما أفضل تسميتها «بالتجربة» والتعلم من الأخطاء لتحقيق النجاح. فالرسوب في الإمتحان مثلاً قد يكون بسبب خطأ في الإجابة. هنا نجد أنّ الامتحان الدراسي كان التجربة التي اكتشفنا من خلالها الإجابة الصحيحة والإجابة الخاطئة: لا تدع

إنّ الأشياء لا تتحقّق بلا عملٍ وتفاؤلٍ، لذا إنّ **قوّة الإرادة** تتركز على المثابرة والمحاولة مراراً وتكراراً لتحقيق الهدف المنشود. وعليه، لا يوجد إنسانٌ فاشلٌ بل محاولة فاشلة

لا تترددوا
في التعلّم والقراءة عن كيفية ضبط المشاعر والانفعالات والتحدّث مع الأهل حولها لتطوير شخصيّة سوية والابتعاد عن التشنجات والقلق

الإحباط يقضي على فرصة النجاح المتوفرة لك.

وقد يعتقد البعض أنّ السعادة هي في الحصول على كلّ ما يريده مثل الهاتف المحمول الحديث والتمين أو الملابس أو الجلوس مع الأصدقاء وعلى الرغم من ذلك يشعرون بالملل، لذا ننصح بما يلي لتجنب الملل وتبذير الأموال:

- التطوع للقيام بنشاطات ضمن بيئتك: جمعية خيرية، مسجد، حسينية؛ فهذا العمل سيمنحك بالإضافة إلى الفضيلة والثواب الشعور بالثقة بالنفس وتنمية الذكاء الاجتماعي واكتساب الحكمة والخبرة في الحياة.
- خصّص الوقت للرياضة البدنية

وأقله المشي، فهو ينشط الدورة الدموية بالإضافة إلى الجهاز العصبي مما يزيل الشعور بالملل والإحباط ويعزز الطاقة ويمنح الشعور بالهدوء والراحة بسبب الهرمونات التي يفرزها الجسم عند ممارسة الرياضة.

- لا تتسرّع في التورط بعلاقات عاطفية قبل سنّ الرشد، لأنّ أثرها السلبي أكثر من الإيجابي وركّز على عيش هذه المرحلة من عمرك في التخطيط والعمل لمستقبلك.
- لا تتردد كما ذكرنا سابقاً بإخبار أهلك عن مشاكلك، فهم يملكون الحكمة والخبرة لحلّ المشكلة.

وأخيراً، إعلم أيها الشاب وأيتها الشابة أن الصراع الداخلي سببه الاختلاف بين حقيقة الأمور وبين ما تفكر به حالياً. فما تعتقد أنه خير قد يكون شراً وأنت لا تدرك، لذا خذ وقتك في الحكم على الأمور والتعلم ممن سبقك في الحياة لكي لا تعاني من الألم النفسي أو العزلة والانطواء أو العصبية.

أما مفتاح التفكير السليم فهو بتحويل كل فكرة سلبية إلى ضدها وعكسها والعمل على أساسها، ومع المثابرة ستعتادون على هذا النمط من التفكير وتكونون أصحاب شخصية قوية ومتوازنة.

أنتم تعيشون مرحلة العنفوان والحماس وروح الحياة تنبض بكم، وأنتم مستقبل هذه الدنيا والحياة بأكملها بانتظاركم، فلا تحرقوا المراحل وعيشوا بما يتوافق مع عمركم واستقبلوا الغد بالتفاؤل.



حنان محمد مرجي

مختصة في علم النفس العيادي - التوافقي

• اعلم أن كل أب وأم يبذلون جهدهم ضمن قدراتهم وفهمهم ولا يقصدون أي أذى لأولادهم، لذا يجب أن تتفهم وجهة نظرهم وتتعامل معهم بودٍّ ومحبة وإحترام. واستخدم الحوار وسيلة لإيصال أفكارك وتجنب الصراخ كالأطفال.

• احذر من الأنانية والعصبية للحصول على ما تريد، فالتمرّد الذي تعيشه في هذه المرحلة على سلطة الأهل أو المدرسة أو المجتمع قد يدفعك للقيام بأمرٍ تندم عليها لاحقاً، وبهذا ستفقد النظرة الجميلة لنفسك والحياة.

• لا تنس أن عليك واجبات والتزامات يجب أن تقوم بها لكي يشعر الأهل بنضجك وعليك أن تعطي، لا فقط أن تأخذ لكي تكسب مكانتك التي تريد أن تصل إليها ضمن العائلة والمجتمع.

• أما العلاقة مع الله فتقوم على المحبة والإخلاص في العمل، لذا كن مخلصاً لنفسك واعلم أن كل ما ذكرناه سيجعلك تحقّق القرب من الله وتتعلم الصبر الذي هو رؤية الخير في كل شيء، وهو مفتاح النجاح والفلاح.

تقوم العلاقة مع الله فتقوم على المحبة والإخلاص في العمل، لذا كن مخلصاً لنفسك واعلم أن كل ما ذكرناه سيجعلك تحقّق القرب من الله وتتعلم الصبر الذي هو رؤية الخير في كل شيء، وهو مفتاح النجاح والفلاح.



««««»»»»

رشيد بن عيسى

«15 ألف كلمة يونانية مشتقة من اللغة العربية وهذا دليل على أن اللغة العربية هي أقدم اللغات»

من هو رشيد بن عيسى؟

أنا من البربر في الجزائر. نحن نقول بأننا «المرابطون» في اللغة البربرية، وأنا من أسرة من الأشراف.

عندما كنت صغيراً في عمر ست سنوات، كنت ألبس «البرنس» وأعلم ما لا يجوز لي. ذلك أن الانتساب إلى أسرة من الأشراف، يعني أن تكون مقيماً بعبادات وتقاليده لا تُقيد غيرك في القبيلة. بعض الأطفال في المدرسة كانوا يسبون الدين، ويسبون الوالدين، لكن عندما تكون ابن شريف، فهذا لا يجوز.

نشأت في زمن استعمار فرنسا للجزائر. ولم يكن ثمة مدارس عربية. وحفظت قدرًا من القرآن الكريم علمنيهِ الوالد (رحمه الله)، الذي كان تلميذاً للشيخ بن باديس، زعيم الإصلاح في الجزائر. ثم انتقلت إلى ولاية «وهران» لأن فيها مدارس، حيث كبرت هناك.

وفي مرحلة الثانوية، كانت فرنسا قد افتتحت ثانوية تُعلم اللغة العربية التي لم تكن تُدرّس في الجزائر. وعندها انتقلت من ثانوية تبعد عني 20 كم إلى ثانوية تبعد 500 كم طلباً للغة العربية. وذلك لعلمي بأن العربية هي لغة القرآن ولغة الجنة. فذهبت وكرّرت سنتين دراسيتين في سبيلها.

وبعد الاستقلال، كانت الجزائر قد حصلت على منح لجميع البلدان، فلم أذهب إلى أميركا أو غير البلدان. بل جئت إلى دمشق لأتقن العربية أكثر. وعندما رجعت من سوريا، ذهبت إلى جامعة الجزائر

لأسجل من جديد. فأعجب بي مدير الجامعة وكان هو الأستاذ مالك بن نبي.

يومها دخلت عليه عند الساعة العاشرة صباحاً. وعند الساعة الواحدة طلب لنا الطعام، وعند السادسة ذهبت معه إلى بيته وبُتّ معه. ومنذ ذلك اليوم إلى يوم وفاته (رحمة الله عليه) لم أفارقه. كنت أبيتُ عنده مرتين في الأسبوع. وفي كل يوم سبّبتُ كنت أجمع له الناس. وكان أمراً صعباً جداً في ذلك الوقت أن تجمع الناس حول مالك بن نبي. ذلك أن الماركسية والشيوعية كانت منتشرة ومتسلطة جداً، وكل من كان يتكلم عن الدين، يُسمّى رجعيّاً. فلم تكن مهمة سهلة أن أتصل بمئة شخص في الأسبوع، وفي آخر الأسبوع يأتي شخص واحد.

ما سبب هذا الرابط بينك وبين مالك بن نبي، لدرجة أنه من أول يوم تعرفت عليه بتّ عنده؟

كنت قد قرأت له كتاب «الظاهرة القرآنية»، وكنت معجباً جداً بكتاباته. وعندما التقيتُه ناقشته فيها. وحدثته عن تجربتي في مصر وفي سوريا وكل اهتماماتي وكل ما تعلمته.

سوريا كانت منفصلة آنذاك وتزدحم فيها الأفكار. كنت أتعلم العربية في المظاهرات. لقد كنا عنصرين في ذلك الوقت ونريد وحدة العرب. وكانت شعاراتنا: «أخونا في بغداد».. خلي الرشاش ينادي» و«أعلنها عربية لا حدود ولا سدود.. خلاص يا سعود» وأيضاً: «شعب واحد لا شعبين..



ذهبت مرة إلى العراق للمشاركة في ندوة «لتيسير» اللغة العربية. تكلم فيها أربع وخمسون أستاذًا جامعيًا. ثلاثة منهم فقط لم يخطئوا في النحو، والواحد والخمسون الآخرون رفعوا المجزوم وجزّوا المرفوع. أنا زُلزِلْتُ. لأنني في بغداد النحو العربي. ففهمت حينها دعوتهم إلى «التيسير».

أنا لا أذكر أن معلّمي اللغة الفرنسية في الصفوف الابتدائية كانت قد أخطأت خطأ نحويًا. ذلك أنها لو أخطأت سوف تُفَصِّل. بسبب وجود مفتشين يفتّشون التعليم.

ما هي شروط النهضة اليوم للشباب المسلم؟

شروط النهضة أن نأخذ للعصر عدته وهي المادة العلمية. التحديات التي يواجهها الشباب اليوم كلها تحديات بالعلم، بإنشاء ثقافة. والأستاذ «بن نبي» له كتاب عنوانه «مشكلة الثقافة» يرى فيه أن الثقافة هي: ذات أبعاد عقيدية وأخلاقية وجمالية. أنصح بقراءته.

تكلمت بلغتي البربرية وبكيت، لأنها اللغة التي سمعتها في طفولتي. مضت ساعات وأنا أدعو بالعربية ولكن عندما تكلمت بلغتي بكيت. لكن اللغة الأحب إلى قلبي هي اللغة العربية.

ماذا أضاف رشيد بن عيسى لعلم اللغات؟

تعلمت اليونانية واللاتينية والعبرية التوراتية بالإضافة إلى اللغة الألمانية وغيرها. وعلمنا أن اللغة اليونانية واللاتينية تُشتق منها كل اللغات. لكن لغتي الفينيقية الضاربة في القدم، جعلتني أكتشف عن أكثر من 15 ألف جذر كلمة يونانية مشتقة من اللغة العربية، وهذا دليل على أن اللغة العربية هي أقدم اللغات.

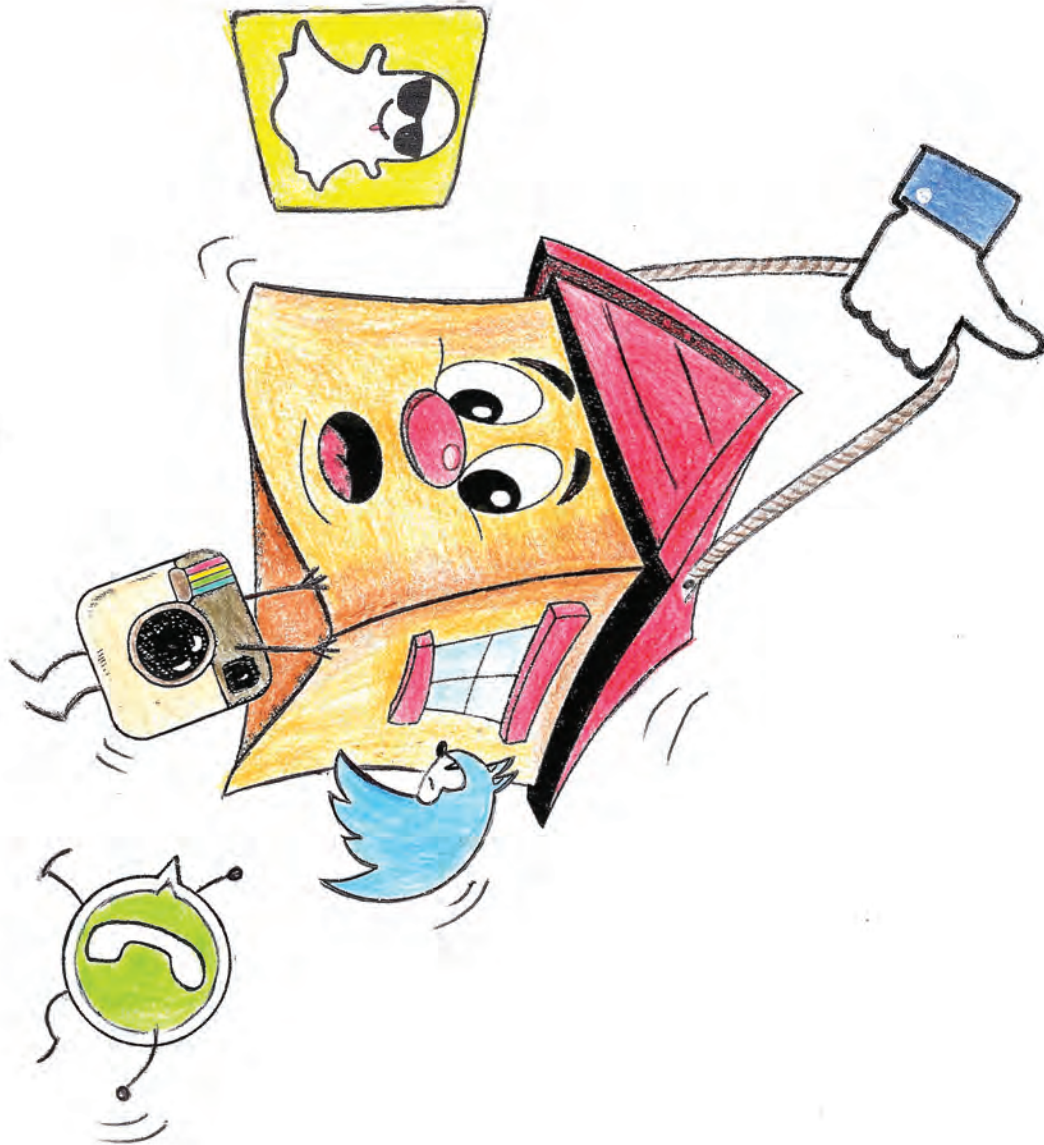
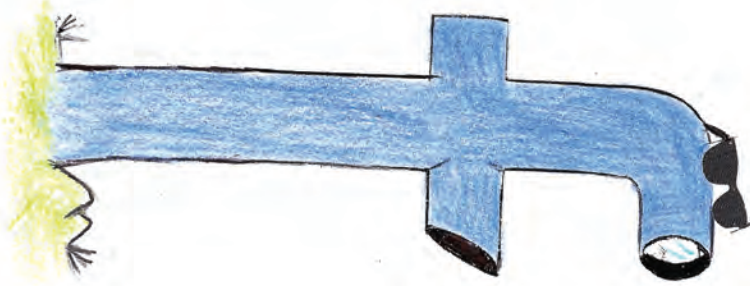
ما رأيك بمستوى اللغة العربية لدى الأكاديميين والطلاب اليوم؟

ماذا تقول للشباب المسلم لمواجهة التحديات الفكرية؟

عليكم بنظم
أمركم، بمعنى
تدبير أشياءكم،
وهو المنطق العملي
النفعي. أقول:
«خض غمار العلم
ولا تهَب».

برشته: فرع الحاج رياح

هـ
H. O'ab



المراهقون

من الهوامش

نحو الجماعات المنظمة

فرح الحاج دياب

شقي،

فُتُضاف

عناصرُ جديدةٌ

لهذه الهوية وتُزال

أخرى، إذ إنَّ الإنسان دائم البحث

والاكتشاف، إلا أنَّ معالم تحديدِها تبدأ

خلال المراهقة كونها مرحلة عمريةً فاصلةً

بين الطفولة وسنَّ الرشد، وتعرف تقلبات

مزاجيةً وهرمونيةً تمهيداً لمرحلة الشباب

والمسؤولية والاكتمال الجسدي والنفسي،

وتؤسس لتشكّل الهوية أسئلة وجودية

يطرحها المراهق باستمرار على نفسه

لتحديد أناه وهويته».

رحلة البحث عن الهوية

تُعَدّ الجماعات المنظمة بمختلف

اتحاداتها وجمعياتها وهيئاتها من أبرز

قطاعات المجتمع أهميةً كونها تضمّ شريحة

الشباب التي تعتبر القوة الأكثر تأثيراً في

المجتمع، فتساهم هذه المنظمات ببناء هوية

المنضوين تحت لوائها عبر الأنشطة التي

توجّه اهتماماتهم ورغباتهم نحو الممارسات

التي

من شأنها

أن تعزّز تربيّتهم

وترسخها، فضلاً عن

دورها الحيوي في التقليل من أنماط

السلوك المنحرف ووقاية المجتمع منه

لكونها تشكّل واجهةً جماهيريةً عريضةً

يمكن التعويل عليها في تحقيق الاندماج

الاجتماعي والتوازن النفسي لدى المراهق.

تشارك الجماعات المنظمة في مكافحة

الجريمة والوقاية من أسبابها بطريقة

مباشرة وغير مباشرة، من خلال أنشطتها

الثقافية والتوجيهية والتثقيبية التي تسعى

إلى تكريس الممارسات السلوكية العقلانية

والمهذبة عندهم حيث تبعدهم عن مواطن

الجريمة وتدلّهم على السلوك السوي الذي

يعتمده المجتمع وتقرّه الأعراف والقواعد

الاجتماعية والأخلاقية، هذا ما يوافق عليه

الصحافي المتخصص في البيئة والقضايا

الاجتماعية في مجلة نيوزويك الشرق

سقط عرش الهوامش، وبات الفرد الذي يختار البقاء على الهامش كحرفٍ وحيد منزوٍ لا يحمل معنىً واضحاً وسط حروفٍ كثيرةٍ متشابكةٍ في جماعاتٍ منظمةٍ من الكلمات المكتوبة على جبين المجتمعات الإنسانية.

البحث عن الهوية الذي يبدأ في عمر المراهقة يشبه البحث عن إبرة في كومة قش، هذه الإبرة التي يجدها الفرد ويخيط بها بناءه الداخلي الذي يمثل مجموع معتقداته وقدراته ودوافعه وتاريخه كما يؤكد المتخصص في علم الاجتماع الأستاذ علي السقا، مضيفاً «كلما كان هذا البناء متيناً كان الفرد أكثر وعياً بأوجه التفرد والتشابه مع الآخرين، وأكثر إدراكاً لنقاط قوته وضعفه في شقّ طريق حياته، في حين أنه كلما كان هذا البناء ضعيفاً وهشاً، بدا الفرد مشوشاً حول ما يميزه عن الآخرين وصار أكثر اعتماداً على مصادر خارجية لتقييم ذاته واكتشافها». ويضيف «لا شك في أن بناء الهوية ديناميكيٌ وغير ثابت إذ يتغير ويتطور في مراحل حياتية



يقول يونس «انضمت إلى جمعية «إبداع» منذ حوالي ٤ سنوات.. حين تلقيت منهم دعوة للمشاركة في أحد معارضهم التي يقيمونها سنوياً، كانت بداية ناجحة جداً وانطلاقة إلى توطيد علاقتنا أكثر، ومنذ ذلك الوقت وأنا أشارك في نشاطاتهم ومعارضهم وورشهم الفنية»، ويضيف «تهتم الجمعية بالفنانين المحترفين وتقيم لهم المعارض الفنية، لذلك استفدت كثيراً من علاقتي

إشغال دور معين يترتب على أدائه تقدير اجتماعي فضلاً عن الشعور بالانتماء إلى عضوية الجماعة التي يجد من خلالها إشباعاً لحاجاته وميوله وإرضاءً لرغباته».

إن أهم ما يجعل المنظمات الجماهيرية تتبوأ مكاناً مهماً بين مؤسسات المجتمع الأخرى هو أنها تعمل على ترسيخ المفاهيم التربوية الحديثة بين مختلف شرائح المجتمع وفئاته العمرية المتباينة لاسيما الشباب منها ضمن أهداف اجتماعية محددة تترسخ من خلال القوى الاجتماعية التي تتولى عملية التغيير.

ويختتم السقا «لهذه الجماعات أثر بالغ في بناء شخصية الفرد وإعداده لخوض غمار الحياة وتحمل أشق المسؤوليات بعقل ناضج ومتميز، ليكون قادراً في المستقبل على النهوض بأعبائه وتحمل التزاماته على أكمل وجه وأفضل صورة».

بين اكتشاف المواهب واكتشاف «الأنا»

يتحدث الخطاط والرسام حسن يونس عن تجربته في جمعية «إبداع»، هذه الجمعية التي تأسست سنة 2008 في منطقة الغبيري، والتي تهدف إلى اكتشاف المواهب الأدبية والفنية وتنميتها، وإقامة الورش التأهيلية والتعليمية والدورات المتنوعة، فتعقد اللقاءات الدورية، وتنظم النشاطات الأدبية والفنية، كما تسعى للمحافظة على التراث الأدبي والفني. وترعى إصدار الكتب والانتاجات الأدبية بالتعاون مع مختلف الجمعيات.

الأوسط مصطفى رعد مؤكداً «انتمائي إلى الجمعيات قد ساعدني على تطوير مهاراتي بالتواصل اللاعنف مع الآخرين»، ويضيف «يعزز الانتماء إلى الجمعيات القدرة على التواصل الإيجابي مع الآخرين، فشعورنا بالفرح يكتمل حينما نساعد إنساناً من دون مقابل، أو حينما نساعد حيواناً من دون أن نحصل على خدمة بالمقابل، وهو ما لا يفهمه بعض الناس، في زمن «البرنس» الذي يتعارض مع مبدأ الرحمة والتعاطف واللطف في التعامل مع جميع المخلوقات في حياتنا اليومية».

الجماعات المنظمة تتحدى الملل والفراغ

تُعزز الجماعات المنظمة من فرص الاستغلال الصحيح لأوقات الفراغ بالأنشطة الترويجية المفيدة التي من شأنها أن تنمي فكر المراهقين والشباب، خاصة في المجتمعات العربية الغارقة بالبطالة، هذا ما يؤكد السقا شارحاً «إن دور هذه الجماعات المنظمة يتضح في توجيه شريحة الشباب إلى استثمار أوقات فراغهم بما يعود عليهم وعلى المجتمع بفائدة بدلاً من قتلها وتبديدها، كما تبعدهم الأنشطة عن الملل وتقيهم العزلة والانطواء على أنفسهم، وتحد من سلوكهم الأناني إذ تحثهم على العمل والتضحية من أجل الآخرين»، ويضيف «تزود الجماعات الشباب بخبرات ومهارات جديدة قد لا يستطيع أن يظفر بها في الجماعات المرجعية الأخرى، كما أنها تُشبع الكثير من حاجاته كالحاجة إلى

يأسف رعد لكون
الثقافة البيئية ضعيفة
في المجتمعات العربية،
وهو ما شجعه للسباحة
عكس التيار إذ بدأ العمل

على كتابة تحقيقات بيئية علمية، صادقة وموثوقة وحيادية،
من أجل حماية البحر والشواطئ وتعريف الناس على أهمية
التنوع البيولوجي الموجود في البيئة البحرية، إذ يؤكد

«الدولة لم تعمل بشكل جدّي على رفع الوعي

والثقافة البيئية لدى الناس، بسبب
مشاركتها بشكل أو بآخر في الفساد
الذي أوصل البيئة إلى نقطة دقيقة
جداً، لذلك سرّت ثقافة معينة
عنوانها اللامبالاة بحال البلد في حال
طمرتها النفايات، وهنا يبدأ دور
الجمعيات».

هكذا، وبينما يحتاج المواطنون
ويشككون من خلف الشاشات ومن
على المنابر الافتراضية، قرّر رعد أن يغوص
في عمق البحر وينظفه قدر المستطاع، مؤكداً «لقد
تمكنت بدءاً من العام 2016 من إنشاء المركز
اللبناني للغوص مع مدرب الغوص يوسف جندي،
لتعليم الناس مبادئ الغوص وأهمية الحفاظ على
الموائل التي تعيش فيها المخلوقات البحرية ومن
ضمنها السلاحف والدلافين والحيتان».

يختم رعد «الله خلق الحياة لتشاركها مع جميع المخلوقات، ولم
تُخلق فقط لنا وحدنا، لذلك مهمتنا أن نحمي هذه المخلوقات ونمدّ
لها يد العون طالما دعت الحاجة، من دون أن ننتظر أن نحصل
على شيء بالمقابل»، متوجّهاً بالنصح لجميع الشباب والشابات

بـ«إبداع» ورئيسها والمنتسبين إليها، إذ فتحت لي آفاقاً للتعاون
معهم وتطوير قدراتي وتبادل الخبرات في مجالنا، فـ«إبداع» تقف
إلى جانبنا وتضع إمكانياتها في خدمتنا كما تقوم بتنظيم نشاطات
بمناسبات عدّة تجمع المحترفين والموهوبين الشباب الذين يتم
اكتشاف مواهبهم التي تعمل الجمعية على صقلها لاحقاً من
خلال الدورات المكثفة، والجدير بالذكر أنّ لجمعية «إبداع»
الفضل الأكبر في نشر الثقافة ودعم الفنون منذ انطلاقتها.

إلى جانب هذه الفنون، يبقى العمل الإنساني
والعطاء هو الفن الأعظم على الإطلاق،

هذا ما يؤكده الشاب المتطوع
في الدفاع المدني علي مهنا قانلاً
«الدفاع المدني منا وإلينا»،
ويضيف «أستطيع أن أقول
أنه لم يكن لحياي أي قيمة قبل
أن أنضم إلى الدفاع المدني، فقد
أدركت من خلاله أنّ العطاء
ومساعدة الآخرين هي ما يُقرّبنا
من الله ومن الإنسان ومن حقيقة
أنفسنا». يثني مهنا على جهود كل أفراد
وعناصر الدفاع المدني معتبراً أنهم أكثر من يتعب
وأقل من ينتظر الشكر أو الثناء.

لا يقتصر العطاء على مساعدة الإنسان للإنسان
فقط، إنّما يتعداه إلى العطاء اتجاه الطبيعة والبيئة،
وهو ما يؤكده الصحفي البيئي الشاب مصطفى

رعد والذي بدأ اهتمامه بالجمعيات منذ بدأ متطوعاً عام 2014
في جمعية Indy act في مشروع تنظيف شواطئ وبحر لبنان،
«رغم خوفي من الماء، إلّا أنّي تمكّنت من تعلم رياضة الغوص
لاكتشاف الأعماق».



هي جزءٌ من المجتمع وقيمه وخطوطه العريضة .

ضع نفسك موضعاً حسناً

في خضم أزمة الهوية التي يعاني منها الشباب العربي اليوم، وبين الجماعات المنظمة وأيديولوجياتها، ومدرسة الأهل وقيمهم وعاداتهم، ووسائل التواصل المعولة التي تضخ لهم أفكاراً غريبة عنهم تربطهم بعادات وتقاليد أخرى في عمر مبكر جداً، تبقى هوية الشباب العربي مسؤوليتنا جميعاً، وبالأخص مسؤولية الشاب نفسه الذي يتوجب عليه أن يضع نفسه موضعاً حسناً فيحسن اختيار الجمعية والجماعة التي يريد الإنتساب إليها، فيختار ما يجمع بينه وبين رضا الله عز وجل، وبالتالي يجعله في خدمة الله والإنسان والمجتمع .



فرح الحاج دياب

صحافية لبنانية

يؤكد السقا أن المراهق الذي يندمج مع الجماعات الثانوية، ستبقى هويته مكتسبةً من وسطه العائلي ومجتمعهم الضيق المحيط به كما أنه سيكون ملتزماً بهذه الهوية الموروثة، أي أن قناعته لن تكون نابعةً من ذاته، كما أنه سيتبع سياسياً لما هو سائد، وهذا الفرد غالباً ما تحدد



له عائلته مساره الدراسي وبقية القيم والمبادئ التي تكون مكتسبةً وملقنةً له، ويضيف «الجماعة الثانوية هي حاجةٌ فرديةٌ للخروج من كنف الأهل، إذ يحاول الفرد اكتشاف هويته وميوله واهتماماته وفي الوقت نفسه هذه الجماعة الثانوية

بضرورة الانضمام إلى الجمعيات إذ إنها ضرورةٌ وطنيةٌ وأخلاقيةٌ.

الجماعات المنظمة ابنة بيئتها

«قد يسلك المراهق الذي ينأى بنفسه عن الجماعات المنظمة كلياً منحىً سلبياً في استكشاف ذاته» كما يؤكد السقا معتبراً أن الهوية تُبنى على عدة مراحل تبدأ من الأسرة والعائلة الممتدة ثم المدرسة، ومن بعدها الأحزاب والجمعيات والتي ترسخ ارتباط هوية الفرد بالهوية الاجتماعية، فالأحزاب والجمعيات والمؤسسات الكشفية هي وليدة بيئتها مهما كانت البرامج والمشاريع والأفكار التي تقدمها، إذ إنها نتاجٌ طبيعيٌ لحركة المجتمع الذي تنبع منه». ويضيف «إن أهم ما تفعله الجماعات المنظمة من خلال برامجها هو ربط

الفرد بالجماعة التي ينبثق عنها بشكلٍ أكثر تنظيماً، مشيراً إلى أنه وعلى الرغم من الدور الإيجابي الذي تلعبه هذه الجماعات، إلا أنها في الوقت عينه مؤسساتٌ مؤدجلةٌ تعمل على قولبة الفرد إلى حدٍّ لا يُسمي بعدها قادراً على رسم هويته بعيداً عن الخطوط التي تحددها له».



من سيساعدني على فهم أسراري؟

محمد باقر كجك

ولكن، الذي لا تعرفه ولا يعرفه أغلب مَنْ حولك، أن هذا التغير الذي يضجُّ على بساط روحك ووجدانك، هو نعمةٌ ثوريةٌ إلهيةٌ، ويبقى أن تعرف أنت هذه الحقيقة، ويعرف النَّاسُ ذلك.

ولكن!

ولأسبابٍ كثيرةٍ، قد تجد نفسك، وفي ظروفٍ اجتماعيةٍ ونفسيةٍ ما، كقنبلةٍ موقوتةٍ، وحيداً، بين حاجاتٍ تضجُّ فيك، وواقعٍ جامدٍ قاسٍ حولك، ومحركٍ هادرٍ فيك يريد التغيير... ولكن؟ كيف تصل؟ وكيف ستحافظ على توازنك النفسي والفكري؟ وكيف تأخذ المبادرة؟

قديمًا قيل: «ما خاب من استشار»، واستشارة الخبير تحصنك من السقوط^[1] وعن رسول الله (صلى الله عليه وآله) أنه قال: «لن يهلك امرؤٌ عن مشورة».

وعلى كلِّ حالٍ، فالاستشارة في هذا الزمن، تعني الرجوع إلى المتخصص، بين استشارة قانونيةٍ، وعلميةٍ، وتقنيةٍ، ودينيةٍ، ونفسيةٍ وهي التي تهمننا هنا بالدرجة الأولى.

عندما تصبح في بداية مرحلة الشباب، تبدأ نظرتك نحو محيطك تتغير. ومع أن المجتمعات البشرية تتغير في الإجمال، إلا أن مسار تغيرها الثقافي يكون بطيئاً في العادة، لذلك، قد يكون تقييمك بأن محيطك الاجتماعي يتغير، تقييماً غير سليم.

الذي يتغير، هو أنت!

أنت أكثر الأشخاص تغيراً بين كل الذين تعرفهم!

تتغير لأن عقلك يريد أن يفهم ما حوله، بأجوبةٍ ذكيةٍ أكثر. ويريد أن يشارك في صناعة الواقع حوله، لا أن يتلقاه فقط. وكلنا نعلم، أن «الكبار» حولنا هم على أصنافٍ، بين من سئم البحث من دون نتيجةٍ، وبين من هو مشغولٌ بالبحث عن سبل العيش، وبين من لا يهمه إلا اتباع الأوامر.. فمن سيهمه عقلك؟

تتغير، لأن الحياة بطبعها تدفع فيك هورمونات النشاط والبلوغ والقوة والسعادة، لكي تكمل درب الإنسانية.. والهورمونات هذه لغةٌ خاصةٌ، لا يفهم أسرارها الجميع! فمن سيفهمك؟

تتغير، لأن لك حاجاتٍ تتولد بعنفٍ، بتدفقٍ دائمٍ.. تارةً يضجُّ بها جسدك، وتارةً قلبك، أو عقلك، أو روحك!

وتارةً أخرى، تجتمع حاجاتٌ متنوعةٌ في لحظةٍ ما وتدفع بك نحو حافة الغربة، الحزن، الوحشة، أو الصدام العنيف مع النَّاسِ.

1 - عن الإمام علي (عليه السلام): «المستشير متحصن من السقوط».

تتغير، لأن الحياة بطبعها تدفع
فيك هورمونات النشاط
والبلوغ والقوة والسعادة

فما هي

الاستشارة النفسية؟

الاستشارة النفسية Psychological

consultaiton: هي العملية التي تتم بين
مستشار نفسي «مرشد أو معالج» ومستشير
يعاني من قلق واضطراب نفسي بسيط أو
عادي ولديه بعض المشكلات الانفعالية أو
الاجتماعية أو الشخصية التي لا يستطيع
مواجهتها والتغلب عليها وحلها بمفرده.

والاستشارة النفسية عبارة عن موقف
تعليمي في جملته يؤدي بالمستشير إلى زيادة
فهم نفسه وفهم مشكلته وفهم سلوكه وحل
مشكلته، وتهدف دائماً إلى تحقيق التوافق
النفسي أو زيادة التوافق.

ولا أريد أن أثقل عليك بنقل التعاريف
والتفريعات الخاصة بهذا العلم. ولكن، قلتُ
في نفسي أن أشرح لك وجهة نظري في ما يتعلق
بالاستشارة النفسية.

فمن أين أبدأ؟

تخيّل نفسك واقعاً في مشكلة مع
محيطك من الأصدقاء،
تتعلق بالموضة
القديمة

أنت أكثر الأشخاص تغيراً بين
كل الذين تعرفهم!
تتغير لأن عقلك يريد أن يفهم
ما حوله، بأجوبة ذكية أكثر.

للثياب التي تلبسها. افرض أنك ابن عائلة كلاسيكية في تقاليدها وتراثها وتمسكها الشديد بالآداب والعادات التي يجري عليها المحيط حولك.

الاستشارة النفسية PSYCHOLOGICAL CONSULTATION

هي العملية التي تتم بين مستشار نفسي "مرشد أو معالج" ومستشير يعاني من قلق واضطراب نفسي بسيط أو عادي ولديه بعض المشكلات الانفعالية أو الاجتماعية أو الشخصية التي لا يستطيع مواجهتها والتغلب عليها وحلها بمفرده.

في الحقيقة، قد يكون الضغط الذي يمارسه عليك أصدقاؤك، يومياً، في



المشوار والنزهة، أو في المدرسة والثانوية.. وفي الجلسة بعد الصلاة في المسجد.. أو في التعليقات على صورتك في الفيسبوك والانستغرام. سيكون الأمر محرّجاً. حينما تريد أن تطلب أمراً من فتاة ربما، وأنت في

ثيابك التقليدية، بينما يمر جنبك شاب في آخر موضحة من الثياب وتزيين الشعر! سأقول لك ماذا سيحصل في كل مرة تتعرض فيها لهذا الحراج، راقب معي المشهد:

في البداية سيدخل مزاح الشباب عنك، إلى داخل عقلك، الذي سيتم استفزازه بشكل موجع، مما يجعله يرسل مجموعة من الأوامر المستعجلة إلى الغدد المتعلقة بالأدرينالين.. فتبدأ تلك بضخ كميات كبيرة من الأدرينالين فجأة في الدورة الدموية.. لتشعر أن وجهك قد احمر، وانتفخت شرايين رقبتك، وانتابتك فورة من الغضب المكبوت. ثم، عندما لا تجد مكاناً لتفريغ هذه الشحنة.. سيصدر دماغك أمراً مباشراً إلى هرمونات السيروتونين والاندروفين والدوبامين بالاختفاء من شرايينك... فتبدأ بالشعور بإحباط قوي جداً يجلس على جهازك العصبي ويضع فيه مهدئات قوية، تجعلك تدخل في حالة من الصمت والكآبة، وعدم الارتياح بالوجود بين الناس.

وأما وعيك الباطني، فسيبحث عن منفذ ينفس فيه هذا المستوى كله من الضغط العالي. حسناً، ههنا احتمالات:

- ستقول في نفسك، أبي هو المسؤول عن كل هذا، فلولا تشدّد الدائم في ما يخص ثيابي وشكلي.. ولو أنه سمح لي أن ألحق هذه الموضة ببراءة.. لما كنت وقعت في أي إشكال!

- سيقف وعيك الباطني هنا لحظة، ليقول، ليس الحق على أبي فقط، بل أبي أيضاً

هو ضحية للمجتمع الذي يضغط عليه.

- ثم، سيتداعى إلى ذهنك، أن المجتمع ضحية من؟

وهنا ستنفلت الأمور إلى غايات لا يمكن حصر آثارها.

وستجلس أنت في الزاوية،

لتفكر: حسناً؟ وماذا سأفعل!

فالكل هنا قد أصيب بفيروس الترهيب

والتخويف.. ومن سيساعدني كي أتخذ

الموقف السليم؟ وهل هناك موقف سليم

أصلاً!!

الاستشارة لكن بدكاء!

هنا، دعني أقل لك التالي أيها الحبيب!

بشكل عام، هذه الدنيا تقوم على مبدأ السببية. كل مسبب له سبب. ومعرفة أسباب الأشياء هي، أحد أهم السبل التي تساعدك في حل الأمور التي تواجهها.

مثلاً، معرفة الخلل الذي يجعل مجموعة من الأسلاك الكهربائية تحترق كل مرة، يساعدك على وقف الحريق.

ومعرفة سبب المرض، وسبب التعب، وسبب الإخفاق الدراسي، وكذلك الخجل الاجتماعي إلخ.

وبيني وبينك، إن معرفة سبب أمر ما، يحتاج إلى عالم به، خبير ضليع وحكيم وصادق. إذا سألته عن سبب لأمر خطير، بذل جهده الكامل من أجل تقديم التحليل

"مشاورة العاقل"

الناصح رشدٌ
ويمَن وتوفيقٌ
من الله، فإذا
أشار عليك
الناصح العاقل
فإياك والخلاف،
فإن في ذلك
العطب".

الشيخ الأعظم محمد باقر كجك



محمد باقر كجك

كاتب وباحث في الفكر التربوي - لبنان

العاقل الناصح رشدٌ ويمَن وتوفيقٌ من الله، فإذا أشار عليك الناصح العاقل فإياك والخلاف، فإن في ذلك العطب».

عند من يخاف الله، فعن الإمام الصادق (عليه السلام): «شاوِر في أمرك الذين يخشون الله عز وجل».

عند من لديه تجربةٌ حقيقيةٌ في الحياة الاجتماعية، وكذلك في الميادين العلميّة، فعن الإمام علي (عليه السلام): «أفضل من شاورت ذو التجارب».

فإذا كانت الاستشارة هامةً هكذا عند سادة البشرية عليهم السلام، فلا تتمنّع عن الوصول إلى الخير لتستشيرهم في نفسك.. وشؤونها.

فإنّ الوقت يمضي، فاسبق الوقت!

والمساعدة المطلوبة. فلا يمكن مثلاً، أن تسأل طبيباً عن خللٍ ميكانيكيٍّ في الطائرة. وهكذا، في الأمور التي تجعل قواك النفسيّة منهكةً، ومحبطةً، وعديمة الفعاليّة.. فمن الطبيعي، إذا كانت تهّمك نفسك (أو فقدت الاهتمام بها مثلاً)، فإلى أين ستلجأ؟

إلى استشارة نفسيّة.

عند من؟

عند من لديه معرفةٌ بالإنفس البشريّة، وأمراضها، وعللها، ونقاط قوّتها وضعفها، ومن في إمكانه أن يأخذ بيدك كي تحقّق أهدافاً ساميةً، دون أن يضعك تحت سلطته المعرفية والنفسية. فعن النبي الأعظم (صلى الله عليه وآله): «مشاورة



الإبداع في سن المراهقة علماء صغار

زينة شبيت

تخيل معي قليلاً هذا المشهد:

أنت تعيش في محيطٍ نَقُلُّ أنه أبيض اللون. تمارس حياتك بشكلٍ طبيعيٍّ، تستيقظ صباحاً، تتناول الفطور (إذا كان هناك متسعٌ من الوقت). تذهب بعدها إلى المدرسة أو الجامعة أو ربما إلى عملك. تقابل الزملاء وتقوم بما تريد القيام به، لتعود بعدها إلى منزلك وتقضي الوقت مع العائلة وتخلد إلى النوم لتحلم قليلاً وتستيقظ مجدداً لتعيد النمط نفسه.

يبدو ذلك مملاً، أليس كذلك؟

ماذا لو خرجنا من هذا البياض السائد، أو ربما أضفنا بعض الألوان إليه؟ سننظر إلى المشهد نفسه بأبعادٍ مختلفةٍ وكلُّ منا على طريقته. هذا ما يميّز كلَّ فردٍ منا عن الآخر، نظرتنا إلى الأشياء. وعندما ننظر خارج المحيط الأبيض نمارس حينها الإبداع. فللمبدع عقلٌ

روبوتات كانت كفيلاً بإظهار الإبداع والإصرار لدى الطلاب. فبعد التفوق في مباريات الروبوت «فئة السومو» الذي حققته فرق مدارس المصطفى (ص) عامةً، تأهل للمباريات العربية فريقان من تلك الثانوية، للمشاركة في «البطولة العربية للروبوت» في مدينة شرم الشيخ في مصر، التي شارك فيها 45 فريقاً من 16 دولة عربية على أمد ثلاثة أيام بإشراف لجنة تحكيم دولية.

وفي مقابلةٍ مع الطالب علي رمال، سرد لنا علي قصة «العلماء الصغار». لتطوير القدرات العقلية لدى الطلاب وفي ظل التطور التكنولوجي الملحوظ، كانت فكرة إقامة «نادي الروبوت» في الثانوية الذي تألف منذ سنتين من طالبين فقط، إلى أن أصبحوا هذه السنة ثلاثة عشر طالباً. ويقول علي «عملنا على روبوت اسمه «السومو SUMO» الذي وضع على الحلبة مع روبوت آخر ليتخاصموا من دون تحكم أصحاب الروبوتات بهم وذلك من

يخترق به حواجز كلِّ ما هو «تقليديٌّ». وكلّما طوّرت قدراتنا الإبداعية منذ الصغر، أصبحنا أسياد أنفسنا. من هنا نجد أهمية الإبداع خصوصاً في مرحلة المراهقة، التي يعتقد البعض أنها أهمّ مراحل النمو لدى الفرد. وما أن قمنا بتجهيز محيطٍ سليمٍ للمراهق، ضمناً له دفعةً لسفينته حياته.

وفي ما يلي عرضٌ لنماذجٍ إبداعيةٍ من بعض المراهقين:

العلماء الصغار

«لو خسرنّا، لا تأسوا ولا تنزعجوا. نحن هنا من أجل الاستفادة ولا من أجل الرج.» هي أكثر الكلمات التي أثّرت على علي ابن الـ 17 عاماً، الذي وقف مع زملائه يداً بيد ليرفعوا اسم لبنان عالياً. تلك الكلمات الخالصة والنابعة من قلب مدرّسهم الأستاذ حيدر بيضون كانت الحافز الأكبر لهم. فتیان لا تتجاوز أعمارهم السبعة عشر، عملوا بروحٍ جماعيةٍ لخلق

روح الجماعة التي أوصلتنا إلى ما نحن عليه.»

«شعرت أنني الأقوى»

تقول الطالبة زينب شمس الدين: «أيها المسؤولون، أي اللغات على متن أجهزتيها تصفكم؟ جرّدتكم الحروف من يدي، والحبر من قلّمي. طال انتظاري وقبل أن يفرغ صبري حدّثتم مصيري. ماذا أصف بكم؟....» هكذا خاطبت زينب مسؤولي الوطن، بقلب محروق على مستقبل أبنائه. ومع أنهم جرّدوا الحروف



من يديها والحبر من قلمها، بقي ذلك القلم يتدفّق أدباً ليحصل ما لم تكن تتوقّعه أبداً.

زينب ابنة «جون» قضاء الشوف، طالبة من مدرسة المهدي شاهد (عج) وعمرها ستة عشر عاماً. شخصية هادئة وكما تقول «تتحمس للتجارب الجديدة في الحياة». ومنذ صغرها تنجذب للشعر والموسيقى والقضايا الوطنية. في عمر الثالثة عشرة كانت لها فرصة المشاركة في مسابقة التعبير تحت عنوان «كيس النفايات لتكلم» في ظل أزمة النفايات في لبنان.

فقد أقرت جمعية «جائزة اللغة العربية»

تعمل بدون أسلاك أي Wireless ومن أمامه يوجد موتور يدور بسرعة فائقة لوحده عند رؤية الأوساخ عن طريق sensor وبذلك يقوم بتنظيف الأنابيب بشكل سليم». ولدى سؤالنا له من أين أتت تلك الفكرة يجيب علي «بعد ملاحظة إقفال ريغارات المياه كل سنة، بعد فصل الشتاء، مما يشكل عائقاً



أمام السكان». وبدقة عالية ومبهرة حصل الروبوت على المرتبة الأولى في البطولة. ويبدو أن حماسهم لم يقف هنا، فتابع الطلاب المشاركة في بطولات عدة إلى أن حصلوا على المرتبة الثانية في نهائيات السومو والمرتبة الثالثة في بطولة «Robot - Race». يقول علي بخر عظيم «أنهينا السنة بإحراز 5 بطولات للمدرسة وذلك الجبل الذي شعرنا به على ظهورنا، أزالته لحظات الفرح بالبطولات». عزيمتهم تلك لم تتوقف بعد، فيضيف علي «إن شاء الله سنشارك السنة القادمة ببطولة FTC والقادم أكثر».

وأخيراً يتوجه علي إلى كل المراهقين من عمره «البرمجة والتفكير تساعد في تنمية القدرات العقلية، فلا تهملوا هذا المجال. تجربتي كانت رائعة وما دفعني إلى المثابرة هو التشجيع من قبل أهلي والمدرسة والأهم هي

خلال برمجة مسابقة لهم على اللابتوب». ويتابع «الروبوت الذي يبقى على أرض الملعب هو الفائز». وقد نال الطلاب المرتبة الثالثة على لبنان في البطولة الأولى للروبوت NERD 18، لذا عمل الطلاب على اكتشاف الأغلاط في الروبوت وإعادة برمجتها. راقب الحكام طريقة الروبوت الإستراتيجية، الأمر الذي خولهم للمشاركة في البطولة العربية. سافر الطلاب الخمسة إلى مصر «لم نصّدق أننا وصلنا إلى هنا» يقول علي بعيون براقية.



واجه الفريقان العديد من الصعاب أثناء الرحلة، حتى أنه في ليلة البطولة بقي أعضاء الفريق إلى الصباح الباكر منهمكين في تصليح عطل طراً عليهم. وبعد ساعاتٍ من السهر الطويل، عاد الطلاب مكلّلاً تعبهم بالنجاح. ويضيف علي «عدنا إلى لبنان باستقبال رائع في المطار من قبل أصدقائنا في الصف ممّا شكل حافزاً لدينا لمتابعة المسير». لم تتخطّ فترة الراحة لدى الطلاب أسبوعاً واحداً، حتى عادوا إلى العمل وقاموا ببرمجة روبوت يخدم البلديات لبطولة ARC4 اللبنانية. ويشرح علي هنا «قمنا بصناعة روبوت يدخل إلى أنابيب المجاري تحت الأرض وهو مزود بكاميرا



يضيّعوا فرص المشاركة في المباريات اللغوية والعلمية لأن ذلك سيكون بمثابة خبرة لهم وبالتأكيد سيكتشفون مهاراتٍ ربما كانت مجهولةً بالنسبة لهم".

لا شك أن لكل من علي وزينب شخصيةً مختلفةً وبارعةً في ما هي عليه. وتلك البراعة تحتاج إلى من يدعمها ويثني على عملها. فالمرهق خصوصاً في مراحل الأولى بحاجة إلى هذا الدعم لتطوير قدراته وتنمية شخصيته، ذلك لأن كل واحدٍ لديه قدرة كامنة لأن يكون مبدعاً. لكن هذه القدرة لا تتحقق لدى الجميع لأنها تحتاج للخبرات اللازمة لتحقيقها والتدريب الكافي على الموهبة الإبداعية. لذا على الأهل أولاً الالتفات إلى مواضع إبداع الابن والعمل على تركيتها وتأمين المحيط الملائم لها. وعلى المدرسة ثانياً أن تسعى لتطوير ما يسمّى «بالذكاء الإبداعي» لدى الطالب للوصول إلى تحقيق الذات. وبذلك لن ينتهي الأمر بسفينته على الصخور.



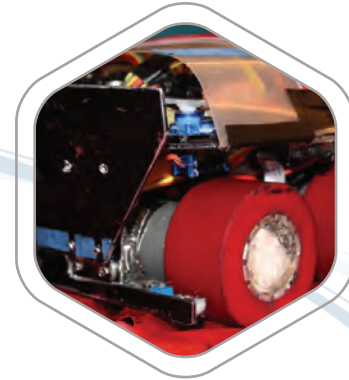
زينة شيت

إجازة في الصحافة وإعلام رقمي

أسماء المشاركين بالمسابقة الرئيسية، كانت زينب أحد المشاركين ضمن مدرستها، ذهب الطلاب في يومٍ محدّدٍ إلى القاعة المحدّدة لكتابة نصٍّ غير محضّرٍ في مهلةٍ أقصاها عشرين دقيقةً. تقول زينب "الموضوع هذه المرة كان عن شكر النفايات للمعنيين من بعد حلّ أزمة النفايات. رغم مشاركتي في اللحظات الأخيرة، لم أتوقع أنني من الممكن أن أتأهّل إلى المسابقة وفي اللحظة التي سمعت اسمي من بين المتأهلين شعرت أن جسدي بقي معلقاً على الكرسي حتى أنني لم أستطع التحرك وشعور الفرح والخوف يختلطان داخلي." تلك الصدمة كانت إيجابيةً بالنسبة لزينب، رغم التوتر الذي ساد في الأجواء ورغم بقائها لوحدها دون أيّ مساعدةٍ في القاعة، عملت زينب على كتابة مقطعٍ شاملٍ وغنيّ. وعند الانتهاء، ذهب الطلاب إلى المسرح وكانت زينب أول المبتدئين في إلقاء نصّها وفي قول منها «شعرت أنني الأقوى». ثقتها بنفسها أضحت حافزاً، «زينب الأولى على أكثر من عشرين مدرسةً في التعبير». تقول زينب «عند وصولي إلى المدرسة سمعت الكثير من الجمل المؤثرة الجميلة مثل «رفعت اسم المدرسة» و«نحن فخورون بك» وغيرها من الجمل التي لن أنساها أبداً». وتابعت «حتى أنني لم أنس غمرة أُمّي عند وصولي إلى المنزل".

اعتبرت زينب أن هذه التجربة كانت جميلةً ومفيدةً ولولا دعم أهلها والمدرسة لما وصلت إلى ما هي عليه. رغم الصعاب، زادت ثقتها بنفسها وتعرفت على أصدقاء من غير بيتنها. وتقول زينب «نصيحتي للمراهقين أن لا

في جمعيتها العمومية، برنامج نشاطاتها للعام 2016، وذلك بمشاركة عددٍ من المدارس من بينها مدرسة المهدي شاهد (عج). المسابقة على محورين اثنين، الأول جائزة التعبير الشفوي «قراءة أكاديمي» والثاني جائزة التعبير الكتابي - «تواصل أكاديمي».



وكعادتها، كانت زينب أول المتطوعين وشاركت في المحور الثاني للمسابقة. وتقول «أحببت المشاركة في تلك المسابقة، وقلت لنفسي ما المانع ربما تكون تجربة مفيدة». وتضيف: «في البداية كنت متحمسةً جداً، ولكن مع مرور الوقت وبسبب الضغط الذي عانيته في المدرسة ما بين الامتحانات والبحوث، وصلت إلى الموعد النهائي ولم أكتب شيئاً. فاعتذرت من معلمي عن المشاركة». لم تفقد المعلمة الأمل وشجعت طالبتها المثابرة على المشاركة ولو بشيء بسيط. تابعت زينب «كان المطلوب من المشاركين أن يسعوا إلى إيجاد الحلول على قاعدة حل المشكلات (Solving Problem) من خلال مقالة إعلامية مرفقةً بالمستندات والصور. لذا بدأت الكتابة عند الساعة العاشرة وأنهيت في منتصف الليل. وفي اليوم التالي سلمت العمل للمعلمة.» وبعد إعلان

يا أمي

لنخبزخبز التّور بعد اليوم

نورما رشيد حمود

... «كل شيء في مكانه الصحيح، أجل...
سأفاجئ الأستاذ بالمعلومات التي حضّرتها.
سيتفوق مشروعي هذا على سائر المشاريع،
وستفتخر والدي بذلك. كل شيء سيكون
على ما يرام»...

حدّث ربيع نفسه طويلاً قبل دخول
القاعة ليناقدش بحث التخرّج. لقد أنجز
سبّغ الدراسة هذه بكّد وجدّ، وحان موعد
الانطلاق إلى ساحة العمل. إثنان وعشرون
عاماً، ووالدته التي تفوح رائحة الخبز من
يديها المباركتين تنتظر تلك اللحظة. ربّته
يتيمّاً في تلك الغرفة في زوايا الحيّ، واحتوته
بكلّ جوارحها. ولعلّ حرارة حبّها لولدها
أشدّ من حرارة ذاك التّور الذي تخبز عليه
مئات الأرغفة كلّ يوم، لتبيعها وتنفقها
على وحيدها ربيع، بعد أن اختطف الموت
زوجها. لطالما كانت لربيع أمّاً وأباً، لكنّها
لن تحجز اليوم في قاعة الجامعة غير مقعّد
واحد، حيث تنتابها تلك الأفكار المؤنسة،
«سيتوظّف للعمل في شركة رائدة، سأصوّره
وهو يلبس بدلة العمل، وأرسل الصورة إلى

أقاربنا. وعمّاً قريب، سأخطب له سارة
الجميلة... كم سيبدو وسيماً وهو يلبس
تلك البدلة. سينجب لي أطفالاً يزيّنون داري
باللّعب والضّحك. لعلّه حين يصبح مديراً
ناجحاً سيشتري لي منزلاً، أو يبني لي غرفتين
في الضيعة. بعد كلّ هذا العناء، حان موعد
الراحة يا أمّ ربيع»...

ثمّ دخل الأستاذ القاعة، متجهّم الوجه،
عبوساً، «الطالب ربيع، الحائز على درجة

جيد جداً في الامتحانات الخطيّة في كلّية إدارة
الأعمال، تفضّل لنقاش بحثك». وسرعان ما
حلّقت آمال ربيع، وعانقته أمانيه... ثمّ
صمت الجميع في القاعة، وهم يستمعون إلى
النقاش، وإذا بالأستاذ يرشقه بالملاحظات
يميناً وشمالاً، ويهزّ رأسه مستهزئاً هنا،
ومستهزئاً هناك، كأنّه يقرأ قصّة خرافيّة،
وتبدو ملامح الانزعاج على صفحات وجهه.
أمّا أمّ ربيع، فلا يهتمّها قول قائل، وتستمرّ

بالتصفيق... تنظر إلى وجه ابنها المضطرب، وتقول «أحسن يا ربيع». وبعد مدّ وجزرٍ، أنهى ربيع مناقشة بحثه، وتنفس التهام بعد الغصة. وأخيراً، بعد دعوات أم ربيع، نجح ولدها، لكن لم تكن نتائجه على قدر توقّعاته.

كانت تلك بدايات الخيبة عند ربيع. الخيبة التي طالته في قاعة الجامعة لم تنته بين تلك الجدران. يوماً بعد يوم، يتقدّم للوظائف هنا وهناك، ولا يجد فرصة للعمل، وأمّ ربيع تخبز التنور وتبتسم، «لا تخف يا بُني، أليس الصباح بقريب». يخرج كلّ يوم من منزله، يقرع باب الشركة تلو الأخرى، ويزداد اليأس في قلبه. كلّ صباح، يجد الناس منهمكين في أعمالهم، والأسواق تكتظّ بالمشتريين؛ جميعهم يعملون، ينفقون أموالهم، يشترون ما يريدون. يأتي عيد الأم، ومخال الذهب تعجّ بالمشتريين، وريع ينتظر الوظيفة ليشتري لأمه قلادة كما وعدها. ثمّ تمرّ الأيام، ويأخذ اليأس منه كلّ مأخذ، وهو لا يجد عملاً، ويتخبّط بين جدران منزله الصغير. وليس هناك أيّ خبر عن وظيفة... لم يعد أصلاً مهتماً بالبحث، وأصبح يلزم السرير.

«لماذا أنا الخاسر دائماً؟ كلّهم لديهم آباء يساندونهم إلا أنا... كلّهم يجدون الوظائف المحترمة، كلّهم يتزوّجون، كلّهم مرتاحون، إلا أنا يا سارة، لماذا؟ لا أمل عندي سوى السفر يا سارة، لقد أخبروني عن تلك السفن التي تحمل المهاجرين ليلاً إلى تركيا، لعليّ أجد عملاً هناك.»

«اصبر يا ربيع، لا تقدم على أمر غير عقلائيّ، يعاقبك عليه القانون. اصبر، أصدقاؤك يحالفهم الحظ اليوم، وغداً دورك، ولعل الذي أبطأ عنيّ هو خير لي.»

«دوري! أحقّ تعتقدين؟ اسمعي يا سارة، يبدو أنّ الأمر متعلّق بي. أنا بؤرة نحوسة... أبي مات عندما ولدت، لقد كنت وجه الشؤم... أمي تكاد تشتعل في ذلك التنور، وظهرها أصبح كقنطرة قلعة القيصر لأجلي، ثمّ أدرس وأتعب وأشقى، ولا أجد نتيجة... جميع أصدقائي وجدوا وظائف محترمة، وها أنا منذ عام ونصف وأنا أبحث. أتعلمين، ربّما أنا وجه نحوسة لك أيضاً. يجب أن ننفصل! أخبري أهلك بأن ربيع ليس أهلاً

للزواج.

قولي لهم

أنّه فاشلٌ كئيب،

ولا أمل منه في شيء. قولي

لهم أنّ الله يلطف بجميع الخلق إلّا

به. فلينته كلّ شيء يا سارة...

«حقاً لقد مللت من تشاؤمك هذا. كلّ يوم

تزيديني يأساً معك. عندما تعود إلى رشذك وتذكّر أنّ لك

ربّاً يركاك، كلمني.»

مضى ذلك الأسبوع وريع يفكر بالخلاص من تلك الحالة. لقد ملّ من ذلك السرير البالي، ولم يعد يأنس حتى بحديث أمه المسكينة. «وماذا يعني إن خسرت سارة، لقد خسرت كلّ شيء أصلاً. وأي ربّ يركاني وهو يأخذ مني كلّ شيء؟! لعله لا يحبني أصلاً... ولم أعيش هنا؟ يجب أن تتخلّص أُمي من هذا الولد الشقيّ. سأسافر في تلك البواخر خلسةً غداً، فإن التهمني البحركان خيرًا لي، وإن نجوت لعليّ أجد عملاً أعوضها به عن تعب تلك السنين. وإن كانت كلّ رجوي أن أغرق كغيري وأموت...»

وبعد أيام قليلة، تلقّى ربيع اتّصالاً من ذلك الشاب الذي وعده بالسفر، وأخبره بأن الزورق سيحملهم صباح يوم الجمعة. لم يكن لديه الكثير ليحزمه، فكلّ ما يملكه هو بعض الثياب القديمة، وشهادة تكّدس فوق غلافها الغبار، لا يهتمّ لأمرها حتّى، ولا ينوي حملها معه. وقبل أن تحترق أشعة الشمس نافذة الغرفة القديمة، وتوقظ تلك العجوز لتشعل تنورها، حمل حقيبته وخرج دون أن يودّعها. ثم سمعت الباب وهو يغلقه، فاستيقظت ورفعت يديها إلى السماء قائلة: «يا ربّ المساكين، بحق فجر الجمعة هذا، فرّج عن ولدي ربيع، وافتح له خزائن رزقك، وردّه إليّ اليوم سالمًا، فإن قلبي يحدثني أنّه في ضيق. أنت الذي



نورما رشيد حمود

ماجستير ألسنيات لغة

قلت :

ادعوني

أستجب

لكم، وأنت خيرُ

مجيبٍ. لقد أمضى

عمره بارًا بي، وقد وعدتُ

عبادك البارزين بمفاتيح

رزقك». ثم قامت وصلت

جنب فراش ربيع، وبدأت تدلك ذلك

العجين المختمر وتقول: «سبحان من

جعل اللين في قلوب عباده... اللهم لين قلب

ولدي لحبك والتسليم لأمرك وقضائك».

وفي تلك الساعات العصبية، صعد ربيع على متن

الزورق، وهو يفكر بأمة المسكينة. رفع هاتفه ليكلّمها،

ليستسمحها قبل الرحيل، وهو يتذكر ما قاسته من ألم السنين

لأجله، وجلّ ما يفكر فيه هو كيف يعينها ويخلصها من ذاك الفقر

والتعب، وإذا بهاتفه يرنّ! إنه رقم غريب، من عساه يكون. وما إن أجاب

ربيع، حتى استبشر بسؤال من رجل يبدو على صوته الوقار، «... هل

تستطيع أن تحضر اليوم إلى شركتنا لإجراء مقابلة؟ لقد نصحننا بعض

أصدقائك أن نرسل بطلبك لوظيفة إدارية مرموقة في شركتنا، وأخبرونا

بأنك كفوء ومجتهد. نرجو أن تكون عند حسن ظننا».

لم يصدق ربيع ما كان يسمعه، أيعقل أن تكون هذه فرصته؟

تخبّط مشاعره، وتبدلت معالم وجهه، وسبقته قدماه للخروج من

ذلك الزورق المشؤوم. سارع إلى الشركة... حاز على إعجاب المدير...

دخل إلى المكتب المجاور، ليجد سارة تجهز مكتبه!!! كيف هذا؟ كل

شيء تغير بسرعة... وكأن فؤاد أمه دلّها على ذلك، فاتصلت مطمئن

عنه وهي تقول: «بني، لعل الذي أبطأ عنك هو خير لك»...

«أمي، يا نور عيني، لو تدرين أين أنا... الحمد لله،

لن تخبزي في التّنور بعد اليوم يا أمي»...

المسرح

في خدمة الهوية الثقافية

«الدنيا مسرحٌ كبيرٌ، وإنَّ كل الرجال والنساء ما هم إلا لاعبين على هذا المسرح».

وليام شكسبير

مريم ميرزاده

والنحت والتصوير والقصص على أنواعها الأدبية. فيتمخض هذا الملتقى الثقافي بامتياز، عن حدثٍ فنيٍّ كبير، فيه تبادلٌ متعدد الأطراف للثقافات والرؤى المختلفة لزوايا الفنون المعروضة كافةً.

يقولُ أرسطو إن لدى الناس منذ الطفولة غريزة التشخيص ومن هذه الناحية يختلف الإنسان عن الحيوان في أنه أكثر قدرة على المحاكاة وأنه يتعلم دروسه عن طريق تشخيص الأشياء. إن للإنسان غريزة

الحدود السليمة والسلمية بين المجتمعات والسلطات السياسية والدينية.

تارةً ملهأة، تارةً مأساة، تراجيديا أو كوميديا أو عرضٌ للمحمة شعريّة، لطالما كان المسرحُ من أقوى أشكال الفنون التعبيرية التي تتوالى فيها شتى عناصر الإبداع كتابةً وشعراً وموسيقى وتمثيلاً وإخراجاً.

يلتقي في صالة المسرحِ هواة القصيدة والرواية والمحنة والتمثيل والرقص المسرحي والتاريخ واللغات والرسم

هكذا كان المسرح منذ تأسس عند الإغريق والرومان والفرس، أخذاً في الانتشار، مفتعلاً كماً من الإثارة والدهشة تجاه هذه المساحة المتناسقة بمدرجاتها وستائرهما وسقفها وأحياناً فضائها المفتوح على السماء، من أجل عرض فكرةٍ وتبسيط الضوء عليها، مسهماً في زيادة الوعي العام حولها، أو لتضخيم مشكلةٍ لا تستطيع سبل التعبير الصريحة والفنون الأخرى التعبير عنها بما يوفر

وأحياناً الحفلات الماجنة التي يتم عرضها وتداولها بين الناس، عادَ محطَّ اهتمام رجال الكنيسة بُعيدَ سقوط الإمبراطورية الرومانية. هذه المرة من أجل إعلاء حضور الكنيسة بين الناس. صار المسرحُ في هذه المرحلة منبراً لإحقاق سلطة الدين وتلقين الدلالات المستمدة من الكتاب المقدس وممارسات الأعياد الدينية لمجموعة من العوام الجاهزين للتلقّي. كان المسرح هنا، كما في كل حالاته، مصدراً أسراً للمعرفة، بفعل عامل التشخيص والتصوير المقرون بالموسيقى. فكيف إذا كان المؤدي من ذات طاقم الكهنوت، والمسرح ذات حرَم الكنيسة

لا شيء يؤدي إلى انحطاط المسرح مثلما تفعل ممارسات قمع الحريات، أو محاولات السيطرة عليه أو توجيهه كما ترغبُ السياسات والأيدولوجيات وكما يشاءُ المستأثرونَ بالرأي من أصحاب السلطة والمنصب. أو كما ترغبُ التياراتُ والأحزابُ في جماعةٍ ما، أو كما يشاءُ مخرجٌ متملقٌ.

المسرح الذي حاربه الكنيسةُ خلال القرون الوسطى في الإمبراطورية الرومانية، بذريعة ارتباطه التاريخي بالأوهام الشعبية
وا لطقوس الخرافية

التمثيل منذ الصغر، إن المتعة أو اللذة التي نحصل عليها من هذه العملية هي تحول الحياة إلى مسرح ومن هنا ينبع المسرح... من أصل الإنسان... من رغبته الفطرية في التّجسيد... من خياله الواسع الذي هو أصل الحياة... من الحياة نفسها. أرسطو الذي يتأملُ وجهَ هوميروس في زيتيّة رامبرانت الشهير متسائلاً عن النسيج الشعري الذي تفرد باكتشافه وعن حقيقة الإلياذة والأوديسة.

ألم تكن «مأساة الحلاج» أقوى تجسيدٍ في زمانه لدور المسرح في صياغة الرأي العام وصقل الثقافة وبلورة الأفكار عبر استعراض شعريٍّ للتاريخ؟ وإذا كان التاريخُ مادةً صلبة لا يستسيغها كثيرون، إلا أنّ الشعرَ والموسيقى والصورة الممثلة لتراجيديا حقيقية حدثت في ذات يوم، تجعل من التاريخ موضوعاً جذاباً يقدّم للمتلقّي بأفضل الطرق وأكثرها إبداعاً. ربما بدأت المسرحية على هيئة الشعر أولاً. حيث بدأ أحمد شوقي بكتابة المسرحية الشعرية، وكان صلاح عبد الصبور من رواد المسرحية الشعرية العربية، حيث كان ذلك بعد مرحلة الشعر الجديد الحر، الذي عاصرت به نازك الملائكة، بدر شاكر السياب وعبد الوهاب البياتي. ومن بين مسرحياته الشعرية الخمس، اشتهرت لعبد الصبور «مأساة الحلاج»، أشهر أعماله.





إلى أن تداخلت في النقش الروماني القديم، فسيفساء البندقية، والعمارة السورية والأناضولية والفارسية لاحقاً.

لعب اللّير في هذه الحقبة، الدور البارز في الحفاظ على الفنون والنقوش واحتضانها، رغم أنّه يميل بطبعه إلى حفظ الموروث وليس يوفّر الميدان المطلوب للخلق والإبتكار أو التجدد.

ولكن أين المسرح اليوم؟ أسأل نفسي وأنا أبحثُ عمّا يمكنني أن أجده خلف الستارة من ألغازٍ تثيرُ في بعضاً من دهشة العرض الأخير الذي حصلتُ عليه لشكسبير. ثم يبعثُ في الخيبة كلما شخصّ أمامي قتالُ عطيل المغربي وكاسيو البندقي

نفسها. الدور الأشهر تمثيلاً في مرحلة ازدهار المسرح هذه، كان آلام صلب المسيح، ثم مسرحيات الإصلاح البروتستانتي بعد ذلك، والمعارضة الكاثوليكية لحركة الإصلاح.

ثم كانت للمسرح خلال القرن الثالث عشر، حصّته من النهضة الثقافية التي طرأت على أوروبا الغربية بعيد الحروب التي خاضتها مع الشعوب الشرقية والشمالية وما حملته من غنى ثقافي جديد نوعياً لا سيما من الشرق البيزنطي الإسلامي. حتى أخذ التبادل الثقافي والفني بين جاليات الفنانين البيزنطيين والغرب يزدهر وتزدهر معه الأدوات والعناصر. وصولاً

الأثر، من فنٍّ كاملٍ متكاملٍ أصيل، كان منذ آلاف السنين، يقدمُ للبشريةِ عراقاً شعوبنا وحضارةً جذورنا. فكيف السبيلُ إلى حفظ جذوة الخلق والإبداع لدى الشباب المسلم عموماً، والعربي خصوصاً، من التفتت الثقافي المحتوم الملازم لصيرورة عصر السرعة، ومن التشتت المترتب على استيراد كمياتٍ مجنونةٍ من المعلومات بصيغةٍ غير مدروسة على الأغلب؟

مما لا ريبَ فيه، بأنَّ الإبداعَ في مجتمعنا ليس محصوراً ضمنَ حيزٍ فنيٍّ دون آخر، وكما أننا نشهدُ احتفاءً شاملاً بأدبياتِ النهوض والثورة ومقاومة الإستعمار الثقافي ومعاركه الباردة في الجبهات الاجتماعية والثقافية، من قصةٍ وروايةٍ وقصيدةٍ ولوحةٍ وموسيقى، فإنَّ ما لا يغيبُ عن خاطرنَا، هو عظمة ما قد تلعبه مسارحُنَا من دورٍ تاريخيٍّ فاعلٍ في خطِّ الرسالة التي يحملها دينُنَا - هويتُنَا وتقديم ملامحه الحقيقية بأبهى الصور من خلال فنِّ الستارة الحمراء. هذا الدور الذي لا يقلُّ سحراً وتأثيراً عن مسرحيات التاريخ الملحمية.



مريم ميرزادة

كاتبة وفنانة تشكيلية ومترجمة - إيران

شخصياتها في جدران المتاحف في المدن المختلفة؟ هل تفي مسارح اليوم بالغرض الذي نشأت لأجله؟ بل هل لها الأثرُ الأسرُ والحضور الفاعل الذي كان؟ أين المسرح العربي هنا؟ ما هويته؟ هل لازلنا نتحدث سنواتٍ عن مسرحيةٍ سبق وذهبنا على أقدامنا يوماً لحضورها فكان لها أثرٌ عميق في ضمائرنا؟ هل تُكتبُ مسرحياتُ اليوم في مجلداتٍ يوماً ما في المستقبل البعيد؟ هل تؤرِّخ؟ هل تقارب الخلود؟

الإجابة تكون أوضح بعد محاولاتٍ موضوعيةٍ لإمالة اللثام عن الصيرورة التاريخية لواقع الفن التمثيلي، وآثار الحداثة والتطور وما أرادته وتريده لنا الثقافات التي نستوردها بانبهار وتمسي هي انطلاقتنا ومرجعنا الطليعي في التمثيل والتصوير. لا شكَّ أنَّ انطلاقةً مسرحيةً أو فنيةً عموماً متأثرةً بالسرعة والأرقام وشبكات التواصل الاجتماعي والإنترنت والكم الهائل من المعلومات المتداخلة السريعة والراحة والتسلية العالية التي توفرها طريقة المطالعة الإلكترونية، لا تكون انطلاقةً تسلط الضوء على حقيقة شعبٍ ما وحضارته. لعلها على الأرجح عرضٌ ضائعٌ تاه منذ عقودٍ عن مساره الحقيقي، فتشئت وأخذت الشوائبُ تضافُ إليه خلال مسيرته من كلِّ حذبٍ وصوب. لعلَّ ما نذهب لمشاهدته في الصالات ذات الستائر الحمراء، شكلٌ مختصرٌ سهل الهضم خفيف



حول ديدمونة. وكيف أننا لا زلنا نحصل على جرعةٍ من الدهشة كلما حضرنا عرضاً لتلك القصص، دون أن نسعى لكتابة ما يشبهها تمثيلاً. أقولُ هل تنقصنا الروايات والقصص؟ أم أننا اكتفينا بها قصصاً وروايات. واحتكرت السينما الدور التمثيلي بعيداً عن «حقيقية» المسرح و مصداقية ممثلي الخشبة.

ملحمة رستم وسهراب في شاهنامه الفردوسي، وأسطورة الأب زال التي تحولت لعظمتها في خاطر التاريخ إلى تماثيل رخامية يقبل على شرائها السواح إلى ضريح الشاعر الإيراني في طوس، والتي تحولت اليوم إلى أغنياتٍ وقصص تعلم حتى للأطفال. أنعزوها حصراً إلى الأسطورة المكتوبة؟ أم أن جزءاً من خلودها كان تمثيلها ورسم



م لوسي : فيلم لوسي :

”الإلحاد العلمي والداروينية“

حيدر الكعبي - محمد علي العسكري

الدماغية أفضل منا هو الدولفين، هذا الحيوان المذهل يستخدم حتى 20% من قدراته الدماغية، وتلك القدرة تسمح له بتحديد مواقع الأشياء عن طريق الموجات الصوتية بدقة أفضل من أيّ جهاز سونار صمّمه الجنس البشري، ولكن الدلافين لم تقم بهذا عن قصد. فجهاز الموجات الصوتية الخاص بها تطوّر طبيعيًا.

هذا هو الجزء الفلسفي المطروح أمامنا للمناقشة هذه الأيام. هل يمكننا أن نجعل الناس تملك أكثر من الذي لديها؟ دعونا نتخيّل للحظات كيف ستكون حياتنا إن تمكّنّا من الولوج إلى 20% من قدراتنا الدماغية. إنّ هذا المعدّل سيدع لنا مطلق الحرية

من أكثر الجهات التي أقنعت الجماهير بصحة هذه النظرية، بشكل يفوق تأثير المؤلفات والمحافل العلمية نفسها. لقد أنتجت عددًا كبيرًا من أفلام الدرجة الأولى التي تدعم نظرية داروين بشكل صريح أو ضمني، ولعل أهمها سلسلة أفلام «إكس مان» وسلسلة «كوكب القردة».

وضمن هذه الطائفة من الأفلام يبرز فيلم «لوسي» الذي أنتج عام 2014.

في البدء يظهر الممثل الأميركي الشهير «مورغان فريمان» كبروفيسور متخصص يدعى «صموئيل نورمان»، وهو يقدم نظرية مهمة تتعلق بتأثير القدرات العقلية الهائلة التي تكمن في مخ الإنسان ككائن يتربّع على قمة هرم التطوّر للكائنات الحية الموجودة على الأرض وفقًا لنظرية داروين.

يقول البروفيسور صموئيل في محاضراته: “الآن دعونا نناقش حالة خاصة، الكائن الحي الوحيد الذي يستخدم قدراته

يبدو أنّ التعصّب للداروينية قد تجاوز الحدود العلمية للنظرية، فصار مجرد مناقشتها يمثل نزعة تخلف وإيمان بالأساطير، مع أنّ النظرية قد تعرّضت لنكسات علمية على يد فلاسفة وعلماء طبيعة، وآخر نكسة تعرّضت لها كانت في العام 2009 بعد اكتشاف عظام القرد «أردي»، والتي دحضت فكرة تطوّر الإنسان عن قرد الشمبانزي.

يظهر الممثل الأميركي الشهير "مورغان فريمان" كبروفيسور متخصص يدعى "صموئيل نورمان"، وهو يقدم **نظرية مهمة** تتعلق بتأثير القدرات العقلية الهائلة التي تكمن في مخ الإنسان ككائن يتربّع على قمة هرم التطوّر للكائنات الحية الموجودة على الأرض وفقًا لنظرية داروين.

وفي خضمّ هذا الصراع، تُدلي هوليوود دلوها بقوة. فالمتتبع لسلسلة أفلامها التي تتناول هذه النظرية يجد بما لا يقبل الشكّ بأنها من أشدّ المناصرين للداروينية. ولعلّها

لا تشعر بالألم أو خوف أو رغبة بشرية، وأنها كلما شعرت بأن رغباتها البشرية تقل - كالشهوة للطعام أو الجنس مثلاً - كلما زاد ما تعرفه عن فيزياء الكم والرياضيات التطبيقية والقدرة اللانهائية لنواة الخلية. إن محور سيناريو الفيلم هذا يؤكد على أن القدرات العقلية للإنسان إذا ما نمت بطريقة أو بأخرى فإنها ستفجر في الإنسان قدرة تجعله يعلم ويتحكم تكوينياً بكل شيء من حوله، وهي فكرة لها مساس بالعقائد الدينية لدى المسلمين بخاصة، تتعلق بمنح البشر الذين أنعم الله عليهم بعقول كاملة، سلطة تكوينية في هذا الوجود.

ثم تمرّ لوسي بكثير من الأحداث والمغامرات، وفي الوقت نفسه تزداد قدراتها العقلية بالتطور المضطرد، ومع اقترابها من بلوغ المراحل النهائية من هذا التطور فإنها تمتلك قدرة على الانتقال بكل سهولة من الحاضر إلى الماضي، فتشهد خلال مسيرتها على تكون الحياة على الأرض، والتي يظهرها المخرج على أنها كانت مطابقة لنظرية داروين للتطور والنشوء، بحيث أنها في حقبة معينة تلتقي بالقردة "لوسي" التي تعدّها النظرية الداروينية حلقة الوصل التطورية بين القردة والبشر، علماً أن الفيلم يؤكد في البداية على أن

إن هذه المحاضرة العلمية المصحوبة بلقطات من الحياة الواقعية لتأييد مقولاتها، تُبين لنا أن هذا الفيلم ليس مجرد خيال علمي فحسب، بل هو مدرسة تعليمية تؤسس لمذهب جديد من المعرفة، تحاول مزج نظريتين أو ثلاث من النظريات المعرفية.

ومن خلال هذه المحاضرة



العلمية الجادة، يُهيء كاتب السيناريو المشاهدين لقبول أحداث الفيلم المقبلة، التي تمثل بلوغ فتاة أميركية عادية اسمها لوسي مراحل التكامل العقلي والجسدي بسرعة مذهلة بسبب تعاطيها - من دون قصد - لعقار لم يتم اختباره بعد، أدى إلى تطوّر قابليتها على استغلال قدراتها العقلية بشكل مذهل. ما جعلها قادرة على فهم حركة الطبيعة والكائنات حولها.

وأثر ذلك تتصل لوسي بالبروفيسور صموئيل وتخبره بأنها تناولت عقاراً جعلها

لكي نتحكم في كل خلية بجسدنا».

يسأل أحد الجالسين: هل تم إثبات ذلك علمياً؟

يجيبه البروفيسور: لا، فإلى الآن تلك مجرد فرضية، ولكن إن فكرت في الأمر جيداً فستجد أن المصريين والهنود القدامى كانوا على علم بالخلايا منذ قرون قبل اختراع

الميكروسكوب، وماذا عن (داروين) الجميع اعتبره أحمق عندما وضع نظرية بخصوص التطور، نحن بحاجة إلى القواعد والقوانين لنصل من التطور إلى الثورة. هناك ما يقرب من المائة مليون خلية عصبية لكل إنسان، ونسبة 15% منها فقط هي ما نستخدمه. هناك اتصالات في جسم الإنسان أكثر من الاتصالات الموجودة بين النجوم في مجرتنا. لدينا شبكة ضخمة من المعلومات لم نتمكن من الولوج إليها لحد الآن..

يسأل شخص آخر: سيدي ما هي المرحلة المقبلة من التطور؟

يجيبه البروفيسور: الخطوة الآتية ربما تسمح للإنسان بالتحكم بأشخاص آخرين. ولحدوث هذا لا بد لنا من الولوج إلى ما لا يقل عن 40% من قدراتنا الدماغية للسيطرة على أنفسنا والآخرين وللتحكم بالأمبرمته. ولكن حالياً هذا يعدّ محض خيال علمي. (ثم يختم كلامه مازحاً): منذ زمن لم نكن نعرف أن كلباً سيذهب إلى القمر..

سبب تسمية البطلة باسم لوسي لم يكن اعتبارًا، وإنما لأنها تمثل النقطة الثانية من تطوّر البشر كما كانت القردة "لوسي" تمثل النقطة الأولى في سلسلة تطوّرهم.

وفي أثناء رحلتها إلى الماضي تتعرّف "لوسي" أيضًا على بدايات نشوء الكون والتي يُظهرها المخرج على أنها قد حدثت وفقًا لنظرية الانفجار الكوني العظيم التي تؤكد أنها نظرية الفيزيائي الشهير ستيفن هاوكينغ، وأن أصول الحياة التي ظهرت على الأرض إنما ظهرت بسبب خلايا أولية حيّة كانت مقبلة على متن نيزك سقط من الفضاء.

وفي لحظة تكاملها العقلي يختفي جسد لوسي لتتحول إلى وجود عقلي مهيم على عالم المادة، وحينما يدخل رجل شرطة إلى الغرفة في اللحظة التي تختفي فيها "لوسي" ويسأل عنها، تردّه رسالة فورية على هاتفه الجوّال يقرأ فيها جواب "لوسي": "أنا في كلّ مكان".

إن فكرة الفيلم هذه مطابقة للنظرية الأفلاطونية الشهيرة المعروفة باسم «عالم المثل» وهي - وفقًا للفيلسوف أفلاطون - نظرية تتحدث عن وجود عالم ما قبل العالم الحسي أو المادي، يكون فيه الإنسان على علم بجميع العلوم والخفايا، وعند ذهابه إلى العالم الحسي (أي حينما يولد) يكون قد نسي كل هذه العلوم، وما عليه إلا أن يسعى إلى تذكرها في العالم الحسي.

وعلى الرغم من أن مجرى النظرية الأفلاطونية هو مجرى ديني يؤكّد على عالم الغيب وعلى إله واجب الوجود، إلا أن مخرج الفيلم يميل بهذه النظرية نحو الإلحاد بطريقة ذكية، وذلك حينما يمزج بين النظرية الأفلاطونية وبين النظرية الداروينية بذلك.

أضف إلى ذلك فإن تحوّل الفتاة "لوسي" إلى وجود يشبه الوجود الإلهي يدعم فكرة أن الإنسان يمكن أن يتحوّل إلى ذات إلهية - جلّ الله تعالى - ببلوغه كامل قدرته العقلية، وتأسيسًا على ذلك فإن كلّ إنسان يحمل بداخله بذرة إله.

لقد حاول أصحاب نظرية التطور، التأكيد على أن العلم في مواجهة الدين. وهو ما نلاحظه في سياقات الفيلم. في حين أن العلم في الحقيقة يدخل في مواجهة مع العلم نفسه، لأن الداروينية لم تحفّق في أن تثبت نفسها أمام الإشكالات التي أثارها المتدينون فحسب، بل أيضًا أمام وجهات النظر العلمية المعارضة لها، والتي تقود إلى نتائج مغايرة.

إلى ذلك، فقد ترك التوظيف الأيديولوجي بصمته على هذه النظرية عندما استعملت كدليل على نفي وجود الخالق، لاسيما بعد تطورها في ظل الاكتشافات التي حصلت في ميداني الوراثة والبيولوجيا الجزيئية، أو ما عُرف بالداروينية الجديدة.

فهذا التعقيد في تركيب الكون لا يمكن أن يأتي عن طريق الصدفة، فيصريح ويليام

ستوكس (William Stokes)^[1] في هذا السياق: "لوحضرتنا مليارات الكواكب مثل كوكب الأرض، وامتألت كل هذه الكواكب عن آخرها بالأحماض الأمينية، وانتظرنا عليها مليارات السنين، فلن نحصل على بروتين واحد".

وإذ لم يدخر كاتب السيناريو جهدًا في الاعتماد على النظرية الداروينية طوال أحداث الفيلم، فإنه يعرّج على النظرية النسبية الفيزيائية الشهيرة التي وضعها ألبرت آينشتاين التي تؤكد على أن الكون غير محكوم بقواعد وقوانين ثابتة وإنما يخضع لمبدأ النسبية، وأن الزمن عنصر أساسي في صناعة الوجود كما تتحدث هذه النظرية.

وإذ تنكر "لوسي" البديهيات العقلية - مثل العمليات الحسابية البسيطة - فإنها تصرّح بأننا «أنشأنا مقياسًا لشيء قد نسينا أننا لن نستطيع سبر أغواره»، وهي بالتأكيد فكرة تحوّل من النظرية النسبية لآينشتاين مغالطة فكرية مفادها أن كل شيء في هذا الوجود نسبي ليس له حقيقة مطلقة، حتى على مستوى العمليات الحسابية البديهية.

إلا أن علماء الفيزياء والفلك، منذ نيوتن إلى آينشتاين، وفي غالبية مدارس الفيزياء الحديثة، باتوا مقتنعين أن الكون يعمل بهدي وإيقاع متناظم،

1- - ويليام ستوكس (1 أكتوبر 1804 - 10 يناير 1878). طبيب إيرلندي، وهو أستاذ ريجيوس فيزيك في جامعة دبلن.

حول نشأة الكون
وحقيقته، سواء أكان
مؤمنًا بالرب أم لم يكن،
وهو بذلك يخلق لدى
المرء حالة من الضجيج
الفكري الكبير.

إلى ذلك يعتبر كاتب
السيناريو بأن السمو
العقلي لدى الإنسان
يمكن أن يحدث بتأثير
عقار كيميائي دون مراعاة
للنقاء الروحي. إذ يظهر
الفيلم "لوسي" بأنها
مجرد فتاة ترتاد الملاهي
وتعاقر الخمر، فإنه بذلك
يسحب البساط من تحت
المؤمنين بكل ذكاء وخفية.

لديه بأن الطاقة تساوي
الكتلة مضروبة في مربع
سرعة الضوء وهذا يبين
بأن إنتاج أي مادة يستلزم
طاقة هائلة.

وخلص إلى أن طاقة
هائلة جدًا كهذه لا يمكن
أن تنتج من العدم،
وأن مصدر تلك الطاقة
الهائلة جدًا هو خالق
الكون. لقد كان أينشتاين
يردد كلمة «إله» في كثير
من عباراته.

إن المزيج الفكري
العجيب الذي يتضمنه
هذا الفيلم، يفتح لدى
المشاهد الكثير من
الاحتمالات التفسيرية

تُشرف عليه قوة راشدة
وعاقلة.

وقد أكدت قوانين
الرياضيات وتحديداً قوانين
الاحتمالات فيها، استحالة
الصُدفة وعجزها كسبيل
لتفسير حركة الكون في
الإبداع والنظام الدقيق في
العوالم المتناهية في الصغر
وفي الكبر. إذ يقول نيوتن في
هذا السياق: «إن حركات
الكواكب الراهنة لا يمكن
أن تكون قد انبثقت من
أي علّة طبيعيّة فحسب،
بل كانت مفروضة بقوة
عاقلة».

أما أينشتاين، فإنه
عندما وصل الى المعادلة
النسبية $E=mc^2$ ، تبين



حيدر الكعبي

باحث إعلامي - العراق



محمد علي العسكري

باحث إعلامي - العراق

إنّ المزيج الفكري العجيب الذي يتضمنه
هذا الفيلم، يفتح لدى المشاهد الكثير
من الاحتمالات التفسيرية حول نشأة
الكون وحقيقته، سواء أكان مؤمنًا
بالرب أم لم يكن، وهو بذلك يخلق لدى
المرء حالة من الضجيج الفكري الكبير.

رفعة الإنسان

إرثه العارفه غير ما ورثه الفتح

ليس القصور البيض للأعيان

كم منه أمير أد غني قد قضيه

لم يذكروا والذكر عمر تاليه

والعارفون مخلصون به علمهم

منه فضل رب عالم متان

وقد اندهت به علومهم أوقاتنا

فقدوا مفاخر هذه الأزمان

فاعمل لكسبه العلم دون ترد

إنه العلوم لرفعة الإنسان

هتفه الأميره اقرأ فهر كيافيه

واقرا، بفجر الدقر نبضه جنايه

فيه الصحف ألفه مكايه قد عشتها

بينه السطور أقيم فيه البلدان

إرثه المضارة عزته منه مصحفه

فوجدته نفسيه عالما بزمايه

يا ربه إني قد تلوت كتابنا

فرايت به نهجا للحياة هوائيه

تلل السطور السود كم مجد حوته

جلته معارفها عن الأسمان



علي بن عبد الله آل داود صفوى

طالب في الصف الثاني متوسط (الإعدادي)

التعددية الثقافية

Pluriculturalism

هادي قبيسي

والمستمع. فكل من يريد ثقافته أن تجد أذاناً صاغية لدى الثقافات الأخرى يلجأ إلى هذا العنوان المفهومي الذي يتخذ منجىً وصفيًا لا معياريًا، وتشتق منه مقولات أخرى مثل احترام الرأي الآخر، حق الاختلاف والتميز، لتتخذ منجىً سلوكيًا حقوقيًا، وتسمح بتداول عملي وتطبيقي اجتماعي للمفهوم الأساس، وفق ذات الحدود الهشة في المعنى والدلالة والاستخدام.

لقد نشأ المفهوم بتركيبه الوصفي في الحقل التداولي الغربي وأدرج في منظمة الأونيسكو عام 2001، في حمأة الاحتدام الحضاري بلغة هنتغتون^[1]، كتعبير عن نية لتعميم هذه الفكرة ونشرها وإنضاج مؤدياتها على المستوى العالمي، في وقت تسارعت فيه حركة العولمة مع ثورة التواصل إبان نهاية الألفية.

تتمتع الثقافة الغربية التي نشأ فيها مفهوم «التعددية الثقافية» بخاصية فقدان المعيار. وهي خصلة اكتسبتها منذ انهارت الرؤية الكونية الدينية وتلاشت في ثقب جاليليو الأسود، ليتم استبدالها بحركة بحث دائمة عن الجزئيات

1 - سامويل هنتغتون، صدام الحضارات، إعادة صوغ النظام العالمي، سطور، 1999.

الواقع أن التعددية الثقافية مفهوم متكرر الأبعاد والدلالات الاستعمالية. فمن ناحية هو يشير إلى الغنى والتنوع الإنساني، والتعارف بين الشعوب والجماعات المختلفة. ومن ناحية أخرى يؤشر إلى جانب سلوكي معياري يتعلق بضرورة احترام الثقافات رغم تناقضات منتجها المعرفي أو الأخلاقي.

ويمكن فهم التعددية الثقافية كنقيض للعولمة الجارية للحياة البشرية والتي أدت إلى دمج ثقافي شمولي تحت الإطار والنسق الغربي. وكذلك يمكن النظر إليه كأداة يتم استخدامها لتفكيك الثقافات المعيارية التي لم تدخل بعد في اللعبة المابعد حداثة، والتي تسمح لأي فكرة أو مقاربة نظرية أو سلوكية بنيل مشروعيتها مع توفر المحازين، كما يستخدمه البعض الآخر لفتح الباب أمام العولمة بذريعة قبول الثقافة الطاغية والتي تستطيع الوصول والانتشار.

إنه مفهوم يحكم معناه التداول والاستخدام، بحيث يقترب من الشعار السياسي المفتوح الذي يمكن استخدامه في كل اتجاه، ويتم تأويله بحسب القائل

عنوان لمشروعٍ سياسيٍّ يتطلب تسريع حركة الفرز الذاتي لتتحول إلى عملية تشطّ وتفكيكٍ، وربما حركة صدامٍ وهدمٍ داخليٍّ كذلك. ومن أبرز الثقافات المعيارية وأهمّها وأكثرها حيويةً، في زمننا هذا، الثقافة الإسلامية. لكنّها تحتاج إلى بلورة معاييرها على نحو

وحركة فعلٍ مستمرةٍ نحو تسلط الإنسان على العالم والإنسان الآخر، ولذلك استطاعت أن تقدم نفسها ثقافةً منفتحةً على كل الخيارات كنقيضٍ مباشرٍ للثقافات المعيارية التي تملك رؤيةً كونيةً مستقرةً ومكتملةً العناصر، إذ تُحكم الأفكار والطروحات عبر منظومة معاييرها.

التعددية الثقافية مفهومٌ يحكم معناه **التداول والاستخدام**، بحيث يقترب من الشعار السياسي المفتوح الذي يمكن استخدامه في كلّ اتجاهٍ، ويتمّ تأويله بحسب القائل والمستمع

لقد قدمت وسائل الوصول^[1] بتعبير جيريمي ريفكين، فكرة التعددية كشعارٍ للتفوق الأخلاقي لتستخدمه في مواجهة ثقافاتٍ تمتلك أخلاقياتٍ حاسمةً في التعامل الغيري الحقوقي، على نقيض الثقافة والتجربة الغربية التي استباححت الآخر حقوقياً وتحاول تفكيك هويته وأفكاره من خلال فتح المجال لنفوذ منهجٍ نقيضٍ للمعيارية.

تتمتع **الثقافة الغربية** التي نشأ فيها مفهوم "التعددية الثقافية" بخاصية فقدان المعيار. وهي خصلة اكتسبتها منذ انهارت الرؤية الكونية الدينية ليتم استبدالها بحركة بحثٍ دائمةٍ عن الجزئيات وحركة فعلٍ مستمرةٍ نحو تسلط الإنسان على العالم والإنسان الآخر

ويبدو واضحاً أنّ كل الثقافات تخضع لعملياتٍ فرزٍ ذاتيٍّ وتنوّعٍ وتعدّدٍ بشكلٍ طبيعيٍّ. لكن، ثمة استخدامٌ أدائيٌّ للمفهوم يحوِّله إلى

التفصيل في القضايا المعاصرة^[2]، وبشكلٍ يتلاءم مع الطروحات والمناهج التي تأتي بها الثقافة المفتوحة، كيما تتمكن من التعامل مع التعددية الثقافية نظرياً وتطبيقياً، بما لا يضعها في خانة الانغلاق،

2- هادي قببسي، المعايير القرآنية للعلوم الإنسانية، معهد المعارف الحكمية، بيروت، 2017.

1- جيريمي ريفكين، عصر الوصول: الثقافة الجديدة للرأسمالية المفرطة، المنظمة العربية للترجمة، بيروت، 2009.

يشتغل على تحويل العالم إلى سوقٍ يعجّ بزبائنٍ ومستهلكين يميلون بالتدريج نحو اعتناق رموز ثقافية غريبة تغطي على جوانب حياتهم.



من أبرز **الثقافات المعيارية** وأهمّها وأكثرها حيويةً، في زمننا هذا، الثقافة الإسلامية. لكنّها تحتاج إلى بلورة معاييرها على نحو التفصيل في القضايا المعاصرة



إنّ التعامل الموضوعي مع مفهوم التعددية والمفاهيم المتفرعة عنه والمستندة إليه جذراً واقعياً وعقلانياً، يحتاج إلى الخروج من حائتي الانغلاق. الأولى حالة انغلاق المستبد إذ يعمل على تخريب الثقافات الأخرى، ليتمكن من نشر بذرة روح الاستهلاك، والثانية حالة انغلاق المستهدف الخائف من التعامل مع ناتج ثقافة الغير. وخروج المستبد من انغلاقه يستدعي افتقاده لقناعة إمكانية السيطرة والاختراق حين يفتقر إلى الموارد والإرادة تالياً، أما خروج المستهدف فيحتاج إلى مشروع منهجي معياري شامل يستوعب ناتج الفكر الآخر ويطوّعه في خدمة رؤيته الكونية بالإجمال والتفصيل.



هادي قبسي

كاتب وباحث في الفكر والعلوم الاجتماعية

ولا يذيقها في نظام فكري مضطرب ومختلّ، وحتى نضوج المنهج المعيارى سيبقى مفهوم التعددية الثقافية ذا دلالة سلبية على المستوى التداولي الإسلامى.

ومن زاوية أخرى، وفي ظل أحادية هيمنة الثقافة الغربية على



سائر الثقافات الأخرى، وإن بتفاوت تغذيه حركات المقاومة الثقافية والهوياتية، يصبح لمفهوم التعددية الثقافية معنى دفاعي، تحمله الهويات المستهدفة في وجودها واستمرارها لتفرض التنوع مقابل أحادية المشروع الثقافى الغربى، الذي

التكنولوجيا

ومعركة الخيارات

حسين عمّار

إذا قدّم لك النادل لأتمة تحتوي على مئة صنف من الأطعمة فإنه لا يقول لك: «ماذا تحب أن تأكل؟»، بل إنه يقول لك: «ماذا تختار من بين الأصناف المئة التي أمامك؟».

هذا الواقع ليس بالضرورة أمراً سيئاً، حيث إنّ معظم الناس يميل لأنّ تحصر الخيارات أمامه، هو الميل الغريزي للراحة، لأنّ عملية اتخاذ القرار هي عملية مرهقة تتطلب منك أن تلاحظ ظروفك الشخصية وأن تدرس النتائج المتوقعة. أكثر من ذلك، بعض الناس لا يقبل بأن ترمي الاختيار عليه أصلاً، كأن تذهب إلى الطبيب مثلاً ويحصل هذا الحوار بينكما:

أنت أمام حلّين: إمّا أن تجري العملية، أو أن تبدأ بعلاج طويل. حسنات العملية ومخاطرها كذا وحسنات العلاج ومخاطره كذا.. قرّر.

أيّهما أفضل أيها الطبيب؟

لا يوجد شيء اسمه أفضل! المعطيات أمامك، اختر.

طبيب لو كنت مكاني ماذا كنت ستفعل؟

لست مكانك، أنت المريض وأنت من سيعاني من النتائج!

ألا يحصل هذا الحوار؟ السبب: كلّما قلّت الخيارات قلّت الحسرة وقلّت خيبة الأمل.

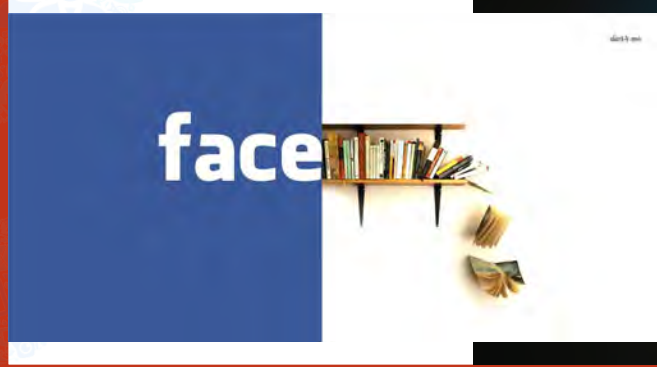
جاء الإعلام الجديد ليستغلّ هذه الخاصرة الرخوة في التركيبة البشرية استغلالاً متقناً ومدروساً، فهو لا يحدّد الخيار أمامك فحسب، بل إنّه يقودك نحو خيارات أقلّ ممّا يوهمك به. وبالعودة إلى أصل الفكرة: يُقال أنّنا بفضل الإعلام الجديد نعيش عصر الحريّات والخيارات المفتوحة. ربّما، لكنّ، هل إنّ هذه الثورة التكنولوجية في مجال الإعلام هي خيار أصلاً؟ أعني هل لا زال بإمكانك اليوم أن ترفض ركوب الموجة التي أحدثتها هذه الثورة؟ إرم هاتفك الذكيّ في أقرب بركة ماء وتعال بعد أسبوعٍ واحسب ما خسرت في هذه الفترة مقارنةً بمحيطك وأجب عن هذه الأسئلة بنفسك.

التكنولوجيا، رمالٌ متحركة:

لماذا يستغرق أحدنا لأكثر من ثلاث ساعاتٍ متّصلة في مواقع التواصل؟

المؤكد أنّ من يفعل ذلك ليس بالضرورة شخصٌ «فارغٌ» أو «عاطلٌ عن العمل»، بل على العكس، قد يفعلها مدير مؤسسة ضخمة وينسى جدول مواعيده حتى المسألة لها وجهان، أحدهما تقنيٌّ والآخر نفسيٌّ. لنشرح هذه الفكرة سوياً:

دعونا نفترض أنّ تطبيق الفيسبوك على هاتفك مثلاً هو «سلّة»، البرنامج يقوم بتعبئة هذه السلّة تلقائياً كلّما أوشكت على النفاذ، بإمكانك أن تحرّك إصبعك صعوداً لمدة ساعة وسيجد البرنامج دائماً ما يعرضه لك. هذه الخاصية الرقمية تُدعى Auto refill. من سلاله «أوتو» تنحدر أيضاً خاصية ال Autoplay أي التشغيل التلقائي، ستجدها في منصات الفيديو، فبمجرد انتهائك من مشاهدة المقطع سيتم تشغيل المقطع الذي يليه تلقائياً. نعم يمكنك إيقاف هذه الخاصية لكنّها ستعود لتتفعل عند دخولك إلى البرنامج من جديد. التكنولوجيا، إذاً، تقودك للاستغراق في عالمها حيث إنّها تستغلّ حبّ الاطلاع لديك حيناً وبحثك عن التسلية حيناً آخر.



وهم الخيارات

في الإعلام الإلكتروني:

أما على صعيد الحريات فالأمر أكثر تعقيداً، إن من يتحكم باللائحة يتحكم بالخيارات...

الشخصية التي يتفاعل معها أصدقاؤك. راقب سياسة «الإشعارات» وسترى أنها تحاول دفعك لأقصى حد من التفاعل. أخيراً، المثال الأكثر وضوحاً برأيي: عندما تضغط على زر «رجوع» لتغلق برنامج الفيسبوك على هاتفك فإنه يعود بك إلى رأس الصفحة ثم يقوم بتحديثها، حينها قد تجد ما يلفت اهتمامك مجدداً لتستمر في عملية التصفح.

هذه التفاصيل وغيرها متوفرة أيضاً في معظم منصّات الإعلام الاجتماعي الأخرى، لأنها صُممت لهذا.

الآن، في ما يتعلق بالجانب الاجتماعي والأخلاقي لهذه القضية، لا يمكننا الادّعاء سريعاً بمؤامرة ما أو استهداف ممنهج لضرب العلاقات الاجتماعية المباشرة، الأمر منوط بك كمستخدم أولاً. لكن، ما يمكن الجزم به هو بحث هذه الشركات عن مصلحتها دون مراعاة مصلحتك، إنهم يقومون بخلق «الحاجة» لديك لتستهلك بشكل أكبر.

لا بدّ هنا من الإجابة عن سؤالٍ يدخلنا إلى عمق هذا المستنقع من الرمال: كيف تُشكل عالمك المجازي وتضع حدوده؟ لنفترض أننا اتفقنا على أن مجرد دخول هذا العالم أصبح ضرورة لا بدّ منها، لكن بعد ذلك من الذي يتحكم بحجم البيئة المجازية التي تندمج فيها أنت؟ الجواب مبدئياً هو: التكنولوجيا. وذلك إلى أن تلتفت أنت لهذا الواقع وتعمل على قلب الطاولة عليه.

- ساستمر في اعتماد الفيسبوك كمثال لأنها المنصة الأكثر رواجاً:

جرب أن تجلس مع شخص لا يتواجد ضمن لائحة أصدقاؤك على فيسبوك، ستلاحظ بعد قليل أن اسمه قد ظهر أمامك في خانة «الأصدقاء المقترحين». افتح منشوراً واستعرض أسماء الذي قاموا بوضع إعجابٍ عليه، ستري قرب كلّ اسمٍ زرّاً للردّ عليه بتعليق.

راقب الصفحة الرئيسية وستلاحظ أنها تعرض لك الصفحات والحسابات

الكثير من الأسئلة ستختلف سبل الإجابة عنها بناءً على اللائحة التي تظهر أمامك:

«مع من سأخرج الليلة؟»: لائحة الأصدقاء الذين تواصلت معهم مؤخراً

عبر Whatsapp أو Messenger مثلاً.
"أين سأتناول الغداء؟": لائحة المطاعم التي تقترحها
عليك SIRI في iPhone والتي هي بالمناسبة اقتراحات
مدفوعة الثمن بشكل من الأشكال.

"ما هي آخر أخبار العالم؟": لائحة الوسوم الأكثر
رواجاً (Hashtag Trends).

"أيّ فيلم سأشاهد في السهرة؟": لائحة الأفلام
الأعلى تصنيفاً وفق معايير IMDb.

هل إن تصدّر فيديوهات Challenge Kiki على
حساب مشاهد اقتحام المسجد الأقصى بعد صلاة
الجمعة، لمجرد أن حجم التفاعل مع الأول أكثر بكثير،
يدعم حريتك بالاختيار؟

لم تُبَنّ التكنولوجيا لتزرع بداخلك الخوف من أن
يفوتك شيء، لكنّها أصبحت كذلك. أصاب "مارشال
ماكلوهان" حين قال: "الوسيط هو الرسالة"^[1]،
لأنّ الرسالة تختلف باختلاف الوسائط. صُمّمت
التكنولوجيا لخدمة الإنسان، لكنّها اليوم تسخر
الإنسان لخدمة إنسانٍ آخر.

1- "The medium is the message", Marshall McLuhan (1911 – 1980).



حسين عمّار

كاتب وخبير برمجيات

يا أصدقائي،

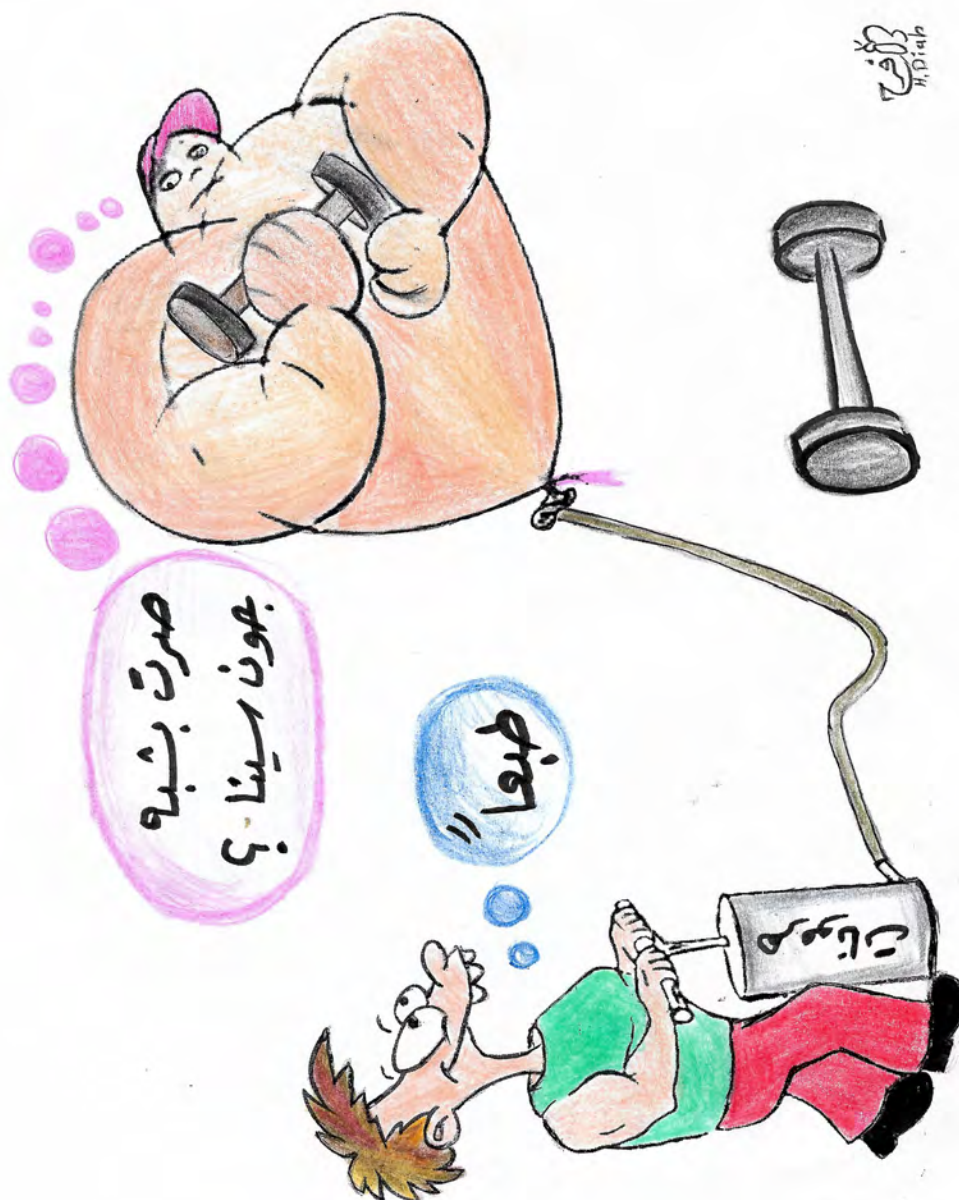
تحكموا باللائحة لتمتلكوا القرار.



يا أصدقائي،

تحكموا باللائحة لتمتلكوا القرار.

بريشت: فرع الحاج رياح





الإنترنت؟

كيف تحمي نفسك على

علي الرضا سبتي

خاصةً بالمستخدمين. فمثلاً فايسبوك الذي دخل إلى كل تفاصيلنا اليومية، اعترف بأن المعلومات الشخصية لأكثر من 87 مليون مستخدم قد سُربت لأغراض دعائية وسياسية. هذا الأمر يربّب علينا سلسلة خطوات يجب أن نتبعها من أجل الحصول على أكبر قدر من الحماية الممكنة على هذه الشبكة. ولكن بدايةً لتتعرف على المخاطر التي قد نواجهها عند استخدام الإنترنت:

التصيد (Phishing): وهي عملية احتيالية بحيث يعرض عليك موقعٌ مموّه على أنه أحد المواقع الموثوقة، للحصول على معلومات شخصية أو كلمات مرور، أو معلومات مصرفية... إلخ. هذه العملية تحصل عادة عبر البريد الإلكتروني أو الرسائل المباشرة التي تحتوي على روابط للصفحة المموّهة، وتكون قد صممت لتُشابه الصفحة الحقيقية بشكلٍ مطابقٍ.

لقد أصبح الإنترنت أو الاتصال الشبكيّ الجزء الأكبر من حياتنا اليومية، ويأخذ حيزاً كبيراً من وقتنا وتواصلنا مع الآخرين، وحتى من معاملتنا وعمليات الشراء والبيع وغيرها. بل حتى الدراسة، وكسب المعلومات، والتسلية، صارت الشبكة العنكبوتية هي أدواتها.

لكنّ الحذر واجب! خاصةً بعدما علق في خيوط هذا الشبكة الرقمية على الأقل 1 من أصل 10 أشخاص نعرفهم. إذ تتنوع المخاطر ما بين انتهاك الخصوصية الشخصية، أو سرقة المعلومات الخاصة، وغيرها. حسنًا، قد يكون من المستحيل أن تحمي نفسك بنسبة 100% من أيّ انتهاكٍ على الإنترنت، فحتى بعض الشركات التي تعتبر آمنةً يدور حولها شكوكٌ وملاحقاتٌ قانونيةٌ بسبب انتهاك الخصوصية، أو بيع معلوماتٍ

ضرورة وجود برنامج جيد للحماية من الفيروسات، والتأكد من تحديثه دائماً لضمان الحماية من أي نوع من الفيروسات أو البرمجيات الخبيثة الجديدة. التأكد دائماً من تحديث نظام التشغيل على الحاسوب والهاتف بالإضافة إلى

كما في المطاعم والفنادق، لأنها بأغلبها شبكات مفتوحة وغير آمنة، وتجعل من جهازك لقمة سهلة لأي مخترق متصل معك على الشبكة نفسها. وعند استعمال هذا النوع من الشبكات يُفضل الاستعانة بخدمة VPN، وهو برنامج يساعدك على

البرمجيات الخبيثة (Malware): هي عبارة عن برمجيات صغيرة تكون أيضاً مموهة على شكل برنامج ما أو مدمجة ضمن أحد البرامج ليصعب كشفها. ويعمل هذا البرنامج على رصد تحركاتك على الإنترنت وتسجيل كلمات السر والمعلومات التي

يريد المبرمج. وعادة يوزع هذا البرنامج عبر البريد الإلكتروني أو عند تنزيل الملفات أو البرامج من مواقع غير موثوقة.

المطاردة الإلكترونية (Stalking): وهي ملاحقة الشخص من قبل فرد أو جهة للحصول على معلومات تساعد في مضايقته أو أذيته، كمعرفة أفراد أسرته أو أوقات خروجه من المنزل، أو اهتماماته.

الاختراق (hacking): هي عملية لسرقة الحسابات على أحد المواقع التي قام فيها المستخدم بتسجيل الدخول، أو سرقة البيانات المخزنة على أحد الأجهزة.

الهندسة الاجتماعية: وهي أسلوبٌ للتحايل والحصول على المعلومات من الشخص مباشرةً عبر طرح أسئلة قد لا تبدو ذات أهمية، ولكنها تساعد المستهدف في استخدامها ضد الشخص المستهدف، كالعمر وعنوان السكن والعمل..

ولتفادي الوقوع في هذه المخاطر ثمة خطوات عند تصفحك الإنترنت على الحاسوب أو الهاتف، أولدى تعاملك مع أي جهاز موصول بالإنترنت:

عدم الإتصال بشبكات الإنترنت المجانية

الاتصال بالإنترنت عبر شبكة آمنة، وبغير مكان اتصالك بآخر وهمي ومشفر مما يجعل من الصعب على المخترق الوصول إلى جهازك، أو يمكن استخدام برنامج Tor للتصفح الذي يقوم بالعملية نفسها ولكن هذا الأخير قد يكون أبطأ نوعاً ما.

البرامج المستخدمة التي تتضمن دائماً تحديثات تتعلق بالحماية والخصوصية. عدم فتح رسائل أو بريد إلكتروني من مصدر مجهول، لأنها قد تحتوي على روابط لمواقع مشبوهة أو تتضمن برمجيات خبيثة،



هذا في ما يخصّ التصفح الإلكتروني بشكل عام، ولكن عندما نكون أكثر تحديداً، عندئذ نصل إلى البرامج والمواقع التي نستخدمها بشكل يومي. هنا، ثمة إجراءات إضافية. ففي مواقع التواصل الاجتماعي، ليس عليك القلق فقط من الفيروسات والبرمجيات أو المخترقين، هنا الخطر يكون حتى من المستخدمين العاديين، وقد تكون المشكلة في محاولة اختراق حسابك، أو متابعة أخبارك وملاحقتك ومراقبتك بأيّ غرض كان، وقد تكون مجرد شخص عادي لا يرغب أن يشارك أمور حياته مع أيّ كان.

لنبدأ بإجراءات الحماية بحساباتك:

لا تستعمل كلمة السر نفسها لكل حساباتك، أو كلمات متشابهة، لتكن كلمات السر مختلفة من موقع لآخر، ولا تجعلها سهلة التخمين كتاريخ ميلادك أو اسم شخص عزيز أو أي شيء يتعلق بك وقد يسهل تخمينه، ادمج بين الأحرف والأرقام والرموز.

لا ترسل كلمة المرور الخاصة بك إن كان عبر التعليقات أو الرسائل الخاصة على أيّ من مواقع التواصل الاجتماعي، وإذا اضطر الأمر تأكد من تغييرها مباشرة.

ادخل إلى الاعدادات الخاصة

مواقع غير معروفة أو غير موثوقة. ولا تقم بعمليات الشراء عبر الإنترنت عبر حسابك البنكي الأساسي. بل قم بإنشاء حساب خاص لهذه العمليات تودع فيه المبلغ المطلوب عند كل عملية فقط. وفي حال حدوث أي مشكلة ستقتصر على هذا الحساب الصغير وسيبقى حسابك الرئيسي بأمان.

عدم تنزيل البرامج المجانية أو التحميل من مواقع مشاركة الملفات. ذلك أنّها المواقع الأكثر قدرة على القرصنة، وعلى استهدافك بالبرمجيات الخبيثة عند التحميل منها. والأسلم هو استثمار بعض المال على البرنامج الأصلي إذا كنت شديد الحاجة إليه، كي لا تخاطر بخصوصيتك ومعلوماتك الشخصية.

تبدأ بالعمل بمجرد فتح البريد الإلكتروني إذا كان عبارة عن كود HTML، بدون أن يعرف بها نظام التشغيل.

عدم فتح أيّ روابط غير واضحة أو مجهولة المصدر، وعند الدخول إلى أيّ موقع، التأكد من وجود شعار القفل في مقدمة الرابط، أو أن يبدأ بـ HTTPS عوضاً عن HTTP فقط، هذا يشير إلى أنك متّصل مع موقع آمن.

عدم التسجيل على أيّ موقع غير موثوق، أو يتضمن التسجيل فيه أسئلة أكثر من المعتاد، فقد يكون موقعاً يعمل على جمع البيانات الخاصة بالمستخدمين فقط.

عدم القيام بعمليات بيع أو شراء على

بالخصوصية والأمان على هذه المواقع وقم بحملة فيها وعدلها بما يضمن حمايتك بشكل أكبر.

كتنفيع خاصية تأكيد تسجيل الدخول المكرر. تأكد من تسجيل الخروج من أي حساب عند الانتهاء منه، خاصة إذا لم تكن تستخدم هاتفك أو حاسبك الشخصي لضمان عدم حفظ كلمة السر، وعند تسجيل الدخول إذا طُلب منك حفظ الكلمة في المتصفح اضغط لا إن كنت تعتقد بأن أحد غيرك قد يستخدم المتصفح نفسه، وقم بمحو ذاكرة المتصفح بين الحين والآخر.

اجعل حسابك سرياً (private)، ولا تجعل معلوماتك الشخصية متاحة لأي كان، كرقم الهاتف وتاريخ الميلاد وغيرها، مما يسهل استخدامها في انتحال شخصيتك في أماكن أخرى.

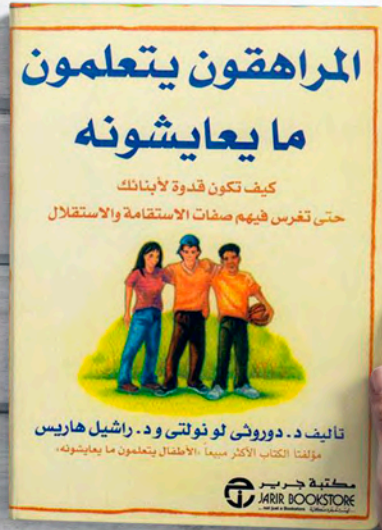
راجع جيداً ما تقوم بنشره خاصة إذا كان عاماً ويمكن لأي كان الوصول إليه، مثلاً لا يكون واضحاً وقت سفرك أو الأوقات التي تترك فيها منزلك فارغاً. لا تظهر أوقات خروجك ودخولك وتحركاتك وتفاصيل عائلتك الصغيرة خصوصاً إذا تضمّنت الأطفال.

هذا العالم واسع جداً، وفيه الكثير من المخاطر التي تنتظرك هنا وهناك، لذلك انتبه جيداً واحذر عند تصفحك للشبكة العنكبوتية، فخصوصيتك ومعلوماتك ليست للعرض وللشاركة مع أي كان.



علي الرضا سبيتي

متخصص في تكنولوجيا المعلومات



المراهقون يتعلمون ما يعاشونه

زهراء ديراني

والتفاوض والمشاركة في إبداء الرأي وتقرير المصير في الاختيار الحر للأهداف والأحلام والتطلعات الخاصة بالمراهق، يقدم هذا الكتاب صورةً بانوراميةً لكل ما يمكن أن يتعرض له الأولاد من ضغوطات ومشاكل إجتماعية وإقتصادية وثقافية وصحية وغيرها من الأمور التي تحصل مع كل أسرة في هذا العالم.

كل ما يعايشه المراهق ينعكس على بناء شخصيته وتكوين ذاته، ولأن المنزل هو المدرسة الأولى للأولاد فإن كل ما يمارسه المراهق ويراه ويختبره ويطبقه هو إنعكاس فعلي لدائرته الأولى التي هي الأب والأم. ويُعتبر أهل المرأة التي يرى الطفل فيها نفسه، والتي تعطيه الثقة والدعم والنجاح والقدرة على مصالحة النفس. مقابل ذلك يمكن لهذه المرأة أن تُحدث خللاً وظيفياً إذا

الذي يتميز عن غيره من المجتمعات، لكن بشكل عام كل تجربة من التجارب المكتوبة تعلم قيمةً وطرقاً مختلفةً للتعامل مع الأبناء الذين يمرون بمرحلة المراهقة.

صحيح أن من كتب هذا الكتاب هم شخصان لم يعاشا خصائص مجتمعا العربي والإسلامي الذي يختلف حتماً عن غيره من المجتمعات التي طالها الانفتاح بكل جوانبه، لكن يمكن للأهل الذين يريدون أن يتعلموا ماذا يعني أن يراهق الطفل أن يقرأوا هذا الكتاب لأنه يعطي فكرةً شاملةً عن المراهقة: تعريفاً، وخصائص، وسبلاً للتعامل مع تحدياتها.

ضمن مقدمة وستة عشر عنواناً ركزت الكاتبتان بشكل أساسي على طرق ومقاربات لكيفية بناء قنوات تواصل سليمة بين الأهل والمراهقين وبوسائل مختلفة من الحوار

صدر عن مكتبة جرير الالكترونية الترجمة العربية لكتاب «المراهقون يتعلمون ما يعاشونه» للدكتورة دوروثي ليو نولتي وهي أستاذة ومحاضرة في مادة الحياة الأسرية، والدكتورة رايتشل هاريس المعالجة النفسية والمتخصصة في علاج المشاكل الأسرية، وفيه تقدمان منظوراً نفسياً اجتماعياً للتعامل مع المراهقين في دليل مؤلف من أربعين وأربعين صفحة، والذي يشكل مرشداً للتربية من خلال التجارب والمواقف التي جرت مع المراهقين في الولايات المتحدة الأميركية في سنوات المراهقة المضطربة.

كل التجارب الموجودة بين طيات الكتاب مر بها الأهالي والمراهقون. وكانت تجارب حقيقية وواقعية غير متخيلة تحصل مع الكثير من الأهل كل يوم وفي كل بلد، مع تميز بعض الخصائص المرتبطة فقط بالمجتمع الأمريكي

العمل المنزلي أو تولي مسؤولية الإخوة الأصغر سنًا وغيرها من المسؤوليات.

أما عندما يحصل الطلاق في العائلة يجب أن يدرك الأهل أن الأبناء سيتعرضون لمشاكل نفسية، ويمكن أن تتحول إلى مشاكل جسدية، كالتعرض لحوادث سير بسبب عدم التركيز أو إدمان المخدرات للتعويض عن الأوقات السعيدة التي يعتبرون أنها ستختفي بمجرد وقوع خلاف بين الأبوين. ويطلق على المشكلة التي تواجه العائلة في فترة الطلاق بالفشل الوظيفي الأبوي، وهذه المرحلة يسود فيها الكثير من التصرفات السيئة، لا فقط في علاقة الزوجين بل تجاه الأبناء أيضاً، كما يُسمّى الطلاق بوقت الجنون ولذلك على الأهل أن يكونوا مسؤولين تجاه تصرفاتهم لأن الطلاق يؤثر على المراهق بشكل كبير، ويختلف هذا التأثير من فرد إلى آخر، فهناك من يعبر عنه بالعنف وهناك من يعبر عنه بالهدوء المبالغ فيه أو النكران التام للمشكلة.

يختبر المراهق تجارب عديدة قد تُوَقَّعه في الفشل وهذا ما يترتب على الأهل مسؤولية زرع الأمل والتشجيع الدائم، خصوصاً أن شعور العجز يترك أثراً عميقاً قد لا يستطيع البعض الخروج منه، إذا لم يتم تداركه في الوقت المناسب. إن التشجيع على الاستمرار وتحدي الصعوبات هو واجب على الأهل الذين يجب أن يشاركوا أبناءهم أوقات الإخفاق والنجاح على حد سواء. وتعتبر المثابرة على التواصل وفتح نقاشات مع المراهقين باباً لتكوين توقّعات واقعية.

غالباً ما يرافق المراهقين شعور عدم



الجامعات، فيغرق الأولاد بالأنشطة المتلاحقة والمسؤوليات المرمية على عاتقهم من قبل الأهل، الذين يرسمون برامج يومية لأبنائهم من دون ترك المجال لهم لحرية الاختيار. وكثيراً ما يتمنى الأهل أن يحققوا ذواتهم، التي لم يستطيعوا في مرحلة من المراحل تحقيقها، عبر أبنائهم ما يشكل عبئاً على الأولاد.

يحتاج المراهقون وقتاً خاصاً بهم مليئاً بالهدوء كي يتمكنوا من التعبير عن مشاكلهم التي يمكن أن تتطور خاصة إذا لم يكن لهم أولوية في برامج الأعمال اليومية لدى الأهل. وقد يكون مفيداً إعطاؤهم حرية اختيار أنشطتهم وتقديرهم وشكرهم والتعويض لهم عن الأيام التي يتحملون فيها مسؤولية

لم يعرف الأهل كيفية ضبط مشاعرهم ومخاوفهم.

يلجأ الأولاد أحياناً إلى الأهل للإفصاح عن مشاكلهم، من ضغوطات في المدرسة أو مع أصدقائهم أو خلال النشاطات التي يقومون بها، وقد يقوم الأهل بتجاهلهم في بعض الأحيان وأحياناً أخرى يوجهون لهم نصائح نظرية لا تمتّ لما يقومون به بصلية، دون أن ينتبهوا أنهم يتصرفون عكس ما ينصحون به وهذا ما يخلق قطيعةً وبعداً بين الطرفين ولا يبني علاقةً سليمةً بين الطرفين.

كلما كبر المراهق أصبح التعامل معه أصعب وهناك بعض المراهقين الذين لا يمكن التحدث معهم أبداً، لذلك من المهم أن يحافظ الأهل على شبكة من العلاقات مع أقاربهم الذين يمكن أن يؤثروا على أولادهم بطريقة أخرى، وهنا تكمن أهمية صلة الرحم.

يروى الكتاب عن تجربة نظّمها بعض الآباء في إحدى الولايات الأميركية وهي إعفاء الأولاد من وظائفهم اليومية ومنعهم من أجهزتهم الإلكترونية والتعويض عنها بتقضية وقت مع العائلة. كانت نتيجة التجربة أن الأهل والأبناء استمتعوا بقضاء وقت حقيقي عكس ما كان متوقّعاً واكتشفوا أن تخصيص وقت حميم للعائلة يكسر الكثير من الحواجز ويحسن مزاج أفراد الأسرة.

تتزايد اليوم فكرة تأهيل الأولاد قبل التحاقهم بالكليات، ولذلك يسعى الأهل إلى دعم أولادهم عبر النشاطات المختلفة، لبناء قدرات خاصة تعطيهم دفعة نحو التميز في

الأمان ولذلك هم حساسون تجاه فكرة أن يرفضهم الآخرون خاصة أنهم لا يزالون ينمون إحساسهم بأنفسهم، ولا يمكن المرور بمرحلة المراهقة من دون أن يشعر المراهق بعدم التقبل من قبل الآخرين، إن كان لجهة الأصدقاء الذين يختارونهم أو الأزياء أو الآراء التي يقتنعون بها.

واليوم باتت الصورة الذهنية التي يكونها المراهق عن جسده تؤدي دوراً مهماً في إحساسه المتنامي بنفسه سواء كان صبيّاً أم فتاة، وهذه الصورة تؤثر على ثقته بنفسه، علماً أن الثقافة التي توجهها وسائل الاعلام مبنية على مقاييس محدّدة للجمال وهي مقاييس يمكن لنسبة ضئيلة من الناس فقط تحقيقها. وهذا ما يجعل الواقع أصعب للجميع خصوصاً للمراهقين الذين يتعرضون لضغط ثقافيّ يزيد من النقد الذاتي لأنفسهم، وهنا يأتي دور الأهل في إعطاء نماذج إيجابية

وواقعية عن الحالة الذهنية والجسدية المميزة بكل ولد من الأبناء.

يعتبر الأصدقاء شكلاً من أشكال التعبير عن الاستقلال لدى المراهقين، واحترام العلاقات الرومانسية هو أمر ضروري، لأن النقد الذي يوجه للمراهق يفسر دائماً على أنه رفض شخصي له، ولذلك فإن مشاعر وتعابير المراهقين يجب أن تؤخذ بجديّة، لأنهم يشعرون بالضيق والهجران ويمكن أن يفقد

الأهل أبناءهم إذا تعاملوا معهم بعنف أو إذا شعر المراهق أنه يتم رفضه أو تجاهله.

إن نمط الاستجابة الانفعالية يدفع إلى خسارة المرونة التي يحتاجها الأهل للتجاوب اللائق مع المراهقين، لذلك عندما يقوم المراهقون بمشاركة تجاربهم التي حتما



سيخطئون بها مثل التحدّث مع الغرباء أو تكوين صداقات لا يُفضّلها الأهل أو الخروج ليلاً، تكون مهمة الأهل الرئيسية هي تعزيز ثقة أبنائهم بأنفسهم وتقبلهم لهم وترك المجال لهم لاكتشافهم شخصياتهم من الداخل وتطويرها حتى يكون بإمكانهم تطوير ذواتهم، وحتى يتمكنوا من الانخراط مع الآخرين في المجتمع.

الكثير من القواعد تُحدث اختناقاً لدى

المراهق كما تخلق حالة من العصيان والتمرد، لذا فإنّ التحدّي في هذه المرحلة يكون وضع خطّة عادلة تعطي الحرية للأبناء، وفي الوقت نفسه تُحمّلهم المسؤولية عندما يرتكبون الأخطاء. ويتميز المراهقون بأنهم واسعوا الحيلة خاصة عندما يتعلّق الأمر بقواعد الآباء والنظام، ولذلك يجب دائماً أن يكون هدف القواعد الإرشاد والتوجيه وتكوين مستوى معيّن من النضج والوعي لا الحبس والتقييد.

إنّ ترك المساحة للتفاوض عبر إشراك المراهق في وضع القواعد أو عبر اعتباره مشاركاً في تحديد أولوياته يؤدي إلى بناء مواطنين فاعلين ومؤثرين في المجتمع، فمن يشارك في تكوين السلطة داخل منزله يستطيع أن يفعل الأمر نفسه خارج المنزل، وعلى الأمد البعيد سيكونون شريحة تستطيع أن تجعل العالم مكاناً أفضل.

ينمو حبّ الاستقلال في شخصيّة المراهق ولذلك على الأهل مساعدة أبنائهم على تعلّم كيفية التعامل مع الحرية، لأنّ المراهق متمرد دائماً ويسعى إلى اختبار الحدود، ولعلّ الحكمة التقليدية من قصة روميو وجولييت هي أن التدخل في مشاعر الأبناء وقراراتهم قد يحدث كارثة، وأنّ المعضلة الأبوية المعتادة هي السيطرة والتحكّم، ولذلك قد يكون من الأفضل أن لا يقوم الآباء بأي ردّة فعل بل الاكتفاء بالمراقبة.

وبينما يُعدّ الخذلان والوعود الكاذبة

الآخرين عليهم أن يبقوا دائماً على اتصال مع أولادهم وأن يُعطوهم وقتاً خاصاً وأن يُحيطوهم بالرعاية الكافية وأن يوفرُوا لهم أوقاتاً للاستماع، لأنه عندما يحصل المراهق على قدرٍ كافٍ من الحب، عندها فقط يستطيع أن يحب من حوله. والحب لا يعني فقط أن نشترى لأولادنا ما يحبون وأن نلبّي لهم كل احتياجاتهم بل يعني أيضاً مرافقتهم وتقبّلهم كما هم وعدم إطلاق أحكام مسبقة عليهم وإعطاءهم الأمل والدعم والتوقعات الإيجابية كي ينطلقوا نحو بناء مجتمعاتٍ سليمة.

إذا عاش المراهقون في جوٍّ من العادات الصحية فسيكتسبون بأجسادهم، عندما يكون الأهل يتبعون نظاماً صحياً يتأثر المراهقون بهذا النمط ويصبحون أشخاصاً مسؤوليين، ومدرّكين لأهمية أن يحظوا بصحة جيدة، التي بدورها تؤثر على أدائهم اليومي والمجتمعي. هم يحتاجون إلى تنمية إحساسٍ صحيّ بأنفسهم وإلا سيتعلّقون بعاداتٍ صحيةٍ سيئةٍ مثل التدخين. وليست الصحة الجسدية وحدها مسؤولية الأهل بل أيضاً الصحة النفسية التي تتجسّد بالمساندة خصوصاً أنه إذا عاش المراهقون في جوٍّ من الدعم فسيكونون أشخاصاً إيجابيين.

أما إذا عاش المراهقون في جوٍّ من الإبداع فسيشاركون الآخرين بهويتهم وتطلّعاتهم وفلسفتهم في الحياة. لذلك عندما يدعم الأهل الحسّ الفني لأولادهم، إن كان هذا الحس الفني يظهر عبر الأزياء أو الرسم أو التصوير الفوتوغرافي أو أيّ هوايةٍ يميل نحوها المراهق فإنهم يقومون بإعطائه فرصةً للتعبير عن هويته التي تميّزه أمام الآخرين وتجعله فريداً في مجتمعه.

وفي النهاية إذا عاش المراهقون في جوٍّ من الاهتمام فسيتعلمون كيف يحبّون. والاهتمام هو أهمّ خطوةٍ للتعبير عن الحب. ولذلك إذا أراد الأهل أن يُعلّموا أولادهم كيف يحبّون أنفسهم وكيف يحبّون

للأبناء سبباً لضعف العلاقة مع المراهق ونموّ شعور الإحباط وعدم الثقة، يجب على الأهل أن ينفذوا كلامهم وأن يكونوا قدوةً للتصرّف السليم، ما يخلق مجالاً للاعتمادية بين الطرفين خصوصاً أنه يمكننا أن نتعلّم احترام بعضنا البعض عن طريق الحفاظ على وعودنا وهذا ما يعلّم احترام العلاقات.

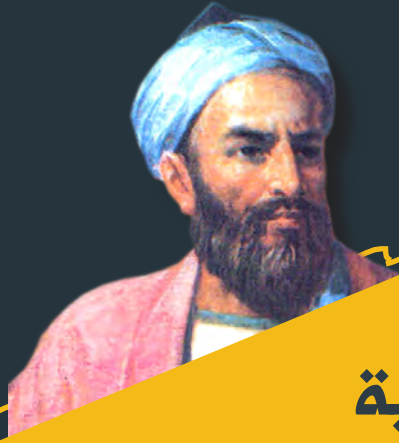
أما أساليب تواصل الوالدين مع الآخرين سواءً أكانت هدامةً أم بناءةً فتصبح قدوةً للمراهقين، خصوصاً أن السلوك السلبي الذي لا يتسم بالاحترام يدفع الأولاد إلى تكراره لأنه يرسّخ أكثر من السلوك الإيجابي، ومن السهل التأثير به. في المقابل عندما يتخذ مراهقونا قراراتٍ غريبةً مبنيةً على تفكيرٍ غير ناضج ينبغي أن يتدخل الأهل في الموقف وغالباً ما يشعر المراهقون بالارتياح لأنهم يدركون أن والديهم يعرفون ما يفعلونه.

إن عملية التعلّم هي عمليةٌ تطويريةٌ طويلةٌ الأمد، ولذلك فإنّ تعليم المراهقين على تحمّل المسؤولية يجب أن يخرج من دائرة التحكم والسيطرة. وتحمل المسؤولية هو من علامات النضج التي تملّي مجموعة كبيرة من السلوكيات بدءاً من التعامل مع الأمور المالية وصولاً إلى العلاقات الشخصية. ويُعدّ دفع المراهق إلى المشاركة في تأدية مشروعٍ جماعيٍّ في المدرسة أو ممارسة أنواع الرياضة التي تتطلب فرقاً، فرصةً للتشبيك والتعامل مع الآخرين والابتعاد عن الفردية. وقد يبدو أن طلب تنظيف الغرفة الخاصة بالمراهق شيءٌ عابرٌ لكنه أول مسؤولية يتحملها.



زهراء ديراني

ماجستير علوم الإعلام والاتصال



البيروني

أبو الصيدلة العربية

خضر فرحات

بدراسة التكوين الطبقي للصخور والأنهار والمحيطات، وابتكر نظاماً خاصاً لرسم الخرائط رسماً مجسماً. وكانت له في حقلي التأليف والترجمة جهودٌ علميةٌ طيبةٌ في الترجمة عن لغاتٍ أخرى مثل: اللغة الهندية والفارسية وغيرها. وقد قام بترجمة اثنين وعشرين كتاباً إلى اللغة العربية أهمها: كتاب (أصول إقليدس) وكتاب (المجسطي) لبطليموس الفلكي وغيرهما. ولد أبو الريحان محمد بن أحمد البيروني في شهر ذي الحجة سنة 362هـ / 3 من سبتمبر 973م، في إحدى ضواحي خوارزم، وهي مدينة (كاث) التي تقع في جمهورية أوزبكستان. ولا تُعرف تفاصيل كثيرة عن طفولته، وإن كان لا يختلف في نشأته عن كثير من أطفال المسلمين في ذلك الزمان. حيث يُدفعون إلى تعلُّم مبادئ القراءة

كان أبو الريحان البيروني على اتصالٍ بابن سينا الذي كان من أشهر علماء عصره، فكثرت الرسائل العلمية بينهما، فأعجب به ابن سينا إعجاباً شديداً واستمرت رسائلهما حوالي خمس سنواتٍ يتبادلان الرأي حول قضايا علمية كثيرة.

ويُعدُّ البيرونيُّ أبا الصيدلة العربية في العالم الإسلامي، فقد كتب عن الصيدلة كتباً عديدة جعلته يحتل هذه المكانة المهمة في تاريخ الطب الإسلامي. سجل في كتبه كثيراً من فوائد النباتات الطبية والعقاقير والأدوية.

آمن البيروني بدوران الأرض، وأنكر أن تكون الأرض مسطحة، فأنشأ مرصداً خاصاً به، وافترض أن الأرض ربما هي التي تدور حول الشمس. ورأى أن الأزمان الجيولوجية تتعاقب في صورة دوراتٍ زمنية. كما أنه اهتم أيضاً

بلغ من إعجاب الأوروبيين بالبيروني أن قال عنه المستشرق الألماني سخاو: «إن البيروني أكبر عقلية في التاريخ»، ويصفه آخر بقوله: «من المستحيل أن يكتمل أيُّ بحثٍ في التاريخ أو الجغرافيا دون الإشادة بأعمال هذا العالم المبدع».

عرّفه جورج سارتون في كتابه (مقدمة لدراسة تاريخ العلم): «كان رحالةً وفيلسوفاً، رياضياً، وفلكياً، وجغرافياً، وعالماً موسوعياً، ومن أكبر عظماء الإسلام، ومن أكابر علماء العالم».

أبو الريحان محمد بن أحمد البيروني الخوارزمي، فيلسوفٌ ومؤرخٌ ورحالةٌ وجغرافيٌ ولغويٌ وشاعرٌ، وعالمٌ في الرياضيات والطبيعات والصيدلة. وعلى الرغم من اطلاعه الواسع على مختلف مجالات المعرفة في عصره، فقد كان اهتمامه مركزاً أكثر على الرياضيات والفلك.



والكتابة،

وحفظ القرآن

الكريم، ودراسة شيء من الفقه والحديث لكي تستقيم حياتهم الدينية.

ويبدو أنه مال منذ وقت مبكر إلى دراسة الرياضيات والفلك والجغرافيا، وشغف بتعلم

اللغات، فأتقن الفارسية والعربية، والسريانية، واليونانية.

ثم التقى أبو الريحان في بداية شبابه بمعلم أعشاب استطاع أن يتعلم منه شيئاً عن تحضير النباتات الطبية، وأن

يعرف أسماء النباتات والزهور وفوائدها الطبية والعلاجية، الأمر الذي دفعه إلى الاهتمام بالعلوم الطبيعية.

وتمكن (أبو الريحان) من أن يتصل بأبي نصر منصور بن علي، وكان عالماً كبيراً في الرياضيات والفلك، فأطلعه على هندسة

إقليدس، وفلك بطليموس، فأصبح مؤهلاً لدراسة الفلك، كما اكتسب درايةً كبيرةً بالعلوم الهندسية والفلك والمثلثات من أبي الوفاء

العالم الفلكي الشهير وصاحب مرصد بغداد. درس الرياضيات على يد العالم منصور بن عراق (970 - 1036) وعاصر ابن سينا

(980 - 1037) وابن مسكويه (932 - 1030). أبدع نظريات حول تكوين القشرة الأرضية، وما طرأ على اليابسة والماء من تطورات

خلال الأزمنة الجيولوجية. وله بحوث في حقيقة الحفريات، وكان يرى أنها لكائنات حية عاشت في العصور القديمة.

وبحث في الوزن النوعي، وقدر بدقة كثافة 18 نوعاً من الأحجار الكريمة والمعادن، وتوصل إلى أن سرعة الضوء أكبر من سرعة الصوت.

وإلى جانب ذلك اشتغل بالفلك. وبحث في هيئة العالم وأحكام النجوم، ووضع طريقة لاستخراج مقدار محيط الأرض تعرف عند العلماء

الغريبيين باسم «قاعدة البيروني»؛ ووصف ظواهر الشفق وكسوف الشمس وغير ذلك من الظواهر الطبيعية.

رحل البيروني إلى الهند وأقام فيها بضع سنين، نتج عنها كتابه المعروف بـ (تحقيق ما للهند من مقولة مقبولة في العقل أو مردولة)

أودع فيه نتيجة دراساته من تاريخ وأخلاق وعادات وعقائد وآداب وعلوم الهند، ومن جملة ما كان عندهم من المعرفة بصورة

الأرض.

لقد كان ملماً بعلم المثلثات، وهو من الذين بحثوا في التقسيم الثلاثي للزاوية. كما أنه رغم اهتمامه بالعلم

فإنه كان ذا باع طويل في الأدب؛ وقد كتب شرح ديوان أبي تمام، ومختار الأشعار والآثار.

وأما عن نباهة قدره وجلالة خطره عند الملوك فقد أراد شمس المعالي

قابوس بن وشمكير أن يستخلصه لصحبته ويضمه

إلى داره، على أن تكون له الإمرة المطاعة في جميع ما يحويه ملكه، ويشتمل عليه ملكه، فأبى عليه ولم يطاوعه.

ترك البيروني مؤلفاتٍ عديدةً، تزيد عن مائة وخمسين كتاباً. ومن أشهر مؤلفاته:

القانون المسعودي في الهيئة والنجوم، ألفه البيروني سنة (421هـ/1030م) بطلب من «مسعود بن محمد الغزنوي». وهو كتاب ضخم يشتمل على 143 باباً تناول فيه مختلف موضوعات الفلك والرياضيات. وطبع الكتاب في حيدرآباد بالهند.

في الجغرافيا: تصحيح الطول والعرض لمساكن المعمور من الأرض، وتحديد نهايات الأماكن لتصحيح مسافات المساكن.

في التاريخ: تصحيح التواريخ، والآثار الباقية عن القرون الخالية.

في الفلك: الاستشهاد باختلاف الأرصاد، واختصار كتاب البطليموس القلوزي.

في الرياضيات: كتاب استخراج الكعاب والأضلاع وما وراءه من مراتب الحساب، وكتاب الأرقام.

في الفلسفة: كتاب المقالات والآراء والديانات، ومفتاح علم الهند، وجوامع الموجود في خواطر الهند، ورسالة في الميكانيكا.

لقد حدّد البيروني بدقة خطوط الطول وخطوط العرض، وناقش مسألة ما إذا كانت الأرض تدور حول محورها أم لا، وسبق في ذلك جاليليو وكوبرنيكوس، إضافةً إلى اكتشافاتٍ أخرى عديدة.



خضر فرحات

ماجستير في علم الاجتماع السياسي - لبنان

”إِنَّ لِلَّهِ مَلَكًا يَنْزِلُ كُلَّ
لَيْلَةٍ فَيُنَادِي:

يَا أَبْنَاءَ الْعَشَرِينَ
جِدُّوا وَاجْتَهِدُوا“.

رسول الله ﷺ



المحتويات

content

2	وهن الذرائع	زینب عقیل
6	كيف يُعبر الدين حياتي؟	سامر توفيق عجمي
9	لمراهقة أكثر استقراراً وراحة	د. نسرین نصر
12	المراهقة مسؤولية لا أزمة	د. طلال عترسي
15	القوة: احترار ولا تختار!	د. حسان قبسي
18	كيف نجيب عن أسئلة المراهقين	حسن ركين
21	الأسرة والمدرسة في مواجهة الرياح العاتية	ممدوح عز الدين
25	وداعاً أيتها الطفولة	حنان مرجي
28	مقابلة مع البروفسور رشيد بن عيسى	زینب عقیل
32	المراهقون: من الهوامش نحو الجماعات المنظمة	فرح الحاج دياب
36	من سيساعدني على فهم أسراري	محمد باقر كجك
40	الإبداع في سن المراهقة، علماء صغار	زينة شيت
43	لن تخبزي التنور بعد اليوم يا أمي	نورما رشيد حمود
46	المسرح في خدمة الهوية الثقافية	مريم ميرزاده
50	فيلم لوسي: الإلحاد العلمي والداروينية	حيدر محمد الكعبي
54	رفعة الإنسان	علي بن عبد الله آل داوود صفوى
55	التعددية الثقافية	هادي قبسي
58	التكنولوجيا ومعركة الخيارات	حسين عمار
62	كيف تحمي نفسك على الإنترنت	علي الرضا سيبي
66	المراهقون يتعلمون ما يعايشونه	زهراء دبراني
70	البيروني أبو الصيدلية العربية	خضر فرحات

بوصله

بقعة ضوء

ملف العدد

ضيف وتجربة

تربية

تنمية

أدب وفن

مصطلح ومعنى

تكنولوجيا

إنترنت

قراءة في كتاب

إسهامات حضارية

للتواصل

Email: Among.shabab@gmail.com

Whatsapp: 09613835051

telegram: t.me/maashabab

website: maaalshabab.iicss.iq

facebook: @maaalshabab

twitter: @maaalshabab

instagram: maaalshabab

سعر المجلة

\$5 أو ما يعادلها بالعملات الأخرى



QR CODE