

رمضان



4 **الدراما السورية هل تطورت هذا العام؟**

3 **الدجاج مع الارز على الطريقة الشرقية**



2 **الهيل .. نكهة وعطريّة كل وقت وتكل طعام**

يوم رمضاني من أيام زمان

فيصلون التراويح في جو إيماني بديع، ثم يذهبون إلى بيوتهم وقد حمدوا الله على نعمته، وأن يتم عليهم الشهر وقد غفر لهم.

وفي أمسيات رمضان يحلو التسامر والتزاو، حيث يكونون في نهار رمضان ممسكين تقريبا عن الكلام من فرط التعب والإعياء، فإذا حل المساء رجعت إليهم الحيوية وتشوقوا إلى الأفاضل والعتات والأحاديث، فكانوا يجلسون عند بيت أحدهم ليتناولوا سير الأوائل وأحاديث النبي صلى الله عليه وسلم وبعض الشؤون الحياتية، تسليتهم في هذه الأوقات هو التمر واللبن أو الشاي حيث كانت هي أطيب المأكولات المميزة في رمضان، ويسود جو من الألفة والمحبة بينهم تكاد لا نراه اليوم، حيث أصبحت العلاقات الإنسانية تحكمها بعض المصالح والاعتبارات الاجتماعية التي أرسطها رغبة المدينة الغربية التي لم تعد علينا باي نفع في رأيي، وهذه ليست دعوة للرجمية ولكنها دعوة لعدم الإبتعاد عن تقاليدنا العربية الأصيلة، وعدم طغيان المادة على كل عاداتنا اليومية وحتى الدينية.



بجاء وقت السحور، فكانوا يؤخرون وقت السحور قبل صلاة الفجر قليلا، فيأكلون ويشربون ويحمدون الله خالقهم، ثم يؤذن للفجر فيتوضأون وينهون للمسجد أداء صلاة الفجر في جماعة، وكان المسجد يكتظ بالناس في هذه الصلاة عن غيرها، ربما نظرا لعلمهم بفضلها، فيدعون الله أن يديم عليهم فضله، وأن يستترهم في الدنيا والآخرة، لكن للأسف في الحاضر نجد المساجد في صلاة الفجر تكاد تكون خاوية من الناس إلا من رحم، رغم أنه قديما كان عدد المساجد في كل قرية أقل بكثير مما هو عليه الآن.

انتهت الصلاة فيجلسون ليقروا جزءا من القرآن ثم يذهب كل واحد إلى حقله وقد طلعت شمس يوم جديد بكل بطء وتؤدة مؤنثة بالخير، وما هي إلا لحظات حتى ترتفع في كبد السماء شمس هببة تثير الحقول والسماء، تبعث شعاعها الدافئ في كل الأرجاء، الكل في سكينته وعمل وتسيح، متوكلين على الله ربهم راجين فضله ونعمته.

ويختومون صلاتهم ثم يفطرون، ويقف أحدهم خارج المسجد ليدعو المارة إلى الإفطار، الكل في تجمع وفرحة لا يدانيها شيء، فرحة الصوم وفرحة اللقاء، يتفكحون بغير إفحاش ويتخاطبون بغير ضغينة، ثم يذهب كل واحد منهم إلى بيته ليكمل إفطاره مع زوجته وأبنائه، ربما يكون الطعام بسيطا لكن يجمعهم جو من الرضا يسمو بهم إلى الغاية المرجوة من هذا الشهر الكريم، والذي جعله الله زهدا في كل شيء، حتى تطغى الروح على الجسد، وتحتجز من أسر الشهوات لتتفكر في أمر ربها الخالق القدير.

على عكس ما يحدث الآن؛ إذ تحوّل رمضان إلى موسم لتناول كل المشتبهات ومتابعة كل ما يعرضه التلفاز من برامج ومسلسلات ومسابقات وغير ذلك. انتهى الإفطار فما يلبثون أن يذهبوا إلى المسجد حتى تحين صلاة العشاء، والمسجد تنيره (مصباح) ليست كالتي تعرفها، وإنما بقوانين نضاء بالأنفط،

بشنى الأصناف في هذا الشهر الكريم، الذي من المفترض أنه شهر الزهد والتقشف من ملذات الدنيا، حتى أصبح رمضان للأسف عبئا مائبا عند بعض الأسر للقدرة التي لا تستطيع تلبية كل ذلك، أما قديما فلم تكن هناك تلاجت ولا تكبيفات ولا حتى مواصلات كالتي نعيشها اليوم، ورغم ذلك كانوا يسعدون بمرضاهم -في اعتقادي- أكثر منا نحن، وبالتالي لم يعرفوا أمراض التخمة ولا تصلب الشرايين ولا ضغط الدم والسكر، حياتهم بسيطة، أقل القليل يكفهم، ليس هناك أفضل من متعة قراءة القرآن وتدارس الأحاديث وسير الأولين، كانوا يجتمعون بمكان واسع يسمى الحوش يجلسون ليحلقوا ما يعين لهم من مشاغل، لا تنمية ولا بغضاء ولا تحاسد بينهم.

ثم يحين وقت الإفطار فيذهب الكل إلى المسجد وقد أخرج كل بيت ما يستطيعه من طعام وشراب إلى المسجد، فيصلون

مهدي حمودي الأنصاري

يا لها من فرحة غامرة، ترى كيف كان هؤلاء يقضون هذا الشهر الكريم؟ وهل كانت الأجواء مختلفة عما نعرفه نحن اليوم؟ وإن كان فمه اختلاف فهل اليوم هو الأفضل أم قديما؟

كان أجدادنا رحمهم الله يروون لنا كيف كان رمضان قديما، وكيف أنهم يجتمعون بالمسجد في نهار رمضان ليعقدوا نوبة لقراءة القرآن، فيقرأ كل واحد منهم جزءا حتى يتموا المصحف، ثم ينفرون كل إلى بيته ليقتضى وقت القيلولة أو إلى عمله أو حقله، وفي هذه الأثناء كانوا يتدقون حلالة الصيام بذكر الله وصلة الأرحام، حيث كانوا يتزاوون ويصل كل واحد منهم رحمه، الأمر الذي بلا شك أصبح نادرا في عصرنا الحالي، ربما بسبب انشغال الناس الزائد بأعمالهم وتجارتهم.

في عصرنا الحالي تتلئ التلاجت

لنتخيل أننا عدنا بالزمن للماضي مئة عام، لتجد أنفسنا وسط أناس بسطاء في قرية نائية، لا تلمح فيها أيًا من مقومات الحياة الحديثة التي نعيشها، فلا طرق مهذبة ولا حتى إنارة كهربائية، فقط بيوت طينية متجاورة وزروع وأشجار متكاثرة، حياة بسيطة وهادئة، ليس هناك ضجيج لسيارات، ولا مباراة كرة قدم يهللون من أجلها، الصوت المرتفع الوحيد هو صوت مؤذن القرية، والذي ركب دابته ليحجوب القرية ليعلم أن "غدا صيام على ما أفتى مفتي الديار".

أصفر (مسحراتي) في مدينة الناصرية

حيث لا احتساب وهذا عمل خير يضيف لي حسنا عند الله سبحانه وتعالى ومن عمل مثقال نرة خير يرى.. موضحا.. أنا أردت في العام الماضي ان أقوم بالمسحراتي لكن لم تهب لي الظروف وصراحة خفت بسبب ظروف (ماكلك بها).

وعن ممارسة طقوس ابو طيلة.. اجاب انا أشاهد المسلسلات الرمضانية وكنت متعلقا بابو طيلة وطلبت من والدي شراء المسلسلات الخاصة به وفعلا ذهبنا الى منطقة سفوان في البصرة واشترت الطيلة والشداشة والكوفية.

وأريد أن أقول لك شيئا اني احد طلبة الحوزة في حسينية ام البتین في منطقة اور وانهل الدروس الدينية من رجل دين يوميا الساعة التاسعة صباحا..واحضر ماتم وعزاء الامام الحسين عليه السلام.. وادعو اخوتي الصغار إلى الصلاة والصوم إذ تكلف شرعا مع احترام الوالدين واحترام الكبير والجيران.

وفي النهاية دعا الله سبحانه وتعالى ان يعين على العراق وشعبه بالخير والصحة وان يحفظ العراق وأمة الاسلام من كل مكروه..وان تتسامح القلوب في هذا الشهر وان تتصافح القلوب قبل الايدي بين كل الناس والمسلمين



عن : موقع سوق الشيوخ نت

والله يكتر من أمثالك . وفي الساعة الواحدة من ليلة البارحة من رمضان إصر مصطفى ان يرثي الشداشة والكوفية وربط الحزام ووضع الطيلة على بطنه ومسك العصى بيده الا ان والدته ام مصطفى خافت عليه وعزمت أمرها وراحت تنتظره وتتابع تحركاته خوفا من الظلام ونباح الكلاب السائبة.. وهذا ماشاهدته فعلا وانا التقط الصور له ليلا

وطالبت والدته المستشفى البيطري عكف البعض على ادائها في كل عام من هذا الشهر الفضيل

مصطفى فائز الطفل أبو طيلة اصغر مسحراتي في الناصرية أو بالكاد في العراق تأثر بهذه الطقوس وراح يقنتي طيلته الصغير وعصى اشترأها من احد اقاربه من منطقة سفوان وقال انا احب ان اكون ابو طيلة لأصرخ بصوتي يا صائم مسحور حيث اتمنى ان تكون حنجرتي صوتها عاليا كما هذا العراقي الرياضي الذي لم اعرف اسمه يصرخ من على مدرجات الملعب، ساعدته في الحديث وقلت له تقصد (قدوري) نعم عمو قدوري لان صوتي لايسمعه احد وخصوصا في ظل زحمة التكيف وصوت المبردات وغيرها، ابناء حي اور فوجتوا بالصبي وهو يجوب المنطقة وقالوا بارك الله بك

صوت جهوري رخي..تابع من حنجره صبي يبلغ من العمر تسع سنوات يجوب إحدى مناطق مدينة الناصرية بعد منتصف الليل لأداء طقوس رمضان..حيث فوجئ أبناء مدينة أور الأولى بالصبي وهو يصرخ بصوت خافت وغوي سحور..سحور اصحي يا صائم (المسحراتي) يطلق عليه في اللهجة العراقية أبو طيلة تراث رمضان كان أول من استخدمته الدولة العثمانية وامدت حتى أصبح من الطقوس التي عكف البعض على ادائها في كل عام من هذا الشهر الفضيل

مصطفى فائز الطفل أبو طيلة اصغر مسحراتي في الناصرية أو بالكاد في العراق تأثر بهذه الطقوس وراح يقنتي طيلته الصغير وعصى اشترأها من احد اقاربه من منطقة سفوان وقال انا احب ان اكون ابو طيلة لأصرخ بصوتي يا صائم مسحور حيث اتمنى ان تكون حنجرتي صوتها عاليا كما هذا العراقي الرياضي الذي لم اعرف اسمه يصرخ من على مدرجات الملعب، ساعدته في الحديث وقلت له تقصد (قدوري) نعم عمو قدوري لان صوتي لايسمعه احد وخصوصا في ظل زحمة التكيف وصوت المبردات وغيرها، ابناء حي اور فوجتوا بالصبي وهو يجوب المنطقة وقالوا بارك الله بك



رمضان في العالم

العدد (1901) السنة الثامنة
اللائين (6) ايلول 2010

http://www.almadapaper.com
E-mail: almada@almadapaper.com

ايام من رمضان الصوم وترويض العاطفة

حيدر عاشور

بات واضحا لدى المتخصصين في علم النفس أغلبهم وخبراء السلوك ان الذكاء العاطفي أهم بكثير من المتكئين من إدارة انفعالاتهم وكتب اندفاعاتهم بشكل جيد يتميزون في كل ميادين الحياة و تكون لديهم فرص أكبر للنجاح، أما الذين لا يتحكمون في حياتهم الانفعالية فيواجهون معارك داخلية تدمر قدرتهم على التفكير السليم و التركيز في العمل، لهذا تتكاثر الدورات التدريبية في أنحاء العالم التي تسعى لتقديم استراتيجيات متنوعة في كيفية تطوير الذكاء العاطفي، و قد تكون محظوظين كمسلمين في جميع أنحاء العالم الإسلامي باننا نمارس ترويضنا الزاميا سنويا بالمجان يؤهلنا لنشحن ذكائنا العاطفي بأقوى الأساليب، إذ أن التدريب على ممارسة تأجيل الإشباع الحسوي لأقوى دافع بيولوجي في التركيبة البشرية (الجوع والعطش) يعد أثرى مساهمة في تنمية الذكاء العاطفي، و تمكن أهمية هذا التدريب في استعداد الشخصية لتأجيل أقوى شهواتها وهذا وحده كاف بأن ينسحب على سائر ممارساتها التي تطلب تأجيلا متواصلا مادام الإحباط هو السمة التي تطبع أحداث الحياة مغلطها، حيث غالبا تجري الرياح بما لا تشتهي السفن، حتى لا يمكننا أن نتصور إمكانية أن تحقق الشخصية أيا كانت امكاناتها الخاصة كل ما تتطلع إليه، وهو أمر يخطأنا إلى أن تتقبل الإحباط الذي قد يتم أحيانا على حساب الصحة النفسية، ولهذا فإن التدريب على مواجهة الإحباط هو الذي يدع الشخصية متوازنة و محفظة بتماسكها، بحيث يجيء الصوم على نحو الإلزام كعنصر مساهم في تكيف الشخصية على التعامل برباطية و مرونة مع ضغوط و إحباطات الحياة، أما التدريب الأخر للصوم فهو في اكتساب سمة التعاطف مع الآخر و تنمية المشاركة الوجدانية التي تعد واحدا من أهم المعايير التي تفرز الشخصية السوية عن الشخصية الشاذة، فالإحساس بالجوع و العطش يدع الشخصية متحسنة بشدائد الآخرين و من ثم يدفعها إلى مد يد المساعدة إليهم، وهذا الإحساس كاف لأن يروض الشخصية على تحجيم الأنا و التوجه بالتفكير نحو الغير مما يوقي بلا شك صحتها النفسية و ينمي لديها أدوات الذكاء العاطفي، و لا يفوتنا ملاحظة أمور أخرى من التأجيل تتم ممارستها من خلال الصوم كتثقيف الدافع الجنسي و ترشيد الانفعالات الغاضبة بأن يستجيب الصائم لذلك بقول: اللهم إني صائم، و لعله لا توجد مهارة نفسية أهم من مقاومة الاندفاع فهو أصل التحكم الانفعالي و إن تكليف الذات بتأجيل الإشباع و رفض الإندفاع من أجل تحقيق هدف ما هو جوهر التنظيم الذاتي للانفعال، و من أجل كل ما سبق فهل يوجد من يمكنه منافسة المدرسة الرمضانية في التدريب على الذكاء العاطفي؟