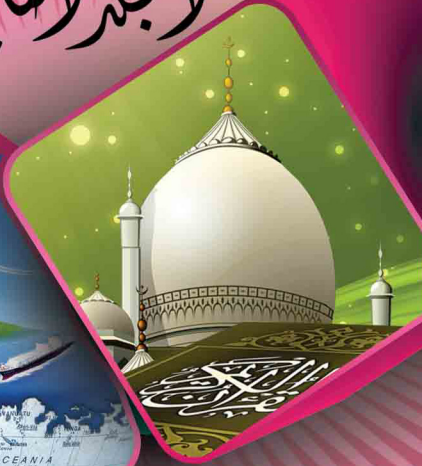


الموسوعة الثقافية المدرسية

لطلبات المرحلة الثانوية

الأولوية المحنونة في الفقرات المكنونة

المجلد الثاني



إعداد
عبد العزيز الفقيري

الطبعة الأولى

موقع الموسوعة الثقافية المدرسية
www.alukah.net

الألوكة

الؤلؤة المنصودة فالفقرات المكنونة

المجلد الثاني



تألف
أبو عبد الله

ح

الطبعة الأولى
١٤٣٥هـ / ٢٠١٤م

التصحيح والمراجعة

محمد فهمي
سحر الشريف
سمية الورداني
علي فرحات حلوة
مصطفى حسن
يوسف محمد أبو القاسم
مصطفى حسن حسن
أحمد هارون
أبو القاسم عبدالرحمن
أيوب محمد فضل
عبدالله مختار

حقوق الطبع
والنشر والتصوير
لكل مسلم، بكل
وسيلة مباحة
دون أخذ إذن
خطي من المؤلف
ويسعدني تعديل
وحذف ما خالف
الكتاب والسنة
إن وُجد سهواً

مستشار الموسوعة
د. حسن الشريف
رئيس مجلس إدارة
دار الحكمة للطباعة والنشر والتوزيع
عضو اتحاد الناشرين المصريين





المقدمة



الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين.. ثم أما بعد:

تحتاج البرامج الثقافية المتميزة إلى الاستعانة بعد الله - عز وجل - بالفقرات المتنوعة والهادفة؛ حتى تصل بالمستمعة إلى الهدف الذي نريد الوصول إليه بكل تشويق وإثارة، وهو ما تكفله له فقراتنا المتنوعة في هذا الكتاب - بإذن الله.

وتعتمد هذه الفقرات على إخراج المعلومات الدينية، والتربوية،

والثقافية، والأدبية، والفكرية، والعلمية، والطبية، أو غيرها من حقول العلم المختلفة بقوالب وصيغ مختلفة عن الطريقة التقليدية، ألا وهي الإلقاء المباشر، بطريقة صبّ المعلومات، فبالطبع هذا ما لا تقوم به الفقرات المتميزة. بل هذه الفقرات تبحث عن كل شيء يجذب المستمعة إلى المعلومة، ويحببها إليه، بحيث تنصت لها وتصغي إليها، وفي النهاية تعمل بها، وهذا هو الهدف الأعلى والأثمن.

والفقرات الثقافية ليست وحيًا من السماء، ولا ينبوعًا من الأرض؛ بل هي نتاج فكري ومعرفي بارع، يخرج من بطون الكتب المختلفة: الدينية، أو التاريخية، أو الأدبية أو غيرها من العلوم، التي تزخر بها الكتب والمصنفات التي ألفها وجمعها العلماء، والمؤرخون، والأدباء.

ويبقى قالب سبك، وحبك الفقرة، في ثوبها المناسب هو السر الأكبر لنجاحها، والطاقة الفاعلة لتأثيرها.

فمثلاً: المعلومة التي من المناسب أن تصاغ بقالب هل تعلم؛ من الخطأ أن تصاغ بقالب أوائل، أو أواخر.

والمعلومة التي من المناسب أن تصاغ في قالب أمثال من الخطأ أن تصاغ في قالب سؤال وجواب. وهكذا كل فقرة بما يناسبها من قوالب، وكما يقال: "لكل مقام مقال".

وقد عمدنا إلى تقديم مقدمة صغيرة قبل عرض أي فقرة لكي تبين هدفها، وتعطي صورة عنها، وأيضاً لكي تذكّر بها.

كما أود التذكير بأن هذه الفقرات ما هي إلا نقطة في بحر، فابحثن عن الجديد والمفيد، من الفقرات والموضوعات، ولا تقضن عند حد من الحدود.

الشعر ديوان العرب



الشعر ديوان العرب، به يحفظون تاريخهم، وبه ينشرون حكمهم. وقد كان وما زال للشعر دور كبير في العديد من الميادين المختلفة في الحياة؛ فهاهي الملتقيات الشعرية، والندوات، والأمسيات ما زالت تعرض ولها جمهورها الكبير سواءً من الشعراء أو محبي الشعر.. إلا أن فحول الشعر الأوائل كأمثال المتنبي وأبي تمام والبحتري وغيرهم يظل شعرهم كالنقش على الحجر لا يزول طعمه ونكهته حتى مع مرور الأزمان، وتبدل الأيام.

لذا.. حرصنا في هذه الفقرة على إشباعها بأشعار فحول الشعراء الأوائل، وأضفنا إليها ما خرج من أفواه المتأخرين من درر. وقد بدأت هذه الفقرة بذكر العديد من الأشعار المتنوعة، وجعلت لكل قصيدة عنواناً بارزاً ليكون دليلاً عليها، ثم اخترت قصيدتين ثريتين كليهما للشاعر المعاصر/ عبدالرحمن العشماوي، ثم ختمت الفقرة بطائفة من القصائد الضاحكة، انتقيتها من كتاب: (قصائد ضاحكة) للشاعر: ناصر الزهراني، وهي عبارة عن قصائد تتحدث عن جوانب اجتماعية وثقافية مختلفة بأسلوب ضاحك وممتع، يمتع السامع ويجعله يخرج بجو تجديدي ربما لم يسمعه من قبل.

لذا.. أوصي المشرفات على الإذاعة بضرورة التنوع بين الأشعار المختلفة، وعدم الاقتصار على جانب دون آخر، وكذلك أود التنبيه إلى أهمية تشجيع صاحبات المواهب من الطالبات، واللاتي يمتلكن موهبة شعرية؛ فهؤلاء ينبغي أن يقدمن أشعارهن عبر منبر الإذاعة المدرسية تشجيعاً لهن، ورفعاً لمعنوياتهن.

وفي الختام أقول: الشعر بحر لا ساحل له؛ فلنخرف منه جميعاً، ونستفد منه، ونستشهد به، ونخلص لله في ذلك.



كتمان الأسرار

إذا المرء أفشى سره بلسانه
ولام عليه غيره فهو أحمق
إذا ضاق صدر المرء عن سر نفسه
فصدر الذي يستودع السر أضيق

السماحة وحسن الخلق

يخاطبني السفيفه بكل قبح
فأكره أن أكون له مجيباً
يزيد سفاهة فأزيد حلماً
كعود زاده الإحراق طيباً

السكوت سلامة

قالوا سَكَّتْ وقد خوصمت قلت لهم
إن الجواب لباب الشر مفتاح
والصمت عن جاهلٍ أو أحمقٍ شرف
وفيه أيضاً لصون العرض إصلاح
أما ترى الأسد تخشى وهي صامتة؟!
والكلب يخشى لعمرى وهو نباح

فضل الرحلة في طلب العلم

تغرب عن الأوطان في طلب العلا
وسافر ففي الأسفار خمس فوائد
تفريج هم و اكتساب معيشة
وعلم وآداب وصحبة ماجد
فإن قيل في الأسفار ذل ومحنة
وقطع الفيافي وارتكاب الشدائد
فموت الفتى خير له من معاشه
بدار هوان بين واشس وحاسد

قوة الصبر على الفتن

إني بليت بأربع يرمينني
بالنبل قد نصبوا عليّ شراكا
إبليس والدنيا ونفسي والهوى
من أين أرجو بينهن فكاكا
يا رب ساعدني بعضو إنني
أصبحت لا أرجو لهن سواكا

حفظ اللسان

احفظ لسانك أيها الإنسان
لا يلدغنك إنه ثعبان
كم في المقابر من قتيل لسانه
كانت تهاب لقاءه الأقران

الرضى بقضاء الله وقدره

دع الأيام تفعل ما تشاء
وطب نفساً إذا حكم القضاء
ولا تجزع لحادثة الليالي
فما لحوادث الدنيا من بقاء
وكن رجلاً عن الأهوال جلداً
وشيمتك السماحة والوفاء
وإن كثرت عيوبك في البرايا
وسرك أن يكون لها غطاء
تستر بالسخاء فكل عيبٍ
يغطيه كما قيل السخاء
ولا تر لأعادي قط ذلاً
فإن شماتة الأعدا بلاء

ولا ترح السماح من بخيل
فما في النار للظمان ماء
ورزقك ليس ينقصه التاني
وليس يزيد في الرزق العناء
ولا حزن يدوم ولا سرور
ولا بؤس عليك ولا رخاء
إذا ما كنت ذا قلب قنوع
فأنت ومالك الدنيا سواء
ومن نزلت بساحته المنايا
فلا أرض تقيه ولا سماء
وأرض الله واسعة ولكن
إذا نزل القضا ضاق الفضاء

من روائع المتنبى

إذا غامرت في شرف مَرُوم
فلا تقنع بما دون النجوم
فطعم الموت في أمر حَقِيرٍ
كطعم الموت في أمر عَظِيمٍ

يَرَى الْجُبْنَاءُ أَنَّ الْعَجْزَ عَقْلٌ
وَتِلْكَ خَدِيعَةُ الطَّبَعِ اللَّئِيمِ
وَكُلُّ شَجَاعَةٍ فِي الْمَرءِ تُغْنِي
وَلَا مِثْلَ الشَّجَاعَةِ فِي الْحَكِيمِ
وَكَمْ مِنْ عَائِبٍ قَوْلًا صَاحِحًا
وَأَفْتَهُ مِنَ الْفَهْمِ السَّقِيمِ
وَلَكِنْ تَأْخُذُ الْأَذَانَ مِنْهُ
عَلَى قَدْرِ الْقَرَائِحِ وَالْعُلُومِ

البلاء موكل بالمنطق

احفظ لسانك لا تقل فتبلى
إن البلاء موكل بالمنطق
احفظ لسانك أيها الإنسان
لا يلدغَنَّك إنه ثعبان
كم في المقابر من قتيل لسانه
كانت تهاب لقاء الشجعان
لسانك لا تذكر به عورة امرئ
فلك عورات وللناس أعين

وعيناك إن أبدت معايباً فسنها
وقل يا عين للناس أعين
وعاشر بمعروف وسامح من اعتدى
وفارق ولكن بالتي هي أحسن

على قدر أهل العزم

على قدر أهل العزم تأتي العزائمُ
وتأتي على قدر الكرام المكارمُ
وتكبرُ في عينِ الصغيرِ صغارُها
وتصغرُ في عينِ العظيمِ العظائمُ
وما النفس إلا حيثُ يجعلها الفتى
فإن أطعمت تاقت وإلا تسَلَّتِ
وكانت على الآمالِ نفسي عزيمةً
فلما رأت عزمي على التركِ ولتِ
لأستسهلن الصعب أو أدرك المنى
فما انقادت الآمالُ إلا لصابِرِ
حُبُ السلامة يثني عزمِ صاحبه
عن المعالي ويُغري المرء بالكسلِ

الطابور الصباحي

لقد فاتني الطابور أمس فخيمت
على هموم ليس فيها ترفقُ
ألا إن في الطابور خمس فوائد
حماس وعزم الأيادي تصفُقُ
وفيه استماع للإذاعة نافع
وفرسانها طلابنا تتألقُ
فمن ينكر الشدو الجميل يشدنا
طفقنا له نصفي فلا نتضايقُ
هنيئاً لمن أدى الرياضة منهم
نأى عن خمول للأجسام تمزقُ

مذاكرة الدروس

ابدأ مذاكرة الدروس ولا تضيع
من وقتك الذهبيّ بضع ثوانٍ
فأفقر صباحاً راجياً فضل الذي
أعطاك من كرمٍ ومن إحسانٍ
فإن الله لا يعطي السورى من خيره
إلا لقلبٍ طاهر الوجدانِ

أبداً ولا تُعطِ النجاح لمهملٍ
بأع العلوم بأبخس الأثمانِ
واعلم بأن الله يمنحُ خيره
للعاملين على مدى الزمانِ
وعليك تمحيص المفيد بحكمه
وحاصفةٍ وتعلقٍ وأمانِ
فالفوزُ لا يأتي بلا جدٍ ولا
يأتي إلى المتهاون الكسلانِ
وأعدّ مراجعة الكتاب تمعناً
فالخير كل الخير في الإمعانِ

صفات الصديق

إذا المرء لا يرعاك إلا تكلفا
فدعه ولا تكثر عليه التأسفا
ففي الناس أبدال وفي الترك راحة
وفي القلب صبر للحبيب ولو جفا
فلا كل من تهواه يهواك قلبه
ولا كل من صافيته لك قد صفا

إذا لم يكن صفو الوداد طبيعة
فلا خير في ود يجيء تكلفا
ولا خير في خل يخون خليله
ويرميه من بعد المودة بالجفا
سلام على الدنيا إذا لم يكن بها
صديق صدوق صادق الوعد منصفا

في الناس

الناس داء دفين لا دواء لهم
والعقل قد حار فيهم وهو منزهل
إن كنت منبسطا سموك مسخرة
وإن كنت منقبضا قالوا: به ثقل
وإن سألتهم من عونهم منعوا
وإن تعففت قالوا: قد طغى الرجل
وإن تخالطهم قالوا: به طمع
وإن تحبهم قالوا: به ملل
وإن ترديت قالوا: لا جمال له
وإن تزينت قالوا: قد زها الرجل

وإن تعبدت قالوا به منقصة
وإن تزهدت قالوا كلها حيلُ
وإن تعففت عن أموالهم كرمًا
قالوا غنيّ، وإن سألتهم بخلوا

المعالي

بقدر الكد تكتسب المعالي
ومن طلب العلا سهر الليالي
ومن رام العلا من غير كد
أضاع العمر في طلب المحال
تروم العز ثم تنام ليلا
يفوص البحر من طلب الآلي
علو القدر بالهمم العوالي
وعز المرء في سهر الليالي
تركت النوم ربي في الليالي
لأجل رضاك يا مولى الموالي
فوفقني إلى تحصيل علم
وبلغني إلى أقصى المعالي

الزمان

نعيب زماننا والعيب فينا
وما لزماننا عيب سوانا
ونهجو ذا الزمان بغير ذنب
ولو نطق الزمان لنا هجانا
وليس الذئب يأكل لحم ذئب
ويأكل بعضنا بعضا عيانا

العفاف

عفوا تعف نساؤكم في المحرم
وتجنبوا ما لا يليق بمسلم
إن الزنا دين فإن أقرضته
كان الوفا من أهل بيتك فاعلم
يا هاتكا حرم الرجال وقاطعا
سبل المودة عشت غير مكرم
لو كنت حرا من سلالة ماجد
ما كنت هتাকা لحرمة مسلم
من يزن يزن به ولو بجداره
إن كنت يا هذا لبيبا فافهم

من يزن في قوم بألفي درهم
يزن في أهل بيته ولو بالدرهم

العتاب

إذا كنت في كل الأمور معاتباً
صديقك لم تلقَ الذي لا تعاتبه
فعض واحداً أو صل أخاك، فإنه
مقارف ذنب مرة ومجانبه
إذا أنت لم تشرب مراراً على القذى
ظمئت وأي الناس تصفو مشاربه

حفظ النعم

إذا كنت في نعمة فارعها
فإن المعاصي تزيل النعم
وحطها بطاعة رب العباد
فرب العباد سريع النقم
وإياك والظلم مهما استطعت
فظلم العباد شديد الوخم
وسافر بقلبك بين الورى
لتبصر آثار من قد ظلم

فتلك مساكنهم بعدهم
شهود عليهم ولا تتهم
وما كان شيء عليهم أضر
من الظلم وهو الذي قد قسمهم

لوحة شعرية

إذا أنت أعطيت الغني ثم لم تجد
بفضل الغنى ألفيت مالك حامد
وإذا أنت لم تعرك بجنيك بعض ما
يريب من الأدن رماك الأبعادُ
قد طلب الناس ما بلغت فما
نالوا ولا قاربوا وقد جهدوا
يرفعك الله بالتكرم والتقوى
فتعلموا وأنت مقتصد
قد صدق الله مادحيك
في قولهم فرية ولا فند

يا جلالاً عم الوجود بلطف

رب هب لي هديً وأطلق لساني
وأنسر خاطري وثبت جناني

كن معيني إن أعجزتني القوافي
ونصيري في ساميات المعاني
أنت قصدي وغايتي ورجائي
مالك الملك، مبدع الأكوان
يا جلاً عم الوجود بلطف
وسلام ورحمة وحنان
واقترار أحاط بالكون علماً
نظمت عقده يد الإتيان
وجمالاً في كل شيء تجلي
سبح الحسن فيه للرحمن

قلوب العاشقين

قلوب العاشقين لها عيون
تري ما لا يراه الناظرون
وألسنة بأسرار تناجي
تغيب عن الكرام الكاتبين
وأجنحة تطير بغير ريش
إلى ملكوت رب العالمين

وترتع في رياض القدس طوراً
وتشرب من بخار العارفينَا
فأورثنا الشراب علوم صدق
ترى فيها علوم الأقدمينَا
شواهدنا عليها ناطقات
تبطل فيها كل دعوى المدعينَا
عباد أخلصوا في السر حتى
دنوا منه وصاروا واصلينَا

ترنيمه موحد

لا تمـتروا في ذاته
فالكون من آياته
إن ضج في حركاته
أو نام في سكناته
والصبح في إشراقه
والليل في ظلماته
والشمس في كبد السما
والنجم في رعشاته

والجـو في إعصاره
إن هب في نسماته
والرعد دوى قاصفاً
والبرق في مضاياه
والليث في فلواته
يختال في خطواته
والطير حلق في الفضاء
أو نام في وكناته
والورد والعطر الشذي
يفوح من روضاته
دانته له الأزهار والـ
أشواك بعض حماته
والغاب ظل وارف
والروض في ثمراته
والماء صافٍ في الغديـ
ر يشف في مرآته
لا تمتروا في ذاته
فالروح من آياته
والصدر في أنفاسه
والقلب في خفقاته

والثغر في تسبيحه
والوجه في إشراقه
والبحر يهدر صاخباً
والفلك في جنباته
لا تموتوا في ذاته
فالكون من آياته

هتاف

الكل في بحر حبه تاهوا
وقد تفتانوا في سر معناه
وصححوا العقد مخلصين
بقولهم (لا إله إلا الله)
يا معشر الذاكرين كلكم
قولوا معي (لا إله إلا الله)
وراقبوا من يعمكم كرمياً
بفضل (لا إله إلا الله)
فالكون قد فاح نشره عبقاً
بذكره (لا إله إلا هو)
والعرش تسبيحه له أبداً
سبحان من (لا إله إلا هو)

وكل ما في السموات من ملك
تسبيحه (لا إله إلا هو)
وكل ما في الجبال من عظم
تسبيحه (لا إله إلا هو)
وكل ما في الزمان من عجب
أعجبه (لا إله إلا هو)
وكل شيء تراه من حسن
أحسنه (لا إله إلا هو)
وكل أهل العقول قد فهموا
بأنه (لا إله إلا هو)
والإنس والجن كلهم شهدوا
بأنه (لا إله إلا هو)
والرعد والبرق إذ يسبحه
فقلوه (لا إله إلا هو)
وكل من يشتكى أذى سقم
شفاؤه (لا إله إلا هو)
ومن أتاه بالذل مفتقراً
غناؤه (لا إله إلا هو)

ومن أتى بائساً ومنكسراً
فجبره (لا إله إلا هو)
يا غارق في بحار غفلته
انهض وقل (لا إله إلا هو)
يا قوم لا تغفلوا بجهلكم
عن ذكره (لا إله إلا هو)
كيف تنام العيون عن ملك
سبحانه (لا إله إلا هو)

الثعلب والديك والوسيط لأحمد شوقي

برز الثعلب يوماً في شعار الواعظينا
فمشى في الأرض يهذي ويسب الماكرينا
ويقول: الحمد لله إله العالمينا
يا عباد الله، توبوا فهو كهف التائبينا
وازهداً في الطير، إن العيش عيش الزاهدينا
واطلبوا الديك يؤذن لصلاة الصبح فينا
فأتى الديك رسول من إمام الناسكينا
عرض الأمر عليه وهو يرجو أن يلينا

فأجاب الديك: عذراً يا أضلَّ المهتدينا!
بلغَّ الثعلبَ عني عن جدودي الصالحينا
عن ذوي التَّيجان ممن دَخَلَ البَطْنَ اللِّعينا
أنهم قالوا وخيرُ القولِ قولُ العارفينَا:
"مخطيٌّ من ظنَّ يوماً أنَّ للثعلبِ دينا"

يا نفس توبي

يا نفس توبي عن فعال منكـره
واسعي إلي دار البقاء مستبشـره
يا نفس فاز القوم من رب العـلا
بالعفو عن زلاتهم والمغـفره
يا نفس قد قطعوا النهار لربهم
صوماً وفازوا بالعلا في آخـره
يا نفس ويحك! للمتـاب فبادري
من قبل أن تأتي الذنوب مسـطـره
يا نفس إن القوم زادوا خيـفة
من مكره وقلوبهم متنـكره
يا نفس جدي في التقى وتـزودي
عملاً وكوني للقا مستشـعره

يا نفسي كم قوم على الدنيا احتوا
ظلماً وما لهمو إذا من آخره

يا نفس كم أمم تфанوا في البلا
وعظامهم أضحت عظاماً ناخره

يا نفس توبي اليوم من قبل الردي
فعسي تكوني في غد مستبشره

يا نفس أه من الذنوب وكلها
يوم القيامة في الكتاب محرره

يا أسير الغفلات

قد مضى العمر وفات
يا أسير الغفلات

حصل الزاد وبيادر
مسرعاً قبل الفوات

فإلى كم ذا التعامي
عن أمور واضحات

وإلى كم أنت غارق
في بحار الظلمات

لم يكن قلبك أصلاً
بازواجرو المعطات

بينما الإنسان يسأل
عن أخيه قيل مات
وتراه حملاً وه
سرعة للفوات
أهله يبكوا عليه
حسرة بالعبرات
أين من كان يفخر
بالجواد الصافات
وله مال جزيل
كالجبال الراسيات
سارنا رغم أنف
لقبور الموحشات
كم بها من طول مكث
من عظام ناخرات
فاغنم العمر وبادر
بالتقى قبل الممات
وأنب وارجع واقلاع
من عظيم السيئات
واطلب الغفران ممن
ترتجي منه الهبات

ثم نادي في الدياجي
يا مجيب الدعوات
اعف عنا يا رحيمًا
وأقلنا العثرات

يا صاحب الهم

يا صاحب الهم إن الهم منفرج
أبشر بذاك فإن الكافي الله
اليأس يقطع أحياناً بصاحبه
لا تيأس كأن قد فرج الله
الله حسبك مما عدت منه به
وأين أمنع ممن حسبه الله؟
هن البلايا، ولكن حسبنا الله
والله حسبك، في كل لك الله
هون عليك، فإن الصانع الله
والخير أجمع فيما يصنع الله
يا نفس صبراً على ما قدر الله
وسلمي تسلمي، فالحاكم الله
يا رب مستصعب قد سهل الله
ورب شر كثير قد وقى الله

إذ بليت فثق بالله وارض به
إن الذي يكشف البلوي هو الله
الحمد لله شكراً لا شريك له
ما أسرع الخير جداً إن يشا الله

صروف الدهر

قال أبو العتاهية:

لمن طلل أسأله
معطلة منازله
غداة رأيتته تنعي
أعاليه أسأله
وكنت أراه ما هو لا
ولكن بباد أهله
وكل لاعتساف الدهر
معرضة مقاتله
ومال من مسلك إلا
وريب الدهر شامله
فيصرع من يصرعه
وينضل من يناضله

يَنَازِلُ مَنْ يَهُمُّ بِهِ
وَأَحْيَاناً يَخَاتِلُهُ
وَأَحْيَاناً يُوْخِرُهُ
وَتَسَارَاتٍ يَعْجَلُهُ
كَضَاكَ بِهِ إِذَا نَزَلْتَ
عَلَى قَوْمٍ كَلَاكِلُهُ
وَكَمْ قَدْ عَزَمَ مِنْ مَلِكٍ
يُحْفَ بِهِ قَنَابِلُهُ
يَخَافُ النَّاسَ صَوْلَتَهُ
وَيَرْجَى مِنْهُ نَائِلَتَهُ

التشويق للحج

إِلَيْكَ قَصْدِي لَا لِلْبَيْتِ وَالْأَثَرِ
وَلَا طَوَائِفِ بَأَرْكَانٍ وَلَا حَجَرٍ
صَفَا دَمْعِي الصَّفَا لِي حِينَ أُعْبِرُهُ
وَزَمَزَمِي دَمْعَةً تُجْرِي مِنَ الْبَصْرِ
وَفِيكَ سَمْعِي وَتَعْمِيرِي وَمَزْدَلْفِي
الْهَدْيِ جَسْمِي الَّذِي يَغْنِي عَنِ الْجَزْرِ

عرفانه عرفاتي إذ مني منني
وموقفي وقفة في الخوف والحدز
وجمر قلبي جمار نبذه شرر
والحرم تحريمي الدنيا عن الفكر
ومسجد الخيف خوفي من تباعدكم
ومشعري ومقامي دونكم خطري
زادي رجائي له والشوق راحلتي
والماء من عبراتي والهوى سقري

أنا الفقير إلى رب البريات

من ثناء شيخ الإسلام ابن تيمية - رحمه الله - على ربه تعالى
قوله:

أنا الفقير إلى رب البريات
أنا المسكين في مجموع حالاتي
أنا الظلوم لنفسي وهي ظالمتي
والخير إن يأتنا من عنده ياتي
لا أستطيع لنفسي جلب منفعة
ولا عن النفس لي دفع المضرات

وليس لي من دونه مولى يدبرني
ولا شفيع إذا حاطت خطيئاتي
إلا بإذن من الرحمن خالقنا
إلى الشفيع كما جاء في الآيات
ولست أملك شيئاً دونه أبداً
ولا شريك أنا في بعض ذرات
ولا ظهير له كي نستعين به
كما يكون لأرباب الولايات
والفقر لي وصف ذات لازم أبداً
كما الغنى أبداً وصف له ذاتي
وهذه الحال حال الخلق أجمعهم
وكلهم عنده عبد له آتي
فمن بغى مطلباً من غير خالقه
فهو الجهول الظلوم المشرك العاتي
الحمد لله ملء الكون أجمعه
ما كان منه وما من بعد قد يأتي

سبحان الله

لله في الآفاق آيات نعم
ل أقلها هو ما إليه هداكا؟
ولعل ما في النفس من آياته
عجب عجاب لو ترى عيناك؟
والكون مشحون بأسرار إذا
حاولت تفسيراً لها أعياك؟
قل للطبيب تخطفه يد الردى
يا شايء الأمراض من أرداك؟
قل للمريض نجا وعوفي بعد ما
عجزت فنون الطب من عافاك؟
قل للصحيح يموت لا من علة
من بالمتايا يا صحيح دهاكا؟
قل للبصير وكان يحذر حفرة
فهوى بها من ذا الذي أهواكا؟
بل سائل الأعمى خطا بين الزجا
م بلا اصطدام: من يقود خطاك؟

قل للجنين يعيش معزولاً بلا
راع ومرعي: ما الذي يرهاك؟
قل للوليد بكى وأجهش بالبكا
ولدى الولادة: ما الذي أبكاك؟
وإذا ترى الشعبان ينضث سمه
فاسأله من ذا بالسموم حشاك؟
واسأله كيف تعيش يا ثعبان أو
تحيا وهذا السم يملأ فاك؟
واسأل بطون النحل كيف تقاطرت
شهداً وقل للشهد من حلاك؟

سل الرماح

قال الشاعر صفي الدين الحلي:
سل الرماح العوالي عن معالينا
واستشهد البيض هل خاب الرجا فينا
لقد سعينا فلم تضعف عزائنا
عما نروم ولا خابت مساعينا
قوم إذا استخصموا كانوا فراغة
يوماً وإن حكموا كانوا موازينا

إننا لقوم أبت أخلاقنا شرفاً
أن نبتدي بالأذى من ليس يؤذينا
بيض صنائعنا سود وقائعنا
خضر مرابعنا حمر مواضينا
لا يظهر العجز منا دون نيل منى
ولو رأينا المنايا في أمانينا

من ذا الذي ما ساء قط؟

قال الحريري:

سامح أخاك إذا خلط
منه الإصابة بالغلط
وتجاف عن تعنيفه
إن زاغ يوماً أو سقط
واحفظ صنيعك عنده
إن عزَّ وادن إذا شحط
واقن الوفاء ولو أخل
بما اشترطت وما اشترط
واعلم بأنك إن طلبت
مهذباً رُميت الشطط

من ذا الذي ماساء قط
ومن له الحسنى فقط

توحيد الله

قال الشاعر إقبال -رحمه الله-:

توحيد الله لنا نور
أعدنا الروح له سكنا
الكون يزول ولا تمحى
في الدهر صحائف سؤدنا
بنيت في الأرض معابدنا
والبيت الأول كعبتنا
هو أول بيت نحفظه
بحياة الروح ويحفظنا
وأذان المسلم كان له
في الغرب صدى من همتنا
قولوا لماء الكون لقد
طاولنا النجم برفعتنا
يادهر أما جربت على
نيران الشدة عزمتنا

طوفان الباطل لم يغرق
في الخوف سفينة قوتنا

الحق التليد

إن السعادة أن تعيش
لفكرة الحق التليد
لعقيدة كبرى تحل
قضية الكون العتيد
وتجيب عما يسأل الـ
حيران في وعي رشيد
فتشيع في النفس اليقين
وتطرد الشك العنيد
وتعلم الفكر السوي
وتصنع الخلق الحميد
وترد للنهج المسدد
كل ذي عقل شريد
تعطي حياتك قيمة
ربّ الحياة بها يشيد

سبحانك اللهم

قال المرصفي:

سبحانك اللهم جل في علاكا
من ذا الذي يرث الوجودَ سواكا
في القلب أنت وفي الحنايا كلها
في كل أسرار الوجودِ سناكا
أنت المصور للخلائق كلها
أنت المسير في الفضاء الأفلاكا
سبحانك اللهم أنت المرتجى
يا خالقي يا رازقي أهواكا
صِفْتُ الحياةَ صياغةَ المتمكن
والأمرُ كل الأمرِ في يمينكا

معالي الأخلاق

قال المتنبّي في الأخلاق:

أُحِبُّ معالي الأخلاق جهدي
وأكره أن أعيبَ وأن أعابا
وأصْفح عن سباب الناس حلماً
وشر الناس من يهوى السبابا

وأترك قائل العوراء عمدا
لأهلِكَ وما أعيَا الجوابا
ومن هاب الرجال تهيبوه
ومن حقر الرجال فلن يهابا

قشور العلم

ولم يتشدّدوا بقشورِ علمٍ
ولم يتعيّبوا في الملحدينا
ولم يتبجحوا في كلِّ أمرٍ
خطيرٍ كيّ يقال مثقفونا
كذلك أخرج الإسلام قومي
شباباً مخلصاً حراً أميناً
وعلمه الكرامة كيف تُبنى
فيأبى أن يُقيدَ أو يهونا
دعوني من أمانٍ كاذباتٍ
فلم أجِدِ المُنَى إلا ظُنونا
وهاتوا لي من الإيمانِ نوراً
وقوُّوا بينَ جنبَيِّ اليقينَا

أمدُّ يدي فأنترعُ الرواسي
وأبني المجدَ مؤتلقاً مكينا

حكمة شعرية

إذا كنت أعلم علماً يقيناً
بأن جميع حياتي كساعه
فلم لا أكون ضنيناً بها
وأجعلها في صلاح وطاعه

قالوا: السعادة

قالوا: السعادة في السكون
وفي الخمول وفي الخمود
في العيش بين الأهل لا
عيش المهاجر والطريرد
في لقمة تأتي إليك
بغير ما جهد جهيد
في المشي خلف الركب
في دعة وفي خطو وئيد
في أن تقول كما يقال
فلا اعتراض ولا ردود

في أن تسير مع القطيع
وأن تقاد ولا تقود
في أن تصيح لكل وال
عاشر عهدكم المجيد
في أن تعيش كما يراد
ولا تعيش كما تريد
قلت: الحياة هي التحرك
لا السكون ولا الهمود
وهي التفاعل والتطور
لا التحجر والجمود
وهي الجهاد، وهل يجاهد
من تعلق بالقعود
وهي الشعور بالانتصار
ولا انتصار بلا جهود
وهي التلذذ بالمتاعب
لا التلذذ بالرقود
هي أن تذود عن الحياض
وأي حر لا يذود؟

هي أن تحس بأن كأس
الذلم من ماء صديد
هي أن تعيش خليفة
في الأرض شأنك أن تسود
وتقول: لا، وبملاء فيك
لكل جبار عنيد
هذي الحياة وشأنها
من عهد آدم والجدود
فإذا ركنت إلى السكون
فلذ بسكان اللجود

مُر العلم

ومن لم يذق مُرَّ التَّعلم ساعةً
تَجَرَّعَ ذلَّ الجهل طول حياته
فصبراً على مرِّ الجفا من معلم
فإنَّ رسوب العلم في نفراته
ومن فاتته التعليم وقتَ شبابه
فكبر عليه أرباعاً لوفاته

وذات الفتى والله بالعلم والتقى
إذا لم يكونا لا وصف لذاته

من شعر الحكمة

كن ابن من شئت واكتسب أدباً
يغنيك محموده عن النسب
ليس الجمال بأثواب تزيننا
إن الجمال جمال الدين والأدب
إن الفتى من يقول ها أنذا
وليس الفتى من يقول كان أبي

فضل العالم

لا ترى عالماً يحلُّ بقوم
فيحلُّوه غير دار الهوانِ
قلِّمًا توجد السلامة والصحة
مجموعتين في إنسانِ
فإذا حلَّتا مكاناً سحيقاً
فهما في النفوس معشوقتان

هذه مكة المنيرة بيت الله
يسعى لحجها الثقلان
وترى أزهد البرية في الحج
لها أهلها لقرب المكان

كن عن همومك معرضاً

كن عن همومك معرضاً
وكل الأمور إلى القضا
وأبشّر بخير عاجل
تنسى به ما قد مضى
فلرب أمر مسخط
لك في عواقبه رضا
ولرب ما ضاق المضيق
ولرب ما اتسع الفضا
الله يفعل ما يشاء
فلا تكن معترضاً
الله عودك الجميل
فقس على ما قد مضى

جوالك... أم خشوعك؟

أغلق قبيل صلاتك الجوالاً
وجب الخُشُوعُ فَأَحْكِمِ الإِقْفَالَ
لا تشغلنَّ النَّفْسَ عند رنينه
بمن ابتغاك فأرسلَ الإرسالاً
كادت يداك أن تضل طريقها
للجيب كيما تُخرج الجوّالاً
وتحملق العينان في أرقامه
فتُدير عبر صلاتك الأعمالَ
أو ربما تقضي حوائج منزل
بخيال فكرك سابحاً جوّالاً
كيف الخشوع وقد غدت نغماته
لحناً نشازاً في الصلاة توالاً
هذا لمطربة وذا لمُلحّن
كم أفسدا ذوقاً فكان وبالاً
ولربما مرّت أمامك صورة
لهما فتعشق في الصلاة خيالاً
وفي ذلك الدرب انبرى الشيطان كي
يُغري فيسقي سُمّه الفعّالاً

وَيُحَيِّدُ الْإِنْسَانَ عَنْ دَرَبِ الْهُوَى
فِي زَيْنِ الْفِعْلِ الْحَرَامِ حَلَالاً
ذَا مَبْتِغَاهُ فَلَا تَكُنْ عَوْناً لَهُ
وَاقْهَرِ هَوَاكَ وَقَارِعِ الْأَهْزَالَ
كُنْ مِثْلَ جَارِكَ فِي الصَّلَاةِ فَإِنَّهُ
تَبَتَ تَفِيضُ دَمُوعِهِ شِلَالاً
خَشَعَتْ جَوَارِحَهُ وَأَنَّ فَوْادَهُ
فَأَضَاءَ رُكْنَ سَجُودِهِ وَتِلَالاً
بَادِرٍ إِلَى غَلْقِ الْجِهَازِ فَإِنَّهُ
مَا إِنْ فَعَلْتَ فَقَدْ أَرَحْتَ الْبَالَا

ابتهال تائب

وَفَدَّ الْجَمِيعُ وَقَدَّ دَنَتْ
فِي الْكَوْنِ شَمْسٌ لِلْغُرُوبِ
أَدْرَكْتُ أَنِّي رَاحِلٌ
مَا عَادَ يَنْفَعُنِي الطَّبِيبُ
إِنِّي اقْتَرَبْتُ مِنَ الْوُصُولِ
وَبَانَ فِي الرَّأْسِ الْمَشِيبُ

وَتَقَارَبْتَ مِنِّي الْخَطِيءَ
وَالْعُمَرُ أَذَنَ بِالْمَغِيبِ
فَشَعَرْتُ أَنِّي خَائِفٌ
أُحْصِي ذُنُوبِي وَالْعِيُوبَ
أَنِّي اتَّجَهْتُ أَعْوُدُ أَبٌ
كِي مَا اقْتَرَفْتُ مِنَ الذُّنُوبِ
قَدْ هَزَّنِي أَنِّي وَقَفْتُ
بِبَابِ عِلَامِ الْغُيُوبِ
يَا رَبِّ، فَرَجِّ كُرْبَتِي
وَاسْتُرْ عِيُوبِي كِي أُتُوبَ
قَدِيمَ الْمَسَاءِ وَلَدَّتِي
الْعُظْمَى إِذَا جَاءَ الْمَسَاءُ
كَمْ عَابِدٍ مُسْتَتْفِرٍ
يَرْجُو وَيَنْتَظِرَ الْإِقَاءَ
كَمْ نَاصِبٍ قَدَمِيهِ يَبُ
كِي خَاشِعاً، لَبَّى النِّدَاءُ
كَمْ رَافِعٍ كَفِّيهِ يَدٌ
عُورَاجِيّاً رَبِّ السَّمَاءِ

يَا مَنْ أَنْزَلْتَ بَصِيرَتِي
وَهَدَيْتَنِي نَحْوَ الضِّيَاءِ
كُلَّ النَّفُوسِ إِلَيْكَ تَهْ
فُو فِي الصَّبَاحِ وَفِي الْمَسَاءِ
يَا خَالِقِي، يَا رَازِقِي
إِنِّي دَعَوْتُكَ فِي الْخَفَاءِ
أَهْ لِمَنْ حُرِمَ الْوُصُولِ
وَعَاشَرَ فِي دَرْكِ الشَّقَاءِ
أَشْتَأُقُ عَفْوَكَ يَا إِلَهِي
يَا مُحِبَّ التَّائِبِينَ
أَشْتَأُقُ حُبَّكَ يَا إِلَهِي
يَا مُعِينَ الْقَاصِدِينَ
أَشْتَأُقُ جَنَّتَكَ الَّتِي
زَيَّنْتَهَا لِلنَّاظِرِينَ
أَشْتَأُقُ رُؤْيَاكَ الَّتِي
خَبَّأْتَهَا لِلصَّالِحِينَ
الْعَفْوَ عَفْوَكَ يَا إِلَهِي
يَا رَجَاءَ الْعَائِدِينَ

كَثُرَتْ ذُنُوبِي، إِنَّمَا
أَرْجُوكَ رَبَّ الْعَالَمِينَ
اغْفِرْ ذُنُوبِي يَا إِلَهِي
يَا مُجِيبَ السَّائِلِينَ
مَا أَنْتَ إِلَّا رَحْمَةٌ
وَسِعَتْ ذُنُوبَ التَّائِبِينَ

مواقف للرجال عجيبة

أهدى رجلٌ من الثقلاء إلى رجل من الظرفاء جملاً، ثم نزل عليه
ضيفاً حتى ضاق به!!
فقال فيه:

يَا مُبْرِماً أَهْدَى جَمَلٌ
خُذْ وَانصرف أَلْفِي جَمَلٌ
قال: وما أوقارُها؟
قلت: زبيب وعسلٌ
قال: وَمَنْ يَقودها؟
قلت له: أَلْفِ ارْجَلٌ
قال: وَمَنْ يَسوقها؟
قلت له: أَلْفِ ابْطَلٌ

قال: وما لباسها؟

قلت: حُلِّيُّ وحُلٌّ

قال: وما سلاحهم؟

قلت: سيوف وأسبل

قال: عبيدٌ لي إذن؟

قلت: نعم، ثم خول

قال: بهذا فاكتبوا

إذن عليكم لي سجل

قلته له: أَلْفِي سَجَلٌ

فاضمن لنا أن ترحل

قال: وقد أضجرتكم؟

قلت: أجل ثم أجل

قال: وقد أبرمتكم؟

قلت له: الأمر جَلٌّ

قال: وقد أثقتكم؟

قلت له: فوق الثُّقل

قال: فإني راحلٌ

قلت: العَجَلُ ثم العَجَلُ

يَا جِبلاً مَنْ جِبِلِّ
فِي جِبِلِّ فَوْقَ جِبِلِّ!!

من قصائد جرير

لَوْلَا الْحَيَاءُ لَعَادَنِي اسْتِعْبَارُ
وَلَزَرْتُ قَبْرِكَ وَالْحَبِيبُ يُزَارُ
وَلَقَدْ نَظَرْتُ وَمَا تَمَّتْ نَظْرَةٌ
فِي اللَّحْدِ حَيْثُ تَمَكَّنَ الْمُحْفَارُ
فَجَزَاكَ رَبُّكَ فِي عَشِيرِكَ نَظْرَةً
وَسَقَى صَدَاكَ مُجَلِّجِ مِدْرَارُ
وَلَهْتَ قَلْبِي إِذِ عَلَتْنِي كَبْرَةٌ
وَذُوُّ التَّمَائِمِ مِنْ بَنِيكَ صِغَارُ
أَرَعَى النُّجُومَ وَقَدْ مَضَتْ غُورِيَّةٌ
عَصَبَ النُّجُومِ كَأَنَّهِنَّ صِوَارُ
نِعْمَ الْقَرِينُ وَكُنْتَ عِلْقَ مَضِنَّةٍ
وَارَى بِنَعْفِ بُلَيْيَّةِ الْأَحْجَارُ
عَمِرْتُ مُكْرَمَةَ الْمَسَاكِ وَفَارَقْتُ
مَا مَسَّهَا صَلْفٌ وَلَا إِقْتَارُ

فَسَقَى صَدَى جَدَّتْ بَبْرِقَةَ ضَاكِ
هَزِمٌ أَجَشُّ وَدَيْمَةٌ مِدْرَارُ
هَزِمٌ أَجَشُّ إِذَا اسْتَحَارَ بِبَلَدَةٍ
فَكَأَنَّهَا بِجَوَائِهَا الْأَنْهَارُ
مُتْرَاكِبٌ زَجِلٌ يُضَى وَمِيضُهُ
كَالْبَلْقِ تَحْتَ بَطُونِهَا الْأَمْهَارُ
كَأَنْتَ مُكْرَمَةٌ الْعَشِيرِ وَلَمْ يَكُنْ
يُخْشِي غَوَائِلَ أُمَّ حَزْرَةَ جَارُ
وَلَقَدْ أَرَاكَ كُسَيْتِ أَجْمَلٍ مَنظَرِ
وَمَعَ الْجَمَالِ سَكِينَةَ وَوَقَارُ
وَالرَّيْحُ طَيِّبَةٌ إِذَا اسْتَقْبَلَتْهَا
وَالعِرْضُ لَا دَنْسٌ وَلَا خَوَارُ
وَإِذَا سَرَيْتُ رَأَيْتُ نَارَكَ نَوَّرْتَ
وَجْهًا أَغْرَى زِينُهُ الْإِسْفَارُ
صَلَّى الْمَلَائِكَةُ الَّذِينَ تُخَيَّرُوا
وَالصَّالِحُونَ عَلَيْكَ وَالْأَبْرَارُ

اعتزل ذكر الأغاني لابن الوردي

اعتزل ذكر الأغاني والغزل
وقل الفصل وجانب من هزل
ودع الذكرى لأيام الصبا
فلأيام الصبا نجم أفل
إن أحلى عيشة قضيتها
ذهبت لذاتها والإثم حل
واترك الغفادة لا تحفل بها
تمس في عز وترفع وتجل
واله عن آلة لهو أطربت
وعن الأمرد مرتج الكفل
إن تبدي تنكسف شمس الضحى
وإذا ما ماس يزرى بالأسل
زاد إن قسناه بالبدر سنا
وعدلناه بغصن فاعتدل
وافتكري في منتهى حسن الذي
أنت تهواه تجد أمراً جلل
واتق الله فتقوى الله ما
جاوزت قلب امرئ إلا وصل

ليس من يقطع طرقا بطلا
إنما من يتق الله بطل
واهجر الخمرة إن كنت فتى
كيف يسعى في جنون من عقل
صدق الشرع ولا تركز إلى
رجل يرصد بالليل زحل
حارت الأفكار في قدرة من
قد هدانا سبلا عز وجل
كتب الموت على الخلق فكم
فل من جمع وأفنى من دول

جادك الغيث إذا الغيث همي

جادك الغيث إذا الغيث همي
يا زمان الوصل بالأندلس
لم يكن وصلك إلا حلما
في الكرى أو خلسة المختلس
إذا يقود الدهر أشتات المنى
ينقل الخطوعلى ما نرسم
زمرًا بين فرادي وثنا
مثلما يدعو الحجيج الموسم

والحيا قد جلل الروض سنا
فثغور الزهر فيه تبسم
وروى النعمان عن ماء السما
كيف يروي مالك عن أنس
فكساه الحسن ثوبا معلما
يزدهي منه بأبهى ملبس
في ليال كتمت سر الهوى
بالدجى لولا شمس الغرر
مال نجم الكأس فيها وهوى
مستقيم السير سعد الأثر
وطر ما فيه من عيب سوى
أنه مر كلمح البصر
حين لذ النوم شيئا أو كما
هجم الصبح هجوم الحرس
غارت الشهب بنا أو ربما
أثرت فينا عيون النرجس
أي شيء لا مرئى قد خلصا
فيكون الروض قد مكن فيه
تنهب الأزهار فيه الفرصا
أمنت من مكره ما تتقيه

في مدخل الحمراء كان لقاءنا

في مدخل الحمراء كان لقاءنا
ما أطيّب اللقيا بلا ميعاد
عينان سوداوان في حجريهما
تتوالد الأبعاد من أبعاد
هل أنت إسبانية سائلتها
قالت وفي غرناطة ميلادي
غرناطة وصحت قرون سبعة
في تينك العينين بعد رقاد
وأمية راياتها مرفوعة
وجيادها موصولة بجياد
ما أغرب التاريخ كيف أعادني
لحفيدة سمراء من أحفادي
وجه دمشقي رأيت خلاله
أجفان بلقيس وجيد سعاد
ورأيت منزلنا القديم وحجرة
كانت بها أُمي تمد وسادي
والياسميننة رصعت بنجومها
والبركة الذهبية الإنشاد

ودمشق أين تكون قلت ترينها
في شعرك المنساب نهر سواد
في وجهك العربي في الثغر ومائها
في الفل في الريحان في الكباد
سارت معي والشعر يلهث خلفها
كسنا بل تركت بغير حصاد
يتألق القرط الطويل بجيدها
مثل الشموع بليلة الميلاد
ومشيت مثل الطفل خلف دليلتي
وورائي التاريخ كوم رماد
الزخرفات أكاد أسمع نبضها
والزركشات على السقوف تنادي
قالت هنا الحمراء زهو جدودنا
فاقرأ على جدرانها أمجادي
أمجادها ومسحت جرحا نازفا
ومسحت جرحا ثانيا بفؤادي
يا ليت وارثتي الجميلة أدركت
أن الذين عنتم أجدادي

عانقت فيها عندما ودعتها
رجلا يسمى طارق بن زياد

لف العباءة واستقلا

لف العباءة واستقلا
بقطيعه عجلا ومهلا
وانصاع يسحب خلفه
ركبا يعرش حيث حلا
أوفى بها صلا يزاحم في
الرمال السمر صلا
يرمى بها جبلا فتبع
خطوه ويحط سهلا
أبدا يقاسمها نصيبا
من شظيف العيش عدلا
يصلى كما تصلى الهجير
ويستقي ثمداً وضحلا
يومي فتفهم ما يريد
ويرتمي فتهب عجلي

وتكاد تعرب الثغاء
هـلا وحيهـلا وهـلا
يقضوبعين النسرترب
أجدلا ذئبا أزلا
ويحوط كالأسد أجتبي
أشباله جديا وسخلا
أوفى على روض الحياة
جوبه حقل فحلا
وارتد يحمل ما يصون
ذما وما أغنى وقلا
نايا يذود به الوني
ويلون النسق المملا
وعصا يهش بها ويرقى
ذروة ويقيم ظلا
ياراعي الأغنام وأنت
أعز مملكة وأعلى

شكوى

في ليلة بُؤسٍ، تتشكَّى
نفسِي، وفؤادي يتلوَّى
ويبئُ الشاعر للنجم
للقمر المتجولِ شكوى
ويفضُّ حقيبةَ أحزانٍ
أحسنُ ما تحمله النُّجوى
ويجُول بعيني مأسور
يبحثُ عن ذكرى عن سلوى
ويظل الليل الجاثم لا
يبحث لحديثي عن فحوى
وتثور الذكرى في ليلى
ويزيد بها قلبي زهواً
يا أمسا يستره الغيبُ
هل يمكن أن تبعث شدوا؟
هل يمكن أن ترجع حيناً
كي أشبع منك وكي أروى؟
"يا أمسا" ما عُدتُ أراه
إلا صورا عني قُصوى

أصبحت رواية أشواق
أقروها لكن لا تُروى
"يا أمسا" عاودني حُلماً
إني أصبحت بلا مثوى
أذكرك فتنعش جراحي
وأقاوم. لكن.. لا جدوى

صوت صفيير الببيل

حكى بأن الأصمعي سمع بأن الشعراء قد ضيق عليهم بفعل أمير
فهو يحفظ كل قصيدة يقولونها ويدعي بأنه سمعها من قبل فبعد أن
ينتهي الشاعر من قول القصيدة يقوم الأمير بسرد القصيدة إليه،
ويقول له لا بل حتى الجاري عندي يحفظها فيأتي الجاري فيسرد
القصيدة مرة أخرى، ويقول الأمير ليس الأمر كذلك فحسب، بل إن
عندي جارية هي تحفظها أيضاً.. ويعمل هذا مع كل الشعراء.

فأصيب الشعراء بالخيبة والإحباط، حيث إنه كان يتوجب على
الأمير دفع مبلغ من المال لكل قصيدة لم يسمعها ويكون مقابل ما كتبت
عليه ذهباً. فسمع الأصمعي بذلك فقال إن بالأمر مكرًا. فأعد قصيدة
منوعة الكلمات وغريبة المعاني . فلبس لبس الأعراب وتكرر؛ حيث إنه
كان معروفًا لدى الأمير. فدخل على الأمير وقال إن لدي قصيدة أود أن
ألقيها عليك ولا أعتقد أنك سمعتها من قبل. فقال له الأمير هات ما

عندك، فقال:

صَوْتُ صَفِيرِ الْبُلبُلِ
هَيَّجَ قَلْبِي الثَّمَلِ
الْمَاءُ وَالزَّهْرُ مَعاً
مَعَ زَهْرٍ لِحَظِّ الْمُقَلِ
وَأَنْتَ يَا سَيِّدَ لِي
وَسَيِّدِي وَمَوْلَى لِي
فَكَمْ فَكَمْ تَيْمَنِي
غُزِيلُ عَقِيْقَ لِي
قَطَّفْتُ مِنْ وَجْنَتِهِ
مِنْ لَثْمٍ وَرَدِ الْخَجَلِ
فَقَالَ بَسْ بَسْبَسْتَنِي
فَلَمْ يَجِدْ بِالْقُبَلِ
فَقَالَ لَا لَا لَا لَا لَا
وَقَدْ غَدَا مُهْرُولِ
وَالْخُودُ مَالَتْ طَرِيّاً
مِنْ فِعْلِ هَذَا الرَّجُلِ
فَوَلَّوَلْتُ وَوَلَّوَلْتُ
وَلِي وَلِي يَا وَيْلَ لِي

فَقُلْتُ لَا تُؤْوِي
وَبَيْنِي الْأُوْلُوِي
لَمَارَاتُهُ أَشْمَطَا
يُرِيدُ غَيْرَ الْقُبْلِ
وَبَعْدَهُ لَا يَكْتَفِي
إِلَّا بِطَيْبِ الْوَصْلِ لِي
قَالَتْ لَهُ حِينَ كَذَا
أَنْهَضُ وَجِدًا بِالنَّقْلِ
وَفِتْيَةٍ سَقُونِي
قَهْوَةً كَالْعَسَلِ لِي
شَمَمْتُهَا بِأَنْفِي
أَزْكَى مِنَ الْقَرْنَمْلِ
فِي وَسْطِ بُسْتَانِ حُلِي
بِالزَّهْرِ وَالسُّرُورِ لِي
وَالْعُودِ دَنْ دَنْ لِي
وَالطَّبْلُ طَبَّ طَبْلُ لِي
طَبَّ طَبَّ طَبَّ طَبَّ
طَبَّ طَبَّ طَبَّ طَبَّ لِي

وَالسَّقْفُ قَدْ سَقَسَقَ لِي
وَالرَّقْصُ قَدْ طَبَّطَبَ لِي
شَوَى شَوَى وَشَاهَشُ
عَالَى وَرَقَّ سِفْرَجَلِ
وَعَرَّدَ الْقَمَرِ صِيحُ
مِنْ مَالٍ فِي مَالِ
فَلَوْتُ رَانِي رَاكِباً
عَالَى حَمَارٍ أَهْزَلِ
يَمْشِي عَالَى ثَلَاثَةِ
كَمْشِيَةِ الْعَرَنْجَلِ
وَالنَّاسُ تَرْجِمُ جَمَلِي
فِي السُّوقِ بِالْقُلُقُلِ
وَالكُلُّ كَعَكَعَ كَعَكَعَ
خَلْفِي وَمِنْ حُؤْيَالِي
لَكِنْ مَشَيْتُ هَارِباً
مِنْ خَشِيَةِ الْعَقَنْقَالِي
إِلَى لِقَاءِ مَالِكِ
مُعْظَمِ مُبَجَّجِ

يَأْمُرُ لِي بِخَلْعَةٍ
حَمْرَاءَ كَالدَّمِّ دَمَلِي
أَجْرُ فِيهَا مَا شِئْتُ
مُبَغِّدًا لِلذَّيْلِ
أَنَا الْأَدِيْبُ الْأَمْعِي
مِنْ حَيِّ أَرْضِ الْمُوصِلِ
نَظَمْتُ قِطْعًا زُخْرِفَتْ
يَعْجِزُ عَنْهَا الْأَدَبُ لِي
أَقْوُلُ فِي مَطَاعِهَا
صَوْتُ صَفِيرِ الْبُلْبُلِ

حينها اسقط في يد الأمير فقال يا غلام يا جارية. قالوا لم نسمع بها من قبل يا مولاي.

فقال الأمير احضر ما كتبتها عليه فنزته ونعطيك وزنه ذهباً. قال ورثت عمود رخام من أبي وقد كتبتها عليه، لا يحمله إلا عشرة من الجند. فأحضره فوزن الصندوق كله. فقال الوزير يا أمير المؤمنين ما أظنه إلا الأصمعي.. فقال الأمير أمط لثامك يا أعرابي. فأزال الأعرابي لثامه فإذا به الأصمعي. فقال الأمير أتفعل ذلك بأمر المؤمنين يا أصمعي؟ قال يا أمير المؤمنين: "قد قطعت رزق الشعراء بفعلك هذا". قال الأمير أعد المال يا أصمعي. قال لا أعيده. قال الأمير: "أعده"، قال الأصمعي:

"بشرط". قال الأمير: "فما هو؟"، قال: "أن تعطي الشعراء على نقلهم
ومقولهم". قال الأمير: "لك ما تريد".

الخطيئة مع الفاروق -- رضي الله عنه --

قيل إن الزبرقان لما أتى عمر بن الخطاب -- رضي الله عنه --
بالخطيئة، قال: هجاني. قال: وما قال فيك؟ قال، قال:

دع المكارم لا ترحل لبغيتها

واقعد فإنك أنت الطاعم لكاسي.

فقال عمر: ما أسمع هجاء ولكنها معاتبة؛ فقال الزبرقان: أو ما
تبلغ مروءتي إلا أن آكل وألبس! وسأل عمر- رضي الله عنه- لبيداً بن
ربيعة عن ذلك فقال: ما يسرني أنه لحقني من هذا الشعر ما لحقه وأن
لي حمر النعم. فأمر به عمر فجعل في نقيز في بئر ثم ألقى عليه شيء،
فقال في الحبس أبياتاً وبعث بها إلى عمر، وهي:

أعوذ بجدك إني امرؤ

سقتني الأعادي سما سجالا

فإنك خير من الزبرقان

أشهد نكالا وأرجى نوالا

تحسن على هداك المليك

فإن لكل مقام مقالاً

ولا تأخذني بقول الوشاة
فإن لكل زمان رجالا
فإن كان ما زعموا صادقا
فسيقت إليك نسائي رجالا
حواسر لا يشتكين الوجا
يخفضن ألا ويرفعن ألا
فلم يلتفت إليه عمر. فكلمه فيه عمرو بن العاص، فأخرجه من
الحبس، فأنشده قوله فيه:

ماذا تقول لأفراخ بذي مرخ
زغب الحواصل لا ماء ولا شجر
ألقيت كاسبهم في قعر مظلمة
فاغفر عليك سلام الله يا عمر
أنت الإمام الذي من بعد صاحبه
ألقى إليك مقاليد النهى البشر
لم يؤثروك بها إذ قدموك لها
لكن لأنفسهم كانت بك الأثر
فامنن على صبية بالرمل مسكنهم
بين الأباطح تغشاهم بها القرر

أهلي فداؤك كم بيني وبينهم

من عرض داوية تعمى بها الخير

فبكى عمر --رضي الله عنه-- حين قال: "ماذا تقول لأفراخ؟".
فقال عمرو بن العاص: ما أظلت الخضراء، ولا أقلت الغبراء، أعدل من
رجل يبكي على تركه الحطيئة.

فحكى أسلم قال: ما انقضت الدنيا حتى رأى الحطيئة عند
عبيدالله بن عمر قد بسط لك نمرقه وكسر له أخرى، وقال: غننا يا
حطيئة فجعل يغنيه، فقلت له: يا حطيئة، أتذكر قول عمر؟ ففزع وقال:
يرحم الله ذلك المرء، أما إنه لو كان حيا ما فعلت. قال: وقلت لعبيدالله:
سمعت أباك يقول: كذا وكذا فكنت أنت ذلك الرجل.

وقيل: إن عمر --رضي الله عنه-- قال للحطيئة: إياك وهجاء
الناس؛ قال: إذا يموت عيالي جوعاً، هذا مكسبي ومنه معاشي؛ قال:
إياك والمقذع من القول؛ قال: وما المقذع؟ قال: أن تخاير بين الناس
فتقول: فلان خير من فلان، وآل فلان خير من آل فلان؛ قال: فأنت
والله أهجى مني. ثم قال: والله لولا أن تكون سنة لقطعت لسانك، ولكن
اذهب فأنت له، خذه يا زبرقان؛ فألقى الزبرقان في عنقه عمامة فاقتاده
بها؛ وعارضته غطفان فقالوا له: يا أبا شذرة، إخوتك وبنو عمك، هبه
لنا؛ فوهبه لهم.

شعر في ترك الأوثان

قال زيد بن عمرو بن نفيل:

عزلت الجن والجنان عني

كذلك يفعل الجلد الصبور

فلا العزى أدين ولا ابنتيها

ولا صنمي بنى غنم أزور

ولا هبلا أدين وكان ربا

لنا في الدهر إذ حلمي صغير

أربا واحداً أم ألف رب

أدين إذا تقسمت الأمور

ألم تعلم بأن الله أفنى

رجالا كان شأنهم الفجور

وأبقى آخرين ببر قوم

فيربومنهم الطفل الصغير

خانك الطرف الطموح

قيل: "كان الرشيد يعجبه غناء الملاحين في الزلاجات (نوع من

السفن) إذا ركبها، وكان يتأذى بفساد كلامهم ولحنهم، قال: قولوا

لمن معنا من الشعراء يعلموا لهؤلاء شعراً يغنون فيه. ف قيل له: ليس أحد

أقدر على هذا من أبي العتاهية، وهو في الحبس. فوجه إليه الرشيد: قل شعراً حتى اسمعه منهم، قال أبو العتاهية: ولم يأمر بإطلاقي؛ ففاظنني ذلك قلت: والله لأقولن شعراً يحزنه ولا يسره فعملت فيه شعراً ودفعته إلى من حفظه من الملاحين. فلما ركب سمعه، وهو:

خانك الطرف الطموح

أيها القلب الجموح

لدواعي الخير والشر

دنن وونن — زوح

هل لمطوب بدئب

توبة منه نصوح

كيف إصلاح قلوب

إنما هن قروح

أحسن الله بنا

أن الخطايا لا تفوح

فإذا المستور منا

بين ثوبيه نصوح

كم رأينا من عزيز

طويت عنه الكشوح

صاح منه برحيل
صائح الدهر الصدوح
موت بعض الناس في الأر
ض على قوم فتوح
سيصير المرء يوماً
جسداً ما فيه روح
بين عين كل حي
علم الموت يلوح
كنا في غفلة والـ
موت يغدو ويروح
في الدنيا من الدنـ
يا غبوق وصبوح
رحن في الوشى وأصبحـ
من عليهن المسوح
كل نطاح من الدهـ
رله يوم نطوح
تسبح على نفسك يامـ
كين إن كنت تنوح

لتموتن ولو عم

مرت ما عمر نوح

فلما سمعها الرشيد جعل يبكي وينتحب، وكان الرشيد من أغزر
الناس دموعاً في وقت الموعظة، وأشدهم عسفاً في وقت الغضب والغلظة،
فلما رأى الفضل بن الربيع كثرة بكائه أوماً إلى الملاحين أن يسكتوا.

أمة الأصنام

قد حطمت بالجهل أقلامها

وقطعت بالحقد أرحامها

وبعثرت رايات أمجادها

ونكست في العار أعلامها

واستسلمت للكفر مذعورة

وضيعت في التيه إسلامها

وألهت جلادها وانثنت

تسجد للسوط الذي سامها

فكيف نرجو النصر في غفلة

يا أمة تصنع أصنامها؟

كم من تقي علقت في الحبال

وكم دعي عد بين الرجال

الحق فيها أجمت صوته
لا ترتضي ترنيمة من بلال
فأسكتت ظلماً دعاء الهدى
وأنطقت زوراً دعاء الضلال
إن مات جسمي واحتواه الثرى
فموت إيماني بعيد المنال
والبحر في أعماقه غضبة
تطوي غشاء السيل بين الرمال
الساحر الأكبر يرناولها
من برجه العاجي وهو المطاع
يعلن عن إيمانها حتى غدا
رخيصة في كل سوق تباع
ويمسخ الأخلاق حتى غدا
فيها الجبان الوغد يدعى شجاع

سبحان الله

لا تمستروا في ذاته
فالكون من آياته
إن ضج في حركاته
أو نام في سكناته

والصبح في إشراقه
والليل في ظلماته
والشمس في كبد السما
والنجم في رعشاته
والجو في إعصاره
إن هب أو نسّماته
والرعد دوى قاصفاً
والبرق في ومضاته
والليث في فلواته
يختال في خطواته
والطير حلق في الفضاء
أو نام في وكناته
والورد والعطر الشذى
يفوح من روضاته
ذانت له الأزهار
والأشوك بعض حماته
لا تموتوا في ذاته
أو تهزأوا بدعاته

سبحانه قد حقق
الإعجاز في كلماته

رجمت إبليس

رجمت إبليس في نفسي ووجداني
ورحت أطرده بالتنزيل شيطاني
وعدت أقطع عهداً لست أخلفه
بأن أكون لإسلامي وإيماني
أرتل الذكر على الذكر يحفظني
من الخطايا ويحميني ويرعاني
وراية الشعر للإسلام أرفعها
كالشمس يشرق مجلواً بأوزان
يعيش حسان في قلبي وفي قلبي
فهل بلغت بشعري روح حسان؟
وهل أضل على عهدي أوثقه
لا أبتغي غير جنات ورضوان؟
أم أنني ريشة في الريح تحملها
تعلو وتهبط في بيد وكثبان

أسترحم الله في أفياء كعبته
وأسأل الله في سري وإعلاني
بأن يمن على نفسي بهدأتها
حتى أمزق بالطاعات عصياني

منى القلب!

أناجيك في ليلي وفي العين أدمع
وما لي إلا رحمة منك تشفع
أدعوك جهراً أم أناجيك خفية؟
وأنت لزحف "الظل" و"النمل" تسمع
وأخشع في ذلي لديك فأنثني
وفي النفس إحساس من العز أرفع
وأحسب أنني قد بلغت تجلياً
وإذ بي في درع من الطين أصرع
فؤادي في كفيك ليس يناله
سواك فمن للقلب إلاك مرجع؟
وعيني كم جالت دموع حبيسة
بمقلتها ترجوانسكاباً فتمنع

بذلت قصارى الجهد أرجو مكانة
لديك متى يا رب للنور أرجع؟
صبرت وهل أقوى على الصبر بعدما
غدوت كليلاً ليس في القوس منزع
إلهي إن كانت ذنوبي كثيرة
فعضوك يا الله للذنب أوسع
منى القلب أن يحيا صفاءً مجنحاً
لدى نورك القدسي يسمو ويخشع
لأرسل روحي عبر أفق من الرضى
فيبقى لروحي في "الحقيقة" موضع
وأهجر لغو الناس للناس علني
أعيش مع "التنزيل" أتلو واركع
أشتم عبير الحق والروض مجذب
وأبصر نوراً من يقينك يسطع
وأسمع ترتيل الملائك تارة
وطوراً تسابيح النبيين أسمع
أحرم حاشا جودك الغامر الذي
تباهي به الآفاق والكون أجمع

ولكنه عجب من الطين في دمي
يريد مع الدنيا التجلي ويطمع!...

عتاب!

ما ضر قلبك لوعاتبت يا قاسي
وقد أصبت بسهم الظلم إحساسي
قد كنت في حزن آمالي أهدهه
فبات قلبك مملوءاً بوسواس
إن كان إبليس أملى يوم فرقنا
من غير ذنب فبئس المارق العاصي
أين الوفاء وأين الدين يجمعنا
وأين ودي وتحناني وإخلاصي
قل لي بربك ما سر الجفاء وما
سر التنكر للجراح والآسي
كم ضمد الكف آلاماً مبرحةً
وسل رفيقي اسقاماً من الراس
حتى استويت على الأفناق تطربنا
وصرت أقرب خلاني وجلاسي

صوبت سهمك ترمي صدر صحبتنا
وكنت زينة إخواني وحراسي
أتطفئ النور في دربي وتخذلني
والدرب دربي والنبراس بنراسي
لكم حزنت على عهد تمزقه
وكم أسفت على لوح وقرطاس
سطرت فيه إخاء صادقاً عبثاً
وقد سكبت على القرطاس أنفاسي
ما ضرني يا "صديقي" أن تخاصمني
وتسكب المر والآلام في كاسي
إن كنت تحفظ إيماناً ومكرمة
وتتقي فتنة الشيطان والناس

فلسطينية .. تروي قصتها في بيروت !

ذبحوني من وريد لوريد
وسقوني المر في كل صعيد
مزقوا زوجي فلم أعبأ بهم
ومضوا نحو صغيري ووحيدي

غرسوا الحربة في أحشائه
فغدا "التكبير" أصداء نشيدي
دمروا بيتي.. وهل بيتي هنا؟
إن بيتي خلف هاتيك الحدود!
وتلقت فلم أعثر على
غير أبناء الأفاعي والقروذ
أين نطف العرب؟ مذخور لمن؟
أين أبناء الحمى درع "الصمود"؟
ذبحوني من وريد لوريد
غير أنني لم أطأ طيئ ليهودي
ودمي سأل على تلك الربي
ينثر العطر على حمر الورود
ولغ الغاصب في أشلائنا
غير أننا لم نزل "سمر الزنود"
لوائى فوق هامات الورى
يتحدى في العلا كل البنود
قل لمن يلهث في "غفلته"..
ينشد السلم.. تمتع بالصيد

إن في يافا مواعيد لنا
وربى القدس لنا بيت القصيد
وعلى شيطان حيفا موعد
كيف تنسى في الحمى خضر الوعود
ذبحوني من وريد لوريد
ودمي يجتاح أحقاد اليهود!
قل لمن يحسب أنا أمة
أنكرت أمجاد سعد والوليد
نحن شعب لم يعد يخشى الردى
أو يبالي برصاص وحديد
قطع العهد وفي أعماقه
دعوة التوحيد والدين الرشيد
كلما أطفئ من قبس
أشرق القرآن بالفجر الجديد
قد رجعنا راية زاحفة
بعد أيام ضياع وشرود
ومضينا نحو آفاق العلا
يسلم الرؤية جد لحفيد

إنها الجنة تبغي ثمناً
عزلاً من شرابين الشهيد

هل أضعوني حقاً؟

"أضعوني وأي فتى أضعوا"
لنصرة دعوة وحوار فكر
أزود بمنطق ولسان صدق
وأدفع عنهم أعوان شر
وقد نشط الكذوب بلا توان
يروج فرية تغتال طهري
ولولا إخوة لله قاموا
يردون السهام لشر نحر
للاقت في النفوس هوى مريضا
وألقت في القلوب بذور وزر
وما علموا بأنني لا أبالي
دعاة القهر أن يسعوا لقهري
فعزمي عند لقياهم شديد
يزلزل زورهم صدقي وصبري

ولو خنت الأمانة واعتراني
جنون الجاه أو عشق لتبر
لكنت اليوم محظيا لديهم
بذنب "المغريات" ينوء ظهري
ولكنني أباي ليس يرضى
هوان "العبد" في أثواب "حر"
فقل للظالمين أما كفاكم
مؤامرة علي بسيف غدر
وإشغال العداوة دون حق
وإيقاع الأذى من غير عذر؟
سوى البهتان يصنعه كذوب
ويملي مبتغاه عناد كفر
ورب أخ تقي لا يبالي
كريم الكف في عسر ويسر
تحدى طغمة الفجار فينا
كتوما لم يبح يوماً بسر
دعاني كي نسجل للمعالي
ونكتب للمكارم خير سطر

فعانقنا الضحى والشمس تزهو
وصادقنا الإباء بكل فخر
وصبح الراكعين لنا رفيق
وليل الساجدين العف يسري
إلهي جئت أرجو منك عفواً
وأن يلقى المزور شر خسر
لجأت إليك مطلعاً خبيراً
فأكرمني بما يحويه صدري
لأنك فيه يا علام دوماً
وأنت "الحق" في سري وجهري
قطعت العهد أن أحيا لربي
وأن يفني لفعل الخير عمري
فجد لي بالهدى في كل حين
وسدد بالرشاد جميع أمري
لعل الله يغفر لي ذنوبي
ويملاً من عبير الخلد قبري

من يريد ساعة الرحمن

لا تأسفن على الدنيا وما فيها
فالموت لا شك يفنينا ويفنيها
ومن يكن همه الدنيا ليجمعها
فسوف يوماً على رغم يخليها
لا تشبع النفس من دنيا تجمعها
وبلغة من قوام العيش تكفيها
اعمل لدار البقا رضوان خازنها
الجار أحمد والرحمن بانيها
أرض لها ذهب والمسك طينتها
والزعفران حشيش نابت فيها
أنهارها لبن محض ومن عسل
والخمر يجري رحيقاً في مجاريها
والطير تجري على الأغصان عاكفة
تسبح الله جهراً في مغانيتها
من يشتري قبة في عدن غالية
في ظل رفيعات مبانيها
دلالتها المصطفى والله بائعها
وجبرائيل ينادي في نواحيها

من يشتري الدار في الفردوس يعمرها
بركعة في ظلام الليل يخفيها
أو سد جوعة مسكين بشبعته
في يوم مسغبة عم الغلا فيها
النفس تطمع في الدنيا وقد علمت
أن السلامة منها ترك ما فيها
والله لو قنعت نفسي بما رزقت
من المعيشة إلا كان يكفيها
لا دار للمرء بعد الموت يسكنها
إلا التي كان قبل الموت يبنها
فلا تغرنك الدنيا وزينتها
وانظر إلى فعلها في الأهل والوطن
وانظر إلى من حوى الدنيا بأجمعها
هل راح منها بغير الحن والكفن
خذ القناعة من دنيك وأرض بها
لو لم يكن لك فيها إلا راحة البدن
يا زارع الخير تحصد بعده ثمرًا
يا زارع الشر موقوف على الوهن

يا نفس كفي عن العصيان واكتسبي
فعلا جميلاً لعل الله يرحمني
يا نفس ويحك توبي واعلمي حسنا
عسى تجزيين بعد الموت الحسن

مالي أراك

مالي أراك على الذنوب مواظباً
أأخذت من سوء الحساب أماناً
لا تفضلن كأن يومك قد أتى
ولعل عمرك قد دنا أو حانا
ومضى الحبيب لحفر قبره مسرعاً
وأتى الصديق فأنذر الجيرانا
وأتوا بغسال وجاءوا نحوه
وبدا بغسيلك ميتا عرياناً
فغسلت ثم كسيت ثوباً للبلبي
ودعوا لحمل سريرك الإخوانا
وأتاك أهلك للوداع فودعوا
وجرت عليك دموعهم غدراناً

فخف الإله فإنه من خافه
سكن الجنان مجاوراً رضوانا
جنات عدن لا يبيد نعيمها
أبداً يخالط روحه ريحانا
ولن عصى نارٍ يقال لها لظى
تشوى الوجوه وتحرق الأبدانا

النفوس الالهية

إن ضاقت الدنيا علي ولم أجد
أحداً يناد مني تركت الساقية
أو حل بي ريب الزمان فإن لي
شعر تلين به القلوب القاسية
ما جاء شعري في النفاق ولم أكن
ممن يرصع بالنفاق القافية
لكنني مرآة قوم صدعت
فأنت بهم ووجوههم مترامية
أستعذب الأحزان وهي تمر بي
كعوائد تدعولنا العافية

أنا إن أموت فللفداء نذرتها
لو أنها تفدي النفوس الغالية
أو أن يفدي منبر متكلم
ففدى لنفسي ذا النفوس الالهية
أنا في زمان عشته متنقلاً
ما بين قاصية وأخرى دانية
أنا في زمان لا يمجد شاعراً
وكفى بهذا أن تقوم القاضية
أنا في زمان عشت فيه مشرداً
بين الحوافر تارة والناصية
متنقل بين العقول كأنني
متأمل في مترعات خاوية
يا ويح نفس إن هلكت بدارة
فيها الذنابا والأنوف سواسية
يا ويح نفسي إن جهلت مكانتي
وأنا الذي بين النجوم الجارية
يا من يصيح على العصاره مغنفاً
ما هكذا تهدي الرياح العاتية

أنا من جبال لا يحركها الهوا
كلا ولا تلك الرياح العاتية
أنا كم قطعت من القفار مهامه
تعوى بها تلك الذئاب العاوية
فوجدت من لا يستحب جوارهم
فتركتهم حتى يعز جواريه

دعوة الحق

أيها الناس أجيّبوا
دعوة الحق المبين
إنها دعوة إيمان
ن .. برب العالمين
تملأ القلب .. فتذكي
فيه أنوار اليقين
وتضيئ العقل بالحكم
سمة والرأي الرزين
وتشيع العدل والأخ
سلاق .. والنهج الأمين

إنها الإسلام ... دين اللـ
ه .. والحبيل المتين
شرعت ما يسعد الإنـ
سان في دنيا ودين
أطلقت فيه قوى الخيـ
ر .. وروح الطامحين
ثم كانت خير ظل
آمن للمتعبين

أريد رضاك يا ربي

أريد رضاك يا ربي
رضاً يصفو به قلبي
وغفراناً يطهرني
من الأوزار والذنوب
وعفواً من لدنك به
تزيل الكرب من دربي
أريد رضاك يا ربي
أنا الطماع يا ربي

لنيل رضاك والجنة
فوفقني لما أبغي
ومنك الفضل والمنة
إليك سعيت معتمدا
على القرآن والسنة
أريد رضاك يا ربي
وإني فيك أجتهد
لكي أحظى بما تعد
وليس سواك من يعفو
ولا إلاك يعتمد
فمنك الهدي والرشد
وأنت الواحد الأحد
أريد رضاك يا ربي

رسول الهدى

عليك الصلاة عليك السلام
رسول الهدى لجميع الأنام
من الله جئت لهم رحمة
فكنت عظيم الهداة العظام
بشيراً نذيراً إلى العالمين
سراجاً منيراً يزيل الظلام
عليك الصلاة .. عليك السلام
حملت الرسالة فيها الرشاد
وبلغتها لجميع البلاد
ولله حققت ما قد أراد
وجاهدت في الله حق الجهاد
ففزت بنصر وفتح مبين
به قد فتحت قلوب العباد
عليك الصلاة .. عليك السلام
وإننا بفيرك لا نقتدي
ولا نتأسى ولا نهتدي
نحبك حبا يفوق الهوى
ونفديك بالروح يا سيدي

نصلي عليك بنبض القلوب
وباسمك نشدو بصوت ندي:
عليك الصلاة .. عليك السلام

عربي مسلم

أنا جنسيتي عربي
لدين الله أنتسب
ولا عصبية عندي
فلا عجم ولا عرب
بنو الإسلام هم قومي
وأرض الله لي دار
يشرفني أبو ذر
وسلمان وعمار
وأبرأ من أبي جهل
ومن في دربه ساروا
يقاس المرء بالتقوى
وكل الناس أحرار
أنا الإسلام علمني
وهذبني ورباني

على الإيمان والتقوى
على أخلاق قرآني
فصرت بهديه علماً
رفيع القدر والشان
عزيزاً تحت رايته
تظللني وإخواني
سلوا التاريخ عن قومي
سلوا الدنيا وما فيها
سلوهم عن عدالتنا
وعن أسمى معانيها
سلوهم عن حضارتنا
كما الأسفار ترونها
بها الدنيا قد ازدهرت
وقد عمت نواحيها

حضارتنا

سطعت أنوار حضارتنا
في الأرض بكل نواحيها
فأتاهم المجد يغازلها
ويشيد بها ويحييها
والعالم يمم وجهتها
كي ينهل منها ما فيها
فغدت لحضارات الدنيا
ينبوع عطاء يسقيها
بنيت بالحق قواعدها
وعلت بالعلم معاليها
والعدل أساس مسيرتها
عمري النهج يغذيها
والأمن رديف عدالتها
والرحمة تاج مبادئها
شهد التاريخ بروعتها
أسفار فخار يرويها
رسخت في الأرض معالمها
شاهدة تحكي ماضيها

ما بال الحقد يكيد لها!
ما بال الحاقد يؤذيها!
ستظل كنار في علم
لن يفلح في أن يخفيها
فحضارتنا متألقة
بروائعها ومغانيها

لوحة

وطني، أنت واحة ورياض
مورقات وديمة هتانه
من خيوط الإيمان ينسجك المجد
ويلقي على الدنيا أردانه
فإذا بي أرى العقيدة أفقاً
يألف المرء تحته إخوانه
وطني.. تجهل الحدود مداها
ويرى الخير في يديك مكانه
كم نفوس أتت إليك عطاشاً
تتلظى فأصبحت ريانه

فيك قد أسرج الصباح حصاناً
من ضياء فما أعز حصانه
وعلى ظهره تألّق شهم
من بني هاشم يؤدي الأمانة
جاء في زحمة الظلام فأنهى
سلطة الليل طائعاً رحمانه
وحواليه زمرة من رجال
عرفوا صدق قوله واتزانه
فتحوا للضياء أوسع باب
فإذا الأرض بالهدى مزدانه

يا أمة الإسلام

يا أمة الإسلام، فجرك نورا
والروض في ساحات مجدك أزهر
سحب المعالي في سمائك أمطرت
غيثاً، وأجرت في رحابك أنهر
نشرت رياحك في جوانب كوننا
أمننا وإيماناً وفكراً نيراً

لبست بها الأشجار ثوباً مورقاً
وغدت بها الصحراء روضاً أخضراً
يا أمة الإسلام، لست بجاهل
بالخطب، أو متغافل عما جرى
إني لأسمع ألف بوق حولنا
تلقي على الأسماع قولاً مفترى
وأرى طغاة يسحقون شعوبهم
باسم الضياء، ويفعلون المنكرا
وأرى أمامي لوحة مشئومة
سوداء قائمة ووجهها أغبراً
وأرى يد الباغي تثبت خنجراً
في ظهر أمتنا، وتنزع خنجرا
لكن قلبي لم يزل يا أمتي
متعلقاً بإلهه مستبشراً
يا أمة الإسلام ذاكرتي غدت
مشحونة فوددت ألا أذكرا
ووددت لو أنني طويت دفاتري
وجعلت حبري لا يلامس دفترا

وودت لو أنني دفنت مشاعري
وجعلت قلبي جامداً متحجراً
من ذا أنادي والمسامع تشتكي
صمماً وأصبحت الضمائر تشتري؟
من ذا أخاطب والوسائل لم تزل
تروي حديث المرجفين مصوراً؟
يا أيها الباغي الذي روعتنا
وجعلت قومك يرجعون القهقري
ودفنت شعبك في خنادق بؤسه
وتركته متحزناً متوتراً
إرهابك المعهود أوقفه على
باب السكوت، يكاد أن يتفجراً
أنسيت إيران التي حاربتها
بالأمس، قدمت الشباب لها قري
أثكلت أمماً في العراق ولم تدع
شيخاً، ولم تترك لشعبك مصدراً

رسالة التماس إلى الأمة الإسلامية

تقاسي من جراحك ما تقاسي
وقومك بين مفرور وناسي
وترحل في الأسي شرقاً وغرباً
وقومك حول أعمدة الكراسي
وترفع كف مبتهل منيب
وقومك يضحكون مع "النواسي"
ألا يا ليت شعري كيف، أحمي
عقول المسلمين من ارتكاس؟
وكيف أبث وعياً في أناس
وكيف أزيل وهماً عن أناس؟
أقول لأمتي: يا ليت شعري
متى سترى مراكبها المراسي؟
وكيف أزيل غفوة مقلتيها
لتبصر ما انطوى تحت اللباس؟
فرب فريسة تغضو وتلهو
عن الذئب المجهز لافتراس
أقول لأمتي: في الأفق نار
وأرض الصمت تؤذن بانبجاس

عدوك من يخالفك اعتقاداً
ومن يرمي يقينك بالتباس
عدوك من يمد إليك كفاً
مصافحة، وأخرى لاختلاس
ومن يبني أمامك قصر وهم
ليصرف ناظريك عن الأساس
ألا يا أمتي أتعبت قلبي
وها أنذا أعيد لك التماسي

صروح المجد تبقى

لكم مني التحية والسلام
وحبي أيها الجند الكرام
بلادكم العزيزة شع منها
ضياء الحق وانقشع الظلام
ومن بطحائها انطلقت جيوش
يميزها امتثال والتزام
لها بشرية الله اعتداد
وبالحبل المتين لها اعتصام

فليس لها سوى الإسلام دين
وليس لها سوى التقوى زمام
وليس على مبادئها قيود
وليس لخيال همتها لجام
يمد لها "حراء" يدي محب
ويسعد بانطلاقتها "المقام
لها من بئر زمزم نبع خير
يبادرها به البيت الحرام
رجال صادقون لهم دروب
معبرة إذا اشتد الزحام
سلاحهم اليقين فكم أطاحوا
به رأساً إذا احتدم الصدام
رجال صادقون، لهم يقين
يزول به عن البصر الجهام
سلوا أحداث تاريخ عظيم
تنبئكم بما صنع الكرام

دمعة حزن في مقالة عروس

تروح بنا مصائبنا وتغدو
فما يرعى لنا في الناس عهد
ونحبو في طريق العلم حبواً
وعالمنا على قدميه يعدو
ويخطب "باقل" في كل نادٍ
فيا "سحبان" قولك لا يعد
ويحرق ثوبه عمرو بن هند
ولو علمت لما احتضنته هند
ولو أبصرت يا كعب "سعاداً"
لما ناديتها وكفتك "دعد"
ويا "حسان" بعداك ألف صوت
من الشعراء، بالنعرات تشدو
كأننا قد نسينا ألف عام
ونصف الألف، وانتفضت "معد"
وهبت ريح "ذبيان" و "عبس"
فثار لها غطارفة وأسد
كأن عقولنا مما اعترها
مساحات من الصحراء جرد

تقول الحرب: ها أنذا، بسيفي
أمد يدي فقوموا واستعدوا
وبعض رجال قومي في يديهم
حبال لا تلف ولا تشد
وأذرت الخطوب، فليت شعري
متى يلوي ذراع الفئ رشد
غضبت لأمتي ممن يغني
لها وفؤاده دنس وحقد

أحرف الهجاء في محاربة السرعة في أثناء قيادة السيارة

أ- آه على طيش الشباب وما جرى
من زهق أرواح على الطرقات
ب- باعت له الأم الحنون مصاغها
كي يشتري من أحدث الموديلات
ت- تم الشراء وجاء فيها راكباً
يختال فوق الكرسي والعجلات
ث- ثم استقل الأرض يمشي فرحاً
أبتاه يا أماه يا أخواتي

- ج- جاءوا إليه يباركون ما شارى
ويقدمون النصح والقبالات
- ح- حلف اليمين بأنه سيصونها
ويقودها بتهمل وأناة
- خ- خارت قواه عندما صدمت به
سيارة كبرى من الوايتات
- د- دامت معطلة لعدة أشهر
والابن في غيبوبة وسبات
- ذ- ذرفوا دموعا فاستحالت ندماً
لم تغن عنهم كثرة الآهات
- ر- ريب المنون تعددت أنواعها
والبعض منها يحطم الآلات
- ز- زلت به قدم وصادق ثلة
لبسوا جهازاً أقصر الشورتات
- س- ساءت بهم أحوالهم وتمردوا
والكل يسخر بالإشارات
- ش- شرد الذي قطع الإشارة خائفاً
متوارياً في أضييق الحارات

ص- صدم العمود الكهربائي ولم يقف
والشرطي يرقب تلکم الحركات
ض- ضعفت إرادته وبات بحيرة
وتلعثمت شفثاه بالكلمات
ط- طيش الشباب وسوء تربية معا
تودي إلى الحسرات والويلات
ظ- ظهرت مع الأفراح أسوأ عادة
أعني بها التفحيط في العجلات
ع- عود صغارك أن يسيروا دائما
فوق الرصيف وأيمن الطرقات
غ- غلبت على بعض الشباب نعومة
والبعض صارت يقلد الفتيات
ف- فلذات كبك لا تدعهم وحدهم
في الحوض أو في داخل العربات
ق- قولوا معي للسائقين جميعهم
لا يحضرون التقوى في الطاعات
ك- كلا فإن التقوى أمر لازم
بسياسة وقيادة ومثابة

ل- لا تهملن ربط الحزام فإنه
درع يقيك تفاقم الصدمات
م- من ساق مختالاً دون روية
فمآله ندم مع الآهات
ن- نم يا أخي وقت النعاس ولا تكن
متهاوناً بالنور والمرأة
ه- هلا حرصت على الحزام ومثله
ربط الصغار: بنين ثم بنات
و- والله لو أنا اتقيننا ربنا
في البيت والعمل وفي الطرقات
و- وحفظنا آداب المرور بدقة
واستنكر الأبناء حب الذات
ي- يبقى الجميع بمأمن وسلامة
من كل شر حادث أو آت

• شعر النثر:

سمعت بين الناس قائلاً يقول

سمعت بين الناس قائلاً يقول:

الجدب سوف يأكل الحقول.

والوهم سوف يأكل العقول.

وسوف تأتي سنة.

ليس فيها فصول.

خريفها ربيع.

وصيفها شتاء.

وحرها صقيع.

وغيمها صفاء.

وسوف ترسل المفاجآت في وجوهنا الذهول.

وسوف يفرك الصباح راحتيه حسرةً .

وليلنا يطول.

وسوف تعلي السهول صهوة الجبال.

وتغرق الجبال في السهول.

سمعت قائلاً يقول:

ستأنس الشياخ بالذئاب.

وسوف يلبس العراة أجمل الثياب.
وسوف ترفع القباب.
وتهجر البلايل الغناء.
وينشد الغراب.
وسوف يعقد الذئاب جلسة انتخاب.
وسوف يحدث انقلاب.
وعندها سيكثر الضباب.
ويدفن المزهار التراب، ويبخل السحاب.
وتنتهي صلابة الهضاب.
سمعت قائلاً يقول:
يا أيها النيام.
عليكم السلام. فليلكم ما زال ينصب الخيام.
ولم يزل يخيط جبة الظلام.
يا أيها النيام.
عليكم السلام.
فليلكم ينظم المسيرة.
ويخلط العجين بالخميرة.
ويكتب الحكاية المثيرة.

وقفه على أعتاب مستوطنة يهودية

يا أبي؛

هذي روايينا تغشاها سكون الموت.

أدماها الضجر.

هذي قرينتا تشكو.

هذا غصن أحلامي انكسر.

يا أبي؛

وجهك معروق.....

وهذا دمع عينيك انهمر..

هذي قرينتا كاسفة الخدين..

صفراء الشجر..

ما الذي يجري هنا يا أبتى..

هل نقض الموت التتر!؟ ..

يا أبي؛

هذا هو الفجر تدلى فوقنا من جانب الأفق..

وفي طلعتة لون الأسى.

ها هو المركب في شاطئنا الغالي رسا.

غير أنا ما سمعنا يا أبي.

صوت الأذان.

عجبًا.

صوت الأذان؟!؟

منذ أن صحبني الوعي بما يحدث في هذا المكان.

منذ أن أصغيت للجدة..

تروي من حكايات الزمان..

(كان في الماضي وكان)

منذ أن أدركت عنى ما يقال:

وأنا أسمع تكبير أذان الفجر.

ينساب على هذي التلال.

فلماذا سكت اليوم..

فلم أسمع سوى رجع السؤال؟!؟

يا أبي:

هذا هو الفجر ترامى في الأفق..

هذه هي الشمس تمادت في عروق الكون..

ساحت في الطرق..

فلماذا يا أبي لم نسمع اليوم الأذان؟! ولماذا اشتدت الوحشة في

هذا المكان؟! يا بني اسكت فقد احترقتي هذا السؤال؟!؟

أنت لم تسأل ولكنك أطلقت النبال، أو تدري لم لم نسمع هنا

صوت الأذان؟!؟

ولما اشتدت الوحشة في هذا المكان ؟

هذه القرية ما عادت.

هذه القرية كانت آمنة

هي بالأمس لنا.

واليوم لهم مستوطنة.

• نقف الآن مع قصائد ضاحكة: من كتاب (قصائد

ضاحكة) للدكتور/ ناصر الزهراني.

الخروف والحب

أهدى السيد برهان الدين الكمال إلى صديقه أبي عنين المتوفى
عام (٦٣٠هـ) خروفاً وهو يومئذٍ بمصر فوجده أبو عنين ضعيفاً هزياً
فكتب إلى الكمال:

أتني أياديك التي لا أعدّها

لكثرتها لا كفر نعمى ولا جهل

ولكنني أنبيك عنها بطرفة

تروك ما واتي لها قبلها مثل

أتاني خروفٌ مما شككتُ بأنه

حليف هوى قد شفه الهجر والعدل

إذا قام في شمس الظهيرة خلته

خيالاً سرى في ظلمةٍ ما له ظل

فناشدته: ما تشتهي؟ قال فتنة
وساءلته ما شفاه؟ قال لي: الأكل
فأحضرتها خضراء مجاجة الثرى
مسلمة ما حص أوراقها الفتل
فظل يرعاها بعين ضعيفة
وينشدها والدمع في العين منهل
أتت وحياض الموت بيني وبينها
وجادت بوصل حين لا ينفع الوصل

حلق الشارب

قال رشيد سليم الخوري (الشاعر القروي المهجري) وقد سُئِلَ
لماذا حلق شاربه:

قالوا حلقت الشاربين
وياضياع الشاربين
فأجبتهم: بل بئس ذان
ولا رأيت عيناى ذين
الشاغلين المزعجين
الطالعين النازلين
ويلي إذا ما أرهاضا
ذنبها كالعقربين

وإذا هما بٌسط الخوان
تراهما سبقا اليدين
فإذا أردتُ الأكل
يقتسمان بينهما وبينني
فكأنني بها وقد
وقف بباب المنخرين
عبدان من أشقى العبيد
تقاضيا مُلكاً بدين

الديك والثعلب

هذه قصيدة للشاعر محمد الهاشمي بعنوان: (لا يفل الحديد إلا الحديد).

رأى ثعلبٌ ديكاً فأقبل باسماً
إليه على مكرٍ وفي وجهه بشرٌ
فلما رآه الديك بادر فارتقى
إلى دوحةٍ علياءٍ فيها له وكرٌ
فقال له يا ديك مالك خائفاً
وفيم تغشيتك المهابة والذعر
أشاح عليه الديك من فوق قائلاً
ألسنتُ عدواً لي وشيمنتك الغدر

فقال ألم يخبرك بالأمر مخبر
فقد فاض ما بين الأنام له ذكر
فقد أمر السلطان بالعدل في الوري
وبالأمن حتى القطُّ يصحبه الفأر
وحتى رأيت الذئب والشاة رفقةً
وحتى الحمام الورق يألفه النسر
وقال له انزل لا تخف ليس بيننا
عداءٌ ولا يعتاد أنفسنا الشر
إني لأخشى أن أخون وليس لي
على فتكة السلطان إن خنته صبرُ
تفكر في ذاك الديك فيما روى له
فلم يغترر حقاً ولا خانه الفكر
فقال له يا ثعلب إنني هنا
أرى شبحاً يعدو أربع صفرُ
إليك أتى من ذاك الدرب قاصداً
يغيبُ قفراً ويعلوه به قفر
فقال له هذا هو الكلب - وانثى
يفرُّ فقال الديك مالك يا غرُّ

أما قلت لي السلطان قد أمر الورى
بعدلٍ فما في الناسِ غدرٌ ولا نكرُ
فأصغى إليه الثعلبُ الخبُّ لبَّه
وقال لعل الكلب لم يأتَه الأمرُ
وولّى على أعقابِه وهو خائفٌ
من الكلب في البيداء يعروه ما يعرف
نجا الديك منه بعد خوفٍ بحيلة
كذلك ينجو من تخونَه الدهرُ
ولم يك كلبٌ في الضلالة وإنما
أحوالُ اللبِّ تنجيه المكيدة والمكرُ

مشكلة الأدب والأدباء

هل غادر الشعراء من مُتردِّم
أم هل عرفت الدار بعد توهم؟!
لا والذي جعل الأديب مهزَّأً
بين الأوادم: عربهم والأعجم
ما خَلَّفَ المرحوم (زُعرَب) بعده
شيئاً يقال لكاتب أو ناظم
لم أدر أين البيت أين طريقه
من شدة الزَّعل الذي حمى دمي

كُلُّ المقالات التي سويتها
بارت وضاعت بين من لم يفهم!
نزلتها سوق الحراج فلم أجد
من يشتريها في الحراج بدرهم
وفضلت أزعق والدفاتر في يدي
تبكي فتنفلت الشتائم من فمي
حتى التقيت بواحد من طنجا
مستأدب يا هم ليلى المظلم
شال الجريدة في يد ومقاله
فيها يبص لناظر مستعلم
مشى يحنجل في الشوارع قارئاً
في السوق في المركز بين النوم

دعوة

إذا المرء لم يدنس من اللؤم عرضه
فكل رداء يرتديه جميل
وإذا هو لم يقرأ كتاب مواطن
فليس به نحو الرجال فصول
وإن هو لم يشرب حليباً وشاهياً
على الريق فالريقان منه تسيل

وإن لم يرق المواتر ناقشاً
على خيرها فالناظره قليل
وإن هو لم يشخص وينفخ وينجعص
على غيره لم يحترمه زميل
كذا صار فهم الناس للناس عندنا
وفي كل يوم عامل وعميل
فمن يتمقرط للورى متواضعاً
عالت عليه خنفسٌ وعجول
ومن يتكبر ناسياً أمسه
تنوسي حفت بالركاب ذيول
ومن لم يساهم في سهوم كثيرة
ولو بأسامي الغير فهو هبيل

شيخ الحارة

هذا الذي تعرف البطحاء وطأته
والبيتُ يعرفه والحلُّ والحرم
والمسفلا والنقا والباب قاطبةً
والفرد والشون والليسان والحزم
إذا رأته النشامي قال أجمعهم:
هذا الذي رد أهل الشُّعب كلهمو

في راحة الكف عُود زفّرتة له
وما الرّجال لدى الشهوات واللمم
وفي الصُّباع مخاويّ قببُ
الكف منه - إذا ما ذقته - عدم
وبالرّجول أبو خرزين قد رُفعت
شراكة وتواطت تحته الرمم
إن صاح ردّدت الحارات زعقته
وجاوبته عيالُ طبعها الكرم
لا يقبلون النقيضا ضد صاحبهم
والولف عادتهم والعهد والشيمُ
أصحاب أصحابهم في كل نائبةٍ
فلاتُعالم إذا ما جاء ذكرهم
ففي الحرائق والفرعات أجمعها
هم أهل صيحتها الكبرى، متى علموا
فسال الشيخ عن أيام عزتنا
وأبرم شواربه المساء يا بجم
واسمع حكايته عنا وكيف جرت
أو عن بزورة هذا الوقت أين هم

واجلسُ قبالتِه وانظر لِقنِجته
فبين فِقشاتها التاريخ منسجم
كدا الرجال ولو هانو ولو نُسيت
أزمانهم وتمشي فوقها القدم

صحن اليوم

ألا هبي (بصحنك) فاصبحينا
ولا تبقي خمورا الأندرينا)
وسيبك من رجيم طال حتى
عيت به... كما أنا عيينا
وهاتي الفول مرشوش بسمنٍ
ومعصور به الليمون حيننا
وحُطّي جنبه الدقا - وقرناً
رفيعاً من فلافلنا ثخيننا
وشيّئاً من طحينتنا عليه
فإن الفول يلحس بالطحيننا
وصوني من تميمسك ما تبقي
فما شغل (المنى) منا وفينا

وجيبي العيش مفروداً ولفنا
على أقراصه الطعم.... سنينا
ولو قمّرته لغذا تميزاً
به الأوطان تفخر
وإن فردت يداك لنا فطيراً
خبزناه على عجلٍ... وجينا
فنظفنا الصحون بلا كلام
وقمنا حامدين وشاكرين
أبعد الفول والمعصوب صباحاً
وأصناف المطبق تشتهيها
تفكُّ الريق بسكوتا وشاياً
وحتى جبنة... لا... لا دعينا
دعينا فالكلام له كلام
وهذا شغل الأقدمينا
لعمرك أننا ضعنا وجعنا
وقد نشأ الولاد ممصرينا
كذلك فالبنات معصصات
كأقلام من الأبواص... لينا

فما خلى الأجانِب في بلادِي
لنا... لبطوننا... لحمًا سمينًا
ولا الطبخ المسبك من قديمٍ
ولا الأكل المتبل والثمينَا
فأين اليومِ قدر السَّتِّ أمي
وخالتنا رقيًا أو أمينا
فتلك كتوفنا شحمًا ولحمًا
وتيك رقابنا حبلًا متينا

الزوجة تطلب الطلاق

قالت فَطَلَّقْنِي!! فقلتُ بلاشي
ليس الطلاق... حكايةً عالماشي
ماذا بدال ماذا جرى يا هل ترى
لابِّدَّ سببًا وإلا واشي
قالت: سئمتُ حياتنا مكرورة
من طلعة الإِشراق للأغباشي
لا فسحةً!! لا خرجةً... لا رحلةً
لبلاد برا.... مثل باقي الناس

أشما هنيا ثومة!! ورقية
رحلو!! وخلوني للجنة خشاني
فأجبتها قري!! فإن طلاقنا
يهتز منه القلب دون نقاش
هيا اعقالي!!
قومي معي لسطوحنا
حيث الطبيعة والهوا ببلاشي

يومياتي

أنا البحر في أحشائه الدر كامن
فهل ساءلوا الغواص عن صدقاتي
بلغت مطبات الطريق جميعها
وغرَّت فيه، تاني، تاني، تاني
وبنشرت في كل المحطات دائماً
وقد طلعت من جلدها كفرا تي
ولكن جزى الله السرسيون رقعة
أداوي بها ما داب من عجلاتي
ولا حظ في الجالون خيراً لأنه
يطير من بنزينه بركاتي

فكم مرة قدمت فيها من الظماً
فما بل ريقى، أو رثني لشكاتي
ولولا يد السواق جادت بقطرة
وقد شفط المخزون بالسلفاتي
لدخلت على طول الطريق وعرضه
وعطلت ركابي فقالوا: باتي
وكم مرة فار اللديتير باكياً
وسرسب ماء العين من جنباتي
فلاقى لحاماً لا يعيش دونه
وصار بحق صاحب اللطعات
فإن تسألوا عني الزقاق يجبكمو
برمل غويط، لين العضلات
فكم ليلة قد بت فيه بطولها
وفارقتة منها لوعدت آت
وما فكني إلا بكل تكلفٍ
وقوة أيد تحسن الفدعات
فلا تشمتوا السواق بالله وارحموا
ضعيفاً فقيراً دائماً السفرات

وهيا افزعوا أنتم معاه، فربما
تعلم من شهر على الآلات
فدونكم هذا الدرکسون، أو خذوا
من اللي کروکم کامل الريالات
فه فلتوني من قراشي وحيده
أجرب طول في الطريق ثباتي
وما فتشوا من قبل ذلك عدتي
ولا وضعوا لي باقي الأدوات...
ولا شتموني أي يوم لما جرى
ولا سألوا السواق عن حركاتي
تعالى، وروحي، كل ذلك شغلهم
أديني أجيبهم، أو أروح، يوماتي

الحكم الخالدة

لا يحمل الحقد من تعلق به الرتبُ
ولا ينال العلا من طبعه الغضب
ولا يقرقش شابوراء من سقطت
أسنانه وأعتراه الهم والنصبُ

ولا يبيع سوراً حقَّ حرمة
أو ريهن الحجل، إلا مفلس تعبُ
ولن يحوش قرشاً يستعين به
على النوائب طبل منه الأدب
فليس يركب كتف الناس منضجاً
إلا عبيط وشملول له سبب
فالفراجل الراجل المبسوط بينهمو
من همة النفس والتفجير والكذب
وضرب فرشاة من لون بيوتها
كل الوجوه ومنها السمع والشقب
فأعجب لطالب رزق ومن بضاعته
الحق والصدق والإخلاص والدأب
وانتف- بربك- من أذيال لحيته
كم شعرة فاتها من مشطه الطلب
وامصع أذانيه، واستملك أخادعه
وأنزل كفوفاص عليها كما يجب
وقل له وعيون الخلق شاخصة
فتح عيونك بعد اليوم يا شنب

هيهات تصلح إلا أن تكون كذا
مع القطيع حماراً ماله ذنب
فمن يكفر في ذي الدنيا
أو ما يلاقيه.. يحرق دمه الغضب





معلومات طبية



الصحة تاج على رعوس الأصحاء لا يعرفه إلا المرضى؛ هذه الحقيقة التي يعرفها الجميع ينبغي أن تدفعنا باتجاه العناية والمحافظة على صحتنا وصحة أبنائنا والمجتمع ككل.

قد يكون سبب الكثير من الأمراض السارية في المجتمع هو الجهل بأبسط المعلومات والحقائق الطبية، التي من الإمكان أن نتعلمها وأن نتقنها،

ومن ثم نحاول الوقاية من خلالها، وبذلك نضمن - بإذن الله - أننا نفعل الأسباب التي أمرنا الله بها، ثم نتوكل عليه.

كلنا مؤمنون بالمرض، لكن لا بد من فعل الأسباب للوقاية، وليس أكبر وأفضل من أن نتعلم ونتدرب بحيث يكون عندنا ثقافة طبية تمكننا من الوقاية من الأمراض قبل وقوعها، أو كيفية التعامل معها في حال وقوعها - لا قدر الله -.

لذا.. قمنا بإعداد هذه الفقرة الأكثر أهمية، وانتقينا موضوعاتها بعناية، وكان لا بد من الاهتمام والتركيز عليها، خصوصاً في بداية العام الدراسي؛ حتى يتسنى لجميع الطالبات تطبيق النصائح الطبية من بداية العام الدراسي ويستمررن عليها فيما بعد - بإذن الله -.



لَم يَرْتَفِعْ مَسْتَوَى الكولسترول؟!؛

للجينات الوراثية وأسلوب المعيشة تأثير على ارتفاع الكولسترول ونوعه.. فمن شأن الكبد أن ينتج فائضاً من كوليسترول البروتين الشحمي المنخفض الكثافة أو يعجز عن تنظيف مجرى الدم بما يكفي منه.. كذلك قد يمتنع الكبد عن إنتاج كميات كافية من كوليسترول البروتين الشحمي مرتفع الكثافة.

ومن شأن التدخين وارتفاع نسبة الدهون في الغذاء وقلة النشاط أن يزيد من مستوى الكوليسترول السيئ ويخفض مستوى الكوليسترول الجيد، ولهذه العوامل أيضاً تأثير على مستويات شحوم أخرى في الدم. أما الطريقة الأفضل لمعرفة مدى ارتفاع الكوليسترول ونوعه فتتمثل بإجراء اختبار للشحم في الدم لدى الطبيب؛ ذلك أن الاختبارات المنزلية تعطي مستوى الكوليسترول بشكل عام فقط، من دون أن تحدد ما إذا كان من النوع السيئ أم الجيد.

الإسعافات الأولية في حالات الكسور:

- (١) انزع أي ملابس فوق منطقة الكسر.
- (٢) تأكدي من العلامات الحيوية للمصاب: التنفس - النبض - ضربات القلب.
- (٣) إذا وجدت خللاً فيهم فعليك بالبدء على الفور في الإنعاش القلبي عن طريق تدليك عضلة القلب والرئة.

(٤) ثبت الكسر على وضعه.

(٥) افحصي منطقة البطن عما إذا كان يوجد ورم أو تغير في لون الجلد.

(٦) تقييم مدى مقدرة الشخص في استخدام العضو المصاب على نحو طبيعي.

(٧) يستخدم الثلج للحد من النزيف الداخلي والورم والآلام، يوضع لمدة عشرين دقيقة أخرى إذا تطلب الأمر.

(٨) عدم تحريك المصاب إطلاقاً تحسباً لوجود أية إصابات أخرى خطيرة، إلا إذا كان ذلك سيعرضه إلى خطر أكبر فيجب انتشاله من الخطر، وعند ضرورة تحريكه يتبع الآتي: تثبيت رأس المصاب بين ذراعيك، ثم الإمساك بملابسه عند منطقة الكتفين ثم سحبه.. أما إذا كانت الإصابات في إحدى الأطراف بعيداً عن أي عضو آخر، فلا ضرر من تحرك المصاب بنفسه.

(٩) التأكد من وجود أية إصابات أخرى، وإذا كان هناك نزيف حول أو بالقرب من الكسر لا تحاولي غسل الجرح أو لمسه، ضعي قطعة من القماش النظيفة فوق الجرح ثم اربطيه بضمادة.

(١٠) لا تحركي العظم أو المفصل المكسور، أما إذا كان إصبع اليد أو القدم هو الذي حدث به الإصابة، فضعي كمادات مثلجة فوقه وارفعيه أعلى من مستوى القلب.. ثم ضعي قطعة من القماش أو القطن بين الإصبع المصاب والإصبع السليم الذي يقع بجواره مع وضع شريط لاصق عليهما معاً.

انتبهي:

- لا تحركي المصاب قبل تثبيت الكسر.
- لا تعطي المصاب أي طعام أو شراب.
- من الصعب التمييز بين الكسر والتواء المفاصل، ولا يتم التشخيص الدقيق إلا من خلال الأشعة السينية.
- وبالنسبة إلى كسور العظام الكبيرة مثل (عظمة الفخذ) يمكن أن تؤدي إلى الصدمة وموت الإنسان؛ لأن العظام والأنسجة اللينة نزيها حاد.
- لا تحاولي إصلاح أو تعديل الطرف المكسور.
- لا تحاولي دفع العظم البارز داخل الجسم (في الكسر المفتوح).
- عند استخدام الجبيرة أو عصابة مدلاة من العنق لحمل الذراع لا تحكمي الرباط؛ حتى لا يعوق بين التدفق الطبيعي للدورة الدموية ووصول الدم للعضو المصاب.
- لا تربطي الجبيرة فوق مكان الكسر مباشرة.

ماذا أفعل في حالة إصابة الظهر والعنق؟:

- إن إصابة الظهر أو العنق تعد إصابة بالغة خطيرة، وإذا تم نقل المصاب من موقع الحادث بطريقة خاطئة؛ فيمكن أن يصاب بالشلل الدائم.. لا تنقلي المصاب من مكان الحادث.

- تأكدي من سلامتك الشخصية وسلامة المصاب، ومن ثم تحقق من أساسيات الإسعاف الأولية واستدعي سيارة الإسعاف.
- إن لدى أطقم الإسعاف جبائر خاصة بالظهر والعنق، كما أنهم على دراية بالطرق المثلى للتعامل مع مختلف الإصابات.

كيف لي أن أعرف إذا كانت هناك إصابة في الظهر أو العنق؟
إن أهم أعراض إصابة الظهر أو العنق لدى المصاب الذي لم يفقد وعيه هو الألم الشديد، وإذا بدا هذا العرض على المصاب فعليك أن تتخذي الاحتياطات اللازمة، وإذا كان المصاب فاقداً للوعي أو كان لا يتحدث لغتك، فعليك أن تفترضي بأن لديه إصابة في الظهر أو العنق أو كليهما، وذلك في الحالات التالية:

- الحوادث المرورية التي تحدث على سرعة تزيد على (٣٠) كيلومتراً في الساعة أو أكثر.
- السقوط من ارتفاع يزيد على مترين.
- تعرض المصاب لضربة مباشرة على الرأس أو العنق أو الظهر.

نصيحة طبية : اغسلي ملابسك الجديدة قبل ارتدائها :

نصح أطباء بضرورة غسل الملابس الجديدة قبل ارتدائها، خاصة إذا كانت الملابس مخصصة للأطفال، وذلك بسبب الكم الكبير من البكتيريا أو الملوثات الكيميائية التي قد تكون ملتصقة بها.
وقالت الطبيبة جينيفر شو: إن من المستحسن غسل الثياب

الجديدة، خاصة إذا كانت ملابس داخلية وعلى صلة مباشرة بالجلد؛ وذلك بسبب كثرة الأشخاص الذي ينقلون تلك الثياب وعدم القدرة على التأكد من سلامتهم وخلوهم من البكتيريا والجراثيم. وقالت أيضاً: إن بعض أنواع الطبايع المستخدم على الأقمشة الحديثة تتطلب الغسل؛ لأنها قد تؤثر على الجلد أو الأقمشة الأخرى إذا احتكت بها.

دراسة جديدة: الإفراط في المضادات الحيوية يولد جراثيم متطورة

كشفت دراسة جديدة نفذتها جامعة أيرلندا الوطنية، أن استخدام مضادات الجراثيم ومواد التعقيم بكثرة، قد يؤدي إلى تطور جراثيم لديها مقاومة لأنواع المضادات الحيوية.

ويعد خبراء الصحة أن المقاومة لأنواع المضادات الحيوية، قضية مهمة جداً، فتعددية الأكوان تعاطي تلك المضادات يطور مقاومة ضد فعاليتها، والإفراط أيضاً في استخدام مضادات الجراثيم يعطي النتيجة نفسها.

وعمد الباحثون إلى زرع بكتيريا في بيئة تشبه بيئة المستشفيات، حيث مواد التعقيم شائعة الاستعمال، ووجدوا أن تلك البكتيريا طورت نفسها لتصبح أقل حساسية للمعقمات من البكتيريا الأخرى. كما وجد الباحثون أن تلك البكتيريا أصبحت مقاومة لعدد كبير

من المضادات الحيوية بنحو (٢٥٦) مرة أكثر من غيرها، رغم أن تلك الجراثيم لم تتعرض لتلك المضادات بالمرّة.

راقبي أدويةك بنفسك!!:

أوضحت دراسة حديثة أمريكية، أن الغالبية العظمى من المرضى لا يعرفون ما هي أغلبية الأدوية التي تعطى لهم عند دخول المستشفى، ووجد عند مقارنة ما يعرفه المريض بما هو مكتوب في ملف المريض، أن متوسط ما لا يعرفه أو ما لا يذكره المريض هو سبعة أدوية. وعلى الرغم من كون متوسط عمر المشاركين في تلك الدراسة هو (٥٥) سنة، وبكامل قواهم العقلية قبل وخلال دخولهم للمستشفى، إلا أن أغلب الأدوية المنسية هي من الأدوية المهمة مثل المسكنات والمضادات الحيوية وأدوية القلب.

ومعرفة المريض لأدويته يقلل كثيراً من نسبة الأخطاء الطبية المحتملة في أي مستشفى في العالم، ويمكن أن ينبه المريض طبيبه أو ممرضته من حساسية معينة لديه غير مذكورة في ملفه، أو بدواء لم يعط له في الوقت المناسب أو الجرعة المناسبة.

والخلاصة: أنه من حق المريض أو أقاربه معرفة الأدوية التي يأخذها المريض عند دخوله المستشفى، ومن واجب الطبيب أن يقدم له تلك المعلومة بكل يسر وسهولة، وهو مما يخدم كلا الطرفين، حيث تزداد ثقة المريض في طبيبه، ويتأكد الطبيب من أخذ المريض للعلاج كما وصف له ومراقبته لذلك.

الأضرار الصحية لتعاطي المخدرات:

١- فقدان الشهية للطعام؛ مما يؤدي إلى النحافة والهزال والضعف العام المصحوب باصفرار الوجه أو اسوداده لدى المتعاطي، كما تتسبب في قلة النشاط والحيوية وضعف المقاومة للمرض الذي يؤدي إلى دوار وصداع مزمن مصحوباً باحمرار في العينين، ويحدث اختلال في التوازن والتآزر العصبي في الأذنين.

٢- يحدث تعاطي المخدرات تهيجاً موضعياً للأغشية المخاطية والشعب الهوائية؛ وذلك نتيجة تكوّن مواد كربونية وترسبها بالشعب الهوائية، حيث ينتج منها التهابات رئوية مزمنة قد تصل إلى الإصابة بالتدرن الرئوي.

٣- يحدث تعاطي المخدرات اضطراباً في الجهاز الهضمي والذي ينتج منه سوء الهضم وكثرة الغازات والشعور بالانتفاخ والامتلاء والتخمة والتي عادة تنتهي إلى حالات الإسهال الخاصة عند تناول مخدر الأفيون، والإمساك.

كذلك تسبب التهاب المعدة المزمن، وتعجز المعدة عن القيام بوظيفتها وهضم الطعام، كما يسبب التهاباً في غدة البنكرياس وتوقفها عن عملها في هضم الطعام وتزويد الجسم بهرمون الأنسولين والذي يقوم بتنظيم مستوى السكر في الدم.

٤- إتلاف الكبد وتليفه، حيث يحلل المخدر (الأفيون مثلاً) خلايا الكبد ويحدث بها تليفاً وزيادة في نسبة السكر؛ مما يسبب التهاباً

وتضخماً في الكبد وتوقف عمله بسبب السموم التي تعجز الكبد عن
تخليص الجسم منها.

٥- التهاب في المخ وتحطيم وتآكل ملايين الخلايا العصبية التي
تكوّن المخ؛ مما يؤدي إلى فقدان الذاكرة والهلاوس السمعية والبصرية
والفكرية.

٦- اضطرابات في القلب، ومرض القلب الحولي والذبحة
الصدرية، وارتفاع في ضغط الدم، وانفجار الشرايين، ويسبب فقر الدم
الشديد تكسر كرات الدم الحمراء، وقلة التغذية، وتسمم نخاع العظام
الذي يضع كرات الدم الحمراء.

٧- التأثير على النشاط الجنسي، حيث تقلل من القدرة الجنسية
وتنقص من إفرازات الغدد الجنسية.

٨- التورم المنتشر، واليرقات وسيلان الدم وارتفاع الضغط
الدموي في الشريان الكبدي.

٩- الإصابة بنوبات صرعية بسبب الاستبعاد للعقار؛ وذلك بعد
ثمانية أيام من الاستبعاد.

١٠- إحداث عيوب خلقية في الأطفال حديثي الولادة.

١١- مشاكل صحية لدى المدمنات الحوامل مثل فقر الدم ومرض
القلب، والسكري والتهاب الرئتين والكبد والإجهاض العفوي، ووضع
مقلوب للجنين الذي يولد ناقص النمو، هذا إذا لم يمت في رحم الأم.

١٢- كما أن المخدرات هي السبب الرئيس في الإصابة بأشد

الأمراض خطيرة مثل السرطان.

١٣- تعاطي جرعة زائدة ومفرطة من المخدرات قد يكون في حد ذاته انتحاراً.

حقيقة طبية :

• تلاوة القرآن الكريم ينشط الجهاز المناعي ويخفف التوتر، وإن مستمعي القرآن الكريم تظهر عليهم تغيرات وظيفية تدل على تخفيف درجة التوتر العصبي التلقائي، وقد أمكن تسجيل ذلك كله بأحدث الأجهزة العلمية وأدقها.

دراسة حديثة: "٣" سجائر في اليوم تزيد احتمالية الإصابة بأمراض القلب بنسبة "٦٤%":

كشفت دراسة علمية موثقة نشرت حديثاً في دورية أمراض القلب الأمريكية في (٣١) أغسطس (٢٠٠٩م)، حيث أخذت هذه المعلومات من مليون مريض في دراسة Cancer Preventio Study والتي بدأ تجميع المعلومات الإحصائية فيها في عام (١٩٨٢م). أن مخاطر الإصابة بأمراض القلب تزداد بنسبة (٦٤%) بتدخين ثلاث سجائر في اليوم، وتصل إلى الضعف بتدخين علبة سجائر يومياً.

ويستخلص من هذه الدراسة فوائد عدة للصحة العامة: منها أنه ليس هناك كمية من التدخين يمكن القول إنها لا تضر القلب والشرابين مهما صغرت، وكذلك كلما زادت كمية التدخين زادت مخاطر الإصابة

بأمراض القلب ازدياداً متضاعفاً، وليس ازدياداً متناسباً، ومنها كذلك أن المدخن السلبي (الذي يتعرض للتدخين وإن كان لا يستعمله شخصياً) أكثر عرضة لأمراض القلب ممن لا يدخنون نهائياً ولا يتعرضون لدخان السجائر، وأخيراً فإن التدخين وأضراره على القلب قد يكون من التعرض للتلوث البيئي الهوائي في المدن الصناعية الكبرى والتي يزداد فيها معدل الجسيمات الدقيقة في الهواء عن (١٠٠) ميكروجرام في المتر المكعب من الهواء.

التدخين بالقرب من الأطفال يؤدي إلى انتفاخ رئاتهم:

حذرت دراسة أمريكية، من التدخين بالقرب من الأطفال؛ لأن ذلك يعرضهم لخطر الإصابة بمرض انتفاخ الرئة عند الكبر، حتى لو لم يدخنوا طوال حياتهم، وأشارت الدراسة إلى أن الأطفال الذين يوجدون في بيئة بها مدخنون، لا يتعافون تماماً من التعرض لنتائج التدخين السلبي؛ حيث أظهرت الأشعة المقطعية أن رئات الأطفال الذين يقيمون مع مدخن في الصغر مختلفة عن الأطفال الذين لم يقيموا مع واحد منهم.

وأضافت الدراسة الجديدة: أن آثار دخان التبغ في الرئتين قد تستمر لسنوات طويلة، وقد توصل الباحثون إلى تلك النتيجة بعد أن قاموا بعمل فحص بالأشعة المقطعية لـ (١٧٨١) شخصاً غير مدخن، لكن نصفهم ترعرع في منازل فيها مدخن واحد على الأقل.

النوم مبكرًا يبعد الاكتئاب عن الشباب:

قال باحث أمريكي: إن خلود المراهقين للنوم مبكرًا، أي قبيل الساعة العاشرة مساءً، مفيد لصحتهم العقلية، وإن قرابة (٢٥) في المائة من تلك الفئة الشابة ممن يسهرون حتى منتصف الليل عرضة للمعاناة من الاكتئاب النفسي. ونقل موقع سي إن إن الإلكتروني عن باحثي جامعة كولومبيا في نيويورك قولهم: إن المراهقين الذين ينامون عادة لمدة خمس ساعات أو أقل في الليلة أكثر عرضة وبواقع (٧١) في المائة للمعاناة من الاكتئاب، ومن المرجح أن يفكر (٤٨) في المائة منهم في الانتحار مقارنة بأولئك ممن يتمتعون بأخذ قسط كاف من النوم ولمدة ثماني ساعات يوميًا.

ويعتقد الباحثون أن الحرمان من النوم يرتبط ارتباطًا مباشرًا بالاكتئاب والتفكير في الانتحار، كما أنه يقلل من قدرة الشباب على التعامل مع الإجهاد اليومي، ويزيد من صعوبة تعاملهم مع أقرانهم والكبار، كما يجعلهم متقلبي المزاج، كما دعمت الدراسة بحوثًا سابقة أظهرت أن عدم النوم لساعات كافية قد يقود إلى حافة الجنون. من جهته، قال الدكتور جيمس غانغويش الذي قاد البحث: إن نتائج دراستهم تتفق مع النظرية القائلة إن عدم أخذ قسط كاف من النوم هو أحد العوامل المسببة للاكتئاب. وأضاف، أن التمتع بساعات كافية من النوم النوعي قد تتخذ كتدبير وقائي ضد الاكتئاب كعلاج منه.

يذكر أن الأرق وغيره من المشاكل ذات الصلة بعدم النوم لساعات

كافية يتسبب بأمراض نفسية، من بينها تشتت الانتباه والصدمات النفسية والاكتئاب، كما يعتقد علماء أن قلة النوم ربما تسبب تقلبات في هرمونات الجسم، بما في ذلك تلك التي تتعلق بكيفية التعامل مع الإجهاد.

دراسة: كرة القدم تكافح الاكتئاب؛

أكدت دراسة حديثة، أن لاعبي كرة القدم هم الأشخاص الأقل عرضة للإصابة بنوبات اكتئاب، حيث لوحظ أن هذه الرياضة الجماعية تقلل من أعراض الاكتئاب حال الإصابة به بين ممارسيها، وهو ما يمهد الطريق لتطوير أسلوب علاج فعال لعلاج الاكتئاب.

وكانت الأبحاث أجريت على أكثر من (١٠٤) أشخاص تراوحت أعمارهم ما بين الثامنة عشرة والأربعين عاماً، حيث تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات مارس أفراد الأولى نشاطاً رياضياً، في الوقت الذي شارك فيه أفراد المجموعة الثانية في عدد من مباريات كرة القدم للهواة، بينما أفراد المجموعة الثالثة لم يمارسوا أي نشاط رياضي.

وقد تم تقييم أفراد المجموعات الثلاث قبل وفي أثناء وبعد ممارستهم النشاط الرياضي وكرة القدم على مدى ثمانية أسابيع، حيث وجد أن الأشخاص الذين مارسوا لعبة كرة القدم بصفة خاصة، ونشاطاً رياضياً بصفة عامة تراجع بينهم بصورة كبيرة ظهور أي أعراض نفسية.

المتزوجون أقل عرضة للمشكلات النفسية والإدمان:

أثبت باحثون نيوزيلنديون، أن المتزوجين أقل عرضة للإصابة بالإحباط والمشكلات النفسية، كما أنهم أقل عرضة لإدمان المخدرات والكحوليات.

وأشارت الدراسة إلى أن الطلاق أو وفاة أحد الزوجين يزيد من خطورة الإدمان لدى النساء، كما أن الرجل المطلق أو الأرملة أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب مقارنة بالرجل الأعزب.

وقالت خبيرة علم النفس المشرفة على الدراسة: توضح دراستنا أن الزواج مفيد للصحة النفسية، في حين أن الألم والاضطراب المرتبط بانتهاء الزواج يجعلان الناس أكثر عرضة للأمراض النفسية.

خطورة الإفراط في تناول الملح:

توصل باحثون في مستشفى جامعة برن، في قسم الطب السريري والاختباري، إلى أن الإفراط في أكل الملح قد يكون له تداعيات صحية خطيرة، كما الإصابة بالسكتة القلبية أو الجلطة الدماغية.. بل يوجد صلة قوية بين أكل الملح والإصابة بأمراض الأوعية القلبية وما يشق منها من انعكاسات سلبية، قد تؤدي أحياناً بحياة المهملين في مراقبة نظامهم الغذائي دورياً.

علاوة على ذلك؛ فإن الدراسة السويسرية طالت آلاف المتطوعين المصابين بأمراض في الأوعية القلبية عن طريق متابعة ما هو متاح أو

محظور عليهم صحياً، طوال ثلاث سنوات. واستنتج الباحثون أن أكل خمسة جرامات من الملح الإضافي، مقارنة بالمستوى المنصوح به من قبل خبراء منظمة الصحة الدولية الذي يرسو بدوره عند خمسة جرامات يومياً، يزيد خطر الإصابة بالجلطة بنسبة (٢٣) في المائة وخطر الإصابة بالسكتة القلبية بنسبة (١٧) في المائة.

على أية حال، فإن معدل استهلاك الملح يومياً، في العالم الغربي، لكل شخص، يرسو "طبيعياً" عند عشرة جرامات على الأقل! لكن نظراً للدراسة السويسرية، فإنه من الأفضل قطع نسبة الاستهلاك اليومي الفردي للملح (٥٠) في المائة. ما يعني أن استعمال كميات أقل من الملح، في أثناء الطبخ، أفضل وسيلة لتجنب مفاجآت صحية مستقبلية. بالطبع، يمكن اتباع طريقة الطبخ الصحية هذه عن طريق تقليل كمية الملح المستخدمة للطبخ (أو المرشوشة على الأطعمة الجاهزة المقلية أو المشوية كما للحمة) بصورة تدريجية كي يتعود الجسم على برنامج غذائي جديد، قليل الملح.

كيف نحافظ على الأسنان سليمة وبيضاء؟؛

الأسنان أبداعها الله - عز وجل - لتساعد الإنسان على مضغ طعامه وطحنه بطريقة جيدة، ولتساعده كذلك على استشعار المضغ والتلذذ به؛ فعصارات المعدة والأمعاء لا تستطيع القيام بوظائفها كما يجب إذا لم يكن الطعام ممضوغاً جيداً، ومقطعاً إلى قطع صغيرة بواسطة الأسنان.

وللحفاظ على هذه النعمة من البداية لا بد من التالي:

- أن ينشأ الإنسان على العادات الحسنة في الاهتمام بنظافة الجسم، التي من أهمها تفريش الأسنان، فلا بد أن يتعود الطفل منذ صغره على تفريش أسنانه ويفهم ضرورة ذلك؛ لأن المواظبة على تفريش الأسنان وإزالة العالق من الطعام من على سطح الأسنان باستخدام فرشاة الأسنان والخيط السني هي الباب الأول لسلامة الأسنان.

- الإقلال من تناول المواد السكرية والحلويات والشوكولاتة، وتعويد الطفل على تنظيف فمه وأسنانه مباشرة بعد تناولها.

- الحرص على تناول الغذاء المتوازن المحتوي على الفواكه، والخضراوات المحتوية على الألياف والفيتامينات وتناول الطعام المحتوي على المعادن المهمة من فوسفات وكالسيوم وبروتين والتقليل من تناول المواد النشوية أو التي لها قابلية الالتصاق بأسطح الأسنان ويصعب إزالتها من الأسنان.

- إضافة الفلورايد إلى مياه الشرب بالنسب المسموح بها صحياً والمنتاسبة مع طبيعة البلاد والمياه المضافة إليها، مع الحرص على عدم تجاوزها للنسب المسموح بها؛ حتى لا يكون لها آثار عكسية على الجسم والأسنان.

- وفي حال عدم إمكانية إضافة الفلورايد إلى مياه الشرب ينصح بمحاولة تعويض ذلك عن طريق تناول أقراص الفلورايد بنسب تتناسب مع سن ووزن المستخدم وتحت إشراف طبيب الأسنان أو استخدام

جل الفلورايد ووضعه على الأسنان بصورة دورية؛ لأن كمية الفلورايد الموجودة في معاجين الأسنان أو غسول الفم ليست بالكافية للوقاية من تسوس الأسنان.

- وضع المادة السادة للشقوق على أضرار الأطفال السليمة التي لم تصب بالتسوس بعد أو على الأضرار التي يكون عمق الشقوق والحفر فيها كبيراً؛ وذلك لمنع فضلات الطعام من التجمع فيها بصفة دائمة، وليسهل تنظيف الأضرار وإزالة فضلات الطعام من عليها.

- إذا كانت هناك أسنان مائلة أو متراكبة على بعضها البعض فينصح بتصحيح وضعها ليسهل تنظيفها؛ لأن تراكمها فوق بعضها البعض يزيد من احتمال تسوسها لسهولة تجمع البكتيريا وفضلات الطعام عليها.. ويجب التأكيد على ضرورة إمرار الخيط السني بينها للتأكد من تنظيف أسطحها الجانبية.

- إزالة الجير والبلاك المتراكم على الأسنان وعدم السماح لها بالبقاء على الأسنان لمدة طويلة لأن ذلك يؤدي إلى تراكم المزيد من البكتيريا على سطح الأسنان، وبالتالي التهاب اللثة وتورمها والتهاب الأنسجة الداعمة لها.

- الزيارة الدورية لطبيب الأسنان لضمان سلامة الأسنان واكتشاف وجود أي نخر من بدايته، والحرص على معالجة النخر بمجرد اكتشافه بحشو السن أو الضرس بالحشوة المناسبة وعدم الانتظار لحين زيادته أو لحين الإحساس بالألم؛ لأن الإهمال في هذه الحالة قد يؤدي مع الوقت إلى فقدان السن وإصابة الأسنان المجاورة الأخرى بالتسوس.

الكالسيوم الطبيعي أفضل لصحة العظام من الكالسيوم

المضاف:

في دراسة تم إجراؤها تحت إشراف الدكتورة كوني ويفر ونشرت في المجلة العلمية لأبحاث العظام، تبين أن تناول الكالسيوم الموجود في الحليب ومشتقاته أفضل بكثير لصحة العظام وقوتها من تناول الأغذية الأخرى المدعومة بالكالسيوم الصناعي الذي يأتي على شكل كربونات الكالسيوم (calcium carbonate)، وهو الشكل الذي تستخدمه معظم شركات الأغذية لتدعيم منتجاتها بالكالسيوم، وقد بينت الدراسة أن الذين يتناولون الكالسيوم من مصادره الطبيعية كانت عظامهم أقوى، بنحو (١٠) في المائة من الذين يتناولونه على شكل كربونات الكالسيوم، والمعروف أن الإنسان الطبيعي ما بين عمر التاسعة والثامنة عشرة يحتاج إلى (١٣٠٠) ملي جرام من الكالسيوم يومياً؛ لضمان النمو الصحيح لعظام الجسم، وهو ما يعادل أربعة أكواب من الحليب أو اللبن يومياً.

واستنتجت الدراسة، أن تناول الكالسيوم من مصادره الطبيعية أفضل من المصادر الصناعية، فإن تناوله الأول يساعد على حماية الجسم من هشاشة العظام حتى في مراحل متقدمة من العمر عندما يقل تناول الكالسيوم، أما في الأشخاص الذين لا يستطيعون تناول الحليب ومشتقاته لسبب ما فإن تناول الأدوية والأغذية المحتوية على الكالسيوم المضاف يبقى هو الحل الوحيد والأمثل.

السمنة مرض العصر:

قد تنظر الكثيرات إليها على أنها أمر بسيط، وقد ينظر البعض على أنها مجرد منظر غير مقبول أو تشويه لجمال أجسادنا، وقد يفتن القليل إلى خطورتها، ومع ذلك يقفن مكتوفات الأيدي غير قادرات على إيقافها.

لكل هؤلاء نقول: احترسي من مرض خطير اسمه السمنة، ومن الواجب أن نتذكر دائماً أنها مرض، وليست بالمرض البسيط فحسب، بل تعد مرضاً من الأمراض الخطرة، إنها مرض من أمراض عصرنا الحديث.

لذا كان ولا بد من أن نقف مع أسباب السمنة، وهي كالتالي:

(١) النمط الغذائي: حيث إنه من المؤكد أن التهام الغذاء بسعرات حرارية عالية مع عدم صرف هذه السعرات يؤدي إلى تراكم الدهون في جسم الإنسان، علماً بأن الدهون لها كفاءة أعلى من الكربوهيدرات والبروتينات في التكتل في أنسجة الجسم الدهنية. وأفضل مثل على ذلك أن انتشار ما يسمى بالوجبات السريعة الغنية بالسعرات الحرارية في الدول الغربية ودول أخرى أدت إلى انتشار السمنة والأمراض المصاحبة لها في أجزاء كثيرة من العالم لم تكن تظهر فيها من قبل. ولو أردنا أن نكون صادقين مع أنفسنا فإنها السبب الأول والأهم، وهي السبب الأوحيد في (٩٠٪) من حالات السمنة.

(٢) قلة النشاط والحركة: من المعروف أن السمنة نادرة الحدوث

في الأشخاص الدائبي الحركة أو الذين تتطلب أعمالهم النشاط المستمر، لكن يجب أيضاً أن نعرف أن قلة حجم النشاط بمفرده ليس بالسبب الكافي لحدوث السمنة. لا شك أن النشاط والحركة لهما فائدة كبيرة في تحسين صحة الإنسان بصفة عامة ويمكن أن نوجز النشاط والحركة بكلمة واحدة هي الرياضة. فقد أشارت الدراسات إلى أن للرياضة دوراً في تخفيض نسبة الدهون وجليكوز الدم، كما أن لها دوراً في نشاط الأنسولين واستقبال أنسجة الجسم له، لكن هل هذه النسبة كبيرة لدرجة الاعتماد عليها في إنقاص الوزن؟ الإجابة عن هذا السؤال هي لا، حيث إن الدراسات التي أجريت في هذا المجال جاءت متضاربة لدرجة أنه لا يمكن أن نوصي البدين بالرياضة كأساس لتخفيض وزنه، لكن يمكنها أن تكون عاملاً مساعداً وخاصة لتخفيف الترهلات من جسم البدين الذي أنقص وزنه. ومثالنا على ذلك لو أنك مارست السباحة أو الجري لمدة ساعة كاملة دون توقف فإنك ستصرف نحو (١٧٠) سعراً حرارياً فإذا توقفت بعدها وشربت كوباً من البيبسي وقطعة صغيره من الشوكولاتة فإنها ستعطيك (٥٠٠) سعر حراري.

(٣) العوامل النفسية: هذه الحالة منتشرة في السيدات أكثر منها في الرجال. فحين يتعرضن لمشاكل نفسية قاسية ينعكس ذلك في صورة التهام الكثير من الطعام.

(٤) اختلال في الغدد الصماء: وهو السبب الملائم دائماً في حالات السمنة، من المعتاد والشائع أن نسمع القول (لقد قال الطبيب

لي إنها اختلال بغددي الصماء). ومرة أخرى وحتى نكون صادقين مع أنفسنا فإنها حالة نادرة جداً، وليست بالسبب في معظم الأحوال.
(٥) الوراثة: أيضاً يجب أن نعلم أن هذا العامل بمفرده ليس مسؤولاً عن السمنة، وقد لا يكون مسؤولاً البتة.

للطالبات خاصة:

إن العلوم الطبيعية والنفسية أكدت أن المخدرات والعقاقير النفسية لها تأثير ضار مباشرة على المراكز الصعبة ومراكز الفكر. وتعاطي الحبوب المسهرة بهدف زيادة القدرة على السهر للاستذكار وهم خطأ. فتلك الحبوب إن كانت توحى في الظاهر باليقظة وعدم الميل إلى النوم فهي في الحقيقة تفقد القدرة على الفهم أو التركيز والاستيعاب. وسرعان ما يزول أثرها فيجد الشخص نفسه لم يستوعب شيئاً ويعجز عن استعادة ما ذاكره، ويشعر حينئذ بالتعب الذهني والإرهاق الفكري وتتأهب حالة من الاكتئاب وفقدان الذاكرة؛ فيلجأ إلى تكرار تعاطي الحبوب مع زيادتها لينشد ما يريد فيتعود عليها ثم يدمنها، ويصبح رهينة لها وتؤدي به إلى اضمحلال صحته البدنية ووهن في قواه العقلية والذهنية.

إن المراكز العصبية والفكرية لدى الإنسان لها طاقتها وقدرتها، وتحتاج بالضرورة إلى رعايتها بالراحة والمحافظة عليها من كل ما يفسدها أو يضر بها حتى تؤدي وظيفتها فينعكس ذلك على سلامتها وحسن أدائها لوظيفتها ويلحق الضرر بها فتتأثر خلاياها وتعجز عن

الفهم والاستيعاب والتركيز، وقد يؤدي ذلك إلى الفشل في الدراسة والانهيار - لا قدر الله.

أتمنى من جميع الشباب الحذر من هذه السموم والوقوع في حبال الشيطان.

الاستعمال المفرط للمشغلات الصوتية المحمولة يسبب اضطرابات السمع:

توصلت دراسة أجراها باحثون من جامعة إيراسماس الهولندية إلى أن الاستعمال المفرط للمشغلات الصوتية المحمولة أو ما يعرف بـ "إم بي ثري"، وخصوصاً في أوساط الشباب يؤدي إلى اضطرابات حادة في السمع.

وأشارت الدراسة التي شملت (١٦٨٧) شخصاً تتراوح أعمارهم بين (٢٤ و١٦) عاماً إلى ارتفاع نسبة مستخدمي مشغلات "إم بي ثري" بواسطة سماعة الأذن، حيث وصلت إلى (٩٠) في المائة، فيما وصلت نسبة الذين يلجأون إلى رفع الصوت في أثناء الاستماع إلى (٤٨) في المائة؛ الأمر الذي يجعل الأذن تستهلك أقصى طاقة سمعية تستطيع أن تتحملها.

وأكدت الدراسة أن أجهزة "إم بي ثري" تسبب ضوضاء تعادل تلك التي تسببها سيارات سباق "الفورمولا وان"، كما أن بعض هذه الأجهزة تصل مستويات الصوت فيها إلى (١٠٠) ديسبل، وهو ما يوازي صوت طائرة نفاثة عند الإقلاع، ما يؤثر بشدة على السمع على المدى الطويل.

وتوصلت الدراسة إلى أن (٦٦) في المائة من المستخدمين أصيبوا بطنين في الأذنين؛ لأن الأصوات العالية تؤثر على الخلايا الشعرية العصبية في قوقعة الأذن والمسؤولة عن تبديل الأمواج الصوتية إلى أمواج إلكترونية؛ ما يؤدي إلى انخفاض قدرة السمع مبكرًا جدًا في العشرينات والثلاثينات.

وأوصت الدراسة بعدم استخدام الجهاز لأكثر من (٦٠) دقيقة في اليوم وعدم رفع الصوت لأكثر من (٦٠) في المائة واستخدام السماعات التي تغطي الأذنين عوضًا عن تلك التي توضع داخلها.

التدليك العنيف للرقبة قد يسبب الجلطة الدماغية :

حذر طبيب أمريكي من أن الإصابة في الرقبة بسبب التدليك العنيف أو غيره قد تسبب جلطة دماغية.

وقال الدكتور دافيد باليسترانت من مركز سيدرز سايناي الطبي في لوس أنجلوس: إنه عند إصابة الرقبة بتمزق في جدار الشريان السباتي أو الشرايين الفقارية، فإن ذلك قد يسبب تخثرات دموية، وفي حال عدم التخلص منها فإنها قد تنتقل إلى الدماغ، وتسبب الجلطة الدماغية.

ونصح باليسترانت بضرورة الزيارة الفورية لطبيب مختص عند الشعور بالعوارض الأولية للجلطة الدماغية، لكنه لاحظ أن الإصابة بالجلطة الدماغية تعد ثالث سبب رئيس للوفاة عند البالغين أو للإصابة بالإعاقة بالولايات المتحدة.

وأبرز الطبيب أن الدراسات الحديثة أظهرت أن التدخل الطبي المبكر يمكن أن يخفف خطر الإصابة بالمرض بنسبة (٣٠٪).
وقال أيضا إن التدخين واستخدام الأدوية من دون وصفة طبية وكذلك شرب الخمر، له علاقة بالإصابة بالجلطة الدماغية.
وحذر باليسترانت من أن الحوامل معرضات بشكل طفيف للإصابة بالمرض، وأن المدخنات فوق الثلاثين اللواتي يتناولن حبوب منع الحمل التي تحتوي على هرمون الإستروجين هن أكثر عرضة للإصابة بالمرض (٢٢) مرة أكثر من غيرهن.

صدقي أو لا تصدقي .. قيلولة بعد الظهر قد تجعلك أكثر

ذكاء!!،

على الرغم من أن نتائجها الأولية، جاءت دراسة تقول إن نوم القيلولة لمدة طويلة في فترة الظهر، قد يساعد على تذكر الأشياء، فعندما تعيد تشغيل أجهزة الكمبيوتر تجد أنها تعمل بشكل أفضل وأكثر سلاسة.

وقال "ماثيو ووكر" مؤلف الدراسة، وهو أستاذ مساعد في جامعة كاليفورنيا في بيركلي: "إن النوم ليس فقط راحة للجسم، إنه راحة للعقل أيضًا".

وقام ووكر وزملاؤه بتقسيم (٣٩) شخصًا بالغًا إلى مجموعتين، في فترة الظهيرة قام جميع الأشخاص بالمشاركة في تدريبات الذاكرة

والتي يُطلب منهم فيها تذكر الوجوه وتذكر الأسماء أيضًا، ثم قام الباحثون بإجراء تدريب آخر للذاكرة في الساعة السادسة مساءً بعد أن كان (٢٠) شخصًا قد ناموا في فترة القيلولة لمدة (١٠٠) دقيقة.

وكانت نتائج الاختبار المسائي، أن نتائج الأشخاص الذين ظلوا مستيقظين أقل من نتائج الأشخاص الذين ناموا القيلولة بنسبة (١٠٪)، وقال ووكر: إن الذين ينامون فترة الظهيرة هدفهم هو تعزيز الذاكرة. وأضاف قائلاً: "هذا دليل آخر على أن النوم يساعد في استرجاع الذكريات، وهذا يوحي بأن النوم ليس فقط مهمًا قبل الدراسة أو العمل، لكنه مفيد بعدها أيضًا".

وأُتبع قائلاً، أنه من المهم جدًا النوم، حيث إنه يعمل على الراحة الذهنية للعقل، وبإجراء بعض الاختبارات التي تتبع النشاط الكهربائي في المخ وجد الباحثون أن الذاكرة تكون في حالة انتعاش مذهل، خصوصًا في فترة النوم العميق.

وقال ووكر: "إن قدرة الدماغ على استيعاب المعلومات ليست مستقرة، فيمكننا تشبيه الدماغ بقطعة الإسفنج، فهي تصبح مغمورة بالمياه كلما استمر التزود بالمعلومات طوال اليوم".

تقول "جيسكا باين": "أستاذ مساعد في جامعة نوتردام أن نتائج الدراسة هي شيء جديد إضافي إلى أسباب أهمية النوم بالنسبة لنا. وتقول باين: "إن أهم شيء ناتج من الدراسة هو الرسالة المُرسلة إلى الطلاب ومن يعاني ضعف ذاكرته بسبب شيخوخته بأن النوم مهم

جدًا بالنسبة لهم".

بحوث أخرى قالت إن النوم يمكنه أن يجعلك تفكر بطريقة إبداعية، إضافة إلى تحسين الذاكرة طويلة الأمد، والحفاظ على الذكريات الهامة.

وقد قُدمت نتائج تلك الدراسة في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية للعلوم المتقدمة في مدينة سان دييغو.

اختلالات النوم:

كما هو معلوم ومثبت في الأبحاث المحلية، فإن العديد من المجتمعات العربية والإسلامية، وخاصة فئة الشباب يتغير نظام نومهم خلال شهر رمضان بشكل كبير، حيث يتأخر وقت النوم إلى الساعات الأولى من الفجر ويتأخر وقت الاستيقاظ إلى ساعة متأخرة من نهار اليوم التالي، وتساهم في هذه العادة الخاطئة عوامل عدة، منها المسليات والتي تزداد بالليل حتى ساعة متأخرة مثل القنوات الفضائية وتنظيم المسابقات الليلية وزيادة نشاط الأسواق بالليل وعشق الناس للسهر مع الأصدقاء حتى ساعة متأخرة، وتزداد هذه الممارسة الخاطئة خلال الثلث الأخير من الشهر الكريم وخلال إجازة عيد الفطر المبارك؛ مما ينتج عنه تغير في ساعات معينة (عادة الليل) إلى الاستيقاظ والنشاط في ساعات أخرى (عادة النهار) فيصبح نهارهم ليلاً وليتهم نهاراً، وفي نهاية الإجازة يفاجأ هؤلاء (وبالذات الطلاب) بأن عليهم النوم في ساعة مبكرة والاستيقاظ في ساعة مبكرة من النهار للذهاب

للمدرسة أو العمل، وهم بذلك يحاولون أن يستيقظوا في الوقت الذي تطلب فيه أجسامهم النوم، ويمكن تشبيه هذه الحالة بالسفر شرقاً عبر نطاقات زمنية عدة كالسفر لليابان مثلاً، حيث يعاني بعض المسافرين ما يعرف بالجتلاق (Jetlag)؛ بسبب الاختلاف السريع في التوقيت بين البلدين، حيث يبدأ اليوم قبل بدئه في بلد الموطن بساعات عدة؛ مما يسبب صعوبة للمسافر، حيث عليه أن يقدم وقت نومه واستيقاظه، وسرعة التأقلم مع الوضع الجديد تختلف من شخص لآخر، ففي حين أن البعض لا يجد أي صعوبة في التغيير السريع في نظام نومه نجد أن الكثيرين يعانون هذا التغير لفترات متفاوتة قد تصل إلى أسبوعين أو أكثر.

ماذا نعمل في نزف الدم؟

النزف نوعان: من الشرايين ومن الأوردة.

أما الأوردة، فهي تلك العروق الزرقاء التي نراها على ظهر اليد، وهي إذا جُرحت خرج منها دم أحمر يضرب إلى السواد، ويمكن سد الجرح بخرقة نظيفة، أو مبللة بمطهر، ويضغط الجرح مدة حتى يقف النزف.

أما إذا كان النزف من الشريان، فإن الخطر يكون أعظم، ونحن لا نرى الشرايين على ظاهر جسمنا؛ ولذلك فإن الجرح السطحي قلما يتعمق إليها والشريان هو العرق النابض الذي يحبسه الطبيب وقت المرض، أما الوريد الأزرق فلا ينبض.

ويعرف النزف بأنه من الشريان إذا كان الدم أحمرًا زاهيًا، وبأنه يطفح طفحات متتابعة بتتابع النبض. فإذا كان النبض قليلاً أمكننا أن نوقفه بخرقه أو قطنه جافة نظيفة أو مبللة بمطهر، ثم نضغط مكان الجرح، فإذا لم يقف النزف بهذه الطريقة، والأغلب أنه لا يقف، فيجب أن نربط ما فوق الجرح حتى يقف الدم عن السير إلى الجرح.. لكن هذا الرباط يجب ألا يبقى أكثر من ساعة لتلا يخشى من الفرغرين في الجرح لعدم سير الدم إليه.

وكل ذلك يجب عمله في غياب الطبيب للاضطرار، أما إذا كان الطبيب حاضرًا فيجب الالتجاء إليه، وخاصة إذا كان النزف من الشريان.

أسباب السمنة:

كثيراً ما نسمع بعض المصابين بالسمنة يقولون: إنهم يسمنون مع كونهم لا يفرطون في الأكل، وأنهم حائرون في أمرهم لا يعلمون ماذا يفعلون للخلاص من السمنة، على أن أحدث البحوث الطبية قد أثبتت أنه وإن لم يكن الأكل هو السبب الوحيد للسمنة، إلا أنه من أقوى الأسباب، بل أقواها، وكلما كان الطعام غنياً بالمواد السكرية والدهنية كان أبعث على السمن.

للعناية بالأسنان:

كثيراً ما يهمل الإنسان (الفرشاة) التي ينظف بها أسنانه فيضعها أينما تسنى له وضعها وقد يضعها في مكان يتراكم عليها الغبار، وفي

الغبار كثير من الميكروبات. وقد روى أحد أطباء الأسنان في أمريكا، أن رجلاً أصيب بالتسمم؛ لأنه استعمل فرشاة كان قد تراكم عليها قليل من الغبار؛ إذ جرحت الفرشاة لثته فأصيب بعدوى من ذلك الغبار وتوفي بعد مدة، وأمثال هذه الحوادث كثيرة جداً يجب العمل على تلافيها، ولا يكون ذلك إلا بالحرص على فرشاة الأسنان ووقايتها من الأقدار.

الماء البارد بعد الحساء :

ليس شرب الماء مضرًا كما يعتقد بعض الناس، لكن كثيرًا ما يكون الإكثار منه عارضًا من أعراض الأمراض. فالمصاب بالحمى مثلاً أو بمرض الديابيطس (البول السكري) يكثر عادة من شرب الماء. وليس في ذلك خطر ولا يمكن أن يكون شرب الماء مضرًا إلا في حالات نادرة جداً، كما لو كان الإنسان متصببًا بالعرق أو لو كان قد تناول مقدارًا من الحساء (الشوربة)؛ ففي هذه الحالات يحسن الامتناع عن شرب الماء البارد بتاتًا والاكتفاء بجرعة قليلة جدًا من ماء الحنفية غير البارد. وكذلك يستحسن عدم شرب الماء البارد جدًا مع الطعام الساخن جدًا فإن فضلًا عن كونه يعوق وظيفة الهضم يؤثر في الإنسان تأثيرًا سيئًا جدًا. أما في أغلب الحالات فلا بأس من تناول الماء كلما شعر الإنسان بحاجة إليه.

تأثير الوهم :

لا شك أن للوهم تأثيرًا كبيرًا في صحة الإنسان وفي مزاجه، ويقول بعض العلماء البسيكولوجيا: إن الوهم هو عادة مقتبسة وقلما يكون

للوارثة علاقة به. أي أن الإنسان إذا عود نفسه على الوهم أصبح عبداً له؛ ولذلك يجب الإقلاع عن هذه العادة التي يشتد تأثيرها بمرور الزمن حتى يصبح الإنسان عبداً لها، ولا يستطيع الإقلاع عنها فيما بعد. وفي استطاعة كل أم أن تربي في طفلها الازدراء بالوهم وعدم الانقياد له، ولا سيما أنه يسرع بالشيخوخة ويوصل الإنسان إليها قبل الأوان.

شحوب اللون :

كثيراً ما يكون الأولاد مصابين بشحوب اللون وضعف شهوة الطعام. وقد تحтар الأم في معالجة ذلك الشحوب، فأفضل علاج له هو التغذية بنصف رطل من الكبد يومياً مع استعمال الرياضة المعتدلة في الهواء النقي. وكثيراً ما ينفع الاستحمام بماء البحر في حالات كهذه. وفي الواقع أن الاستحمام يساعد على تنظيم الدورة الدموية وتقوية شهوة الطعام وإيجاد النشاط في الأولاد، لكن يجب استشارة الطبيب في ذلك؛ لأن الاستحمام بماء البحر لا ينفع جميع الناس على السواء.

النوم على الأسرة الناعمة :

يقول أحد الأطباء إن النوم على الأسرة الناعمة لا يفيد الصحة، بل كثيراً ما يجعل ظهر الإنسان متقوساً أو متحدياً، وخير للإنسان أن ينام على سرير صلب من أن ينام على ريش النعام، ولا شك أن من جملة أسباب انتصاب قامات الفلاحين في جميع البلدان هو أنهم لا ينامون على الأسرة الناعمة.

الكتركت:

الكتركت، أو إعتام عدسة العين، أو ما يسمونه "السُد": بقعة في عدسة العين تضر البصر وتصيبه بالعطب. وقد تتأثر العين أو العينان بالمرض، ويزداد سوءاً مع تقدم الإنسان في السن. والإعتام الكامل نتيجة العمى، ولكنه يبدأ ببقع أمام العينين (لا تتحرك، ويمكن تمييزها عن البقع العائمة)، وقصر النظر (الذي يستعان بالعدسات الطبية)، وتوالي ضعف النظر.

والسد لا يسبب ألماً، أو شعوراً بالانزعاج، أما السد الكامل لدى الولادة فقد يحول دون تطور المقدرة البصرية ما لم يتدارك الأمر فيُعالج خلال أشهر.

وقد يصيب السد الطفل دون أسباب ما، وقد يصيبه نتيجة إصابة أمه خلال مدة الحمل بالسفلس، أو الحصبة الألمانية، أو ضآلة مستوى الكالسيوم في الدم. ويكون سبب السد أيضاً عطلاً في العدسة بما في ذلك الحرارة الشديدة أو الإشعاع الأيوني. ويصيب السد من الكبار من يعاني الديابيطس، ويتعرض الطاعن في السن له، بسبب تصلب العدسة.

والعلاج الفعال هو الجراحة، وقد أجريت أول جراحة في عام (١٠٠٠) بعد الميلاد، أما الجراحة الحديثة لإزالة السد فقد بدأت عام (١٧٥٢م)، ولا يتكرر السد بعد الجراحة، لكن المريض يحتاج إلى معين نظري بعد غياب العدسة. ويستعملون نظارات خاصة، لكنها ربما لا

تعطي الصورة الواضحة. أما العدسات اللاصقة وبالأخص تلك اللينة فتعطي النتائج الحسنة. والبديل زرع عدسة صناعية في العين، بيد أن هذا الإجراء ليس ممكناً في بعض الحالات.

الإغماء:

هو فقدان الوعي نتيجة حرمان المراكز العليا للمخ من الأكسجين أو الجلوكوز، وهو غذاؤها الوحيد، ومن أسبابه النزف الشديد، أو الألم المتواصل، أو حقن مقادير كبيرة من الأنسولين، ويؤدي الحرمان التام لأقل من (٥) دقائق إلى تلف لا رجعي في الخلايا العصبية، ومن ثم يجب الإسعاف السريع.. ويعتري الشخص الدوار والشحوب، ويسرع نبضه، وقد يفقد وعيه أو لا يفقده، ويجب استلقاء الشخص مع رفع رجليه بحيث تكونان أعلى من الرأس، ووضع قليل من أملاح الشم أو روح النشادر تحت أنفه.

السمنة سببها وراثي:

كثيراً ما نجد من أصيبوا بالسمنة يتهمون الجانب الوراثي أو أمراض الغدد على أنها سببت السمنة لهم، والحقيقة أن الوراثة لا تشكل إلا نسبة ضئيلة من مسببات السمنة، وكذلك الأمر بالنسبة لأمراض الغدد فهي تشكل نسبة (١٪) من مسببات السمنة، وعلى وجه الخصوص في مجتمعاتنا العربية.

والأسباب الجوهرية للإصابة بالسمنة هما عاملان رئيسين:

الغذاء والنشاط، وهي تشكل أكثر من (٩٥٪) من مسببات السمنة، وبالتالي فتناول سعرات حرارية عالية أي عندما تزيد على (١٢٪) من حاجة الجسم، وقلّة النشاط البدني هما المسببان الرئيسان للسمنة.

خطورة مواد تبييض الأسنان:

أكد خبراء أن مواد تبييض الأسنان قد تؤدي إلى الإصابة بسرطان الفم، ويعتقد أن مادة بروكسيد الهيدروجين التي تباع في الصيدليات والتي يستخدمها أطباء الأسنان هي المسؤولة عن التسبب في هذا الخطر.

وفي الوقت الذي تقول فيه الدراسات القديمة: إن نحو (٩٠٪) من الإصابات بالسرطان وسط الذين تجاوزوا الـ (٤٥) عاماً من أعمارهم، كانت بين الذين لهم تاريخ في التدخين وتعاطي أم الكبائر، غير أن الدراسة التي قامت بها جامعة جورجتان كشفت أن شخصين من الذين لايزالون في العشرينات من أعمارهم يعانون إصابات متقدمة بالسرطان في اللسان قبل عقود من توقع إصابتهم به، فيما كشف الباحثون عن أن الرابطة الوحيدة للإصابة بالداء هو الاستخدام المتكرر لمواد تبييض الأسنان.

خطورة حبس البكاء:

إذا ضحك الجميع بالضحك عند سماع نكتة وبقي واحد لم تهزه البهجة، فإننا نصفه ببلادة الحس، وأولى بهذه الصفة شخص لا تقطر عيناه دمعة عندما يتعرض لألم مبرح أو حزن ساحق، هذان النقيضان

من نتاج التربية على حبس البكاء، وغالباً ما يصبح هؤلاء غلاظاً يفقدون جانباً كبيراً من شفافية إحساس الإنسان ويعجزون عن تكوين نسيج من العلاقات الطيبة الوثيقة مع من يعيشون معهم.

الرجل الذي يدفن آلامه في أعماقه ويقاومها؛ حتى لا تفيض دموعاً تغسل أحزانه ويبقيها جمرات تعذبه وتسبب له ولغيره متاعب لا مبرر لها، وليس من السهل أن يشارك أي فرد غيره من الناس أفراحه وأحزانه، أما عظمة الإنسانية فهي القدرة على رقة الإحساس بما يصيب الإنسان ومشاركة الناس في أحزانهم، ولكن هذه العظمة العاطفية تقضي عليها فكرة يورثها الآباء للأبناء في مختلف الثقافات التاريخية والمعاصرة، مؤداها أن البكاء والدموع هما أوضح علامات الضعف، دموع الضعف يذرفها المستجدي والمستعطف، أما دموع الأسى والمشاركة الوجدانية والشعور بالألم فلا يجروء على مواجهة الواقع بها في مجتمع يستنكر رجاله البكاء إلا شخص قوي شجاع، والرجل القوي يثق في قدرته على التعامل مع عواطفه ولا يهمله أن يخطئ الناس في طويته إذا عبر عن مشاعره الطبيعية بصدق فأضحكته النكتة أو أبكته كارثة ما دام محافظاً على مشاعر الناس، لا يخدشها ولا يقصد بالضحك أو البكاء خداعاً أو رياءً أو تزلفاً.

إن جمود الإحساس وكبت المشاعر علة تقلل من القدرة على مقاومة المرض؛ لأنها تحكم على أجزاء معينة من المخ والجسم، لكن تراكم الآلام يجعلها تنفجر في يوم من الأيام في صورة مرضية.

كبت الدموع يسبب الصداع:

تشير أحدث الدراسات التي أجريت في معامل الأبحاث النفسية، إلى أن ذرف الدموع ليس دليلاً على الضعف أو عدم النضج، لكنها على العكس تعد أسلم طريقة لتحسين حالة الصحة من حيث التخلص من المواد الكيميائية المرتبطة بالتوتر والموجودة في الجسم، كما أنها تساعد في إرخاء العضلات، وإن البكاء أسلوب طبيعي لإزالة تأثيرات المواد الضارة من الجسم مثل إفراز العرق.

ويؤكد العلماء المتخصصون، أن البكاء يزيد من عدد ضربات القلب ويعد مفيداً للحجاب الحاجز وعضلات الصدر والكتفين، وعند الانتهاء من البكاء تعود سرعة ضربات القلب إلى طبيعتها وتسترخي العضلات وتحدث شعوراً بالراحة، أما كبت الدموع فيؤدي إلى الإحساس بالضغط والتوتر، كما أنه يمكن أن يؤدي إلى الإصابة ببعض الأمراض مثل الصداع. وقد أثبت أحد الأطباء من خلال تحليل دموع البشر إلى أن الدموع تحتوي على مواد كيميائية مسكنة للألم يفرزها المخ.

اعتقادات خاطئة في التعامل مع الأعشاب:

رغم العمر الطويل للأعشاب الطبية والنتائج المبشرة لكثير من تجاربهم، ظلت إشكالية الجرعات من أهم الجوانب التي تؤثر على سمعة هذا النوع من العلاج؛ إذ ليست هناك وصفات ثابتة بموجب منهج علمي واضح، حيث تختلف الجرعة من ناحية الكمية وعدد الجرعات من نبات إلى آخر ومن طيبب أعشاب إلى آخر، أضف إلى

ذلك التفاعلات التي تحدثها الأعشاب الطبية، ليس لديها معيار محدد؛ إذ إن الطب البديل ما زال متأخرًا في جانب تفاعل الأعشاب مع بعضها وتأثير استخدام مجموعة منها لمريض واحد. وفي حالة تشابه أعراض المرض، فإن الأمر يحتاج إلى دقة في التشخيص وفي وصف العلاج والالتزام الصارم في الاستخدام.

ومن المسكنات ما قتل:

أظهرت دراسة حديثة نشرت في مجلة "ألْم" البريطانية، أن تناول المسكنات للألم تتسبب في وفاة (٢٠٠٠) شخص سنويًا في بريطانيا.

ونقصد بمسكنات الألم هذه، الأدوية التي تستخدم في علاج التهاب المفاصل وآلام الظهر وغيرها، والتي يطلق عليها اسم (الأدوية المضادة للالتهاب غير الستيرويدية)، ومن أشهرها (فولتارين) و(بروفين) و(أندوسيد) وأمثالها.

ومن المعروف أن لهذه الأدوية وأمثالها تأثيرات جانبية على الغشاء المبطن للمعدة؛ ما يمكن أن يسبب قرحة المعدة وحدوث نزف في المعدة؛ ولهذا يوصى دومًا بتناولها على معدة مملأ بالطعام. كما أن بعضًا منها قد يكون له تأثير سلبي على الكلى.

وعلى الرغم من أن هذه المسكنات قد تكون عجلت بوفاة عدد من الأشخاص، إلا أنه يبدو أن العديد من هؤلاء المرضى كانوا من المسنين، كما أن هناك أسبابًا أخرى عجلت بوفاتهم.

السعال:

السعال؛ صوت له ضجيج خشن ينقي المسالك التنفسية من نفايات ومتبذلات. وقد يكون سبب السعال نزلة برد، أو التهاباً في الحلق، أو ربوًا، أو التهاب شعب التنفس، أو ذات الرئة، وهلم جرا. والعلاج الوحيد للسعال هو علاج سببه الأساسي، غير أنه في الوسع كبت السعال بالعقاقير، أو بالسوائل المهدئة المخففة، وأفضل السوائل هو عصير الليمون مع العسل والماء الفاتر.. أما السعال الذي يفرز الدم فأمره خطير لا غنى للمرء المصاب به عن الطبيب.

عمى الألوان:

عمى الألوان؛ شذوذ في العين يمنع المرء من التمييز بين الأحمر والأصفر، والأخضر والأصفر.. أما عمى الألوان الكلي فنادر جداً. وأثبتت الإحصائيات أن شخصاً من كل ثمانية أشخاص يرتبك فلا يعرف الأحمر من الأخضر، بيد أن النساء قلما يصبن بهذا الخل. وعمى الألوان يُخلق مع الطفل عادة ويلازمه حتى النهاية. ويعتقد أنه موروث عن الأم التي لا عيب في بصرها رغم أنها تحمل جينة (موروثة) ناقصة. ومثل هذا العمى اللوني الخلقى لا يمكن تصحيحه. وقد تبين من التقارير الطبية أن المكثرين من شرب أم الخبائث والتدخين يتعرضون للإصابة بعمى الألوان. وتبين أيضاً أن الإقلاع عن التدخين يعيد إلى البصر القدرة على التمييز بين لون ولون.

الأمعاء:

أمعاء الإنسان جزء من جهازه الهضمي، وهي تمتد من المعدة إلى فتحة الشرج: وتنقسم إلى أمعاء دقيقة طولها (٦) أمتار، وإلى أمعاء غليظة طولها (١٠٥) أمتار.

وتنقسم الدقيقة إلى الاثني عشر، وتفتح فيه قناة البنكرياس والقناة الصفراوية، ويختلط فيه الكيموس، وهو الطعام الوارد من المعدة، بإفرازات هذه الغدد، يلي الاثني عشر المعى الصائم ثم اللفائقي، ويتم في الدقيقة هضم الطعام، وامتصاص معظم نتاجه، ودفع ما بقي للأمعاء الغليظة، وتنقسم الغليظة إلى الأعور، وتخرج منه الزائدة الدودية، ويليه القولون بأجزائه، وأخيراً المستقيم، وفي الأمعاء الغليظة يمتص الماء، وتخزن الفضلات إلى أن تطرد في عملية الإخراج.

الحروق:

الحروق؛ إما بالنار أو بالماء الحار تدمر الجلد، ويدمره أيضاً حروق سببها الكهرباء والأحماض، والفلز القلوي، وسواها من السوائل الأكلة.. بل إن الصقيع أيضاً يسبب الحروق.

وخطورة الحرق تقدر بعمق العطب اللاحق بالجلد، ومساحة السطح المتأثر ف(١) في المائة يشمل مساحة مساوية لمساحة اليد. وفقد السوائل نتيجة خطرة للحروق المتسعة الرقعة، فالبالازما تتسرب من أوعية الدم القريبة من مواقع الاحتراق، وتضطرب الدورة

الدموية متى كان الدمار كبيراً وخطيراً، وهبوط ضغط الدم منتظر في هذه الحالة مع الصدمة، ويجب تعويض المصاب عما يفقد من سوائل بنقل البلازما إلى أوعيته قبل إجراء أي إسعاف آخر.

وإذا كانت نسبة الحروق (٧٥) في المائة من المساحة الجلدية للإنسان فلا يكون هناك أي أمل أو رجاء في إنقاذه من الموت. وللحروق فئات ثلاث: الدرجة الأولى، والثانية والثالثة.

الدرجة الأولى: تشمل احمرار الجلد دون بروز البثور.. وهذه الطبقة من الجلد تستبدل عفويًا بطبقة جديدة ولا حاجة إلى العلاج، حتى لو عانى المصاب صدمة صغيرة.

الدرجة الثانية: الجلد يحترق، وتبرز البثور، وتتسرب السوائل من أوعية الدم، ولكن الباقي من الأنسجة يكفي لتستعيد الطبقة السطحية ما فقدته.. والخطر في الدرجة الثانية يكون الإصابة بالالتهاب متى انفجرت البثور.

الدرجة الثالثة: يحترق الجلد بكل سمكه ولا يمكن أن يتجدد بصورة تلقائية طبيعية، إلا أن الجلد الجديد ينمو على أطراف الجلد المحترق، وبهذا يحتاج المصاب إلى زراعة جلدية.. ويجب فتح الماء على الحروق بغزارة، وخاصة متى كانت حروقًا بالأحماض أو المواد الأكلية، كما أن المواد الأكلية متى دخلت العين، يقتضي غسلها بالماء المتدفق على أن يطرف المصاب بها مرارًا.

ويجب نزع الثياب المحترقة إلا إذا كانت ملتصقة بالجسم، أما حروق الكهرباء فهي أسوأ مما تبدو، فالأنسجة التي تلي السطح تتعرض للهلاك بفعل التيار.

حبوب الفيتامين لا تساهم دائماً في تحسين الصحة:

حذر باحثون من أن حبوب الفيتامين التي يتناولها ملايين الناس على أمل أن تساهم في تحسين صحتهم يمكن أن تزيد من خطر الوفاة المبكرة. وقد أكد باحثون من جامعة كوبنهاجن، أن الناس سليمي البنية الذين يستخدمون الحبوب المقاومة ومن بينها فيتامين "إيه" وفيتامين "إي" لإبعاد الأمراض الخطيرة عنهم كالسرطان يتدخلون في الدفاعات الطبيعية لأجسامهم ويزيدون خطر وفاتهم مبكراً بنسبة (١٦٪).

وأضافت، أن الباحثين أجروا (٦٧) دراسة على (٢٣٠) ألف شخص سليمي البنية، دون أن يجدوا دليلاً مقنعاً على أن أيًا من حبوب الفيتامين ساعدت في تطويل أعمارهم، لكن على العكس ساهم بعضها في تعجيل وفاتهم. ويستخدم (١٢) مليون بريطاني حبوب الفيتامين والتي تدر على الشركات الصانعة (٣٣٠) مليون جنيه إسترليني سنوياً. ودعت وزارة الصحة البريطانية الناس إلى تعويض الفيتامينات التي يحتاجون إليها عن طريق تناول وجبات متوازنة. وقال المتحدث باسم الوزارة إن هناك حاجة إلى التعامل بحذر مع استخدام جرعات مرتفعة من حبوب الفيتامين.

وهم أن السرطان لا علاج له :

قد يتوهم الكثير من الناس أن السرطان لا علاج له، وقد نقبل هذا الكلام قبل ما يقرب من (٣٠) عاماً مضت، وفي خلال هذه السنوات والتقدم الطبي، أصبح علاج السرطان الحديث أكثر فعالية بكثير وأقل معاناة للمريض.

فقبل بضعة عقود، (٩٠٪) من الأطفال الذين يعانون اللوكيميا (سرطان الدم) توفوا؛ وأما اليوم (٨٠٪) بقوا على قيد الحياة كل هذا بفضل الله.. ثم بفضل التقدم العلاجي للسرطان.

وعلى الرغم من هذا إلا أن كثيراً من الناس يعتقدون أنه لا يتوفر علاج للسرطان، ولكن هناك الكثير من الناس الذين شفوا تماماً من السرطان - بإذن الله.. ثم بأخذ الأسباب العلاجية.. فتوكل على الله ولا تيأس من روح الله إنه لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون.

معلومة خاطئة :

يقال إن القلب يقع في الجهة اليسرى، لكن الصحيح هو أن القلب موجود في وسط الصدر مائلاً قليلاً جهة اليسار.

التداوي بالأعشاب إذا لم ينفع فلن يضر :

معلومة خاطئة تقول: إن الأعشاب غير مضرّة وإن التداوي بها إذا لم ينفع فلن يضر.

الصواب: هو أن العديد منا يتناول حالياً خلطات غير معروفة

التركيب أو المصدر؛ وذلك لهدف تخفيض الوزن والتخسيس، أو لتقليل الألم، بيد أنهم لا يعون الخطر والمجازفة من وراء ذلك. كما أشار اختصاصي بريطاني لأمراض الكلى إلى أن الكثير من مرضاه قد أصيبوا باعتلالات الكلى، بل ووصلوا إلى حالة الفشل الكلوي نتيجة لتناولهم خلطات غير معروفة المصدر والتركيب، وهو ما ينفي الاعتقاد أن الأعشاب غير مضرّة؛ لذا فمن الخطأ القول "إن تناول الأعشاب إذا لم ينفع فلن يضر"؛ لأن الخلطة غير معروفة التركيب والتركيز والمصدر، فقد تحتوي على أعشاب مضرّة وبتركيز عال. كما أن هنالك أنواعاً من الأعشاب التي تتفاعل مع الأدوية، وعليه فإن تناولها مصحوباً مع تناول العقاقير الدوائية سيترتب عليه تفاعلها معه، وبالتالي مضاعفات خطيرة.

الأدوية فقط تخفض ضغط الدم المرتفع:

من الأخطاء الشائعة في تعاملنا مع ضغط الدم المرتفع الاعتماد كلياً على الأدوية فقط، وعدم الالتزام بتطبيق الوسائل الأخرى الداعمة، وهي ذات أهمية كبيرة في التحكم والسيطرة على الضغط المرتفع. يعد ضغط الدم العالي عاملاً خطراً للإصابة بأمراض مختلفة، وأهمها أمراض القلب. وللوقاية من هذه الأمراض، ومساعدة قلبك ليكون سليماً ويعمل بكفاءة جيدة لأطول مدة من حياتك، يجب أن تسيطر على ضغط دمك، وأن تحافظ عليه في معدل طبيعي. ومع أن علاج ضغط الدم المرتفع يعتمد أساساً على الأدوية، إلا أن

الأكاديمية الأمريكية لأطباء العائلة، تؤكد أهمية العناية بالنمط الغذائي اليومي، وكذلك تعديل الكثير من السلوكيات الخاطئة في حياتنا اليومية للمساعدة على تنزيل ضغط الدم المرتفع، ومن ذلك:

- التوقف عن استعمال جميع منتجات التبغ.
- دعم الغذاء بالإكثار من تناول الفاكهة والخضراوات.
- المحافظة على الحمية الغذائية قليلة الدسم وذات الصوديوم (وهو العنصر الذي يدخل في تركيب الملح) المنخفض.
- الانتظام في ممارسة التمارين الرياضية بمعدل (٣٠) دقيقة، خمس مرات في الأسبوع.
- المحافظة، بقدر الإمكان، على وزن الجسم في معدل صحي.
- ممارسة فن الاسترخاء، فهو من أفضل وسائل خفض التوتر والإجهاد.

مشاهدة الشمس أشد خطراً وقت الكسوف:

الأشعة المؤذية للعين موجودة باستمرار؛ إذ يجب تجنب النظر إلى قرص الشمس مباشرة في جميع الأحوال سواء في حالة الكسوف أو غيرها.

والسبب في زيادة التحذير من النظر مباشرة إلى الشمس في أثناء الكسوف هو أن الإنسان في الأيام العادية لا ينظر إلى الشمس، لكن لفضوله يريد رؤية الكسوف، فيحدث الضرر.

ويجب الابتعاد عن النظر المباشر إلى الشمس في جميع الأحوال؛
لأنه يسبب تعرض شبكية العين للتلف وبالتالي ضعف قوة النظر.

شرب الماء عند العطش فقط:

يحس الإنسان بالعطش عندما يرتفع تركيز الصوديوم بالجسم
فيؤثر على مركز العطش بالدماغ وبالتالي فإنه يدفع الإنسان لشرب
الماء، ويجب ألا يعتمد المرضى على العطش كوسيلة لتحديد كمية
السوائل التي يجب تناولها وذلك لأسباب عدة:

أولاً: أن العطش هوردة فعل متأخرة لفقدان السوائل من الجسم.
ثانياً: أن ردة فعل العطش الانعكاسية لا تعمل بصورة جيدة لدى
كبار السن.

ثالثاً: انه في مراحل الإجهاد الحراري يصاب المرء بعدم قدرته
على التركيز وتشويش الذهن وبالتالي يسهو عن حاجته للسوائل.
ومما يجعل مرضى القلب عرضة أكثر للجفاف أن بعضهم
يستخدم مدرات البول سواء في أدوية القلب أو في علاج ارتفاع الضغط
الدم المزمن، والجفاف يعرّف بفقد (٥, ١٪) من الوزن الأساسي حتى
ولم يشعر الإنسان بالعطش بل يبدأ الإنسان بالعطش بعد فقد (٢٪) من
وزنه الأساسي.

والمشكلة في مرضى السكري من نواح عدة، حيث إنه بسبب عدم
التحكم في السكر فإن ذلك يسبب كثرة التبول وبالتالي الجفاف.

النظارة الشمسية الداكنة تحمي العين:

نبه استشاري عيون إلى ظاهرة خطيرة انتشرت أخيراً وهي النظارات الشمسية غير المطابقة للمواصفات الصحية؛ فالنظارة الشمسية يجب أن يتوافر فيها بعض الشروط، من أهمها: وجود مرشح للأشعة فوق البنفسجية كما يكون لها خاصية منع الأشعة المنعكسة من الأسطح المستوية من الدخول إلى العين؛ وذلك لأن بعض النظارات الداكنة لا تمنع دخول الأشعة الضارة إلى العين، وقد يكون ضررها أكثر من نفعها، حيث تؤدي إلى توسع الحدقة وبالتالي دخول الأشعة بصورة أكبر.

العلاج النفسي يسبب الإدمان:

لا تزال نظرة البعض للعلاج النفسي قاصرة تعتمد على ما ينشره البعض من آراء شخصية مبالغ فيها وقد لا تنتمي للواقع بأي صفة حقيقية، في حين يصر البعض على أنها تسبب الإدمان. لذلك يحتاج المعنيون إلى توضيح مفاهيم خاطئة قد تحول دون تقدم وسلامة المجتمع، من هذا المنطلق جاء حديث الدكتور عبدالله الشرقي مستشار الأمانة العامة للجنة الوطنية لمكافحة المخدرات، موضحاً أن المعتقدات الخاطئة لدى عامة الناس في العلاجات النفسية تسيء إلى واقع الحال، وخص بالذكر الأدوية النفسية التي يعتقد البعض أنها تسبب الإدمان.

وقال «هناك نوعان من الوصفات أمام الطبيب النفسي وهي (العادية) و(الخاضعة للرقابة)، أما بالنسبة للوصفات العادية فتكون بيضاء اللون، وهي ما تستخدم في أغلب الحالات ولا تسبب الإدمان قطعاً، أما الوصفات الخاضعة للرقابة فتكون في الغالب حمراء اللون ومكتوب عليها بشكل واضح عبارة (أدوية خاضعة للرقابة)، وغالباً ما تكون متعددة النسخ. لا يعني ذلك أنها مسببة للإدمان، فأحياناً تفرض الرقابة نتيجة وجود أعراض جانبية خاصة أو نظام إداري معين يتبعه الطبيب».

وأكد الدكتور ضرورة الالتزام بوصفات الطبيب والجرعات المحددة، وقال إن الطبيب النفسي يحرص دائماً على عدم تعريض مريضه لمشكلة الإدمان على العقاقير النفسية، وأنه نادراً جداً ما يدمن المريض على الأدوية، ولا سيما إذا تقيّد بالجرعة المحددة وفترة العلاج.

استخدام النظارة يحافظ على النظر:

يعتقد بعض الناس أن استخدام النظارة يحافظ على النظر، ويعتقد آخرون أن استخدامها يضر النظر!

يؤكد اختصاصي عيون أن مصطلح نظارة "حفظ النظر" المتداول شعبياً مصطلح ليس له أساس علمي؛ فالنظارة الطبية تستخدم لمن يعاني اعتلال النظر وانحراف القرنية، سواء كان قصر النظر أو طولله، وارتداء النظارة الطبية يساعد على تصحيح هذا الاعتلال وليس علاجه أو إيقافه عند حد معين، ثم إن النظر يتغير باستمرار خلال فترة نمو

الجسم حتى سن الثامنة عشرة وما بعدها، وارتداء النظارة الطبية لن يوقف تغيير النظر عند حد معين.

انسداد الأذن في أثناء الطيران:

من الأخطاء الشائعة التي يمارسها الكثيرون في أثناء تنقلاتهم من مكان إلى آخر بواسطة الطائرة، عدم معرفتهم بوسائل الوقاية من انسداد الأذنين وتخفيف الألم الناتج منه. فهناك من يحاول وضع سدادات داخل قناة الأذن، لكنها لا تأتي بالنتيجة المطلوبة، وآخرون يمارسون نوعاً من الطرق الموصوفة لفك هذا الانسداد، ومنها النفخ من الداخل في الأنف (طرده هواء الزفير)، وقد يعقب ذلك حدوث انثقاب في طبلة الأذنين أو إحداهما، خاصة إذا كان النفخ شديداً وقوياً.

إن التغييرات التي تحدث للضغط داخل وخارج الجسم عند وجود الإنسان في الأماكن المرتفعة، كما يحدث عند التنقل بالطائرات، يمكن أن تتسبب في حدوث شعور غير مريح بسبب «انسداد» الأذنين، وهو أمر يمكن الوقاية منه والاستمتاع بسفر مريح خال من المتاعب والمضاعفات الصحية. وقد يصاب الشخص، إذا حاول تخفيف الضغط عن داخل الأذنين بطريقة النفخ الخاطئ، بثقب طبلة الأذن؛ وإتاحة الطريق للبكتيريا للدخول إلى الأذن الوسطى وأجزاء أخرى من الأذن الداخلية. المكتبة الوطنية الأمريكية للطب تقدم بعض الاقتراحات التي يمكن أن تساعد في تخفيف المعاناة من هذه الحالة في أثناء الطيران، ومنها:

- قبل نحو ساعة من موعد إقلاع الرحلة المقرر أن تغادري فيها، تناولي أحد الأدوية المقاومة لاحتقان الأنف.
- حاولي أن تتناوبي مرات عدة برفق لتخفيف الضغط الذي يحدث مع تغييرات الارتفاع. وبعد ذلك، حاولي البلع.. فذلك يساعد في الحفاظ على بقاء الأذنين مفتوحتين وعدم غلقهما.
- في أثناء الإقلاع والهبوط، حاولي أن تمضغي قطعة (علكة).
- أما إذا كان قد حدث انسداد للأذنين، فالنصيحة هنا أن تأخذي شهيقاً، ثم تقفلي فتحتي الأنف، ثم تقومي بإخراج هواء الزفير بلطف شديد مع إغلاق الفم أيضاً.

الدوبامين:

يوجد الدوبامين في كل ركن وزاوية من زوايا الدماغ.. أما وظيفته الأساسية في الجسم فهي بدء الحركات العضلية الطبيعية، لكن الأمر لا يتوقف عند هذا الحد، فالدوبامين يعمل على حفز الشعور بالسعادة والافتتان الذي يصحب مشاعر الحب الأولى.. كما أنه يؤثر على الانتباه والقدرة على التركيز. إنه في الأساس أحد الناقلات العصبية التي تشيع في الشخص الشعور بالسعادة والمتعة؛ وهذا يعني أن ارتفاع معدله في المخ يشعرك بأنك في حالة جيدة. إن أي خلل في معدلات الدوبامين يمكن أن يسبب مرض "باركنسون" والانفصام والاضطرابات المزاجية، وغير ذلك من اضطرابات المخ.

أمراض العين:

أمراض العين عديدة، هي:

١- الرمد: وهو التهاب الملتحمة وأسبابه كثيرة، منها:

كثرة الضوء، ودخول الأجسام الغريبة إلى العين، وقد ينشأ عن احتباس حيض، وارتداد نزيف، أو عرق، أو داء جلدي. وقد يصاحب أمراضًا كثيرة كالحصبة، والجذري، والحميات وأمراض المخ.

والرمد ثلاثة أنواع، هي:

أ- الرمد الخفيف: وهو احتقان بسيط يحصل في الملتحمة فتحمر العين ويحس فيها برمل أو غيره فتدمع العين وتتألم.

ب- الرمد الشديد: ويصعبه صداع يذهب بالنوم.

ج- الرمد الخبيث: وهذا النوع أشد من سابقه يمتد فيه الالتهاب إلى بقية أجزاء المخ أو ينتهي بالتقيح، ويتكون عنه خراج في باطن العين، وقد يؤثر الالتهاب في القرنية ويلينها أو يمزقها، ويحدث فيها فتقًا تخرج منه القرنية أو تسيل منه رطوبة العين فيفقد الإبصار.

د- الرمد المزمن: يعقب هذا المرض الحاد وأعراضه أخف من الرمد الحاد، ويعرف صاحبه بدوام احمرار عينيه ودمعهما، وغلظ أجفانهما.

٢- دخول جسم غريب في العين: فإذا دخل أي جسم غريب في العين فتلتهب وتتابع الدموع.

٣- عشا العين: أي عدم الرؤية نهائيًا.

٤- الالتهاب المعوي للعين: وهو مرض يعترى الأطفال المولودين حديثاً.

٥- الشرارة العينية: يرى بعض الناس كأن شراراً يتطاير حول أعينهم يشبه البرق، ويدل هذا على تهيج المخ نتيجة الأتربة الكحولية.

إنجاز طبي .. رائحة الفم لاكتشاف سرطان الرئة:

في أحدث اكتشاف في مجال سرطان الرئة، أصبح في الإمكان اليوم للمرضى الذين يشكون بإصابتهم بهذا النوع من السرطان، إجراء فحص لرائحة فمهم والتأكد تالياً مما إذا كانوا مصابين بهذا الداء.

فقد طور العلماء جهاز استشعار يمكنه بسهولة وبسرعة أن يكتشف إذا ما كان المريض مصاباً بسرطان الرئة من خلال رائحة فمه، كما أصبح في الإمكان من خلال هذا الجهاز إنقاذ حياة الكثيرين من خلال المعرفة المسبقة بإصابتهم بالسرطان.

وقد تمت التجربة على جهاز الاستشعار من قبل (٤٠) شخصاً مشتبهاً في إصابتهم بالسرطان و(٥٦) ممن هم أصحاء، وتبين أن هناك (٤٢) مادة عضوية موجودة في رائحة فم من هم مشتبّه في إصابتهم بمرض السرطان بنسبة (٨٣) في المائة وأقل من (٨٣) في المائة لدى الأصحاء.

وكان العالم الفلسطيني الدكتور حسام هيك في حيفا قد قام بهذه التجربة، التي قد تؤدي مع تطورها إلى الحد بنسبة كبيرة من آثار مرض سرطان الرئة مستقبلاً.

وصايا للتخلص من الإمساك:

الإمساك مشكلة كبيرة يعانيها شريحة كبيرة من الناس في العالم أجمع. والسبب الرئيس للإمساك هو قلة الألياف في الطعام، كما أن عدم تلبية الرغبة في التبرز بسبب انشغال الإنسان ببعض الأمور، والسفر، والبواسير، والقولون العصبي، والإقلال من تناول السوائل، وقلة الحركة، كلها أمور تساهم في إحداث الإمساك.

وللتخلص من الإمساك ينصح بـ:

- ١- تناول كميات كبيرة من الخضراوات والفاكهة التي تحتوي على الألياف.
 - ٢- تناول كمية كبيرة من السوائل.
 - ٣- عدم إهمال الرغبة في التبرز، وأخذ وقت كاف في دورة المياه.
 - ٤- ممارسة نشاط رياضي منتظم.
- وقد يحتاج الأمر في البداية إلى تناول المليينات التي يصفها الطبيب المختص.

الشامبو .. والشعر:

كانت أنواع الشامبو في الماضي تقتصر على كونها منظفة للشعر، أما الآن فقد اتسع نطاقها فظهرت أنواع مكيفة للشعر، وأخرى لعلاج أمراض الشعر وفروة الرأس. ويحتوي الشامبو أساساً على مادة منظفة، وبعض المواد الدهنية

والمواد الأخرى، ويشترط فيه ألا يخرش الجلد والعينين.
والهدف من استخدام الشامبو هو إزالة الدهون وما تحويه
من أوساخ من دون إحداث أي تغيير في الشعر من جفاف أو تهيج أو
حساسية مفرطة. والشامبو السائل هو الأكثر شيوعاً من أنواع الشامبو،
ويحتوي على ثلاثة مكونات الهدف منها عمل الرغوة والتنظيف الأولى،
ثم استمرارية الرغوة وزيادة التنظيف، كما يزيل القشرة إن كانت
موجودة.. أما الشامبو الطبي فيحتوي على زنك البيريثون أو السلينيوم
أو قطران الفحم.

نزع الأسنان الصناعية عند المضمضة للوضوء؛

سئل فضيلة الشيخ ابن عثيمين - يرحمه الله - : ما حكم نزع
الأسنان الصناعية (الطقم) عند المضمضة وللوضوء؟
فأجاب: إذا كان على الإنسان أسنان مركبة، فالظاهر أنه لا يجب
عليه أن يزيلها، وتشبه هذه الخاتم، والخاتم لا يجب نزعه عند الوضوء،
بل يحركه، لكن ليس على سبيل الوجوب؛ لأن النبي ﷺ، كان يلبسه ولم
ينقل أنه كان ينزعه عند الوضوء، وهو أظهر من كونه مانعاً من وصول
الماء من هذه الأسنان، ولا سيما أن بعض الناس تكون هذه التركيبة
شاقاً عليهم نزعها ثم ردها.





مصطلحات متنوعة



تتعدد المصطلحات التي تمر على مسامعنا، وتدهشنا نبرتها، إلا أن المضحك هو أننا ربما نردها دون وعي تام بمعانيها وتفاصيلها. وبين هذا وذاك يظل هناك قسم كبير من المتعلمات لا يعرفن معنى هذه المصطلحات، ولا يرددنها مطلقاً. لذا.. كان ولا بد من القيام بعمل ثقافة بسيطة في ثورة المصطلحات،

واختيار المهم منها، والتركيز على المتداول بكثرة؛ فنحن نعيش في عصر يعتمد على المصطلحات العلمية والتقنية والسياسية بكثرة والتي قد تغنيه عن الدخول في كثير من التفاصيل.

وقد ذكرت في هذه الفقرة العديد من المصطلحات الاجتماعية، والاقتصادية، والعلمية، والسياسية، التي يكثر تداولها في وسائل الإعلام المختلفة.



• مصطلحات اجتماعية:

- علم الاجتماع:

العلم الذي يعني بدراسة السلوك الاجتماعي دراسة عملية، أو بدراسة الفعل الاجتماعي للكائنات الإنسانية دراسة قائمة على أسس منهجية، هذا ويهتم علم الاجتماع إلى جانب بناء الهياكل النظرية بإجراء الدراسات التطبيقية على المجتمع المحلي وعلى القيم والمعايير وعلى ذلك فعلم الاجتماع هو دراسة الجماعات أو دراسة الفعل الاجتماعي ويعد العلامة ابن خلدون هو المؤسس الأول لهذا العلم ومن بعده يجيء العالم الفرنسي أوجست كونت في العهد الحديث.

- ثقافة:

أسلوب الحياة السائد في أي مجتمع بشري والاستخدام العلمي للكلمة لا يعني التهذيب أو تقدم المعرفة، ومنذ البدايات الأولى للجنس البشري، والثقافة أهم ما يميز المجتمع الإنساني عن التجمعات الحيوانية، فعادات الجماعات وأفكارها واتجاهاتها تستمد من التاريخ، وتنتقل تراثاً اجتماعياً إلى الأجيال المتعاقبة.

- جمعية:

جماعات ذات تنظيم مستمر لمدة معينة أو غير معينة، تتألف من عدد من الأشخاص وتكون طبيعية أو وصفية لغرض الحصول على

ربح مادي وتعد الجمعية ذات نفع عام إذ صدر قرار بوصفها جمعية اجتماعية أو جماعة اجتماعية ويترتب على منح هذه الصفة ثبوت بعض الحقوق والواجبات التي يتمتع بها الأشخاص بالوصفية العامة.

- الذوق العام:

مجموعة الطرق والعادات الشعبية التي تنظم السلوك الملائم في المجتمع، وهي سمة شعبية عامة تنتشر في المجتمع كوسيلة من وسائل الضبط الاجتماعي، بحيث تنظم العلاقات الخارجية للأفراد مع الجماعات وبالتالي تنظم الحرية الخارجية.

• مصطلحات اقتصادية:

- سوق الأوراق المالية:

هيئة لا تستهدف الربح تتولى الإشراف، وإدارة تداولات الأوراق المالية.

- الأسهم:

تصدرها الشركة المساهمة، إذ تمثل الأسهم حصصاً في شركة، وعندما يشتري المستثمر سهماً فإنه يشتري بذلك حصة في الشركة، وتصدر الشركات نوعين رئيسيين من الأسهم. هما الأسهم العادية والأسهم المفضلة.

- التداول:

تستخدم هذه الكلمة لوصف التعاملات بوحدات الصناديق، الأسهم والسندات وغيرها.

- سعر الصرف:

هو السعر الذي يتم فيه تبادل عملة مقابل عملة أخرى.

- السيولة:

هي حجم الأموال النقدية المتاحة للاستثمار، ويحتفظ الصندوق الاستثماري بما يعادل ٥ ٪ من إجمالي موجوداته على شكل سيولة نقدية. إلا أن حجم هذه السيولة قد يرتفع أو ينخفض حسب الحاجة، فعلى سبيل المثال إذا ظهرت مؤشرات على أن السوق التي يستثمر فيها الصندوق على وشك التراجع، فإنه يمكن لمدير الصندوق زيادة السيولة بشكل مؤقت من خلال تسييل نسبة من موجودات الصندوق.

- العمولة:

هي رسم البيع المبدئي الذي يضاف إلى سعر وحدات الصندوق، أو يخصم من قيمة الاستثمار، وتسمى الصناديق التي لا تفرض رسم بيع مبدئي بلفظ "No-Loas Funds".

- المحفظة:

لفظ يستخدم لوصف مجموعة أو تشكيلة من الأسهم والسندات.

- الخصخصة:

الخصخصة هي بيع موجودات تابعة للدولة إلى القطاع الخاص. وهناك الكثير من الأمثلة على عمليات بيع مماثلة في أوروبا. حيث تقوم الدول ببيع شركات وصناعات تابعة للقطاع العام، مثل شركات النقل والمواصلات والاتصالات والطاقة وغيرها.

- النمو:

نمو الاستثمار هو الزيادة في القيمة المالية للأصول المستثمرة مع مرور الزمن. وبعكس الاستثمارات التي توفر عائداً ثابتاً من الدخل، فإن هناك استثمارات لا تهدف إلى ذلك، وإنما إلى تحقيق نمو مضطرد في القيمة المالية للأصول المستثمرة مع مرور الزمن.

- الدخل:

يمثل الدخل، الذي يعرف أيضاً بالعائد، إجمالي المبالغ النقدية والأصول الأخرى التي تعود منفعتها للأفراد أو الشركات.

- قائمة الدخل:

قائمة الدخل هي جزء من القوائم المالية التي تظهر صافي أرباح أو خسائر الشركة لفترة زمنية محددة، وغالباً ما تكون لربع سنة أو نصف سنة أو سنة كاملة.

- التضخم:

التضخم هو الارتفاع الكبير و المستمر لمعظم أسعار السلع والخدمات. وغالباً ما يكون التضخم مصاحباً لفترات الانتعاش الاقتصادي.

- التأمين:

عقد يلتزم بموجبه شخص أن يعوض آخر عمّا يقع له من خطر معين مقابل دفع قيمة مالية معينة، ويُسمى الأول مؤمناً والثاني مؤمناً له.

- التأمين الاجتماعي:

تأمين يُراد به الاحتياط من نتائج بعض المخاطر التي تستهدف لها فئة معينة من الأشخاص بسبب حالتهم المادية أو ظروفهم الخاصة.

- الميزان الحسابي:

بيان ما للدولة وما عليها من الديون قبَلَ الدول الأخرى.

- الميزان التجاري:

بيان قيمة الصادرات وقيمة الواردات.

- البنك أو المصرف:

البنك هو مؤسسة تقوم بعملية الائتمان بالاقتراض والإقراض.

- الرسوم الجمركية :

ضريبة تفرضها الدولة بمناسبة عبور سلعة لحدودها الوطنية، سواء كانت السلعة مستوردة أو مصدرة.

- التعريفات الجمركية :

تشمل قوائم بالسلع المفروضة عليها الضريبة عند تصديرها، وبالرسوم الواجب تحصيلها عليها.

- الإغراق :

مجموعة من الإجراءات التي ترمي إلى تحميل المنتجين الوطنيين أعباء أكبر من الأجانب لتملك الأسواق الأجنبية، وذلك بالبيع في الخارج بأسعار تقل كثيراً عن أسعار السوق الداخلية.

- الصادرات :

البضائع الوطنية التي ترسل إلى دولة أخرى.

- الواردات :

البضائع الأجنبية التي تشتريها الدولة أو المستوردون من الخارج.

- حرية التجارة :

هي إطلاق حرية تبادل السلع والخدمات بين الدول دون تدخل من الدولة إلا في أضيق الحدود.

- المناطق الحرة:

هي جزء من أرض الدولة يعد خارجاً عن الحدود الجمركية.

- السوق السوداء:

تطلق عادة على التعامل في الخفاء تهرباً من السعر الإجمالي.

- الاحتكار:

هو تفرد شخص بالقيام بعمل معين، مثل انفراد فرد أو شركة بالإنتاج والبيع أو الشراء.

- البطالة:

هي عدم توافر العمل لشخص راغب فيه وقادر عليه في مهنة تتفق مع استعدادة نظراً لحالة سوق العمل.

- عقد العمل:

عقد يلتزم بموجبه شخص أن يعمل في خدمة شخص آخر لقاء أجر.

- المؤسسة:

كل تنظيم يرمي إلى الإنتاج والمبادلة للحصول على ربح.

- علاوة العامل:

هي أجر إضافي يتقاضاه العامل.

- الشركة :

عقد بين اثنين أو أكثر للقيام بعمل مشترك.

- الاندماج :

انضمام عدة مؤسسات بعضها إلى بعض انضماماً تفقد فيه كل واحدة منها استقلالها، وتحل محلها جميعاً شركة واحدة.

- شركة مساهمة :

هي شركة تتكون من أشخاص غير مسمين، وذلك بطريق الاكتتاب في أسهم.

- سمسار :

وسيط مهمته إيجاد الصلة بين الأشخاص المستعدين للبيع والأشخاص الراغبين في الشراء ثمَّ العمل على تحقيق غرضهم.

- الإضراب :

هو توقف العمال عن المضي في العمل المتفق عليه.

• مصطلحات علمية

- الصفر المطلق :

حرارة تناهز - ١٥, ٢٧٣ درجة مئوية لا يمكن لشيء في الكون أن يتمتع بدرجة حرارة أبرد من ذلك.

- السبيكة :

هي كناية عن مزيج من المواد مؤلف كلياً أو جزئياً من المعادن. فالنحاس الأصفر مثلاً كناية عن سبيكة معدنية في مادة سيلكون الفاناديوم وهي مادة موصلة فائقة التوصيل.

- التفاني "في فيزياء الجسيمات" :

التفاني هو ما يحدث عندما تصطدم المادة بمضادها فيدمر عندئذ كل منهما الآخر ويختفيان وسط تدفق الطاقة.

- المضادات الحيوية :

هي أدوية تتصدى للجراثيم وتقضي عليها وهي تستخدم بغية مكافحة الأمراض التي تعترض الكائنات الحية

- الذكاء الاصطناعي :

هو فرع من فروع العلم يحاول أن يطور بعض الآلات التي يمكنها أن تستشعر البيئة المحيطة بها وتتخذ القرارات من تلقاء نفسها. وقد بدأ استخدام الآلات التي تتمتع بأشكال محددة من الذكاء.

- الذرة :

هي التركيبة البنوية الصغيرة لكافة المواد في الكون فقطر الذرة يوازي النانومتر تقريباً والذرة مكونة من البروتونات والنيوترونات والإلكترونات.

- ملتهم الجراثيم:

هي حمى قادرة على القضاء على بعض أنواع الجراثيم خلال دخولها خلاياها والتوالد فيها. وتتم حالياً دراسة ملتهمي الجراثيم إذ إنه من المحتمل أن نتمكن يوماً من اللجوء إليها للاستعاضة عن المضادات الحيوية.

- الكتلة الحيوية:

هي كناية عن الخشب والسماد الروثي وسواهما من المواد المستخرجة من النباتات والحيوانات والتي يمكننا أن نحرقها بغية الحصول على الوقود.

- الثقب الأسود:

هو كناية عن نجم أو أي شيء آخر بالغ الكثافة ومحطم يجتذب كل شيء نحوه، حتى الضوء نفسه ومهما كان سريعاً لا يمكنه أن يفلت من جاذبية الثقب الأسود.

- الكمير:

هو مخلوق ناجم عن امتزاج خلايا نوعين أحيائيين مختلفين، كالكمير الناجم مثلاً عن امتزاج خلايا النعجة بخلايا الماعز.

- نظرية الفوضى:

هي فرع من فروع الرياضيات يسعى وراء نماذج محددة ويتوقع ماذا سيحدث في الأوضاع والحالات التي تبدو عشوائية ويمكننا أيضاً

أن نلجأ إلى نظرية الفوضى بغية توقع المناخ وتوقيت نبضات القلب غير المنتظمة.

- الكروموسوم:

هو مجموعة من آلاف الجينات الكائنة داخل نواة خلية حية. للبشر عموماً ستة وأربعون كروموسوماً، علماً أن الكروموسومات هذه تحتوي الجينات التي تؤلف (DNA).

- النسيل:

هو كائن حي يتم إنشاؤه اصطناعياً وتكون تركيبته خلاياه من الجينات مطابقة لتركيبته أحد والديه من الجينات. ويتم إنتاج النسيل مخبرياً من خلال تطعيم البويضة بـ (DNA) أحد الوالدين.

- الـ (DNA) الحمض النووي الريبوزي المنقوص الأكسجين:

هو المادة الكيميائية الكائنة داخل نواة كل خلية من خلايا الكائنات الحية وهو الذي يحمل رمزها الجيني الفريد من نوعه.

- دمغة الـ (DNA):

شأنها في ذلك شأن الترميز بالأعمدة، دمغة الـ (DNA) هي الصورة التي تظهر جزءاً من النموذج الجيني لدى شخص ما وهذه الدمغة لدى كل واحد منا فريدة من نوعها إلا في حال كان لدينا توأم مثلنا تماماً.

- علم القريات:

هو فرع من فروع العلم والهندسة يدرس كيفية سلوك الأشياء على درجات حرارة بالغة البرودة.

- المادة المظلمة:

هي مادة يظن العلماء أنها تشكل جزءاً كبيراً من الكون ولكنها لا تزال حتى الآن مجهولة الهوية.

- اللوح الإلكتروني:

هو كناية عن لوح رقيق لا يزال قيد التصنيع يمكننا أن نكتب عليه بواسطة قلم ومن ثم نمحي ما كتبناه إلكترونياً، يمكننا أيضاً أن نحمل اللوح الإلكتروني هذا بصور أو رسوم بواسطة الحاسوب.

- علم الأوبئة:

هو فرع من فروع الطب يدرس نماذج الأمراض ويقوم المتخصصون في هذا المجال بالبحث عن نماذج الحياة المرتبطة بالأمراض. فقد أكد هؤلاء العلماء مثلاً الرابط بين التدخين ومرض سرطان الرئة.

- المفاعل الاندماجي:

هو كناية عن آلة يمكنها أن تدمج نويات الذرات معاً مؤلفة بذلك نواة أكبر حجماً ومحركة كميات هائلة من الطاقة. ويمكن لمفاعل

اندماجي أن يصبح مصدراً نظيفاً للطاقة أو مصدراً لكارثة (القنبلة الهيدروجينية)

- الجينة :

هي كسر من جزيء الـ (DNA) وهي تقوم بعمل خاص جداً، فيمكن للجينة أن تؤثر على هيئة الكائن الحي كما وعلى طريقة عمله أو سلوكه أو حتى أيضاً على كيفية نموه وتطوره، وجميع الجينات لدى الكائنات الحية ضمن بضع عشرات من الوحدات التي تشبه بشكلها شكل العيدان والتي تعرف بالكروموسومات.

- المعالجة الرشيمية :

هي كناية عن علاج طبي يقوم بتغيير الجينات داخل كافة خلايا شخص ما بما في ذلك الخلايا التي ستنتقل من الأهل إلى أولادهم في المستقبل.

- الطاقة الحرارية الأرضية (الجوفية) :

هي الطاقة المستخرجة من البخار الجوفي أو الناجمة عن مرور المياه فوق الصخور الجوفية المرتفعة الحرارة.

- الغلوون :

هو الجسيم الذي ظن أنه يولد القوة التي تحفظ الكواركات (التي تكون الجسيمات الدقيقة: البروتونات والنيوترونات) متضامة.

- الفاني الأعظم:

هو الثقب الأسود الواقع في مركز مجرة درب التبانة.

- الواجهة الحاسوبية البشرية:

هي كناية عن الجزء الذي يمكننا أن نراه أو نشعر به أو نسمعه أو نلمسه من النظام الحاسوبي مثل الشاشة ولوحة المفاتيح.

- مشروع التمامة الجينية البشرية:

هو مشروع عالمي هائل يعمل على تبين نماذج الجينات التي تكون الـ (DNA) البشري، وقد أنجز هذا المشروع في العام ٢٠٠٠.

- التلقيح في أنبوب اختبار زجاجي:

هي عملية يتم من خلالها جمع الحيوان المنوي والبويضة معاً في المختبر بغية مساعدتهما على توليد حياة جديدة. وهو ما يسمى أطفال الأنابيب.

- المركبة الشراعية الخفيفة الوزن:

هي مركبة فضائية تدور بفعل الطاقة التالدماغ. فيها الفوتونات الناجمة عن الشمس، وبالتالي تسيير هذه المركبة قدماً عندما تصطدم تلك الفوتونات بشراعتها الهائل الخفيف الوزن.

- الجاذبية الصغيرة :

هي قوى الجاذبية الدقيقة التي تنشأ بين الأشياء الصغيرة كما بين رائد الفضاء والمركبة الفضائية مثلاً.

- النانومتر:

هو جزء من ألف مليون من المتر.

- التقانة الدقيقة :

هي فرع من فروع الهندسة تحاول أن تصنع آلات توازي بحجمها حجم النانومتر أي بمعنى آخر آلات لا تتخطى بحجمها حجم بضع ذرات.

- الغيمة السديمية :

هي غيمة من الغبار في الفضاء، وتتكون النجوم جراء تجمع الغبار داخل الغيمة السديمية.

- الشبكة العصبية :

هي مجموعة من القطع الحاسوبية المشبوكة معاً تماماً كالخلايا العصبية، ويمكننا أن نستخدم الشبكات العصبية هذه بغية تقليد بعض أجزاء الدماغ ودراسة كيفية عملها.

- مسارع الجسيمات:

هو كناية عن آلة تقوم بتسريع حركة الجسيمات إلى أن تبلغ سرعتها سرعة الضوء تقريباً، لتعود بعد ذلك وتحطمها معاً. ويقوم العلماء بعد ذلك بدراسة الحطام الناجم عن التصادمات التي تحصل داخل مسارع الجسيمات بغية التحقق من التركيبة البنيوية الأساسية للكون.

- الفوتون:

هو الجسيمات الصغيرة والخفيفة الوزن التي يتكون منها الضوء.

- البلازما:

عندما يصبح غاز ما شديد الحرارة تتبخر إلكتروناته تاركة إياه مزوداً بشحنة كهربائية.

- التخاطر الكمي:

هو الاتصال الغريب الكائن بين جسيمين متحدين بطريقة خاصة تعرف بالتشابك، ففي حال غيرنا أحد الجسيمين سوف يتغير الجسيم الثاني أيضاً حتى ولو كان هذا الأخير على مسافة نائية.

- العملاق الأحمر:

هو مظهر نجم ما في إحدى مراحل فنائه فعندما تستنفد النجمة كل طاقتها من الوقود تخنفي كهبة غاز هائلة حمراء اللون.

- الاستشعار البعادي :

هي عملية تصوير الأرض من الفضاء بالمسح.

- سبائك الذاكرة التي تحفظ شكلها :

هي كناية عن السبائك التي تظل تذكر شكلها الأصلي، حتى إنك إن بعجت سبيكة من هذا النوع يمكنك عادة أن تعيد إليها شكلها الأساسي من خلال مجرد تعريضها لحرارة طفيفة مثلاً.

- المواد الذكية :

هي كناية عن مواد يمكنها أن تشعر بالبيئة المحيطة بها وتتفاعل معها ومثال على ذلك قطعة من الأسمنت التي تستخدم في بناء أحد الجسور والتي يتغير لونها عندما تفوق حمولتها الوزن المطلوب.

- الخلية الشمسية :

هي مادة تحول طاقة نور الشمس إلى كهرباء.

- الرياح الشمسية :

هي كناية عن تيارات من الجسيمات المنبعثة من الشمس والتي تسافر عبر نظامنا الشمسي، وتختلف قوة الرياح أو التيارات الشمسية هذه، ولكنها تكون إجمالاً أقوى بعد حدوث اندلاع شمسي.

- المركبة الفضائية التي تسير بفعل البلازما :

هي كناية عن مركبة فضائية تحتوي على كرة من البلازما تقمع

الجسيمات الناجمة عن الرياح الشمسية والبلازما الآخر، دافعين
بالمركبة الفضائية قدماً.

- المفردية :

هي ناشئ عن تجمع كمية هائلة من المواد داخل نقطة واحدة في
الفضاء، فقد كان الكون بأسره موضعاً داخل مفردية قد انفجرت لتكون
الفضاء والمادة والزمن، وذلك لحظة حدوث الانفجار العظيم منذ
حوالي خمسة عشر مليون عام.

- المعالجة الجسدية :

هي عبارة عن علاج طبي يقوم بتغيير الجينات في بعض خلايا
الإنسان، ولكن المعالجة الجسدية لا تغير أبداً خلايا الإنسان التناسلية
وبالتالي فلا تنتقل فوائد هذا العلاج من الأهل إلى أولادهم.

- الجسيمات دون الذرية :

هي من الجسيمات التي تتكون منها الذرة، فالإلكترونات
والبروتونات والنيوترونات جميعاً جسيمات دون ذرية.

- الحاسوب الفائق :

هو حاسوب في غاية السرعة والفعالية وهو مستخدم بغية القيام
بالعديد من العمليات الحسابية في آن معاً.

- الموصل الفائق التوصيل :

البؤبة المنضوذة في الفقرات المكونة

هو كناية عن مادة غير مقاومة للتيار الكهربائي، إنما لا يعرف العلماء سوى كيفية تصنيع الموصلات الفائقة التوصيل التي تعمل على درجات حرارة جد منخفضة أي على درجات أكثر برودة من (- ١٠٠) درجة مئوية

- المتجدد الأعظم:

هو انفجار نجم هائل الحجم في طريقه نحو الفناء، ويظل هذا النجم خلال الأيام القليلة التي تلي تفجيره أكثر توهجاً من الشمس بمائة ألف مرة، إذ إنه يظل يقذف حطامه في الفضاء المحيط به.

- آلة التنقل البعادي:

هي آلة واردة في علم الخيال فقط، يمكنها أن تنقل الأشياء جميعها وحتى الإنسان من مكان إلى آخر في لحظة واحدة فقط.

- الجراحة البعادية:

هي عملية طبية يجريها طبيب جراح غير متواجد في الغرفة نفسها التي يكون فيها المريض. وقد اعتمدت التجارب الأولى في هذا المجال على أدوات ومعدات يتم التحكم بها بواسطة أجهزة حاسوب مشبوكة ببعضها البعض تشابكاً بعادياً.

- طرف العروة الصبغية:

هو طرف الكروموسوم، وكلما تقدم الكائن الحي بالسن أصبحت

أطراف عرواته الصبغية تعاني من البلى والتمزق، وهذا الواقع يحول دون عمل الكروموسومات على نحو صحيح وملائم، مما قد يكون السبب في الشيخوخة وحتى الموت أحياناً.

- مصنع الأنسجة:

هو مختبر يمكننا أن نصنع فيه أنسجة بشرية حقيقية كالبشرة أو العظم أو الكبد أو خلايا الدماغ. ولا يزال معظم مصانع الأنسجة هذه مصانع تجريبية ليس إلا.

- الكائن المختلف الجينات:

هو ما يحتوي على جينات من نوع مختلف، ويقوم العلماء حالياً بتربية حيوانات تحتوي خلاياها مثلاً على جينات بشرية على أمل أن تنمو في تلك الحيوانات أعضاء يمكننا أن نستخدمها في عمليات الازدراع البشرية.

- اختبار تورينغ (Turing):

هو كناية عن اختبار استبطه الرائد في مجال الحاسوب آلن تورينغ وتقوم من خلاله باختبار ذكاء الحاسوب، وينجح الحاسوب في الاختبار في حال لم يتمكن من التمييز بين إجاباته وإجابات الإنسان.

- الثقب الحلزوني:

هو ممر نظري عبر الزمان المكاني أو حتى من كون إلى آخر

ويمكننا إنشاء ثقب حلزونية من خلال شبكنا الثقب السودان بعضها ببعض (وهذا ممكن في الخيال العلمي فقط).

• مصطلحات سياسية

- براغماتية (ذرائعية):

براغماتية اسم مشتق من اللفظ اليوناني " براغما " ومعناه العمل، وهي مذهب فلسفي - سياسي يعد نجاح العمل المعيار الوحيد للحقيقة؛ فالسياسي البراغماتي يدعي دائماً بأنه يتصرف ويعمل من خلال النظر إلى النتائج العملية المثمرة التي قد يؤدي إليها قراره، وهو لا يتخذ قراره بوحى من فكرة مسبقة أو أيديولوجية سياسية محددة، وإنما من خلال النتيجة المتوقعة للعمل. والبراغماتيون لا يعترفون بوجود أنظمة ديمقراطية مثالية إلا أنهم في الواقع ينادون بأيديولوجية مثالية مستترة قائمة على الحرية المطلقة، ومعاداة كل النظريات الشمولية وأولها الماركسية.

- بروليتاريا:

مصطلح سياسي يُطلق على طبقة العمال الأجراء الذين يشتغلون في الإنتاج الصناعي ومصدر دخلهم هو بيع ما يملكون من قوة العمل، وبهذا فهم يبيعون أنفسهم كأى سلعة تجارية. وهذه الطبقة تعاني من الفقر نتيجة الاستغلال الرأسمالي لها،

ولأنها هي التي تتأثر أكثر من غيرها بحالات الكساد والأزمات الدورية، وتحمل هذه الطبقة جميع أعباء المجتمع دون التمتع بمميزات متكافئة لجهودها. وحسب المفهوم الماركسي فإن هذه الطبقة تجد نفسها مضطرة لتوحيد مواقفها ليصبح لها دور أكبر في المجتمع.

- بورجوازية :

تعبير فرنسي الأصل كان يُطلق في المدن الكبيرة في العصور الوسطى على طبقة التجار وأصحاب الأعمال الذين كانوا يشغلون مركزاً وسطاً بين طبقة النبلاء من جهة والعمال من جهة أخرى، ومع انهيار المجتمع الإقطاعي قامت البورجوازية باستلام زمام الأمور الاقتصادية والسياسية واستفادت من نشوء العصر الصناعي؛ حتى أصبحت تملك الثروات الزراعية والصناعية والعقارية، مما أدى إلى قيام الثورات الشعبية ضدها لاستلام السلطة عن طريق مصادرة الثروة الاقتصادية والسلطة السياسية.

والبورجوازية عند الاشتراكيين والشيوعيين تعني الطبقة الرأسمالية المستغلة في الحكومات الديمقراطية الغربية التي تملك وسائل الإنتاج.

- بيروقراطية :

البيروقراطية تعني نظام الحكم القائم في دولة ما يُشرف عليها ويوجهها ويديرها طبقة من كبار الموظفين الحريصين على

استمرار وبقاء نظام الحكم لارتباطه بمصالحهم الشخصية؛ حتى يصبحوا جزءاً منه ويصبح النظام جزءاً منهم، ويرافق البيروقراطية جملة من قواعد السلوك ونمط معين من التدابير تتصف في الغالب بالتحديد الحريف بالقانون والتمسك الشكلي بظواهر التشريعات، فينتج عن ذلك " الروتين "؛ وبهذا فهي تعد نقيضاً للثورية، حيث تنتهي معها روح المبادرة والإبداع وتتلاشى فاعلية الاجتهاد المنتجة، ويسير كل شيء في عجلة البيروقراطية وفق قوالب جاهزة، تفتقر إلى الحيوية. والعدو الخطير للثورات هي البيروقراطية التي قد تكون نهاية معظم الثورات، كما أن المعنى الحريف لكلمة بيروقراطية يعني حكم المكاتب.

- تعددية :

مذهب ليبرالي يرى أن المجتمع يتكون من روابط سياسية وغير سياسية متعددة، لها مصالح مشروعة متفرقة، وأن هذا التعدد يمنع تمركز الحكم، ويساعد على تحقيق المشاركة وتوزيع المنافع.

- دكتاتورية :

كلمة ذات أصل يوناني رافقت المجتمعات البشرية منذ تأسيسها، تدل في معناها السياسي حالياً على سياسة تصبح فيها جميع السلطات بيد شخص واحد يمارسها حسب إرادته، دون اشتراط موافقة الشعب على القرارات التي يتخذها.

- ديمقراطية :

مصطلح يوناني مؤلف من لفظين الأول (ديموس) ومعناه الشعب، والآخر (كراتوس) ومعناه سيادة، فمعنى المصطلح إذاً سيادة الشعب أو حكم الشعب. والديمقراطية نظام سياسي اجتماعي تكون فيه السيادة لجميع المواطنين ويوفر لهم المشاركة الحرة في صنع التشريعات التي تنظم الحياة العامة، والديمقراطية كنظام سياسي تقوم على حكم الشعب لنفسه مباشرة، أو بواسطة ممثلين منتخبين بحرية كاملة (كما يُزعم!)، وإما أن تكون الديمقراطية اجتماعية أي أنها أسلوب حياة يقوم على المساواة وحرية الرأي والتفكير، وإما أن تكون اقتصادية تنظم الإنتاج وتصون حقوق العمال، وتحقق العدالة الاجتماعية.

إن تشعب مقومات المعنى العام للديمقراطية وتعدد النظريات بشأنها، علاوة على تميز أنواعها وتعدد أنظمتها، والاختلاف حول غاياتها، ومحاولة تطبيقها في مجتمعات ذات قيم وتكوينات اجتماعية وتاريخية مختلفة، يجعل مسألة تحديد نمط ديمقراطي دقيق وثابت مسألة غير واردة عملياً، إلا أن للنظام الديمقراطي ثلاثة أركان أساسية:

أ- حكم الشعب.

ب- المساواة.

ج- الحرية الفكرية.

ومعلوم استغلال الدول لهذا الشعار البراق الذي لم يجد تطبيقاً حقيقياً له على أرض الواقع؛ حتى في أعرق الدول ديمقراطية - كما

يقال - . ومعلوم أيضاً تعارض بعض مكونات هذا الشعار البراق الذي افتتت به البعض مع أحكام الإسلام.

- راديكالية (جذرية) :-

الراديكالية لغة نسبة إلى كلمة راديكال الفرنسية وتعني الجذر، واصطلاحاً تعني نهج الأحزاب والحركات السياسية الذي يتوجه إلى إحداث إصلاح شامل وعميق في بنية المجتمع، والراديكالية هي على تقاطع مع الليبرالية الإصلاحية التي يكتفي نهجها بالعمل على تحقيق بعض الإصلاحات في واقع المجتمع، والراديكالية نزعة تقدمية تنظر إلى مشاكل المجتمع ومعضلاته ومعوقاته نظرة شاملة تتناول مختلف ميادينه السياسية والدستورية والاقتصادية والفكرية والاجتماعية، بقصد إحداث تغير جذري في بنيته، لنقله من واقع التخلف والجمود إلى واقع التقدم والتطور.

ومصطلح الراديكالية يطلق الآن على الجماعات المتطرفة والمتشددة في مبادئها.

- رجعية :-

مصطلح سياسي اجتماعي يدل على التيارات المعارضة للمفاهيم التقدمية الحديثة وذلك عن طريق التمسك بالتقاليد الموروثة، ويرتبط هذا المفهوم بالاتجاه اليميني المتعصب المعارض للتطورات الاجتماعية السياسية والاقتصادية إما من مواقع طبقية أو لتمسك موهوم بالتقاليد، وهي حركة تسعى إلى التثبيت بالماضي؛ لأنه يمثل مصالح قطاعات

خاصة من الشعب على حساب الصالح العام. (وقد استورد المنافقون هذا المصطلح من الغرب وحاولوا إصاقه بأهل الإسلام! الداعين إلى تحكيم الكتاب والسنة).

- شوفينية :

مصطلح سياسي من أصل فرنسي يرمز إلى التعصب القومي المتطرف، وتطور معنى المصطلح للدلالة على التعصب القومي الأعمى والعداء للأجانب، كما استخدم المصطلح لوصم الأفكار الفاشية والنازية في أوروبا، ويُنسب المصطلح إلى جندي فرنسي اسمه نيقولا شوفان حارب تحت قيادة نابليون وكان يُضرب به المثل لتعصبه لوطنه.

- فاشية :

نظام فكري وأيديولوجي عنصري يقوم على تمجيد الفرد على حساب اضطهاد جماعي للشعوب، والفاشية تتمثل بسيطرة فئة دكتاتورية ضعيفة على مقدرات الأمة ككل، طريقها في ذلك العنف وسفك الدماء والحدق على حركة الشعب وحريته، والطرز الأوروبي يتمثل بنظام هتلر وفرانكو وموسيليني، وهناك عشرات التنظيمات الفاشية التي ما تزال موجودة حتى الآن، وهي حالياً تجد صداها عند عصابات متعددة في العالم الثالث، واشتق اسم الفاشية من لفظ فاشيو الإيطالي ويعني حزمة من القضبان استخدمت رمزاً رومانياً يعني الوحدة والقوة، كما أنها تعني الجماعة التي انفصلت عن الحزب الاشتراكي الإيطالي بعد

الحرب بزعامة موسيليني الذي يعد أول من نادى بالفاشية كمذهب سياسي.

- فيدرالية :

نظام سياسي يقوم على بناء علاقات تعاون محل علاقات تبعية بين عدة دول يربطها اتحاد مركزي؛ على أن يكون هذا الاتحاد مبنياً على أساس الاعتراف بوجود حكومة مركزية لكل الدولة الاتحادية، وحكومات ذاتية للولايات أو المقاطعات التي تنقسم إليها الدولة، ويكون توزيع السلطات مقسماً بين الحكومات الإقليمية والحكومة المركزية.

- ليبرالية (تحررية) :

مذهب رأسمالي اقترن ظهوره بالثورة الصناعية وظهور الطبقة البرجوازية الوسطى في المجتمعات الأوروبية، وتمثل الليبرالية صراع الطبقة الصناعية والتجارية التي ظهرت مع الثورة الصناعية ضد القوى التقليدية الإقطاعية التي كانت تجمع بين الملكية الاستبدادية والكنيسة.

وتعني الليبرالية إنشاء حكومة برلمانية يتم فيها حق التمثيل السياسي لجميع المواطنين، وحرية الكلمة والعبادة، وإلغاء الامتيازات الطبقية، وحرية التجارة الخارجية، وعدم تدخل الدولة في شؤون الاقتصاد إلا إذا كان هذا التدخل يؤمن الحد الأدنى من الحرية الاقتصادية لجميع المواطنين.

(وقد افُتت مقلدو الغرب لدينا بهذه الفكرة الجاهلية التي تُعارض أحكام الإسلام في كثير مما نادى به؛ وعلى رأسه: حرية الكفر والضلال والجهر به؛ والمساواة بين ما فرق الله بينه.. إلخ الانحرافات التي ليس هنا مجال ذكرها).

- يسار - يمين:

اصطلاحان استخدمتا في البرلمان البريطاني، حيث كان يجلس المؤيدون للسلطة في اليمين، والمعارضون في اليسار؛ فأصبح يُطلق على المعارضين للسلطة لقب اليسار، وتطور الاصطلاحان نظراً لتطور الأوضاع السياسية في دول العالم؛ حيث أصبح يُطلق اليمين على الداعين للمحافظة على الأوضاع القائمة، ومصطلح اليسار على المطالبين بعمل تغييرات جذرية، ومن ثم تطور مفهوم المصطلحين إلى أن شاع استخدام مصطلح اليسار للدلالة على الاتجاهات الثورية، واليمين للدلالة على الاتجاهات المحافظة، والاتجاهات التي لها صبغة دينية.



مع الأنبياء والرُّسل



أعظم الخلق هم الأنبياء والرُّسل - عليهم السلام - ، وسيرتهم أعظم
سيرة، ومنهجهم أعظم منهج.
لذا.. كانت هذه الفقرة لعرض سير بعض من الأنبياء - عليهم
السلام - ، ودعوة إلى الاقتداء بهم، ورغبةً في التذكير بهم.



هارون - عليه السلام -

هو هارون بن عمران بن يصهر بن قاهث بن يعقوب بن إسحاق بن إبراهيم، وقد بعثه الله رسولاً معينا لموسى في دعوته لفرعون وقومه، وهو شقيق موسى ولد قبله بثلاث سنوات، وحين ذهب موسى لميقات ربه عند جبل الطور. ووعدهم بأنه سوف يأتيهم بالتوراه لتكون دستوراً وشرية لهم. استخلف أخاه هارون على بني إسرائيل والقيام بمصالحهم وإصلاح شؤونهم واليقظة في أمرهم حتى لا يفترتهم أحد عن دينهم، وكانت مدة غياب موسى أربعين ليلة، وفي أثناء هذه المدة كانت المحنة العظيمة لبني إسرائيل حين عبدوا العجل الذي صنعه لهم رجل يدعى "السامري" من الذهب والحلي وألقى عليه قبضة من تراب كان قد أخذها من آثار فرس سيدنا جبريل حين نزل مع الملائكة لإغراق فرعون وقومه، وأصبح لهذا العجل صوت يشبه صوت البقر عند دخول الريح فيه لأنه كان أجوف. وقال هذا الخبيث لبني إسرائيل إن هذا العجل هو الرب الذي ذهب موسى ليبحث عنه، وحذرهم هارون من ذلك الافتراء ولكنهم لم يلتفتوا إلى كلامه وعبدوا ذلك العجل من دون الله. ولما رجع موسى ووجد قومه في تلك الفتنة حزن حزناً شديداً وقال لأخيه: ما الذي منعك عن وعظهم عندما رأيتهم على ذلك؟ فقص عليه ما حدث وتكذيبهم له وعدم التفاتهم إلى كلامه ورفضهم انصياعهم لأمره، والتمس موسى العذر لأخيه وعذب الله ذلك "السامري" بالطرد وعدم اقتراب الناس منه لمرض خبيث قد ابتلاه الله به جزاء له على

ما قدم من فتنة لقومه، وأحرق موسى هذا العجل وقذفه في البحر وقال لقومه إن هذا ليس إلهاً، إن إلهكم الله الذي لا إله غيره رب السماوات والأرض خالق كل شيء الذي وسع كل شيء علماً. وعاش هارون (١٢٢) عاماً، ثم توفاه الله قبل أخيه موسى بأحد عشر شهراً، رحمة الله عليهم أجمعين.

سليمان - عليه السلام -

هو سليمان بن داود بن إيشا بن عويد، من أبناء يهوذا بن يعقوب بن إسحاق بن إبراهيم عليهم السلام، وأوصى داود لسليمان بالملك. ولما مات داود ورثه سليمان وكان عمره (١٢) عاماً وأعطاه الله الحكمة وحسن القضاء، وقام سليمان بعمارة بيت المقدس وقام بعد ذلك ببناء الهيكل وهو (القصر الملكي)، وتم بناؤه في (١٣) سنة، وكان مهتماً بالإصلاح وال عمران وكان له أسطول بحري، وكان له مجموعة من النساء حيث لم يكن في شريعتهم تحديد لعدد الزوجات، وأكرم الله سليمان بنعم كثيرة منها إعطاؤه الملك مع النبوة، وعلمه منق الطير وسائر لغات الحيوانات، وسخر الله له الجن والشياطين يفوضون له في البحار لاستخراج الكنوز والجواهر وبينون له الصروح الضخمة والقصور العالية والأحواض الكبيرة، وأسأل الله له عيناً من النحاس يصنع بها ما شاء من الدروع للحروب، وكان جنوده من الجن والإنس والطير، ودعا إلى عبادة الله وحده فأمنت به " بلقيس: ملكة سبأ لما رأت

منه من ذكاء وإيمان وقوة فعرفت خطأ ما كانت عليه من كفر وضلال هي وقومها من عبادة الشمس من دون الله تعالى.

هود - عليه السلام -

هو هود بن عبد الله بن رباح بن الخلود بن عاد، وينتهي نسبه إلى سام ابن نوح عليهم السلام، وكانت مساكن (عاد) في أرض الأحقاف جهة اليمن، وكانت هذه القبيلة من العمالقة أشداء أقوياء، وكانوا مترفين في الحياة يبنون القصور الشامخة وقيمون الحصون المنيعة، وكان عندهم البساتين والعيون الجارية، وكانوا إذا مشوا على الأرض تهتز من ثقلهم، فاغتروا بقوتهم واستكبروا على الله وتمادوا في طغيانهم، وكان قوم هود أصحاب أوثان يعدونها من دون الله، وأسماء تلك الأصنام هي (صدا، صمدا، وهرا)، وكان رسولهم "هود" ينذرهم ويحذرهم من عذاب الله فاتهموه بالضلال وعزموا على قتله وظلوا على كفرهم وعنادهم، فلما طغوا واشتد فسادهم في الأرض أهلكهم الله فسلط عليهم رياحاً شديدة تفصل وجوههم عن أبدانهم لمدة ثمانية أيام متتابة، فهلكوا جميعاً ونجى الله هوداً ومن معه من المؤمنين، وسكن هود بعد هلاك قومه في (حضر موت) باليمن ثم توفاه الله ودفن قرب مدينة (تريم) شرق حضر موت باليمن، فرحمة الله عليه وعلى جميع الأنبياء والمرسلين.

صالح - عليه السلام -

هو صالح بن عبيد بن سف، وينتهي نسبه إلى سام بن نوح - عليهما السلام - ، وقد أرسله الله إلى قبيلة (ثمود) يعدون الأوثان من دون الله فأرسل الله إليهم "صالحاً" ليهديهم إلى طريق الفوز والسعادة، فنهاهم عن عبادة الأوثان وذكروهم بنعم الله عليهم فتكبروا وطفغوا في البلاد وطلبوا منه معجزة تدل على صدقه فيما يدعوهم إليه، فقالوا له لو أنك أخرجت لنا من هذه الصخرة ناقة عشراء (أي حامل) نؤمن بك ونصدقك، فدعا ربه أن يجيبهم فيما طلبوا فاستجاب الله له وانفجرت الصخرة وخرجت منها ناقة كما يريدون فدهشوا، فأمن بعضهم واستمر أكثرهم على العناد والكفر وحذرهم صالح من التعرض للناقة بسوء، وأخبرهم بأنها سوف تشرب من بئركم يوماً وتشربون من البئر يوماً، ولكنهم لم يستجيبوا له وأقدموا على ذبح الناقة وقام بذبحها أفسد الناس وأشقاهم وهو "قدار بن سالف" وتسعة ممن معه، وهموا بقتل صالح بعد ذلك لأنه قد أئذرهم بالعذاب بعد ما فعلوا بالناقة، قال لهم إن العذاب سوف يقع عليكم من الله بعد ثلاثة أيام، وأرسل الله على الذين أرادوا قتل صالح حجارة من السماء أهلكتهم، وبعد مضي أول يوم اصفرت وجوههم وفي اليوم الثاني احمرت وجوههم وفي اليوم الثالث اسودت وجوههم، ولما انتهت الأيام الثلاثة ومع شروق الشمس جاءتهم صيحة من السماء ورجفة شديدة من الأرض ففاضت أرواحهم جثثاً هامدة، ونجى الله صالحاً ومن معه من المؤمنين، وعاش صالح

مع قومه يعظهم ويذكرهم بالله إلى أن توفاه الله ودفن في نواحي بلدة
(الرملة) بفلسطين.

أيوب - عليه السلام -

هو أيوب بن أموص بن زارع بن العيص بن إسحاق بن إبراهيم
عليهم السلام، وقد ابتلاه الله ابتلاءً شديداً في نفسه وأهله وماله، ولكنه
كان مثلاً للعبودية الحقّة لله، وقد أثنى الله عليه فقال: ﴿إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا
نَعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ﴾ (ص: ٤٤).

وكان أيوب من الأغنياء صاحب ثروة كبيرة وبنين وأراض وقوة
وصحة وكان مع ذلك عبداً تقياً شاكراً لأنعم الله لم تقتنه الدنيا، ثم
ابتلاه الله بسلب هذه النعم فصبر وحمد الله، وكانت له زوجة صالحة
تدعى "رحمة" وهي من أحفاد سيدنا يوسف عليه السلام، وكانت
صابرة معه شاكرة في السراء والضراء، فوسوس إليها الشيطان
ذات يوم وقال لها: إلى متى ستصبرين في هذا البلاء؟ فذهبت إلى
أيوب وقالت له: ألا تدعو الله؟ إلى متى سوف نظل في هذا البلاء؟
فغضب أيوب عند ذلك غضباً شديداً وقال لها: والله لئن برأني الله
مما أنا فيه لأضربنك مائة سوط، وحرمت على نفسه أن تخدمه، ولما
اشتد عليه المرض والوحدة دعا ربه فقال: ﴿أَيُّ مَسْنَى الضُّرِّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ
الرَّحِيمِينَ﴾ (الأنبياء: ٨٣)، فاستجاب الله دعاءه وكشف بلاءه وأوحى
إليه أن يضرب برجله الأرض ففعل فتفجر له منها الماء البارد فأمره

اللّٰهُ أَنْ يَشْرَبَ مِنْهُ وَيَغْتَسِلَ فَفَعَلَ ذَلِكَ فَشَفَاهُ اللّٰهُ وَعَادَ أَفْضَلَ مِمَّا كَانَ،
ثُمَّ أَمَرَهُ اللّٰهُ أَنْ يَبِيرَ بِقِسْمِهِ فَأَوْحَى إِلَيْهِ أَنْ يَضْرِبَ امْرَأَتَهُ ضَرْبَةً وَاحِدَةً
بِحِزْمَةٍ فِيهَا مِائَةٌ عَوْدٍ، وَقَدْ شَرَعَ اللّٰهُ لَهُ ذَلِكَ رَحْمَةً بِهِ وَبِزَوْجَتِهِ لِحَسَنِ
خِدْمَتِهَا لَهُ وَصَبْرِهَا وَتَحْمِلِهَا مَعَهُ فِي حَالَتِي الرِّضَا وَالبَلَاءِ، وَرِزْقِهِ اللّٰهُ
المَالِ وَالبَنِينَ وَبِعَثِّهِ إِلَى الرُّومِ، وَكَانَ مَقَامُهُ فِي دِمَشْقٍ فَدَعَاهُمْ إِلَى عِبَادَةِ
اللّٰهُ الوَاحِدِ القَّاهِرِ، وَعَاشَ أَيُّوبُ (٩٣) عَامًا، حَتَّى تَوَفَّاهُ اللّٰهُ تَعَالَى.
رَحْمَةً اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلَى جَمِيعِ الأنْبِيَاءِ وَالمُرْسَلِينَ.

ذو الكفل - عليه السلام -

قال أهل التاريخ: "ذو الكفل" هو ابن أيوب عليه السلام واسمه
"بشر"، وقد بعثه الله بعد أيوب، وسمي "ذا الكفل" لأنه تكفل ببعض
الطاعات لله فوفى بها، وكان مقامه في الشام، والقرآن الكريم لم يزد
على ذكر اسمه في عداد الأنبياء، ولم يتعرض لشيء من رسالته والقوم
الذين أرسل إليهم، فرحمة الله عليه وعلى جميع الأنبياء والمرسلين.

إلياس - عليه السلام -

هو إلياس بن فنحاص بن العيزار بن هارون، ينتهي نسبه إلى
إبراهيم - عليه السلام - ، وكانت رسالته إلى أهل (بعلبك) غرب
دمشق، وكان هؤلاء القوم لهم صنم يعدونه من دون الله اسمه "بعلا"،

فأنذرهم إلياس وخوفهم من عذاب الله وأمرهم بعبادة الله وحده وترك عبادة الأصنام فرفضوا، وعذبهم الله وأنزل بهم الهلاك، ونجى الله إلياس ومن معه من المؤمنين ومكث في قومه يذكرهم بالله إلى أن توفاه الله تعالى.

اليسع - عليه السلام -

هو اليسع بن أخطوب، وينتهي نسبه إلى إبراهيم عليه السلام، وقيل إنه ابن عم إلياس عليه السلام، وهو من أنبياء بني إسرائيل، وقد قام بدعوته بعد موت إلياس، وأخذ يدعو قومه إلى عبادة الله متمسكاً بمنهج إلياس وشريعته، وقد كثرت في زمانه الخطايا وطفيان الملوك الجبابرة الذي قتلوا الأنبياء وشردوا المؤمنين، فوعظهم وخوفهم من عذاب الله فرفضوا دعوته، ثم توفاه الله وسلط على بني إسرائيل من يسومهم سوء العذاب بما فعلوا مع رسل الله.

زكريا - عليه السلام -

كانت بعثته قبل ميلاد المسيح عيسى بن مريم، وقد بعثه الله رسولاً إلى بني إسرائيل فقام يدعوهم إلى عبادة الله ويخوفهم عذابه في وقت اشتد فيه الفسق والفجور والمنكرات وكثرت المعاصي ونسوا الله والدار الآخرة. وقد لقي زكريا من الحكام والجبابرة وبني إسرائيل كل عنت

ومشقة وناله من أذاهم الكثير، فلما وهن العظم واشتعل الرأس بالشيب طلب من الله أن يعينه بأن يرزقه ولداً يواسيه في شيخوخته ويخلفه في تبليغ الرسالة، وكانت زوجة زكريا - وتدعى أشياع بنت عمران - عاقراً لا تلد، فاستجاب الله له فأنجبت له " يحيى "، وعاش في كنف أبيه في بيئة مليئة بالعفاف والتقوى. وذكر بعض المؤرخين أن زكريا قتل شهيداً، فقد فتك به اليهود وقتلوه نشرأ بالمنشار عندما دعاهم إلى الله والكف عما هم فيه من الكفر، ولقي ربه شهيداً - صلوات الله وسلامه عليه -.

يحيى - عليه السلام -

ولد يحيى عليه السلام قبل مولد المسيح بن مريم بثلاثة أشهر، وقد نشأ يحيى نشأة صلاح وتقى وطهر وعفاف بعيداً عن مظاهر الترف والنعيم، فكان شاباً قوياً حصوراً (أي لا يأتي النساء مع قدرته على الجماع)، وكان كثير العبادة والتضرع والبكاء من خشية الله، وقد أتاه الله الحكم وهو صبي، وأقبل على معرفة الشريعة وأصولها وأحكامها حتى صار عالماً بارعاً، ودعا قومه لعبادة الله والسير على الطريق المستقيم، وكان يدعو قومه بالحكمة والموعظة الحسنة، وكان يأمرهم بالصلاة والزكاة، وكان باراً بوالديه عطوفاً عليهم رحيماً بهما، وسبب قلته أنه كان يوجد في زمانه حاكم ظالم بفلسطين يدعى "هيروُدس" وكانت لهذا الطاغية ابنة تدعى "هيروُديا" وكانت بارعة

الجمال فأراد "هيرودس" أن يتزوج بها فلما علم يحيى بذلك أعلن رفضه لأن هذا الزواج محرم عندهم في شريعتهم - كما هو محرم عند المسلمين في القرآن - فلما علم "هيرودس" بموقف يحيى من هذا الزواج قتله وفصل رقبتة عن جسده وأعطى رقبتة لأبيه زكريا، فرحمة الله عليه وعلى جميع الأنبياء والمرسلين.

لوط - عليه السلام -

هو أحد الرسل الكرام، وقد بعثه الله في زمن إبراهيم الخليل وهو ابن أخيه، وقد آمن بعمه إبراهيم واهتدى بهديه ثم هاجر من العراق، ثم أرسله الله إلى قرية "سدوم" بالأردن وكان قومها من أفجر الناس وأكفرهم بالله؛ فكانوا يقطعون الطريق ويدعون إلى المنكر، ومن أقبح جرائمهم ومن أشنعها هي إتيان الذكور من دون الإناث، فدعاهم لوط عليه السلام إلى الله ونهاهم عن ذلك وخوفهم من عذاب الله فهددوه بالرجم والطرده، وحين أراد الله إهلاكهم أرسل إليهم الملائكة فدخلوا على لوط في صورة شبان حسان ولم يخبروه بحقيقتهم فظن أنهم ضيوف فرحب بهم ولكنه خاف عليهم من هؤلاء المجرمين أن يمسوهم بسوء، وعندئذ أقبل هؤلاء المجرمون على لوط يريدون أن يفعلوا الفاحشة مع هؤلاء الضيوف، فدعاهم لوط إلى الله وجادلهم بالرفق ودعاهم أن يتزوجوا من إناث القرية فإن ذلك أكرم لهم فقالوا له إنك تعلم ما

نريد، فازداد لوط همّاً وغماً وعند ذلك أخبرته الملائكة بحقيقتهم وأنهم ليسوا بشراً وإنما هم ملائكة جاءوا لإهلاك هذه القرية بأمر الله لأنهم كانوا ظالمين، فقلب الله بهم القرية فجعلها مدافن لهم وأرسل عليهم صيحة من السماء تصم الآذان وأمطر عليهم حجارة من نار وهلكوا جميعاً، ونجّى الله لوطاً ومن معه إلا امرأته، لأنها لم تكن مؤمنة بالله، فحلّ بها ما حلّ بقومها.



مخترعون ومخترعات

الاختراع عالم مليء بالعلماء الذين سطوروا من خلال اختراعاتهم عبر العصور والقرون ما يضمن بقاء ذكركم، والثناء عليهم. ولم تقف الاختراعات إلى حد معين، ولم تقتصر في مجال دون آخر، ولم تختزل في علم دون غيره؛ بل هي سلسلة متعددة الحلقات، ومتنوعة الاتجاهات، الكل يستطيع المساهمة فيها، ووضع بصمات على حلقاتها.

فالقوف والتعرف على المخترع، والتذكير بإنجازاته هو جزء من حق
المخترع الذي له علينا، وأيضاً دافع لكل من يسمع عنه أن يفكر في أي مجال
يستطيع أن يبدع فيه؛ حتى يصل إلى ما وصل إليه هذا المخترع وأكثر.
لذا.. كانت هذه الفقرة المختصرة، والمهمة باعثاً على الهمم العالية،
والإرادة الحازمة، وأن يجعل الطالبة لها أهدافاً تسعى لتحقيقها، والسعي
للحصول عليها.



(أ)

- آرثر وين / مخترع الكلمات المتقاطعة / ١٩١٣م / أمريكي.
- أبوبكر الفزاري / مبتكر آلة الاسطرلاب.
- أحمد بن محمد الصاغاني / مخترع جهاز الاسطرلاب.
- أحمد غلوش / مؤسس جمعية منع المسكرات.
- أدوارد جينر / مكتشف مصل الجدري.
- أراسكا / مخترع المجهر الإلكتروني.
- لافاران / مكتشف الطفيليات / فرنسي.
- ألبيير مارش / م. سبيكة من النيكل والكروم تتحمل الحرارة / أمريكي.
- أميديه بوليهيه / مخترع السيارة البخارية / فرنسي.
- أندريه ميشلين / واضع علم خصائص الغازات / فرنسي.
- أنطوان بيكريل / مخترع الجلفانومتر / فرنسي.
- أوستوالد / المؤسس الأول للكيمياء الفيزيائية / ألماني.
- إبراهيم بن الأغلب / مؤسس دولة الأغالبة.

- ابن النفيس / مكتشف الدورة الدموية الصغرى.
- ابن الهيثم / مكتشف ظاهرة الانعكاس الضوئي.
- ابن زهر / مكتشف جرثومة الجرب / اندلسي.
- ابن سينا / مبتكر طريقة استخلاص العطرمن الزهور بالتقطير.

- ابن سينا / مكتشف الطفيلية المعوية.
- ابن يونس / مخترع رقاص الساعة.
- آدمون بيكيريل / مبتكر الصور الملونة غير الثابتة / ١٨٤٨.
- إدوار تيللر / مخترع القنبلة الهيدروجينية / ١٩٥٢.
- إدوارد باكويل / مخترع نظام النقد الورقي / إنجليزي.
- إسحاق سنجر / مخترع آلة الخياطة.
- إسحاق نيوتن / مكتشف قانون الجاذبية / ١٦٧٢ / إنجليزي.
- إسحاق نيوتن / مكتشف العلاقة بين اللون وتشتت الضوء.
- الأخوان رايت / مخترعا الطائرة / ١٩٠٣ / أمريكيان.
- الإخوة روفر / مخترعو آلة تصوير الأفلام.
- الإخوة مونتجولفييه / مخترعا البالون / ١٧٨٣ / فرنسيين.

- الإخوة ويلبر أرنيل / مصمما الطائرات الشراعية / ١٨٩٩.
- البابليون / مبتكر نظام الدقائق للساعة.
- الخليل بن أحمد الفراهيدي / مبتكر علم العروض.
- الصينيون / أول من اكتشف البوصلة / ١٠٠٠ ق م .
- ألفرد نوبل / مخترع الديناميت / سويدي.
- ألفونسو دي سوزا / مكتشف ريودي جانيروالبرازيلية/١٥٣١/
برتغالي.

- ألكساندر جراهام بل / مخترع التلفون / ١٨٨٧ / أمريكي.
- ألكساندرو فليمنج / مكتشف البنسلين / ١٩٢٨ / إسكتلندي.
- ألكسندر بان / مكتشف الساعة الكهربائية.
- ألكسندر هامبولت / مؤسس علم المناخ والمحيطات.
- اليساندرو فولتا / مخترع البطارية الكهربائية / إيطالي.
- اليشا جريفز أوتيس / مبتكر المصعد / ١٨٥٢ / أمريكي.
- أمريكيو فسبوتشي / مكتشف نهر الأمازون / إيطالي.
- أنريكو فيرمي / صانع أول قنبلة نووية.
- أنطوان لافوازييه / مكتشف قانون بقاء الكتلة / فرنسي.

- أنطون مزن شرودر / مكتشف الفوسفور الأحمر / ١٨٤٥ / نمساوي.
- أوتمار مرجوتالر / مخترع ماكينة الطباعة (الليثوتيب).
- أيجورسيكورسكي / مخترع الهليوكوبتر.
- إيدهمان كورتيز / مكتشف المكسيك.
- إينبال كاراتشي / مبتكر الكاريكاتير / إيطالي.
- إيه دي توريس / مخترع الجيتار / ١٨٥٠ / إسباني.

(ب)

- باردين / مخترع الترانسيستور / أمريكي / (١).
- بارستر / مخترع التوربين البخاري.
- باسكال / مكتشف ضغط الهواء.
- برتولو موديان / مكتشف طريق رأس الرجاء الصالح.
- برتين / مخترع الترانسيستور / أمريكي / (٢).
- بريستلي / مكتشف الأوكسيجين.
- بطليموس الأول / مؤسس مكتبة الإسكندرية / أحد قادة الإسكندر.

- بلانكارد / مخترع الباراشوت / فرنسي.
- بليز باسكال / مخترع الآلة الحاسبة / ١٦٤٢ / فرنسي.
- بنيامين فرانكلين / مخترع مانعة الصواعق.
- بودين / مخترع الحضانة الصناعية / ١٨٨٠ / فرنسي.
- بورش / مخترع العدسات ذات البعدين.
- بول جوليوس رويتر / مؤسس وكالة رويتر للأخبار / ١٨٥١ / ألماني.
- بول مولر / مكتشف مادة ال دي دي تي.
- بويل / مكتشف مكونات الغلاف الجوي للأرض / أيرلندي.
- بيدرو دي مندوزا / مكتشف بيونس ايرس / ١٥٣٦ / أسباني.

(ت)

- تايلر يونج / مخترع الرادار / ١٩٣٥ م.
- توريشلي / مبتكر ميزان الحرارة / إيطالي.
- توماس أديسون / مخترع الضوء الكهربائي / ١٨٧٩ / أمريكي.
- توماس سانت / مخترع آلة الخياطة / ١٧٩٠ / إنجليزي.

- تيودور بلهارس / مكتشف جرثومة البلهارسيا / ١٩٥١ / أمريكي.

(ج)

- جابريل لييمان / مبتكر الصور الملونة الثابتة / ١٨٩١ / فرنسي.

- جاك بابنيه / مخترع آلة قياس معدل السرعة / فرنسي.

- جاك كونتيه / مخترع قلم الرصاص / فرنسي.

- جاكوب شيك / م. ماكينه الحلاقة الكهربائية / ١٩٢٩ / أمريكي.

- جاليليو / مخترع التلسكوب / إيطالي.

- جان باتيست فارينا / صانع العطور / ١٧٠٩ / إيطالي.

- جيريل فهرنهايت / مخترع مقياس درجة الحرارة الزئبقي (الثرموتر).

- ج. بيدلر / مخترع آلة التصوير النسخي / ١٩٠٦ / أمريكي.

- سالفينو أرماتي / مخترع النظارة / ١٢٨٠ / إيطالي.

- جورج إفريست / مكتشف قمة إفريست بأنها أعلى قمة في العالم.

- جورج ايستمان / م. آلة التصوير الفوتوغرافي / ١٨٨٨ /

أمريكي.

• جريجوري بيتكوس / مخترع حبوب منع الحمل / ١٩٥٤ /

أمريكي. (٢)

• جورج بولمان / مخترع عربات النوم في القطارات.

• جورج دانلوب / م. الإطارات المنفوخة / أسكتلندي.

• جورج ستيفنسون / مبتكر المحرك البخاري.

• جورج فروست / مخترع راديو السيارة / ١٩٢٢ / أمريكي.

• جورج مندل / مبتكر قانون الوراثة.

• جوزيف آسبن / مكتشف الأسمت / بريطاني.

• جوزيف طومسون / مكتشف الإلكترون / ١٨٩٧.

• جوستاف إيفل / مصمم برج إيفل / فرنسي.

• جون بمرتون / مبتكر شراب الكوكاكولا / أمريكي (٢).

• جون بيرد / مخترع التلفزيون الملون / أمريكي.

• جون دالتون / مكتشف عمى الألوان / إنجليزي.

• جون روك / مخترع حبوب منع الحمل / ١٩٥٤ / أمريكي.

• جون كابوت / مكتشف كندا / ١٤٩٧.

• جون ليسلي / م. جهاز الهايجرومتر لقياس الرطوبة.

- جون ووكر / مخترع أعواد الثقاب.
- جوهان جوتنبرغ / مكتشف ماكينة الطباعة / ١٥٥٧ / ألماني.
- جيد ديزو / مخترع النوتة الموسيقية / ١٠١٠.
- جير هاردرت / مكتشف الأسبرين / فرنسي.
- جيسوب / واضع نظام آلة التحويل في خطوط السكك الحديدية.
- جيسي رينو / م. السلم الدوار (الاسكالتور) / ١٨٩١ / أمريكي.
- جيسي نيسميث / مخترع كرة السلة / ١٨٩١ / أمريكي.
- جيمس فرانسيس / مخترع التوربين / أمريكي.
- جيمس كوك / مكتشف أستراليا وانتركتيكا / إنجليزي.
- جيمس وات / مخترع القاطرة البخارية / ١٧٨٤ / إسكتلندي.
- جين ساري فرينا / مخترع الكولونيا / ١٨٥٠ / ألماني.

(ح)

- الدكتور حسن كامل صباح / لقب بأديسون العرب حيث وصل عدد ما اخترعه من أجهزة وآلات في مجالات الهندسة الكهربائية والتلفزة وهندسة الطيران والطاقة إلى أكثر من مائة وستة وسبعين

اخترعاً / لبناني.

(د)

- داتسون واط / مبتكر الرادار / إنجليزي.
- دانيال فهرنهايت / مخترع مقياس الحرارة فهرنهايت / ألماني.
- دفيد هوجس / مخترع الميكروفون / إنجليزي.
- دوم بينشون / مكتشف طريقة إخصاب البيضة عند الأسماك.
- دي تورنست / مخترع محلل الصوت للراديو.
- ديزل / مخترع محرك السيارة / ١٨٩٢ / ألماني.

(ر)

- رايس أيلوج / مخترع مكبرات الصوت.
- رذرفورد / مكتشف أشعة ألفا و بيتا و جاما / نيوزلندي.
- روبرت بادن باول / مؤسس الحركة الكشفية في العالم / إنجليزي.
- روبرت بيرري / مكتشف القطب الشمالي / ١٩٠٩.
- روبرت كوخ / مكتشف جرثومة الكوليرا & iexcl والسل

الرئوي / ألماني.

- روبرت هوك / مخترع المجهر المركب.
- روجيه بيكون / مخترع النظارات الطبية.
- رودريجو دي باستيداس / مكتشف أمريكا الوسطى / ١٥٠١ / أسباني.
- رولاند هل / مبتكر الطوايع.
- رونتجن / مكتشف أشعة إكس / ١٨٩٥ / ألماني.
- ريتشارد تريفيثيك / مخترع أول قاطرة بخارية / بريطاني.
- رينيه ليناك / مبتكر سماعة الطبيب / فرنسي.

(ز)

- زبلن / مخترع المنطاد / ١٩٠٠ / ألماني.

(س)

- سامية عبدالرحيم ميمني / اخترعت جهاز الجونج وهو جهاز فريد من نوعه يساعد على التحكم بالخلايا العصبية ما بين فتحها وإغلاقها، وهذا الجهاز يعد الوحيد في العالم / سعودية.
- سابين / مكتشف مصل شلل الأطفال.

- سانت بازيل / مؤسس أول مستشفى / يوناني.
- سباستيان أرارد / مبتكر البيانو الحديث / ١٨٢٢ / فرنسي.
- سبانجلر / مخترع المكثفة الكهربائية / ١٩٠٧ / أمريكي.
- ستانلي / مخترع المحول الكهربائي / ١٨٨٥ / أمريكي.
- ستيفنسون / مخترع القاطرة الحديدية / ١٨١٤ / إنجليزي.
- سوان / مخترع الأشعة.
- سيث هانت / مبتكر أول ماكينة آلية لصناعة الدبابيس / أمريكي.

(ش)

- شارلز هيدبرت / مخترع البسكويت / ١٩٠٣.
- شارلز جودبير / مخترع المطاط المقسي / ١٨٩٣.
- شالنبجر / مخترع العداد.
- شاولاو / مخترع أشعة الليزر / ١٩٥٨ / أمريكي.
- شوكلي / مخترع الترانسيستور / أمريكي (٣).
- شونبيان / مكتشف غاز الأوزون / ألماني.

(ص)

- صمويل كولت / مخترع المسدس / ١٨٣٦ / أمريكي.
- صمويل مورس / مخترع التلغراف / ١٨٣٢ / أمريكي.

(ط)

- طاليس / أول من قام بقياس ارتفاع أهرام مصر بطريقة الظل / إغريقي.

(ع)

- علي بن فرناس / أول من وصف عملية الشق في استخراج الحصاة.
- على مصطفى مشرفة / مكتشف سر تفطيت الذرة / مصري.

(ف)

- فارادي / مخترع الدينامو / ١٨٣٠.
- فارنسورت / مخترع التلفزيون الإلكتروني.
- فاسكودي جاما / مكتشف المحيط الهادي / برتغالي.
- فرانسيسكو بيزارو / مكتشف بيرو / ١٥٣٢ / أسباني.

• فرانك روبرتسون / مخترع شراب الكوكاكولا / ١٨٨٦ / أمريكي.

• فرديناند كاريه / مخترع الثلاجة / ١٨٥٨ / فرنسي.

• فرويد / واضع علم النفس التحليلي.

• فريدريك بانتينج / مكتشف الأنسولين / ١٩٢١ / إنجليزي.

• فريدريك هوبكنز / مكتشف الفيتامينات / إنجليزي.

• فلاديمير بولسون / مخترع المسجل / ١٨٩٩ / دانمركي.

• فون بهرنغ / مكتشف مضادات السموم / ١٨٩٠ / ألماني.

• فون دريبل / مخترع الغواصة / ١٧٧٥ / أمريكي.

• فيتوريو بوتيجو / مكتشف نهر جوبا الصومالي.

• فيثاغورس / مكتشف جدول الضرب / إغريقي.

• فيرمادي ماجلان / مخترع المحاة الكاوتشوك (الأستيكة) /

برتغالي.

• فيلونار ندورث / مخترع التلفاز.

• هيبولت فيزو / حدد سرعة الضوء / ١٨٤٩ / فرنسي.

(ك)

- كارل أندرسون / مخترع الإلكترون الموجب / ١٩٣٧ / أمريكي.
- كارل بينز / مخترع السيارة / ١٨٨٥ / ألماني.
- كارل لاند شتاينر / مكتشف فصائل الدم.
- كافنديش / مكتشف غاز الهيدروجين.
- كرماناك / مخترع لعبة الشطرنج.
- كريد / مكتشف عملية نقل الدم.
- كريستوف رودولف / مبتكر علامة الجذر التربيعي.
- كريستوفر كولبس / مكتشف كوبا.
- كريستوفر لاثام شولز / مبتكر الآلة الكاتبة / ١٨٦٨ / أمريكي.
- كريستوفوري / مخترع البيانو / ١٧١٠ / إيطالي.
- كريل / مكتشف عملية نقل الدم / ١٩٠٥ / أمريكي.
- كلود / مخترع لمبات النيون / ١٩١٥ / فرنسي.
- كنج كامب جيليت / مخترع شفرة الحلاقة / ١٩٠٤ / أمريكي.
- كوبر / مخترع آلة تسجيل الوقت.
- كوبورن هاسكل / مخترع كرة الجولف / ١٨٩٩ / أمريكي.
- كيلر / مخترع آلة كشف الكذب.

(ل)

- لابلاس / واضع نظرية حركة المجموعة الشمسية.
- لادد / مخترع قلم الحبر.
- لازلوبايرو / مطور قلم الحبر الجاف / ١٩٣٨ / المجر.
- لوفلر / مكتشف الميكروب المسبب لمرض الخناق / ١٨٤٤.
- لاند / مخترع القلم الجاف.
- لانستن / مخترع الأحرف الرصاصية.
- لانيك / مخترع السماعه الطبية.
- لويجي جالفاني / مكتشف وجود التيار الكهربائي / إيطالي.
- لويس باستور / مكتشف دواء الكلب / فرنسي.
- لويس بريل / م. طريقة بريل للقراءة للمكفوفين / ١٨٢٩ / فرنسي.
- لويس واترمان / مخترع أول قلم حبر عملي / ١٨٨٤ / فرنسي.
- ليفنهوك / مخترع المجهر البسيط.

(م)

- مهند جبريل أبو دية / أعمق غواصة بحرية / سعودي.

- ماجلان / مكتشف كروية الأرض / برتغالي.
- مارشيللو مالبيجي / واضع أساس علم التشريح المجهرى / إيطالي.
- ماركوس تيرو / مخترع نظام الكتابة المختزلة / ٦٣ ق.م / روماني.
- ماركوني / مخترع الراديو / ١٨٩٥ / إيطالي.
- ماري كوري & بيبير كوري / مكتشفا الراديوم / ١٨٩٨ / فرنسيان.
- مايكل أنجلو / مصمم برج بيزا المائل / إيطالي.
- مايكل فاراداي / مكتشف ظاهرة الحث الكهرومغناطيسي / إنجليزي.
- محمد بن موسى / مخترع الصفر.
- منديليف / مكتشف أن كل مادة تتكون من عنصر أو عدة عناصر / روسي.

(ن)

- نولاند بوشنال / مخترع لعبة الأتاري.

• نيقولا جاك كونتي / مطور أقلام الرصاص / ١٧٩٥ /
فرنسي.

• نيقولا كونبوت / مبتكر العربة البخارية / ١٧٦٩ / فرنسي.

(هـ)

• هاري بربرلي / مخترع الحديد غير قابل للصدأ / ١٩١٣.

• هاملتون سميث / مخترع الغسالة / ١٨٥٨ / أمريكي.

• هانز ليبيرشي / مخترع أول تلسكوب / ١٦٠٨ / هولندي.

• هانكوك / مخترع أول أوتوبيس / ١٨٣١ / إنجليزي.

• هايمان ليبمان / مبتكر أول قلم رصاص بممحاة في الأسفل
/ أمريكي.

• هاينز فورد / مطور صناعة السيارات / ١٨٩٠.

• هرتز / مكتشف الموجات الصوتية.

• هرناندو كورتيس / مكتشف المكسيك / ١٥١٩ / أسباني.

• ه. سيللي / مخترع المكواة الكهربائية / أمريكي.

• هنري بيكيريل / مكتشف مكونات أشعة بيتا / فرنسي.

• هنري دونان / مؤسس جمعية الصليب الأحمر / سويسري.

- هنري كافينوس / مكتشف الهليوم.
- هنري مل / مخترع الآلة الكاتبة / ١٧١٤ / إنجليزي.
- هنري هيلد / مخترع الدراجة النارية / ١٨٩٢ / ألماني.
- هوراس ولز / مكتشف البنج في العمليات الجراحية.
- هولاند / مخترع الغواصة / أمريكي.
- هولت / مبتكر الجرار (التركتور) / ١٩٠٠ / أمريكي.
- هينج براند / مكتشف مادة الفوسفور / ١٦٦٩ / ألماني.

(و)

- وارنر فون سيمنس / مخترع القطار الكهربائي / ١٨٧٩ / ألماني.
- واطسون / مكتشف جزئيات الذرة الصغيرة.
- ولتر هنت / مخترع أول ماكينة خياطة / ١٨٣٢.
- وليم جلبرت / مكتشف الكهرباء.
- وليم رامساي / أول مكتشف للغازات النادرة في الهواء / إنجليزي.
- وليم هارفي / مكتشف الدورة الدموية الكبرى.
- وليم هانا / مبتكر شخصية توم وجيري / أمريكي.
- وليم هرثشل / مكتشف الأشعة تحت الحمراء / إنجليزي.

مكتشف كوكب أورانوس.

- ويدغود / مخترع ورق الكربون / إنجليزي.
- ويلر / مخترع المروحة الكهربائية / ١٨٨٢ / أمريكي.
- ويليام بارسونز / مبتكر أول تلسكوب متطور / ١٨٤٢ /
إنجليزي.

- ويليام بوينج / مصمم شركة بوينج للطائرات / أمريكي.
- ويليام مورجان / مبتكر لعبة كرة الطائرة.
- ويليام هيرتشل / أول من فكر بالبصمة / ١٨٥٩ / إنجليزي.
- ويليس كاريير / مخترع مكيف الهواء / ١٩١٥ / .

(ي)

- يوهان ادوارد لوندستروم / مطور أعواد الثقاب / ١٨٥٢ /
سويدي
- يوهان كيلر / مكتشف القوانين الثلاثة لحركة الكواكب /
ألماني.



مناه لفظية



تخرج من ألسنتنا ولا نبالي بها.. إنها الألفاظ، نعم الألفاظ تحمل معها المعاني والأسرار التي قد نحيط بعلمها، وقد لا نحيط وهو الأكثر؛ لذا أحببنا أن نضع بين أيديكم جميعاً هذا الفصل المنتقى من أقوال أهل التقى، في شيء من الألفاظ التي قد تخرج من ألسنتنا أو قد نسمعها من إخواننا، فلنتعلم؛ فليس المرء يولد عالماً، وليس أخو علم كمن هو جاهل.

وقد يقول أحد الأشخاص إن الأمر هين ولا داعي إلى هذا البحث والتنقيب ما دام أن نية المتكلم سليمة، ولا يقصد أن يسيء لأحد.. فقط كلمات اعتاد عليها، وتكررت على لسانه وسمعه.

إلى هذا نقول، وبالله التوفيق: سئل فضيلة العلامة ابن عثيمين - يرحمه الله - عما يقول بعض الناس من أن تصحيح الألفاظ غير مهم مع سلامة القلب؟ فأجاب بقوله: إن أراد بتصحيح الألفاظ إجراءها على اللغة العربية فهذا صحيح فإنه لا يهم - من جهة سلامة العقيدة - أن تكون الألفاظ غير جارية على اللغة العربية ما دام المعنى مفهوماً وسليماً.. أما إذا أراد بتصحيح الألفاظ ترك الألفاظ التي تدل على الكفر والشرك فكلامه غير صحيح، بل تصحيحها مهم، ولا يمكن أن نقول للإنسان أطلق لسانك في قول كل شيء ما دامت النية صحيحة، بل نقول الكلمات مقيدة بما جاءت به الشريعة الإسلامية.

ويقول الشيخ بكر أبو زيد - يرحمه الله -: ومن العجب: أن الإنسان يهون عليه التحفظ والاحترام من أكل الحرام والظلم والزنا والسرقه وشرب الخمر، ومن النظر المحرم وغير ذلك، ويصعب عليه التحفظ من حركة لسانه، حتى ترى الرجل يُشار إليه بالدين والزهد والعبادة، وهو يتكلم بالكلمات من سخط الله لا يلقي لها بالاً ينزل بالكلمة الواحدة منها أبعد ما بين المشرق والمغرب؛ وكم ترى من رجل متورع عن الفواحش والظلم، ولسانه يضري في أعراض الأحياء والأموات ولا يبالي ما يقول.

وإذا أردت أن تعرّف ذلك فانظري فيما رواه مسلم في صحيحه من حديث جندب بن عبد الله قال: قال رسول الله ﷺ: «قال رجل: والله لا يغفر الله لفلان، فقال الله عز وجل: من ذا الذي يتألى عليّ أني لا أغفر لفلان؟

قد غفرت له وأحببت عملك». فهذا العابد الذي قد عبد الله ما شاء أن يعبدته أحببت هذه الكلمة الواحدة عمله كله.

وفي حديث أبي هريرة نحو ذلك، ثم قال أبو هريرة: تكلم بكلمة أويقت دنياه وآخرته.

وفي الصحيحين من حديث أبي هريرة --رضي الله عنه-- عن النبي ﷺ قال: «إن العبد ليتكلم بالكلمة من رضوان الله لا يلقي لها بالاً يرفعه الله بها درجات، وإن العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله لا يلقي لها بالاً يهوي بها في جهنم». وعند مسلم: «إن العبد ليتكلم بالكلمة ما يتبين ما فيها يزل بها في النار أبعد ما بين المشرق والمغرب». (انتهى كلامه - يرحمه الله - من كتابه معجم المناهي اللفظية).

وقد ألف العديد من العلماء - يرحمهم الله - جميعاً في خطر الألفاظ ووجوب الحرص والحذر من كل ما يخرج من اللسان.

ونحن علينا في مدارسنا دور في توعية وتوجيه الطالبات من خطر هذه الألفاظ المنتشرة في ما بينهن، من خلال المنابر الثقافية.



ألفاظ منهي عنها في الشرع

• تسوية مخلوق بالله في الألفاظ من دون تسويته في التعظيم
مثل قول:

- ١- ما شاء الله وشئت ٢- لولا الله وأنت ٣- داخل على الله وعليك
 - ٤- الله لي في السماء وأنت لي في الأرض ٥- مالي إلا الله وأنت ٦- هذا
 - من بركات الله وبركتك ٧- متوكل على الله وعليك ٨- أعوذ بالله وبك
 - ٩- لولا فلان لكان كذا ١٠- وهذا من الله وفلان ١١- متوكل على فلان.
- جميعها ألفاظ منهي عنها في الشرع؛ لأن الله تعالى قال: ﴿فَلَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَنْدَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ (البقرة: ٢٢) ، وقال النبي ﷺ " قل: ما شاء الله وحده» وهذا هو الأكمل ، وصح عنه ﷺ أنه قال " لا تقولوا: ما شاء الله وشاء فلان ، ولكن قولوا: ما شاء الله ثم فلان " .

ألفاظ منهي عنها في الشرع

- ١- مناداة الممرضة الكافرة بد(سستر) ، منهي عنه؛ لأن معناها أخت والكافر ليس أخاً للمسلم.
- ٢- قول: (لا سمح الله) ، منهي عنه؛ والأولى أن يقول: (لا قدر الله) بدلاً من لا سمح الله لأنه أبعد عن توهم مالا يجوز في حق الله تعالى.
- ٣- قول العاصي عند الإنكار عليه: (أنا حر في تصرفاتي) ، منهي

عنه؛ ونقول له: لست حراً في معصية الله. بل إنك إذا عصيت ربك فقد خرجت من الرق الذي تدعيه في عبودية الله إلى رق الشيطان والهوى.

٤- قول: (بذمتي - بشري في - بها النعمة)، لا يجوز؛ لأنه قسم بغير الله وهذا شرك أصغر.

٥- يحتج بعض الناس إذا نهي عن أمر مخالف للشريعة أو للآداب الإسلامية بقوله: (الناس يفعلون كذا) وهذا ليس بحجة لقوله تعالى: ﴿وَإِنْ تُطِيعُوا أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ لِيُضِلُّوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ﴾ (الأنعام: ١١٦). ولقوله تعالى: ﴿وَمَا أَكْثَرُ النَّاسِ وَلَوْ حَرَصْتَ بِمُؤْمِنِينَ﴾ (يوسف: ١٠٣). والحجة فيما قال الله تعالى ورسوله ﷺ، أو كان عليه السلف الصالح.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: (بذلت قصارى جهدي والباقي على الله)، منهي عنه؛ لأنه يعني أن الفاعل اعتمد على نفسه أولاً ولكن يقول بذلت جهدي وأسأل الله المعونة.

٢- قول: (رزق الهبل على المجانين)، منهي عنه؛ لأن الرزق هو لله وحده وليس أحد يملك لنفسه ولا لغيره رزقاً ولا نفعاً وموتاً ولا نشوراً، قال الله في كتابه العزيز: ﴿إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾ (الذاريات: ٥٨)، فالرزق بيد الله سبحانه وتعالى يقسمه لحكمة لا يعلمها إلا هو.

٣- قول: (لا يبرحم ولا يبخلى)، منهي عنه؛ لأن الله سبحانه وتعالى لا يؤوده شيء ولا ينازعه في سلطانه منازع. وقال الله جل و علا: ﴿ مَا يَفْتَحُ اللَّهُ لِلنَّاسِ مِنْ رَحْمَةٍ فَلَا مُمْسِكَ لَهَا وَمَا يُمْسِكُ فَلَا مُرْسِلَ لَهُ مِنْ بَعْدِهِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴾ (فاطر: ٢). فمن هذا المخلوق الذي يستطيع أن يمنع رحمة الله، فهذا القول لا يجوز.

٤- قول: (ثور الله في برسيمه)، منهي عنه؛ لأنه سوء أدب مع الله تعالى. قال تعالى: ﴿ مَا لَكُمْ لَا تَرْجُونَ لِلَّهِ وَقَارًا ﴾ (١٣).

٥- قول: (أنا عبد المأمور) هذه كلمة خاطئة لأننا كلنا عبيد لله الواحد الأحد القهار، فهي توحى أن قائلها ليس عليه أي ذنب إذا أمره رئيسه بفعل ما يغضب الله، والحقيقة غير ذلك، فكل إنسان مسؤول عن أفعاله مسؤولية كاملة، فعن ابن عمر - رضي الله عنهما - عن النبي ﷺ قال: " على المرء المسلم السمع والطاعة فيما أحب وكره، إلا أن يؤمر بمعصية، فإذا أمر بمعصية فلا سمع ولا طاعة " متفق عليه.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: (يا مستعجل عطلك الله)، وطبعا الغلط واضح؛ فالله جل شأنه لا يعطل أحدا. ولكن العجلة (الاستعجال) هي خطأ لحديث أنس بن مالك رضي الله عنه، عن النبي ﷺ قال: «التأني من الله والعجلة من الشيطان». ٢- قول: (البقية في حيا تك)، ما هذه البقية؟ لا حول ولا قوة إلا بالله هل يموت إنسان قبل انقضاء عمره بحيث تكون البقية يرثها

أحد أوليائه، سبحان الله هذا بهتان عظيم. لن يموت إنسان قبل أن يستكمل آخر لحظه في عمره قال تعالى: ﴿وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ﴾ (الأعراف: ٣٤).

٣- قول: (أنت فضولي) للذي يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر. من قال هذا للذي يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر يخشى عليه من الكفر.

٤- قول: (بحياتي، بشرفي، بصلاتك، بالعون، بدمتي). هذه الألفاظ ونحوها من الحلف بغير الله تعالى وهو شرك أصغر.

٥- قول: (توكلت عليك يا فلان، وأنا متوكل على الله وفلان). هذا في معنى الشرك المنهي عنه، بل إن الشيخ محمد بن إبراهيم يرى أنها لا تجوز حتى ولو قال: ثم فلان: لأن التوكل كله عبادة، بل الجائز أن يقول وقلت فلاناً في كذا.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: (لك خالص تحياتي، لك خالص شكري)، منهي عنه؛ لأنه لا أحد يحيا على الإطلاق إلا الله، وأما إذا حيا إنسان إنسانا على سبيل الخصوص فلا بأس به فلو قلت: لك تحياتي، أو لك تحياتنا، مع التحية فلا بأس؛ لكن التحيات على سبيل العموم والكمال لا تكون إلا لله عز وجل.

٢- قول: (حرام عليك تفعل كذا). إن يقصد قائلها أن الله حرم

هذا الشيء وهو محرم شرعاً فلا محذور فيه. وإن كان يقصد ما ذكر ، وهو غير محرم شرعاً ، فهو قول على الله بلا علم فيجب اجتنابه.

٣- قول: (خان الله من يخون). قول منكر يجب إنكاره، ويخشى على قائله.

٤- الدين لله، والوطن للجميع. منهي عنه؛ لأنها كلمة توجب الردة، نسأل الله السلامة.

٥- قول: (ستبقى القدس عربية)، منهي عنه؛ بل الواجب أن نقول: ستبقى القدس إسلامية.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: (الله موجود في كل مكان). هذا القول يوجب تعدد ذات الله أو حلوله ووجوده في أماكن نجسه وقذرة كالحمامات وغيرها، تعالى الله وتقدس عن ذلك، والصواب أن يقال: الله في السماء وفوق العرش، والله معنا في كل مكان بعلمه، يسمع ويرى.

٢- قول: (من علمني حرفاً صرت له عبداً). هذا من الألفاظ المنكرة، ومخالف لإجماع المسلمين وقد أنكره شيخ الإسلام ابن تيمية.

٣- قول: (شاءت حكمة الله، أو شاءت قدرة الله، أو شاءت عناية الله)، لا يصح هذا القول بل يقال: شاء الله واقتضت حكمة الله، وعنايته سبحانه.

٤- قول: (يا رحمة الله، يا مغفرة الله، يا قدرة الله، يا عزة الله)،

منهي عنه؛ لأن هذا من باب دعاء الصفة، والدعاء إنما يصرف لمن اتصف بها سبحانه، لهذا فلا يجوز هذا الدعاء. ويجوز التوسل بها في الدعاء والحلف بها.

٥- قول: (اللَّهُ بالخير). سئل الشيخ عبد الله أبا بطين عن هذا في التحية فقال: هذا الكلام فاسد خلاف التحية التي شرعها الله ورضيها وهو السلام، فلو قال: صبحك الله بالخير بعد السلام، فلا ينكر.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: (يعلم الله إني فعلت كذا، أو يعلم الله أنني ما فعلت كذا) وهو كاذب.

إِنْ كَانَ قَائِلَهَا يَتَيَقَّنُ أَنَّ الْأَمْرَ كَمَا قَالَ: فَلَا بَأْسَ بِهَا.

وإن شك في ذلك، وكان كاذبا في كلامه هذا: فهو من أقبح القبائح لأنه تعرض للكذب على الله تعالى وفيه أمر أخطر من هذا وهو: أنه تعرض لوصف الله بأنه يعلم الأمر على خلاف ما هو عليه، وذلك لو تحقق كان كفراً.

٢- قول: (أدام الله أيامك)، منهي عنه؛ لأن دوام الأيام محال مناف لقوله تعالى: ﴿كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ ۝٣٦ وَبَقِيَ وَجْهَ رَبِّكَ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ ۝٣٧﴾

٣- قول: (أطال الله بقاءك، أو طال عمرك). قال الشيخ محمد بن عثيمين رحمه الله تعالى: لا ينبغي أن يطلق القول بطول البقاء. لأن

طول البقاء قد يكون خيراً، وقد يكون شراً فإن شر الناس من طال عمره
وساء عمله، وعلى هذا فلو قال: أطال الله بقاءك على طاعته، ونحوه فلا
بأس بذلك.

٤- قول: (خسرت في الحج كذا، وخسرت في العمرة كذا)، منهي
عنه؛ لأن ما بذل في طاعة الله ليس بخسارة، بل هو الربح الحقيقي
وإنما الخسارة ما صرف في معصية أو في ما لا فائدة فيه. وأما ما فيه
فائدة دنيوية أو دينية فإنه ليس بخسارة.

٥- قول: (تقبل الله منا ومنك) بعد الصلاة، بدعة؛ لأنها ليس
لها دليل من السنة ولا أثر.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- قول: أسألك بوجه الله، أو وجه الله عليك)، منهي عنه؛ لأن
وجه الله أعظم من أن يسأل به الإنسان شيئاً من الدنيا، فلا يقدم
أحد على مثل هذا السؤال، أي: لا يقل: وجه الله عليك، أو أسألك بوجه
الله أو ما أشبه ذلك.

٢- قول: (المثل الأعلى). مثل وصف بعض الكتاب المعاصرين
بعض الناس بأن لهم المثل الأعلى، بل المثل الأعلى لله سبحانه وتعالى،
قال تعالى جل في علاه: ﴿وَلَهُ الْمَثَلُ الْأَعْلَىٰ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ
الْحَكِيمُ﴾.

٣- قول: (الدين لب وقشور)، منهي عنه؛ لأن القشور لا فائدة

منها والدين خير كله أصوله وفروعه وواجباته وسننه.

٤- قول: (أهل الكتاب ليسوا كفاراً). هذا القول كفر، لأن الله تعالى يقول: ﴿يَتَّاهَلُ الْكِنَابِ لِمَ تَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأَنْتُمْ تَشْهَدُونَ﴾

٥- قول: (اليوبيل الفضي أو الذهبي)، منهي عنه؛ لأن اليوبيل كلمة يهودية معناها الخلاص والتحرير والاحتفال به محرم.

ألفاظ منهي عنها في الشرع

١- تسمية الأحكام الشرعية (عادات وتقاليد)، منهي عنه؛ لأنها توهم أن الإسلام عادات وتقاليد ورثناها عن أسلافنا تقبل التغيير والتبديل.

٢- قول الإنسان لضيفه: (وجه الله إلا أن تأكل)، منهي عنه؛ لأنه لا يجوز لأحد أن يستشفع بالله عز وجل إلى أحد من الخلق، فإن الله أعظم وأجل من أن يستشفع إلى خلقه وذلك لأن مرتبة المشفوع أعلى من مرتبة الشافع والمشفوع له، فكيف يصح أن يجعل الله تعالى في علاه شافعاً عند أحد.

٣- قول: (لم تسمح لي الظروف أو لم يسمح لي الوقت). إن كان القصد أنه لم يحصل وقت يتمكن فيه من المقصود فلا بأس، وإن كان القصد أن للوقت تأثيراً فلا يجوز.

٤- (لعن الشيطان). الإنسان لم يؤمر بلعن الشيطان، وإنما

أمر بالاستعاذة منه كما قال الله تعالى: ﴿وَمَا يَنْزَعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ (فصلت: ٣٦).

٥- قول: (الله ورسوله أعلم). لا يجوز إطلاقها بعد وفاته ﷺ إلا ما كان من الأحكام الشرعية.

أخطئ مع الناس ولا تصب وحدك

ومثله عند أهل اللغة: خطأ مشهور خير من صواب مهجور. وكلاهما خطأ، فالحق أحق أن يتبع، فكن مع الحق وإن كنت وحدك، فليست العبرة بكثرة السالكين، وإنما العبرة بمن كان على الصراط المستقيم.

استجرت برسول الله ﷺ

الاستجارة بالرسول ﷺ استجارة بمخلوق، وهي على ثلاثة أنواع:

١- استجارة به في حياته فيما يقدر عليه من أمور الدنيا، فهذا جائز.

٢- استجارة به في حياته فيما لا يقدر عليه، وهو من خصائص الله - سبحانه - فهذا شرك أكبر يحرم عمله، أو إقراره.

٣- استجارة به بعد وفاته ﷺ فهذا شرك أكبر مخرج عن الملة، يحرم على المسلم عمله، أو إقراره.

اللّٰه ما يضرب بعضى

هذه من الألفاظ الدارجة على ألسنة بعض العامة، عند المغالبة والمشاهدة، ويظهر أن المراد: أن الله - سبحانه - حكم قسط ﴿وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا﴾ (الكهف: ٤٩)، لكن في التعبير بها سوء أدب، وجفاء، فتجتنب، وينهى عنها من يتلفظ بها.

اللّٰه ينشد عن حالك

لدى بعض أعراب الجزيرة، إذا قال واحد للآخر: كيف حالك، قال الآخر: الله ينشد عن حالك. وهذه الكلمة إغراق في الجهل، وغاية في القبح، ولا يظهر لها محمل حسن، ولو فرض لوجب اجتنابها؛ لأن علم الله - سبحانه - محيط بكل شيء، لا تخفى عليه خافية، فعلى من سمعها إنكارها والله أعلم.

اللهم لا تحوجنا لأحد من خلقك

يروى عن علي - رضي الله تعالى عنه - أنه قال: اللهم لا تحوجني إلى أحد من خلقك، فقال ﷺ: «لا تقل هكذا، فإنه ليس أحد إلا هو محتاج إلى الناس، ولكن قل: اللهم لا تحوجني إلى شرار خلقك، الذين إذا أعطوا منوا، وإن منعوا عابوا».

لا أصل له، فيه ابن فرضخ، يتهم بالوضع.

وقال العجلوني: (قال ابن حجر المكي، نقلاً عن الحافظ السيوطي: إنه موضوع، بل قد يقال: إن الدعاء به ممنوع، سمع أحمد رجلاً يقول: اللهم لا تحوجني إلى أحد من خلقك، فقال: هذا رجل تمنى الموت. ثم ذكر أثر على المذكور) اهـ. والله أعلم.

أهل الكتاب ليسوا كفاراً

هذا القول كفر صريح، ومعتقده مرتد عن الإسلام: قال الله تعالى: ﴿يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لِمَ تَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأَنْتُمْ تَشْهَدُونَ﴾ (آل عمران: ٧٠).

وقال - سبحانه - : ﴿قَاتِلُوا الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَا بِالْيَوْمِ
الْآخِرِ وَلَا يُحَرِّمُونَ مَا حَرَّمَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ، وَلَا يَدِينُونَ دِينَ الْحَقِّ مِنَ الَّذِينَ
أُوتُوا الْكِتَابَ حَتَّى يُعْطُوا الْجِزْيَةَ عَنْ يَدٍ وَهُمْ صَاغِرُونَ﴾ (التوبة: ٢٩).

والآيات والأحاديث في هذا المعنى كثيرة. والحكم بكفر من لم يؤمن برسالة محمد ﷺ من أهل الكتاب، من الأحكام القطعية في الإسلام، فمن لم يكفرهم فهو كافر؛ لأنه مكذب لنصوص الوحيين الشريفيين.

التطرف الديني

لهج المحدثون بهذا الاصطلاح في مطلع القرن الخامس عشر الهجري في وقت حصل فيه رجوع عامة شباب المسلمين إلى الله تعالى والتزامهم بأحكام الإسلام، وآدابه والدعوة إليه، فكان قبلُ ينبز من

هذا سبيله بالرجعية، والتعصب، والجمود، ونحوها.

ودين الله بين الغالي، والجاي، وقد كان علماء الإسلام يقرون النهي عن الغلو في الدين، وينشرون النصوص بذلك، في الوقت الذي يحثون فيه على التوبة والرجوع إلى الله تعالى، فقلبت القوس ركة في هذه الأزمان، فصار التائب المنيب إلى ربه ينبز بأنه متطرف؛ للتنفير منه، وشل حركة الدعوة إلى الله تعالى.

ومن الغريب أنه مع سوء ما يرمى إليه فهو وافد من - يهود قبهم الله - فتلقفه المسلمون فيا ليتهم يرفضونه. والمصطلح لدى أهل العلم هو "الغلو" كما في الحديث المشهور: "إياكم والغلو" الحديث.

قال الذهبي: (قلت: غلاة المعتزلة، وغلاة الشيعة، وغلاة الحنابلة، وغلاة الأشاعرة، وغلاة المرجئة، وغلاة الجهمية، وغلاة الكرامية، قد ماجت بهم الأهواء) انتهى.

روح الدين الإسلامي

أهل العلم في هذا الزمان يعيشون في زحمة مهولة من "عامية الثقافة المعاصرة" ومن "توليد المصطلحات"، ومن الوقوع في دائرة "اصطلاح المتصوفة" من حيث لا يشعرون، ومن هذه: هذا اللفظ، ونحوه، مثل: روح الشريعة، روح الإسلام، ومعلوم أن لفظ "الروحانية"، وهذه البلاد فيها روحانية، وهذه المجالسة فيها روحانية، وهكذا، كلها مصطلحات صوفية لا عهد للشريعة بها، فعلى المسلمين تجنبها، وإن

كان لها بريق، فعند تأمل البصير لها، يجدها خواء، أو تشتمل على منابذة للشرعية بوجه ما. والله المستعان.

الصحة الإسلامية

هذا وصف لم يعلق الله عليه حكماً، فهو اصطلاح حادث، ولا نعرفه في لسان السلف جارياً، وجرى استعماله في فواتح القرن الخامس عشر الهجري في أعقاب عودة الكفار كالنصارى إلى "الكنيسة". ثم تدرج إلى المسلمين، ولا يسوغ للمسلمين استجرار لباس أجنبي عنهم في الدين، ولا إيجاد شعار لهم يأذن الله به ولا رسوله؛ إذ الألقاب الشرعية توقيفية: الإسلام، الإيمان، الإحسان، التقوى، فالمنتسب: مسلم، مؤمن، محسن، تقي.. فليت شعري ما هي النسبة إلى هذا المستحدث "الصحة الإسلامية": صاح، أم ماذا؟ ثم إنه يعني أن الإسلام كان في غفوة، وحال عزل في المسجد - كالديانة النصرانية كانت في الكنيسة فحسب - ثم أخذ في التمدد والانتشار، ففي هذا بخصوص الإسلام إغفال للواقع، ومغالطة للحقيقة، وإيجاد جو كبير للتخوف من المتدينين والرعب منهم حتى تتم مقاومتهم، وفي مصطلحات الصوفية كما في رسالة ابن عربي "مصطلحات الصوفية": الصحة: رجوع إلى الإحساس بعد الغيبة بوارد قوى.

جديد هل تعلمين؟



هل تعلمين؟.. من الضحكات الشيقة والممتعة، والمحبة إلى نفوس السامعات، سواءً معلمات أو طالبات.

وهي تعتمد على جمع معلومات مختلفة سواءً دينية، أو ثقافية، أو اجتماعية، أو علمية، أو رياضية، أو غيرها من حقول العلم المختلفة، ومن ثم صياغتها بال قالب الشيق هل تعلمين؟

وقد جمعت هنا الكثير من المعلومات المختلفة والشيقة، والممتعة،
والمفيدة؛ لكن لا أنسى بأن أذكر أخواتي المعلمات والطالبات؛ بأن لا يكثرن
من هذه الفقرة (هل تعلمين؟)؛ حتى لا تمل الطالبات من سماعها؛ بل يُنوع
بغيرها من الفقرات، ويخصص لها يوم أو يومان من الأسبوع.. لا تزيد.
ومن خلال ملاحظتي لهذه الفقرة في أثناء استماعي لطلاب المدارس
في أثناء إلقائها، لاحظت السرعة الشديدة من الطلاب في أثناء إلقائها،
وهذه الفقرة بالعكس تحتاج إلى بقاء في الإلقاء؛ حتى يتسنى للمستمع
التركيز مع نقاط هذه الفقرة، وبالتالي وصولنا إلى الهدف المنشود من
ورائها.



• هل تعلمين أن :

مؤتمراً يعقد كل عام بمدينة أورلاندو الأمريكية يحضره رجال الإدارة في جميع أنحاء العالم بغرض إثراء وتحديث معلوماتهم ،
ويبلغ عدد المشاركين ستة آلاف مشارك يستمعون لأكثر من ثلاثة آلاف محاضرة في أثناء مدة انعقاد المؤتمر!!

• هل تعلمين أن :

أول اجتماع لتنظيم حركة الطيران عقد في شيكاغو عام (١٣٢٤هـ) إثر انتهاء الحرب العالمية الثانية.

• هل تعلمين أن :

وكالات سياحية من ثلاث عشرة دولة أوروبية تضامنت لتسيير رحلات سياحية للفضاء الخارجي. وقد سيرت الصين أول رحلة سياحية للفضاء الخارجي (١٤١١هـ) وكذلك عملت وكالة مارتن ماريت الأمريكية التي تقوم بصناعة المحركات النفاثة للطائرات الحربية وعلى الرغم من أن أستراليا لم تشارك بعد في علوم الفضاء مشاركة تذكر إلا أنها خصصت قاعدة كاملة لتكون نقطة انطلاق للرحلات السياحية المتجهة إلى الفضاء..

• هل تعلمين أن :

أطباء العيون (في أمريكا) أثبتوا أن ترك العدسات اللاصقة على العيون لمدة طويلة يتسبب في إصابة العين بتقرح القرنية.

• هل تعلمين أن:

تقريراً للبنك الدولي ديون العالم لعام (١٤١٣ - ١٤١٤هـ) أشار إلى أن قيمة الديون الواجب سدادها على الدول العربية بلغت مائة وتسعة وثمانين بليون دولاراً أمريكياً بنهاية عام (١٩٤٢هـ) كما أن عائدات تلك الديون ارتفعت إلى أكثر من ثمانية عشر بليون دولاراً.

• هل تعلمين أن:

الأمية في العالم تساوي (٤٠٪) من إجمالي عدد السكان. ويتوقع المختصون أن هذه النسبة سوف تقل عام (٢٠٠٠م) إلى (١٥٪) فقط.

• هل تعلمين أن: القلق والتوتر يسببان السمنة.

• هل تعلمين أن الجيولوجيين يحاولون جاهدين وضع تقنيات علمية بهدف التنبؤ بحدوث الهزات الأرضية، فهبت كل من اليابان وروسيا والولايات المتحدة لوضع شبكات علمية لدراسة الزلازل ومعرفة التغيرات في الطبقات الصخرية، وتتضمن هذه الشبكات مرسماً وميزاناً للثقل النوعي يعمل على تسجيل تحولات الجاذبية، كما يهتم العلماء بتحديد كمية غاز الدارون الناتج عن اضمحلال الراديوم في الصخور المغمورة بالمياه. واستنتج خبراء الزلازل في الصين وروسيا أن زيادة ضغط الصخور تؤدي إلى زيادة غاز الرادون وهو غاز خطير يسبب السرطان.

ورغم نجاح العلماء في الكشف عن مسببات الزلازل إلا أن جوف القشرة الأرضية لا يزال عامراً بالأسرار التي لم تكتشف بعد.

• هل تعلمين أن:

الولايات المتحدة أعلنت الحرب على المخدرات أربعين مرة خلال أقل من عشرين عاماً، وقد اتفق الرأي العام من وجهة النظر الرسمية على أن المخدرات شر مطلق يجب محاربتها بشتى الوسائل؛ وذلك بسبب ما تركته من آثار فادحة على حياة الأفراد والأمن الاجتماعي!!

• هل تعلمين أن:

إشارات السكة الحديد كانت تفتح تلقائياً في أمريكا عام (١٤٠٩هـ) بسبب عطل في التيار الكهربائي، فتصادم عدد كبير من القطارات نتجت عنه خسائر كثيرة.

• هل تعلمين أن:

الأطباء تمكنوا من تحليل شخصية الإنسان من خلال الأحلام التي يراها في منامه، وأول من عالج هذه الظاهرة الطبيب النمساوي الشهير فرويد!!

• هل تعلمين أن:

ثاني أكسيد الكربون والميثان من الغازات الرئيسية المكونة لما يعرف بظاهرة البيت الزجاجي في الغلاف الجوي ومهمة هذه الغازات اصطلياد الطاقة الشمسية لمعادلة درجات الحرارة في الغلاف الجوي حتى تحفظ استمرارية الحياة على سطح الأرض. وقد زاد تركيز

هذه الغازات في الغلاف الجوي بعد الثورة الصناعية بسبب الأنشطة البشرية الضارة كحرق وإزالة الغازات!!

• هل تعلمين أن:

الدماغ يفرز مواداً كيميائية عديدة بينها مادة لها نفس خصائص المروفين فتعمل على تثبيط بعض مناطق في الجهاز العصبي المركزي وتؤدي جرعة صغيرة من تلك المادة (خمسة غرامات) لتخدير وإزالة الآلام والشعور النفسي، وظيفتها، تهدئة الإنسان وجعله يتحمل آلامه النفسية والجسدية في جلد.

• هل تعلمين أن:

عدد الأطفال الذين يعيشون بعيداً عن آبائهم يتراوح بين (٢٠) إلى (٥٠٪) من أطفال الولايات المتحدة الأمريكية.

• هل تعلمين أن:

الكبد يقوم بأكثر من تسعين وظيفة غير تلك التي لم تكشف بعد، وهو أحد أكبر أعضاء الجسم، يبلغ وزنه لدى البالغين (١,٥) كجم، ويوجد في مكان حيوي في الجزء العلوي من تجويف البطن تحت الحجاب الحاجز في الجهة اليمنى ويتكون من فصين أيمن وأيسر يتكون كل واحد منهما من فصوص صغيرة يتراوح عددها ما بين (٥٠٠٠٠ و ١٠٠٠٠٠). يستقبل الكبد الدم الخارج من الجهاز الهضمي حاملاً الغذاء

المتص عن طريق الوريد البابي قبل أن يعود الدم إلى القلب ليقوم بتوزيعه على مختلف أجزاء الجسم.

• هل تعلمين أن:

جنكيز خان هو الذي وحد قبائل التتار في بداية القرن السابع عشر ثم اتجه بها غرباً فاجتاح التركستان وجرف عرش محمد بن خوارزم شاه، ومن بعده عرش ابنه جلال الدين، وخرب المدن والقرى وظل ذلك ديدنه حتى عام (٦٢٤ هـ)، ثم تقدم هو لاكو فاستولى على قلاع إيران والقوقاز واتجه إلى بغداد فاستولى عليها عام (٦٥٦ هـ)؛ وقضى على الخلافة الإسلامية بعد أن استمرت خمسة قرون لكن السلطان قطز (سلطان مصر آنئذ) عزم على صده فخرج إليه بجيش عرمرم والتقى الجمعان في عين جالوت بأرض فلسطين في يوم الجمعة (٦٥٨/٩/٢٥ هـ) فهزم التتار وأجهز على قائدهم كتبغا وانتصر المسلمون ثم غادر التتار بلاد الإسلام إلى غير رجعة.

• هل تعلمين أن:

المعلقات التي ظهرت بعد الإسلام بلغ عددها عشرة وقد برزت فيها خصائص الشعر الجاهلي وتعد أبلغ ما وصلنا من أدب العرب وأصحاب المعلقات، وهم امرؤ القيس، طرفة بن العبد و زهير بن أبي سلمى، لبيد، عنترة و عمرو بن كلثوم، الحارث بن حلزة، النابغة الذبياني، الأعشى، وعبيد بن الأبرص. وقد عاش جميعهم في

الجاهلية كما عاش بعضهم حتى أوشك الإسلام. وقد سميت المعلقات هكذا لأنها كانت تخط بماء الذهب ثم تعلق في أستار الكعبة بعد أن تنال إعجاب الجميع. ويطلق عليها البعض المذهبات!

• هل تعلمين أن:

العرب أول من ابتكر البوصلة، وقد نقلها إلى أوروبا بطرس فوت ماريكو عام (٦٦٨هـ)!

• هل تعلمين أن:

غسل الوجه عدة مرات بالصابون يسبب جفاف البشرة لذا ينصح الأطباء الناس - خاصة النساء - بغسل الوجه مرتين في اليوم فقط بالصابون على أن يكون ذلك متباعداً، مرة في الصباح وأخرى في المساء. لأن الصابون يزيل طبقة الزيت الطبيعية الموجودة على البشرة التي يوفرها الجسم تلقائياً وتقل تلك الكمية كلما تقدم العمر وأنثى تفقد بشرة من يسرف في استخدام الصابون طراوتها ونعومتها ويصيبها الجفاف والالتهاب نتيجة كمية المياه الموجودة بها.

• هل تعلمين أن:

مساحة المركز الإسلامي الثقافى الجديد بأسبانيا تبلغ (٢م١٦٠٠٠) وقد بني من ستة طوابق نصفها تحت الأرض والأدوار الثلاثة العليا عبارة عن مسجد يتسع لثمانمائة مصلى لها منارة طولها ستة وثلاثون متراً ويضم المبنى بالإضافة للمسجد مكتبة ومعرضاً وقاعة

اجتماعات ومطعماً ومركزاً رياضياً وتشبه نوافيره وسقوفه الهرمية قصر الحمراء بغرناطة الذي يمثل أحد المعالم العمرانية الإسلامية التي لا تزال تشهد بتفنن المسلمين في العمارة أخيراً بقى أن تعرف أن كل هذا قد تبرع به خادم الحرمين الشريفين الملك فهد بن عبد العزيز طيب الله ثراه.

• هل تعلمين أن:

أقدم عاصمة في العالم هي صنعاء إذ يعود إنشاؤها إلى أكثر من خمسة آلاف عام مضت.

• هل تعلمين أن:

لدغة العقرب أقل ألماً من لسعة النحل.

• هل تعلمين أن:

الكولا ثمار شجرة تنمو غرب أفريقيا وجامايكا. يصل ارتفاعها عشرين متراً يمضغها الأهالي هناك عندما يشعرون بالجوع وتدخل بدورها في صناعة كثير من المرطبات والحلويات كما تستعمل في صناعة الأدوية.

• هل تعلمين أن:

درجة حرارة الكرة الأرضية آخذة في الازدياد شيئاً فشيئاً بسبب النشاطات البشرية وتأثير المواد المشتعلة التي تنشأ عن الصناعة،

أضف إلى هذا التلوث الذي يصيب البيئة وكذلك بسبب غاز ثاني أكسيد الكربون الذي يتزايد بشكل ملحوظ نتيجة للحياة العصرية، وقد أكد العلماء أن تزايد الحرارة إذا استمر بمعدله الحالي سيؤدي حتماً لذوبان الجليد والثلوج في القطبين (الشمالي والجنوبي) فيتعرض العالم لطوفان يغمر الكرة الأرضية بكاملها يعقبه جذب في كل العالم عندما تتبخر كمية المياه الموجودة بسبب ارتفاع الحرارة.

• هل تعلمين أن:

تقارير طبية نشرت في لندن أفادت أن الأمهات اللاتي يستخدمون مستحضرات للعناية ببشرتهن قد يتسببن في تعريض أبنائهن الرضع لمخاطر دون أن يدريين. وتنبع المشكلة من مادة اللانولين الدهنية التي تصنع من زيوت طبيعية توجد في صوف الخراف، كما أفاد الباحثون أن أثر المبيدات الحشرية التي تأكلها الحيوانات قد تبقى رغم التكرار وتتسرب لمستحضرات التجميل وكريمات العناية بالبشرة، وقالت الدكتورة: مارشا رابي التي ترأست فريق البحث إن القلق الرئيسي يكمن في استخدام كريمات اللانولين لتخفيف حدة التهاب حلقة الثدي مما يعرض صحة أطفالهن للخطر بسبب وجود آثار المبيدات الحشرية التي تصل لكريمات بواسطة الأعشاب.

• هل تعلمين أن:

مجموعة خبراء في الولايات المتحدة أعلنت أن الطحالب المعروفة باسم سبرولينا ستكون الغذاء الرئيسي للعالم في المستقبل نظراً لتزايد

الكثافة السكانية وأوضح العلماء أن واحد جرام من الطحالب يحتوي على ثلاثة أضعاف البروتين الذي يحتويه واحد جرام من اللحم البقري ويزيد محصول الفدان (من الطحالب) خمسة وعشرين ضعفاً عن محصول فدان فول الصويا.

• هل تعلمين أن:

طابعاً بريدياً تسبب في غزو دولة ومن ثم احتلالها حدث هذا حين عمل اليابانيون على إدخال الطوابع البريدية اللاصقة إلى كوريا، وكان النفوذ الياباني آنئذ قد توسع. لكن مواطني كوريا لم يستقبلوا ذلك بما كان يتمناه اليابانيون فخرجوا في مظاهرات عارمة احتجاجاً على إدخال الطوابع إلى بلادهم فمزقوا الطوابع وأحرقوا مكتب البريد في سيول، فوجدت قوات اليابان الفرصة السانحة للتدخل ففعلوا إلى أن احتلوا كوريا بحجة الحفاظ على الأمن واستمر احتلالهم لها حتى عام (١٣٦٥هـ).

• هل تعلمين أن:

في الهند يتحدث الناس ثمانمائة لغة، بينها اللغة الهندستانية، وهي مزيج بين الهندية والأوردية.

• هل تعلمين أن:

لفظ كاريكاتير مشتق من أصل إيطالي ومعناها: (التركيز)، وبواسطته يعبر الرسامون عن آرائهم في الأحداث بمختلف أشكالها

ويعد الرسام العالمي ليوناردو دافنشي منشئ هذا اللون من الفنون!

• هل تعلمين أن:

((أم القرى)) أول صحيفة سعودية تصدر في عهد الملك عبد العزيز آل سعود، باني هذا الكيان وجامع شمله في وحدة اندماجية لم يشهد لها التاريخ مثيلاً وقد صدر عددها الأول عام (١٣٤٣هـ) ثم جاءت بعدها زميلتها "صوت الحجاز" عام (١٣٥٠هـ).

• هل تعلمين أن:

أن عدد المتشردين في العالم في عام (١٤٢١هـ) مليار نسمة (خمس سكان الأرض)!!

• هل تعلمين أن:

قبل مائة عام كانت الغابات تغطي (٤٤٪) من مساحة أثيوبيا، أما اليوم فلا يزيد حجمها عن (٤٪) فقط.

• هل تعلمين أن:

ذبابة التسي تسي تتغذى على دم الفقاريات، ولها خرطوم يشبه الرمح ويستطيع أن يثقب جلد وحيد القرن وأن يقطع قماش القنب الذي يصنع منه سكان الأدغال خيامهم التي يحتمون فيها من الذبابة.

• هل تعلمين أن:

الشخص إذا كان يحلم في أثناء نومه ثم أيقظناه فجأة تضطرب أعصابه ويشعر بضيق وقلق شديدين ويحتاج لساعة كاملة تهدئ

أعصابه ويعود إلى طبيعته من جديد.

• هل تعلمين أن:

أول حالة من حالات الإيدز قد تم تسجيلها عام (١٤٠١هـ) بالولايات المتحدة الأمريكية ومن خلال مراجعة الملفات الطبية لبعض حالات الوفاة التي حدثت عام (١٣٩٩هـ) اتضح أنها كانت بسبب الإيدز أيضاً إلا أن المرض لم يكن معروفاً آنذاك.

• هل تعلمين أن:

في أفريقيا اثنين وعشرين نوعاً من ذبابة التسي تسي التي تسبب مرض النوم!!

• هل تعلمين أن:

طائرات الكونكورد العملاقة تسافر من لندن إلى أستراليا خلال أربع ساعات فقط وتنقل حوالي ثلاثمائة راكب وتبلغ تكلفة إنتاج الواحدة منها عشرة مليارات جنيهاً أسترلينياً.

• هل تعلمين أن:

عدد حاملي ميكروب الإيدز منذ ظهوره حتى هذا العام بلغ مائة مليون شخص في العالم وقد أفادت تقارير منظمة الصحة العالمية أن (٧٥٪) من هؤلاء هم الشاذون جنسياً إذ إن تلك أشد وسائل نقل الميكروب من شخص لآخر.

• هل تعلمين أن :

اللبتون وحدة نقد رومانية تساوي جزءاً واحداً من مائة جزء من الدرخمة.

• هل تعلمين أن :

يجلد الحرباء حبيبيات صبغية يغمرها غشاء شفاف لا لون له يقوم مقام البلورة المشعرة يمكن الجلد من اتخاذ انعكاسات تختلف لونها وليس المكان الذي توجد فيه الحرباء الذي يغير لونها كما يعتقد كثيرون، وقد ينتج ذلك عن الغضب أو الخوف أو رؤية الفريسة أو رؤية عدو معروف كما أن الضوء والحرارة يمثلان في ذلك دوراً لا يفضل لذا ترى الحرباء خضراء في الظل وسمرء داكنة في الشمس.

• هل تعلمين أن :

الدكتور روبرت هنكس المدير السابق لمركز بحوث الحواس في جامعة جورج تاون أثبت أن العلاقة الزوجية قد يعترها الفتور والملل إذا فقد أحد الزوجين حاسة الشم وبنى على ذلك دراسته لمئات الحالات ولم يجد سبباً واضحاً للتوتر بين الأزواج؛ وعندما أجري عليهم اختبارات جديدة فوجئ بأن كثيراً منهم قد فقد (جزئياً أو كلياً) حاسة الشم!

• هل تعلمين أن :

عملية استئصال اللوزتين بسيطة جداً، وتتم معها في الغالب عملية استئصال الزوائد الأنفية!

• هل تعلمين أن:

زراعة الأعضاء البشرية بدأت قبل ثمانمائة عام حين استعمل الجراحون الهنود شريحة من جلد جبهة مريض لإصلاح أنف مقطوع، وطبيعي ألا تنجح تلك العملية كما ينبغي إلا أنها كانت خطوة ضرورية على طريق شاق طويل. والعقبة الكأداء التي تعترض سبيل نجاح عمليات زراعة الأعضاء تكمن في رفض جسم الإنسان لأي عضو غريب عنه لأن به شفرة خاصة (وراثية) تمكنه من التعرف على الجزء المزروع فيه فيقوم بإتلاف خلاياه وطرده بنفس المواد المضادة التي يقاوم بها البكتريا الضارة. ولهذا أصبح نجاح مثل هذه العمليات مرهون بمدى مقدرة الطب على إلغاء مقاومة الجسم للأعضاء الغريبة عنه، وقد توصل الأطباء لطريقتين:

١- العلاج بالعقاقير.

٢- إتلاف الخلايا التي تنتج أجساماً مضادة تعمل على إتلاف الأعضاء الجديدة.

وعلى كل حال: توصل العلم الآن لنتائج مرضية جعلت كثيرين يفيدون جداً من زراعة الأعضاء كالكلية أو الرئة والقلب والكبد وغيرها من أجهزة حساسة تتوقف عليها حياة الإنسان سلباً أو إيجاباً.. ويا سبحان الله!!!

• هل تعلمين أن:

أول من أنشأ مكتبة عامة بمدينة الرياض هو الأمير مساعد بن عبد الرحمن الفيصل، وكان ذلك عام (١٣٦٣هـ)!.
www.ksars.org

• هل تعلمين أن :

شعر الإنسان قوي جداً، ويعد أقوى من الرصاص والزنك والألمونيوم والنحاس، ويلى الحديد والبرونز والفولاذ من حيث الصلابة على الرغم من أن سمك الشعرة الواحدة لا يزيد عن (٥, ٠) مليمتر ورغم هذا تتحمل ثقل قدره مائة جرام!

• هل تعلمين أن :

أكبر مكتبة عامة في العالم هي مكتبة الكونجرس وتوجد في أمريكا، و تضم أكثر من مائة وثلاثين مليون مادة من كتب ووثائق وما شابه، منها تسعة وعشرون مليون كتاب على شكل كاتالوج ومواد مطبوعة بأربعمائة وستين لغة. وفي المكتبة أكثر من ثمان وخمسين مليون وثيقة، وتعد أكبر مرجع للمواد الحقوقية والخرائط والأفلام والمعزوفات الموسيقية.

• هل تعلمين أن :

فريقاً من أساتذة علوم الطاقة الإشعاعية في أيرلندا أشار إلى أن كثرة فرقة الأصابع تؤدي - في المدى البعيد - لتلف مفاصل اليد!

• هل تعلمين أن :

التهاب الجيوب الأنفية مرض شائع تسببه أنواع كثيرة من الفيروسات بتأثيرها على غشاء الأنف وتجويضها الداخلي، كما تؤثر

أحياناً على شعيرات القصبة الهوائية.

تبدأ الإصابة بنزلة البرد عندما يدخل رذاذ أو هواء ملوث إلى الأنف أو الحلق؛ وخلال فترة تتراوح ما بين ثماني عشرة إلى ثمان وأربعين ساعة من مهاجمة الفيروس يلهب تجويف الأنف ويبدأ المخاط بشكل ملحوظ، ثم ينتقل الفيروس بعد ذلك إلى الحلق عن طريق الأهداب فيلتهب ويصير حساساً جداً.

وعندما تصل العدوى إلى الشعيرات الهوائية في الرئة يبدأ المصاب في السعال.

• هل تعلمين أن:

ضربة الجزاء احتسبت لأول مرة في كرة القدم عام (١٣٠٩هـ)!

• هل تعلمين أن:

عدد الكلاب في المملكة المتحدة يبلغ ستة ملايين أما في أمريكا خمسين مليوناً ومئتي ألف كلب.

• هل تعلمين أن:

أشهر حكيم في الجاهلية هو لقمان وقد ظل اسمه على أسنة الشعراء والإخباريين والمفسرين وأصحاب الأمثال. ويقال إنه جمع في الحكمة أربعمئة ألف كلمة واختار منها اثنتين مما ينسى ولا يذكر وهما إحسانك إلى الخلق وإساءة الخلق إليك.

• هل تعلمين أن :

البابا الثاني أوربان هو الذي ألقى أول خطاب صريح أقر الحملات الصليبية على بلاد المسلمين، من مدينة كلير مونت بفرنسا عام (٤٨٨ هـ).

بعد أن حصل على موافقة ودعم كل حكام أوروبا، وسارت الفيالق الأربعة الأولى تجاه القسطنطينية فوصلوها خلال عامي (٤٨٩ و٤٩٠ هـ).

وفي عام (٤٩٢ هـ) قاموا بأول حملة للاستيلاء على بيت المقدس، لكن افتخار الدولة (حاكم المدينة الفاطمي يومئذ) استطاع صد الهجوم.

وفي السابع من شعبان (٤٩٠ هـ)، اقتحم الصليبيون المسجد الأقصى واحتلوه وأعملوا السيف فيمن بقي من المسلمين حتى أفنوهم عن آخرهم!.

• هل تعلمين أن :

الحسد أول ذنب عُصِيَ به الله في السماء (يعنى حسد إبليس آدم) كما أنه أول ذنب عُصِيَ به الله في الأرض (حسد ابن آدم آخاه حتى قتله)!

• هل تعلمين أن :

عالمًا مسلمًا يدعى محمد عبد السلام (باكستان) نال عام (١٣٥٩ هـ) جائزة نوبل في الفيزياء!

• هل تعلمين أن:

درجة حرارة المنزل في الظروف العادية تبلغ (٢٢م) فقط!.

• هل تعلمين أن:

(٧٨٪) من حالات الحمل تجهض تلقائياً دون سبب ظاهر و (٥٪) تسقط دون أن تعلم المرأة أنها حامل!

• هل تعلمين أن:

الصداع مرض المدينة والتقدم الصناعي في العالم، إذا دلت الإحصاءات الصحية على انتشار هذا المرض في البلدان المتقدمة صناعياً أكثر من غيرها بنسبة (٣٠٪) وانتشاره بين النساء أكثر من انتشاره بين الرجال، لكن نوباته تقل وتضعف كلما تقدم الإنسان في العمر.

ويقول المختصون أن علاجه يحتاج في العادة لوقت طويل، وربما كان في بعض الحالات مستعصياً. وتعترى نوباته وصدماته الشديدة المريض في أثناء الليل وتوقظه من نومه مذعوراً، تزداد شدة الألم عند المصابين بأمراض الجهاز الهضمي، لذا ينصح الأطباء بتجنب تناول الأطعمة الدسمة والشكولاتة والإقلال من النشويات بقدر الإمكان، تنظيم مواعيت للطعام!

• هل تعلمين أن :

مجلة الإصلاح هي أول مجلة سعودية في عهد الملك عبد العزيز آل سعود مؤسس هذه البلاد الفتية، وقد صدر العدد الأول منها عام (١٣٤٧هـ)!.
.

• هل تعلمين أن :

الطفل عندما يولد تكون جميع حواسه ناقصة النمو، ويتطلب الأمر وقتاً طويلاً كي تصل تلك الحواس إلى درجة النضج. وقد أكد العلماء أنه كلما زادت مدة الحمل زادت بالتالي مدة نمو الحواس. ومن المعروف أن الطفل يولد أعمى وأصم عديم المقدرة على استعمال جسمه أو إدراك أي شيء حوله غير الشعور بالجوع والشبع. وفي الأيام الأولى من ولادته تبدأ العين مباشرة وظيفتها رغم أن قدرته على الشعور بالضوء تكون ضئيلة إلا أنه يستطيع أن يميز بين النور والظلام. وبعد مرور شهرين أو ثلاثة ينظر للأشياء التي أمامه بإمعان شديد. وعندما يبلغ السنة الثالثة يميز اللون الأخضر والأصفر والأحمر والأزرق وقد يخطئ أحياناً.

• هل تعلمين أن :

تجارب عملية أجريت مؤخراً في نيويورك أثبتت أن عصير الليمون الطبيعي المركز أفضل مزيل لرائحة العرق!

• هل تعلمين أن :

أول من ابتكر خيوط الجراحة الطيب العربي المعروف أبو بكر الرازي.. صنعها من أنسجة الحيوان!

• هل تعلمين أن :

معظم الطائرات تعمل بالكيروسين وتستهلك (٤٥٥٠) لتراً/ ساعة!

• هل تعلمين أن :

العرب المسلمين أول أمة في التاريخ تقرر العلاج المجاني. كما أنهم أول من استخرج الحصوة من المثانة وأشاروا لإمكان تكون الحصوة من مناطق أخرى من الجسم.

• هل تعلمين أن :

أول طبيب بشري هو أبو قراط اليوناني (٤٦٠ق.م)، وقد كان له فضل كبير في إدخال تعديلات مهمة في مجال الطب حتى عرف بـ(أبو الطب)

وقد اكتشف حقائق علمية يعمل بها اليوم في الطب مثلما عملوا بها قبل ألفي عام!

• هل تعلمين أن :

ستين ألف كتاب صدر في الغرب حتى عام (١٤١٠هـ) يحارب الإسلام والمسلمين!

• هل تعلمين أن :

- 1-المادة الأساسية التي يتكون منها رديئة التوصيل للحرارة وبالتالى الصوف موصل رديء للحرارة .
- 2- يحتوى على قدر كبير من الضوء والهواء أشد رداءة من حيث توصيل الحرارة.
- 3- يمتص الرطوبة من الجو المحيط وبذلك تزيد مقدرته على التدفئة.

• هل تعلمين أن :

الجاحظ كان يبيع الخبز في أسواق البصرة عندما كان طفلاً. وعند آخر النهار يعود بما حصل من نقود لأمه لتدبر به معيشة الأسرة. وذات يوم باع الجاحظ الخبز واشترى كتاباً لأنه كان شغوفاً بالدراسة والقراءة ولم يعبأ بما يمكن أن يواجهه من لوم وتوبيخ. وعندما أحس بالجوع طلب من أمه أن تحضر له طعاماً فأحضرت له طبقاً فارغاً ووضعت فيه الكتاب!

• هل تعلمين أن :

لفظة الأمس هي اللفظة الوحيدة في اللغة العربية التي إذا نكرت عرّفت وإذا عرّفت نكرت فإذا قلنا أمس أفادت الذي قبل يومنا مباشرة. أما إذا قلنا الأمس دلت على أي يوم قبل يومنا الذي نحن فيه.

• هل تعلمين أن:

بينز أول من صنع سيارة ذات ماكينة تسيير بالوقود كان ذلك عام (١٣٠٣هـ)!

• هل تعلمين أن:

بعض أنواع الأسماك يمتن الطب، وافتتح عيادة بين الصخور عند قاع البحار حيث تفتد إليه الأسماك وتجلس القرفصاء في انتظار دورها فيقوم الطبيب بتنظيف الأسماك المريضة من الفطريات وآثار الجروح نتيجة لاصطدامها بالصخور أو بأعداء أو صيادين؛ بجانب ما تحظى به السمكة الطيبية من طعام مجاني فإنها تتمتع بحصانة دبلوماسية ضد أي هجوم تشنه الأسماك المفترسة كالحنكليس وسمكة العقرب السامة وغيرها من الأسماك!

• هل تعلمين أن:

الحسن بن الهيثم أول من ابتكر النظارة وآلة التصوير!

• هل تعلمين أن:

كل مراكز الأبحاث والمختبرات في العالم أجمعت أن شعاع الليزر أصبح بالفعل شعاع الحياة في عالم الطب؛ وقد تم استخدامه بنجاح منقطع النظير في علاج الأمراض السرطانية وغيرها من الأورام الخبيثة. كما أصبح يستخدم في علاج الأمراض الصدرية وحالات ضيق أوعية القلب والأورطي بإزالة المواد الدهنية العالقة على جدرانها، كذلك احتل الليزر محل مشرط الجراح في معظم الجراحات العسيرة

دون أن يترك أثر للجرح.

• هل تعلمين أن :

عالمياً ابتكر جهازاً لقياس مدة الأحلام يعرف برسام المخ الكهربائي وقد توصل العلماء بواسطته لأن الحلم ممكن أن يستمر أكثر من تسعين دقيقة.

• هل تعلمين أن :

اعتقادات وآراء كثيرة انتشرت حول البرتقال، فاعتبره الصينيون رمزاً للسعادة، أما الفرس فاعتبروه من أشجار الفردوس، ورسمه الفنانون في الشرق والغرب في مختلف لوحاتهم، وحتى في الوقت الحاضر تستخدم زهور البرتقال في الغرب في تيجان العرسان والسبب في ذلك يعود لأن شجرة البرتقال الواحدة تنتج ما لا يقل عن مائة برتقالة في العام الواحد ويستمر إنتاجها بنفس المعدل، بل يزيد أكثر من نصف قرن من الزمان!.

• هل تعلمين أن :

مئذنة مسجد الفتح بالقاهرة تعد أعلى مئذنة في العالم حيث يبلغ ارتفاعها مائة وثلاثين متراً وعرض قاعدتها سبعة أمتار وهي المئذنة الوحيدة في العالم التي يتم الصعود بداخلها بمصعد كهربائي يتسع لأربعة أفراد.

علماء أن بناء هذه المئذنة الفريدة استغرق خمس سنوات وتوسط صحن المسجد ويبلغ وزنها خمسة آلاف وخمسمائة طن وفي أعلاها هلال

نجاسي ارتفاعه سبعة أمتار، وهي مزوَّدة بمكبَّرات صوت حديثة يصل صوت الآذان من خلالها إلى دائرة قطرها ثلاثة كيلومترات، وبدخلها أجهزة مانعة للصواعق وجهاز لتحذير الطائرات من الاقتراب منها وأن من يصعد أعلى المئذنة يستطيع أن يشاهد معالم القاهرة في بانوراما جميلة حتى مطار القاهرة.

• هل تعلمين أن :

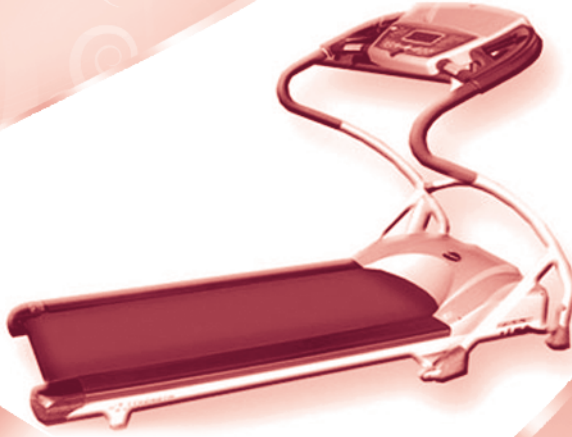
مخترع الساندويتش هو (إيرل ساندويتش) الذي ولد في عام (١٧١٨م) لأبوين من الطبقة الراقية... تعلم ركوب الخيل واللغة اللاتينية ككل أبناء عصره وطبقته، ثم دخل (جامعة كمبردج) لدراسة الخطابة، ولكن هذه الدراسة لم تعجبه، كان مجال دراسته هو المطبخ؛ فقد كان يرى أن تقاليد المطبخ الإنجليزية معقدة، وهكذا كان يدخل مطبخ الجامعة لي تجرب أكالات مختلفة أكثر بساطة، ولم يتردد في سرقة أرغفة الخبز وقطع اللحم لإجراء تجاربه وكانت النتيجة أن طردته الجامعة.

وترك (ساندويتش) إنجلترا كلها وسافر إلى السويد، وهناك أمضى ثلاث سنوات يدرس عادات الأكل المختلفة، وسجل في مذكراته جملة رائعة يقول فيها إنني مقتنع أنني سأبتكر شيئاً أهم من كل ما ابتكره الإنسان حتى الآن إن هذا الابتكار خاص بالأطعمة بالتحديد وضع الأطعمة فوق بعض، إن هذا هو طعام المستقبل.





رياضة في رياضة



للرياضة في حياتنا اليومية دور مهم في الوقاية من العديد من الأمراض، وكذلك منع التعرض للكثير من الإصابات - بإذن الله.
إلا أننا وللأسف أهملنا الرياضة في حياتنا اليومية، فليس هناك أي نشاط رياضي يقوم به الفرد، ويستمر عليه بشكل يومي، أو شبه أسبوعي - إلا ما ندر-.

بل العجيب أننا نرى تزايد الأمراض في مجتمعنا العربي والإسلامي،
سواءً الأمراض المزمنة مثل السكري والضغط أو غيرها من الأمراض.
وكل هذه الأمراض ما كانت لتكون لولا قضاء الله وقدره.. ثم إهمالنا
في الاهتمام بالرياضة من تمارين وغيرها.

لذا .. كان لا بد من المساهمة من خلال هذا المرجع بعمل فقرة خاصة
للرياضة أسميناها بالعنوان الشهير (الرياضة للجميع)؛ حتى يتبادر إلى
ذهن الطالبة بأن الرياضة هي ملك للجميع، الصغير والكبير، والصحيح
والمريض، والذكر والأنثى.. الجميع له حق بممارسة الرياضة، ولنفسه أيضًا
حق بذلك.

فنريد أن نوصل رسالة إلى طالباتنا في المدارس بأن الرياضة حق
للجسم والعقل، لا بد من الحرص عليها أشد الحرص، والاستمرار عليها
قدر الإمكان، وترك الكسل والخمول؛ لأنهما عدوان لدودان للرياضة.



ما فائدة المشي لمدة (٣٠) دقيقة كل يوم؟!

من دون أن ترهقي ميزانيتك.. وكلنا يعلم ما للرياضة من فوائد.. فهي تقي من الأمراض التي تهدد حياتك مثل أمراض القلب أو الشرايين أو السكري أو السرطان.. إنها طريقك إلى الاحتفاظ بنضارة الشباب.. أو تساعدك في استعادة الشباب. الرياضة تساعد القلب على القيام بعمله بارتياح.. تمنع انغلاق الشرايين.. تقلل من الكوليسترول وارتفاع ضغط الدم.. تحسن في استقبال الأنسولين في الخلايا.. أو تسهل تدفقه إلى خلايا الجسم، و(٣٠) دقيقة يومياً في ممارسة رياضة المشي أو القيام بتمارين رياضية بشكل منتظم لمدة ساعة يوماً بعد يوم تمنع زيادة وزنك، وتمكنك من الاحتفاظ برشاقتك بغض النظر عن كمية الطعام.. وتعيدك إلى رشاقة ما قبل عصر السيارات وتعفيك من الالتزام ببرامج الحمية التي ينتهي مفعولها بانتهاء مدتها.

ممارسة الرياضة أو المشي لمدة ثلاثين دقيقة يومياً تقوي من عظامك وتمنع عنها الهشاشة.. وتزيد من متعتك بالحياة وتمنحك القدرة على بالحركة من دون ألم.. أما تأثير الرياضة في تخفيض ارتفاع ضغط الدم فهو مفيد بغض النظر عن العمر، أو الوزن، أو الجنس، وأفضل الرياضة في هذه الحالة ما صاحبها زيادة في عدد دقات القلب والتي تستغرق (٢٠) إلى (٣٠) دقيقة في المرة الواحدة، مرات عدة أسبوعياً.. أتمنى لكن الاستفادة.

كيف تمشين؟؛

نعم.. كلنا يعرف المشي، لكن مقدار الفائدة منه مرتبطة بمدى صحة طريقة المشي.

عندما تمشين اجعلي رأسك مرفوعاً وانظري على بعد بضع خطوات أمامك، وحافظي على الفك السفلي في مكانه دون شد، بل اجعلي عضلاته منبسطة.

اجعلي الكتفين إلى الخلف دون شد، ولا تجعليهما منحنيين إلى الأمام، وحافظي على الصدر مرتفعاً والظهر مستقيماً وقائماً.

يجب أن تكون عضلات البطن مشدودة قليلاً إلى الداخل، وعضلات الورك والعجيزة (المؤخرة) مشدودة قليلاً إلى الداخل أيضاً. - لا بد أن يكون مفصل الركبة مرناً للحركة فلا تجعليه مشدوداً بحيث يتحرك الساق والفخذ معاً.

اثني أصابع اليد للداخل من دون تكوين قبضة كاملة ومن دون ضغط عليها، ولا تجعلي يديك تتدليان والكف مفتوحة، اجعلي الذراع بشكل زاوية قائمة من عند المرفق، وحرّكي يديك إلى الأمام والخلف بحيث ترتفع قبضة الكف إلى أعلى في حركة اليد إلى الأمام وتصل إلى محاذاة الورك في حركتها إلى الخلف، ولا تجعليها تتأرجح أمام جسمك.

عند المشي اجعلي الخطوة بحيث يكون عرقوب القدم الأمامية على الأرض أولاً، وبعد ذلك بقية الرجل ابتداءً من العرقوب إلى أطراف

الأصابع، وادفعي بأصابع الرجل الخلفية لترفعيها إلى الأمام، وهكذا....
ثم حاولي أن تتخيلي وكأن هناك خطأ على طول المسار أمامك محاولة
أن تسيري بوضع رجلك بالقرب منه وبشكل مواز له، بحيث تكون أصابع
القدمين متجهة إلى الأمام وليس إلى اليمين أو اليسار.

مع ازدياد السرعة يجب أن تكون القدمان بالقرب من الخط في
حركتهما، وعند المشي ببطء تكون القدمان بعيدتين قليلاً عن هذا الخط
الوهمي، لكنهما موازيتان له. وعندما تسرعين فإن الورك سيتحرك
إلى الأمام بصورة طبيعية مع تقدم كل رجل، وعند ذلك توجهين حركة
الورك الجانبية إلى الخط؛ فحركة الورك هي التي تضبط وتيرة وسرعة
المشي، وليست حركة الذراعين أو الساقين.

إذا أردت المشي بسرعة فلا تجعلي خطواتك واسعة، بل قومي
بزيادة عدد الخطوات (زيادة السرعة). ولا تقصري من الخطوات، بل
الأفضل السير بالخطوات الطبيعية المريحة لك.

مع حركة المشي أرجعي ذراعيك إلى الخلف نحو الورك، ولا
تجعليهما يرتفعان في الهواء، وتذكري أن حركة الأذرع تأتي من الكتف
وليس من المرفق.

قد يبدو لك خلال المشي أن الساقين والأرجل هي الأهم في حركة
المشي، ولكن ذلك غير صحيح. يحدد الوركان خلال المشي وتيرة وسرعة
المشي؛ ولذلك يجب مساعدتهما بأن تكوني واعية لوضع قامتك، بحيث
يكون الظهر مستقيماً وعضلات البطن إلى الداخل قليلاً، والرأس إلى
أعلى والصدر بارزاً قليلاً، والأكتاف إلى الخلف والأذرع متأرجحة من

أعلى إلى الخلف بزواوية قائمة.

اختيار الحذاء:

يختلف حذاء المشي عن الأحذية الأخرى التي تستخدم عادة، كما أنه يختلف عن بقية الأحذية الرياضية الخاصة بالجري أو التنس أو كرة القدم مثلاً؛ وذلك لأن آلية (ميكانيكية) حركة القدم خلال المشي تختلف عنها في الرياضات الأخرى. يجب أن يكون حذاء المشي ذا كعب عريض ونعل مرن في الوسط، وأن يكون حاضناً للكعب دون أن يكون ضيقاً عليه، وأن تكون حركة أصابع الرجل في الطرف الأمامي للحذاء ممكنة. يجب تغيير الحذاء إذا تأكل جزء من نعله، وعند شرائه يجب التأكد من أنه مريح من أول تجربة لبس له وصفاته مطابقة للصفات السابق ذكرها. ويفضل شراء الحذاء من المحال المتخصصة؛ ولأن شكل بطن القدم يختلف من شخص لآخر، فيكون إما مسطحاً أو مقوساً، وهو ما يمكن معرفته بالنسبة لقدمك بترطيب بطن القدم بالماء وعمل طبعة على ورق مقوى (كرتون) فإذا كانت الطبعة للعرقوب والأصابع وقليل من وسط القدم فقدمك من النوع المقوس، ولكن إذا أظهرت الطبعة بطن القدم كاملاً فقدمك من النوع المسطح. إن معرفة نوع القدم مهم من أجل اختيار الحذاء المناسب لها؛ لأن حركة الرجل ذات القدم المسطحة تكون إلى الداخل خلال المشي والركض بينما تكون إلى الخارج في حالة القدم المقوسة. ولأن معظم الصدمات والحمل في أثناء المشي يقع على العرقوب فيجب أن يكون مكانه في الحذاء ذا وسادة لتمتص الصدمة،

وأن يكون الجزء العلوي من الحذاء المحيط بالعرقوب صلْبًا قليلاً وحاضناً للعرقوب؛ منعاً لحركته عند الارتطام بالأرض.. أما وسط الحذاء ومقدمته فيكونان مرنين ليسهلاً حركة القدم والأصابع عند المشي. من الضروري بعد المشي تجفيف الحذاء بتركه في الهواء، ويجب عدم وضع الحذاء في الشمس الحارقة؛ لأن ذلك يؤثر على الأجزاء المطاطية فيه، ولا بد من ملاحظة أن بعض الأحذية غير قابلة للغسل. وأخيراً هناك جوارب خاصة بالمشي وتمتاز أنها تسمح بتهوية القدمين وبالتخلص من العرق، ويجب أن يكون حجم الجوارب مناسباً لمقاس القدم، بحيث لا تنطوي أو تكوّن زوائد تؤدي إلى رفع درجة حرارة القدم وإلى الإصابة بالنفطات (الانتفاخات المائية).

أنواع السباحة وكيفيةها:

أولاً: سباحة الصدر: في سباحة الصدر يقوم السباح بوضع جسمه على الصدر، والكتفان يكونان على خط واحد مع سطح ماء الحوض. يجب على السباح إظهار جزء من مؤخرة رأسه فوق الماء، ويخرج فمه تارة للتنفس.

ثانياً: سباحة الظهر: في سباحة الظهر يقوم السباح بالاندفاع من الحائط عند البداية على ظهره ويبدأ بالتجديف التبادلي الجانبي من خلف الرأس وحتى موازاة الفخذ، وتكون القدمان ممتدتين ومستمرتين في الحركة، ويجب عدم خروج الركبتين من الماء.

ثالثاً: سباحة الفراشة: في سباحة الفراشة يقوم السباح بتحريك

كلتا ذراعيه إلى الأمام وفوق الماء، ومن ثم يدفعهما إلى الخلف معاً ويعيد الحركة بشكل متواصل. وتعد سباحة الفراشة من أصعب السباحات؛ وذلك لأنها تتطلب قوة عضلية كافية، وخاصة في منطقة الخصر ولياقة بدنية عالية.

(يجب إظهار الأيدي على سطح الماء في أثناء الخروج للتنفس).

رابعاً: السباحة الحرة: من أشهر أنواع السباحة وأكثرها استخداماً، وسبب تسميتها الحرة لأنك تستطيع استخدام أي طريقة للزحف على الماء.. لكن في السباقات والبطولات لا تستخدم إلا طريقة واحدة.

ممارسة الرياضة الخفيفة:

إن ممارسة الرياضة الخفيفة يومياً لمدة نصف ساعة تمثل علاجاً أو إجراء وقائياً فعالاً ضد مرض هشاشة العظام، دون الحاجة إلى استخدام العلاجات الهرمونية الصناعية. وأوضح الباحثون أن المشي والسباحة والهرولة البسيطة واليوجا، أو أي نشاط آخر يتناسب مع مستوى اللياقة وتركيبه العظام عند الشخص، وخاصة عند المصابين بترقق العظام؛ يفيد في حماية العظام والحفاظ على سلامتها. وفي دراسة أخرى أكد باحثون أمريكيون أن المشي لمدة أربع ساعات أسبوعياً قد يقلل بنسبة (٤٠٪) احتمالات إصابة النساء بكسور الفخذ الناتجة من هشاشة العظام. وتعد هذه النتيجة نبأ ساراً للنساء اللاتي يخشين مخاطر العلاج التكميلي بالهرمونات.

تأثير الرياضة على أجهزة الجسم المختلفة :

لنتعمّق أكثر في فهم أهمية الرياضة في حياتنا سنستعرض معاً باختصار تأثير الرياضة على أجهزة الجسم المختلفة..
أولاً: الجهاز الدوري

القلب وهو المركز الرئيس لضخ الدم إلى أجزاء الجسم كافة لتغذيتها بالدم (سائل الحياة)؛ فإن تأثير الرياضة على القلب تأثير عظيم، فهي تؤدي إلى زيادة قوة ضربات القلب؛ مما يؤدي إلى زيادة قوة ضخ الدم إلى أجزاء الجسم كافة، وبالتالي تكون الحاجة إلى زيادة ضربات القلب في أوقات المجهود أقل فيقل الحمل على القلب؛ مما يؤدي إلى تقليل فرص احتمال الإصابة بأمراض فشل عضلات القلب.
ثانياً : الجهاز الدوري الطريفي.

والمتمثل بالشرايين التي تمتد الأجزاء المختلفة للجسم بالدم.
وأيضاً للرياضة تأثير عظيم عليه تتمثل في التالي:

١- المساعدة على فتح ما يعرف بالشرايين الاحتياطية، وهي شرايين موجودة - بفضل الله تعالى - عندنا جميعاً، وهي مغلقة وغير عاملة؛ وذلك من رحمة الله تعالى، فإذا ما تعرض جزء من أجزاء جسم الإنسان إلى الإصابة، فإن هذه الشرايين تستجيب للإصابة وتفتح لكي تمتد الجزء المصاب بالدم لكي لا يموت.

وممارسة الرياضة تساعد على فتح تلك الشرايين؛ مما يؤدي

إلى زيادة كمية الدم الوارد إلى أجزاء الجسم، وبالتالي زيادة كفاءتها وحيويتها.

٢- إفراز مواد تعمل على تقليل لزوجة الدم؛ مما يؤدي إلى تقليل فرص الإصابة بالجلطات.

٣- زيادة كمية الدم الوارد إلى الشرايين مما يزيد من مساحتها، وبالتالي ليونتها فيعمل ذلك على تقليل فرص الإصابة بتصلبات الشرايين.

٤- زيادة كمية الدم الوارد إلى المخ فيؤدي ذلك إلى زيادة التركيز والذاكرة.

٥- زيادة كمية الدم الوارد إلى الجلد؛ مما يؤدي إلى تنظيم درجة حرارة الجسم، والتي هي مهمة للكثير من العمليات الحيوية داخل الجسم.

ثالثاً: الجهاز العضلي الحركي

المتمثل بالعظام والعضلات وما يحيط بهما من أنسجة رخوة ومن أربطة، وما إلى ذلك.

وتتمثل فوائد الرياضة على هذا الجهاز في التالي:

١- زيادة كثافة العظام؛ مما يقلل من حدوث الكسور والشروخ وأمراض هشاشة العظام التي أصبحت سمة مميزة في عصرنا؛ وذلك بأن العلماء وجدوا أن التحميل على جزء معين من العظام يؤدي إلى كثافتها، ذلك أن الجسم يطور الجزء الذي يستخدم ويضمّر الجزء غير

المستخدم، وللمزيد من الفهم ننظر إلى شخص حدث له كسر في ذراع ووضعت في الجبس لفترة تصل إلى شهرين، فبعد فك الجبس نجد أن ذراع هذا الإنسان قد ضمرت بشكل واضح نتيجة قلة الاستخدام، ومع العودة لاستخدامه مرة أخرى نجده يعود إلى وضعه الطبيعي وقوته السابقة.

٢- زيادة قوة العضلات، وهي التي تمكننا من حمل الأشياء والتحكم في الأجسام المحيطة بنا، وتمكننا من الحركة في الكون، وأيضاً التحكم في شكل الجسم.

٣- زيادة قوة الأربطة والأربطة هي الجزء المسؤول عن ثبات الجسم في الأوضاع الفجائية، وبالتالي تحمي العظام من الكسر والعضلات من التمزق؛ فالرياضة تساعد على تقويتها، وبالتالي يتحمل الجسم الأوضاع المختلفة التي يوضع فيها فيزيد من ثباته ويزيد من المدى الحركي له.

رابعاً: الجهاز التنفسي

لا يفوتنا أبداً دور الرياضة في تنمية الجهاز التنفسي؛ فهي تزيد من كفاءة استخدام الرئتين وتساعد على زيادة كفاءة عضلاتها؛ مما يزيد من القدرة على الكحة، التي تعد من نعم الله على الإنسان؛ لأنها تمكن الإنسان من وقاية جهازه التنفسي من الأجسام الغريبة، سواء من داخل الجسم كالبلغم، وما إلى ذلك، أو من خارجه كالعوادم وغيرها من الملوثات.

خامساً: الجهاز العصبي

وتتمثل فوائد الرياضة على هذا الجهاز في التالي:

- ١- التخلص من الضغوط العصبية وذلك فيما يعرف بتفريغ الطاقة بشكل بناء.
- ٢- تنظيم النوم وزيادة التركيز؛ مما يؤدي إلى زيادة الكفاءة الإنتاجية للفرد.
- ٣- تعويد الإنسان على التفكير المنظم والمنطقي؛ لأنها تعمل على تنبيه الأجزاء العصبية كافة في المخ والنخاع الشوكي.
- ٤- زيادة سرعة التوصيل العصبي إلى أجزاء الجسم المختلفة فتمكن الإنسان من التحكم في نفسه بصورة أفضل.
- ٥- إعطاء الثقة للإنسان والقدرة على التصرف في المواقف الصعبة؛ ذلك أن الجسم يكون معتاداً على الضغط.

سادساً: الجهاز الهضمي

لا يفوتنا دور الرياضة وتأثيرها العظيم على الهضم وعمليات الامتصاص؛ فهي:

- ١- تزيد من كمية الأنزيمات الهاضمة التي تساعد على هضم الطعام بصورة أفضل؛ فتقلل من فرص حدوث عسر الهضم والقرح المعديّة.
- ٢- تنظم شهية الإنسان وتساعد على الاستفادة من جميع العناصر التي يأكلها.

سابعاً: الجهاز الإخراجي

وتتمثل فوائد الرياضة على هذا الجهاز في أنها تنظم عملية الإخراج وتجعلها تتم بصورة أفضل فتقلل من فرص حدوث الإمساك؛ وذلك لأنها تساعد على زيادة القدرة الحركية للقولون، وبالتالي تمنع حدوث أمراض القولون.. كما وتحسّن من إخراج البول الذي يؤدي إلى تنظيم عمل الكلي وتمنع تكوّن الحصوات.

التمارين الرياضية:

ليس هناك من أقراص سحرية تجعل شباب الإنسان يتجدد ويصبح أكثر رشاقة، وأكثر قوة وسرعة وسعادة.. لكن ربما كنتِ مخطئة لأن هناك دواءً واحداً يجب عليكِ أن تتناوليه خلال تطبيقكِ للحمية (رجيم) المضادة للتقدم في السن، ويجب أن تتناوليه كل يوم ليكون فعالاً، وهذا الدواء اسمه الرياضة.

على خلاف الكثير من الخبراء الذين ينصحون بالرياضة القوية فترة طويلة مدة أربعة أو خمسة أيام في الأسبوع، يمكن ممارسة الرياضة المعتدلة بكميات أكبر، شرط أن تكون كل يوم.

فهي تشمل المشي مدة (١٥) أو (٢٠) دقيقة كل يوم، أو السباحة أو ممارسة رياضة الهرولة كل يوم، أو تطبيق برنامج تمارين حركات رياضة في المنزل مرة واحدة في اليوم وكل يوم.. وذلك يبقيكِ بعيدة عن الطبيب ويحفظ شبابكِ وقوتكِ، وليس من الضروري الإفراط في الرياضة؛ فقد يكون المشي السريع كافياً ويجب ممارسته كل يوم.

ولا ترهقي نفسك؛ فالحد الأدنى من الرياضة يحقق اللياقة..
ولقد وَجَدَ أحد مراكز الأبحاث في الولايات المتحدة الأمريكية الخاصة
بالرياضة الهوائية أن المشي مسافة ميلين في اليوم في غضون (٣٠)
أو (٤٠) دقيقة يحقق مستوى معتدلاً من اللياقة البدنية التي تعطيك
شعوراً جديداً يتجاوب معه جسديك.

وتشير الدراسات إلى أن مستويات الكوليسترول عند أولئك الذين
يمشون كثيراً هي أقل مما عليه عند الذين لا يمارسون المشي إقليلاً.

التفاعل بين الرجيم والرياضة :

في عام (١٩٨٠م) في الولايات المتحدة الأمريكية أعلنت الهيئات
الطبية أهمية الغذاء الغني بالكربوهيدرات والقليل بالبروتينات للأداء
الرياضي والقدرة على احتمال ذلك الأداء. وقد نصحت هذه الهيئات
بأن نسبة (٧٠) في المائة من إجمالي الوحدات الحرارية اليومية على
شكل كربوهيدرات مركبة تعطي أفضل النتائج في الرياضة.

الرياضيون ليسوا فقط الذين يستفيدون من الحمية (رجيم)
القليلة البروتينات والغنية بالكربوهيدرات. وليس من الضروري أن
تكوني رياضية محترفة لتستفيدي من الحمية (رجيم)، ولتجعل
جسديك يقوم بوظائفه بليون وفعالية مثل الآلة.

وفي سنة سابقة كان أحد الأطباء قد أثبت العلاقة بين الغذاء
الغني بالكربوهيدرات وقدرة الرياضيين على تحسين قدرتهم على
الاحتمال، وذلك في إطار دراسة على ثلاث مجموعات من الأشخاص

طلب إليهم تناول ثلاثة أنواع مختلفة من الغذاء مدة ثلاثة أو أربعة أيام. أحد أنواع الغذاء كان الغذاء العادي المختلط، والنوع الثاني يستند إلى تناول البروتينات والدهون بشكل أولي، والغذاء الثالث هو الغذاء الغني بالكربوهيدرات المركبة والقليل من البروتينات. كانت نتيجة الاختلاف في الأداء الرياضي مذهشة بحيث تضاعفت قدرة الاحتمال عند الذين تناولوا النوع الأخير من الغذاء.

وأخيراً حصلت اختبارات عدة في مجال الطب الرياضي أو طب الرياضة بين أشخاص ناشطين رياضياً، ورياضيين محترفين في مختلف أنواع الرياضة، وأشارت كل الاختبارات ضمن أنواع مختلفة من الغذاء، إلى أن قلة البروتينات تخفف إجهاد الجسد، حيث استنزاف النيتروجين فيه يصبح أقل ويحصل تنفيذ أفضل لوظائف العضلات، فضلاً عن استعمال أفضل للجليكوجين المخزن في العضلات.

فالجسد يستعمل أولاً الكربوهيدرات المخزنة فيه، يليها استعماله للدهون المخزنة، وأخيراً البروتينات؛ وذلك للحصول على الطاقة التي يحتاجها. وخلايا العضلات التي تنشط خلال أي نشاط رياضي تعمل بفعالية أقوى وتعطيك المزيد من القوة عندما تتمكن من استعمال الجليكوجين المخزن بشكل محدود وبطريقة مقتصدة.

هذا ما تفعله الحمية (رجيم) الغنية بالكربوهيدرات وقليلة البروتينات، واحتمالك للنشاط الذي تقومين به يعتمد على مدى قدرة عضلاتك على استعمال مخزون الطاقة التي تحتاجين إليها، وبدلاً من

تبديد الطاقة الأيضية (في إطار تحويل الطعام إلى مادة حية وطاقة) في هضم البروتينات يستمد هنا الجسد الوقود الكافي للرياضة مباشرة من الكربوهيدرات الأسهل هضمًا.

فما تأكلينه وما تمارسينه من نشاط يمتزجان معًا بشكل كامل لجعل جسدك أكثر قدرة وحيوية وحياة من قبل، والرياضة تزيد إنتاج الخمائر التي تسهل إنفاق الطاقة وتضخم خلايا العضلات في الجسد بحيث يزيد معدل الأيض عندك، أي يتم تحويل الطعام بسرعة أكبر إلى وقود، والنتيجة هي أن نسبة النسيج الجسدي الخالي من الدهن تزيد وتخفض نسبتها من الدهون، وهذا التغير في النسبة بين النسيج الدهني والنسيج غير الدهني هو سبب رشاقتك الجديدة حتى لو لم تفقدي كثيرًا من وزنك.

منافع عديدة للرياضة:

هناك منافع عديدة للرياضة يمكن أن تجنيها، منها:

- ١- الدافع: كلما زدت من ممارسة الرياضة يزيد إدراكك بأنه بإمكانك فعل المزيد، وإذا خسرت نحو كيلوين اثنين من وزنك ومارست المشي مسافة ميلين في اليوم، سوف تكتشفين أنك تستمتعين حقًا بخفتك ولياقتك الجديدتين.
- ٢- إن الرياضة تخفض من شهيتك للطعام، فبعد المشي أو السباحة ستجدين أن رغبتك في الأكل أضعف.

٣- الرياضة تجعلك تحرقين الوحدات الحرارية بسرعة أكبر بعد ممارسة النشاط؛ وهذا صحيح لأن الرياضة تزيد من سرعة الأيض أو تحويل الطعام إلى طاقة، وتبقيه مرتفعاً لمدة ست أو ثماني ساعات بعد التوقف عن التمرين وانتهائه. وهذا يعني أن جسدك يتابع عملية إحراق الوحدات الحرارية التي كانت تحصل خلال التمرين؛ لذلك وحتى لو كنتِ جالسة على كرسي في المكتب بعد ثلاث ساعات على انتهاء التمرين أو المشي، فإنك تتابعين حرق الوحدات الحرارية أكثر من اليوم الذي لا يحصل فيه أي تمرين.

٤- زيادة القدرة: مع فقدانك لبعض الكيلوجرامات وفقاً للحمية (ريجيم) المضادة للتقدم في السن، سوف تجدين من الأسهل ممارسة الرياضة لأنك لا تحملي وزناً كبيراً.

فإذا انخفض وزن إحداهن من (٩٠) كيلوجراماً إلى (٧٥) كيلوجراماً مثلاً، فإنها من خلال وزنها الجديد هذا تصبح لا تحرق العدد ذاته من الوحدات الحرارية، كما كان يحصل في الوزن الأول. فكلما انخفض الوزن قل إنفاق الطاقة خلال ممارسة الرياضة.

٥- زيادة الطاقة: معظم الحميات الاقتصادية تستنزف طاقتك؛ لأن الطعام الذي يعطيك طاقة الاستمرار ممنوع حسب تلك الحميات.. لذلك تشعرين بالضعف من الانخفاض المفاجئ في الوحدات الحرارية المستهلكة، لكن في الحمية (ريجيم) المضادة للتقدم في السن لا تشعرين بالإرهاق؛ لأن الكربوهيدرات المركبة والألياف التي تحصلين عليها

بموجب الحمية (رجيم) متوافرة للجسد على شكل طاقة مباشرة أكثر مما توفره البروتينات. ومع ممارستك للرياضة تضعين فوراً العناصر الغذائية قيد الاستعمال في جسدك بحيث تزيل الدهون غير الضرورية أو المواد السامة المؤذية.

لذلك عليك تخصيص (١٥) دقيقة في اليوم للرياضة، ولا يهم كيف تكون ممارستك للرياضة، بل المهم أن تمارسيها وحسب. والطريقة الوحيدة لنجاح خطة الأكل الجديدة هي التأكد من إرفاقها بالرياضة؛ لأنهما وحدتان لا تنفصلان من أجل الوصول إلى الصحة الجيدة وإبطاء عملية التقدم في السن بحيث تبدين أصغر سنّاً فلا وجود للحمية (رجيم) المناسبة من دون الرياضة.

الرياضة والتدخين:

كلنا نعرف مضار التدخين ومدى أهمية عدم التدخين للشخص الرياضي؛ فالتدخين يؤدي إلى تدهور حتمي في كفاءة الجهاز التنفسي للفرد يتناسب تناسباً طردياً مع عدد السجائر ومدة التدخين.

وحيث إن الأداء الرياضي يعتمد على مقدرة حمل كميات كبيرة من الأوكسجين إلى خلايا الجسم، الأمر الذي يعتمد على كفاءة الجهاز التنفسي؛ فإن قلة الأوكسجين تؤدي إلى تدني المستوى الرياضي وكفاءته، ويظهر ذلك في صورة الإرهاق السريع مع أية تدريبات أو تمرينات رياضية.

كما أن النيكوتين الموجود في الدم يؤدي إلى ارتفاع نسبة بعض الهرمونات مثل الأدرنالين والنورأدرنالين، التي تؤدي بالتالي إلى ارتفاع ضغط الدم وزيادة ضربات القلب.

ومادة القطران الموجودة في السجائر التي تمتص عن طريق الجهاز التنفسي هي مادة مهيجة للشعب الهوائية والغشاء المبطن لها؛ لذلك يزيد السعال، كما يجعل المدخن عرضة للإصابة بسرطان الجهاز التنفسي.

ومن الأضرار الجانبية الأخرى للسجائر أنها تقلل الشهية والاستطعام والتذوق والنوم، وهي أمور مهمة جداً للشخص الرياضي.

الأنشطة الرياضية

وما تحرقه من السعرات الحرارية

يحتاج كل شخص يومياً إلى نحو (٢٥) إلى (٣٠) سعراً حرارياً لكل كيلوجرام من وزنه المثالي حتى يظل وزنه ثابتاً على ما هو عليه.
مثال: يحتاج شخص طوله (١٧٠) سم ووزنه المثالي (٧٠) كجم إلى (١٧٥٠ - ٢١٠٠) سعر حراري يومياً.. وفي هذا الجدول نبين كمية السعرات الحرارية التي تحرق (في الساعة) من قبل العديد من الأنشطة الرياضية.

كمية السعرات الحرارية التي تتحرق في الساعة)	نوع النشاط
١٠٠	عند الجلوس أو مشاهدة التلفزيون
١٣٥	الوقوف
٢١٠	تسوية الفراش
٢١٠	المشي البطيء
٤٥٠-٣٠٠	العناية بالزرع و الحدائق
٢١٠-١٥٠	المشي البطيء (١ ميل / ساعة)
٣٠٠	المشي المعتدل (٣ ميل / ساعة)
٤٨٠-٤٢٠	المشي السريع (٤-٥ ميل / ساعة)
٣٦٠	المشي السريع (٣ و ٥ ميل / ساعة)
٤٢٥	هبوط السلم
١٠٨٠-٦٠٠	صعود السلم
٢٤٠	ركوب الدراجة بسرعة ٥ ميل / ساعة
٣٠٠	ركوب الدراجة بسرعة ٨ ميل / ساعة
٤٢٠	ركوب الدراجة بسرعة ١٠ ميل / ساعة
٦٦٠	ركوب الدراجة بسرعة ١٣ ميل / ساعة
٣٥٠	تنس الريشة
٤٠٠	البولنج

كمية السعرات الحرارية التي تتحرق في الساعة)	نوع النشاط
٧٠٠-٢٦٠	السباحة البطيئة
٥٠٠-٣٦٠	السباحة السريعة
٣٦٠	التنس الزوجي
٤٨٠	التنس الفردي
٣٠٠	الكرة الطائرة
٣٦٠	الألعاب الجمبازية الخفيفة
٦٠٠	الألعاب الجمبازية (التي تتطلب مجهوداً كبيراً)
٣٦٠-٢٤٠	الجولف بأنواعه
٧٥٠-٦٠٠	العدو البطيء
١٠٢٠-٨٧٠	العدو المعتدل
١،٢٨٥-١،١٣	العدو السريع
٤٢٠	التزحلق البطيء (على الجليد أو على المزليجة ذات العجلات)
٧٠٠	التزحلق السريع
٦٦٠-٣٦٠	كرة السلة
٨٤٠	التجديف

لا عذر من دون رياضة .. والعكس صحيح؛

البداية ثبت أن الرياضة تعمل على إنقاص الوزن الزائد والمحافظة على جسم سليم، كما أثبتت الرياضة أنها تقلل من مخاطر الإصابة بداء السكري، وضغط الدم، وأمراض القلب وسرطان القولون، والتهاب المفاصل وآلام الظهر، ونحول العظام.. كما أن الرياضة تنظم الشهية بحيث تمنعنا من المبالغة في الأكل، ومن ثم زيادة الوزن.

لكن؛ على الرغم من أن الرياضة تمنحنا الشعور بالرضا والتمتع بصحة جيدة، فإنها لا تعد بديلاً عن الغذاء المتوازن، فعلياً في المقام الأول العناية باختيار الطعام المناسب الذي يفي بكل ما نحتاج إليه من الطاقة التي نستمدّها من النشويات والدهون والبروتينات والفيتامينات والمعادن الضرورية لوظائف العضلات والجسم. والغذاء المتوازن هو مزيج من الكميات المناسبة من كل هذه المصادر. فبينما يجب الحد من الدهون والأملاح والسكريات في الغذاء، فإن الماء والألياف ضرورية للغذاء السليم.. والرياضة ضرورية للبالغين، خصوصاً كبار السن؛ حيث إن مخاطر تعرضهم لأمراض ناتجة من البدانة أعلى لديهم منها لدى غيرهم؛ وذلك بسبب قلة النشاط والحركة، بالإضافة إلى الغذاء غير المتوازن.

وقد ثبت أن ممارسة الرياضة بانتظام تعمل على تحمل نسبة الجلوكوز لدى المصابين بداء السكري الذي غالباً ما يصاب به كبار السن، وتعمل ممارسة الرياضة البسيطة كالمشي على الوقاية من نحول العظام.

وكذلك تجنب الرياضة الأطفال والشباب زيادة الوزن والأمراض المزمنة الأخرى التي تنشأ عنها، كما أنها تحسن قدرات الرئتين والقلب، وقوة عضلاتهما، مما يعين الجسم على تحمل الأنشطة الجسمانية العنيفة والمجهدّة، مما هو ملحوظ لدى الرياضيين الذين يتحملون الأنشطة المجهدّة كممارسة كرة القدم مثلاً.

وتعدّ الأطعمة الكربوهيدراتية المركبة مثل خبز القمح والمعكرونة مصدرًا جيدًا للطاقة، بينما تشكل اللحوم والبيض ومنتجات الألبان مصدرًا للبروتين، ويمكن الحصول على الفيتامينات والمعادن من الحبوب والفواكه والخضراوات. وبعكس الاعتقاد الشائع، فإن أقراص الفيتامينات المركبة أو مركبات البروتين ليست أكثر فائدة من وجبة متوازنة بشكل سليم. ويمكن وصف الوجبة متوازنة، حيث تكون الدهون بنسبة (٣٠٪) من مجموع السعرات الحرارية الضرورية، والبروتينات بنسبة (١٠ إلى ٢٠٪)، بينما تشكل النشويات نسبة (٥٠ إلى ٦٠٪) المتبقية. ويترتب على تناول المشروبات الغازية ذات النسب العالية من السكر والأطعمة الدهنية الجاهزة حرمان الشباب في مراحل النمو من الغذاء الضروري للتمتع بجسم سليم وعقل سليم.

ومن الناحية العلمية، فإن الجسم لا يفرق بين الرياضة التي تتم ممارستها باستخدام الأجهزة والمشي على الرصيف، أو السباحة في حمام سباحة دافئ وبحيرة مفتوحة، فكل ذلك له التأثير نفسه على الجسم. ويوصى بالمشي أو الجري أو السباحة أو ممارسة غير ذلك من

الرياضات الخفيفة كحد أدنى لمدة (٣٠) دقيقة ثلاثة أيام في الأسبوع. وعلى أي حال، فإن اتباع أسلوب نشط في حياتنا اليومية هو الأهم؛ وذلك ببساطة أن نمضي جزءاً أكبر من أوقاتنا في الخارج بدلاً من أن نحيا حياة ساكنة، وأن نتعود استخدام السلالم عوضاً عن المصاعد الكهربائية، وأن نمشي قليلاً حيث يسعنا الركوب؛ لأن ذلك كله يشكل أسلوب حياة مفعمة بالنشاط. فينبغي دوماً الموازنة بين ما نأكله وما نأتيه من أنشطة جسمانية في أوقات الفراغ.

كلمة أخيرة لمن يمارسن الرياضة في أثناء الإجازات الأسبوعية، واللاتي يمارسن الرياضة بالتزام؛ فعليهن توخي الحذر بأن يبدأن بالإحماء لفترة بسيطة، وأن يتحلين بالصبر وتجنب الإفراط،، وخصوصاً اللاتي يعانين عللاً في القلب أو من داء السكري. كما أن الجفاف قد يكون مشكلة أخرى على جانب من الأهمية، ففي الأيام التي ترتفع فيها درجة الحرارة ونسبة الرطوبة، علينا تناول ما يكفي من السوائل. أما بالنسبة لغير الرياضيات، فنقول لهن إن الرياضة لا يجب أن تشكل عبئاً كبيراً، فيمكنهن مشاهدة برامجهن التلفزيونية المفضلة، بينما هن يمارسن الرياضة على أجهزة المشي، أو الاستماع إلى الأشرطة المسجلة بينما يقمن بالمشي.. فالعقل السليم في الجسم السليم.

معالم سياحية



أحببنا في هذه الفقرة أن نعرض عدداً من المدن السياحية، ذات المعالم والتاريخ والثقافة الضاربة في القدم.

وهدفنا الأسمى من هذه الفقرة؛ هو أن نتعرف الطالبة على أن بلادنا الإسلامية فيها العديد من المعالم السياحية التي تستحق الزيارة بدلاً من الانبهار بالمعالم السياحية الغربية.



الجزيرة الخضراء

تقع الجزيرة الخضراء في الكويت وتبلغ مساحتها سبعمائة وخمسة وثمانين ألف متر مربع.

ويربطها بالبر ممر طوله مائة وأربعة وثلاثون متراً.

وهي جزيرة اصطناعية تم اكتسابها من البحر بعد ردمه، وتستقبل هذه الجزيرة عشرات الآلاف من الجمهور في عطلات نهاية الأسبوع.

وتحتوي الجزيرة على بحيرة مياهها من مياه الخليج المتغيرة تأتيها وتغادرها من تحت جسرين طبقاً لظاهرتي المد والجزر.

ويوجد في الجزيرة عدة مطاعم ومركز خدمة نموذجي ومسرح مكشوف، كما يوجد البرج السياحي الذي يرتفع إلى خمسة وثلاثين متراً.

وتوجد قلعة للأطفال مزودة بخنادق مائية وشلالات صغيرة.

العلا

تقع العلا في المملكة العربية السعودية، وهو اسم حديث لواجهة تاريخية لعبت دوراً هاماً عندما كانت مقراً للدادانيين والمعينيين. وكان ما يسمى اليوم بالخرابية حاضرة مملكة دادان والتي تلتها دولة لحيان ثم جاء بعدها الحكم المعيني الذي انتهى باستيلاء الأنباط وذلك خلال الفترة ما بين القرن السادس ونهاية القرن الثالث قبل الميلاد. وتقع العلا شمال المدينة المنورة في وادي القرى بين سلسلة من الجبال في الشرق والغرب، ويوجد بها عدد من الكهوف المنحوتة نحتاً هندسياً بارعاً مع عدد من النقوش الدادانية والمعينية واللحيانية والشمودية والنبطية ثم بقايا سد كان طوله سبعمائة وخمسين متراً. ومن آثار العلا الإسلامية قلعة على جبل موسى تنسب إلى القائد المسلم الشهير موسى بن نصير.

المدينة المنورة

تزخر المدينة المنورة بمعالم أثرية كثيرة، بعضها يعود إلى العهد النبوي وعصر صدر الإسلام، وبعضها آثار عثمانية بُنيت في عهد ليس بالبعيد. ومن هذه الآثار القلاع والحصون التي ما زالت ماثلة للعيان في المدينة المنورة.

منها: قلعة قباء بناها بصري باشا محافظ المدينة وقائد عساكرها المرابطة فيها عند بداية الحرب العالمية الأولى، كما بنى معها ثلاث قلاع أخرى صغيرة، إحداها تقع في منطقة العيون شمال المدينة المنورة، والأخرى على طرف جبل أحد الغربي، أما الثالثة فهي على طريق عروة عند هبوط الطريق من الحرة الغربية إلى وادي العقيق، وقد أزيلت هذه الأخيرة عند توسعة الطريق قبل سنوات قليلة.

قلعة حلب

قلعة حلب قصر محصن يعود إلى العصور الوسطى. تعد قلعة حلب إحدى أقدم وأكبر القلاع في العالم، يعود استخدام التل الذي توضع عليه القلعة إلى الألفية الثالثة قبل الميلاد، حيث احتلتها فيما بعد العديد من الحضارات بما في ذلك الإغريق والبيزنطيين والمماليك والأيوبيين، بينما يظهر أن أغلب البناء الحالي يعود إلى الفترة الأيوبية. أجرت عليها مؤسسة آغا خان للثقافة والجمعية الأثرية في حلب عمليات حفظ واسعة في عام ٢٠٠٠م. تقع القلعة في مركز المدينة القديمة التي أدرجتها منظمة اليونسكو على لائحة مواقع التراث العالمي عام ١٩٨٦م.

قسطونية

مدينة قسطونية إحدى المدن التي تقع في شرق الجزائر.
وتقع على قمة مضيق يحمي المدينة من جميع الجهات.
وتتميز هذه المدينة اليوم بالمناظر الجميلة وخاصة أنها مدينة
كبيرة.
أما عن المضيق الذي يمر بأطراف المدينة فيقطعها، يمكن عبوره
بواسطة أحد كبار أربعة والتي منها كوبري بونت سيدي.
إن عامل الجذب في مدينة قسطونية لا يكمن في ثرائها
بالأماكن والمعالم، بل يكمن في مظاهر الحياة والمعاملة الودودة من أهل
هذه المدينة.

مدائن صالح

مدائن صالح هي إحدى المدن القديمة - وحاليًا المهجورة - في المملكة العربية السعودية، وتقع على بعد مئات الكيلومترات شمال المدينة المنورة.

ومدائن صالح من أشهر الأماكن الأثرية في المملكة العربية السعودية وأكثرها جذبًا للناظرين.

وكانت هذه المدينة في أول نشأتها محطة هامة على طريق القوافل القادمة من المناطق المنتجة للبخور في الجزيرة العربية والمتجهة إلى سوريا ومصر وبيزنطة وغيرها من الأماكن. كانت المقابر الحجرية الضخمة، والتي هي سبب شهرة المدينة قد تم نقشها ما بين عامي مائة قبل الميلاد، ومائة ميلادية.

وكانت المدينة نفسها هي ثاني المدن في إمبراطورية النبطيين بعد مدينة "بترا" الموجودة في الأردن اليوم.

وبعد ظهور الإسلام كان لا بد للناس من المرور على مدائن صالح في طريقهم للحج من دمشق إلى مكة المكرمة.

حصن المصمك

حصن المصمك يوجد في المنطقة الوسطى من المملكة العربية السعودية في مدينة الرياض.

وقد بني هذا الحصن أساساً من الطين المجفف.

وكان الملك عبد العزيز آل سعود وأتباعه قد استولوا على ذلك الحصن عام ألفٍ وتسعمائةٍ واثنين ميلادية، وكان ذلك الحدث بداية تاريخ المملكة العربية السعودية الحديثة.

يوجد في الطابق الأرضي لهذا الحصن مجلس تقليدي تم ترميمه وتجديده كما يحتوي فناء الحصن على بئر ما زال يستخدم حتى الآن.

ويحيط بهذا الفناء ستة أبواب ملونة تؤدي إلى غرف خالية.

أما الجزء العلوي فهو عبارة عن جدران عليها نقوش رائعة.

كما يوجد ثلاثة أعمدة لتدعم السطح الخشبي.

مدينة بابل

تقع مدينة بابل على بعد تسعين كيلو متراً جنوب بغداد.
وقد كانت في يوم من الأيام عاصمة المملكة البابلية.
ويمكن القول إن بابل هي أشهر الأماكن الأثرية في العراق كلها.
وقد برزت مدينة بابل لأول مرة في عهد الملك حامورابي ووصلت
إلى ذروة تألقها في ظل حكم الملك نبوخذ نصر الثاني (ستمائة وخمسة
قبل الميلاد - ستة وخمسين قبل الميلاد).
وتشتهر مدينة بابل بجدرانها العالية الحصينة وفخامة معابدها
وقصورها.
كما تشتهر بابل بحدائقها المعلقة، إحدى عجائب الدنيا السبع،
التي بناها الملك نبوخذ نصر لزوجته أميتاس.
ويقال إن أميتاس كانت تقطن منطقة جبلية فأمر الملك ببناء
الحدائق المعلقة ليخفف عنها الشعور بالغربة والحنين إلى الوطن.
إلا أن بابل قد لحق بها الدمار والخراب حتى أنه لم يتبق من
أمجادها السابقة سوى تمثال الأسد الحجري الكبير بنقوشه العظيمة.

وادي رمّ

من أروع الأماكن في الأردن.

ويستطيع من يزور وادي رمّ أن يلمس صفاء الطبيعة في الصحراء العربية، وعلى الأخص إذا كان ذلك في فصل الربيع. في وادي رم، تبدو طبيعة المكان وكأنها صفحة من صفحات القمر.

ترى سفوح الأودية ذات الرمال الملونة الحمراء، وهي تعانق الجبال في ارتفاعاتها الشامخة التي تتحدى هوة التسلق لكي يصعدوا إلى ذراها العمودية، أو يسيروا في دروب الوادي ومساربه، ويتوغلوا بعيداً في المراع الفسيحة، أو يقوموا برحلات جماعية على أظهر الجمال. إن جمال الطبيعة في هذا الوادي يمثل روح الرومانسية في الصحراء.

ومما يزيد من جاذبيته أن عدداً من القبائل البدوية ما تزال تتخذ منه دار إقامة لها.

قصر الحمرا

يوجد القصر في مدينة غرناطة بدولة أسبانيا. ويعد قصر الحمرا من أشهر أمثلة الفن المعماري المغربي، وربما كان أشهر المباني الإسلامية على الإطلاق.

وقد بدأ إنشاء هذا القصر بعد عودة الحكم الأوروبي لأسبانيا وهو ما يضاف إلى أهمية هذا القصر.

وكانت أسبانيا قد وصلت إلى أزهى عصورها الثقافية في ظل الحكم الإسلامي.

بدأ تشييد قصر الحمرا في أواخر القرن الثالث عشر، ويتكون من مجموعة من القصور.

بناها العديد من الحكام ولكل منهم قصره الخاص. والفكرة التي تكمن وراء العديد من المباني في مدينة الحمرا هي محاولة خلق نسخة من الفردوس على وجه الأرض.

ويتكون هذا التصميم الروماني من ممرات تفصلها أعمدة وينابيع من المياه والضوء الذي ينعكس في أحواض المياه.

بئر هداج

بئر هداج من أشهر الآبار في جزيرة العرب ويقع في شمال غرب المملكة العربية السعودية في مدينة تيماء وفيه عين من زاويته الجنوبية لا زالت ترفده إلى الآن وفوهة البئر واسعة يبلغ قطرها (٥٠) قدمًا وعمقها (٤٠) قدمًا، ذات شكل دائري غير منتظم، مطوية بالحجارة، ضرب بها المثل بالكرم فوصف الرجل المعطاء بـ "هداج تيماء" ..!؟ إنها بئر أسطورية تقع في وسط البلدة القديمة داخل إطار دائري من أشجار النخيل الباسقة. يعتقد أن البئر يعود إلى الألف الأول ق.م.

اليمن

الاسم الرسمي لها جمهورية اليمن الشعبية، وعاصمتها هي مدينة صنعاء، تبلغ مساحتها خمسمائة وستة وثلاثين ألفاً وثمانمائة وتسعة وستين كيلومتراً مربعاً.

ومن أشهر المدن اليمنية الشهيرة: عدن، الحديدة. أما اللغات المستخدمة فهي العربية والإنجليزية، ويعد الريال اليمني العملة المتداولة.

أما عدد سكانها فيبلغ اثني عشر مليون نسمة وذلك طبقاً لإحصائيات عام ألفٍ وتسعمائة وواحد وتسعين، ومن الجدير بالذكر أن معدل المدنية، طبقاً لآخر إحصائيات عام ألفٍ وتسعمائة وتسعين، هو تسعة وعشرون بالمائة.

متحف سكة الحجاز

هو متحف أثري بالمدينة المنورة. تأسس المتحف في شهر رجب من عام (١٤١٩هـ) ويقع في ميدان باب العنبرية في مبنى محطة القطار العثمانية (تعرف محليا بالاستسيون) المطل على شارع عمر بن الخطاب.

أولى خطوات مشروع المتحف بدأت في العام (١٤١٩هـ)، وافتتحت رسمياً على يد الأمير عبد المجيد بن عبد العزيز.

يركز المتحف على تاريخ سكة الحجاز التي بنيت في عهد عبد الحميد الثاني وقد تم جمع عدة عربات ومحركات من مناطق ومحطات أخرى على السكة وقد اعيد ترميم إحدى المحركات وباستطاعتها الحركة على سكة المتحف.

ويحتوى المتحف أيضاً على أواني فخارية، أدوات القهوة، مجموعة من العملات الورقية، أسلحة ومجموعة من الصور الفوتوغرافية القديمة للمدينة المنورة يعود تاريخها إلى العام (١٨٨٠م).

يستخدم المتحف أيضاً لإقامة بعض المهرجانات الثقافية.

الطائف

الطائف من أشهر المدن السعودية، لكونها أحد أهم المنتجعات الجبلية السياحية الوطنية، والمقر الصيفي للحكومة السعودية، ومركزاً مهماً للمؤتمرات الدولية التي تعقد في البلاد.

تقع عند المنحدرات الشرقية لجبال السروات على ارتفاع ألف وسبعمائة متر فوق مستوى سطح البحر، في الجنوب الغربي من شبه الجزيرة العربية ويسمى هذا المرتفع جبل غزوان، وتبعد مسافة خمسة وثمانين كيلو متراً عن مكة المكرمة ومائة وستين كيلو متراً عن جدة وتسعمائة وواحد كيلو متر عن الرياض.

وبسبب هذا الموقع الممتاز والمناخ الجميل شهدت المدينة أحداثاً عديدة قبل الإسلام، وبنى العثمانيون فيها مدينة عسكرية حصينة، وكتب عنها المؤرخون والرحالة وامتدحوا هواءها وخيراتها. تبلغ مساحة المدينة ثمانية آلاف هكتار أي ثمانين كيلو متراً مربعاً. يميل مناخ الطائف إلى الاعتدال في الصيف والبرودة شتاءً بسبب وقوعها بين مرتفعات جبلية في الغرب والسهل المنبسط في الشمال.

قلعة حمص

قلعة حمص تقع القلعة في الجنوب الغربي من مدينة حمص القديمة / سوريا على تل ارتفاعه ٣٢ م من المدينة وعلى ارتفاع ٥٣٣ عن سطح البحر ويعود بناء القلعة إلى الألف الثالث قبل الميلاد. عندما أصبحت حمص تابعة للإمبراطورية الرومانية الشرقية في سوريا وخاصة في عصر جوليا دومنا ابنة كاهن الشمس في حمص اتسعت المدينة وقلعتها، وتبدو القلعة من الداخل وكأنها مدينة ملكية كاملة فيها أماكن للإقامة ومساكن ومستودعات ومباني إدارية ويحيط بها سور شبه دائري وفيها برجان يعودان إلى العهد الأيوبي وتدل الكتابات على البرج الشمالي أن من بناه هو (أسد الدين شيركوه) حيث زاد شيركوه في تحصين القلعة، أما باقي تحصيناتها فتعود إلى العهدين المملوكي والعثماني، وقد لعبت دوراً مرموقاً في التاريخ وخاصة في عهد الدولة الأيوبية والمماليك.

درب زبيد

يمثل «درب زبيدة» منذ عهد هارون الرشيد مفخرة هندسية لتأمين المياه للحجاج والذي كادت تضيع معالمه، حتى أمر قبل سبع سنوات خادم الحرمين الشريفين الملك عبد الله بن عبد العزيز، وكان حينها ولياً للعهد، إحياء الطريق، بتجديد معالمه القديمة، كما نجح فريق من الآثاريين السعوديين في تسجيل وحفظ مواقع على الطريق قبل (٣٢) عاماً. ويبلغ طول الطريق بشكل عام حوالي (١٥٠٠) كيلومتر، ويمتد من العراق مروراً بشمال السعودية ووسطها إلى أن يصل إلى الأماكن المقدسة في المدينة المنورة ثم مكة المكرمة، وتتوزع على طول الطريق الآبار وخزانات المياه بمسافات لا تزيد على (٤٠) كيلومتراً، كما توج الطريق بنظام رائع من قنوات المياه لسقيا الحجاج وسالكي الطريق.

وبدأت قصة إنشاء الطريق عام (٨٠٠م)، عندما شارفت زوجة هارون الرشيد، الخليفة العباسي، زبيدة بنت جعفر بن أبي جعفر المنصور، على الهلاك وهي في طريقها لأداء مناسك الحج، ونذرت على نفسها ألا يعاني الحجاج بعد ذلك من العطش وهم في طريقهم إلى الحج. حيث أنشأت الطريق من الكوفة عبر أشد المناطق شحاً بالمياه، وأصبح الطريق مفخرة هندسية لتأمين المياه للحجاج من خلال بناء شبكة هائلة من خزانات المياه، تبدأ من الكوفة مروراً بالحدود الشمالية من البلاد السعودية، ثم حائل فالقصيم، ثم يميل الطريق إلى جهة الجنوب الغربي، شاقاً الصحراء إلى المدينة المنورة ومكة المكرمة. وتتوزع على طول الطريق المعروف بـ«درب زبيدة»، الآبار وخزانات

المياه، وكانت الجمال تعبر من نقطة توقف إلى أخرى للتزود بالماء. كما توج الطريق بنظام رائع من قنوات المياه خارج مكة المكرمة لتأمين المياه خلال فترة الحج، كما زود الطريق بخزانات للمياه عُرفت باسم «البرك»، وذلك خلال عدة قرون، ولا يزال البعض منها باقياً إلى اليوم، حيث يستفيد منها البدو لسقيا مواشيهم.

ونجح فريق من الباحثين الآثاريين برئاسة الدكتور عبد الله المصري، مدير أول إدارة للآثار والمتاحف في السعودية، عام (١٩٧٥م)، في تسجيل وحفظ طريق الحج. حيث وثق الفريق حوالي (٩٠) موقعاً أثرياً على الطريق، احتوت على جوامع وحصون وقصور ووحدات سكنية وخزانات مياه رئيسية، وتم ترميم المباني من أنقاض الحجارة الموجودة من أجل تأسيسها مع خليط من الطوب المصنوع من الطين كهيكل علوي، ولا يزال بعض هذه المنشآت قائماً، خصوصاً بقايا الطرق المعبدة وعلامات الطرق المتنوعة. ومع ظهور السيارات تغيرت الطرق ولم يبق من هذا الدرب العظيم إلا آثاره. وينتهي الطريق في عين زبيدة، التي تتبع من وادي نعمان، ثم تمر في عرفات، فتقطع وادي عرنة، ثم تنحدر إلى مكة، وكانت مصممة بطريقة انسيابية انحدارية. وتنتشر على الطريق الذي ظل سالكاً طوال ثلاثة عشر قرناً، معالم أخرى تمثلت في علامات الأميال على الطريق، والمنارات وأماكن مخصصة للإنارة من خلال إشعال النار فيها لهداية الحجاج ليلاً. كما شيّد العباسيون في جزء من الطريق، منازل وحفروا فيه الآبار وبنوا قصرًا ومسجدًا.

ويبدأ الطريق من الكوفة حتى يصل إلى منطقة مهد الذهب، لتبدأ محطات مهمة في الطريق، هي العمق، ثم إلى غار زبيدة، ثم إلى جبل

صايد، فهضبة الشرار، ثم مهد الذهب، ليسير الدرب ناحية الجنوب الغربي مروراً بوادي السائلة فجل رايان، ليتفرع الدرب إلى فرعين، أحدهما عبر «صفيّنة» و«وحاظة»، والآخر عبر «الأفيعية» و«المسلح». (المصدر: صحيفة الشرق الوسط).

معلومات ثقافية عامة

كلنا يعلم بأننا في عصر المعلومات، بل في ثورة المعلومات؛ لذا.. كانت هذه الفقرة من أهم فقرات هذا الكتاب، وهي بكل بساطة معلومات متفرقة وليست محصورة في حقل معين.

وهنا أدعو الجميع إلى الاهتمام الشديد بهذه الفقرة.



آبار مكة قبل زمزم

حضرت قريش بمكة آباراً تستقي منها وتشرب قبل ظهور زمزم لهم وهي: "الطوى، وبذر، والحقر، وسقيّة، والسنبلة، والغمر". كما كانت لهم آبار أخرى قديمة خارج مكة، منها: رُمّ، وخُمّ، فلما ظهرت زمزم، نسيت قريش جميع الآبار الأخرى، وانصرف الناس إليها؛ لأنها بئر إسماعيل -عليه السلام-، ولمكانها من البيت الحرام، وفضلها على ما سواها من المياه.

أبرهة وفيه وسائسه

لما عزم أبرهة الأشرم على هدم الكعبة، بجيشه وفيه العظيم، أهلكهم الله تعالى بالطير الأبايل التي تحمل حجارة من سجيل، مع كل طائر ثلاثة أحجار يحملها، حجر في منقاره وحجران في رجليه. أما أبرهة فقد أصابه حجر، وظهر على جسده بلاء عظيم، فخرج بعض من نجا من جيشه به، وأجزاء جسمه تتساقط جزءاً جزءاً، حتى قدموا به صنعاء باليمن وهو مثل فرخ طائر، فما مات حتى انشق صدره عن قلبه، فيما يزعمون. وأما فيه العظيم الذي كان يتقدم الجيش، فقد نجا، وكذلك سائس الفيل وخادمه، واسمه أنيس، فقد لجأ إلى مكة وعاشا بها إلى أن شاخا وعميا وتسولا الناس. وقد قالت السيدة عائشة - رضي الله عنها - : "لقد رأيت قائد الفيل وسائسه بمكة أعميين مُقعدين يستطعمان الناس".

أبو حنيفة وفطنته

قال عبد الله بن المبارك: رأيت أبا حنيفة في طريق مكة، وقد شوى لمن معه فصيل سمين، فاشتوها أن يأكلوه بخل، فلم يجدوا شيئاً يصبون فيه الخل، فتحيروا.

فرأيت أبا حنيفة وقد حفز في الرمل حفرة، وبسط عليها السفرة، وسكب الخل على ذلك الموضع، فأكلوا الشواء بالخل. فقالوا له: تحسن كل شيء!! فقال: عليكم بالشكر، فإن هذا شيء ألهمته لكم، فضلاً من الله عليكم.

أبو لهب

هو عم النبي ﷺ كان مشركاً ولم يؤمن. ناصب هو وزوجته العداة لرسوله الله، وذكر ذلك في القرآن الكريم (انظر سورة المسد). اسمه: عبد العزى بن عبد المطلب. لم يشترك في معركة بدر وتوفي بعدها بأيام، عام ٢هـ.

الأبنوس

خشب يتميز بلونه الأسود وشدة صلابته، وهو يمثل مجموعة من الأشجار الاستوائية تعرف بالأبنوس.. ويتميز الأبنوس باستعداده للصقل؛ لشدة انضمامه أليافه، لهذا شاع استعماله منذ أقدم العصور في صناعة الأثاث الفاخر ودُمي الشطرنج والمقابض ومفاتيح البيانو.

وما زالت التحف المصنوعة من الأبنوس المغطى بالعاج والعظم تمثل بدائع الفن المصري القديم والفن الإسلامي التي تزخر بها المتاحف.

الأبواء

موضع بين مكة والمدينة بالقرب من الجحفة، تذكر الروايات أن السيدة آمنة بنت وهب، أم النبي ﷺ، توفيت ودفنت فيه، وهي راجعة إلى مكة بعد زيارة أخوالها بالمدينة.. وكان ﷺ في السادسة من عمره (حوالي عام ٥٧٦هـ).

آدم - عليه السلام - وذريته

قيل إن سيدنا آدم - عليه السلام - عاش ألف عام. وولدت له حواء أربعين ولداً، في كل بطن ذكر وأنثى. فأولهم قابيل وأخته قليما. ولم يمض آدم - عليه السلام - حتى رأى من ولده وولد ولده أربعين ألفاً. وانقرض نسلهم، غير نسل ابنه سيث - عليه السلام -. ثم انقرض النسل وبقى أولاد نوح عليه السلام، وهو: سام وحام ويافت. فسام أبو العرب، وحام أبو الزنج، ويافت أبو الروم والترك. (ويأجوج ومأجوج نوع من الترك).

الأزبكية

الأزبكية حي شهير من أحياء القاهرة الوسطى، أخذ اسمه من "أزبك" وهو أحد أمراء السلطان المملوكي قايتباي.

وقد عرف هذا الحي بحديقة الأزبكية التي كانت في الأصل بركة مياه بلغت مساحتها نحو عشرين فداناً، أمر الخديوي إسماعيل عام (١٨٧٦م) بردمها، فأصبحت حديقة عامة. وفي عام (١٩٥٢م) أزيلت أسوارها، وشق في وسطها طريق للسيارات، وأقيمت بها مسارح ونواد ومقاهي. وكان من أسباب شهرة هذا الحي باعة الكتب العديدون، الذين شكلوا ما يعرف بسوق الأزبكية للكتاب.

أسد الغابة

أسد الغابة كتاب مهم في التراث الإسلامي. مؤلفه هو المؤرخ عز الدين علي بن محمد، المعروف بابن الأثير عاش من عام (٥٥٥) إلى (٦٣٠هـ).

والكتاب اسمه: أسد الغابة في معرفة الصحابة. فهو كتاب في تراجم الصحابة الكرام، يشتمل على (٧٥٠٠) ترجمة. مرتبة أبجدياً. ولعله يكون الكتاب الأفضل بين كافة التراجم الإسلامية.

الإسقربوط

مرض يتسبب عن نقص فيتامين (ج) في الغذاء، وأعراضه: تورم في اللثة، ونزفها، وخلخلة الأسنان.. وفي الأحوال المتقدمة يظهر طفح نزيفي، وفقدان الشهية للطعام، وخمول ذهني. وللعلاج يعطى فيتامين

(ج) مع تضمن الغذاء الفواكه والخضراوات الطازجة وعصير الليمون. وكان البحارة يُصابون بهذا المرض كثيراً لاعتمادهم في طعامهم على المعلبات لا الغذاء الطازج.

الأكثر أوسمة

إن الشخص الذي حاز أكبر عدد من الأوسمة والنياشين هو إمبراطور الحبشة الشهير: هيلا سيلا سي، المولود عام (١٨٩٢م) والمتوفى عام (١٩٧٥م)؛ فقد حاز (٥٠) وساماً كان يضعها جميعاً على صدره، مُشكلة (١٤) صفاً.

الأكثر سفراً

هي امرأة إنجليزية تدعى "كلارا ماكبث" كانت ثرية مليونيرة قضت (١٧) سنة على سطح باخرة سياحية، وعندما كانت تشعر بالملل، كانت تركب الباخرة: الملكة إليزابيث الثانية، وتدور حول العالم، وقد بلغ عدد هذه الدورات أربعاً.

الأكثر طلاقاً

إنها الأمريكية "بيفرلي فينا أفيري" .. فقد تزوجت ثم طلقت (١٦) مرة، وكان آخرها عام (١٩٥٧م)، وقد صرحت عند خروجها ذات مرة من المحكمة، أنها كسرت أنوف خمسة من أزواجها السابقين، إثر مشاجرات قامت بينها وبينهم.

المدينة الفاضلة

عبر التاريخ، تخيل الفلاسفة والكتاب والمفكرون مدنا فاضلة، يعيش أهلها في عالم يسوده السلام والعدل والمثالية، ووضعوا في ذلك كتباً عدة.. فكتب أفلاطون: الجمهورية.. والقديس أوغسطين: مدينة الإله.. والفارابي: آراء أهل المدينة الفاضلة.. وتوماس مور: يوتوبيا.. وكامبانيا: مدينة الشمس.. وفرنسيس بيكون: أطلانتس الجديدة.. وه.ج. ولز: يوتوبيا حديثة.

الأيوبيون

الأيوبيون (١١٦٩-١٢٥٠م)، أسرة كردية الأصل، من أقوى الأسر الإسلامية في الشرق العربي في العصور الوسطى.. حكمت مصر، والشام، واليمن.. أسسها صلاح الدين الأيوبي فوحد الجبهة الإسلامية للقضاء على حكم الصليبيين، وانتصر عليهم في كثير من المعارك.. قامت قوة الأيوبيين الحربية على جيوش من الترك، والأكراد، والتركمان، والعربان، ونجحوا في القضاء على المذهب الفاطمي أو الشيعي.. شيّدوا القلاع والحصون.

(قلعة الجبل بالقاهرة) والأسوار، وأقاموا المساجد وأسسوا المدارس.. كانوا في معارك متصلة مع الصليبيين، واستطاعوا أن يجلوهم عن مناطق كثيرة.

إنسان آلي

اخترع ميكانيكي "آلي" صمم بحيث يقوم ببعض الأعمال التي يقوم بها الإنسان، والتسمية روبوت، ترجع إلى شخصية في مسرحية كتبها كاريل تشابك، يصف فيها القيام بأعمال تحتاج إلى تفكير عقلي ولكن بلا عاطفة...، ويستخدم الإنسان الآلي لحفظ الطائرة على خط الملاحه دون قائد، وفيما يسمى بالعقل الإلكتروني، وفي توجيه القذائف وصواريخ الفضاء، والإنسان الآلي عبارة عن مجموعة دوائر إلكترونية وحركات ميكانيكية.

واجبات إمام المسلمين

حقوق الأمة التي هي واجبات الإمام يمكن أن تجمع في عشرة:

- (١) حفظ الدين والحث على تطبيقه ، ونشر العلم الشرعي وتعظيم أهله ومخالطتهم ومشاورتهم .
- (٢) حراسة البلاد والدفاع عنها ، وحفظ الأمن الداخلي .
- (٣) النظر في الخصومات ، وتنفيذ الأحكام .
- (٤) إقامة العدل في جميع شئون الدولة .
- (٥) تطبيق الحدود الشرعية .
- (٦) إقامة فرض الجهاد .
- (٧) عمارة البلاد ، وتسهيل سبل العيش ، ونشر الرخاء .

- (٨) جباية الأموال على ما أوجبه الشرع من غير عنف ، و صرفها في الوجوه المشروعة "٣٠٥" وعلى المستحقين ، من غير سرف ولا تقتير .
- (٩) أن يولي أعمال الدولة الأمناء النصحاء أهل الخبرة .
- (١٠) أن يهتم بنفسه بسياسة الأمة ومصالحها ، وأن يراقب أمور الدولة ويتصفح أحوال القائمين عليها .

واجبات الدولة العامة

- يتعين على الدولة ممثلة بمجموع سلطاتها أن ترعى المصالح العامة للمسلمين الداخلين تحت ولايتها، وجماع هذه المصالح يعود إلى:
- (١) حفظ أصول الدين وإقامة الشريعة. وتنظر الأحكام المتعلقة بهذه المصلحة في مصطلحات: (إمامة كبرى، ردة، بدعة، ضروريات، وجهاد).
- (٢) إقامة الحدود، وعقوبة المستحق وتعزيره. وتنظر أحكامها في مصطلحات: (قصاص، تعزير).
- (٣) حفظ المال العام للدولة، ويراجع في هذا مصطلح بيت المال.
- (٤) إقامة العدل وتنفيذ الأحكام وقطع الخصومات.
- (٥) رعاية أهل الذمة.
- (٦) تكثير العمارة.
- (٧) إقامة السياسة الشرعية.

سرير البحيرة

هو قاع البحيرة تحت كتلة الماء المحاطة باليابسة، ويكون مفروشاً بمواد غير عضوية مثل الرمال والطيني، ومواد عضوية من بقايا النباتات والحيوانات المتحللة، وعلى هذه الفرشة ينمو غطاء نباتي ويعيش مجتمع حيواني مرتبط بنوع وحجم رواسب القاع، ولو أخذنا مقطعاً رأسياً في سرير البحيرة نراه يتكون من طبقات غامقة وأخرى فاتحة، وكأنه سرير مفروش بأغطية بعضها فوق بعض. وكل طبقتين متتاليتين تشيران إلى رواسب عام واحد، ففي الشتاء حيث تموت الكائنات الدقيقة يرسب الكربون مكوناً طبقة داكنة، ثم يأتي الصيف فتترسب مواد عضوية قليلة تمنح القاع طبقة فاتحة.

حركة الجبال

أثبتت دراسات العلماء أن الجبال تتحرك، حركة بطيئة وغير ملحوظة إلا بالرصد الدقيق والمتابعة على مدى عشرات الأعوام. وحركتها تتبع حركة الألواح "التكتونية" التي تتكون منها القشرة الأرضية، والتي تشبه زوارق عائمة على صحارة باطن الأرض السائلة الحارة والمضطربة، والتي يؤدي اضطرابها إلى تحريك هذه الألواح التكتونية، وتحريك الجبال فوقها.

الفهد الصياد

هو أسرع حيوان على وجه الأرض؛ لأن سرعته تبلغ (١٠٠) كيلو متر في الساعة خلال ثلاث أو أربع ثوان. ويتمكن الفهد من الوصول إلى هذه السرعة بفضل مرونة عموده الفقري ورشاقتة وطول أقدامه. وهو ينجح في طرح فريسته أرضاً والإجهاز عليها بسرعة. والفهود تقتات بالطبء والحيوانات الأخرى أكلة العشب، وتعيش في الصحاري والبراري الإفريقية.

الطاقة الشمسية

الطاقة الشمسية هي طاقة الماضي والمستقبل الآمنة النظيفة، وهي تتكون من شقين: ضوئي وحراري، ويمكن الحصول على الكهرباء من ضوء الشمس باستخدام الخلايا الكهروضوئية التي تحول ضوء الشمس مباشرة إلى كهرباء، وأيضاً عن طريق تركيز حرارة الشمس لتبخير مياه تدير "التوربينات" تولد الكهرباء، أما حرارة الشمس فهناك وسائل عديدة للاستفادة منها مباشرة للتسخين والتدفئة، لكن تظل هناك ضرورة لتخزين الطاقة الشمسية لاستخدامها في الليل، وعلى فترات ممتدة، فيمكن تخزينها بدرجات حرارة عالية جداً في أوعية مملوءة بالأملاح المذابة، والأملاح وسيلة فعالة للتخزين لأنها منخفضة التكلفة ولها سعة حرارية عالية، وهناك وسائل أبسط مثل الماء والأحجار وكذلك شمع البارافين، أما تخزين الكهرباء المتولدة من

الطاقة الشمسية بديلاً للطاقات الأخرى الملوثة للبيئة مثل طاقة الفحم والنفط والطاقة النووية شديدة الخطورة.

من غرائب الجراحة

كثيراً ما يضطر الطبيب الجراح إلى ترقيع جلد المصاب بقطعة جلد تؤخذ من عضو سليم من جسم المصاب نفسه أو من جسم غيره، ولكن هذه الطريقة لا تخلو من أوجه الضعف. ولذلك ابتدع أساتذة الجراحة بكلية الطب بجامعة سنسناتي الأمريكية طريقة جديدة لترقيع الجلد، وذلك بأن يذر على المكان المراد ترقيعه "ببودرة الجلد" أي مسحوقة. وهذه البودرة هي مسحوق جلد حقيقي مجهز بطريقة علمية، فإذا ذررت قليلاً منه على المكان المراد ترقيعه نما عليه جلد صحيح لا يلبث طويلاً حتى يلتحم بالجلد المحيط به ولا يترك أي أثر.

إعادة نبضات القلب

خفقان القلب هو دليل على الحياة، فإذا وقعت الوفاة توقف الخفقان تماماً، وقد وقفنا على خبر في إحدى المجلات العلمية مفاده أن أحدهم اخترع إبرة كهربائية تعيد إلى القلب نبضاته وتعمل فيه فعل الحقن بالكافور، ومن مزايا هذه الإبرة أنه يمكن بواسطتها تنظيم عدد نبضات القلب والتحكم فيها حتى يكون ذلك العدد مطابقاً لسن الشخص المراد إعادة نبضات قلبه.

الارتجاج من البرد

ثبت من الأبحاث الطبية التي قام بها بعض الأطباء أن الارتجاج هو الوسيلة التي تلجأ إليها الطبيعة لتدفئة الجسم. ويفسر ذلك أنه لما تبرد بشرة الجسم تأخذ عضلات الأوعية الدموية في التقلص، وهذا التقلص يجعل الدم يتدفق من الأوعية الدموية الصغرى إلى الأوعية الدموية الكبرى. وبما أن الأوعية الأخيرة تتمدد بسبب حصول البرد، فإن تتابع التقلص والتمدد على وجه أشبه بنوبة تشنجية يسبب الارتجاج. وقد ثبت بالاختبار أن التنفس بواسطة الأنف يزيد في أوكسجين الدم ويؤدي إلى إنتاج الحرارة.

سبع عجائب طبية

المتفق عليه بين جمهور الأطباء أن أعظم الانتصارات التي وفق إليها الطب في العصور الحديثة هي السبعة الآتية، نذكرها بحسب ترتيب أهميتها:

- ١- إيجاد المناعة ضد بعض الأمراض.
- ٢- التخدير.
- ٣- اكتشاف أنواع الفيتامين المختلفة وإظهار علاقته بالتغذية.
- ٤- اكتشاف وسائل لمنع تسمم الجروح وفسادها.
- ٥- استخدام الأشعة ووسائل التهوية.
- ٦- معالجة أعضاء الجسم بمواد صناعية تحل محل المواد

الطبيعية كمعالجة الأنيميا بخلاصة الكبد ومعالجة المصابين بالسكر
بمادة الأنسولين.

٧- جراحة القلب والدماغ وأعضاء الجسم الصناعية.

معلومات مختلفة

تقول مجلة الصناعات الغذائية: إن تبريد المواد الغذائية قبل
وضعها في علب يحفظها من الفساد ويحفظ ما بها من فيتامين.
وقد يظل الخبز طازجاً عدة أسابيع إذا برد بالوسائل الصناعية.
وكذلك يمكن حفظ العنب طويلاً إذا وضع في صناديق مثلجة.
وأحسن أنواع الجبن ما صنع من لبن مثلج.
والأرز الذي تزال منه رطوبته (وقلما تنقص هذه الرطوبة عن
"٢٥" في المائة) يسلم من الفساد، وإذا كانت غرفة المؤونة مبردة كانت
أقل عرضة للفئران.

هو لا يبالى بالحلف

أراد قاضي البدو أن يستحلف الخصم، فقال الخصم الآخر: هو
لا يبالى بالحلف، فقال: سأحمله على حلف لا يستجريء عليه، قل: جعل
الله نومي نغصا، وطعامي غصصا، ومشيتي رقصا، وسلخي برصا،
وملاً عيني رمصا، وأدخلني قفصا، وابتلاني بهذه العصا! فأبى أن
يحلف، وأذعن للحق!

درجات الحساد

اجتمع ثلاثة حسّاد، فقال أحدهم لصاحبه: ما بلغ من حسدك؟ فقال له: اشتهيت أن لا أفعل بأحد خيرا قط! فقال الثاني: أنت رجل صالح، ولكني ما اشتهيت أن يفعل أحد بأحد خيرا قط! فقال الثالث: ما في الأرض أصلح منكما! ولكني ما اشتهيت أن يفعل بي أحد خيرا قط!!

يتعشى قبل أن يسرق

قال رجل من بني عقيل: ذهبت لأسرق فرسا من حي، فدخلت الحي، فما زلت أتعرف مكان الفرس، فاحتلت حتى دخلت البيت، فجلس الرجل وامرأته يأكلان في الظلمة.

فأهويت بيدي إلى القصعة وكنت جائعا، فأنكر الرجل يدي وقبض عليها! فقبضت على يد المرأة بيدي الأخرى! فقالت المرأة: مالك ويدي؟ فظن أنه قابض على يد امرأته، فترك يدي، فتركت يد المرأة.

وأكلنا، ثم أنكرت المرأة يدي فقبضت عليه، فقبضت على يد الرجل، فقال لها: مالك ويدي؟ فتركت يدي! فتركت يده! ثم نام، فقمت فأخذت الفرس!

أكمل اللصُّ العدد!

قال علي بن القاسم - رحمة الله - : حدثني رجل قال: رأيت في المنام أيام الطاعون، كأنه أخرجت من داري اثنتا عشرة جنازة! وأنا وعيالي اثنا عشر، فمات منا أحد عشر، وبقيت وحدي. فقلت في نفسي: أنا تمام العدد، فخرجت من الدار، ثم رجعت من غد إليها، فإذا لصوص قد دخل للسرقة، فأصيب بالطاعون في الدار فمات، فأخرجنا جنازته!.

ومن يُهن الله فما له من مُكرم!

أدعى مسيلمة الكذاب أنه نبي يوحى إليه! فبلغه أن النبي محمدا ﷺ كان إذا تفل في بئر عذب ماؤها، وأنه كان يحنك الصبيان، وأنه كان إذا أتى بصبي مسح رأسه. فتفل مسيلمة في بئر، فصارت ملحا أجاجا! وحنك صبيا، فخرج ولم ينطق! ومسح رأس صبي، ففزع رأسه!.

فاقد الشيء لا يعطيه

هناك أناس غير سعداء لأن آخرين غير سعداء! هكذا هم يقولون. الحقيقة أن أغلب الناس غير سعداء؛ لأنهم كذلك في داخل أنفسهم وبسبب أنفسهم، حتى ولو سعد الآخرون فلن يسعدوا؛ لأنهم لا يملكون السعادة.

إن الإنسان الحريص على إسعاد الآخرين يجب أن يكون هو أولاً

سعيداً؛ لأن فاقد الشيء لا يعطيه. كيف يعطي السعادة من لا يملكها؟
إن مثل ذلك كمثل الذي يهدي المال وهو لا يملكه؛ ولتكن لديك أولوية،
ويكفيك لإسعاد الآخرين أن تكوني أنتِ نفسك سعيدة.

المؤمنون أسعد الناس

لما كان المؤمنون مرتبطين بالذي خلق الكون بمجراته وكواكبه
ومخلوقاته. فقد سهل عليهم إدراك مفهومه وتفسير منطوقه. وكل
مؤمن كامل الإيمان فهو كامل السعادة، وليس ذلك لأحد إلا المؤمن
الكامل الإيمان.

لكن ينبغي الإشارة إلى أن أغلب المؤمنين غير سعداء رغم أنهم
أسعد من غيرهم بالعموم، لأن الخلط يعترتهم من تطرف أو تسبب أو
فهم خاطئ أو ممارسات منحرفة بحق أنفسهم أو أهلهم أو الآخرين.
فالمؤمن غير السعيد ينبغي أن يراجع نفسه أو منهجه! فإما أن يكون على
منهج خاطئ، وإما أن يكون لا يفهم المنهج جيداً، وإما أنه لا يطبق!

تنفسي الهواء النقي

الهواء (الأوكسجين) أهم شيء في الحياة، فالإنسان لا يعيش أكثر
من دقائق دون هواء. ونحن نتنفس الهواء وباستمرار، والمشكلة تكمن في
التلوث الذي صار يملأ المجتمعات المزدهمة وغير المزدهمة، باستثناء
بعض أعالي الجبال. وبسبب كثرة التلوث وانتشاره فينبغي أن تصديه

بمضادات تلوث تتناولونها يومياً، وأهمها فيتامين (ج)، وفيتامين (أ)،
وفيتامين (هـ)، ومعدن السيلينيوم، ويأتي شرح كل واحدة منها.
وينصح أن تكوني قريبةً من الأشجار بعض الأحيان فهي تمتص
التلوث وتخرج الأكسجين النقي.





لماذا ينتحرون؟



أصبحت معدلات الانتحار في العديد من الدول الغربية والشرقية مرتفعة، وتندر بخطر كبير، ونحن كمسلمين؛ مؤمنون بالله، وإيماننا بالله هو الحامي الأول لنا من الانتحار، ومن كل الأمراض النفسية المنتشرة. لذا.. جمعنا في هذه الفقرة العديد من الموضوعات المهمة، والتي ينبغي طرحها على الطالبات، وتوعيتهن بها.



لماذا ينتحرون؟

لقد أثبتت الإحصاءات والتقارير الحديثة أن معدلات الانتحار في الدول الغربية، والشرقية غير المسلمة في ازدياد مستمر، وأن كثيراً من الشباب والرجال والنساء والشيوخ يلجأون إلى الانتحار رغبة في التخلص مما يعانونه من مشكلات، وأزمات فهل يدل هذا على سعادة هؤلاء أم على شقائهم؟

لقد امتلك هؤلاء ناصية العلوم الحديثة والمخترعات العلمية والتقدم التقني والتكنولوجي.. لقد تمتعوا بكثير من الخدمات الصحية والاجتماعية والتعليمية والمالية وغير ذلك.. لقد حصلوا على كثير من الحقوق السياسية والحريات المزعومة التي يتشددون بها في كل وقت.. لقد تمتعوا بالمراكب الفارهة، والطرق الواسعة، والأبراج العالية التي يناطحون بها السحاب، والأنظمة المتقدمة في كل شئون الحياة.. ومع ذلك كله تزداد نسبة الانتحار عندهم يوماً بعد يوم!

ما السبب في ذلك؟

أليسوا يعيشون حياة الرفاهية ورغد العيش؟

أليسوا يتمتعون بالشهوات بلا ضابط ولا قيد؟

ألم تأخذ المرأة عندهم حقوقها كاملة كما يزعمون؟

إذن فلماذا ينتحرون؟ ولماذا يزهقون أنفسهم ويفارقون الجنة

المزعومة التي يعيشون فيها؟!

إنهم يعزون ذلك إلى أسباب مادية كالمشكلات الاقتصادية

والصحية والاجتماعية، وغير ذلك من المشكلات كالبطالة والملاحقات القضائية والديون.. وهم بذلك يتعامون عن السبب الرئيس لهذه المشكلة الخطيرة، وهو فقدان الإيمان بالله واليوم الآخر.

إن الدول الإسلامية تعاني المشكلات الاقتصادية والصحية والاجتماعية والتعليمية أضعاف ما يعانيه هؤلاء؛ فالفقر منتشر في كثير من الدول الإسلامية، وكذلك المرض والجهل والبطالة والتخلف في المجالات كافة، ومع ذلك لا تشكل ظاهرة الانتحار في هذه الدول الإسلامية نسبة ملحوظة، والسبب في ذلك أن الإيمان بالله واليوم الآخر يمنع صاحبه من إزهاق نفسه والاعتداء عليها؛ لأن المسلم يعلم أن هذه النفس ليست ملكاً له، بل هي أمانة يجب عليه المحافظة عليها وعدم تعريضها لأي خطر كان. قال تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (البقرة: ١٩٥).

الانتحار في الولايات المتحدة:

نشرت السلطات الأمريكية تقريراً يحدد أنجع السبل في مواجهة ظاهرة الانتحار المتفشية في البلاد، والتي تهدد الاستقرار الاجتماعي. ودعا التقرير الجماعات الدينية والمذيعين والأطباء والمحامين إلى المساهمة في محاربة هذه الظاهرة التي تحصد سنوياً نحو (٣٠) ألف شخص، واقترح بعض الخبراء استخدام مصطلحات خاصة بالانتحار في المستشفيات، ودرج الأطباء ومحققو الوفيات على استبعاد الانتحار في كثير من حالات الوفاة من أجل تخفيف ألم أسر الضحايا ومواساتهم.

وقال د. ديفيد استاشر: إن الانتحار وراء موت العديد من الأمريكيين. وكانت خطة حول محاربة الانتحار قد وضعت عام (١٩٩٨م) في أعقاب مؤتمر بهذا الخصوص أصدر (٨٠) توصية، ينتظر أن تظهر نتائجها عام (٢٠٠٠م).

ويسعى برلمانيون أمريكيون إلى توفير مبلغ (٧٥) مليون دولار من أجل التصدي للانتحار وسط الأطفال! ومساندة تشريعات تمنح المرضى العقليين دعماً إضافياً من التأمين الاجتماعي.

يذكر أن الإحصاءات تشير إلى أن الانتحار أحد ثمانية أسباب رئيسة للوفاة، وتقدر عدد حالات الانتحار بنحو (٣٠) ألف شخص كل عام، في حين يصل عدد الذين يحاولون الانتحار إلى (٥٠٠) ألف سنوياً!

بريطانيا والانتحار:

بلغت حالات الانتحار بين الشبان في بريطانيا درجة الأزمة؛ إذ ارتفعت نسبة المنتحرين من الشبان إلى (٧٢) في المائة، وبينما كان المنتحرون في السابق يفضلون تسميم أنفسهم، أصبح الشنق الوسيلة المفضلة للقضاء على الحياة بين الشبان الذين تتراوح أعمارهم بين الخامسة عشرة والتاسعة عشرة.

هذا ما جاءت به دراسة نشرت في مجلة علم النفس البريطانية. ويقول الدكتور مارك ماكلور اختصاصي علم النفس الذي أجرى الدراسة: إن الإحصائيات المتوافرة في هذا المجال تخفي المستوى الخطير الذي بلغته المشكلة؛ لأن المحققين في الغالب، يصنفون حالات

الوفيات التي لا يجدون لها تفسيرًا بأنها حوادث مجهولة الأسباب عند وجود أي شك في كونها انتحارًا.

ويضيف د. ماكلور: إن الوضع قد بلغ درجة الأزمة بين الشباب الذكور، وقد يكون السبب هو وجود أزمة ثقة بين الشباب تدفعهم نحو إنهاء حياتهم.

وزاد: إن العديد من حالات الوفيات المجهولة الأسباب يدخل ضمن حالات الانتحار، لكن المحققين يترددون في وصفها حالات انتحار.

١٤ من كل "١٠٠" ألف بريطاني يقدمون على الانتحار:

حذر الباحثون من أن الكثيرين من الذين يقدمون على الانتحار أو يفكرون فيه ليسوا مصابين بأمراض نفسية أو عقلية. وقالوا: إن القاسم المشترك لمعظم حالات الانتحار هو الشعور باليأس، وفقدان الأمل بالتقدم في الحياة، وليس بالضرورة بسبب أمراض عقلية. ويقدم نحو (١٤) شخصًا من كل (١٠٠) ألف على الانتحار في بريطانيا.

وقال الدكتور روري من جامعة ستراثكلويد، والبروفيسور نول شيهي من جامعة كوينز في بلفاست: إن هناك أدلة على وجود حالة من اليأس والضغط النفسية التي لا تطاق عند (٩٠٪) من الذين يقدمون على الانتحار أو يفكرون فيه.

فرنسا والانتحار:

قالت وزارة الصحة الفرنسية: إن الانتحار هو ثالث أسباب الوفاة بين الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن (٧٠) عاماً في فرنسا، وأنها في كل (٤٣) دقيقة تقع حالة انتحار.

وأضافت الوزارة في تقرير، أن (١٢) ألف شخص يقتلون أنفسهم كل عام، وأن (١٦٠) ألف شخص آخرين يحاولون الانتحار لكنهم يفسلون.

ويأتي الانتحار بعد السرطان وأمراض القلب، وقبل حوادث السيارات كسبب رئيس للوفاة في فرنسا.

وقالت الوزارة: إن الانتحار كان أهم سبب للوفاة بين الأشخاص الذي تتراوح أعمارهم بين (١٥ و٢٤) عاماً في عام (١٩٩٣م).

وبدأت الحكومة الفرنسية في شباط عام (١٩٩٨م) حملة قومية استمرت ثلاثة أعوام لخفض معدل الانتحار الذي تضاعف على مدى الأعوام الـ(٢٥) الماضية.

وقال التقرير: إن الإحصاءات ربما تقلل من الرقم الحقيقي لحالات الانتحار بنسبة تصل إلى (٢٠٪)؛ لأن من الصعب التفريق بينها وبين حالات الوفاة الناتجة عن الحوادث.

(إضاءات)

١- الانتحار مشكلة تعصف بالمجتمع الاسكتلندي.

٢- هذه المشكلة في ازدياد مستمر.

٣- المتخصصون في دراسة هذه الظاهرة لا يعرفون، حتى هذه

اللحظة كيف يساعدون الشباب على التخلص من هذه الظاهرة.

٤- من أسباب الانتحار في اسكتلندا: المشكلات، وتلك العلاقات

الاجتماعية والبطالة، وإدمان تعاطي المخدرات.

٥- زادت حالات الانتحاريات النساء منذ بداية السبعينيات.

اليابان والانتحار:

سجلت حالات الانتحار في اليابان ارتفاعاً قياسياً للعام الثاني

على التوالي، حيث بلغ عدد المنتحرين في نهاية مارس عام (٢٠٠٠)

أكثر من (٣٣) ألف شخص، وقد أرجع نصف حالات الانتحار لمشكلات

صحية.

ويقول تقرير للوكالة القومية للشرطة: إن عدد المنتحرين بسبب

المصاعب الاقتصادية ارتفع بنسبة (١١٪) وشكل الأشخاص ذوو العقد

الخامس أكثر الفئات العمرية انتحاراً، وهي الفئة التي تضررت من

أسوأ ركود اقتصادي تتعرض له اليابان في فترة ما بعد الحرب.

ووصلت البطالة في اليابان إلى أعلى معدلاتها، كما تعمل الشركات

جاهدة لتجنب الانهيار بسبب الركود الاقتصادي، وكان مدير كبير في

متجر سوجو، وهو أحد أكبر المتاجر في اليابان قد انتحراً شتقاً في وقت

سابق من هذا العام، بعد أن طلبت مجموعة سوجو من دائئها إعفاءها

من ديون تصل إلى ستة مليارات دولار!

ويضع المحللون تفكك الأسرة ضمن أسباب تزايد الانتحار، خاصة أن معدلات الطلاق سجلت ارتفاعاً قياسيًّا أيضاً في العام الماضي. ويلجأ المنتحرون في اليابان عادة لقتل أنفسهم للهروب من الإحساس بالخزي، أو لتجنب عائلاتهم الحرج أو الخسارة المالية، ولا تحرم الديانتان الرئيسيتان البوذية والشنتوية في اليابان الانتحار.

الصين والانتحار:

خلصت دراسة قام بها باحثون أمريكيون وصينيون إلى أن الانتحار هو المسؤول عن أكبر عدد من الوفيات بين الشباب في الصين، وقد أظهرت الإحصاءات أن (٢٠٪) من عدد الوفيات بين الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٥ و٣٤) عاماً يموتون منتحرين، ووصلت النسبة إلى (٣٣٪) بين النساء الريف من الفئة العمرية نفسها. يذكر أن الصين هي الدولة الوحيدة في العالم التي يزيد فيها الانتحار بين النساء عنه بين الرجال.

وذكر الباحثون أن الانتحار أصبح يمثل مشكلة اجتماعية ضخمة في الصين.

وقال الباحثون: إن من الأسباب التي ساعدت على انتشار تلك الظاهرة: عدم تجريم القوانين للانتحار، وغياب الرادع الديني، ونقص سبل الرعاية النفسية للفئات الأكثر انتحاراً، إضافة إلى سهولة

الحصول على المبيدات السامة في المناطق الريفية. وقد استندت الدراسة لإحصاءات وزارة الصحة الصينية عن الوفيات في الفترة ما بين عامي (١٩٩٤ و١٩٩٥م).

الهند والانتحار:

ذكرت إحصائية نشرت في نيودلهي، أن مدينة نانغور جنوب الهند تشهد أعلى معدلات لحالات الانتحار بين المدن الهندية، وأن الذين يعتقدون أن الانتحار هو الحل الجذري للكثير من المشكلات والصعوبات التي تواجههم كبير جداً، وذلك بسبب ضغوط الحياة وصعوبة المعيشة. وأضافت أن معظم المنتحرين هم من المراهقين والشباب ممن تتراوح أعمارهم بين (١٥ و١٩) عاماً، مشيرة إلى أن عدد حالات الانتحار في شتى أنحاء الهند يبلغ نحو (١٠٠) ألف حالة سنوياً. وعزا مسؤول الهيئة القومية لإحصاء الجرائم ارتفاع حالات الانتحار في الهند إلى التطور الصناعي والهجرة المعاكسة من الريف إلى المدينة في ظل ظروف اقتصادية صعبة!

وأوضح أن من أهم العوامل التي تقود إلى الانتحار:

وجود سوابق تاريخية لمحاولة انتحار، إضافة إلى العنف المنزلي، وتناول الكحول بصورة منتظمة، مضيفاً أن طموحات الناس تغيرت مع تطور الحياة، وكان الجيل السابق قنوعاً بما يجني على عكس الجيل الحالي.

وأضاف أن الهند تعد من أكثر الدول تأثرًا بالتحويلات السريعة في العالم، وبخاصة في المجال الصناعي والتكنولوجي، مبيّنًا أنه مع هذه التحويلات تغيرت مفاهيم الأشخاص للحياة، وتغيرت القيم مما زاد من ضغوط الحياة.

هل تصدق؟ .. برنامج تلفزيوني لراغبي الانتحار:

لقد بلغ الهوس بهؤلاء القوم والتناقض الذي يعيشون فيه أن سمحوا لرجل مهووس بإعداد وتقديم برنامج يعلم الناس كيفية الانتحار، ويسهل على الناس الإقدام على هذه العملية بلا خوف ولا وجل. والتناقض ظاهرة في ذلك إذ كيف يدعون أنهم يجابهون هذه المشكلة ويسعون للقضاء عليها أو تقليل معدلاتها، ثم هم يسمحون ببيت مثل هذا البرنامج السخيف؟

يقول التقرير: أصبح بإمكان مشاهدي التلفزيون في أوريجون أول ولاية أمريكية يسمح فيها للمواطنين بالانتحار بمساعدة الأطباء، أن يشاهدوا برنامجًا يشرح لهم كيفية الإقدام على الانتحار بأنفسهم دون مساعدة من أحد.

ويستهدف البرنامج الذي تعرضه إحدى القنوات الخاصة بولاية أوريجون المرضى المصابين بأمراض ميئوس منها! إلا أن البرنامج أثار غضبًا شديدًا لدى قطاعات كبيرة من المواطنين الذين قالوا: إنه يشجع المصابين بالاكْتئاب والذين يعانون متاعب نفسية على محاولة الانتحار.

والبرنامج الذي يحمل عنوان "المهرب الأخير" من إعداد دريك همفري الذي نُشر له كتاب بالعنوان نفسه حقق مبيعات عالية تعدت المليون نسخة وترجم إلى (١٢) لغة!

ولكن بعض من أيدوا همفري وساعدوه في حملته الرامية لمنح المرضى حق الانتحار بمساعدة الطبيب هجروه ونأوا بأنفسهم عنه، عندما شرع في إعداد هذا البرنامج بدعوى أنه يحرض المرضى على الانجراف باتجاه عواطفهم السلبية، وأنه يعطي الانطباع بأن الانتحار هو أمر مقبول، ويعلم من يفكرون في الانتحار كيف يقتلون أنفسهم. ومن أسباب الخلاف حول هذا البرنامج أنه مشاع لمن أراد مشاهدته، وأن آلفاً من المشاهدين قد يشاهدونه دون أن تنطبق عليهم شروط همفري الذي ابتعد عنه كثيرون ممن أيدوه سابقاً.

هل تصدقين؟ .. دولة تجيز الانتحار:

أعلنت وزيرة الصحة الهولندية السماح للطاعنين في السن الذين سئموا الحياة بتناول أقراص الانتحار كطريقة لإنهاء حياتهم! وقالت الوزيرة في مقابلة: إنها لا تعارض تناول المسنين أقراص الانتحار ما دام في الإمكان تنظيم ممارسته، بحيث يقتصر على الطاعنين في السن الذين نالوا القسط الكافي من الحياة!

لكنها استبعدت أن يكون السماح لهؤلاء المسنين واليائسين بتناول أقراص الانتحار نوعاً من أنواع القتل الرحيم!! وقالت: اليأس من الحياة ليس له علاقة بالقتل الرحيم أو الطب أو الأطباء، فأنت

بهذا تساعد الشخص على التحرر من معاناة ليس لها صلة بالمرض أو الإعاقة.

- أرايتم - أخواتي - ما وصل إليه هؤلاء من تناقض وتخبط وقسوة وبعد عن أي نوع من الإيمان بالله تعالى؛ ولذلك فإن كلام المجانين والمعتوهين أحسن حالاً من كلام هؤلاء المسؤولين المتخصصين. وزيرة الصحة في هولندا بدلاً من أن تسعى لتخفيف الآلام عن الناس بعلاجهم والسعي في تعديل صحتهم النفسية تجيز لهم تناول أقراص الانتحار لتنتهي بذلك معاناتهم ومشكلاتهم، فما أرحم هؤلاء بمواطنيهم؟! وما أرق قلوبهم على المرضى والمسنين!!

حكاية القتل الرحيم:

أصبحت هولندا أول دولة تعترف بجواز قتل المرضى الميؤوس من شفائهم والمعروف باسم "القتل الرحيم"، وذلك بعد موافقة مجلس الشيوخ الهولندي على اقتراح بهذا الصدد.

وعلى الرغم من أن القانون قد أضفى شرعية على أمر يمارس في هولندا منذ عقدين، فإنه أثار استياء في بعض البلدان الأخرى، وشبهه البعض بسياسات ألمانيا النازية، حيث كان المعوقون من الكبار والأطفال يقتلون بانتظام.

ألا فليحذر المرضى من دخول المستشفيات الحكومية في تلك البلاد، فقد يقع على أحدهم الاختيار فيكون ضحية ما يسمى "بالقتل الرحيم" الذي أقره مجلس الشيوخ الهولندي.

الشبكة العنكبوتية والانتحار:

بدأت الأجهزة الأمنية والقضائية في كوريا الجنوبية حملة تحقيق واسعة حول المواقع التي تروج للانتحار عبر شبكة الإنترنت، وتأتي هذه الحملة في أعقاب إلقاء الشرطة القبض على رجل متهم بطعن شخص آخر حتى الموت بناءً على طلب المنتحر.

ويعد هذا الحادث هو الأول من نوعه فيما بات يعرف بجرائم القتل المأجور عبر الشبكة العنكبوتية، وقد اعترف المتهم الذي يبلغ من العمر (١٩) عاماً في أثناء التحقيق معه بأنه تقاضى (٣٠٠) دولار من القتل الذي التقاه في موقع مخصص لهواة الانتحار على الشبكة العنكبوتية.

وتقول جهات التحقيق: إن الموقع المذكور يقدم نماذج تفصيلية لراغبي الانتحار، كما يحوي إعلانات لمن يسمون أنفسهم "شركاء في الانتحار"، حيث يتردد أن عدد زواره تجاوز (٥٠) ألفاً.

ويقدر خبراء في مجال الإنترنت أن هناك ما يتراوح بين (٣٠ و٤٠) موقعاً كوريًا عن الانتحار تنتشر عبر الشبكة.

وكانت المواقع المخصصة للانتحار قد أثارت نوعاً من الصدمة في اليابان، عندما أقدم رجل وامرأة في أكتوبر عام (٢٠٠٠م) على إنهاء حياتهما بطريقة متبادلة، وقد التقى الاثنان في أحد المواقع الانتحارية، وتبادلا رسائل إلكترونية عدة عن إمكانية تبادل المساعدة على الموت.

وفي ديسمبر عام (١٩٩٨م) قتلت سيدة في طوكيو بعد تناولها سم
السيانيد، الذي زودها به أحد رواد موقع انتحاري.

أحدث تقرير عن الانتحار:

ذكر تقرير صدر عن منظمة الصحة العالمية أن العنف في العالم
بأشكاله كافة يؤدي بحياة نحو (٦،١) مليون شخص سنوياً.

ويعد التقرير - الذي استغرق إعداده ثلاث سنوات، وشارك فيه
(١٦٠) خبيراً من مختلف أرجاء العالم - أشمل دراسة عن قسوة بني
الإنسان على أنفسهم وعلى بعضهم البعض.

ووفقاً للتقرير الذي جاء في (٣٥٠) صفحة، فإن نصف ضحايا
العنف السنوي هم من المنتحرين؛ إذ بلغ عددهم (٨١٥) ألفاً عام
(٢٠٠٠)، ويزداد الانتحار بمعدل ثلاث مرات بين من تزيد أعمارهم
على (٧٥) عاماً مقارنة مع من تتراوح أعمارهم بين (١٥ و٢٤) عاماً.
وتشهد أوروبا الشرقية أعلى معدلات الانتحار، بينما تعرف دول
أمريكا اللاتينية وبعض دول آسيا أدنى معدل، في حين أن أكثر من
(٦٠٪) من عمليات الانتحار يقدم عليها الرجال.



الغذاء قبل الدواء



قيل لأحد علماء المسلمين: إن كتابكم (أي القرآن) خلا من الطب، فأجاب: إن الله جمع الطب كله في نصف آية قال سبحانه: ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ (الأعراف: ٣١). وهذه الآية هي أساس الطب الوقائي والعلاجي، وما من مرجع طبي إلا فيه التأكيد على ضرورة التوسط وعدم الإسراف في تناول الطعام..

فالإسراف في الطعام يؤدي إلى السمنة وأمراض القلب والبول السكري
والشيخوخة المبكرة.

والمعدة بيت الداء؛ لأنها أول الأعضاء الحيوية والمهمة التي تستقبل
الطعام، وإجهادها بالطعام والشراب يؤدي إلى التخمة، والرسول - عليه
الصلاة والسلام - يقول: «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه، بحسب ابن آدم
أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة، فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث
لنفسه».

وكما تقول الحكمة الشهيرة (غذاؤك دواؤك) والتي جعلناها عنواناً
لهذه الفقرة.

ومن باب التوعية الغذائية، ونشر الثقافة الغذائية في المجتمع، قمنا
باختيار، وإعداد هذه الفقرة، ودعمناها بمختلف التقارير والبحوث المتعلقة
بمجال الغذاء والصحة.

وللعلم، فإن منظمة الدواء الأمريكية هي أيضاً منظمة الغذاء، أي أنها
تعنى بالأمرين، بل اسم هذه المنظمة هو (منظمة الغذاء والدواء الأمريكية)
وهذا أيضاً دليل إضافي لأهمية الغذاء، وأنه بمثابة الدواء الحقيقي للإنسان،
بل هو الواقى الحقيقي بعد الله - عز وجل -.

لذا.. أوصي المعنيات بأمر الإذاعة المدرسية، بانتقاء الموضوعات الغذائية
من هذه الفقرة وطرحها عبر منبر الإذاعة؛ بل ومحاولة متابعة ما يستجد
في شأن الصحة الغذائية في الصحف وغيرها، وأيضاً من المفيد جداً الرجوع
إلى موقع هيئة الغذاء والدواء السعودية لمتابعة ما يستجد في أمور الغذاء.

الغذاء وطول العمر:

ألقى الدكتور ماكي، أحد العلماء الأمريكيين، خطبة علمية في مجمع تقدم العلوم الأمريكي أثبت بها أن النهم في الأكل من أسباب قصر العمر، وأن الإقلال من الغذاء إلى الحد المستطاع مطيل للعمر، ومما قاله هذا العالم إنه قام بتجارب عدة لإثبات هذه النظرية فجاء بمئات الفئران والجرذان وخلافها، وقسّم كل نوع منها طائفتين متساويتين في العدد وغذاها جميعها بطعام واحد، إلا أنه كان يعطي بعض الطوائف كميات كبيرة من الغذاء والبعض الآخر كميات قليلة، وبعد أشهر عدة كانت الطوائف الأخيرة أنشط وأحسن من كل وجه، غير أن الموت قضى على جانب كبير من الطوائف التي كانت تتناول كميات كبيرة من الغذاء.

وأورد العالم المذكور أدلة أخرى مقنعة تثبت أن الإفراط في الغذاء في مقدمة أسباب قصر العمر، ليس في الحيوان فقط، بل في الإنسان أيضاً.

الكاكاو:

لصنع مسحوق الكاكاو تقوم ضواغط هيدروليكية ضخمة باستخلاص بعض زبدة الكاكاو من شراب الكاكاو المسخن، وتشكل الكتل الضخمة المتبقية في الضواغط الهيدروليكية قوالب كعك صلبة، يتم طحنها وتحويلها إلى مسحوق ناعم ذي لون بني مائل إلى الحمرة،

يستخدمه صناع الحلوى والخبازون وصناع "الآيس كريم" وغيرهم من منتجي الأطعمة.

التوابل:

التوابل هي ما يطيب به الطعام من الأشياء اليابسة كالفلفل والكمون والبهار والدار صيني والقرنفل والقرفة والكزبرة، وغيرها من منبهات شهوة الطعام، ويقول العلماء: إن استعمال هذه التوابل باعتدال يساعد للهضم بخلاف الإفراط منها؛ فإنها تحدث تهيجاً في غشاء للجهاز الهضمي وفي هذا الغشاء حبيبات مكرسكوبية هي التي تتأثر بالتوابل وتساعد على الهضم.

ويمكننا أن نحسب البصل والثوم والكرات والجرجير وما شابه من التوابل، إلا أنها أضعف أثراً منها ولعل البصل أضعفها ولكن للبصل خاصية يمتاز بها، وهي أنه منقٍ للدم.

هل تدرك الأمهات هذا؟:

كان من نتائج المدنية الحاضرة أن أكثر الأمهات يهربن من واجب إرضاع أطفالهن، ويستعصن عن ذلك بإرضاعهم بالوسائل الصناعية، وبما أن أحدث الأبحاث العلمية تدل على أن نسبة الوفيات أقل بين الأطفال الذين يرضعون لبن أمهاتهم منها بين الذين يرضعون بالوسائل الصناعية. وتقول مجلة "رسالة الأخبار العلمية" في العدد (٦٩١) أن بعض الأطباء الأمريكيين جمعوا إحصاءات عن (٢٠) ألف طفل،

فوجدوا أن عدد المتوفين من الأطفال الذين كانوا يرضعون بالوسائل الصناعية عشرة أضعاف المتوفين ممن رضعوا لبن أمهاتهم والألبان الأخرى أيضاً أقل بكثير ممن لم يرضعوا إلا بالوسائل الصناعية. فهل تتعض الأمهات ويدركن الواجب الذي تفرضه الطبيعة عليهن إزاء أطفالهن فيعملن على تقليل نسبة الوفيات بينهم؟.

مضغ الخبز:

كل من ينظر إلى السباع من القط إلى الأسد يجد أنها لا تمضغ اللحم بل تبلعه، وكل من ينظر إلى البهائم يجد أنها تدمن مضغ العشب إدماناً طويلاً وبعضها يجتره، أي يعيد مضغه. وهذا ما يجب أن نفعله نحن، فاللحم لا يحتاج إلى مضغ طويل؛ لأن أحماض المعدة والأمعاء قادرة على هضمه، أما الخبز والبقول والخضراوات فتحتاج إلى إجادة المضغ حتى يمكن هضمها.

الأطعمة في الفصول المختلفة :

لكل فصل من فصول السنة أطعمة توافق طبيعة ذلك الفصل وتغذي الإنسان التغذية الواجبة، فاللحوم للشتاء ومعظم الطيور - ما عدا الحمام - للصيف. والأسماك على اختلاف أنواعها أفضل في الشتاء منها في الصيف. والمواد النشوية أفضل في الصيف منها في الشتاء، والفواكه للصيف، والأطعمة الدسمة على وجه الإجمال للشتاء.

لحم السمك .. وقاية للقلب:

خلال ثلاثة أيام من (٩ إلى ١١) أبريل (نيسان) عام (٢٠٠٢م) نشرت ثلاث دراسات كبيرة في ثلاث من أشهر المجلات الطبية العالمية، تجمع على فوائد السمك في وقاية القلب فقد أظهرت الدراسة الأولى التي نشرت في مجلة "مجلة نيو انجلاند الطبية" في (١١) أبريل (نيسان) عام (٢٠٠٢م)، أن خطر الموت المفاجئ نتيجة الإصابة بجلطة قلبية ينخفض بنسبة تصل إلى (٨١٪) عند الأشخاص الذين يأكلون السمك بانتظام.

وقد تابعت تلك الدراسة الحالة الصحية لـ (٢٢) ألفاً من الأطباء الذكور، وقالت الدكتورة كريستين ألبرت التي قادت الدراسة: إن تناول السمك قد أدى إلى وقاية كبيرة من الموت المفاجئ، ويعزى ذلك لما يحتويه السمك من الأحماض الدهنية من نوع (أوميغا ٣) المفيدة، والتي تهدئ من استثارة الخلايا القلبية وتقي من الموت المفاجئ.

وفي مقال رئيس نشر في مجلة "مجلة نيو انجلاند الطبية" في العدد الصادر في (١١) أبريل (نيسان) عام (٢٠٠٢م) أعلن الدكتور روزنبرغ، أن هذه الدراسة إضافة عظيمة للأدلة الكثيرة التي تقول: إن تناول لحم السمك قد يوفر حماية من الموت المفاجئ.

وأضاف د. روزنبرغ: "إن السمك لا يقوم بهذا العمل وحده فحسب، بل إن هناك فوائد إضافية أخرى أكدتها الدراسات السابقة وهي أنه يخفض مستوى الدهون الثلاثية (التريجيسريد) في الدم،

ويحسن من وظيفة الجهاز المناعي في الجسم، ومن نشاط ونمو الجهاز العصبي المركزي، كما أنه يخفض ضغط الدم المرتفع".

الرمان .. مجمة للقلب:

وجد الباحثون في مقال نشر في "المجلة الأمريكية للتغذية السريرية" أن تناول عصير الرمان قد قلل من توضع الكولسترول الضار في الشرايين، وزاد نشاط أنزيم خاص مضاد للأكسدة بمقدار (٢٠٪).

كما لاحظ الباحثون الذين أجروا تجاربه على الفئران أن عصير الرمان يقلل من أكسدة الكولسترول الضار، ويمكن أن يقلل من ترسبه على جدران الشرايين. وما زال الأمر يحتاج إلى مزيد من البحث العلمي.

اللوز .. وسلامة القلب:

أكد عدد من الدراسات الحديثة، أن تناول اللوز يخفض مستوى الكولسترول الضار، كما يساعد في لإقلال من خطر الإصابة بمرض شرايين القلب التاجية.

ويعتقد الباحثون أن تناول حفنة من اللوز أو ما يعادل (٣٠) جراماً يومياً كجزء من الغذاء الصحي يساعد في تقليل خطر مرض شرايين القلب.

وقد أشارت دراسة حديثة أجريت في جامعة تورنتو الكندية أن

تناول (٣٠) جراماً من اللوز (مع القشر) يومياً قد أدى على خفض مستوى الكوليسترول بنسبة (٣٪).

واقترح الباحثون في جامعة تافتس الأمريكية أن العناصر المغذية الموجودة في اللوز وفي قشوره تقدم معاً حماية أكبر، مما لو كانت منفصلة عن بعضها، وفي دراسة أخرى من جامعة كاليفورنيا، أشار الباحثون إلى أن المواد المضادة للأكسدة في قشور اللوز، إضافة إلى محتواه الطبيعي من الفيتامين (هـ) تؤثر بصورة إيجابية في الجسم. وهذا ما يدعم الرأي الذي يدعو دوماً إلى تناول الثمار بقشورها.

والمعروف أن اللوز غني بالدهون، ويحذر من الإفراط في تناوله، لكن دراسة حديثة أجريت في كلية كنغ في لندن أشارت إلى أن جدران الخلايا في ثمار اللوز قد يلعب دوراً في امتصاص الجسم للدهون الموجودة فيه، وي طرح جزءاً من الدهون مع البراز.

التفاح يخفض دهون الدم:

أشار عدد من الدراسات الغربية أخيراً إلى فوائد التفاح الصحية، إلا أن اليابانيين لم يتقبلوا تلك النتائج، لكن الباحثين في المعهد القومي لعلوم الفاكهة في اليابان أكدوا في دراسة حديثة أجريت على (١٤) متطوعاً أن تناول (٤٠٠) جرام (تفاحتين) يومياً يسهم في تخفيض معدل الكوليسترول في الدم. فقد تناول المتطوعون تفاحتين يومياً ولدة ثلاثة أسابيع، وأظهرت النتائج انخفاضاً في الكوليسترول بنسبة وصلت إلى (٢١٪)، وقال البروفيسور كيتي تاناكا رئيس فريق البحث: إن التفاح

يزيد نسبة فيتامين سي في الدم بصورة ملحوظة.
وكان اليابانيون يعتقدون لفترة طويلة أن تناول التفاح غير صحي،
وأن الفواكه الحلوة بشكل عام تؤدي لارتفاع نسبة الدهون.
والحقيقة أن هذه الدراسة دراسة صغيرة، ومع ذلك نشجع على
تناول التفاح، فلا شك أنه من أفضل الفاكهة، وخصوصاً تفاحة على
الريق.

الجوز يخفض الكولسترول:

وجد الباحثون حديثاً أن تناول الجوز يؤدي إلى خفض الكولسترول؛
فقد جاء في دراسة نشرتها مجلة "المجلة الأمريكية للتغذية السريرية"
أن للجوز تأثيرات مفيدة خافضة للكولسترول الضار.
وقد أجريت الدراسة على (١٨) شخصاً كلهم تجاوز الستين من
العمر، ويعانون ارتفاع دهون الدم، وقد انخفض الكولسترول الضار
بصورة ملحوظة عند تناول الجوز.
ورغم أن الجوز غني بالسعرات الحرارية، فإنه لم يطرأ على وزن
المرضى تغيير يذكر؛ وذلك بسبب التزامهم بكمية معينة.
وأكدت الدكتورة كوليت كيللي، وهي عالمة بريطانية متخصصة في
شؤون التغذية، ضرورة الانتباه إلى ما يتناوله المرء من دهون. وأوضحت
أن الجوز غني بالدهون؛ ولذلك يتعين على الأشخاص أن يتناولوا الجوز
بدلاً من المأكولات الغنية بالدهون المشبعة كالزبدة والكعك والمعجنات.

الإقلال من الطعام .. وقاية من سرطان الثدي؛

نشرت "الطبية البريطانية الطبية" الشهيرة دراسة حديثة أجريت على النساء في معهد الصحة العامة في (كراكاو) بهولندا، أظهرت أن النظام الغذائي وممارسة الرياضة يلعبان دوراً مهماً في الوقاية من الإصابة بسرطان الثدي.

ونصح الباحثون السيدات بالاعتدال في الطعام، وبممارسة المزيد من التمارين الرياضية؛ للحد من خطر الإصابة بهذا النوع من السرطان.

وقالت الدكتورة جيسينسكا: إن زيادة النشاط البدني، والحد من تناول الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية يؤدي إلى الإقلال من تركيز هرموني الاستروجين والبروجسترون؛ مما يقلل من خطر الإصابة بسرطان الثدي.

والواضح أن النساء اللواتي يعشن في البلدان المتقدمة أكثر عرضة لإصابة بهذا المرض من اللواتي يعشن في البلدان الفقيرة.

ووجد الباحثون أن ارتفاع مستوى البروجسترون في الدم مرتبط بزيادة التعرض للإصابة بهذا المرض، لكن يمكن تعديل مستواه، وذلك باتباع نظام غذائي صحي وممارسة نوع من الرياضة البدنية.

ومن المعروف أن سرطان الثدي هو من أكثر السرطانات انتشاراً عند النساء، وأن امرأة واحدة من كل ثماني سيدات أمريكيات معرضة للإصابة به في فترة ما من فترات العمر.

الزعفران واقٍ من السرطان:

اكتشف الباحثون في دراسة نشرتها مجلة "الطب والبيولوجية التجريبية" أن للزعفران خواص مضادة للسرطان. ولا يمنع الزعفران تشكل أورام سرطانية جديدة فحسب، بل إنه قد يقلص الأورام الموجودة أصلاً.

ومن المعروف أن الزعفران يضاف على الطعام كأحد التوابل والبهارات لإضفاء نكهة خاصة عليه.

ويعزو الخبراء الفوائد الصحية للزعفران إلى محتواه العالي من مركبات خاصة تسمى (كاروتينويد) والتي تشمل مادة (لايكوبين) و(بيتاكاروتين).

نبات الجنسنج .. ومرض السكري:

أظهرت دراسة حديثة نشرت في مجلة "مرض السكري" عام (٢٠٠٢م)، أن خلاصة ثمار الجنسنج تقوى من عمل الأنسولين عند الفئران التي اكتسبت مرض السكري في المختبر، كما تخفض من معدل الكولسترول.

ويعد نبات الجنسنج من أكثر الأعشاب استخداماً في العالم، وكثيراً ما يستخدم في العلاج الصيني التقليدي. وتستخدم جذوره منذ أكثر من ألفي عام في الطب الشعبي، كما يستخدم كمقو للجسم ومنتشط جنسي. وننوه إلى أن الباحثين في جامعة شيكاغو قاموا بدراسة

ثمار نبات الجنسنج وليس جذور الجنسنج. ويعتقد أن ثمار هذا النبات تحتوي على مواد مركزة لها خصائص علاجية تدعى (جينز وسايدس).

وقال الدكتور (سويطرن): "إن ثمار الجنسنج تحتوي على مواد كيميائية مميزة لم تستغل طبياً من قبل. وأن هناك اختلافاً كبيراً بين ثمار الجنسنج وجذوره في قدرتها على تصحيح الاضطرابات الاستقلابية المصاحبة لمرض السكري".

ولا شك أن هذه دراسة بدائية أجريت على الفئران، وتحتاج إلى المزيد من الدراسات على الإنسان قبل ثبوت نتائجها.

فوائد زيت الزيتون:

زيت الزيتون هبة السماء للإنسان، عرف القدماء بعضاً من فوائده، وأدرك الطب الحديث - منذ سنوات معدودة فقط - بعضاً آخر. عرفنا حديثاً أن زيت الزيتون يقي من مرض العصر.. جلطة القلب، ويؤخر تصلب الشرايين. وتلاشت أخيراً الأسطورة التي كانت تقول: إن زيت الزيتون يزيد كولسترول الدم، ذلك الشبح الذي يقض مضاجع الكثيرين، وتبين للعلم الحديث أن زيت الزيتون يخفض الكولسترول الضار، ويحاربه أنى كان في جسم الإنسان.

وشاءت إرادة الله - جل في علاه - أن يختص النساء ببعض من بركات هذا الزيت المبارك، فتوالى الدراسات العلمية في السنوات الأخيرة تشير إلى أن زيت الزيتون يمكن أن يقي من سرطان الثدي..

ومن سرطان الرحم، فقد أظهرت دراسة نشرت عام (١٩٩٥م) أن استعمال زيت الزيتون قد أدى إلى انخفاض احتمال حدوث سرطان الثدي.

وأكدت دراسة أخرى نشرت في (١٩٩٥م) في مجلة "التحكم بمسبب السرطان" وأجريت على (٢٥٦٤) امرأة مصابة بسرطان الثدي، أن هناك علاقة عكسية بين احتمال حدوث سرطان الثدي، وبين تناول زيت الزيتون، وأن الإكثار من تناول زيت الزيتون قد ساهم في الوقاية من سرطان الثدي.





وقفات مع سور القرآن الكريم



قال تعالى: ﴿ أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾ (٢٤)

(محمد: ٢٤).

أختي المسلمة: اعلمي أن كتاب الله هو حبله المتين ونوره المبين الذي

لا يأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه.. تنزيل من حكيم حميد؛ ولكي

تتدبر القرآن لا بد لنا من معرفة محتوى كل سورة منه وما تتضمنه من أحداث كي نعلم عند قراءتنا لها عن أي شيء نتحدث، لكي يحصل لنا التفكير والتدبر واليقظة وما أريد بها، وكيف لا وقد قال ربنا - جل وعلا - : ﴿ وَإِنَّهُ لَذِكْرٌ لَّكَ وَلِقَوْمِكَ وَسَوْفَ تُسْأَلُونَ ﴾ (الزخرف: ٤٤).



سورة الفاتحة

هي سورة مكية، وهي أول سورة نزلت بتمامها، وهي تشتمل على مجمل ما في القرآن، وتبين مقاصده التي هي بيان التوحيد، وبيان الوعد والبشرى للمؤمن، وبيان الوعيد والإنذار للكافر، وبيان العبادة وطريق السعادة في الدنيا والآخرة، وقصص الذين أطاعوا الله ففازوا وقصص الذين كفروا به وعصوه فخابوا، وسورة الفاتحة تشتمل بطريق الإيجاز على هذه المقاصد كلها ولذلك سميت بفاتحة الكتاب.

سورة البقرة

هي سورة مدنية، وهي أطول سورة في القرآن، وقد تحدثت عن صدق القرآن وأن دعوته حق لا ريب فيها، ثم تحدثت عن أصناف الناس الثلاثة: المؤمنين والكافرين والمنافقين، وعن الدعوة لعبادة الله وحده، وعن إنذار الكافرين وتبشير المؤمنين، ثم خصت بني إسرائيل بالدعوة والتذكير بحوادثهم مع موسى -عليه السلام-، ثم ذكرت قصة إبراهيم وإسماعيل -عليهما السلام- وبناءهما للكعبة، وفيها حديث موجه إلى المؤمنين للوصف بما حدث لليهود والنصارى، ثم ذكرت قصة تحويل القبلة، ثم جاء الحديث عن التذكير بآيات الله الدالة عليه، ثم الحديث عن الشرك والمحرمات وأصول البر، وأحكام الصيام وأكل أموال الناس بالباطل والقصاص والقتال والحج والخمر والميسر والنكاح والطلاق والعدة. كما تحدثت عن العقائد كالتوحيد والبعث، وتحدثت عن الإنفاق

والتجارة وكتابة الدين، ثم أمرت المؤمنين بدعاء ربهم من أجل أن يؤيدهم وينصرهم على الكافرين.

سورة آل عمران

هي سورة مدنية يتحدث القرآن من خلال ما يذكره فيها عن سنن الله الكونية وعن العبر التي تستنتج منها، ويبين فيها الكثير من العقائد والأحكام والأخلاق، وترشد إلى ما ينبغي أن يكون عليه المؤمن في عقيدته وسلوكه، وتبين آداب الحوار والمجادلة، وتبين العادات في الانتصار والفضل، وتبين فضل الشهداء ومقامهم يوم القيامة، وتبين عموم الجزاء للذكر والأنثى، وترسم طريق الفلاح للمؤمنين وتأمرهم بالصبر والتقوى.

سورة النساء

هي سورة مدنية بينت أحكام الموارث وحقوق الملكية للجنسين، وتناولت العلاقات المالية والتجارية التي تساهم في محو آثار الجاهلية تظهر آثار المجتمع المسلم، ثم تبين ضرورة العودة على أصول الإسلام وبيان حد الإيمان وشرط الإسلام، مع الأمر بالبذل والتكافل وتقبح البخل بالمال والاختيال بالثراء وكتمان النعمة والرياء في الإنفاق، وأشارت إلى حال أهل الكتاب وكشف أهدافهم الخبيثة للنيل من المسلمين وتشرح طبيعة كيدهم في التباطؤ عن القتال في سبيل الله والمستضعفين

وتهددهم بسوء مصيرهم والعذاب الذي ينتظرهم، وتحث المؤمنين على العفة وأداء الأمانة والعدل، وتعالج النشوز والإعراض من جانب الزوج ليتحقق المطلوب من معاشرة الأزواج والزوجات، وبينت عذاب الله للكافرين وتبين طريق الهدى خوفاً من الضلال، وتختتم بعلم الله المطلق لكل شيء.

سورة المائدة

هي سورة مدنية اشتملت على وجوب الوفاء بالعقود عامة سواء كانت بين العبد وربّه أو بين الناس بعضهم مع بعض، وبينت بعض المحرمات من الأطعمة والحلال منها وحلّ نساء أهل الكتاب، وذكر أركان الوضوء والتميم، وبينت العدالة مع العدو، وأشارت إلى نعم الله على المسلمين ووجوب المحافظة على كتابهم، وبينت أن اليهود حرفوا الكلم عن مواضعه وأن النصارى كفروا بقولهم المسيح بن الله، وتكذيب الذين يدعون أنهم أبناء الله وأحباؤه وهم اليهود والنصارى، وتضمنت قصة ولدي آدم التي تثبت أن الاعتداء في طبيعة ابن آدم، ثم وجوب القصاص لتهديب هذه الطبيعة، وبينت عقوبة البغاء والسرقّة، وبيان تحريف اليهود للأحكام الشرعية التي اشتملت عليها التوراة، وبيان أن التوراة والإنجيل كان فيهما الحق قبل التحريف، وقررت وجوب الحكم بما أنزل الله، وبينت عداوة اليهود والنصارى للمؤمنين، ووجوب عدم الخضوع لهم ومقاومتهم، وقررت كفر الذين قالوا إن الله ثالث ثلاثة، ثم أنصف القرآن بعض النصارى الذين أقرّوا بالحق وآمنوا به، وبينت

كفارة اليمين إذا حنث العبد، ثم حرمت الخمر تحريماً قطعياً، ثم بينت مناسك الحج ومكانة الكعبة والأشهر الحرم، كما بينت حكم الوصية، وختمت بالمعجزات التي جرت على يد عيسى عليه السلام مع ذكر كفر بني إسرائيل، وبينت تبرؤ عيسى من الذين عبدوه، وبيان ملك الله سبحانه للسموات والأرض وكمال قدرته.

سورة الأنعام

هي سورة مكية نبهت الناس إلى الكون وما فيه من دلالة على عظم المنشئ وجلاله ووحدانيته وأنه لا يشاركه أحد في الخلق والعبادة والذات، وتضمنت قصص النبيين كقصة إبراهيم -عليه السلام- وبيان أنه أخذ معنى العبادة والوحدانية من مطالعة الكون وتتبع ما فيه إلى أن وصل إلى عبادة الله وحده، ووجهت الأنظار إلى عجائب الخلق والتكوين، وبينت صفات الجاحدين وتملقهم بأوهام تبعدهم عن الحق، وبينت الحلال الذي أحله الله في الأطعمة وضلال المشركين فيما حرموه على أنفسهم من غير أن يعتمدوا على دليل، وبينت تحريم الشرك والزنا وقتل النفس وأكل مال اليتيم، ووجوب إيفاء الكيل والميزان وتحقيق العدالة والوفاء بالعهد والإحسان إلى الوالدين ومنع وأد البنات.

سورة الأعراف

هي سورة مكية اشتملت على بدء الخليقة الإنسانية فذكرت قصة خلق آدم وحواء وخروجهما من الجنة بوسوسة الشيطان، كما تعرضت

إلى النظر في السماوات والأرض وما فيها من نظام بديع، كما تعرضت لقصص بعض النبيين كنوح وهود وصالح ولوط وشعيب وموسى، ثم بينت من يعطي الهداية فينسلخ منها بتضليل الشيطان، وبينت الإيمان بالحق الذي جاء به محمد ﷺ.

سورة الأنفال

هي سورة مدنية وقد بين الله فيها بعض أحكام القتال والبواعث عليه، وأسباب النصر ومقام الدعوة المعنوية في الانتصار، وأحكام غنائم الحرب، ومتى يكون الأسر، وفيها قصة غزوة بدر وبعض ما كان من قبلها من أحداث وما جاء في أعقابها والإشارة إلى سببها، ويذكر فيها سبحانه الاستعداد للحرب، ووجوب السلم إذا لجئوا إلى ذلك، وختمت ببيان ولاية المؤمنين بعضهم لبعض ووجوب هجرة المؤمنين من أرض يستذلون فيها ليجاهدوا مع أوليائهم من المؤمنين في سبيل الإسلام وعزتهم.

سورة التوبة

هي سورة مدنية ابتدأت ببراءة الله ورسوله من المشركين، وذكرت بعد ذلك حرمة الأشهر الحرم، وعهد المشركين ووجوب الوفاء به ما لم ينكثوا ومن ينكث في العهد فإنه يجب حربه، وبينت أن لبُّ التقرب إلى الله هو الإيمان به، وأنه لا يكمل الإيمان إلا إذا كان الله ورسوله أحب إلى

المؤمنين من كل شيء، وذكر سبحانه أن الاغترار بالقوة يبعد النصر، وأشار إلى حال المسلمين في غزوة حنين وفيها حرم على المشركين دخول المسجد الحرام أنهم نجس، وفيها الوجوب على قتال اليهود والنصارى حتى يعطوا الجزية عن يد، وبينت عدد الأشهر الحرم، وبينت ضرورة النفرة للقتال عند كل نداء من غير تكاسل، وأشارت إلى المخلفين والمعوقين عن الخروج للقتال، وبيان أحوال المنافقين في معاملتهم للمؤمنين في السلم والحرب، وبينت عقوبة النفاق وهو ألا يصلى عليه النبي ﷺ وذكر الله الأعذار التي أدت بهم إلى التخلف عن القتال، وذكر بعد ذلك أوصاف المؤمنين الصادقين في إيمانهم، وتوبة الذين قد خلفوا عن رسول الله ﷺ وقبول التوبة، وذكر أحوال الناس في تلقي آيات الله عند نزولها، وختمت بأنه سبحانه اختار محمداً ﷺ للرسالة، وهو لا يريد عنت من أرسل إليهم وأنه رؤوف رحيم، وأن الله حسبه إذا تولوا عنه.

سورة يونس

هي سورة مدينة بدأت ببيان مكانة الكتاب الكريم، وما يقوله المنافقون في شأن النبي ﷺ، ثم ذكر الكون وآيات الله فيه، والجزاء يوم القيامة وسنة الله بالنسبة للكافرين والتنديد عليهم في عقابهم، وحال الناس في الضراء والسراء، وقدرة الله على كل شيء، وعجز الأوثان، عن أي شيء، والتحدي لهم على أن يأتوا بسورة من مثل ما في القرآن، وفيه التهديد الشديد بعذاب الله، وأحوال نفوس الناس ومراقبة الله

لأعمالهم، وسري عن النبي ﷺ بذكر قصص الأنبياء مع قومهم مثل نوح وموسى وهارون مع فرعون، ثم اتجهت السورة للنبي ﷺ مرة أخرى لتمام العظة والوصف.

سورة هود

هي سورة مكية ابتدأت بعبادة الله وحده والإنذار والتبشير، ثم بيان قدرة الله وربوبيته، وأحوال الناس في تلقيهم لنعمه ونقمه، ثم مقام القرآن والتحدي به وكفر الكافرين به من غير عذر وبيان ثواب المؤمنين، ثم قص سبحانه قصص النبيين ومجادلة أقوامهم لهم وإنزال العذاب الدنيوي بالكافرين ونجاة المؤمنين، ثم دعوة المؤمنين إلى العمل وانتظار الثواب، ثم ذكرت علم الله سبحانه الكامل ووجوب التوكل عليه.

سورة يوسف

هي سورة مكية، وهي أحسن القصص لأنها احتوت على قصة يوسف بتمامها، وأظهرت أن شيوخ الحسد في الأسرة يكون بإظهار المحبة لفرد دون الآخر، فكان حسد أولاد يعقوب لأخيهم الذي حملهم على إلقاءه في البئر، ولكن الله حفظه من مكرهم كما حفظه من إغراء امرأة العزيز، ومكن الله له في أرض مصر وجعله نجاة للذين اتتمروا به، وكذلك شأنه سبحانه مع أوليائه ينصرهم على أعدائهم ويمكن لهم في الأرض ما تمسكوا بالحق واعتصموا به سبحانه وتعالى.

سورة الرعد

هي سورة مدنية ابتدأت ببيان منزلة القرآن الكريم وأنه بوحى من الله، وبينت سلطان الله في الكون وما فيه من إبداع ومنافع، وقدرته سبحانه على البعث وعلمه بكل شيء، وقدرته على العقاب، وبينت أحوال الناس في تلقيهم للهدى، وذكر أوصاف المؤمنين في علاقاتهم، وأخلاق الكافرين في استهزائهم برسولهم وطلبهم لمعجزات غير القرآن مع منزلته، وبيان أن القرآن هو المعجزة الباقية إلى يوم القيامة. وأن الله هو الذي يؤيد رسله بما يراه من معجزات، وبيان إذا كان المشركون ينكرون رسالة النبي ﷺ فالله يشهد بصدقها وحسبه ذلك وكفى.

سورة إبراهيم

هي سورة مكية، بينت منزلة القرآن والغاية من إنزاله وهي إخراج الناس من الظلمات إلى النور، وبيان مهمة الرسول وهي الإنذار للهداية والإشارة، إلا أن الهداية لا تكون إلا بإذن الله العزيز الحكيم، وأشارت إلى قصص الأنبياء كموسى ونوح وعاد وشمود وقوم هود وصالح وبيان تكذيبهم لرسولهم وعاقبة ذلك، وبينت صفات الظالمين وسخرية الشيطان ممن اتبعوه يوم القيامة، ودعت للإنفاق في سبيل الله، كما أشارت إلى قصة إبراهيم خليل الله، ثم ختمت بعلم الله بما يفعله الظالمون وتوعدهم بما يستحقونه من عذاب، وبيان أن القرآن بلاغ للناس ليعلموا أن خالقهم واحد سبحانه.

سورة الحجر

هي سورة مكية تبين العبر بالأمم السابقة، والإشارة إلى ما تلقيه الأنبياء من أقوامهم، وتبين آيات الله في الكون من سماء وأرض وجبال ورياح، وتشير إلى المعركة الأولى بين إبليس وآدم وزوجه واستمرار هذه المعركة بين الخير والشر إلى أن يرث الله الأرض ومن عليها، ثم بيان عاقبة الخير والشر إلى يوم القيامة، وبيان قصص الأنبياء إبراهيم ولوط وأصحاب الحجر، ثم الإشارة إلى منزلة القرآن وحال المشركين في تلقيه وما يجب على النبي ﷺ نحو جحودهم به بأن يعلن ويعبد ربه حتى يأتيه اليقين.

سورة النحل

هي سورة مكية ابتدأت بالوعيد للمشركين وبيان قدرة الله على تنفيذ ما خلقه للسموات والأرض، ثم بيان نعمه على الناس، ثم أشار إلى ما تستوجبه هذه النعم من شكر، ووجوب عبادته وحده، وبيان ادعاء المشركين على القرآن أنه أساطير الأولين، ثم الإشارة إلى عذاب المشركين ونعيم المؤمنين، ثم ذكر خضوع الكون كله له سبحانه، وأشار إلى مطالب الإسلام في القيام بالعدل وصلة الأرحام والوفاء بالعهد، وبيان أن على المؤمنين أن يصبروا ويتحلوا بالإحسان والتقوى ليؤيدهم الله بنصره وتمكينه.

سورة الإسراء

هي سورة مكية ابتدأت بتسبيح الله وذكر قصة الإسراء ثم قصة موسى مع بني إسرائيل، ثم بينت منزلة القرآن الكريم في الهداية والإعجاز، وعجز الإنس والجن أن يأتوا بمثله، وأشارت إلى قدرة الله في الكون وما يكون للناس من جزاء على ما يفعلونه من أعمال في الدنيا وبينت فساد الأمم، كما تحدثت عن بر الوالدين، وأشارت إلى الروح وأسرارها، وبينت ما يجب على المؤمنين الصادقين من أن يحمدا ربهم ويكبروه.

سورة الكهف

سورة مكية ابتدأت بحمد الله لإنزاله القرآن وبيان الغرض من إنزاله وهو الإنذار والتبشير، ثم ذكر قصة أهل الكهف، ثم بعد ذلك أمر الله رسوله أن يتلو القرآن، ثم بيان حال أهل الجنة والنار، ثم بين سبحانه زينة الحياة الدنيا وأنها فانية، ثم بيان ما يكون يوم القيامة من عذاب أو نعيم، ثم ذكر قصة موسى مع العبد الصالح، ثم قصة ذي القرنين، ثم الإشارة إلى علمه سبحانه وأن كلماته لا تنفد، وبيان الطريق الذي يؤدي إلى مرضاته سبحانه وتعالى.

سورة مريم

سورة مكية فيها قصة ولادة يحيى بن زكريا، وبينت طلب زكريا -عليه السلام-، ثم قصة إبراهيم -عليه السلام- ودعوته للوحدانية، وقصة إدريس -عليه السلام-، وأشارت إلى أن الجنة هي جزاء المؤمنين، والنار هي جزاء الكافرين، وبينت أحوال الكافرين في جهنم، وأشارت إلى المنحرفين الذين قالوا بأن الله اتخذ ولداً، كما أشارت إلى منزلة القرآن وعذاب الكافرين الذين كفروا به، وأشار سبحانه أنهم لا آثار لهم ولا وجود.

سورة طه

سورة مكية ابتدأت بذكر منزلة القرآن وأن شرفه بشرف منزله وهو الله سبحانه وتعالى مالك السماوات والأرض الذي يعلم السر وأخفى، ثم ذكر قصة موسى مع فرعون وفيها المجاورة بين موسى وفرعون، ثم بين موسى والسحرة وحال موسى مع خوف الهزيمة أمام السحرة، ثم إيمان السحرة وهلاك فرعون ونجاة موسى، وكيف تركهم وذهب ليناجي ربه فأضلهم السامري بعبادة هكيل عجل مصنوع من الذهب، ثم بيان ما أصاب السامري من عذاب، ثم وصف المؤمنين بالصبر والصلاة والعفة، وبيان ما يكون للمؤمنين من ثواب والكافرين من عذاب.

سورة الأنبياء

سورة مكية تبين قرب الساعة من غفلة المشركين عنها وقد ادعوا أن الرسول لا يكون بشراً، ووصفوا القرآن بأنه سحر وشعر وأضغاث أحلام، وبيان أن السابقين كذبوا كما كذبت بعدهم قريش، وبيان أن الملائكة يسبحون ربهم ولا يفترون، وبيان أن صلاح السماوات والأرض دليل على أن موجدتهما واحد فلو شاركه أحد لفسدتا، وبيان أن الرسل جاءوا لعبادة الله وحده وليس له شريك ولا ولد، ولا يقول أحد منهم إنه إله من دونه فلو قال أحد ذلك فجزاؤه جهنم. ثم ذكرت عجائب خلقه وتكوينه للسماوات والأرض، وأشار سبحانه إلى حفظه للناس، وذكرت قصص النبيين موسى وإبراهيم ولوط وسليمان ونوح وداود وأيوب وإسماعيل وذا الكفل وذا النون ومريم، ثم تحدثت عن يأجوج ومأجوج، وبين سبحانه وتعالى ما يجازي به الذين اتقوا وأحسنوا وحالهم يوم القيامة وأن الأمر لله يحكم فهو خير الحاكمين.

سورة الحج

سورة مكية بدأت بالتخويف من الله والتذكير بأهوال القيامة، والتعريف بالمجادلين بالباطل، وكشف سياق البعث مصوراً تطور خلق الإنسان، وتعرضت للمخاصمة في الله ونتيجتها، وذكرت الحج العظيم وتعظيم الشعائر، وختمت بتحدي المشركين بأنهم عاجزون عن خلق أضعف مخلوق وهو الذباب، ودعت إلى الصلاة والزكاة والعبادة

والجهاد والاعتصام بالله فهو نعم المولى ونعم النصير.

سورة المؤمنون

سورة مكية ابتدأت بإثبات الفلاح للمؤمنين وبيان صفاتهم، وذكرت أصل خلق الإنسان وتطوره، وبعض مظاهر قدرة الله، ثم بيان قصص الأنبياء، ووصفت طالب الهدى وصاحب الضلال، وأحوال الناس في القيامة بأنهم سيحاسبون ويؤخذون بالعدل، ثم تختتم ببيان جلاله وتبته رسوله إلى طلب المغفرة والرحمة منه سبحانه فهو خير الراحمين.

سورة النور

سورة مكية يبين الله فيها وجوب تطهير المجتمع من الزنا وإشاعة الفاحشة بالقول والفعل بين المؤمنين وشرع لذلك عقوبات رادعة، واستطرد الحديث في الزنا إلى ذكر الكذب في هذه المواقف وما يجب على المؤمنين إزاء قوله السوء التي ينقصها الدليل بالإشارة إلى حادثة الإفك على السيدة عائشة وكيف برأها الله من فوق عرشه، وذكر فيها آداب الاستئذان ودخول البيوت، وبيان من له الحق في الاطلاع على زينة المرأة، والدعوة إلى العفة وذكر المساجد وآداب المخالطة، وعرض أعمال الكافرين والمؤمنين، وبيان أوصاف المؤمنين إذا دعاهم لأمر جامع، وبيان كبير سلطانه وواسع علمه سبحانه.

سورة الفرقان

سورة مكية بدأت ببيان منزلة القرآن وسعة ملك منزله، وإنكار المشركين لعبادته وعبادتهم الأوثان وتكذيبهم للقرآن وإنكارهم لرسالة النبي ﷺ بحجة أنه بشر وهم يريدون ملائكة فوصفهم الله بأنهم كالأنعام بل أضل سبيلاً، ثم بيان الآيات الكونية التي تدل على كمال قدرته، وختمت بأوصاف المؤمنين، وبيان مكابرتهم هم في غرف الجنة يلقون تحية وسلاماً.

سورة الشعراء

سورة مكية ابتدأت بالتنويه عن القرآن ثم تهديد الكافرين بقدره الله على إنزال العذاب بهم، وتسلية للنبي ﷺ على ما لاقاه من تكذيب قومه له بالإشارة إلى ما لقيه الرسل من قبله من قومهم، فذكر سبحانه قصص إبراهيم ونوح وهود وصالح ولوط وشعيب، ثم ختمت بإبطال أن يكون الرسول من الشعراء وأن يكون القرآن شعراً بل هو تنزيل من رب العالمين.

سورة النمل

سورة مكية ابتدأت بذكر قصة موسى وبيان معجزاته، وقصة داود وسليمان وإتيانهما الملك وتعليمهما منطلق الطير وبيان كيفية شكرهما لهذه النعم، ثم قصة الهدد مع بلقيس ملكة سبأ وعبادتها

وقومها للشمس، ثم قصة صالح ولوط وبيان قدرة الله في السماوات والأرض، وذكر ما سيكون من خروج الدابة والنفخ والبعث والنشور، وبينت ما يتبعه الرسول في دعوته ووجوب أن يحمد الله سبحانه.

سورة القصص

سورة مكية ذكرت إجمالاً قصة موسى منذ ولادته وتربيته في بيت فرعون إلى أن خرج من مصر إلى مدين بالشام وعودته بزوجه ثم مناجاته لربه واختياره للرسالة، وما كان من شأن فرعون وسحرته إلى أن أغرقه الله ونجى موسى ومن معه، ثم بيان ما كان من شأن المكذبين كقارون ومن سبقه من الكافرين.

سورة العنكبوت

سورة مكية ابتدأت ببيان أنه لا بد من اختبار المؤمنين بالشدائد لصيانة الإيمان، ووصى فيها بالإحسان للوالدين، وبينت أوصاف الناس بالنسبة للإيمان، وأشارت إلى الأنبياء وجهادهم مع قومهم في سبيل دعوتهم مثل نوح وإبراهيم ولوط وشعيب وهود وصالح، وأشارت إلى غرور قارون وهامان ومصيرهما، وأمر الله فيها نبيه أن لا يجادل أهل الكتاب إلا بالحسنى، وبيان أن المشركين سيكفرون بالمعجزات التي يطلبونها منه كما كفر بها الذين من قبلهم، ثم ذكر قيمة الدنيا بالنسبة للآخرة، ثم أشار إلى من جاهد نفسه فسوف يهديه الله لسبيله.

سورة الروم

سورة مكية بدأت بذكر هزيمة الروم ووعد الله للمؤمنين أن ينصرهم على الفرس، كما دعت إلى التفكير في خلق الله والسير في الأرض ليعرفوا عاقبة المكذبين والكافرين، وبينت حال الناس يوم القيامة، وبينت دلائل وحدانية الله بتعاقب الليل والنهار واختلاف الألسنة والألوان ومظاهر الكون في السماوات والأرض، وضرب الأمثلة التي تدل على بطلان الشرك، وحرمت الربا وشرعت الزكاة، وحثت على البر بالأقربين، وختمت بالنصح للرسول على أن يثبت على الحق فإن وعد الله آت لا محالة.

سورة لقمان

هي سورة مكية ابتدأت بالحديث عن الكتاب وما فيه من هدى ورحمة، ووصفت المحسنين بالطاعة لله والإيمان بالآخرة والحصول على الفلاح، وعقبت ذلك بذكر المضلين المستكبرين، وبشرت المؤمنين بحسن جزائهم في دار النعم، ولفتت الأنظار إلى الآيات الكونية التي تدل على قدرة الله تعالى ووحدانيته، وتحدثت الكفار بأن الله الذي أشركوا به خلق ما لا يقدر عليه أحد سواه، وانتقلت إلى وصايا لقمان لابنه وما اندمج فيها من وصية الإنسان بوالديه، وعرضت لما سخره الله للإنسان وما أسبغه عليه من النعم الظاهرة والباطنة، وأمرت السورة بتقوى الله والخشية من الحساب والجزاء، وحثت من الغرور وطاعة الشيطان، وختمت بما استأثر الله بعلمه.

لا تقلقي من الاختبار



تعد الامتحانات همًا كبيرًا لدى الطالبات، وهي مع ذلك تحتاج إلى
عناية واهتمام ولكن بطرق ووسائل معينة تجهلها كثير منهن.
لذا.. كانت هذه الفقرة بمثابة نصائح وإرشادات للطالبات حول كيفية
التعامل مع الامتحانات التعامل الأمثل والصحيح.



اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً :

سُئِلَ فضيلة الشيخ ابن عثيمين - يرحمه الله - : ما حكم قول:
"اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً؛ فإنك تجعل الحزن إذا شئت سهلاً"
؟ وهل هو حديث؟

فأجاب - يرحمه الله - بقوله: هذا كلام مسجوع معناه صحيح،
لكن لا حاجة إليه، يكفي عنه أن يقول القائل: "اللهم يسرنا لليسرى
وجنبنا العسرى واغفر لنا في الآخرة والأولى". ومن المعلوم أن الله -
عز وجل - قادرٌ على أن يجعل السهل صعباً والصعب سهلاً؛ لأنه على
كل شيء قدير فهذه المناسبة أنصح إخواني الحريصين على الدعاء
في الصلاة وفي أوقات الدعاء مثل بين الأذان والإقامة، وفي الدعاء في
عرفة وفي الدعاء في مزدلفة أن يحرصوا أتم الحرص على الدعاء بما
جاءت به السنة؛ لأن الداعي بذلك أعلم الخلق بما يليق وبما ينفع من
الدعاء، فليتحروا الأدعية التي دعا بها النبي - صلى الله عليه وعلى
آله وسلم - في الأحاديث الصحيحة أيضاً؛ لأن هناك أحاديث ضعيفة
فيها أدعية غير صحيحة، ويا حبذا لو أن إخواني طلبوا العلم كتبوا ما
تيسر من الأدعية الصحيحة الواردة عن النبي - صلى الله عليه وعلى
آله وسلم - إما مطلقة وإما مقيدة في الصلاة أو في وقوف عرفة أو
في الطواف أو في السعي لو فعلوا ذلك لحصل خير كثير في حفظ هذه
السنن والبعد عن الأدعية الكثيرة المسجوعة التي لا خير فيها، بل ربما
تشتمل على أمور تخل بالعقيدة.

التفوق في الامتحانات:

اعلمي أختي الطالبة - حفظك الله - أن العلمَ ركيزةٌ أساسيةٌ في بناء الحياة، وما زال تأثيره ودوره يتضاعف كلما خَطَّتِ البشرية خطوةً تطوريَّةً جديدة، أو اكتشفت أفقًا بكَرًا من الآفاقِ المدنية، وإنك أيتها الشابة مدعوةٌ بإثارةِ كوامنِ عقلك بالتفوقِ والابتكارِ في سباقِ المنافسةِ بين الأمم، ومن حَقِّك على من سبقوك أن يساعِدوك ويُرشدوك إلى طريقِ التفوقِ والنجاح، وإن من أهم الجوانب التي تميِّزُ بها الطالبة المتفوقة هو إدراكها أن الاستعدادَ الجيِّدَ للامتحان هو سبيلها الوحيدُ للنجاح؛ حتى لا يكون الامتحانُ لها مفاجأة، وعليكِ أختي الطالبة أن تفكري في النجاح وستكونين - بإذن الله - في مصافِّ الناجحات، واعلمي أن استعدادك لمعالجة جميع أشكالِ الأسئلة السهلة والمتوسطة والصعبة يزيدك ثقةً بنفسك في حلِّك للأسئلة - بإذن الله -، وعليك أن تعرفي الطريقة التي يتمُّ بها تصحيح ورقة الإجابة، فإنه كلما كانت ورقة الإجابة حسنة الخط جميلة التنظيم، فإن ذلك له أثره على الأستاذة في التصحيح، فتهتمُّ بتلك الورقة أكثر وتحاول جاهدة إعطاء تلك الطالبة درجةً مثاليةً في التصحيح، خاصة إذا عرفت الطالبة أن المدرسة تحوي بين يديه مجموعةً كثيرةً من الأوراق.

الاستعداد المبكر للامتحان:

بعض الطالبات تؤجِّلُ الاستعدادَ إلى الأيام الأخيرة من الفصل؛ مما يسبِّبُ نوعًا من القلق يسمى قلق الامتحانات، وإن الطالبة النجيبة

التي تحبُّ أن ترتاح وتنجح لا بدَّ أن تجدَّ وتجتهدَ وتستعدَّ لهذه الاختبارات منذ البداية، ودعيني أهمس بأذنيكِ بإرشادات تُعينُكِ على استرداد دروسكِ:

أولاً: ابدئي الدراسة أولاً مستعينة بالله ومستعيذة من الشيطان، مبتدئةً بـ "بسم الله الرحمن الرحيم".

ثانياً: حاولي أن تجلسي الجلسة الصحيحة للمذاكرة، فدعي عنكِ الاتكاء والاسترخاء في جلساتكِ للمذاكرة، فابتعادكِ عن الاتكاء والاسترخاء يعينكِ على مذاكرتكِ ويبعدكِ عن النوم والكسل.

ثالثاً: دعكِ من كلمةٍ سوف، فإنها سبب كل فشل في هذه الحياة، بل ابدئي بالعمل ولا تكسلي.

رابعاً: خففي من الأكل قدر المستطاع، واحرصي على فتراتِ الراحة.

خامساً: تجنبي السهر؛ لأنه يرهقكِ بعد فترةٍ إن لم يُرهقكِ الآن فإن السهر يُتعبُ البصر والدماغ والجسم؛ مما يؤدي إلى أداءٍ ضعيفٍ للطلاب حينما يريد أن يكتب الإجابة فالرأس تسمع منه وشيشاً، والعين منهكةٌ تريد النوم، واليدُ ترجفُ لا تستطيع الكتابة.

سادساً: اعلمي أن فترة الصباح، خاصة بعد صلاة الفجر، من أفضل الفتراتِ على الإطلاق للمذاكرة، خصوصاً إذا أدتِ الصلاة مع الجماعة، والرسول ﷺ بشرنا أن صلاة الفجر تُطيبُ النفس وتشرح الصدر وتسعد خاطر وتطرُد الشيطان.

سابعاً: تذكري دائماً أن التوفيق من عند الله لا من نفسك،
فأكثرِي من سؤالِ الله أن يوفِّقكِ.

ثامناً: احرصي أن تكون نيتك في تحصيل العلم خالصةً لله -
عز وجل - ، ليُصَبِّحَ جُهدك فيهِ عبادةً لتُوجَّري عليها، وتحصلي على
التوفيق في الامتحان - بإذن الله.

المذاكرة في الاختبارات:

إن كثيراً من الطالبات يخلطن بين الاسترجاع والتعرف، وهناك
فرق مهم بينهما، فالاسترجاع يحدث عندما تستعيد طالبة المعلومات
من الذاكرة دون أمارات أو إلماحات تُساعد على ذلك، أما التعرف
فيحتاج إلى أمارات تُساعد عليه، ومُعظم الأسئلة تتطلب استرجاعاً
وليس مجرد تعرف، إن طريقة النجاح - أختي الطالبة - في هذه
الحالة أن تستخدمِي طريقةَ الدرس والاستذكار المنظم، التي تُمكنك
من استرجاع كل ما درسته أو معظمه، ولا تنسي أن تستخدمِي الروابط
الحسية والمعنوية التي تذكرك بمعلوماتك الدراسية في أثناء الامتحان،
كأن تجعلِي الروابط قصصاً أو أرقاماً تذكرك بالمعلومة والأخرى،
وعندما يَحِينُ وقتُ الامتحان سوف يتوافرُ لديكِ أساسٌ قوي للتعلم
والاستذكار.

أساليب تجنب قلق الامتحانات:

إن الأساليب الناجحة لتجنب حالة القلق من الامتحان كثيرة،
أذكر لك أهمها:

أولاً: ذاكري دُرُوسَكَ بانتظامٍ وَفَّقِ مهاراتِ دراسيةٍ منذُ بدايةِ الفصلِ الدراسي حتى تُحَقِّقِي نتائجَ ممتازةٍ.

ثانياً: الاعتماد على الله - سبحانه وتعالى -، وذلك أن الله - تعالى - قد أمرنا أن نعملَ ما في وُسْعِنَا، ثم نتوكلَ على الله حقَّ التوكلِ بعد القيامِ بواجبنا حقَّ القيامِ.

ثالثاً: الثقةُ بالنفسِ، فمن يستعدُّ للامتحان من أولِ الفصلِ الدراسي ويتوكل على الله - سبحانه وتعالى - لا بد أن تتولد لديه الثقةُ بالنفسِ.

رابعاً: أبعد من ذاكرتك - أختي الطالبة - أن الامتحانَ مسألةٌ حياةٍ أو موتٍ؛ فالامتحاناتُ ما هي إلا اختبارُ قُدرةِ الطالبة على التحصيلِ الدراسي؛ لذلك فكلُّ طالبةٍ لديها قُدراتٌ كافيةٌ لاكتسابِ المعرفةِ، وعليكِ أن تتمي هذه القدراتُ بالاستعداد الجيد والمذاكرة الناجحة، وليس بالغش والخداع والبراشيم لمواجهةِ أيِّ اختبارٍ كان فيما بعد.

خامساً: حاولي الحصولَ على امتحاناتٍ قديمةٍ في المادة نفسها؛ لتتمرّني عليها، فأنت في حاجةٍ إلى معرفةِ طريقةِ الأسئلةِ وصياغتها، كما أنك في حاجةٍ إلى فهمها.

كيف تؤدّين امتحاناً ناجحاً؟:

إليك - أختي الطالبة - خمسُ حالاتٍ أساسيةٍ لامتحان ناجحٍ:
الحالة الأولى: النوم، فخذني قسماً وافراً منه في الليلة التي تسبق

الامتحان؛ حتى تدخل الامتحان هادئة الأعصاب، قويّة التركيز.

الحالة الثانية: التغذية، فعليك أيتها الطالبة بتناول وجبة خفيفة قبيل ذهابك للامتحان، فهي ستزودُ مُحكٍ بالطاقة اللازمة للتفكير، وستريحُ في الوقتِ نفسه معدتكِ القلقة، وتجنبِ الإكثار من القهوة والشاي.

الحالة الثالثة: الحركة، إن الحركة والتمارين الرياضية من أفضل الأشياء في تخفيف التوتر والقلق، ويكفي أن تتحركي وتمشي في فناء المدرسة خلال الساعة التي تسبق الامتحان، وليس المقصودُ هو إضاعة الوقت في التمارين الرياضية.

الحالة الرابعة: قبل الامتحان.. وقبل الامتحان حاولي أن تمنحي نفسك - أختي الطالبة - وقتاً كافياً لتذهبي إلى الامتحان مبكراً ومن غير عجلة.

الحالة الخامسة من حالات نجاح الامتحان: في أثناء الامتحان .. ففي في أثناء الامتحان تذكري عند استلامكِ ورقة الأسئلة أن لا تنسي أن تدعي بدعاء الكرب، فقد أخرج مسلمٌ عن ابن عباس - رضي الله عنهما - أن نبي الله ﷺ كان يقول عند الكرب: «لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض ورب العرش الكريم»، ولا تنسي الاستعانة بربك، وتعوذي من الشيطان الرجيم، وسمّي بالرحمن، وكوني على ثقة تامة بأن الله معك ولن يخيب رجاءك.

في داخل قاعة الامتحان:

ليس من المتوقع - ولا الشائع - أن تستمعي بوقتِك داخل غرفة الامتحان، لكن يمكنكِ الاقتراب من ذلك باتباع النصائح التالية:

- تأكدي من معرفتكِ مكان الامتحان وزمانه، كذلك تأكدي من أنكِ تعرفين المادة موضوع الامتحان، وعددي الأسئلة التي يجب أن تجيبي عنها، والزمن المتاح للإجابة.
- اجتهدي في أن تصلي إلى المكان المحدد في وقت مناسب، ومعكِ كل مستلزمات الامتحان من أقلام وأدوات كتابية.
- تجنبي زميلاتك من الممتحنات معكِ؛ لأنك إذا اجتمعتن فسوف تزيدن من قلق بعضكن لا أكثر.

عندما تدخلين قاعة الامتحان:

- سمّي الله، وأكثرني من الدعاء بالثبات واليسير والتوفيق.
- اقرئي الإرشادات المكتوبة للممتحنات.
- اكتبي اسمكِ ورقم جلوسكِ، وكل المعلومات المطلوبة.
- اقرئي جميع الأسئلة، وتأكدي من فهمكِ لها - تأكدي من فهمكِ لأنواع الأسئلة المختلفة؛ مثلاً وضحي مستعينة بالرسم، يختلف عن وضحي بالرسم.
- ضعي علامة أمام الأسئلة التي ترين أنها سهلة.

- ابدئي بالإجابة عن الأسئلة السهلة، واحذري أن تسهبي حيث لا يتطلب الإسهاب؛ حتى لا تضيعي وقتك.
- انتقلي للأسئلة الصعبة، واكتبي ما تعرفينه عنها، ولا تعطيهما من الوقت أكثر مما تستحق.
- تأكدي من أنك أجبت عن كل الأسئلة الإجبارية، وأنتِ أجبت عن العدد المطلوب من الأسئلة الاختيارية.
- راجعي إجاباتك وصححي الأخطاء الظاهرة.
- خصصي ما تبقى من وقت للأسئلة الصعبة.
- قبل أن تسلّمي الورقة للمراقب تأكدي أنك كتبت اسمك ورقم جلوسك، وكل المعلومات المطلوبة.

ماذا تفعلين بعد الامتحان؟:

- لا تراجع أجوبتك السابقة، ولا تحاولي أن تتعري في إلى أخطائك أو تناقشي أخواتك الأخريات، ركزي جهدك على الامتحان القادم، واعلمي أن الكثير ينتظرك، وسيري بتوفيق الله وتسديده.

"٢٠" نصيحة للطالبة في الاختبارات:

ومن تلك الأسباب:

١- الالتجاء إلى الله بالدعاء بأي صيغة مشروعة كأن تقول ربّ اشرح لي صدري ويسّر لي أمري.

٢- أن تستعدّ بالنوم المبكّر والذهاب إلى الامتحان في الوقت المحدد.

٣- إحضار جميع الأدوات المطلوبة والمسموح بها كالأقلام وأدوات الهندسة والحاسبة والساعة؛ لأنّ حسن الاستعداد يُعين على الإجابة.

٤- تذكّري دعاء الخروج من البيت: «بسم الله، توكلت على الله، ولا حول ولا قوة إلا بالله، اللهم إني أعوذ بك أن أضل أو أضل، أو أزل أو أزل، أو أظلم أو أظلم، أو أجهل أو يُجهل علي»، ولا تتسي التماس رضا والديك؛ فدعوتهما لك مستجابة.

٥- أن تسمي بالله قبل البدء؛ لأنّ التسمية مشروعة في ابتداء كلّ عمل مباح، وفيها بركة واستعانة بالله، وهي من أسباب التوفيق.

٦- اتّقي الله في زميلاتك؛ فلا تُثيري لديهن القلق ولا الفزع قبيل الاختبار؛ فالقلق مرض معد، بل أدخلي عليهن التفاؤل بالعبارات الطيبة المشروعة، وقد تفاعل النبي ﷺ باسم سهيل وقال: «سهل لكم من أمركم» وكان يُعجبه إذا خرج لحاجته أن يسمع: يا راشد يا نجيح.. فتفاءلي لنفسك ولأخواتك بأنكن ستقدمن امتحاناً جيداً.

٧- ذكر الله يطرد القلق والتوتر، وإذا استغلقت عليك مسألة فادعي الله أن يهونها عليك، وكان شيخ الإسلام ابن تيمية - يرحمه الله - إذا استغلقت عليه فهم شيء يقول: يا معلم إبراهيم علمني ويا مفهم سليمان فهمني.

٨- اختاري مكاناً جيداً للجلوس في أثناء الاختبار ما أمكنك، وحافظي على استقامة ظهرك وأن تجلسي على الكرسي جلسة صحيحة.

٩- تصفحي الامتحان أولاً، والأبحاث توصي بتخصيص (١٠٪) من وقت الامتحان لقراءة الأسئلة بدقة وعمق وتحديد الكلمات المهمة وتوزيع الوقت على الأسئلة.

١٠- خططي لحل الأسئلة السهلة أولاً والصعبة لاحقاً، وفي أثناء قراءة الأسئلة اكتبي ملاحظاتك وأفكارك؛ لتستخدميها لاحقاً في الإجابة.

١١- أجبي عن الأسئلة حسب الأهمية.

١٢- ابدئي بحل الأسئلة السهلة التي تعرفينها؛ ثم اشرعي في حل الأسئلة ذات العلامات الأعلى، وأخري الأسئلة التي لا يحضرك جوابها، أو ترين أنها ستأخذ وقتاً للتوصل إلى نتيجة فيها أو التي حُصص لها درجات أقل.

١٣- تأنّي في الإجابة؛ فقد قال النبي ﷺ: «التأنّي من الله والعجلة من الشيطان» حديث حسن.

١٤- فكري جيداً في أسئلة اختيار الجواب الصحيح في امتحانات الخيارات المتعددة، وتعامل معي معها وفق التالي: إذا كنت متأكدة من الاختيار الصحيح، فإياك والوسوسة، وإذا لم تكوني متأكدة فابدئي بحذف الاحتمالات الخاطئة والمستبعدة، ثم اختاري الجواب الصحيح بناءً على غلبة الظن، وإذا خمنت جواباً صحيحاً فلا تغيريه إلا إذا تأكدت أنه خاطئ - خصوصاً إذا كنت ستفقدن نقاطاً عند الإجابة الخاطئة -، وقد دلت الأبحاث على أن الجواب الصحيح غالباً هو ما يقع في نفس الطالب أولاً.

١٥- في الامتحانات الكتابية، اجمعي ذهنك قبل أن تبدئي الإجابة، واكتبي الخطوط العريضة لإجابتك ببضع كلمات تشير إلى الأفكار التي تريدين مناقشتها.. ثم رقي الأفكار حسب التسلسل الذي تريدين عرضه.

١٦- اكتبي النقطة الرئيسة للإجابة في أول السطر؛ لأن هذا ما تبحث عنه المصححة، وقد لا ترى المطلوب إذا كان داخل العبارات والسطور وكانت المصححة في عجلة.

١٧- خصصي (١٠٪) من الوقت لمراجعة إجاباتك، وتأنّي في المراجعة، خصوصاً في العمليات الرياضية وكتابة الأرقام، وقاومي الرغبة في تسليم ورقة الامتحان بسرعة، ولا يُزعجك تبكير بعض الخارجات؛ فقد يكن ممن استسلمن مبكراً.

١٨- إذا اكتشفت بعد الاختبار أنك أخطأت في بعض الإجابات

فخذي درساً في أهمية المزيد من الاستعداد مستقبلاً أو عدم الاستعجال في الإجابة، وارضى بقضاء الله، ولا تقعي فريسة للإحباط واليأس وتذكري حديث النبي ﷺ: «وَأَنَّ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَتْ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ» رواه مسلم.

١٩- اعلمي بأن الغش محرّم سواء في مادة اللغة الأجنبية أو غيرها، وقد قال -عليه الصلاة والسلام-: «من غشّ فليس منا»، وهو ظلم وطريقة محرّمة للحصول على ما ليس بحق لك من الدرجات والشهادات وغيرها، وأنّ الاتفاق على الغشّ هو تعاون على الإثم والعدوان، فاستغني عن الحرام يُغْنِكِ اللهُ من فضله، وارضى كل وسيلة وعرض محرّم يأتيك من غيرك، ومن ترك شيئاً لله عوضه الله خيراً منه. وعليك بإنكار المنكر ومقاومته والإبلاغ عمّا ترينه من ذلك في أثناء الاختبار وقبله وبعده، وليس هذا من النميمة المحرّمة، بل من إنكار المنكر الواجب.

فانصحي من تقوم ببيع الأسئلة أو شرائها، أو تقوم بنشرها عبر شبكة الإنترنت وغيرها، واللاتي يقمن بإعداد أوراق الغشّ، وقولي لهن أن يتقين الله، وأخبريهن بحكم فعلهن وحكم مكسبهن وأنّ هذا الوقت الذي يقضينه في الإعداد المحرّم لو أنفقنه في المذاكرة الشرعيّة وحلّ الاختبارات السابقة والتعاون على تفهيم بعضهن بعضاً قبل الاختبار لكان خيراً لهن وأقوم من الأعمال والاتفاقات المحرّمة.

٢٠- تذكّري ما أعددت للأخرة وأسئلة الامتحان في القبر وسبيل

النجاة يوم المعاد: ﴿فَمَنْ زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ﴾
(آل عمران: ١٨٥).

الخوف وقلة الاطمئنان من طبيعة الاختبارات:

من طبيعة الاختبارات وأيامها وأوقاتها، أنها أيام خوف وفزع واضطراب، تجد الطالبة في هلع في قلق إذا نامت فهي خفيفة النوم، وإذا أكلت فهي سريعة الطعام، ولا يطمئن لها جنب، ولا تغمض لها عين، ولا يسكن لها قلب، لماذا لأن عندها ما يشغلها ما يعلق قلبها، ولماذا ينشغل عقلها ويتعلق قلبها؛ لأنها مرتبطة بأمر ترى لها فيها مصلحة، وترى لها من ورائه خيراً.

فكيف وأنت تفكرين في أمر الآخرة واختبار الآخرة، إن تفكرت ينبغي أن تكوني على خوف وعلى اضطراب؛ فإن النبي - صلى الله عليه وسلم - قد بين هذا النهج القويم بيانا انخلعت له قلوب الصحابة، وذرفت له عيونهم ووجفت واقشعرت منه جلودهم، وكانوا منه على خوف عظيم: «لو تعلمون ما أعلم لضحكتم قليلاً ولبكيتم كثيراً، ولخرجتم إلى الصعدات تجأرون إلى الله».

تخويفاً من عدم الاطمئنان إلى نتيجة الاختبار، ما الذي يخوف الطالبة هي تستعد وتأخذ، لكنها لا تطمئن ولا تركز، وكذلك قال الرسول ﷺ كما في الصحيح من حديث أنس --رضي الله عنه--، قال: «كيف أنعم وصاحب القرن قد التقم قرنه وأحنى جبته ينتظر الأمر بالنفخ في الصور».

هذه معالم ليس المقصود منها مبالغة في اللفظ وإنما قصد بها غزواً للقلوب؛ حتى يرسخ فيها الخوف من عذاب الله، وحتى يرسخ فيها الخوف الذي يؤدي إلى طلب رحمة الله - سبحانه وتعالى - بالعمل الصالح، والتقرب إلى الله جل وعلا، فحينما يكون الإنسان على هذا الخوف والاضطراب من أمر الدنيا واختيارها، وهو أمر ميسور وعاقبته لو تردت لم تكن شيئاً، فينبغي أن نكون على هذا النهج؛ فإن عائشة --رضي الله عنه-- في حديثها الصحيح ترسم أيضاً منهجاً مخيفاً مرعباً ينبغي أن يتفطن له قلب المؤمن، لما سمعت قول الله سبحانه وتعالى: ﴿وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجَلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ ﴿٦٠﴾﴾ (المؤمنون: ٦٠)، معنى الآية الظاهر أناس يعملون أعمالاً طيبة ومع ذلك قلوبهم وجلة، وعلّة وجل القلوب أنهم يوقنون أنهم يرجعون إلى ربهم، فقالت عائشة: يا رسول الله هو الرجل يسرق ويزني ويشرب الخمر ثم يخاف - يعني يعمل السيئات ويخاف؛ لأنه عمل أموراً منكراً يستجوب عليها العقوبة والعذاب - فقال رسول الله ﷺ: «لا يا ابنة الصديق! ولكنه الرجل يصوم ويصلي ويتصدق ويخشى أن لا يقبل منه».

ثقي بالله .. ثم بقدراتك الذاتية؛

إن الثقة بالله.. ثم بالنفس والثقة بالقدرات الذاتية هما أول متطلبات النجاح الدراسية، وذلك قبل الأهداف وقبل الرغبة في الدراسة، فإذا لم تكوني واثقة من قدراتك الذاتية فلا داعي للمحاولة.. أليس كذلك؟

وقد يفكر الفرد بأنه في حاجة إلى عنصر سحري للنجاح، ولا يدري ما هو هذا العنصر، فهل تعتقد أنك تفتقرين إلى الأدوات والوسائل والموارد والفرص والقدرة، أو هل ينقصك الذكاء؟ يجب أن تكفي عن هذا التفكير السلبي وتوقفه تماماً، ولنحاول الآن عمل جرد نتفقد فيه الهبات والمزايا التي اختصك الله بها.

لقد حباك الله بـ (١٠٠) مليون عصب استقبال حس بصري، ولقد أكرمك الله بنظام سمعي بالغ الدقة، رائع التصميم، باهر العمل والأداء.. تبحثين تستمعين إلى كافة ما يجري حولك.

لقد شرفك الله بالكلام علي سائر مخلوقاته، ولقد هيأ لك الله (٥٠٠) عضلة في جسمك تحملك أينما تريدين، وأكثر من (٢٠٠) عظمة، وأكثر من (١٠٠) كيلومتر من شبكات الشرايين والأوردة. وتصوري القلب الذي ينبض من (١٠٠) ألف نبضة يومياً دون توقف، ويضخ أكثر من (٤٠٠٠) جالون من الدم. هل تشكين إذن من قلة الثروة؟ إن ثروتك الشخصية لا حدود لها؛ فاحمدي الله عليها.

ذلك "الشبح" المخيف .. الامتحان!؛

السؤال: أنا طالب في الصف الثالث الثانوي، وكما تعلم الاختبارات على الأبواب، مشكلتي تكمن في أيام الاختبارات، حيث الشبح المخيف ليس لصعوبة الاختبارات، وإنما لصعوبة التحكم في أعصابي؛ إذ أفقد كثيراً من الوقت لتشتت الذهن وصعوبة الموقف. أمل من سعادتكم

إشارات ونصائح لي ولغيري من الطلبة بشأن هذا الموضوع.

الجواب من الأستاذ / أحمد بن علي المقبل:

أخي الكريم أشكر لك ثققتك، وأسأل الله تعالى لنا ولك التوفيق والسداد والرشاد.. أما عن استشارتك حول الامتحانات والمخاوف المتعلقة بها، وكيفية الاستعداد لها؛ فتعليقي عليها ما يلي:
أولاً: استعن بالله وتوكل عليه والجا إليه بالدعاء بطلب التوفيق والعون، والله تعالى قريب مجيب.

ثانياً: كن متفائلاً بقوة بأنك ستحقق النجاح والتوفيق، واحذر بشدة من (التفكير السلبي)، أو الرسائل السلبية حول (الفشل) وصعوبة المنهج واستحالة النجاح! وغيرها من الأفكار الخطيرة جداً؛ فمثل هذه الأفكار تعد رسائل سلبية ينتج عنها - غالباً - إخفاق وفشل بعكس (الأفكار الإيجابية) المبنية على الثقة والنجاح والتوفيق.

ثالثاً: لا يعني ذلك التوقف عند مجرد التفكير الإيجابي وصناعة الأحلام؛ بل لا بد من فعل الأسباب المتمثلة في تنظيم الوقت بطريقة معقولة، تراعي فيها تقسيم وقتك بين الدراسة الجادة واستقطاع بعض الوقت للراحة بين كل فترة وأخرى، والبدء بالمواد الدراسية حسب أهميتها، (ووضع جدول للمذاكرة يعد خطوة ضرورية ومهمة جداً).

رابعاً: اختيار المكان المناسب للمذاكرة أمر ضروري للحصول على أفضل النتائج بعون الله، واحرص فيه على توفر أمور ضرورية جداً،

وهي:

١- النظام في وجود الأشياء من حولك في أثناء المذاكرة؛ لأن ذلك يمنحك إحساسًا بالارتياح وهدوء الأعصاب.

٢- الجلوس المناسب؛ لأن الجلوس المناسب والمريح يضمن لك وضعًا صحيًا لأطول فترة من الجلوس، ولكن تنبه إلى أن الراحة الزائدة في أثناء الجلوس قد تبعث على الخمول والكسل! فحاول أن تغير من نمط جلستك بين فترة وأخرى.

٣- التهوية المناسبة؛ وهذا أمر ضروري لإنعاش الذهن والقدرة على التركيز.

٤- الإضاءة المناسبة.

خامسًا: يخطئ البعض فيتصور أن كثرة السهر تعني الجدية في الدراسة، وهذا الأمر ليس على إطلاقه؛ إذ إن الأولى الموازنة بين احتياج الجسم للراحة التي تعين - بعد عون الله - على الاستيعاب وبين احتياج الطالب للوقت الكافي للمذاكرة، والإنسان عمومًا أعرف بظروفه الخاصة والمناسبة له، ولكن أؤكد هنا أهمية أن ينال الجسم حقه الكامل من الراحة، ولعل الفترة التي تعقب صلاة الفجر هي من أئمن الأوقات وأحسنها للمذاكرة، حيث يكون الجسم في أحسن حالاته الاستيعابية، وكذلك الوقت "بورك لأمتي في بكورها".

كيف تعملين برشامًا ناجحًا؟:

خطوات عمل البرشام الناجح:

الخطوة الأولى: هي قراءة وفهم المادة التي تريد أن تبرشمي لها (إذا لم تفهمي قومي بتكرار القراءة حتى تفهمي المادة جيدًا) وتنصحكِ ببرشمة جميع المواد.

فالبرشام الناجح بطبيعته صغير الحجم وكثير الاختصارات على من يريد استخدامه، وهو "البرشم" أن يكون فاهمًا لما يكتب، وإلا لن يستطيع استخدامه.

الخطوة الثانية: بعد أن تفهمي المادة جيدًا، ابدئي بإعداد البرشام، اختاري ورقة صغيرة مناسبة، ثم ابدئي باختيار المعلومات؛ فهذا يتوقف على مدى فهمك للمادة، وسوف تصادفين عند قراءةكِ للمادة تيارًا من المعلومات التي تريد برشمتها بعضها قوائم طويلة، لا تقلقي فالبرشام يحل لك المسألة تستطيعين إن أمكن أن تختصري الكلمة الطويلة بكلمة واحدة تدل على القائمة ككل، مثلًا بدلاً من برشمة كواكب المجموعة الشمسية تستطيعين أن تأخذي الحرف الأول من كل كوكب لتكون عبارة واحدة، تستطيعين بواسطتها أن تتذكري جميع الكواكب الشمسية ببساطة والترتيب الذي تريدينه.

الخطوة الثالثة: وضوح الخط فهو صفة أخرى من صفات البرشام الناجح فإذا لم يكن الخط واضحًا لن تستطيعي استخدام البرشام الناجح وقت الحاجة؛ اكتبي البرشام مرة أخرى وثالثة؛ حتى تري أنه

صالح للاستعمال، ولن يكفيك هذا فورقة البرشام صغيرة الحجم.
الخطوة الرابعة: ركزي في البرشام في أثناء الكتابة، ثم اقرئيه
مرة أخرى عندما تنتهي من إعداده، وفي ليلة الامتحان أقرئيه مرة
ثالثة، ثم في الصباح الباكر اقرئيه مرة أخيرة قبل لحظات من دخولك
قاعة الامتحانات.

الخطوة الخامسة (الأخيرة): قبل دخولك إلى القاعة ارمي
البرشام في سلة المهملات، وهذه آخر وأهم صفة من صفات البرشام
الناجح، وهي أن لا تجده المراقبة في يدك أو جيبك وقت الامتحان، وإلا
لن يكون البرشام ناجحًا، ولن تنجح.

عمومًا اتركي البراشيم جانبًا وتوكلي على الله ولا تخافي، وثقي
بالله قبل أن تثقي بنفسك وقدرتك، ولن يخزيك الله أبدًا ما دمت
متوكلة عليه.

خطوات المذاكرة:

للمذاكرة أربع خطوات:

الأولى: القراءة الإجمالية للدرس.

فاقرئي الدرس الذي تريدينه مرة أو مرتين قراءة مجملية أولاً،
حتى يستقر في ذهنك معناه العام، وتقيمي هذا الموضوع، وتقدري إن
كان سهلاً أو صعباً، وتعرفي عناوين هذا الدرس، وموضوعاته الأساسية.
الثانية: الضبط والفهم والحفظ.

حفظ المواد التي تحتاج إلى حفظ، أو ضبط ما يحتاج إلى ضبط، والذي أعتقده أن الأصل في الحفظ أن يكون للمعلومات التي لا بد من حفظها، وما سوى ذلك يكفي فيه أن يضبطه الإنسان أو يفهمه، لكن الكثير من شبابنا أصبحوا يعتمدون على الحفظ، حتى في أشياء تحتاج إلى فهم!

وأعرف واحداً من الشباب في كلية العلوم، كان يحفظ بعض المعادلات الرياضية والتفاعلات الكيميائية، وقد تكون بضع صفحات؛ لأنه قد أوتي قدرة فائقة على الحفظ، لكن دون أن يفهم رموزها أو يستفيد منها!

الثالثة: لا بد من الإتيان، والتسميع للأشياء التي ضبطها الإنسان أو حفظها، ووضع الخطوط على النقاط الرئيسية فيها. الخطوة الرابعة: هي المراجعة والتسميع، سواء لنفسك، أو مع أخوات أخريات يمكن أن تتعاوني معهن في هذه الخطوات.

كي لا تنسي:

أ- ضعي خطأً تحت النقاط الرئيسية والقواعد الأساسية والأمور المهمة.

ب- أعطي نفسك حظاً من الهدوء ومن الراحة.

ت- أوجدي روابط للأشياء التي تريد أن تحفظها.

ث- ارفعي صوتك - أحياناً - وأنت تقرئين.

- ج- اكتبى بيدك ما تريدن ضبطه.
- ح- اختارى الوقت المناسب للمذاكرة.
- خ- تجنبى المشكلات مع المدرسة أو الأهل أو الزميلة أو العاملات.
- د- اختارى المكان المناسب للمذاكرة.





فضائل الشهور الهجرية



قال الله تعالى: ﴿ إِنَّ عِدَّةَ الشُّهُورِ عِنْدَ اللَّهِ اثْنَا عَشَرَ شَهْرًا فِي كِتَابِ اللَّهِ يَوْمَ خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ مِنْهَا أَرْبَعَةٌ حُرْمٌ ذَلِكَ لِلَّيْنِ الْقِيَمِ فَلَا تَظْلِمُوا فِيهِنَّ أَنْفُسَكُمْ ﴾ (التوبة: ٣٦)، وهذه الشهور الاثنا عشر شهرًا كانت معروفة قبل الإسلام وبعده بأسمائها، ولا اختلاف

فيها بين العرب، وإن كان العجم يسمون الشهور بأسماء غير ما ورد في الشرع
واللغة.

وهذه الأشهر الظاهرة هي الأشهر القمرية التي يعرف بها مرور سنة
هلالية كاملة، وهي التي نعرف بها عدد السنين والحساب.

أما الأشهر الشمسية فهي أيضاً اثنا عشر شهراً، ولكن ليس لها
علامات بارزة كعلامات الأشهر القمرية، وتعرف أيضاً قبل الإسلام ويَعده
بالأشهر الشمسية، لكنها تعرف بالحساب بطريقة خاصة.

وبالجمله، فإن هذه الأشهر التي تمر بنا فيها مواسم وفضائل، ولكل
شهر مزيته وفضيلته.



فضل شهر الله المحرم

شهر الله المحرم هو أول الشهور العربية، وكانت العرب لا تستحل القتال فيه، ولهذا سمي بالمحرم؛ لأنهم كانوا لا يستحلون القتال فيه. وقد صرح النبي ﷺ أنه من الأشهر الحرم، فعن أبي بكرة -رضي الله عنه- قال: قال رسول الله ﷺ: « إن الزمان قد استدار كهيئة يوم خلق الله السماوات والأرض السنة اثنا عشر شهرا أربعة منها حرم ثلاث متواليات ذو القعدة وذو الحجة والمحرم ورجب مضر الذي بين جمادى وشعبان» رواه ابن عساكر.

وعزم الرسول ﷺ صيام يوم التاسع إنما هو لمخالفة اليهود، وقد أمر ﷺ أصحابه بذلك، فعن ابن عباس - رضي الله عنهما - ، عن النبي ﷺ أنه قال: «صوموا يوم عاشوراء وخالفوا فيه اليهود وصوموا قبله يوما أو بعده يوما» رواه الإمام أحمد.

وقد بين النبي ﷺ أن صيام عاشوراء يكفر السنة الماضية، عندما سئل عن صيامه فقال: «يكفر السنة الماضية» رواه مسلم.

وقد وردت في هذا الشهر جملة من الأحاديث الضعيفة والموضوعة، وبعض الأمور المبتدعة التي لم يثبت عن النبي ﷺ، ونحن إذ ننبه عليها ليحذر المسلم من الوقوع فيها، ومن ذلك:

١- الاكتحال والادهان والتطيب يوم عاشوراء، وهذا من البدع المنكرة، وبعضهم يتطيب ويكتحل ونحو ذلك طوال الشهر.

٢- ومن البدع المنكرة في هذا الشهر قراءة دعاء يوم عاشوراء،
ودعاء أول السنة وآخرها.

٣- كذلك من البدع الاغتسال يوم عاشوراء، وأن من اغتسل في
هذا اليوم لم يمرض إلا مرض الموت.
وغير ذلك من البدع والمنكرات التي لم يتسع المجال لذكرها.

فضل شهر صفر

صفر هو الشهر الذي بعد محرم، وقد كانت العرب تتشاءم به،
قال عنه الشيخ ابن عثيمين - رحمه الله - : " و " صفر " فُسِّرَ بتقاسير:
الأول: أنه شهر صفر المعروف، والعرب يتشاءمون به.

الثاني: أنه داء في البطن يصيب البعير، وينتقل من بعير إلى آخر،
فيكون عطفه على العدوى من باب عطف الخاص على العام.

الثالث: صفر: شهر صفر، والمراد به النسيء الذي يُضِلُّ به الذين
كفروا، فيؤخرون تحريم شهر المحرم إلى صفر، يحلونه عاماً ويحرمونه
عاماً.

وأرجحها: أن المراد: شهر صفر، حيث كانوا يتشاءمون به في
الجاهلية.

والأزمة لا دخل لها في التأثير وفي تقدير الله - عز وجل - ، فهو
كغيره من الأزمنة يُقدَّرُ فيه الخير والشر.

وبعض الناس إذا انتهى من عمل معين في اليوم الخامس والعشرين

- مثلاً - من صفر أرخ ذلك وقال: انتهى في الخامس والعشرين من شهر صفر الخير، فهذا من باب مداواة البدعة بالبدعة، فهو ليس شهر خير ولا شر؛ ولهذا أنكر بعض السلف على من إذا سمع البومة تتعق قال: "خيراً إن شاء الله"، فلا يقال خير ولا شر، بل هي تتعق كبقية الطيور. فهذه الأربعة التي نفاها الرسول ﷺ تدل على وجوب التوكل على الله وصدق العزيمة وألا يضعف الملم أمام هذه الأمور.

وقد سُئِلَت اللجنة الدائمة للإفتاء في السعودية؛ أن بعض العلماء في بلادنا يزعمون أن في دين الإسلام نافلة يصلحها يوم الأربعاء آخر شهر صفر وقت صلاة الضحى أربع ركعات، بتسليمة واحدة تقرأ في كل ركعة: فاتحة الكتاب وسورة الكوثر سبع عشرة مرة، وسورة الإخلاص خمسين مرة، والمعوذتين مرة مرة، تفعل ذلك في كل ركعة، وتسلم، وحين تسلم تشرع في قراءة ﴿وَاللَّهُ عَلِيمٌ عَلَىٰ أَمْرِهِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾ (يوسف: ٢١)، ثلاثمائة وستين مرة، وجوهر الكمال ثلاث مرات، واختتم بسبحان ربك رب العزة عما يصفون، وسلام على المرسلين، والحمد لله رب العالمين.

وتصدق بشيء من الخبز إلى الفقراء، وخاصية هذه الآية لدفع البلاء الذي ينزل في الأربعاء الأخير من شهر صفر.

وقولهم إنه ينزل في كل سنة ثلاثمائة وعشرون ألفاً من البليّات، وكل ذلك يوم الأربعاء الأخير من شهر صفر، فيكون ذلك اليوم أصعب الأيام في السنة كلها، فمن صلى هذه الصلاة بالكيفية المذكورة:

حفظه الله بكرمه من جميع البلايا التي تنزل في ذلك اليوم، ولم يحسم
حوله لتكون محوياً يشرب منه من لا يقدر على أداء الكيفية كالصبيان،
وهل هذا هو الحل؟

فأجاب علماء اللجنة بالآتي: الحمد لله والصلاة والسلام على
رسوله وآله وصحبه، وبعد:

هذه النافلة المذكورة في السؤال لا نعلم لها أصلاً من الكتاب ولا
من السنة، ولم يثبت لدينا أن أحداً من سلف هذه الأمة وصالحها خلفها
عمل بهذه النافلة، بل هي بدعة منكرة.

وقد ثبت عن رسول الله ﷺ أنه قال: «من عمل عملاً ليس عليه
أمرنا فهو رد» رواه مسلم. وقال: «من أحدث في أمرنا هذا ما ليس منه
فهو رد» رواه مسلم.

ومن نسب هذه الصلاة وما ذكر معها إلى النبي ﷺ أو إلى أحدٍ
من الصحابة - رضي الله عنهم - فقد أعظم الفرية، وعليه من الله
ما يستحق من عقوبة الكذابين.

فضل شهر ربيع الأول

يرى جمهور العلماء أن النبي ﷺ ولد في شهر ربيع يوم الاثنين،
كما يذكر أهل السير أن وفاته كانت يوم الاثنين من هذا الشهر أيضاً.
ولا خلاف أنه - عليه الصلاة والسلام - ولد يوم الاثنين عام

الفيل، لقوله ﷺ عندما سئل عن صيام يوم الاثنين، فقال: «ذاك يوم ولدت فيه ويوم بعثت أو أنزل على فيه» رواه مسلم.

ولا شك أن مولده ﷺ رحمة للعالمين، كما قال تعالى: ﴿ وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ ﴾ (الأنبياء: ١٠٧).

وقد تحققت هذه الرحمة بعد مبعثه ﷺ، فأصبحت خير أمة أخرجت للناس بعد أن كانت تتخبط في دياجير الظلام.

ثم كانت وفاته صلوات ربي وسلامه عليه في هذا الشهر، فكانت كالصاعقة على أصحابه -رضي الله عنهم أجمعين-، وشعروا أنهم فقدوا أرواحهم، وأن الدنيا قد أظلمت، وما تحملوا وقع الخبر الفادح، فمنهم من اقعد ولم يستطع أن يتحرك، ومنهم من عقد لسانه فلم يستطع أن يتكلم، ومنهم من لم يصدق الخبر لهوله وشدته.

وفي هذا الشهر ابتدع الناس بدعة كبيرة ومعصية عظيمة، ألا وهي بدعة الاحتفال بالمولد النبوي، فيحتفل الناس في هذا الشهر من كل عام بمولده ﷺ وهذا الاحتفال الذي يفعلونه أمر محدث لم يفعله النبي ﷺ، ولا الصحابة الكرام رضوان الله عليهم، ولا أحد من التابعين عليهم رحمة الله المشهود لهم بالخيرية.

وللعلم؛ فإنه لم يثبت أي فضل لشهر جمادى الأولى وجمادى الآخر، لا في حديث صحيح ولا ضعيف ولا موضوع.

فضل شهر رجب

شهر رجب من الأشهر الحرم كما ثبت ذلك في الحديث عن النبي

ﷺ

وشهر رجب من الشهور التي كثرت فيه البدع والمنكرات، واشتهرت في فضله الأحاديث الموضوعة والضعيفة.

ومن ذلك: ما اشتهر عند كثير من الناس كثرة الصيام والقيام فيه، ولم يثبت في ذلك حديث صحيح عن النبي ﷺ.

قال ابن رجب - رحمه الله - : (لم يثبت شيء في صيام رجب). وقال النووي: (لم يثبت في صوم رجب نهي ولا ندب، ولكن أصل الصوم مندوب إليه).

وقال شيخ الإسلام ابن تيمية: (وأما صوم رجب بخصوصه فأحاديثه كلها ضعيفة؛ بل موضوعة، لا يعتمد أهل العلم على شيء منها. وليست من الضعيف الذي يروى في الفضائل؛ بل عامتها من الموضوعات المكذوبات).

ومن البدع والخرافات في هذا الشهر أيضاً ما يلي:
بدعة صلاة الرغائب: وهي صلاة تتكون من اثنتي عشرة ركعة، تودى بعد صلاة المغرب في أول جمعة من رجب، تصلى بست تسليمات، يقرأ في كل ركعة بعد الفاتحة سورة القدر ثلاثاً، والإخلاص اثنتي عشر، وبعد الفراغ يصلي على النبي ﷺ سبعين مرة ويدعو بما شاء.

وهذه الصلاة بدعة منكّرة، وصلاة باطلة، وقد أنكرها العلماء
المعتبرين.

شهر شعبان

وأطل علينا شعبان بنفحة من نفحات الخير والطاعات فتعرضوا
لها... ورد في الأثر قول: «إِنَّ لِرَبِّكُمْ فِي أَيَّامِ دَهْرِكُمْ لِنَفَحَاتٍ، أَلَا فَتَعَرَّضُوا
لَهَا».

وها هي الأيام والشهور تمر بنا ونتعرض لنفحة طيبة من هذه
النفحات وليست نفحة واحدة بل نفحات، ففي هذه الأيام نحتفل بقدم
شهر جليل، إنه شهر "شعبان" الذي يهل علينا بالخير والطاعات، شهر
يستعد فيه الصالحون ويتسابقون فيه، ويراجع فيه العاصون أنفسهم،
ليتوب الله عليهم. شهر قال عنه رسول الله ﷺ: «ذاك شهر يغفل الناس
عنه بين رجب ورمضان، وهو شهر ترفع فيه الأعمال إلى رب العالمين،
وأحب أن يُرفع عملي وأنا صائم».

سمى الشهر الكريم بهذا الاسم، لأن العرب كانوا يتشعبون فيه
لطلب المياه، وقيل: تشعبهم في الغارات، وقيل: لأنه شَعَبَ أي ظهر بين
شهري رجب ورمضان، ويجمع على شعبانات وشعابين. ويرجع السبب
لتفضيل هذا الشهر الكريم كما فسره بعض العلماء إلى سببين:

الأول: وقوع هذا الشهر الكريم بين شهرين عظيمين: شهر الله
الحرام "رجب"، وشهر الصيام "رمضان"، ومن ثم يكون كثير من

الناس في غفلة عنه، وتكون طاعة الله وقت غفلة الناس أشق على العبد الصالح، فإذا كان الناس في طاعة الله - عز وجل - تيسرت الأعمال الصالحة على العباد، وأما إذا كان الناس في غفلة ومعصية تعسرت الطاعة على المستيقظين، وهذا معنى قول النبي ﷺ: «إنكم تجدون على الخير أعواناً وهم لا يجدون».

ثانياً: يرجع تفضيل هذا الشهر العظيم لفضل الصيام فيه وهو ما ذكره النبي ﷺ: بقوله: «هو شهر ترفع فيه الأعمال إلى رب العالمين، وأحب أن يرفع عملي وأنا صائم».

ولذا فيجب علينا أن نستثمر هذا الشهر الكريم ونجتهد فيه حتى إذا أظننا رمضان أصبحنا أكثر اجتهاداً وأكثر قدرة على طاعة الله تعالى.

فضل شهر رمضان

قال تعالى: ﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ﴾ (البقرة: ١٨٥).

وقد تضافرت الأحاديث في بيان فضله ومنزلته بين الشهور، ونذكر من ذلك قوله ﷺ: «من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه» رواه البخاري، وفي رواية: «من قام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه، ومن قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له

ما تقدم من ذنبه» رواه النسائي.

وقال ﷺ: «إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة، وغلقت أبواب النار، وصفدت الشياطين» رواه مسلم.
ومن هذه البدع في هذا الشهر؛ صلاة ليلة عيد الفطر مائة ركعة
بالباتحة والإخلاص عشر مرات.

فضل شهر شوال

لا شك أن المسلم مطالب بالمداومة على الطاعات، والاستمرار في
الحرص على تزكية النفس.

ومن أجل هذه التزكية شرعت العبادات والطاعات، وبقدر نصيب
العبد من الطاعات تكون تزكيتة لنفسه، وبقدر تفريطه يكون بعده عن
التزكية.

لذا؛ كان أهل الطاعات أرق قلوباً، وأكثر صلاحاً، وأهل المعاصي
أغلظ قلوباً، وأشد فساداً.

والصوم من تلك العبادات التي تطهر القلوب من أدرانها،
وتشفيها من أمراضها.. لذلك فإن شهر رمضان موسماً للمراجعة،
وأيامه طهارة للقلوب.

وتلك فائدة عظيمة يجنيها الصائم من صومه، ليخرج من صومه
بقلب جديد، وحالة أخرى.

وصيام الستة من شوال بعد رمضان، فرصة من تلك الفرص

الغالية، بحيث يقف الصائم على أعتاب طاعة أخرى، بعد أن فرغ من صيام رمضان.

وقد أرشد أمته إلى فضل الست من شوال، وحثهم بأسلوب يرغّب في صيام هذه الأيام.

قال رسول الله ﷺ: «من صام رمضان ثم أتبعه ستاً من شوال كان كصيام الدهر» رواه مسلم.

قال الإمام النووي - رحمه الله - : قال العلماء: (وإنما كان كصيام الدهر، لأن الحسنة بعشر أمثالها، فرمضان بعشرة أشهر، والسته بشهرين).

ونقل الحافظ ابن رجب عن ابن المبارك: (قيل: صيامها من شوال يلتحق بصيام رمضان في الفضل، فيكون له أجر صيام الدهر فرضاً).

فضل شهر ذو القعدة

هذا هو الشهر الثاني من أشهر الحج، الذي يبدأ فيه الناس بالسفر إلى أداء مناسك الحج، وخاصة سكان البلاد البعيدة الذين يأتون عن طريق البر والبحر.

وهو أيضاً من الأشهر الحرم التي حرم الله القتال فيها، وقد سبق بيان ذلك.

وفي هذا الشهر يشرع الإتيان بعمره لمن نوى الحج متمتعاً ويتحلل منها، ثم يحرم بالحج يوم التروية.

وقد كانت عمرات النبي ﷺ كلها في هذا الشهر. فعن أنس بن مالك -- رضي الله عنه -- قال: اعتمر رسول الله ﷺ أربع عمرات كلهن في ذي القعدة إلا التي في حجته.

فضل شهر ذو الحجة

شهر ذو الحجة وهو الشهر الثالث من أشهر الحج، وهو أيضاً من الأشهر الحرم، وفيه تؤدي معظم شعائر الحج الذي هو ركن من أركان الإسلام، وفريضة عظيمة من الفرائض، قال تعالى: ﴿وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ﴾ (آل عمران: ٩٧).

ومما يدل على فضل الحج، وأن له منزلة عظيمة، قوله ﷺ: «مَنْ حَجَّ فَلَمْ يَرْفُثْ وَلَمْ يَفْسُقْ رَجَعَ كَمَا وَلَدَتْهُ أُمُّهُ» متفق عليه. وقوله ﷺ: «العمرة إلى العمرة كفارة لما بينهما، والحج المبرور ليس له جزاء إلا الجنة» رواه البخاري.

وفي هذا الشهر أيام فاضلة وعظيمة وهي العشر الأوائل منه، فعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: «ما من أيام العمل الصالح فيهن أحب إلى الله من هذه الأيام العشر»، فقالوا: يا رسول الله، ولا الجهاد في سبيل الله؟ فقال رسول الله ﷺ: «ولا الجهاد في سبيل الله، إلا رجل خرج بنفسه وماله، فلم يرجع من ذلك بشيء» رواه الترمذي.

فيستحب صيام هذه الأيام، وقيام ليلاتها، وكثرة الصدقة فيها،
والإحسان إلى الفقراء والمساكين.

كما يستحب في هذه الأيام الإكثار من التهليل والتسبيح والتكبير
والتحميد.

وفي هذا الشهر يسن أن يضحى يوم العيد أو أيام التشريق، وهي
اليوم الحادي عشر والثاني عشر والثالث عشر من ذي الحجة.

وفي هذا الشهر يوم عظيم وهو يوم عرفة وهو اليوم التاسع من
ذي الحجة، وصوم عرفة يكفر سنة ماضية وسنة باقية، فعن أبي قتادة
الأنصاري --رضي الله عنه-- أن رسول الله ﷺ سئل عن صوم يوم
عرفة؟ فقال: «يكفر السنة الماضية والباقية» رواه النسائي.

وصيام يوم عرفة خاص بغير الحاج فالأفضل له أن يفطر ذلك
اليوم ليتقوى على العبادة، والأحاديث في فضل هذا اليوم كثيرة ولكن
نكتفي بما ذكر والله أعلم.



وسائل دعوية



تحتاج المدارس منا إلى اهتمام وعناية، ففيها تجتمع الطالبات خمسة أيام في الأسبوع؛ فلماذا لا نغتنم هذه الأعداد في نشر الخير والدعوة إلى البر؟! لذا.. كانت هذه الفقرة بمثابة دليل وقائمة للعديد من الأفكار والطرق التي تستطيع المعلمة والطالبة من خلالها المساهمة في نشر الخير. وأذكر بأن هذه الوسائل المذكورة هي فقط أمثلة ونماذج، وإلا فالوسائل الخيرية ليس لها حدود؛ فابحثن عنها.



١- الاستفادة من هواة المراسلة عبر المجلات العربية والأجنبية،
أو من تذكر أسماؤهم في الإذاعات المختلفة، وكثيرٌ منهم في حاجة
ماسة إلى التوجيه والمناصحة، وذلك بأن يقوم الداعية بوضع ملف لكل
عنوان، ثم يرسل إلى صاحبه رسالة أولى رقيقة المشاعر عذبة الأسلوب،
ويضمنها جملة من النشرات الدعوية والكتيبات التربوية، وبعد أن يأتيه
الردّ يتبع ذلك برسالة ثانية وثالثة وهكذا، مع أخذ الحذر من ناحية
أن المرسل إليه قد يكون أقوى من المرسل، فيعرض للمرسل جملة من
الشبهات أو الشهوات التي قد تؤثر فيه.

ولقد جرب مجموعة من الإخوة هذه الطريقة فكانت النتائج رائعة
ل للغاية، بل غير متوقعة على الإطلاق.

وإليك أختي الداعية مقطع من رسالة مرّجة من شاب يعيش في
بلاد الغربية، من ألمانيا الاتحادية يقول فيها معبراً عن تأثره الشديد
بعد قراءة كتاب: (الزمن القادم): فقدت نفسي، هويتي، شخصيتي..
أكبر ويكبر معي بُعدي عن الله حتى هذا المساء، عندما وصلني البريد،
لم أهتم به، ولكن عندما تصفحت الصفحة الأولى بعنوان: (الرحيل)
وجدت نفسي أنني راحلٌ آجلاً أو عاجلاً لا مفر، كيف أرحل بلا زاد
والطريق بعيد والزاد قليل، إخواني ساعدوني أنقذوني جزاكم الله خير
الجزاء، هل يمكن أن ترسلوا لي كتباً مثل هذه مفيدة، وهل يمكن أن
أحصل على غيرها لو أمكن حتى باللغة الألمانية، إنني مستعد لأدفع
تكاليف الكتب..! ولعل هذا المقطع لا يحتاج إلى تعليق.

وإليك أختي الطالبة: مقطع من رسالة أخرى قادمة من مصر يقول كاتبها: (ولا أطيل عليكم في الكلام ويكفي أن أذكر لكم أن الكتاب: (الزمن القادم) محجوز عندي لمدة شهر مقدماً، أي أن هناك إخوة وأصدقاء حجزوا دورهم في قراءة الكتاب لمدة شهر مقدماً).

وهذه الطريقة استخدمها بعض الإخوة في الدعوة إلى الإسلام عن طريق مراسلة غير المسلمين في المجلات الأمريكية والأوروبية، وقد لقيت هذه الطريقة نجاحاً منقطع النظير، ولله الحمد والمنة.

٢- تصميم كروت دعوية صغيرة الحجم، جميلة الإخراج، مشابهة تماماً لكروت الأفراح، ويكتب فيها عبارات دعوية شيقة بمعانٍ وتعبيرات سلسة، تصمم عند المطابع المختصة بإنتاج كروت التهاني والأفراح، وتكون على شكل مجموعات تطرق جملة من المخالفات الشرعية فواحدة عن التدخين، وأخرى عن الغناء، وثالثة عن حلق اللحى، ورابعة عن الإسبال وهكذا، وتحمل الداعية معها مجموعة متنوعة في جيبها، ومن ثم تقدمها كرسالة أنيقة لمن تراها واقعة في واحدة من هذه المخالفات.

٣- تقصي أخبار الجيران الملاصقين والمجاورين للداعية، وجمع جملة من المعلومات عنهم؛ ماذا لديهم من أجهزة إعلامية، ما أوضاع أبنائهم وبناتهم، ما مدى محافظتهم على الصلوات الخمس.. الخ، ومن ثم عمل ملف دعوي لكل جار يحوي تسلسل أسلوب دعوتهم من نواحٍ متعددة، كتفصيل الهدايا التي أرسلت لهم، والزيارات التي تمت منك

لهم بقصد الدعوة، والدور المطلوب من بقية أفراد العائلة تجاههم، وغير ذلك من الوسائل.

٤- تصميم ألعاب تعرض بواسطة أجهزة الكمبيوتر يقوم بها هواة برمجة هذه الأجهزة أو المتخصصون فيها، وتأخذ هذه الألعاب الاتجاه الإسلامي، مع تحقيق جملة من الصفات، كالتسلية والمرح والفائدة والتربية، ولعل الجميع يعلم مدى خلو الساحة من أمثال هذه الألعاب، وهي بديل جيد عن الألعاب المنتشرة حالياً والتي لا تكاد تخلو من محاذير شرعية.

وحبذا كذلك لو يتم الإكثار من الألعاب الورقية الكرتونية رخيصة الثمن، والتي تحقق وتساهم في إثراء البرنامج التربوي الشرعي.

٥- الاستفادة من تجمع الحجاج الذين قدموا من كل حذب وصبوب ليشهدوا منافع لهم، وذلك بتصميم حقيبة صغيرة تحوي جملة من الوسائل الدعوية، وتكون بلغات مختلفة، ويراعى في أثناء ذلك دراسة أحوال البلد الذي ستوزع على أهله، من ناحية معالجة المخالفات الشرعية المنتشرة في ذلك البلد، نحو كثرة الشراكيات، وقوة المتصوفة، أو انتشار جملة من الملل والمذاهب المخالفة لعقيدة السلف، أو كثرة الممارسات اللاأخلاقية، وهكذا.

٦- تصميم حقيبة الطالبة المسلمة لتقدم هدية أنيقة لطالبات مسلمات محتاجات يعيشن في مجتمعات منحرفة.

ولعلي أذكركِ أختي الداعية بما قامت به مؤسسة الحرمين من تصميم جذاب لحقيبة دراسية قدمت لطلاب مسلمين في دولة ألبانيا، احتوت هذه الحقيبة على (جزء عم - كتاب الأصول الثلاثة - كتاب تعليم الصلاة وهي مترجمة إلى اللغة الألبانية، مقلمة كاملة - علبة ألوان وعلبة هندسية - أربعة دفاتر مطبوع عليها بعض الشعارات الإسلامية - قميص عليه شعار إسلامي - صور لمكة المكرمة والمدينة المنورة بالإضافة إلى شعار إسلامي على الحقيبة نفسها).

وقد وزع من هذه الحقيبة عشرات الألوف ولله الحمد والمنة.

٧- بعد التنسيق مع مندوبة الدعوة في الحي الذي تسكنينه، حبذا لو قام الدعوة وأئمة المساجد وأعيان الحي بالاحتفاء الدوري بأصحاب البقالات والتموينات التي لا تبيع الدخان والمجلات الساقطة، وذلك بإقامة حفل منظم في أحد مساجد الحي، مع التأكيد على دعوة أصحاب البقالات المخالفة لحضور هذا الحفل، ومن ثم توزع جملة من الجوائز الرمزية على الجميع، ومن ضمنها ملصقات جميلة الشكل تحوي عبارات تدل على أن هذه التموينات لا تبيع الدخان أو المجلات السيئة، وحبذا لو يقوم أئمة المساجد بحث المصلين على التعامل مع التموينات التي تلتزم بذلك ونبذ ما عداها.

٨- الارتباط بإحدى المسلمات غير العربيات لتكون وسيطاً دعويّاً مع بني جلدتها، والتنسيق الكامل معه، ومتابعة أعمالها ونتائجها بشكل منظم، لأن حاجز اللغة من عوامل إعاقة العمل الدعوي، ولعل هذا

الأسلوب يلغي أثر هذا الحاجز، ويريح الداعية، ومن الممكن تطبيقه في الحي الذي تسكنينه مع الخياطين أو السائقين أو غيرهم.

٩- تصميم صناديق جميلة الشكل لعرض الكتيبات والمجلات والنشرات، وتوزع هذه الصناديق على الحلاقين - المستوصفات - سيارات النقل الجماعي - أماكن تجمع الناس للمراجعة، كأقسام المرور- الجوازات.. إلخ وتتعاهد الداعية هذه الصناديق بالنشرات والكتيبات المسوحة والمأذون بها، ولوقامت كل داعية بتصميم صندوق واحد فقط مع متابعتها باستمرار، لانتشرت هذه الصناديق في كل مكان.

١٠- عمل ملصقات دعوية جميلة ومؤثرة توضع على السيارات، وتقدم كهدايا في المدارس وغيرها، وتحوي حكمًا أو أبياتًا شعرية أو نحو ذلك.

١١- تصميم لوحات الوقاية من أشعة الشمس (الشماسات) التي توضع على زجاجات السيارات الأمامية من الداخل، لتحوي جملاً دعوية مفيدة أو أبياتاً شعرية مؤثرة أو غير ذلك .

١٢- محاولة الاستفادة من اللوحات الإعلانية المضيئة الموجودة في الشوارع المهمة، أو عند التقاطعات بجوار الإشارات المرورية، وذلك بعمل جمل دعوية مؤثرة مأخوذة من الكتاب أو من السنة وتمول من قبل المقتدرين مادياً أو تتبناها بعض الإدارات الدعوية الرسمية، ويشابه هذه اللوحات الدعايات الموضوعة على جوانب سيارات النقل الجماعي، وكذا فواتير الكهرباء والماء، وغير ذلك.

١٣- التركيز على المظاريف المتخصصة، وطبع المظروف وتصميمه ليكون موجهاً إلى صاحبه مباشرة مع ذكر اسمه عليه، وتكون الرسومات دالة على تخصص المدعو: فهذا مظروف لطبيب، وثن لصيدلي، وآخر لتاجر مواد غذائية، ورابع لحلاق ولعامل ومدرس وموظف، وهكذا، ويكون المحتوى مناسباً تماماً لذات الشخص المقصود بالهدية.

١٤- الاستفادة من صناديق البريد وذلك بدعوة إنسان بعينه عن طريق صندوقه بدلاً من استخدام الأسلوب الدعوي المباشر.

١٥- تصميم حقائب الأرصفة لتكون أسلوباً دعويًا جديدًا للشباب الذين يتواجدون على الأرصفة بشكل مستمر، حيث توضع الحقيبة الدعوية في أماكن تجمع الشباب - إن كان ثابتاً - قبل قدومهم، ثم يتابع الداعية المكان بعد ذهابهم، أو تقدم لهم على شكل هدايا إن كان المكان غير ثابت.

١٦- عمل ملف للمخالفات الشرعية التي يراها الإنسان في وسائل التأثير المتنوعة، ثم يرفعها بعد ذلك إلى من بيده الأمر؛ لتساهم بذلك في إصلاح الخلل وتعديل المسار.

١٧- إنشاء مجلة أسرية مختصة بالأسرة فقط تحوي جملة من الفوائد والوقفات التربوية والطرائف المتنوعة، ويركز فيها على عرض أخبار الأسرة ويقوم بإعدادها مجموعة من شباب الأسرة، وتوزع في لقاءات الأسرة الدورية الأسبوعية أو الشهرية، وحبذا لو قامت نساء

الأسرة بإعداد مجلة نسائية يتفرع منها مجلة صغيرة خاصة بالأطفال، وتدعم هذه المجلة مادياً من قبل المقتدرين من الأسرة، أو باشتراك شهري، أو بمشاركة جماعية، أو من صندوق الأسرة الخيري أو غير ذلك.

١٨- الإصلاحيات والسجون - ذلكم المكان المنسي من قبَلِ الدعاة إقليلاً - وأنا أعرض هذه الوسائل أتمنى من الدعاة أن يكتفوا من الزيارات الدعوية للسجون، فإن نزلاء هذه الأماكن في حاجة ماسّة للتوجيه والمناصحة ليكونوا أعضاء صالحين منتجين بعد خروجهم من هذه الإصلاحيات وحسب علمي فإن القائمين على هذه الإصلاحيات يرحبون أشد الترحيب بمثل هذه الزيارات المثمرة إن شاء الله تعالى.

١٩- تبني منكر معين موجود بين الناس بشكل بيّن والتركيز عليه من جميع الجوانب، ودراسته دراسة واعية مع إيجاد الحلول الناجعة له ورفع مذكرة في ذلك إلى من بيده الحل والعقد.

٢٠- أخذ قطاع من الحارة أو الحي محدوداً بشوارع معلومة ودراسته دعويّاً، وذلك بحصر جميع الأماكن التي تصدر منها بعض المخالفات الشرعية، ثم عمل السبل اللازمة للعلاج بالتعاون مع بعض الإدارات الشرعية في الحي، كضرع هيئة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر أو مكتب الدعوة التعاوني أو غيرها.

٢١- المشاركة في المجلات الإسلامية، وذلك بدعمها معنوياً بالمراسلة والتشجيع والمشاركة، أو مادياً بالاشتراك فيها وحث الآخرين

على ذلك.

٢٢- التنسيق مع فرع هيئة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر في الحي الذي تقطنين فيه، وكذا مكتب الدعوة التعاوني، وتوثيق الصلة بهم ودعمهم بالوسائل الممكنة، إضافة إلى تنسيق الجهود الدعوية معهم.

٢٣- عمل اشتراك في مجلة إسلامية أسبوعية أو شهرية لترسل إلى أحد عناوين من ترغبين في دعوتهم وإيصال الخير لهم من دون أن يشعروا بهذا العمل منك.

٢٤- ربط الصلة وتقوية العلاقة بالمؤسسات الدعوية والإغاثية والتعرف على جهودهم ومؤازرتهم وتلقي أخبار المسلمين منهم، فهم أقدر من غيرهم في توفير الأخبار الصحيحة الموثوقة .

٢٥- استخدام إمكانات الحاسب الآلي في إخراج نشرات دعوية، تمتاز بالدقة العلمية واللمسات الفنية، تطرق موضوعات شتى، ومن ثم تصور على أوراق ملونة جميلة، ويستفاد منها في ميادين الدعوة المختلفة.

٢٦- تجهيز لوحة جميلة توضع في صالة المنزل، وتقوم الأسرة من جميع الفئات بإعداد ملصقات تربوية دعوية مفيدة ومنوعة، توضع على اللوحة ليستفيد منها أهل المنزل أولاً، والزوار ثانياً.

٢٧- تصميم دولا ب عرض جميل الشكل ومناسب لديكور المنزل،

ويوضع في مجلس الرجال، ويتضمن جملة من الكتيبات والمجلات والنشرات الدعوية المفيدة، ولا تنسى أختي الداعية أن تضعي دولاباً آخر في مجلس النساء وثالثاً في صالة المنزل، ليستفيد منه أهل المنزل.

٢٨- نداء موجه من كاتب هذه الأسطر إلى أصحاب التسجيلات الإسلامية، الذين ما فتئوا يساهمون في توسيع دائرة الرجعة إلى الله - سبحانه تعالى -، بنشر العلم بين الناس ببسر وسهولة، وبأرخص ثمن وأحسن طريقة، وندائي يتمثل في التالي: (إن هناك العديد من المحاضرات القيّمة في أماكن كثيرة، يلقيها علماء أجلاء وطلبة علم أفاضل، ومع ذلك لا تحظى بالتسجيل والتدوين الصوتي؛ لأن المشاركين فيها غير بارزين أو مشهورين، على الرغم من أن فيها من العلم والفائدة الشيء الكثير؛ لذا على أصحاب التسجيلات توسيع دائرة الخيار بالنسبة للمشاركين والمستفيدين، والمساهمة في إبراز مجموعة من المحاضرين الأكفاء، ليكونوا بدائل معدة لمواصلة حمل الراية ونشر الخير).

٢٩- هناك مجموعة من الشباب لا هم لهم إلا إيذاء خلق الله بالمعاكسات الهاتفية؛ لذا أرى لزاماً عليّ أن أطرح تجربة نجحت مع هؤلاء، وهي منهج دعوي رائع وأسلوب تربوي ناجح؛ يقول أحدهم: "إنه أزعج من قبل أحد المعاكسين، فجهز له مقاطع مؤثرة من قراءة الشيخ عبدالمحسن العبيكان وعندما اتصل المعاكس أسمعته القراءة مباشرة، وبعدها بفترة وجيزة اتصل المعاكس وهو متأثر جداً بما سمع واعتذر،

وتعهد ألا يكرر الخطأ معه أو مع غيره".

٣٠- ومرة أخرى مع أصحاب التسجيلات حبذا لو قمتم بطبع جملة من المناظر الطبيعية المأخوذة من بلادنا، وكتابة مصدر المنظر وموقعه، وخاصة أيام الربيع والأمطار، ثم تصدير النظر بنصّ شرعي من قرآن أو سنة، يدعو إلى التدبير في ملكوت الله، ويكون التناسق ظاهراً بين النصّ الشرعي والمنظر المصور.

٣١- طبع أقوال مأثورة ومؤثرة في الوقت نفسه على الأقلام والميداليات ونحوها، ومن ثم إهداؤها إلى الآخرين، بعد طباعة أسمائهم عليها إن أمكن، ووضعها ضمن مظروف فيه كتيبات وأشرطة وغيرها، ولعل هذا الأسلوب مؤثر فعلاً.

٣٢- عندما تقومين بنزهة في البر في وقت الربيع أو في غيره من الأوقات، فضعي في وصفك في أثناء إعداد أدوات الرحلة وتجهيزاتها، أنك ستمرين بمجموعة من الرعاة من بلاد شتى، فخذي ما يلزمك من أشرطة وكتيبات بلغات مختلفة وأسلوب مناسب، وقدميها لهم مع قليل من المال لتسدي بذلك قليلاً من عوزهم وفاقتهم، مع إرشادهم إلى ما فيه نفعهم وصلاحتهم، فهم أمانة في أعناقنا سوف نُسأل عنهم يوم القيامة، وما أكثر ما فرطنا في الأمانة، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

٣٣- عندما تسافرين من بلد إلى آخر ستمرين أختي الداعية في أثناء طريقك بتجمعات لأصحاب الشاحنات المتخصصة في النقل الثقيل، وهؤلاء في حاجة ماسة جداً إلى الملاحظة والمتابعة، لأسباب

متعددة، لعل من أبرزها:

- أن كثرة التردد على هذه الطرقات يورث الملل والقلق؛ لذا تجددين أنهم يبحثون عن أي وسيلة مهما كانت تطرد عنهم هذا الملل.
- أن الغالبية العظمى منهم يعيشون تحت مستوى الفقر.
- أن فسادهم له أثر على غيرهم بشكل بيّن، حيث يكونون عوامل مساعدة في نقل وتهريب وبيع وترويج وسائل الدمار المتنوعة.
- لذا، فإن إهداء أحدهم شريطاً أو مجموعة من الأشرطة سيكون له أثر ليس باليسير عليهم، بل إنهم يفرحون جداً بما تقدمين إليهم ويطلبون منك المزيد.

٣٤- الاستفادة من بعض العادات والتقاليد الموروثة لدى بعض الأسر واستثمارها في المجال الدعوي، نحو ما ينتشر بين النساء، خاصة من قيامهن بزيارة المرأة التي رزقت بمولود، أو المتزوجة حديثاً، أو القادمة من سفر بعيد وغير ذلك، وتقديم هدية المرأة، فحبذا لو ضُمَّتِ الهدية المادية مجموعة من الأشرطة والكتيبات والنشرات الدعوية وغيرها.

٣٥- وضع بعض التفسير الموجزة المعروفة والموثوقة في دوايب المصاحف في المساجد، وكذا وضع نسخ متعددة من كتيبات كلمات القرآن تفسير وبيان، وإخبار المصلين بذلك مشافهة، ووضع نشرة في لوحة المسجد تدعو للاستفادة من هذه الإمكانية.

٣٦- توزيع أشرطة القرآن الكريم بأصوات قراء معروفين يمتازون بحسن الصوت وقوة التأثير، على أصحاب سيارات الأجرة والليموزين والنقل الجماعي، وغيرهم.

٣٧- تصميم دليل هاتف جيب، وتعبئة الصفحات الأول منه بمجموعة من الحكم والنصائح، أما بقية الصفحات المرتبة هجائياً فيوضع في رأس كل صفحة بيت شعري مؤثر ومفيد من أشعار الزهد والحكمة والحكم وغيرها، ويكون هناك تناسق في ترتيب الأحرف بين أوائل الآيات والصفحات.

٣٨- محاولة التغيير والتجديد وإعادة الصياغة والابتكار في لوحات المساجد بشكل متتابع، مع وضع ملف خاص لهذه المتابعة.

٣٩- تكثيف نشر صناديق سحب الأشرطة والكتب الزائدة أو التي استهلكت، ومن ثم إعادة الاستفادة منها مرة أخرى، إما بتوزيعها في أماكن نائية، أو بنسخ مواد جديدة عليها، أو غير ذلك من أوجه الاستفادة.

٤٠- تصميم حقيبة صغيرة جميلة تحتوي على:

- حجاب متكامل (عباءة - غطاء وجه - قفازين - جوارب)

- مجموعة أشرطة وكتيبات خاصة بالمرأة ودورها في المجتمع.

ومن ثم توزيعها على رواد الحدائق العامة ممن لا يهتمون

بالحجاب.

٤١- أن تركز الأخت الداعية على عدم خلو سيارتها من مجموعة مناسبة من الأشرطة والكتيبات والنشرات، لاستخدامها عند الحاجة المفاجئة لمن يحتاج إليها، إما عند إشارات المرور، أو في الأسواق أو غير ذلك.

٤٢- أن يتبنى مسجد الحي مسابقة دورية أو فصلية، تخصص لها جوائز قيمة، وتقسم إلى فئات متفاوتة بحسب الجنس والسن، وتعلن نتائجها في احتفال مصغر، يدرج ضمن احتفالات ختام أنشطة حلقات تحفيظ القرآن أو تعلن بأي طريقة مناسبة.

٤٣- توزيع كتيبات دعوية أو إرشادية على العمالة القادمة من الخارج من خلال وضعها في أرفف جميلة في مكاتب الجوازات في المطارات الرئيسية.

٤٤- زرع الحسّ الدعوي لدى بعض باعة الذهب أو الملابس النسائية أو غيرها مما يتعلق بالنساء، ومن ثم وضع جملة من الوسائل الدعوية على الطاولات الزجاجية، لتأخذ منها المرأة ما تريد، أو وضع شيء منها مع البضاعة المباعة.

٤٥- في أثناء السفر إلى الخارج لظروف معينة؛ حبذا لو تقوم الداعية بنقل الفكر السلفي إلى تلكم الديار، عبر الكلمة والعبارة والكتيب والنشرة والشريط، وتنشر ذلك الفكر قدر ما يستطيع.

٤٦- تصميم ملصقات جميلة ذات ألوان زاهية تحوي عبارات

الاهتمام بالنعم وتقديرها، وحث الناس على شكرها واحترامها وتوزيعها على المطاعم والمقاصف وغيرها.

٤٧- تصميم ملصق جميل الشكل فيه حث على عدم إسبال الثياب والتحذير من ذلك من خلال عرض موجز لبعض النصوص الشرعية، ومن ثم توزيع هذا الملصق على محال الملابس الرجالية.

٤٨- الاستفادة من مواسم الخيرات كرمضان أو الحج أو الأعياد، وتوزيع مجموعات من الهدايا القيمة على الجيران، وتضمنين ذلك جملة من الكتيبات والأشرطة.

٤٩- عمل درس أسري أسبوعي أو نصف شهري، يشارك فيه جميع أفراد الأسرة صغارًا وكبارًا، ويحتوي على جملة من الفقرات، منها درس من القرآن - وقفات مع السيرة - قصة من الواقع - معالجة بعض القضايا الأسرية.. إلخ ذلك، ثم تُقدَّم بعد الدرس وجبة شاي خفيفة محببة للصغار خاصة؛ ليكون ذلك أدعى للحرص على حضور الدرس والمواظبة عليه والمطالبة باستمراره.

٥٠- الاستفادة من التجمعات العائلية الكبيرة في إحدى المناسبات، أو من اللقاءات العلمية المفتوحة أو غيرها، وعرض مسألة التبرع في كل لقاء بمبلغ بسيط، وليكن خمسة أو عشرة ريالات، تصرف في شأن من شؤون الأسرة أو المجموعة، أو التبرع بها لدعم مشروع خيري داخلي أو خارجي.

٥١- إنشاء مكتبات علمية صغيرة، تحوي جملة من الكتب العلمية والدعوية والتربوية، وتوزع على بعض الأماكن الكبيرة، كالمؤسسات والشركات والإدارات الحكومية، وإمدادها بالمزيد من الكتب، عن طريق العاملين فيها، لتكون مكتبة كبيرة تناسب حجم المنشأة.

٥٢- الاتفاق مع تجار القرطاسية والمواد المكتبية الذين يستوردون ويصنعون، على طباعة برامج تربوية، وشعارات دعوية على الدفاتر - علب الألوان - علب الهندسة - حافظات أقلام.. إلخ؛ لما في ذلك العمل من فائدة مرجوة على الطلاب والطالبات.

٥٣- الاستفادة من إمكانيات الحاسبات الآلية في تصميم برامج دعوية متخصصة ونشرها بين الدعاة؛ فهذا برنامج خاص بالطلاب، وآخر بالنساء، وثالث بالأطباء، ورابع بالعمال وهكذا، ويشمل البرنامج جملة من التوجيهات الدعوية، وعرضاً لأسماء الكتيبات المناسبة، وكذا الأشرطة، وغير ذلك.

٥٤- طباعة خطب الجمعة على أوراق صغيرة قوية لامعة مشابهة لما هو موجود في السوق تحت مسمى (ألعاب المعلومات)، وتؤخذ هذه الخطب من كتب الخطب المشهورة أو من الخطب المسجلة البارزة، وتصنف على مجموعات، كل مجموعة مستقلة تطرق موضوعاً واحداً، فهذه عن الصلاة، وتلك عن الجهاد، وثالثة عن الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.. وهكذا. ولعل هذه الصورة المبسطة من الخطب ستفيد

كثيراً في تعميم النفع من خطب الجمعة، خاصة في المناطق النائية والهجر والقرى.

٥٥- الاستفادة من صناديق الجرائد والمجلات الموجودة أمام بعض المنازل دعويًا، وذلك بتموينها بشكل متتابع بما يجد في السوق من كتيبات وأشرطة وغيرها.

٥٦- وضع صناديق صغيرة وجميلة للأشرطة والكتيبات والنشرات في مداخل العمائر السكنية الكبيرة، والاتفاق مع أحد سكان العمارة على ملاحظتها، مع إمدادها بين الفينة والأخرى بما يستجد في الساحة من كتب وأشرطة، وتكون للإعارة فقط.

٥٧- محاولة تزويد غرف الفنادق أو بعضها بجملة من الوسائل الدعوية المثمرة.

٥٨- تكثيف نشر أرفف المساجد التي تحمل عنوان (أختي المسلمة خذي نسختك) تعهدها دومًا بالإهداءات المتنوعة.

٥٩- تصميم دولا ب كبير الحجم متعدد الأغراض يوضع في المسجد، يمتاز بالتناسق والأناقة، بحيث يحتوي على مكتبة عامة للإعارة، وركن للأشرطة، ورفّ خذ نسختك، ولوحة المسجد، وقسم جمع الكتيبات والأشرطة الزائدة وهكذا.

٦٠- إن من مهمات الداعية الحكيمة شكر كل من ساهم في دعم الدعوة والثناء عليه؛ لذا عليك أختي الداعية أن تشكري من لمست منه

ذلك، ففي هذا العمل تشجيع له، ودفع له على مواصلة العطاء وبذل المزيد.

٦١- تطوير برامج حلقات تحفيظ القرآن الكريم، لتشمل جملة من البرامج الدعوية المتعددة نحو:

أ- رحلات خلوية قصيرة، تشمل برامج رياضية وكلمات توجيهية، وتكون مرة في الأسبوع.

ب- زيارات لبعض طالبات العلم، نسبة للطالبات المميزات.

ج- تدريب الطالبات على الإلقاء والتحدث أمام الأخريات.

د- تكثيف حفلات التكريم للمبدعات، لحفز الهمم عند الباقيات.

٦٢- وضع صندوق في المسجد للفتاوى، وحث الجماعة على الاستفادة منه، مع وضع لوحة صغيرة بجواره تكتب فيها إجابات الفتاوى بعد بحثها، أو سؤال أهل العلم عنها.

٦٣- أن يقوم أحد أئمة المساجد بعقد لقاء دوري بين أئمة مساجد الحي، ويدعى لهذا اللقاء مندوب الدعوة في الحي، وبعض طلبة العلم القاطنين في الحي نفسه، ويتم فيه تدريس جملة من البرامج الدعوية داخل المساجد وتشمل:

أ- ترتيب محاضرات أو ندوات نصف شهرية تقام في مساجد الحي بشكل متتابع.

ب- تنظيم كلمات وعظية موجزة بعد صلاة المغرب.

ج- تنظيم برامج حلقات تحفيظ القرآن الكريم.

د- طرح جملة من البرامج الدعوية خارج نطاق المسجد وتوزيع العمل بين الأئمة.

هـ- عرض المشاكل والعوائق، ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة لها.

٦٤- التركيز على بعض المستشفيات المتخصصة كمستشفى الأمل الخاص، بعلاج مدمني المخدرات، وكذا مستشفى الصحة النفسية وغيرها، والتعاون معهم في سبل الإصلاح، سواء عن طريق إقامة الدروس والمحاضرات الدعوية المبسطة، أو برامج التوعية والوعظ أو عن طريق الهدايا، وغير ذلك.

٦٥- الاستفادة من حملات الحج التي تقام كل سنة، بتنظيم جملة من البرامج الدعوية والعلمية والثقافية للمشاركات في هذه الحملات، سواء في الطريق ذهاباً وإياباً، أو في أثناء الإقامة في المشاعر، أو التنقل بينها، وكذا تنظيم مثل هذه البرامج في رحلات العمرة.

٦٦- محاولة كسب بعض أعيان البلد لدعم البرامج الدعوية مادياً، بالصدقات والتبرعات والمشاركات، أو معنوياً بالوقوف مع الدعاة مؤازرة وتشجيعاً.

٦٧- محاولة استغلال التجمعات في أوقات الإجازة لعقد جملة من البرامج الدعوية، تحت إشراف مكاتب الدعوة، وذلك بإقامة مخيمات

تربوية تقام فيها حفلات السمر، والمسابقات الثقافية، والمحاضرات الدعوية وغيرها.

٦٨- على كل إمام مسجد أن يضع برنامجاً تعليمياً مرتباً لجماعة مسجده، ويعلن ذلك في لوحة المسجد، فمثلاً الأسبوع الأول من الشهر قراءة من تفسير ابن كثير، والأسبوع الثاني خاص بالفتاوى، والثالث قراءة من كتاب رياض الصالحين وهكذا، أو غير ذلك من الطرق.

٦٩- ترتيب كلمات تلقى خلال شهر رمضان في أثناء صلاة التراويح أو القيام، وتعلن في لوحة المسجد على شكل جدول بين واضح .

٧٠- أن يتعاهد إمام المسجد بين الفينة والأخرى المصلين بهدايا توزع عليهم بعد انتهاء إحدى الصلوات، تشمل جملة من الكتيبات والنشرات أو الأشرطة، وفي كل مرة يركز الإمام على موضوع معين، فمرة عن صلاة الفجر، وأخرى عن دعم المشروعات الخيرية، وثالثة عن صلة الرحم وهكذا.

٧١- على إمام المسجد أن يجعل مسجده مدرسة تربوية، يحقق فيها الرسالة العظيمة للمسجد التي يغفل عنها الكثير، وللأسف الشديد إما تجاهلاً، أو غفلة، أو عدم مبالاة؛ ولكي ينجح في ذلك عليه أن يشكل لقاءً دورياً أسبوعياً من جماعة المسجد، وينتقل هذا اللقاء بين جماعة المسجد بشكل متتابع، وتطرح فيه جملة من القضايا التي تهم الجميع نحو أوضاع المسجد - المحال المجاورة - المتخلفين عن الصلاة - حلقات تحفيظ القرآن.. إلخ.

٧٢- على أئمة المساجد الكبيرة والمشهورة التركيز على إقامة محاضرات علمية أو طبية أو اقتصادية أو اجتماعية أو غيرها، وربط ذلك بالقضايا الإيمانية . فمثلاً تقام محاضرة أو ندوة عن أمراض العيون، ويتطرق خلالها الأطباء إلى الأمراض الحسية للعين، محذرين من كثير من الأجهزة الضارة، كما يطرقون خلال ذلك جملة من الأمراض المعنوية التي تؤثر على الجسد عن طريق العين.

ومثال آخر تقام محاضرة عن الفلك، يليها أحد المتخصصين في هذا الجانب، ليتبين من خلالها عظمة الخالق بعظيم صنعه.

٧٣- إن من وسائل الدعوة أن تعرّف أسباب انحراف من تدعونه إلى الحق حتى يسهل عليك العلاج، فعليك أختي الداعية أن تلمي بأسباب الوقوع في الشهوات أو الشبهات، وأن يكون لديك بعض العلم عن بعض المناهج الدعوية المضادة لمنهج السلف الصالح، وأن تعرّف بعضاً من عقائد وأفكار الآخرين بشكل موجز مركز، لتأخذي الحذر وتحذري غيرك، ولعل هناك جملة من المؤلفات والأشرطة التي تساعدك في ذلك.

٧٤- على صاحبة الأسرة أن تسعى لتصميم منزلها دعويّاً، وذلك بعمل جملة من الأمور منها:

أ- أن يكون قريباً من المسجد، فإن ذلك أَدعى للمحافظة على الصلاة، ولاستماع الأسرة لما يلقى في هذا المسجد من دروس ومحاضرات وكلمات وغيرها.

ب- أن تجعله مستوراً لا ينظر إلى داخله أحد الجيران، ولا ينظر أحد أفراد الأسرة إلى منازل الجيران، وأن يسد رب الأسرة كل المنافذ والسبل المؤدية إلى ذلك.

ج- أن تجعلي واحدة من غرف البيت إن أمكن مصلى، لا تستخدم إلا لذلك.

د- أن تجعلي واحدة من غرف المنزل مكتبة عامة تحوى أنواعاً من الكتب، تهتم الصغار والكبار النساء والرجال، ويدرج من ضمنها مكتبة صوتية شاملة.

هـ- تأمين جملة من وسائل التثقيف والمرح واللعب البريء والفائدة المبسطة، لتكون متنفساً للأطفال، ولتحل محل بعض الوسائل المحرمة، ولتحفظهم عن الشوارع.

و- الانتباه لجهاز الهاتف وجعله في متناول الجميع، يسمعه الجميع، وليعلم رب الأسرة أن الشيطان حريص على إضلال ابن آدم بكل السبل والوسائل الممكنة، وغير ذلك من الوسائل.

٧٥- حبذا لو يقوم إمام المسجد مع مجموعة من المصلين بإصدار نشرة دورية باسم جماعة المسجد - خاصة في المساجد الكبيرة - ولتكن كل أربعة أشهر مثلاً، وتطبع وتخرج بشكل أنيق وجميل، لتحتوي جملة من الموضوعات، من أبرزها:

أ- عرض لأنشطة المسجد العلمية، والتحفيز، والحلقات والمبرزين

في ذلك.. إلخ.

ب- تلخيص لبعض المحاضرات الملقاة في المسجد خلال فترة معينة.

ج- أخبار أخرى مرتبطة بالمساجد المجاورة.

د- موضوعات تربوية ودعوية ومسابقات ثقافية.

وغيرها من الأنشطة، وتوزع هذه النشرة بعد صلاة الجمعة، أو في مناسبة عامة، أو بعد أحد المحاضرات أو غير ذلك .

٧٦- عمل لوحة مضيئة بجوار المسجد الجامع على غرار لوحات الإعلانات الموجودة عند التقاطعات المرورية، لتكون مجالاً دعويًا خاصًا بالمسجد، يتم من خلالها الإعلان عن الدروس والمحاضرات، ويتم من خلالها عرض جملة من الآيات والمواعظ والأحكام وخلافه.

٧٧- القيام بزيارات مباشرة لشباب الأرصفة، ويحبذ أن يرافق الزائر شخص مشهور عند هؤلاء الشباب، ممن من الله عليه بالهداية، كأحد مشاهير اللاعبين، أو المغنين أو الممثلين أو غيرهم، ومن ثم مجالستهم والتبسط معهم، وبعد ذلك دعوتهم بالموعظة الحسنة مع تقديم مجموعة من الهدايا المفيدة لهم.

٧٨- وهذه وسيلة خاصة موجهة لفئة خاصة قادرة ملمة، وذلك بأن تقوم باستخدام أسلوب الاستنزاف مع بعض الإذاعات التنصيرية، بالمراسلة الدائمة لها، وإكثار الطلب منها، مع الحذر من التأثير بها

استماعاً أو مراسلة.

٧٩- أن يؤمّن إمام المسجد سبورة بلاستيكية بيضاء ويجعلها في وسط المسجد من الناحية الخلفية، ثم يتفق مع أحد الذين يجيدون الخط من أهل الحي، ليكتب بخط عريض وجميل وكبير حكمة أو آية أو بيتاً شعرياً، أو غير ذلك ويتغير المعروض كل أسبوع.

٨٠- يقوم مجموعة من الموظفين الذين يتمثل فيهم الحسّ الدعوي بإنشاء لقاء دوري بين زملاء الوظيفة خارج نطاق العمل، يتم من خلاله زيادة الألفة والصلة بين الزملاء، ويستثمر اللقاء في ما يعود بالفائدة على الجميع، من مناقشات مثمرة، واستضافة لأحد طلبة العلم، ويتم خلاله توزيع جملة من الوسائل الدعوية.

٨١- حبذا لو يستفيد الدعاة من الإخوة الوافدين من جميع الجنسيات، الذين يريدون العودة إلى ديارهم في إجازة أو خروج نهائي أو غير ذلك بإهدائهم جملة من الوسائل الدعوية ليتم نشر الخير في كل مكان.

٨٢- القيام بزيارة المرضى في المستشفيات وتشجيعهم وحثهم على الصبر والاحتساب والاستفادة من حالة الضعف التي يعيشونها، بتذكيرهم باللجوء إلى الله تعالى، وإهداؤهم مجموعة من الهدايا الدعوية المفيدة، وأخذ العبرة والدروس التربوية من خلال هذه الزيارات؛ ليعرف الداعية عظيم نعم الله عليه.

٨٣- أن يقوم إمام المسجد بالتعاون مع بعض المصلين، بوضع صندوق لتلقي التبرعات، وأن يشعر عامة المصلين أن الصندوق يفرغ يومياً، وأن يخصص له برنامجاً منظماً لتلقي التبرعات، ويخبر الجماعة بذلك، ففي شهر محرم مثلاً للبو سنة، وشهر صفر للصومال، والشهر الثالث لجماعات تحفيظ القرآن وهكذا، أو يستخدم البرنامج الذي يراه مناسباً.

٨٤- أن تتعلم الداعية جملة من العلوم المساندة التي تستطيع أن تكسب بها ثقة الجميع وخاصة كبار السن، فتُلمّ مثلاً بمعلومات عن الفلك ومنازل القمر، وأخرى عن مواسم الأمطار، وثالثة عن تاريخ الأسرة، مع إمامها بتاريخ منطقتها القريبة ورابعة عن الأنساب وغيرها من العلوم، وتجعل هذه العلوم مدخلاً دعويّاً تربويّاً مناسباً.

٨٥- نشر أشرطة الفيديو الإسلامية المتوافرة في كثير من محال التسجيلات بين الأسر التي ابتليت بهذا الجهاز، وإمدادهم بهذه الأشرطة بشكل متتابع، والتركيز على مآسي المسلمين وجراحهم في أرجاء المعمورة.

٨٦- أن يقوم إمام المسجد وبعض المصلين بإخراج مطوية، أو إعادة صياغة مطوية مطروحة في السوق، وتوزع في المساجد المجاورة، وعلى جماعة الحي، وتذيل باسم جماعة مسجد كذا؛ لما في ذلك من إذكاء روح التنافس، وإعلاء الهمم بين أئمة المساجد، ويراعي إمام المسجد المواسم المتتابعة لإفادة الناس عن طريق هذه المطويات.

٨٧- من المعلوم أن هناك كثيرًا من العوائل والأسر تجتمع دوريًا مرة في الشهر أو أقل من ذلك أو أكثر، وبعض هذه اللقاءات مضى عليها عشرات السنين وما زالت مستمرة، وهذا شيء حسن لما في ذلك من الألفة والمحبة وتوطيد أواصر المودة وتحقيق صلة الرحم بين الأحبة، إلا أن الاستفادة من هذه التجمعات عند الأكثرين محدود، وبعضها منعدم أو قليل المردود، فحبذا لو وضع برنامج منوع لاستثمار هذا اللقاء فيما يعود بالفائدة والنفعة والمتعة على الجميع كبارًا وصغارًا، ويشارك في البرنامج كل الحضور، خاصة الشباب الذين يرون أن الكبار، لا يتحون لهم الفرصة للانطلاق والتعبير عن مكنونات الفؤاد والتعود على الكلام والجرأة في مخاطبة الكبار، فيكرهون اللقاء ولا يحرصون عليه، وإن حضروه فإن الحديث لا يهمهم من قريب أو بعيد؛ لأنه يطرق موضوعات مكررة ومعادة ملوا سماعها والإنصات إليها، من قبل حفنة معدودة من كبار السن الذين يمسكون بزمام التحدث والكلام، وإن تحدث غيرهم فإن عيونهم تقذف عليه جعبة من السهام ملؤها الاحتقار والازدراء والملام، وهذا وضع وللأسف الشديد مجرب ومعلوم ومشاهد يعلمه الجميع، وإليك أختي الداعية هذا النموذج المقترح لاستثمار هذا اللقاء:

أ- يتكفل مجموعة من شباب الأسرة بمتابعة البرنامج وتنفيذه بدقة ووضع ملف خاص به.

ب- عمل جمعية تعاونية مالية باشتراك شهري أو سنوي يسمى (صندوق الأسرة) يستخدم في دعم المشروعات الخيرية الخاصة

بالأسرة.

ج- دعوة بعض العلماء أو طلبة العلم لإفادة الحاضرين فيما يهمهم من أمور دينهم ودنياهم.

د- دعوة أحد المختصين في:

الأدب - الشعر الشعبي والفصح - التاريخ المحلي - الفلك والنجوم ومنازل القمر- الجغرافيا المحلية - المواسم والأمطار - النباتات المحلية والزواحف..إلخ، وذلك للرفع من المستوى الثقافي للحضور في أمور محببة لهم.

هـ- عمل مسابقات متنوعة يقوم بها شباب الأسرة تؤخذ جوائزها من صندوق الأسرة.

و- اقتراح موضوع تربوي أو علمي أو ثقافي منوع أو غير ذلك مما يفيد الجميع، وطلب مناقشته في اللقاء القادم، ويطلب من بعض الحضور الإعداد له والمشاركة فيه.

ز- قراءة مقاطع منتخبة مسبقاً من كتب شرعية أو تاريخية أو أدبية أو خلاف ذلك، مع المناقشة والتعليق والتعقيب على ما يقرأ.

ح- عرض مجموعة من أفلام الفيديو الإسلامية التوجه، التي تهدف إلى زرع الإحساس بمآسي المسلمين ومعايشتها قلباً وقالباً، مع جمع بعض التبرعات لدعم بعض المشروعات الإغاثية في عالمنا

الإسلامي.

ط- قيام المشرفين على الصندوق بتأمين مظاريف تحوي جملة من الأشرطة والكتيبات التربوية التي تهتم عموم الأسرة توزع على الأفراد في أثناء اللقاء.

ي- إشراك صغار السن في هذه الطروحات، وأخذ آرائهم بين الفينة والأخرى، وتحمل أي خطأ أو تقصير يحصل منهم أو من أحدهم، وتشجيع المحسن والمجد بالثناء المعنوي والجوائز المادية؛ لما في ذلك من تعويدهم وتدريبهم على أساليب الكلام وآداب التحدث مع الآخرين.

ك- إنشاء مقر دائم للقاءات الأسرة، قسم للرجال وآخر للنساء ويؤكد على الجميع أن لا يستغل هذا المكان في أمور محظورة شرعاً.

ل- قيام الأسرة بإنشاء مجلة أسرية.

م- عمل رحلات خلوية ومخيمات ربيعية منظمة ومرتب لها مسبقاً.

وفي الختام، أمل أن يحاول الشباب الجادون في الأسرة إضفاء طابع الحيوية الدائمة والشباب المستمر على هذا اللقاء، وأن تكون البرامج المقدمة فيه متنوعة بشكل لا يثير الملل والسأم، وأن لا تأخذ البرامج المطروحة أكثر من نصف المدة المقررة للاجتماع، وبقية الوقت يعد وقتاً مفتوحاً، والله الموفق.

٨٨- الاهتمام بمسائل الوقف الخيري، وغرس محبة ذلك لدى

التجار وأصحاب رءوس الأموال وحثهم عليه، وبيان فضله، وتذكيرهم بالنصوص الشرعية الدالة على عظيم أجره، وذلك بوقف أصل ثابت، واستثمار نتاجه وفوائده وأرباحه في دعم البرامج الدعوية المتنوعة، كحلقات تحفيظ القرآن الكريم، والمساجد، والدعم الخارجي وغير ذلك.

٨٩- وهذه وسيلة دعوية موجهة لمدرسي المراحل الابتدائية والمتوسطة تعلمون - وفقني الله وإياكم إلى مرضاته - أن سلوك الطفل في المدرسة يعكس في كثير من الأحيان وضع البيت؛ لذا على الأستاذ أن يلاحظ ذلك ملاحظة دقيقة، ويحاول أن يجعل من الطفل سفيراً دعوياً بالطريقة المناسبة بينه وبين الأسرة.



تعريف على العلماء والناجحين



يحتوي المجتمعان العربي والإسلامي على العديد من النماذج المشرفة
والعظيمة من العلماء الأجلاء والفضلاء بكل تواريخه وعصوره.

ومن أقل ما يجب أن نقدمه لهؤلاء العلماء الأجلاء الذين ضربوا لنا
أروع الأمثلة في الصور التي يجب أن يكون عليها العالم المسلم المعتز بدينه
وعلمه وأدبه، فأخرجوا لنا صفحات مشرقة ومسطرة في سماء التاريخ، بل في

سماء الإنسانية جمعاء.

وما هذه الفقرة إلا نقطة من بحر، حاولنا فيها توجيه أبصار وأعين
الفتيات إلى عظم شأن العلماء، وأهمية الاقتداء بهم، والحث على اللحاق
بركبهم؛ فالعلم يحيي الأمم، والجهل يهدم الدول.

علي مصطفى مشرفة

هو واحد من علماء مصر الأفاضل برع في العديد من المجالات العلمية لاسيما مجال الذرة إلى حد وصفه بأنه واحد من سبعة علماء يعرفون أسرار الذرة، وكان مشرفة مؤمناً بضرورة أن يسخر العلم لحل مشكلات الإنسان مثل مشكلة الفقر.

- حفظ القرآن الكريم في طفولته، كما كان يحفظ الصحيح من الأحاديث النبوية.. كان محافظاً على صلواته مقيماً لشعائر دينه كما علمه والده، وقد ظلت هذه المرجعية الدينية ملازمة له طوال حياته.. يوصي إخوته وجميع من حوله بالمحافظة على الصلاة وشعائر الدين كلما سنحت له الفرصة.. وقد بدا ذلك جلياً في خطاباته التي كان يبعثها إلى إخوته وأصدقائه في أثناء سفره للخارج.. والتي طالما ختمها بمقولة: اعمل وإخوانك للإسلام.. لله.

وفي عام (١٩١٧م) اختير لبعثة علمية لأول مرة إلى إنجلترا بعد تخرجه.

- كذلك كان الدكتور مشرفة أول من قام ببحوث علمية حول إيجاد مقياس للفراغ؛ حيث كانت هندسة الفراغ المبنية على نظرية "أينشتاين" تتعرض فقط لحركة الجسيم المتحرك في مجال الجاذبية. ولقد أضاف نظريات جديدة في تفسير الإشعاع الصادر من الشمس؛ إلا أن نظرية الدكتور مشرفة في الإشعاع والسرعة عدت من أهم نظرياته وسبباً في شهرته وعالميته؛ حيث أثبت الدكتور مشرفة أن المادة إشعاع في

أصلها، ويمكن وصفهما صورتين لشيء واحد يتحول أحدهما للآخر..
ولقد مهدت هذه النظرية العالم ليحول المواد الذرية إلى إشعاعات.
- كان الدكتور "علي" أحد القلائل الذين عرفوا سر تفتت الذرة
وأحد العلماء الذين حاربوا استخدامها في الحرب.. بل كان أول من
أضاف فكرة جديدة وهي أن الأيدروجين يمكن أن تصنع منه مثل هذه
القنبلة.. إلا أنه لم يكن يتمنى أن تصنع القنبلة الأيدروجينية، وهو ما
حدث بعد وفاته بسنوات في الولايات المتحدة وروسيا..
توفي الدكتور "علي مصطفى مشرفة" مسموماً عن عمر يناهز
(٥٢) عاماً وكانت كل الظروف المحيطة به تشير إلى أنه مات مقتولاً
على يد الصهيونية العالمية. وقد قال عنه أينشتاين تعليقا على وفاته
"إنه لخسارة للعالم أجمع".

الحسن بن الهيثم

من أعظم علماء العرب في البصریات، والرياضیات، والطبیعیات،
والطب، والفلسفة، وله إسهامات مهمة فيها، نذكر منها ما يلي:
١- إسهاماته في البصریات: يعترف المؤرخون الغربيون بأهمية ابن
الهيثم في تطوير علم البصریات، فأرنولد في كتاب "تراث الإسلام"،
قال إن علم البصریات وصل إلى الأوج بظهور ابن الهيثم، أما سارطون
فقال: إن ابن الهيثم أعظم عالم ظهر عند المسلمين في علم الطبيعة، بل
أعظم علماء الطبيعة في القرون الوسطى، ومن أعظم علماء البصریات

القليلين المشهورين في كل زمن، وأنه كان أيضاً فلكياً، ورياضياً، وطبيباً. أما دائرة المعارف البريطانية، فقد وصفته بأنه رائد علم البصريات بعد بطليموس.

وابن الهيثم هو أول من قال بأن العدسة المحدبة ترى الأشياء أكبر مما هي عليه. وأول من شرح تركيب العين ووضح أجزاءها بالرسوم وأعطاهها أسماء أخذها عنه الغربيون وترجموها إلى لغاتهم، ما زالت مستعملة حتى الآن. ومن ذلك مثلاً الشبكية، والقرنية، والسائل الزجاجي، والسائل المائي. كما أنه ترك بحوثاً في تكبير العدسات مهدت لاستعمال العدسات في إصلاح عيوب العين.

٢- إسهاماته في الرياضيات: كان ابن الهيثم رياضياً بارعاً، فقد طبق الهندسة والمعادلات والأرقام في حل المسائل الفلكية. كما حل معادلات تكعيبية وأعطى قوانين صحيحة لمساحات الكرة، والهرم، والأسطوانة المائلة، والقطاع الدائر، والقطعة الدائرية.

٣- إسهاماته في الفلك اهتم ابن الهيثم بالفلك، وكتب فيه عدداً من الكتب وقام بعدد من الأرصاد. ومن أهم إسهاماته في علم الفلك: توصله إلى طريقة جديدة لتحديد ارتفاع القطب، فقد وضع نظرية عن تحركات الكواكب؛ ولا يزال أثر هذه النظرية قائماً حتى الآن، حيث توجد في ضواحي فيينا بالنمسا طاولة صنعت بألمانيا سنة (١٤٢٨م) وعليها رسم لحركات كواكب سيارة حسب نظرية ابن الهيثم. واكتشف ابن الهيثم أن كل الأجسام السماوية، بما فيها النجوم الثابتة، لها أشعة

خاصة ترسلها، ما عدا القمر الذي يأخذ نوره من الشمس.
كما قال عنه عباس محمود العقاد في كتابه "أثر العرب في الحضارة الأوربية" إن ترجمة كتب ابن الهيثم كان عليها معول الأوربيين اللاحقين جميعاً في البصريات.

الإمام القرطبي

هو أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر الأنصاري القرطبي ولد ونشأ بقرطبة وتأثر بالمكان من حيث سماحته وأخلاقه وحسن ترتيب كتابه وتنظيم مسأله، ثم رحل منها بعد استيلاء النصارى عليها إلى المغرب العربي، ثم انتهى إلى مصر وهناك كتب كثيرة من كتبه ومن أشهر كتبه (الجامع لأحكام القرآن) ويتميز تفسيره هذا بتبيان الأحكام الفقهية فيه، توفي عام (٦٧١) هجري، عليه وعلى علماء المسلمين رحمة الله.

الإمام النووي

هو يحيى بن شرف بن مري النووي أبوزكريا، ولد النووي في قرية نوى جنوب دمشق عام (٦٣١هـ)، كان يحب الدين والعلم منذ صغره فحفظ كتاب الله، ترك النووي آثاراً علمية قيمة في مختلف علوم الدين، له الشيء الكثير في الفقه والأصول والمصطلح واللغة وغيرها ومن الكتب والبحوث التي قام بكتابتها (الأربعون حديثاً النووية) و (التقريب والتيسير في مصطلح الحديث)، توفي النووي عن خمس وأربعين سنة

عام (٦٧٦) من الهجرة في قرية نوى، عليه وعلى علماء المسلمين -
رحمة الله -.

فخر الدين الرازي

هو محمد بن عمر بن الحسن التميمي الرازي المعروف بابن
الفقيه الشافعي، ولد سنة (٥٤٣هـ)، درس العلوم الدينية والعلوم العقلية
فتعمق في المنطق والفلسفة وبرز في علم الكلام وله في هذا كله الكتب
والتعليقات والبحوث ولا تزال كتبه مراجع مهمة للفلاسفة الإسلاميين،
من كتبه (مفاتيح الغيب في تفسير القرآن) و (أسرار التنزيل والتأويل)
وكتاب (الملل والنحل)، توفي الرازي عام (٦٠٦هـ)، عليه وعلى علماء
المسلمين - رحمة الله -.

الشيخ عبد الله الخليلي

ولد الشيخ عبد الله الخليلي في مدينة البكيرية عام (١٣٤٨هـ)،
حفظ القرآن على يد والده ودرس مبادئ الفقه والتوحيد عليه وقرأ
الحديث والفقه على يد أستاذه الشيخ محمد عقيل، عين إماماً وخطيباً
بالمسجد الحرام، من مؤلفاته (مجموع خطب الجمع) كتاب (المسائل
النافعة والفوائد الجامعة) توفي رحمه الله تعالى عام (١٤١٤هـ) بمدينة
الطائف، عليه وعلى علماء المسلمين - رحمة الله -.

الشيخ عبد العزيز بن صالح

ولد الشيخ عبد العزيز بن صالح عام (١٣٣٠هـ) بمدينة المجمعة حفظ القرآن الكريم درس الشيخ عبد العزيز على يد علماء منهم عبد الله العنقري والشيخ عبد الله الزاحم، وفي عام (١٣٦٧هـ) بدأ فضيلته الإمامة بالمسجد النبوي الشريف، توفى رحمه الله عام (١٤١٥) من الهجرة، عليه وعلى علماء المسلمين - رحمة الله -.

الألباني

ولد الشيخ محمد ناصر الدين الألباني عام (١٣٣٣هـ) في مدينة أشقودرة عاصمة الدولة الألبانية، يعد من أبرز علماء الحديث في هذا العصر، وقال عنه ابن باز- رحمه الله- في كل مائة سنة مجدد للدين ومجدد هذا العصر محمد بن ناصر الألباني، للشيخ مؤلفات عظيمة وتحقيقات قيمة، منها إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل، وسلسلة الأحاديث الصحيحة، واجه الشيخ- عليه رحمة الله- متاعب وصعوبات كثيرة في حياته من الناس وحساده، توفى عليه رحمة الله في الثاني والعشرين من شهر ربيع الثاني من العام (١٤٢٠هـ)، رحمه الله.

ابن كثير

هو الحافظ الإمام المحدث عماد الدين أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير قرشي وعربي، مفسر ومؤرخ ولد عام (٧٠٠) من الهجرة،

من أعظم آثاره تفسيره (تفسير القرآن العظيم) فهو من أهم كتب التفسير وأعظمها واستفاد ابن كثير من تاريخ الطبري فهو يسمى منقح التاريخ وأخرج كتاب البداية والنهاية، توفي ابن كثير عام (٧٧٤هـ)، -رحمه الله-.

الإمام الطبري

هو أبو جعفر محمد بن جرير بن يزيد الطبري ولد عام (٢٢٣) من الهجرة، طاف العالم الإسلامي وارتحل فيها في سبيل العلم واستقر في بغداد، كان نبيها جمع علوما كثيرة فهو فقيه ولغوي ومحدث وعارف بالطب والحساب، كان متفرغ للعلم ولم يتزوج فكتابه المشهور في التفسير هو (تأويل أي القرآن الكريم) قد سأل طلابه قبل أن يكتبوه أتستطيعون الكتابة في مائة ألف ورقة؟ قالوا: تقنى الأعمار فيه، فاخصره إلى عشرة آلاف صفحة وكتب أيضا في الفقه والتاريخ واسم كتابه (تاريخ الأمم والملوك) توفي الطبري في بغداد عام (٣١٠) من الهجرة النبوية، عليه وعلى علماء المسلمين رحمة الله.

الإدريسي

هو أبو عبد الله محمد بن محمد بن عبد الله بن إدريس أكبر علماء الجغرافيا المسلمين، ولد في المغرب عام (٤٩٣هـ)، قضى الإدريسي الكثير من حياته في رسم أول خريطة سليمة للعالم ونجح في

ذلك فأصبح أول من وضع خريطة للعالم، من أهم كتبه كتاب (نزهة المشتاق في اختراق الآفاق) وأصبح هذا الكتاب مرجعا لعلماء أوروبا لقرون عديدة، توفى الإدريسي عام (٥٦٠) من الهجرة - رحمه الله -.

الخوارزمي

هو محمد بن موسى الخوارزمي، عاصر الخليفة المأمون، نبغ الخوارزمي في علوم الحساب والفلك والجغرافيا وترك مؤلفات علمية شهيرة منها كتاب (الجبر والمقابلة) فهو واضع أساس علم الجبر الحديث وترجمت كتبه في أوروبا ونهضوا من خلالها في العلوم، توفى الخوارزمي عام (٢٣٢هـ) من الهجرة عليه - رحمة الله -.

عبد العزيز بن باز - رحمه الله -

الرئيس العام لإدارة البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد في المملكة العربية السعودية.

ولد بالرياض عام (١٩١٢م) في أسرة اشتهرت بطلب العلم ، وتعلم في البداية في نجد.

حفظ القرآن الكريم قبل سن البلوغ وتتلذذ على يد عدد من العلماء والفقهاء فأصبح أحد علماء المملكة العربية السعودية الذين وهبوا حياتهم لخدمة الدعوة الإسلامية.

فقد بصره وهو في العشرين من عمره وعاش بقية حياته كفيفاً.

وكان يقول أسأل الله أن يعوضني عنه بالبصيرة في الدنيا والجزاء الحسن في الآخرة.

تولى القضاء لمدة أربعة عشر عاماً ثم عمل بالتدريس في المعهد العلمي وكلية الشريعة بالرياض ثم بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة. أصبح نائباً لرئيس الجامعة الإسلامية في الفترة من عام (١٩٦١م) وحتى عام (١٩٧٠م) ثم رئيساً لها في المدة الواقعة بين عامي (١٩٧٠م) و(١٩٧٥م) ثم تولى منصب الرئاسة العامة لإدارة البحوث العلمية والإفتاء.

تولى وظائف أخرى منها رئاسة المجلس التأسيسي لرابطة العالم الإسلامي والمجلس الأعلى للجامعة الإسلامية.

تميز هذا الداعية بسعة الصدر والسكينة والوقار والتفقه في الدين، والشجاعة والجرأة في قول الحق والجهر به والزهد والتواضع. له العديد من المؤلفات منها "نقد القومية العربية" و"رسالة في التبرج والحجاب" و"الجهاد في سبيل الله".

حاز على جائزة الملك فيصل العالمية لخدمة الإسلام لعام (١٩٨٣م).

توفي ابن باز يوم الخميس الموافق (١٣) مايو عام (١٩٩٩م) بعد عطاء متميز وكبير داخل المملكة العربية السعودية وخارجها وشيعة جمهور غفير من المسلمين من داخل المملكة وخارجها يتقدمهم خادم الحرمين الشريفين الملك فهد بن عبد العزيز والأمراء والعلماء

، وانهاالت التعازي على المملكة العربية السعودية بوفاة العالم الكبير
الراحل.

بوفاته خسر المسلمون أحد العلماء المعاصرين الذي عمل على
نصرة السنة والدفاع عنها.

علي الطنطاوي

أحد العلماء والمفكرين البارزين في القرن العشرين.

ولد علي الطنطاوي في مدينة دمشق عام (١٩٠٩م) لأسرة
اشتهرت بمكانتها بين العلماء.

نشأ علي الطنطاوي على حب الوطن وكراهية أعداء الأمة، ففي
الحادية عشرة من عمره رفض المشاركة في مسيرة استقبال للمفوض
الفرنسي في سورية وقال كلمته المشهورة «إن الفرنسيين أعداء ديننا
ووطننا ولا يجوز أن نخرج لاستقبال زعيمهم».

في عام (١٩٢٨م) رحل إلى مصر للدراسة بكلية دار العلوم ولكنه
لم يستمر في الدراسة بل اشتغل بالصحافة والدفاع عن مصالح الأمة.
عاد إلى دمشق والتحق بكلية الحقوق وتخرج منها عام (١٩٣٣م).
اشتغل في عدة بلدان عربية وبوظائف مختلفة فعمل مدرساً في
العراق وقاضياً في سورية.

في عام (١٩٦٣م) سافر إلى السعودية فعمل مدرساً في كلية اللغة
العربية في الرياض ثم عمل بالتدريس في كلية الشريعة بمكة المكرمة.

تفرغ في النهاية للعمل في مجال الإعلام فقدم البرامج الدينية لإذاعة وتلفزيون المملكة العربية السعودية فكانت برامجه تجمع بين العلم والأدب والدين.

كتب المقالات في الصحف والمجلات وألف العديد من الكتب. عرف الشيخ الطنطاوي بشجاعته واحترامه لمبادئه وعدم المهادنة فيها كما اشتهر بتدينه وتواضعه وكرمه. توفي رحمه الله عام (١٩٩٩م).

محمد الأمين الشنقيطي

من علماء موريتانيا (شنقيط) المشهورين الذي برع في علوم الدين وعلوم اللغة.

ولد هذا العالم عام (١٣٢٥هـ) في موريتانيا ونشأ يتيماً جانباً من حياته.

تعلم في الكتاتيب وحفظ القرآن وهو صغير حيث ساعدته سعة حفظه على ذلك.

أخذ يرحل في طلب العلم حتى نال منه قسطاً كبيراً أهله للقيام بمهمات القضاء والإفتاء والتدريس.

في عام (١٣٦٧هـ) سافر إلى مكة المكرمة لأداء فريضة الحج فكانت فرصة لمعرفة الناس بعلمه وأحاديثه التي أقبلوا عليها بشغف واهتمام.

في عام (١٣٧٠هـ) أقام بالمدينة المنورة وعمل بالتدريس فيها ثم
رحل إلى الرياض حيث استقر بها عشر سنوات عمل خلالها بالتدريس
بكلية الشريعة.

عند افتتاح الجامعة الإسلامية في المدينة المنورة درس الشيخ
الشنقيطي بها وقام بتفسير القرآن الكريم.
اشتهر الشنقيطي بأحاديثه وخطبه ووعظه، إلى جانب ورعه
وتقواه وزهده.

من مؤلفاته "المجاز في القرآن واللغة" و"دفع إيهام الاضطراب في
آيات الكتاب".

كانت وفاته في مكة المكرمة عام (١٣٩٣هـ) بعد أن قارب السبعين
من عمره وبعد أن أدى خدمات جليلة في مجالات القضاء والتدريس
والإفتاء.

حجة الإسلام - محمد الغزالي -

اسمه محمد بن محمد الطوسي الغزالي المولود عام (١٠٥٩م) في
طوس بإيران الحالية، فهو الطوسي نسبة إلى مولده طوس، ويقال إنه
سمي حجة الإسلام لأنه سخر ما منحه الله له من ذكاء خارق وعقلية
عظيمة وعلم نافع للدفاع عن الإسلام والعقيدة الحقّة ولما قام به من
دحض افتراءات وأوهام الفلاسفة وأتباعهم. اشتهر بخلقه النبيل

وزهده وتكشفه وسماحته وسعة صدره فأقبل الناس على علمه.

بدأت مسيرته العلمية في طوس ثم تنقل في طلب العلم فزار
حواضر علمية أخرى مثل جرجان ونيسابور، فحفظ القرآن الكريم
ودرس علوم المنطق والفلسفة.

اشتغل بالتدريس ففي عام (١٠٩١م) عين مدرساً في المدرسة
النظامية في بغداد فنال الاحترام والتقدير لحسن خلقه وغبارة علمه
وفصاحة لسانه وقوة بيبانه، وأقبل الناس على حلقات درسه وذاع صيته
بين الناس فصار من أصحاب الفتوى المشهورين وأخذ في مناظرة
الفلاسفة والمعتزلة والرافضة والباطنية.

رحل الغزالي فزار دمشق والقدس والخليل ومصر ثم رجع إلى
بغداد وطوس يعلم الناس ويدافع عن الإسلام ، ينصح ويعظ الناس
ويبعث الرسائل للحكام يناشدهم فيها بالعدل والإنصاف والرحمة
بالرعية ويحذرهم من مغبة الظلم والجور والعسف على رعاياهم.

كانت وفاة الغزالي عام (١١١٣م) بعد عمر دام خمسا وخمسين
سنة مليئة بالعلم والعمل والدعوة إلى الله تعالى وإسقاط ودحض دعاوى
وحجج الملحدين وأشياعهم.

من مؤلفاته المشهورة "إحياء علوم الدين" و "تهافت الفلاسفة"
و "المنقذ من الضلال".

محمد بن عبد الوهاب « مجدد الدعوة السلفية في جزيرة العرب »

هو محمد بن عبد الوهاب بن سليمان التميمي النجدي المولود في بلدة العيينة قرب الرياض عام (١٧٠٣م).

تربى محمد بن عبد الوهاب في البداية على يد والده حيث درس العلوم الدينية والعربية.

ظهرت على الشيخ محمد بن عبد الوهاب علامات النجابة والذكاء وتميز بسرعة الحفظ والفهم فحفظ القرآن الكريم وهو في العاشرة من عمره ثم أخذ في قراءة كتب الفقه والحديث والتفسير.

بعد أن اشتد عود الشيخ محمد بن عبد الوهاب أخذ ينتقل في بلدان العالم الإسلامي فزار مكة المكرمة والمدينة المنورة والبصرة، واتصل بالعلماء في تلك البلدان حيث تدارس معهم أوضاع المسلمين وناقشهم في العادات الاجتماعية والمعتقدات الفاسدة التي انتشرت في كثير من بلدان المسلمين.

أخذ الشيخ على نفسه ضرورة مقاومة تلك المفاسد والعمل على تصحيح الأوضاع المغلوطة فأخذ يناقش العلماء ويدعوهم لمحاربة المفاسد والبدع السيئة والشرك المنتشر في بعض المناطق فكان يقول الحق ولا يخشى فيه لومة لائم.

ساند دعوة الشيخ وأيدها عدد من الناس بينما عارضها آخرون

وصل بهم الحقد أن تأمروا على الشيخ ودبروا مؤامرة لقتله.

علم محمد بن سعود أمير الدرعية بأخبار الدعوة السلفية التي يقودها الشيخ محمد بن عبد الوهاب، فاجتمع به وعاهده على حمايته وتأييده، فكثر أتباع الدعوة وانتشرت فيما بعد في كل أرجاء شبه الجزيرة العربية بل وخارجها كجنوب العراق والشام مما أحدث يقظة فكرية إسلامية، فكان لها صداها في بقية أقطار العالم الإسلامي مما ساعد على ظهور حركات إصلاحية إسلامية كدعوة الأفغاني ومحمد عبده والحركة السنوسية وغيرها.

توفي الشيخ- رحمه الله- في الدرعية عام (١٧٩١م) بعد أن قضى عمره مجاهداً في سبيل الله. ألف خلالها العديد من الكتب الدينية.

محمد رشيد رضا

ولد محمد رشيد رضا في قرية القلمون من أعمال طرابلس الشام عام ١٨٦٥م وفيها تعلم علومه الأولى من قراءة القرآن الكريم والقراءة والكتابة والحساب، ثم التحق بمدرسة حكومية في مدينة طرابلس لم يلبث أن تركها حيث إن لغة التدريس بها هي اللغة التركية.

التحق بعد ذلك بالمدرسة الوطنية الإسلامية في طرابلس وكانت مدرسة لها سمعتها وشهرتها التعليمية.

إلى جانب ذلك تعلم الفرنسية والتركية وعكف على مطالعة كتب الأدب وخاصة كتاب إحياء علوم الدين للإمام الغزالي الذي كان له

تأثيره عليه، كما نظم الشعر وكتب في بعض الصحف.

تعرف محمد رشيد رضا بالإمام محمد عبده ورحل إلى مصر وهناك أصدر جريدة المنار وذلك لتوجيه المسلمين إلى النظر في سوء أحوالهم وكيفية إصلاحها. وأنشأ مدرسة الدعوة والإرشاد في مصر. وكان لمجهوداته صداها في مختلف الأقطار العربية مشرقها ومغربها.

زار مسقط رأسه بلاد الشام وخطب في جوامع طرابلس وبيروت ودمشق وحمص داعياً إلى الإصلاح وتحسين أحوال المسلمين. كان رشيد رضا يؤمن بدور العرب الريادي في حمل لواء اليقظة في العالم الإسلامي، ومن هنا كان دفاعه عن الإسلام واللغة العربية ومهاجمته لمحاولة الأتراك إضعاف اللغة العربية وإحلال التركية بدلاً منها. ولكنه حذر العرب من مغبة التعاون مع الإنجليز في الحرب العالمية الأولى.

انتخب رئيساً للمؤتمر السوري في دمشق في أعقاب الحرب العالمية الأولى ثم غادر دمشق بعد دخول الفرنسيين لها عام (١٩٢٠م). زار عدداً من الدول مثل الهند والحجاز وبعض البلدان الأوروبية حتى كانت وفاته عام (١٩٣٥م) - رحمه الله -.

مصطفى صادق الرافعي

هو الأديب العربي الكبير، المظلوم تاريخياً وأدبياً، مصطفى

صادق الرافعي، الذي تولى الرد والمنافحة عن كتاب الله - عز وجل - في كتابه الشهير «تحت راية القرآن» والمتصدي للتيارات العلمانية والتغريبية التي هاجمت ديار المسلمين خصوصاً مصر بشراسة في أوائل القرن الماضي، ولد الرافعي سنة (١٢٩٧هـ) لأسرة سورية الأصل؛ حيث إن مسقط رأس هذه الأسرة مدينة طرابلس، وقد ولد الرافعي في بيت علم وفقه؛ إذ إن أباه وجده وأعمامه وإخوانه كلهم يعملون في القضاء الشرعي والفتيا، وقد انتقلت هذه الأسرة إلى مصر قبل مولد الرافعي بستين سنة، واحتكر أبناء هذه الأسرة العمل في القضاء والفتيا، حتى أن اللورد كرومر قد لاحظ ذلك وسجله في تقاريره عن نشاط هذه الأسرة الديني والشرعي.

أصيب الرافعي بالتيفود في صغره فضعف سمعه حتى فقده بالكلية وهو في الثلاثين، ولم يحصل على شهادة تعليمية سوى الابتدائية ولكنه كان صاحب إرادة وعزيمة قوية، أخذ نفسه بالجد والاجتهاد، وعلم نفسه بنفسه حتى استطاع أن يكسب ثقافة رفيعة وضعته في الصف الأول من أدباء عصره ومفكره، وكان يمكث الساعات الطوال كل يوم في القراءة والتحصيل على ما به من علة، بدأ حياته الأدبية وهو في العشرين، وأصدر عدة دواوين شعرية وحاز إعجاب الشيخ محمد عبده وأحمد شوقي والزعيم مصطفى كامل، ثم تفرغ بعدها للدراسات الأدبية، فأخرج كتاب «تاريخ آداب اللغة العربية» وكان فريداً من نوعه، ثم أصدر كتابه الأشهر «تحت راية القرآن» يتحدث فيه عن إعجاز القرآن ويرد على طه حسين في كتابه «الشعر الجاهلي»، ثم أصدر كتابه

الخلاصة «وحي القلم»، لقد كان الرافعي فارساً موهوباً وعظيماً في الدفاع عن الإسلام والعروبة، ومن أجل هذا تعرض للظلم والإهمال ودفنوا تراثه وأعماله العظيمة.

المجريطي

ولد أبو القاسم سلمة بن أحمد بمدينة مجريط (مدريد) في الأندلس، في سنة (٣٤٠ هـ)، وتوفي في سنة (٣٩٧ هـ) عن سبعة وخمسين عاماً. اهتم بدراسة العلوم الرياضية، فتعمق بها حتى صار إمام الرياضيين في الأندلس. كما أنه اشتغل بالعلوم الفلكية وكانت له فيها مواقف وآراء، فضلاً عن الكيمياء وسائر العلوم المعروفة ترك المجريطي مؤلفات علمية متنوعة أهمها: رتبة الحكم (في الكيمياء)، غاية الحكيم (في الكيمياء) وقد نُقل إلى اللاتينية عني المجريطي بزيغ الخوارزمي وزاد عليه، وله رسالة في آلة الرصد، والإسطرلاب. وقد ترك أبحاثاً قيمة في مختلف فروع الرياضيات كالحساب والهندسة، فضلاً عن مؤلفاته في الكيمياء. واهتم المجريطي كذلك بتتبع تاريخ الحضارات القديمة. ومن الدراسات المهمة التي ركز عليها المجريطي علم البيئة

وفي الخاتمة نقول أن المجريطي يعد صاحب مدرسة مهمة في حقل العلوم، تأثر بأرائها العديد من العلماء اللاحقين، أمثال الزهراوي الطبيب الأندلسي المشهور، والغرناطي، والكرماني، وابن خلدون الذي نقل عن المجريطي بعض الآراء التي أدرجها في مقدمته.

ابن البيطار

ضياء الدين أبو محمد عبد الله بن أحمد المالقي. لقب بالمالقي لأنه ولد في قرية "بينالمدينا" التي تقع في مدينة مالقة في الأندلس. اشتهر بابن البيطار مشتق من "ابن البيطري" لأن والده كان طبيباً بيطرياً ماهراً. ولد حوالي سنة (١١٩٧م) وتوفي في دمشق سنة (١٢٤٨م).

يعد ابن البيطار خبيراً في علم النباتات والصيدلة، وأعظم عالم نباتي ظهر في القرون الوسطى، وساهم إسهامات عظيمة في مجالات الصيدلة الطب.. "ابن البيطار" خبير في علم النباتات والصيدلة، وكتب موسوعة عن إعداد وتركيب الدواء والغذاء، ذكر "ابن البيطار" (١٤٠٠) نوع من النباتات في أسبانيا وشمال إفريقيا وسوريا، يمكن استخدامها لأهداف طبية، وذكر أيضاً اسم (٣٠٠) نوع من النباتات التي لم يتعرف إليها طبيب قبله، كما ذكر هذا العالم طريقة تركيب الدواء لبعض الأمراض، والجرعة المطلوب تناولها للعلاج.

أبو سهل الكوهي

هو أبو سهل وَيَجَن بن وشم الكوهي، من العلماء الذين اشتغلوا في الرياضيات والفلك ومراكز الأثقال، في عهد الدولة البويهية. أصله من طبرستان، قدم بغداد وبرز في النصف الثاني من القرن الرابع الهجري.

قال ابن العبري عنه (وكان حسن المعرفة بالهندسة ، متقدماً

فيها إلى الغاية المتناهية) .

واشتهر بصنع الآلات الرصدية، وإجراء الأرصاد الدقيقة. وقد عهد إليه شرف الدولة الرصد في المرصد الذي بناه في بستان داره ببغداد. فرصد فيه الكوهي الكواكب السبعة تنقلها وأبراجها.

كما بحث في مراكز الأثقال، فتوسع فيها واستعمل البراهين الهندسية لحل بعض مسائلها. وللكوهي رسائل ومؤلفات في الرياضيات والفلك نذكر بعضها: (كتاب مراكز الأكر)، (كتاب صفة الإسطرلاب)، (كتاب الأصول في تحريكات كتاب إقليدس)، (البركار التام والعمل به).

وكانت وفاة الكوهي حوالي السنة (٣٩٠هـ).

ابن عبدوس . . أول معالج للسكري

هو صاعد بن بشر بن عبدوس أبو المنصور الطبيب ولد ابن عبدوس ونشأ ببغداد، في القرن الرابع الهجري - العاشر الميلادي، واشتغل بفصد الدم للمرضى بالبيمارستان العضدي.

خالف ابن عبدوس الأطباء ونقل العلاج إلى الأدوية المبردة، فكان أول من فطن إلى تدبير العلاج بالتبريد، وصار يعالج مرضاه بالفصد وبالتبريد والترطيب ومنع المريض من تناول الطعام، ونجح ابن عبدوس بعلاجه الجديد لمرضاه وذاعت شهرته، وصار رئيساً للبيمارستان العضدي، واعتمد عليه الملوك والأمراء في علاجهم من أمراضهم،

وعندئذ منع العلاج في البيمارستان العضدي بالمعاجين الحارة، واعتمد في العلاج على مياه البذور النباتية ومن أهمها الشعير وكان الأمراء والوزراء يدعونهم من كافة البلدان لعلاجهم فيما يفضل فيه الأطباء ومن أهم الأماكن التي سافر إليها الأنبار في العراق.

اهتم ابن عبدوس اهتماما خاصا بالترياق وتركيبه ومن بين مركباته التي اهتم بها الكافور، وقد عالج ابن عبدوس كذلك الخليفة المرتضى بالله من لدغة عقرب، وكان يؤمن بأثر الأعشاب الطبية ويلجأ إليها في علاج الأمراض الشديدة مثل السكتة الدموية. وابن عبدوس هو أول طبيب عربي يكتب عن علاج مرض السكري.

له في الطب كتابان وضع فيهما خلاصة تجربته العملية هما: مرض المراقبة ومداواته، ومرض الديابيطس ومداواته.

قوانين الميكانيكا... للعرب لا نيوتن

تنسب قوانين الميكانيكا إلى العالم البريطاني "إسحاق نيوتن" الذي عاش خلال الفترة (١٦٤٢ - ١٧٢٧م)، على الرغم أن عددا من علماء العرب قد اكتشفوها من قبل نيوتن بمئات السنين.

ومن ضمن هذه القوانين قانون القصور الذاتي المسمى قانون نيوتن الأول، وهو نفس القانون الذي توصل إليه أخوان الصفا في رسالتهم الرابعة والعشرين (وهم علماء وفلاسفة من القرن العاشر الميلادي) فيقول إخوان الصفا: "إن الأجسام كل واحد له موضع

مخصوص ويكون واقفا فيه لا يخرج إلا بقسر قاسر" ، وهذا يعني أن الجسم الساكن يبقى مكانه حتى تجبره قوة على تغيير مكانه.

ويقول الشيخ الرئيس ابن سينا الذي عاش خلال الفترة من (٩٨٠م إلى ١٠٣٧م) : "إنك لتعلم أن الجسم إذا خلى وطباعه ولم يعرض له من الخارج تأثير غريب، لم يكن له بد من موضع معين وشكل معين" كما يقول : "وليسست المعاوقة للجسم بما هو جسم بل بمعنى فيه يطلب البقاء على حاله" ، وهذا يشير لنفس المعنى.

وتشير هذه النظريات التي توصل إليها العلماء العرب أنه لولا المعوقات مثل الاحتكاك لاحتفظ الجسم بسرعة ثابتة إذ أن تغيير السرعة مرتبط بتغيير هذه المعوقات علما أن ابن سينا هو أو من وضع هذا القانون ولهذا يجب أن يسمى هذا القانون قانون ابن سينا بدل قانون نيوتن الأول.

أما بخصوص قانون الحركة المعروف بـ "قانون نيوتن الثاني" فيقول هبة الله بن ملكا البغدادي في كتابه المعتبر في الحكمة عاش في الفترة (١٠٨٧ إلى ١١٦٥م) : "لو تحركت الأجسام في الخلاء لتساوت حركة الثقيل والخفيف، والكبير والصغير، والمخروط المتحرك على رأسه الحاد، والمخروط المتحرك على قاعدته الواسعة، في السرعة والبطء" ويقول أيضا : "ويستدل على ذلك الحجر المرمي من عال من غير أن يكون عائدا عن صعود بحركة قسرية، ولا فيه ميل قسر، فإنك ترى مبدأ الغاية كلما كان أبعد كان آخر حركته أسرع" ويقول: "لأن

الحركة الطبيعية تزداد سرعة كلما أمغنت".

وهذه النصوص تؤكد أن العرب توصلوا لفهم القانون الثاني للحركة المسمى قانون نيوتن الثاني قبل نيوتن بمئات السنين وعرفوا أن الأجسام تتسارع عندما تسقط سقوطاً حراً، وأن جميع الأجسام تسقط بتسارع واحد ولكن مقاومة الهواء هي التي تعيق الأجسام الخفيفة.

وكذلك الحال بالنسبة لقانون نيوتن الثالث، فيقول أبو البركات هبة الله بن ملكا البغدادي: "إن الحلقة المتجاذبة بين المصارعين لكل واحد من المتجاذبين في جذبها قوة مقاومة لقوة الآخر، وليس إذا غلب أحدهما فجذبها نحوه تكون قد خلت من قوة جذب الآخر، بل تلك القوة موجودة مقهورة، ولولاها لما احتاج الآخر إلى كل ذلك الجذب" ويقول الفخر الرازي: "فالحبل الذي يجذبه جاذبان متساويا القوة إلى جهتين مختلفتين".

والعالم هبة الله البغدادي هو أول من كتب في هذا العلم ولهذا يجب أن يسمى هذا القانون قانون (هبة الله البغدادي).

قانون الجذب العام ينسب لنيوتن وينص على أن أي كتلتين يوجد بينهما تجاذب يتناسب طرذاً مع كتلتهما وعكسياً مع مربع المسافة، وقد قرأنا عن قصة التفاحة التي سقطت وألهمت عبقرية نيوتن هذا القانون، والحقيقة أن العرب عرفوا أن بين الأجسام قوة تجاذب وذلك قبل اسحق نيوتن بمئات السنين ويقول الإمام فخر الدين الرازي في كتابه (المباحث المشرقية في علم الإلهيات والطبيعات): "انجذاب

الجسم إلى مجاوره الأقرب أولى من انجذابه إلى مجاوره الأبعد"
يقول ثابت بن قره الحراني المدرة إنما تعود إلى الأسفل لأن بينها
وبين كلية الأرض مشابهة في كل الأعراض أعني البرودة واليبوسة
والكثافة والشيء ينجذب إلى أمثله والأصغر ينجذب إلى أعظم.
أما القوة الطبيعية أو (قوة التثاقل) فقد فهم العرب تماماً أن
لكل جسم قوة (طبيعية) فيه هي القوة التي نسميها اليوم قوة التثاقل
وهي القوة الناشئة عن جاذبية الأرض، ويقول الشيخ الرئيس ابن سينا
في كتابه الشفاء: إن الأجسام الموجودة ذوات الميل كالثقيلة والخفيفة
أما الثقيلة فمما يميل إلى أسفل وأما الخفيفة فمما يميل إلى فوق فأنها
كلما ازدادت ميلاً كان قبولها للتحرّك القسري أبطأ فإن نقل الحجر
العظيم الشديد الثقل أو جره ليس كنقل الحجر الصغير القليل الثقل
أو جره، فالميل هنا بمعنى قوة الجاذبية ونحن نعلم أن الجسم كلما
زاد وزنه كلما زادت قوة احتكاكه بالسطح الذي عليه يرتكز إذ أن قوة
الاحتكاك تتناسب تناسباً طردياً مباشراً مع وزن الجسم وبالتالي فكلما
زاد وزن الجسم كلما ازدادت مقاومته للتحرّك بمعنى أن القوة اللازمة
للتغلب على قوة الاحتكاك تزيد بزيادة وزن الجسم هذا هو المعنى الذي
ورد في كلام ابن سينا وقد ضرب له مثلاً تحريك الحجر شديد الثقل.

الماوردي: صاحب الحاوي الكبير

هو أبو الحسن علي بن محمد بن حبيب البصري الماوردي أكبر قضاة آخر الدولة العباسية، صاحب التصانيف الكثيرة النافعة ، الفقيه الحافظ ، من أكبر فقهاء الشافعية و الذي ألف في فقه الشافعية موسوعته الضخمة في أكثر من عشرين جزءاً. ولد الماوردي في البصرة عام (٣٦٤) هجرية، لأب يعمل ببيع ماء الورد فنسب إليه فقيل "الماوردي".

ارتحل به أبوه إلى بغداد، وبها سمع الحديث، ثم لازم واستمع إلى أبي حامد الإسفراييني، وعمل بالتدريس في بغداد ثم بالبصرة وعاد إلى بغداد مرة أخرى، وكان يعلم الحديث وتفسير القرآن.

نشأ الماوردي، معاصراً لخيفتين من أطول الخلفاء بقاء في الحكم: الخليفة العباسي القادر بالله، ومن بعده ابنه القائم بأمر الله الذي وصل الضعف به مبلغه حتى إنه قد خطب في عهده للخليفة الفاطمي على منابر بغداد.

كان الماوردي ذا علاقات مع رجال الدولة العباسية كما كان سفير العباسيين ووسيطهم لدى بني بويه والسلاجقة، بسبب علاقاته هذه يرجح البعض كثرة كتابته عما يسمى بالفقه السياسي.

اتهم الماوردي بالاعتزال ولكن انتصر له تلميذه الخطيب البغدادي فدافع عنه ودفع عنه الادعاء، وتوفي في يوم الثلاثاء شهر ربيع الأول من سنة (٤٥٠هـ)، ودفن في مقبرة باب حرب، وكان قد بلغ (٨٦) سنة، و

صلى عليه الإمام الخطيب البغدادي.

يعد تفسير الماوردي "النكت والعيون" من أوجز التفاسير التي عنيت باللغة والأدب، ونقل فيه الآراء التفسيرية السابقة له، ولم يقتصر على نقلها بل نقدها؛ حيث أعمل الماوردي جهده ورأيه في شرح وتفسير الآيات، نافيا أن يكون فعله مما يعدّ تفسيراً بالهوى والرأي المنهي عنه. من أهم كتب الماوردي كتاب "أدب الدنيا والدين" الذي تناول فيه موضوعات أخلاقية ووعظية وإرشادية وفضائل دينية تناولها عمليا لا نظريا، وشمل الكتاب ملاحظات قيمة وأفكار وخطط وبرامج إصلاحية خلقيا واجتماعيا وسياسيا وتعليميا، وتناول الموضوعات تناولاً عقليا مازجا بين النقل والعقل.

وفي كتابه "الأحكام السلطانية" جمع الماوردي ما سبقه من إشارات وتلميحات في مسائل الفقه السياسي في هذا الكتاب، وأسس لنفسه إطاراً فكرياً سياسياً، مستندا في ذلك إلى المقارنة بين حجج وأدلة سابقه، محاولاً أن يكون عملياً في كتابه لتسير عليه السلطة التنفيذية.

ومن كتب الماوردي السياسية أيضاً كتاب "قوانين الوزارة"، وفيه تناول كل ما يخص الوزارة، ابتداءً من تعريفها وأنواعها، إلى مؤهلات الوزراء وعلاقتهم ببعضهم وبمن يرأسهم، وأشار في هذا الكتاب إلى أن أهم أهداف الوزراء هي تحقيق الأمن العام، والنماء والخصب الدائم، وسيادة العدل.

من أهم مؤلفات الماوردي: أدب الدنيا والدين، الأحكام السلطانية،

قانون الوزارة، سياسة أعلام النبوة، تفسير القرآن "النكت والعيون"، كتاب الحاوي الكبير، في فقه الشافعية في أكثر من عشرين جزءاً، كتاب نصيحة الملوك، كتاب قوانين الوزارة وسياسة الملك، كتاب التفسير، كتاب الإقناع، وهو مختصر كتاب الحاوي، كتاب أدب القاضي، كتاب أعلام النبوة، كتاب تسهيل النظر، كتاب في النحو، كتاب الأمثال والحكم.

أبو سهل القوهي . . الفلكي النابغة

القوهي من العلماء المسلمين الذين اشتهروا في الفلك والرياضيات في القرن الرابع الهجري/العاشر الميلادي، وهو "أبو سهل ويجن بن رستم القوهي" من "كوه" في جبال طبرستان، لكنه عاش في بغداد، ولما تولى شرف الدولة البويهى الحكم، قرَّبه وعينه سنة (٣٧٨هـ) رئيساً للمرصد الذي أسسه في بغداد، وطلب منه أن يقدم له دراسة عن رصده للكواكب السبعة من حيث مساراتها وتنقلها في بروجها.

كان القوهي من نوابغ علماء الفلك في القرن الرابع الهجري/القرن العاشر الميلادي؛ فقد وضع عدداً من الأرصاد التي كان يعتمد عليها في عصره، وانتقد بعض فرضيات علماء اليونان في الفلك، كما اشتهر بصناعة الآلات الرصدية.

وفي الرياضيات، اهتم القوهي بمسائل أرشميدس وأبولونيوس التي تؤدي إلى معادلات ذات درجة أعلى من معادلات الدرجة الثانية، ووجد حلاً لبعضها، كما ناقش شروط إمكانية ذلك. وتعد دراساته هذه

من أحسن ما كتب عن الهندسة عند المسلمين.

وأسهم القوهي في دراسة الأثقال، وكان له السبق في هذا المجال، حيث استخدم البراهين الهندسية لحل كثير من المسائل التي لها علاقة بإيجاد الثقل، وترك بحثاً قيماً في المبادئ التي تقوم عليها الروافع. ذكر كل من د. عبد الله الدفاع، والزركلي، عدداً من مؤلفات القوهي في الفلك والرياضيات، منها: "كتاب مراكز الأكر"، "كتاب الأصول على تحريكات أقليدس"، "كتاب صنعة الأسطرلاب بالبراهين"، "كتاب الزيادات على أرشميدس في المقالة الثانية"، "إخراج الخطين من نقطة على زاوية معلومة"، "تثليث الزاوية وعمل المسبع المتساوي الأضلاع في الدائرة".

ويقول د. عبد الله دفاع في كتابه "العلوم البحتة في الحضارة العربية الإسلامية": "إلا أن معظم مؤلفات القوهي قد ضاعت، ولم يعرف عنها إلا القليل من بعض الإشارات في المراجع اللاتينية"، وتوفي القوهي سنة (٤٠٥هـ).

مجدي يعقوب عبقري جراحات القلب في العالم

مجدي حبيب يعقوب، هو واحد من أشهر سته جراحين للقلب في العالم، وثاني طبيب يقوم بزراعة قلب بعد كريستيان برنارد، أجرى ما يقرب من (٢٥) ألف عملية خلال مشواره الطبي الطويل، منها (٢٥٠٠) عملية زراعة قلب كما أجرى العديد من العمليات الجراحية

المجانية في الدول النامية للمرضى الفقراء، وصلت أبحاثه العلمية لأكثر من (٤٠٠) بحث متخصص في طب وجراحة القلب والصدر، يرجع له الفضل في تدريب العديد من الأطباء الشبان من أجل توفير أجيال من الأطباء المهرة في مجال زراعة القلب، هذا بالإضافة لإسهاماته العديدة في ابتكار أساليب جديدة في مجال تقنيات وجراحات نقل القلب، انه الدكتور مجدي يعقوب جراح القلب المصري العالمي الذي كرمته الملكة إليزابيث ملكة بريطانيا ومنحته لقب سير ووسام فارس.

وُلد مجدى يعقوب عام (١٩٣٥م) في مدينة بلبس بمحافظة الشرقية، وحصل على بكالوريوس الطب من جامعة القاهرة، وعمل جراحاً نائباً في قسم عمليات الصدر في نفس مستشفى قصر العيني، ثم سافر لبريطانيا عام (١٩٦٢م) لاستكمال دراسته وحصل على درجة الزمالة الملكية في الجراحة من ثلاث جامعات بريطانية هي لندن وأدنبرة وغلاسكو وعمل باحثاً في جامعة شيكاغو الأمريكية عام (١٩٦٩م). ولمهارته الجراحية ترأس قسم جراحة القلب عام (١٩٧٢م) ثم عمل استاذاً لجراحة القلب في مستشفى برومتون في لندن عام (١٩٨٦م)، ثم رئيساً لمؤسسة زراعة القلب في بريطانيا عام (١٩٨٧م). وأخيراً استقر في عمله كاستاذ لجراحة القلب والصدر في جامعة لندن وارجع مجدي يعقوب عشقه لهذا التخصص الدقيق إلى والده والذي كان بدوره طبيب جراحة عامة، وكان يكن له الكثير من الإعجاب.

تمكن يعقوب من إجراء أول عملية جراحية لزراعة القلب عام

(١٩٨٠م)، وعكف بعد ذلك على إجراء هذه الجراحات على نفقته ونفقة المتبرعين لفترة من الزمن، حيث لم يكن هذا النوع من الجراحة منتشراً في هذا الوقت، ولم تكن تكاليف هذه العملية تخضع لنظام التأمين الصحي للمرضى، وقد نجح يعقوب نجاحاً باهراً في مجال زراعة القلب والرئة، ثم زراعة الاثنين في الوقت نفسه عام (١٩٨٦م).

وفيما يعد بداية ثورة طبية تفيد في علاج ملايين الأطفال قام الدكتور مجدي يعقوب بإجراء جراحة لزرع قلب جديد لطفلة بريطانية كانت تعاني تضخماً في القلب بنسبة (٢٠٠٪)، وخلال الفحص الدوري للطفلة اكتشف الأطباء أن القلب المريض عاد للنقبض مرة أخرى، بعد أن أسهم وجود القلب المزروع في استعادته لحجمه الطبيعي وتعافيه. ووفقاً لآراء الأطباء فإن حالة الطفلة قد تكون البداية لأسلوب جديد للعلاج، يقوم على زرع جهاز ميكانيكي لمساعدة القلب المريض حتى يتم الشفاء.

وساهم يعقوب في مركز هارفيلد لأبحاث أمراض القلب ببريطانيا، واستحدث أساليب مبتكرة للعلاج الجراحي لحالات هبوط القلب الحاد، كما عمل على تأسيس البرنامج العالمي لزراعة القلب والرئة، كما استمر كاستشاري لعمليات نقل الأعضاء، واستمر عمله في مجال البحوث الطبية وكتابة التقارير والمقالات العلمية، هذا بالإضافة لقيامه بممارسة الجراحة بعيادته الخاصة ببريطانيا.

استحق الدكتور مجدي يعقوب التكريم من أكثر من جهة، لجهوده الكبيرة وتأثيره الفعال في مجال جراحة القلب وابتكاره أساليب

جديدة في الجراحة، فحصل على لقب بروفيسير في جراحة القلب عام (١٩٨٥م)، وقامت ملكة بريطانيا بمنحه لقب "سير" عام (١٩٩١م)، كما فاز بجائزة الشعب عام (٢٠٠٠م) والتي قامت بتنظيمها هيئة الإذاعة البريطانية (BBC)، و انتخبه الشعب البريطاني ليفوز بجائزة الإنجازات المتميزة في المملكة المتحدة، كما حصل على عدد من الألقاب والدرجات الشرفية من عدد من الجامعات العالمية.

كما حصل الدكتور مجدي يعقوب على الميدالية الذهبية من المؤتمر العالمي لعلاجات القلب ببرشلونة عام (٢٠٠٦م) وحرصت الملكة الإسبانية "صوفيا" علي تسليمه الميدالية الذهبية بنفسها تقديراً من جانبها لتاريخه العلمي ولأعماله الخيرية التي يقوم بها حالياً بعد أن توقف عن إجراء جراحات زرع القلب.

أجرى الدكتور مجدي يعقوب العديد من العمليات الجراحية للمرضى من غير القادرين خاصة في بلده مصر وقام بتأسيس جمعية "جين أوف هوب" أو "سلاسل الأمل" (١٩٩٥م) التي سعى من خلالها لإجراء جراحات قلب للمرضى في الدول النامية.

زغول النجار: الجيولوجي الداعية

هو عالم وداعية إسلامي له العديد من الأبحاث في مجال الجيولوجيا واشتهر بأبحاثه في إعجاز القرآن الكريم.

ولد الدكتور زغول راغب محمد النجار في قرية مشاري، مركز بسيون بمحافظة الغربية في (١٧) نوفمبر عام (١٩٣٣م). حفظ القرآن

الكريم منذ الصغر على يد والده الذي كان يعمل مدرساً بإحدى مدارس المركز. وقد حرص الوالد دائماً على غرس القيم الدينية والأخلاقية في حياة أبنائه.. حتى إنه كان يعطي للأسرة درساً في السيرة أو الفقه أو الحديث على كل وجبة طعام.

يذكر الدكتور عن والده عادة غريبة في أثناء تسميعه القرآن لأبنائه؛ حيث كان يرد الخطأ حتى ولو كان في نعاس تام.. فلم يكن غريباً إذاً أن ينشأ الدكتور زغلول النجار بقلب متعلق بالإيمان بالله والدعوة في سبيله.

تدرج الفتى زغلول في مراحل التعليم حتى التحق بكليته، كلية العلوم بجامعة القاهرة في عام (١٩٥١م)، ثم تخرج في قسم الجيولوجيا بالكلية في عام (١٩٥٥م) حاصلاً على درجة بكالوريوس العلوم بمرتبة الشرف وكان أول دفعته.

عانى في شبابه.. حيث لم يُعَيَّن الدكتور زغلول - الحاصل على مرتبة الشرف وأول دفعته - معيداً بجامعة القاهرة، ومن ثمَّ التحق بعدة وظائف في الفترة ما بين (١٩٥٥م) إلى (١٩٦٣م)؛ حيث التحق بشركة صحارى للبتروول لمدة (٥) أشهر، ثم بالمركز القومي للبحوث (٥) أشهر أخرى.. حتى انضم إلى مناجم الفوسفات في وادي النيل (من إسنا إلى إدفو) لمدة (٥) أعوام؛ حيث أثبت الدكتور تفوقاً ملحوظاً، وتمَّ إنتاج الفوسفات في مناجم "أبو طرطور" في خلال (٦) أشهر فقط، وخرجت شحنات تجارية تقدر بمليارات الجنيهات.. ولم تنتج هذه المناجم

مثل هذه الكمية بعد ذلك حتى هذا الوقت. وفي احتفالية فريق العمل بمناجم الفوسفات بهذا الإنجاز، كانت الإشادة بتفوق الشاب زغلول النجار ودوره في هذا النجاح، وعرفه رئيس اتحاد العمال في كلمته قائلاً "عندنا شخصية جيدة تجمع العمال على قلب رجل واحد..."، ولكنه بدلاً من أن يلقي التكريم اللائق كشاب وطني نابغ في مهنته، "فصل" من وظيفته.. لنفس الأسباب السياسية الفكرية.. وهكذا..

لم يثبت الدكتور زغلول في وظيفة من أي من هذه الوظائف فترات طويلة.. وإنما الثبات كله كان في قلبه المتعلق بالإيمان المضحي في سبيل فكرته.. والتحق الدكتور زغلول بمناجم الذهب بالبرامية.. حتى لاحت له الفرصة للالتحاق بجامعة عين شمس معيداً بقسم الجيولوجيا بشرط عدم تلاحمه مع الطلاب أو التقصير في أي من محاضراته.. وبالفعل التزم الدكتور زغلول بهذه الشروط.. حتى كان يوم زيارة رئيس الحكومة في ذلك الوقت للجامعة.. وحيث إن الدكتور زغلول لم يُبلِّغ ولم يعلم من قبل بهذه الزيارة.. حافظ على محاضراته والتزم بتدريسها.. ففصل بعد سنة واحدة من تعيينه في الجامعة، فانتقل للعمل بمشروع للفحم بشبه جزيرة سيناء.

وفي عام (١٩٥٩م) لاحت أول انطلاقة حقيقية للدكتور زغلول النجار في إثبات ذاته، حيث دعي من جامعة الملك سعود بالرياض إلى المشاركة في تأسيس قسم الجيولوجيا هناك.

ومن المملكة السعودية استطاع السفر إلى إنجلترا.. وحصل

هناك على درجة "الدكتوراه في الفلسفة" في الجيولوجيا من جامعة ويلز ببريطانيا عام (١٩٦٣م)، ثم رشحته الجامعة.. لاستكمال أبحاث ما بعد الدكتوراه من خلال منحة علمية من جامعته. ويذكر الدكتور زغلول أنه حينما حاولت إدارة البعثات المصرية الرفض، بعث أستاذه الإنجليزي الذي كان نسيباً لملكة بريطانيا بخطاب شديد اللهجة إلى البعثات قال فيه: إنه لا يوجد من يختلف على أن الدكتور زغلول هو أحق الدارسين بهذه المنحة التي تمنح لفرد واحد فقط، وهدد أن بريطانيا لن تقبل أي طالب مصري بعد ذلك إذا لم يقبل الدكتور زغلول في هذه المنحة.. فبالطبع كانت الموافقة.

فاروق الباز .. عاشق الصحراء الأول

واحد من أشهر علماء الفضاء في العالم، حقق العديد من الإنجازات والاكتشافات العلمية الهامة، وتقلد أرفع المناصب العلمية حتى بلغ مكانة دولية مرموقة، إنه العالم المصري الدكتور فاروق الباز الذي نبغ في علم جيولوجيا القمر وأعطى الصحراء اهتماما خاص فراح يفتش عن كنوزها ويكشف أسرارها في دراساته العديدة فكان بحق عاشق الصحراء الأول.

ولد فاروق الباز في الأول من يناير عام (١٩٣٨م) في إحدى القرى المصرية لأسرة بسيطة الحال، وكان والده أول من حصل على التعليم الأزهري في قريته، وكانت والدته رغم بساطتها تمتلك ذكاء فطريا،

جعلهما يدركان ما يتمتع به الطفل الصغير من نبوغ، فتوقعا له مستقبلا باهرا، أما هو فكان يتمنى أن يكون طبيبا جراحا للمخ، ولكن من حسن حظ "الفضاء" أن مجموعته في الثانوية العامة لم يؤهله للالتحاق بكلية الطب، فالتحق بكلية العلوم قسم (كيمياء - جيولوجيا) جامعة عين شمس، والغريب أن العلوم لم تدخل في إطار طموحات د. فاروق الباز قبل التحاقه بالكلية، وكان الدافع الوحيد لديه أنها كانت الكلية الأقرب إلى مكان سكنه.

وبعد حصوله على شهادة البكالوريوس عام (١٩٥٨م)، حصل على منحة لاستكمال دراسته بالولايات المتحدة، وحصل على شهادة الماجستير في الجيولوجيا من معهد علم المعادن بولاية ميسوري الأمريكية عام (١٩٦١م)، ثم شهادة الدكتوراه في علم التكنولوجيا الاقتصادية عام (١٩٦٤م).

كان أمل د. فاروق الباز أن ينفع بلده بعلمه، لكن تأتي الرياح بما لا تشتهي السفن؛ حيث حالت البيروقراطية دون إنشائه معهد للجيولوجيا، ليس هذا فحسب وإنما اضطرتته أيضا إلى العمل في معهد لم يسمع به من قبل، ولكن تشاء الأقدار أن يلتقي بأحد أصدقائه الفيزيائيين، وكان حاصلاً على الهندسة النووية من روسيا، واضطر إلى تدريس مادة الصوت والضوء في نفس المعهد الذي قدم إليه د. الباز أوراقه، ونصحه بعدم استلام عمله حتى لا يفقد كل شيء، فسحب الباز، أوراقه بعد دقائق من تقديمها إلى إدارة المعهد.

وبدأ رحلته بالسفر إلى الولايات المتحدة عام (١٩٦٦م) وكانت رحلة شاقة نظرا لوصوله بعد بدء العام الدراسي فلم تقبله أي جامعة، فأخذ يبعث طلبات التحاق إلى شركات عديدة، حتى بعثت إليه وكالة الفضاء الأمريكية "ناسا" للانضمام إلى فريقها الجيولوجي.

ولم يكن د. الباز يتوقع أنه سيكون له شأن عظيم في "ناسا" فلم يكن يعرف وقتها شيئا عن جيولوجيا القمر، ولكنه استطاع بالبحث والدراسة أن يعرف كل شيء، حيث عكف طوال ثلاثة أشهر كاملة على دراسة أكثر من (٤٣٠٠) صورة للقمر، اكتشف خلالها أن هناك ما يقرب من (١٦) مكانا مختلفا تصلح للهبوط على سطح القمر، وبذلك أوكلت له مهمتين رئيسيتين في رحلة اكتشاف الفضاء "أبوللو" عام (١٩٦٧م) إلى عام (١٩٧٢م)، وهما اختيار مواقع الهبوط على سطح القمر، وتدريب طاقم رواد الفضاء على وصف القمر بطريقة جيولوجية علمية، وجمع العينات المطلوبة، وتصويره بالأجهزة الحديثة المصاحبة.

وقد ادخله نجاح أبوللو التاريخ من أوسع أبوابه، فقد ظل اسمه هو الشغل الشاغل للصحافة ووسائل الإعلام وقتها، لذلك تم اختياره في عام (١٩٧٣م) ككبير للمحققين في المراقبة الأرضية وتجارب التصوير الفوتوغرافي الخاص بالمشروع أبوللو سويز (١٩٧٥م)، والذي كان هدفه تصوير المناطق الصحراوية في العالم، وبخاصة صحراء شمال أفريقيا وشبه الجزيرة العربية، وكان هذا البرنامج أمريكيا سوفيتيا مشتركا.

النشائي: ثورة جديدة في علم الطبيعة

د. محمد النشائي، رحلة طويلة مليئة بالنجاحات والإنجازات ،
والعقبات أيضاً.

فمن مصر حيث نشأ إلى قمة مؤسسة سولفاى للطبيعة ببليجيكا ، اجتاز آلاف الأميال. ارتبطت حياته بتاريخ بلده .. مصر، فبعد قيام ثورة يوليو تبدلت أحوال عائلته، حيث تقاعد والده من عمله كضابط بالجيش ، وقررت أمه أن تصطحب أخيه الأكبر في سفره لدولة الكويت ، وهنا ارتأى والده ضرورة سفر ابنه ذي الخمسة عشر عاماً لألمانيا كي يستكمل تعليمه هناك. وكان قرار والده المفاجئ على غير رغبة منه، ولم يكن هذا هو الشيء الوحيد الذي فعله عالمنا الشهير الدكتور محمد صلاح النشائي، على غير رغبته ، فقد أصر والده أيضاً على أن يلتحق ابنه بكلية الهندسة، في وقت كان هو نفسه يرى مستقبله مستقبلاً فناناً. كان والده لا يميل أن يردد عليه عبارة: "إما أن تصبح مهندساً أو أن تصبح حماراً، وبخفة دمه الملحوظة يقول ولأنني لا أريد أن أكون حماراً، التحقت بكلية الهندسة، فقد كان أبى على قناعة كاملة بأن الفن والأدب ليسا إلا هواية، ولا ينبغي لهما أن يكونا أكثر من ذلك.

ومرة أخرى يجبره والده على التخلي عن دراسة الهندسة المعمارية التي رأى فيها عوضاً عما فاتته في دراسة الفن والأدب، طالباً منه أن يدرس الهندسة المدنية.

درس النشائي الهندسة المدنية دون حماس، وبعد تخرجه من

جامعة هانوفر الألمانية في عام (١٩٦٨م)، عمل قرابة ثلاث سنوات في بعض الشركات العاملة في مجال تصميم الشوارع والكباري إلى أن جاء يوم تحدث إليه أستاذه ناصحاً باستكمالته لدراسته الأكاديمية، على أن يكون ذلك في أمريكا، واستجاب المنشائي، إلا أنه قرر الذهاب لإنجلترا بدلاً من أمريكا، وهناك حول مساره من دراسة الهندسة الإنشائية لدراسة الميكانيكا التطبيقية. وقد غاص في هذا العلم باحثاً عن الأسس التي قام عليها، لينال درجة الماجستير والدكتوراه في هذا التخصص من جامعة لندن.

عمل المنشائي محاضراً في جامعة لندن بعد حصوله منها على درجة الدكتوراه لمدة سنتين، سافر بعدها للمملكة العربية السعودية ليعمل مدرساً في جامعة الرياض، ومديراً عاماً للمشاريع بالمركز الوطني للعلوم والتكنولوجيا لمدة أربع سنوات، تمكن خلالها من الحصول على درجة الأستاذية، ومن هناك سافر إلى أمريكا ليلتحق بالعمل في معامل لاس آلاموس، وكانت هذه بداية الخروج من محيط الهندسة، حيث بدأ في الاهتمام بالعلوم النووية... وفي هذه الفتي أثناء، ظهر علم جديد يطلق عليه "الشواش" أو الفوضى، وهو علم يدرس في القواعد الرياضية والتطبيقات الفيزيائية للنماذج العشوائية.

وجد المنشائي نفسه مشدوداً إلى العلم الجديد، وقرر أن يدرسه قبل أن يلتحق بجامعة نيومكسيكو للعمل كأستاذ فوق العادة لمدة عامين، عمل بعدها بجامعة كورنيل كأستاذ بقسم علوم الفضاء والطيران.

تخصص النشائي في دراسة علم "الفوضى المحددة" ، وفي هذه الفترة تقابل مع العالم البريطاني السير هيرمان الذي قدم له الفرصة ليلتحق بجامعة كمبريدج البريطانية العريقة. ولم يكن تعيينه في كمبريدج أمر سهل، حيث قابل صعوبات عديدة خاصة وأن تخصصه الأساسي كان الهندسة، وأكثر من (٩٩٪) من المشتغلين معه في القسم من علماء الطبيعة مما جعله يشعر بالغبرة.

ولكن تحت إصراره ورغبته في ألا يخذل الرجل الذي عينه بالقسم على الرغم من أنه مسلم ومصري واسمه محمد ، بدأ في الاطلاع على ما يتم من حوله، حيث كان أكثر من (١٠٠) عالم يشتغلون على ما يسمى نظرية (الأوتار الفائقة) وهي نظرية تهدف إلى توحيد نظرية النسبية مع نظرية الكم على مستوى علم الميكانيكا والذرة.

وكانت المفاجأة أن دراسته للهندسة وعلم الفوضى قد أفادوه كثيرا في هذا المجال المعروف الآن بفيزياء الجسيمات عالية الطاقة. وهناك نجاح النشائي في أن يحضر لاسمه بأحرف من ذهب، حيث استطاع بعد قيامه بالعديد من التجارب والأبحاث تصحيح بعض الأخطاء والمفاهيم العلمية التي حوتها نظرية النسبية العامة لأينشتاين، ودمج نظريته الشهيرة مع نظرية الكم في نظرية واحدة، أطلق عليها نظرية "القوى الأساسية الموحدة".

وظل النشائي يعمل كأستاذ بقسم الرياضيات والطبيعة النظرية بجامعة كمبريدج ببريطانيا لمدة (١١) عاماً، نجح خلالها في تأسيس

أول مجلة علمية في العلوم غير الخطية وتطبيقات العلوم النووية،
وتصدر هذه المجلة في ثلاث دول هي أمريكا وإنجلترا وهولندا.

الصوري

الصوري أسلوب علمي فريد في وصف النباتات.

هو رشيد الدين بن أبي الفضل بن علي الصوري، ولد في مدينة
"صور" على الساحل اللبناني سنة (٥٧٣هـ). ثم انتقل إلى بيت المقدس،
واتصل فيها بالملك العادل الأيوبي الذي اصطحبه إلى مصر وأدخله في
خدمته. ثم عينه الملك الناصر فيما بعد رئيساً للأطباء.

كان الصوري طبيباً وعالم نبات مشهوراً، ونبغ في الصناعة الطبية
والأبحاث على النباتات، فعرف منافعها ومضارها. وكان الصوري
مولعاً بالتلقيب عن الحشائش وأنواع النبات مدققاً في وصفها، وكان
يصطحب معه مصوراً، ويعاين الأصباغ على اختلافها بعد أن يتوجه
إلى المواضع التي منها يخرج النبات، فيريه للمصور، فينظر لونه
ومقدار ورقه وأغصانه وأصوله ويصور بحسبها.

من أشهر كتب الصوري "الأدوية المفردة" ذكر فيه أدوية اطلع
عليها وعرف منافعها ولم يذكرها الذين سبقوه. وذكر الصوري في
هذا الكتاب أكثر من خمسمائة دواء يمكن تحضيرها من أصول نباتية
وحيوانية ومعدنية.

وتتج عن هذه الطريقة المبتكرة، أن كان كتاب الصوري "الأدوية

المفردة" مرجعاً مصوراً بالألوان للنباتات، مما يعطي هذا الكتاب أهمية خاصة، إذ يكون النبات الواحد في مراحل مختلفة، لا يمكن اجتماعها في وقت واحد.

توفى الصوري سنة (٦٣٩هـ).

أهم كتبه: "كتاب الأدوية المفردة".

ابن النقيب

ابن النقيب عالم بالحساب والهندسة والموسيقى هو خليل بن أحمد بن خليل غرس الدين المعروف بابن النقيب. طبيب عالم بالحساب والفلك، عارف بالهندسة.

ولد ابن النقيب في حلب بسورية سنة (٩٠٠هـ). وتلقى تعليمه الأولى فيها، ثم استكمل تحصيله في المعاهد المصرية بالقاهرة. وتوجه إلى العاصمة العثمانية "الآستانة" (اسطنبول حالياً) حيث عمل هناك، وأقام حتى أواخر أيامه. اشتغل ابن النقيب بتركيب معدات الرصد الفلكي، ومراقبة الكواكب، وكان ماهراً في تصميم الآلات الفلكية كالإسطرلاب. ألف ابن النقيب "زيجاً" أي جداول فلكية لبيان حركة الكواكب والنجوم، لصناعة قوانين حسابية، وجداول رياضية فيما يخص كل كوكب من حيث الحركة، والسرعة، والبطء، وغيرها. وقد استعمل هذا الزيج الدقيق، العلماء المعاصرون لابن النقيب ومن أتى بعدهم.

من أشهر كتب ابن النقيب، كتاب "تذكرة الكتاب في علم

الحساب"، و"رسالة في العمل بالربع المجيب" وكتاب "في الفرائض"،
و"رسالة" في معرفة القبلة بربع المقنطرات"، وله نظم حسن.
توفى بالقسطنطينية سنة (٩٧١هـ).
أشهر كتبه:

- تذكرة الكتاب في علم الحساب.
- رسالة في العمل بالربع المجيب.
- في الفرائض.

الحاسب

الحاسب حل المسائل الحسابية بطريقة مبتكرة.

هو أبو كامل شجاع بن أسلم بن محمد بن شجاع الحاسب.
مهندس وعالم بالحساب. عاش في مصر وتوفي بها سنة (٣٤٠هـ).
وأعطى الحاسب علم الجبر دفعة جديدة بعد الخوارزمي، في كلا
جانبيه النظري والعملي.

بلغ جبر الحاسب مستوى نظرياً عالياً، وعلى الرغم من اتجاهه
الحسابي فإنه لا يخلو من استعمال البراهين الهندسية، وهذا ينم عن
عبقرية فذة. اعتمد كثيراً على كتب الخوارزمي، وأوضح بعض القضايا
فيها، كما أضاف إليها طريقة لضرب وقسمة الكميات الجبرية، وجمع
وطرح الأعداد الصم. وأوجد أيضاً مساحات وحجوم بعض الأشكال
الهندسية.

من أهم كتبه "الجمع والتفريق" وهو يبحث في أصول حل المسائل

الحسابية، وكتاب "كمال الجبر وتمامه والزيادة في أصوله" وكتاب "المساحة والهندسة"، وكتاب "الطير" الذي درس فيه أساليب الطيران.

تعرض الحاسب في مؤلفاته إلى مسائل كثير حلها بطريقة مبتكرة لم يسبقه إليها أحد، كما أن له دراسات جبرية عن الأشكال الخماسية وذات الأضلاع العشرة.

بقي الحاسب مرجعاً لبعض علماء أوروبا حتى القرن الثالث عشر الميلادي، إذ أن له السبق في حل المعادلة من الدرجة الرابعة والمعادلات الجبرية التي تحتوي على ثلاثة أو أربعة أو خمسة مجاهيل.

من مؤلفاته:

- الجمع والتفريق.
- المساحة والهندسة.
- كمال الجبر وتمامه والزيادة في أصوله.
- الطير.

المغربي

المغربي مهد لاكتشاف علم الجبر.

هو السموئل بن يحيى بن عباس المعروف بالمغربي مهندس رياضي، عالم بالطب والحكمة، أصله من المغرب وسكن بغداد مدة، ثم انتقل إلى فارس، وكان يهودياً فأسلم. نشأ المغربي في بيئة علمية، فقد كان والده من علماء الرياضيات ومن ثم فقد شجعه على دراستها درس

المغربي كتاب "الأصول" لإقليدس وكتاب "البديع في الجبر" للكرخي، كما درس معادلات الجبر التي ابتكرها أبو شجاع بن أسلم الحاسب المصري. وطور طريقة تحليلية في علم الجبر، التي مهدت لاكتشاف علم الجبر الحديث.

استطاع المغربي أن يؤلف كتاباً في الرياضيات أطلق عليه "الباهر في الجبر" وهو في التاسعة عشرة من عمره. يقع الكتاب في أربعة أجزاء، يعرض الجزء الأول منه العمليات الرياضية التي تجري على كثيرة الحدود لمجهول واحد، بينما يتناول الجزء الثاني منه معادلات الدرجة الثانية، أما الجزء الثالث من الكتاب، فقد خصصه المغربي لشرح الكميات غير القياسية، وانفرد الجزء الرابع بتطبيق الأسس الجبرية على عددٍ من المسائل الرياضية.

يعد المغربي أيضاً من مشاهير أطباء الأمة الإسلامية في القرن الثاني عشر الميلادي، وقد مارس الطب والصيدلة معاً. من أشهر كتب المغربي، كتاب "إعجاز المهندسين" وكتاب "الموجز في الحساب"، وكتاب "في المياه"، وكتاب "المفيد الأوسط في الطب". قدم المغربي الكسور العشرية في كتابه القوامي في الحساب الهندي. توفي في المراغة بأذربيجان سنة (٥٧٠هـ).

أشهر كتبه:

- القوامي في الحساب الهندي.
- الباهر في الجبر.
- في المياه.

- إعجاز المهندسين.
- الموجز في الحساب.
- المفيد الأوسط في الطب.

ابن حمزة المغربي

ابن حمزة المغربي وضع الأساس الذي قامت عليه اللوغاريتيمات. هو علي بن ولي بن حمزة المغربي، ولد في الجزائر واشتهر ببراعته في الرياضيات.

لا يعرف تاريخ ميلاده أو وفاته، ولكنه عاش في القرن السادس عشر الميلادي. نشأ ابن حمزة في الجزائر، واستكمل تحصيله العلمي في اسطنبول. وعرف ابن حمزة بعلم الحساب، فكان من المدرسين المتميزين في هذا المجال.

من أشهر كتب ابن حمزة، كتاب "تحفة الأعداد في الحساب" الذي قدم فيه عدداً من النظريات المتعلقة بعلم الأعداد والعلاقة ما بين المتواليات الحسابية والهندسية. واتبع ابن حمزة في تبويب هذا الكتاب الطريقة الحديثة، فقد بحث في المسائل الحسابية التي يستعملها الناس كل يوم، كما تعرض فيها للمسائل التي تدور حول المساحات والحجوم. شكلت بحوث ابن حمزة الأساس الذي قامت عليه اللوغاريتيمات، على الرغم من أن علماء الغرب يصرون على أن العالم الاسكتلندي جون نابيير الذي عاش بين عامي (١٥٥٠ - ١٦١٧م) هو المبتكر الحقيقي

لعلم اللوغاريتمات، وأنكروا دور ابن حمزة المغربي تماماً.
من مؤلفات ابن حمزة المغربي أيضاً كتاب "تحفة الأعداد لذوي
الرشد والساد" الذي يعد من المصادر الهامة لعلم الحساب.
كان ابن حمزة من العلماء الذي يتحرون الدقة والصدق في الكتابة،
والأمانة في النقل حيث كان ينسب كل مقالة أو بحث إلى صاحبه.
أهم كتبه:

- تحفة الأعداد في الحساب.
- تحفة الأعداد لذوي الرشد والساد.

ابن الهائم

ابن الهائم من أشهر علماء الإسلام في الجبر هو أبو العباس
شهاب الدين أحمد بن عماد الدين بن علي المعروف بابن الهائم
المصري. ولد في القاهرة سنة (٧٥٣هـ).

ثم انتقل إلى القدس حيث عمل مدرساً، كما عمل فترة في الإفتاء.
ويعد ابن الهائم من كبار علماء الرياضيات في مصر القرن الرابع عشر
الميلادي. بدأ ابن الهائم بإلقاء المحاضرات في الرياضيات، وحسابات
تقسيم الميراث على طلابه في المسجد الأقصى بالقدس، فذاع صيته
بين علماء عصره، واعتبر من أشهر علماء الإسلام في الجبر والمقابلة.
ولابن الهائم رسالة مبسطة لعمليات ضرب الأعداد ببعضها،
وشرح ذلك في أشهر كتبه "رسالة اللمع في الحساب". ويتألف هذا

الكتاب من مقدمة وثلاثة أبواب، تضم ضرب الأعداد الصحيحة وقسمتها، وكذلك الكسور، بالإضافة إلى طرق جديدة غير مسبوقة في حل كثير من العمليات الحسابية. وقد ترجم الكتاب إلى اللغة اللاتينية، وصار مرجعاً لمدة طويلة في أوروبا خلال عصر النهضة.

من كتب ابن الهائم أيضاً، كتاب "الإقرار بالمجهول في الجبر والمقابلة"، و"رسالة المسمع في شرح المقنع"، وكتاب "منظومة الفرائض" وكتاب "مرشد الطالب إلى أسنى المطالب"، و"النزهة"، و"كفاية الحفاظ - ألفية في الفرائض" و"البيان في تفسير القرآن". و"المهمة في علم ميراث الأمة". توفي ابن الهائم بالقدس سنة (٨١٥هـ).

أبرز مؤلفاته:

- كتاب الإقرار بالمجهول في الجبر والمقابلة.
- كتاب رسالة اللع في الحساب.
- كتاب رسالة المسمع في شرح المقنع.
- كتاب البيان في تفسير القرآن.

العددي

العددي علم ترجمت مؤلفاته إلى اللغات الأجنبية.

هو أحمد بن محمد بن عثمان الأزدي، أبو العباس ابن البناء العددي. أحد علماء الرياضيات المعروفين في القرن الرابع عشر الميلادي. ولد في مراكش سنة (٦٥٤هـ). وتعلم على يد أشهر العلماء

في ذلك الوقت.

اهتم بالبحث في الأعداد التامة والزائدة، والناقصة، والكسور، والجذور، والتناسب، ومسائل الإرث. استنبط علامة وضع الجذر التربيعي، بعد أن احتار علماء الحساب في أمرها زمناً طويلاً، كما ابتكر أيضاً الابتداء في الجمع، والطرح من اليمين بدل اليسار كما كان سائداً! من أشهر كتب ابن البناء العددي، كتاب تلخيص أعمال الحساب الذي احتوى على أفكار رياضية مبتكرة، ومنها بحوث مستفيضة عن الكسور، وقواعد لجمع مربعات الأعداد ومكعباتها، وقاعدة لحل المعادلات ذات الدرجة الأولى. من مؤلفات العددي أيضاً، كتاب "الأصول والمقدمات في الجبر والمقابلات"، وكتاب "اليسارة في تقويم الكواكب السيارة"، وكتاب "أحكام التجويد"، وكتاب "رسالة في الجذور الصم جمعها وطرحها"، وكتاب "رسالة في علم الحساب"، وكتاب "رسالة في كروية الأرض".

ترجم الكثير من كتب ابن البناء العددي إلى اللغات الفرنسية والإيطالية والإسبانية.

توفي ابن البناء في مراكش سنة (٧٢١هـ).

أشهر كتبه:

- الأصول والمقدمات في الجبر والمقابلات.
- اليسارة في تقويم الكواكب السيارة.
- رسالة في كروية الأرض.

العالمي

العالمي عالم له دور مهم في تطوير علم الحساب.

هو بهاء الدين العالمي هو محمد بن حسين بن عبد الصمد الحارثي العالمي بهاء الدين. ولد في بعلبك بלבنا سنة (٩٥٣هـ)، ولقب بالعالمي نسبة إلى جبل عامل في لبنان. كان عالماً في الرياضيات والفلك. زار عدداً كبيراً من البلاد، وتعلم على أشهر علمائها المتخصصين، ومن هذه البلاد: المملكة العربية السعودية، ومصر، والقدس، ودمشق، وحلب. كان لبهاء الدين العالمي دورا واضح في تطوير علم الحساب إلى الحالة المعاصرة، حيث قدم ابتكارات في أشكال الأرقام، فقد ورد الصفر في مؤلفاته على شكل حلقة صغيرة.

من أشهر كتب بهاء الدين العالمي، كتاب "الخلاصة في الحساب" الذي ترجم إلى عدد كبير من اللغات منها: الألمانية، والفرنسية. وتضمن هذا الكتاب، بحثاً في مساحات سطوح الأجسام المختلفة كالكرة والمخروط وغيرهما، كذلك شرح فيه العالمي قياس الارتفاعات، وعروض الأنهار، وأعماق الآبار، واستخراج المجاهيل باستخدام علم الجبر، وإيجاد الجذر الحقيقي للمعادلة الجبرية. قدم بهاء الدين العالمي أفكاراً جديدة فيما يتعلق باستخراج الجذور، وحسابات الكسور، وطرق حل المسائل الرياضية. اهتم أيضاً بعلم الفلك: كتاب "رسالة الهلالية" وكتاب "تشریح الأفلاك" وكتاب "الرسالة الإسطرلابية". وله: "العروة

الوثقى في التفسير" ، و"الفوائد الصمدية في علم العربية" ، و"الحبل المتين" ، و"أسرار البلاغة".

توفى بهاء الدين العاملي سنة (١٠٣١هـ).

أهم مؤلفاته:

- الخلاصة في الحساب.
- تشريح الأفلاك.
- رسالة الهلالية.
- الرسالة الإسطرلابية.
- العروة الوثقى في التفسير.
- الفوائد الصمدية في علم العربية.

القلصادي

القلصادي نبغ في الحساب والجبر.

هو أبو الحسن علي بن محمد بن علي القرشي البسطي المعروف بالقلصادي، ولد ببسطة بالأندلس سنة (٨١٥هـ). نبغ في العلوم الرياضية خاصة الحساب والجبر.

يعد القلصادي من أوائل الذين استخدموا الرموز، والإشارات، والعلامات الجبرية التي ما زالت تستعمل حتى الوقت الحاضر، وذلك في كتاب كشف الأسرار عن علم الحساب. وقد ترجم هذا الكتاب إلى اللغة اللاتينية.

أنكر علماء الغرب فضل القلصادي ونسبوا ابتكار الرموز والإشارات الجبرية إلى العالم الفرنسي فرانسيس فيته خطأ، وهو الذي أتى بعد القلصادي بما يقرب من نصف قرن. قام القلصادي بتأليف كتاب "تلخيص أعمال الحساب" وهو يتكون من جزأين: أحدهما يحتوي على العمليات الحسابية البسيطة التي يحتاج لها الإنسان في حياته اليومية. أما الجزء الثاني: فقد أعطى فيه براهين للأعداد التامة والناقصة والمتواليات الحسابية والهندسية. ابتكر القلصادي طرقاً جديدة القيم التقريبية للجذور الصم، وكذلك طور في كتابة الكسور الاعتيادية والعشرية حتى توصل بها إلى الشكل الذي تكتب به في الوقت الحاضر، وأبدع في نظرية الأعداد، وقام بتبسيط العمليات الحسابية. توفي القلصادي بباجه في تونس سنة (٨٩١هـ).

أشهر مؤلفاته:

- كتاب كشف الأسرار عن علم الحساب.
- كتاب تلخيص أعمال الحساب.

الموفق

الموفق عالم تحضير الأدوية بالتقطير والتصعيد.

هو أبو منصور الموفق بن علي الهراوي، برع في الصيدلة وابتكار الأدوية التي تفيد في علاج الناس.

اهتم الموفق بالأمر التي تتعلق بحياة الناس اليومية، مثل الحصول

على مادةٍ لاحمةٍ للعظام أو المواد التي تستخدم لصبغ الشعر وغيرها.
ذكر الموفق بأن الجبس ينتج بتسخين نوع من الجبر، وإذا خلط
بزلال البيض تنشأ مادة لصقٍ قوية تفيد في علاج كسور العظام.
أما بالنسبة لصبغ الشعر، فقد أخذ الموفق قليلاً من النحاس
وعرضه للهواء، كي يحصل على أكسيد النحاس الأخضر ثم سخنه
بشدة فتحول إلى مادةٍ سوداء، أمكن استخدامها لتكسب الشعر لوناً
أسوداً لامعاً.

يعد الموفق أول من فرق بين كربونات الصوديوم وكربونات
البوتاسيوم. كما بحث في خواص الزئبق لأهميته العلمية، وكذلك تطرق
لتحضير الأدوية بالتقطير والتصفيد. وقدم دراسة متكاملة لعملية
تقطير مياه البحر، والحصول على مياه صالحة للشرب.
من أشهر كتب الموفق كتاب "الأبنية في حقائق الأدوية". وقد قسم
فيه الأدوية إلى أربع مجموعات حسب أفعالها وتأثيراتها، ويتضمن هذا
الكتاب أكثر من خمسمائة دواء، ومن ثم فهو مرجع هام للصيدلي
والكيميائي على السواء.
أشهر كتبه: "كتاب الأبنية في حقائق الأدوية".

ابن البيطار

ابن البيطار أعظم الصيادلة في الإسلام وإمام النباتيين وعلماء
الأعشاب هو أبو محمد عبد الله بن أحمد بن البيطار، ولد في مالقة
بالأندلس، ويعد ابن البيطار أشهر علماء القرن الثالث عشر الميلادي،

وأعظم علماء النبات والصيدلة في الإسلام. دخل ابن البيطار في خدمة الملك الكامل محمد بن أبي بكر أيوب في مصر، فوثق به واعتمد عليه في المسائل الطبية والأدوية، وجعله رئيساً على سائر العشابين. عرف ابن البيطار الكثير من أنواع النباتات ودرس خصائصها. ثم دون ذلك كله في كتاب ضخيم أسماه "الجامع لمفردات الأدوية والإغذية"، وهو يحتوي على العديد من الأدوية، والفوائد الطبية لجميع النباتات التي ذكرها، وكيفية استعمالها كغذاء ودواء، إضافة إلى ما قام به ابن البيطار من اختبارات وتجارب في تركيبها. كما وصف في كتابه "الجامع لمفردات الأدوية والأغذية" نحو (١٥٠٠) صنفاً من الأدوية المختلفة بين معدني ونباتي وحيواني، منها (٣٣٠) صنف جديد لم يتناولها كتاب في الصيدلة من قبل. يعد هذا الكتاب بحق معجماً طبياً علاجياً، وقد ترجم إلى اللاتينية والفرنسية والألمانية، واعتمد عليه علماء النبات والعقاقير في أوروبا.

ولابن البيطار أيضاً كتاب "المغني في الأدوية المفردة" وهو بحث، مختصر في الأدوية مرتب حسب مداواة الأعضاء المريضة، ويتناول علاج جميع أعضاء الجسم. وله أيضاً: "ميزان الطبيب"، و"الإبانة والإعلام بما في المنهاج من الخلل والأوهام". كان ابن البيطار يتنقل بين البلاد يجمع النباتات لدراستها، فقد جاب الجزائر، وتونس، ومصر، وسورية، وآسيا الصغرى، باحثاً عن الأعشاب في موطنها. توفي ابن البيطار في دمشق سنة (٦٤٦هـ).

أشهر مؤلفاته:

- الإبانة والإعلام بما في المنهاج من الخلل والأوهام.
- الجامع لمفردات الأدوية والأغذية.
- المغني في الأدوية.
- ميزان الطبيب.

القزويني

القزويني صاحب كتاب "عجائب المخلوقات وغرائب الموجودات".
هو زكريا بن محمد بن محمود القزويني من سلالة أنس بن مالك الأنصاري التجاري، مؤرخ جغرافي من القضاة، ولد في قزوين سنة (٦٠٥هـ).

واشتغل بالقضاء مدة، ولكن عمله لم يبعده عن التأليف في المجالات العلمية. فقد شغف بالفلك، والطبيعة، وعلوم الحياة، ولكن أعظم أعماله شأنًا هي نظرياته في علم الرصد الجوي. وكذلك تحدث القزويني عما بين السماء والأرض من الشهب، والغيوم، والرياح، والصواعق، والأمطار، والثلوج. وأشهر مؤلفات القزويني كتابه المعروف "عجائب المخلوقات وغرائب الموجودات"، وفيه يصف السماء وما تحوي من كواكب وأجرام وبروج، وحركاتها الظاهرية وما ينجم عن ذلك كله من اختلاف فصول السنة. كما تحدث القزويني عن الأرض، وجبالها، وأوديتها، وأنهارها، وكذلك اليابسة وما فيها من جمادٍ، ونباتٍ، وحيوانٍ،

وقد رتب كل ذلك ترتيباً أبجدياً دقيقاً.

وللقزويني أيضاً كتاب "آثار البلاد وأخبار العباد"، تضمن خواص البلاد وتأثير البيئة على السكان، والحيوان، والنبات، وأخبار الأمم وتراجم العلماء والأدباء والسلاطين، وتحدث القزويني عن كواكب عطارد، والزهرة، والمريخ، والمشتري، وزحل، وعن كسوف الشمس، وخسوف القمر، والخسوف الكلي والجزئي، وربط بين حركتي المد والجزر وتحركات القمر.

توفى القزويني سنة (٦٨٢هـ).

أهم مؤلفاته:

- عجائب المخلوقات وغرائب الموجودات.
- آثار البلاد وأخبار العباد.

قاضي زاده

قاضي زاده أدار جامعة للتكنولوجيا هو موسى بن محمد بن القاضي محمود الرومي، المعروف باسم صلاح الدين قاضي زاده، ولد في مدينة برُوسه بغرب تركيا وهو أحد العلماء المسلمين المشهورين في مجالي الفلك والرياضيات.

عهد إليه سلطان سمرقند إكمال المرصد الفلكي هناك، ثم عينه مديراً لأول جامعة تكنولوجية تنشأ في ذلك الوقت. وكان قاضي زاده يلقي فيها محاضرات عامة في الرياضيات والفلك للطلاب والمدرسين

معاً، وقد كان منهجه يجمع بين التفكير الرياضي والتجربة التطبيقية. أنجز "زيج أولغ بيك" وهو عبارة عن جدولٍ فلكي رياضي يتضمن تحديداً لمواقع النجوم بدقة عاليةٍ مقاسة بالدرجات والدقائق. اشتهر بالأرصاد الفلكية وابتكار أساليب جديدة لحساب مواعيد الخسوف والكسوف، والحركات الظاهرية للشمس، وحركات القمر والكواكب السيارة المعروفة في ذلك الوقت. وقام بتبسيط بعض القوانين الفلكية لجعلها سهلة الفهم وميسورة لتلاميذه، كما صاغ تعريفاً لعلم الفلك، وهو: علم الفلك يبحث عن أحوال الأجرام الفضائية البسيطة العلوية والسفلية من حيث الكمية والكيفية والوصفية والحركة اللازمة لها، وما يلزم منها.

درس النجوم وحركاتها كما راقب ميل الشمس، ووضع جداول لحركة كل كوكبٍ بالنسبة لموقع الكواكب في أفلاكها، كما اهتم بمعرفة تواريخ الشهور والأيام والتقويم المختلفة.

توفى عام (٨٤٠هـ).

أهم أعماله:

- عين مديراً لأول جامعة تكنولوجية.
- أنجز زيغ أولغ بيك.
- درس النجوم وحركاتها.

ابن يونس

ابن يونس رصد كسوف الشمس وخسوف القمر هو أبو الحسن علي بن عبد الرحمن بن يونس الصوفي المصري، من العلماء ومن مشاهير الرياضيين والفلكيين، كان عارفاً بالأدب. ويعد من أكبر علماء القرن الرابع للهجرة، وأعظم فلكي ظهر في مصر، حيث ولد بها وفيها كانت وفاته سنة (٣٩٩هـ). وقد رصد كسوف الشمس، وخسوف القمر في القاهرة سنة (٩٧٨م).

بنى له الخلفاء الفاطميون مرصداً على جبل المقطم قرب الفسطاط (القاهرة حالياً)، وجهزوه بكل ما يلزم من الأدوات والآلات. وصنع ابن يونس زيجاً (أي جداول فلكية لمعرفة موضع كل كوكب في أوقات مختلفة حسب حركته) أطلق عليه "الزيج الحاكي" في أربعة أجزاء، ضمنه أرصاد الفلكيين القدماء، وأرصاد ابن يونس نفسه عن الخسوف، والكسوف، واقتران الكواكب. كما برع في حساب المثلثات وبحوثه فيها فاقت كثيراً من العلماء، كما ابتدع قوانين ومعادلات، كان لها قيمة كبيرة قبل اكتشاف اللوغاريتمات. من كتب ابن يونس الشهيرة "غاية الانتفاع في معرفة الدوائر والسمت من قبل الارتفاع"، و"التعديل المحكم"، و"جداول السمت"، و"جداول في الشمس والقمر".

البوزجاني

البوزجاني من أعظم علماء الفلك والرياضيات هو محمد بن محمد بن يحيى بن إسماعيل أبو الوفا البوزجاني مهندس فلكي رياضي، ولد في بوزجان (بين هراة ونيسابور) سنة (٣٢٨هـ). ولما بلغ العشرين من عمره سافر إلى بغداد حيث لمع اسمه. وكان أحد المترجمين العظام في اللغة اليونانية إلى اللغة العربية، هذا بالإضافة إلى كونه عالماً أصيلاً رفيع المنزلة، نقي الجيب من عثرات الدنيا، قانعاً بما عنده.

قضى البوزجاني حياته في بغداد في التأليف والرصد والتدريس، وقد انتخب ليكون أحد أعضاء المرصد الذي أنشأه شرف الدولة، واشتهر البوزجاني في بغداد من خلال كتبه العديدة ورسائله وشروحه خاصة كتابه المعروف "الإمتاع والمؤانسة". يعد البوزجاني من أعظم علماء الفلك والرياضيات، وقد زاد على بحوث الخوارزمي زيادات تعد أساساً لعلاقة الهندسة بالجبر. واستطاع البوزجاني أن يجد حلاً بالقطع المكافئ، مما مهد لتقدم الهندسة التحليلية والتكامل والتفاضل في أوروبا.

له عدة كتب قيمة في الرسم الهندسي، وحساب المثلثات، مثل كتاب "العمل بالجدول السيني" وكتاب "معرفة الدائرة من الفلك". والبوزجاني هو أول من وضع النسبة المثلثية "الظل"، واستعملها في حل المسائل الرياضية. اعترف علماء الغرب بأن البوزجاني هو من أشهر الذين برعوا في الهندسة، وأن له فيها تعديلات جديدة لم يسبق إليها،

خاصة في مجال استخراج الأوتار. وله شعر.

توفى أبو الوفاء البوزجاني سنة (٣٨٨هـ).

أشهر كتبه:

- كتاب الإمتاع والمؤانسة.
- كتاب معرفة الدائرة من الفلك.
- كتاب العمل بالجدول السيني.

ابن الشاطر

هو أبو الحسن علاء الدين علي بن إبراهيم بن محمد الأنصاري المعروف بابن الشاطر، ولد في دمشق سنة (٧٠٤هـ)، وتوفي بها سنة (٧٧٧هـ).

نال ابن الشاطر شهرة كبيرة كعالم فلكي على الرغم من براعته في الرياضيات كالهندسة والحساب، وقد عمل لفترة مؤذناً في المسجد الأموي بدمشق. طور ابن الشاطر عدة آلات فلكية، وصنع آلة لضبط وقت الصلاة سماها البسيط ووضعها في إحدى مآذن المسجد الأموي، كما أجرى ابن الشاطر تحسينات على آلات الرصد وأضاف إليها. ولابن الشاطر إسهامات قيمة في حساب المثلثات، جعلته واحداً من أبرز الذين اشتغلوا في هذا العلم من العرب والمسلمين.

قال ابن الشاطر: إن الأرض وسائر الكواكب السيارة تدور حول الشمس، وذلك قبل العالم البولندي "كوبرنيكوس" بأكثر من قرن.

كما قام ابن الشاطر بصناعة إسطرلابٍ جديدٍ يعرف به تحركات الكواكب، كما صحح المزاوِل الشمسية (الساعات الشمسية)، وظلت تستخدم في كل الدول الإسلامية لعدة قرونٍ، وكانت مرجعاً لضبط الوقت في العالم الإسلامي. ألف "زيجاً" باسمه، يحتوي على نظريات فلكية ومعلومات جديدة قائمة على التجارب والمشاهدات والاستنتاجات العلمية الصحيحة.

من أشهر كتب ابن الشاطر، كتاب "إيضاح المغيب في العمل بالربع جيب"، وكتاب "أرجوزة في الكواكب"، وكتاب "مختصر العمل بالإسطرلاب"، ومنارة العروس بجامع دمشق، وغيرها.

أشهر مؤلفاته:

- إيضاح المغيب في العمل بربع جيب.
- أرجوزة في الكواكب.
- مختصر العمل بالإسطرلاب.

النيريزي

النيريزي عالم أبحاثه ذات شهرة عالمية.

هو أبو العباس بن حاتم النيريزي، مهندس فلكي، كان متصلاً بالمعتضد العباسي، وكان عالماً في الرياضيات والفلك خاصة فيما يتعلق بدراسة هيئة الأفلاك وحركات النجوم. ابتكر النيريزي عدة جداول

رياضية تخص حركة الكواكب في أفلاكها، ضمنها في عدة كتب من تأليفه، منها: كتاب "الزيج الكبير"، وكتاب "الزيج الصغير"، وكتاب "البراهين وتهيئة الآلات"، وكتاب "سمت القبلة".

نبغ في دراسات حالة الجو وقياس أبعاد الآبار، والأودية، والأنهار بطرقٍ دقيقة مستخدماً الوسائل الرياضية والآلات والأجهزة التي وضع تصميمها، وضعها في كتابه أحداث الجو.

نالت الأرصاد الفلكية التي قام بها شهرة عظيمة في جميع أنحاء العالم، لما تميزت به من دقةٍ برغم استخدامه آلات رصد غير متطورة. كذلك للنيريزي بحوث مبتكرة في علم المثلثات الكروية تمتاز بأصالتها. قام بشرح كتاب إقليدس في أصول الهندسة وكتاب "الأربعة" لبطليموس.

توفي النيريزي عام (٣١٠هـ).

أهم مؤلفاته:

- الزيج الكبير.
- الزيج الصغير.
- البراهين وتهيئة الآلات.
- سمت القبلة.
- أحداث الجو.

الكاشي

الكاشي عالم رصد كسوفات الشمس بدقة.

هو غياث الدين جمشيد بن مسعود بن محمود المعروف بالكاشي، حكيم رياضي فلكي. اشتهر في علم الهيئة والفلك، رصد كسوفات الشمس التي حدثت في السنوات (١٤٠٦ و ١٤٠٧ و ١٤٠٨م)، وله في ذلك مؤلفات منها "زيج الخاقاني". وكان الهدف من وضع هذا الزيج (أي الجداول الفلكية) تصحيح المعلومات السابقة التي وردت في "زيج الإيلخاني" للطوسي. في زيج الخاقاني، دقق الكاشي في جداول النجوم حسب الأرصاد الفعلية. ولم يكتف عند حد التدقيق، بل زاد على ذلك من البراهين الرياضية، والأدلة الفلكية مما لا نجده في الأزياج (جمع زيج) الأخرى.

قدم الكاشي أيضاً دراسة مفصلة عن مدارات القمر وكوكب عطارد، وقال أنها إهليلجية (أي قطع ناقص أو شكل بيضاوي). وليس صحيحاً كما يدعي علماء الغرب أن جوهانس كبلر الألماني، هو أول من قال بأن مسارات الكواكب إهليلجية وليست دائرية، بل أن الكاشي أثبت ذلك قبل كبلر، بأكثر من قرن كامل. ومن أشهر كتب الكاشي "رسالة سلم السماء"، وفيه يبحث في كيفية تعيين محيط الدائرة وقطرها، وقد أوجد تلك النسبة. كذلك قام الكاشي بتأليف كتاب "مفتاح الحساب" الذي أورد فيه بعض كشوفاته في الرياضة التي جمع فيها بين الحساب والهندسة والجبر.

توفى الكاشي سنة (٨٣٢هـ).

أهم مؤلفاته:

- زيح الخاقاني.
- رسالة سلم السماء.
- مفتاح الحساب.

القبصي

القبصي عالم صحح آراء القدماء حول القمر والكواكب.

هو عبد العزيز بن عثمان القبصي الهاشمي، عالم بالفلك، من الأدباء الشعراء، ولد بالقرب من مدينة الموصل بالعراق. أشهر كتب القبصي، كتاب "المدخل إلى صناعة أحكام النجوم" الذي ترجم إلى اللغة اللاتينية ولقي اهتماماً كبيراً من علماء الفلك الأوروبيين.

عرف القبصي بأرائه ونظرياته الأصلية في علم الفلك خاصة فيما يتعلق بمعرفة النجوم والكواكب، كما صحح آراء القدماء عن حركات القمر والكواكب السيارة.

قام القبصي بعمل أرصاد دقيقة لحركة الكواكب تدل على خبرته الطويلة في هذا المجال. وقد جمع تجاربه العلمية في علم الفلك في كتاب أطلق عليه "رسالة في الأبعاد والأجرام" وظل هذا الكتاب مرجعاً لعلماء العرب والمسلمين وكذلك لعلماء الغرب لعدد كبير من السنين، خاصة فيما يتعلق بمعرفة المسافات الشاسعة بين الأجرام الفضائية.

كان القبيصي أول من حاول تحديد قطر الأرض وبعض الكواكب، وكذلك اشتهر بخبرته في علم الحساب، ويتضح هذا في كتابه "رسالة في أنواع الأعداد"، الذي يبحث في تعريف الحساب، وأصول الترقيم، والتعداد، والأعداد الصحيحة، والكسور، والجذور، وجمعها، وطرحها، وضربها، وقسمتها، وتوفى عام (٣٨٠هـ).

أبرز كتبه:

- المدخل إلى صناعة أحكام النجوم.
- رسالة في الأبعاد والأجرام.
- رسالة في أنواع الأعداد.

ابن الزرقالي

ابن الزرقالي أكبر راصد في عصره.

ابن الزرقالي هو إبراهيم بن يحيى النجيبى النقاش، أبو إسحاق المعروف بابن الزرقالي، فلكي أندلسي من أهل طليطلة. ولد في قرطبة بالأندلس. قال ابن الأبار: كان واحد عصره في علم العدد والرصد وعلل الأزياج، ولم تأت الأندلس بمثله من حين فتحها المسلمون إلى وقتنا هذا. تلقى ابن الزرقالي تعليمه في العلوم التجريبية في مدينة طليطلة التي كانت في القرن الحادي عشر الميلادي مركزاً ثقافياً وعلمياً لبلاد الأندلس كلها. يعد ابن الزرقالي أكبر راصد فلكي في عصره، بالإضافة إلى تميزه في الجانب العلمي كصناعة الإسطرلابات. وكان

له دور أساسي في إعداد الجداول الفلكية التي تبين حركات الكواكب السيارة، وألحق بها شروحات خاصة وأطلق على هذه الجداول "الأزياج الطليطلة". وقد اشتهرت هذه الجداول في أوروبا بأكملها منذ القرن الثامن عشر. اخترع ابن الزرقالي آلات فلكية جديدة لضمان دقة رصد الكواكب والنجوم، وقد ورد ذلك في كتابه "صحيفة الزرقالي"، وتمت ترجمة هذا الكتاب إلى اللغات الأوروبية ومنها اللاتينية والإيطالية، في القرن الثاني عشر الميلادي واستفاد منه علماء الغرب. إذ يشتمل كتاب "صحيفة الزرقالي" على شرح لكيفية عمل الإسطرلاب على منهاج جديد والتحسينات التي أضافها إليه وكذلك معلومات فلكية هامة. كان ابن الزرقالي هو أول من قال بأن الكواكب تدور في مدارات بيضاوية، وليس العالم الألماني يوهانس كبلر، كما هو معروف عند العلماء الغربيين.

توفى ابن الزرقالي سنة (٤٩٣هـ)

الروداني

الروداني عالم صنع آلة التوقيت.

هو محمد بن سليمان الروداني ولد في سنة (٤٣٠هـ)، وتوفي في دمشق سنة (٤٨٧هـ)، واشتهر كعالم فلكي وقام برحلات متعددة إلى مصر ومكة والمدينة المنورة ومراكش.

عندما أصبح الروداني شاباً، سافر إلى مدينة درعا بسورية للتزود بالمعرفة العلمية، وهناك تتلمذ على كبار علمائها، ثم رحل إلى

مراکش لدراسة علم الحكمة والهيئة والمنطق ولكنه تفوق في علم الفلك التجريبي.

من أشهر كتب الروداني كتاب "تحفة أولي الألباب في العمل بالإسطرلاب"، الذي بقي زمناً طويلاً يستعمل لقياس مواضع الكواكب وتحديد سيرها، وكذلك لمراقبة حالة الجو وشئون الملاحة، وجمع فيه الروداني آراء العلماء الأوائل في حقل علم الفلك. وصار كتاب "تحفة أولي الألباب في العمل بالإسطرلاب" من أهم المراجع للباحثين في علم الفلك، ليس فقط لمن يريد أن يعرف كيف يستخدم الإسطرلاب، ولكن أيضاً لمن يرغب في الاطلاع على طريقة صناعة الإسطرلاب.

كان من المهتمين بصناعة الآلات الدقيقة القائمة على المبادئ الميكانيكية، ومن ثم فقد صنع "آلة التوقيت" التي يمكن استخدامها في أي مكان بالعالم.

درس العلوم الشرعية في مكة، والمدينة المنورة، فصار حجة فيها، وقام بتأليف كتابين مشهورين في الحديث، هما كتاب "جمع الفوائد"، وكتاب "صلة الخلف بموصول السلف".

أشهر كتبه:

- تحفة أولي الألباب في العمل بالإسطرلاب.
- جمع الفوائد.
- صلة الخلف بموصول السلف.

الجوهري

الجوهري من أوائل الذين رصدوا الكواكب.

هو العباس بن سعيد الجوهري، كان من أوائل الذين رصدوا النجوم والكواكب في الإسلام، ونبغ في الحسابات الفلكية. وقد كلفه المأمون ليعمل ضمن هيئة علماء دار رصد الشمس في بغداد، كما أجرى الجوهري بعض الأرصاد في دمشق وألف في مواضع بعض الكواكب السيارة.

كتب الجوهري "زيج النيرين" المشهور، وهو عبارة عن مجموعة بحوث في الجداول الفلكية، وقد اعتمد عليه العلماء العرب والمسلمون في أرصادهم لسنوات طويلة. وقدم الجوهري في هذا الزيغ تطورات كثيرة في علم الهيئة (الفلك)، الذي قام عنه بأنه تعريف بالأحوال الفضائية وأشكالها وأوضاعها ومقاديرها وأبعادها. اهتم الجوهري بدراسة الكواكب السيارة والشمس والقمر، وبقيت نظرياته في هذا المجال حجة يستند عليها العلماء في الدول الأوروبية.

قام الجوهري بصنع بعض الآلات الدقيقة الخاصة بالرصد الفلكي، كما تميز الجوهري بميوله الهندسية النظرية والعملية، ويظهر هذا واضحاً في كتابه الزيغ، وأضاف كثيراً من الأشكال الهندسية المبتكرة ثم وضعها في كتاب مستقل سماه كتاب "الأشكال".
يعد الجوهري من مؤسسي المنهج العلمي التجريبي في العصور الإسلامية.

توفى الجوهري عام (٢٤٠هـ).

أشهر كتبه:

- زيغ النيرين.
- كتاب الأشكال.

البطروجي

البطروجي أعماله ترجمت إلى اللاتينية.

هو نور الدين البطروجي، فلكي ورياضي. لا يعرف بالتحديد متى ولد ولا متى توفى، ولكن من الثابت أنه عاش في أواخر القرن الثاني عشر الميلادي، وعاش في إشبيلية بالأندلس.

تتلمذ البطروجي على يد العالم الفيلسوف ابن طفيل. واهتم بتعديل نظام بطليموس الفلكي، الذي كان سائداً في ذلك الوقت، والوارد في كتاب "المجسطي".

من أشهر كتب البطروجي، كتاب "الهيئة" الذي قام فيه بتعديل نظام بطليموس الفلكي، بواسطة نظرية حول حركة الكواكب، تعتمد على وجود مركز للأفلاك جميعاً، وليس كما قال بطليموس بأن هناك أفلاكاً خارجة عن المركز.

انتقد أيضاً رأي بطليموس بأن جميع الأجرام الفضائية ثابتة الأوضاع بالنسبة للأرض، وتطلع وتغرب في وقت ثابت.

ويتضح من نظريات البطروجي الفلكية، أنه كان عالماً أيضاً بالرياضيات خاصة الهندسة.

ترجمت أعمال البطروجي إلى اللغة اللاتينية، ومن ثم انتشرت نظرياته في الغرب في القرون الوسطى، واستفاد منها العلماء هناك. واعتمد البطروجي على الأرصاد الفلكية في تأليف كتبه. أشهر كتبه "كتاب الهيئة".

أولغ بيك

أولغ بيك كان أميراً على تركستان.

هو محمد طورغاي بن تيمور السمرقندي، اشتهر باسم "أولغ بيك". ولد في سمرقند سنة (٧٩٥هـ)، وكان والده سلطاناً على تركستان، وبعد وفاة والده أصبح أولغ بيك أميراً على تركستان. عالم فلكي، ومؤرخ، ومهندس معماري إسلامي. أصبحت تركستان في عهده مركزاً حضارياً إسلامياً هاماً.

شيد أولغ بيك مرصده الشهير في سمرقند عام (١٤٢٨م)، وكان يعد في ذلك الوقت من عجائب الدنيا بروعة بنيانه، وما يحتويه من آلات رصد دقيقة.

اشتهر أولغ بيك بجداوله الفلكية الشاملة والدقيقة، التي أطلق عليها "الزيج السلطاني الجديد"، وفيه أدخل بعض التحسينات على

جداول الجيب والظل. ويحتوي هذا الزيج على أربعة أبواب: الأول: في معرفة التواريخ. الثاني: في معرفة الأوقات.

الثالث: في معرفة سير الكواكب ومواضعها. الرابع: عن تحديد مواقع النجوم الثابتة.

بنى أولغ بيك مدرسة علمية نموذجية في سمرقند، جمع فيها أشهر علماء الحضارة العربية والإسلامية في العلوم اللغوية والتجريبية. ترجم كتاب أولغ بيك "الزيج السلطاني الجديد" إلى اللغة اللاتينية، حيث نال شهرة عظيمة في بلاد الغرب واعتمد عليه العلماء هناك.

توفى سنة (٨٥٤هـ).

أبرز أعماله:

- وضع الزيج السلطاني الجديد.
- شيد مرصداً له.
- بنى مدرسة علمية نموذجية.

المجروتي

المجروتي عالم.. استخدم البوصلة والخرائط.

هو علي بن محمد بن علي بن محمد أبو الحسن المجروتي، فاضل من أعيان المغرب. ولد في قرية جنوب مراكش (المغرب) وكان من علماء

الجغرافيا المعروفين في القرن السادس عشر الميلادي. زار المجروتي عدة دول منها تركيا وتونس.

كتب المجروتي عن رحلاته البحرية، خاصة وصف العواصف، والأنواء البحرية، وما صادفه منها، ومواعيد هبوبها. ووصف المجروتي بالتفصيل أسواق مدينة إسطنبول التركية، من حيث البضائع الموجودة في ذلك الوقت، بالإضافة إلى المكتبات الضخمة الممتلئة بالكتب والمخطوطات العربية.

من أشهر مؤلفاته كتاب "النفحة المسكية في السفارة التركية"، وضمنه ذكرياته عن رحلته إلى تركيا بأمر من السلطان المنصور، وقد ترجم هذا الكتاب إلى اللغة الفرنسية، وأصبح معروفاً لدى علماء الغرب.

شرح المجروتي في كتبه كيفية استخدام البوصلة والخرائط الجغرافية، بأسلوب سهل ومشوق. وأضاف المجروتي معلومات جغرافية جديدة، لأدباء الرحلات الذين كانوا قبله مثل عبد ربه والبكري. قال ابن الجوزي: "هو كتاب، مفيد، وقفت عليه وقد انتقيت منه فوائد".

تميز أسلوب المجروتي بالأشعار والسجع. وتوفى في مراكش عام (١٠٠٣هـ).

أشهر مؤلفاته: "كتاب النفحة المسكية في السفارة التركية".

الغرناطي

هو أبو القاسم أصبغ بن محمد السمع المهرى المعروف بالغرناطي عالم بالحساب والهندسة والهيئة والفلك، وله عناية بالطب، ولد في قرطبة سنة (٣٦١هـ)، ونشأ في قرطبة بالأندلس، ثم انتقل إلى غرناطة وأقام فيه بقية عمره، ومنها اكتسب لقبه.

درس الغرناطي علم الهندسة وخاصة هندسة إقليدس المستوية والفراغية. وكان للغرناطي أيضاً دور مهم في العلوم الطبية، فقد قام بإنشاء عيادة كبيرة في بيته في غرناطة لعلاج المرضى، والأبحاث الطبية، برغم مشاغله الكثيرة في الأرصاد الفلكية. من أشهر كتب الغرناطي كتاب "المدخل إلى الهندسة" وكتاب "ثمار العدد المعروف: بالمعاملات" وكتاب "طبيعة العدد" وكتاب "كبير في الهندسة" الذي اشتمل على شرح للخط المستقيم، والمقوس، والمنحني، وكتاب "الكامل في حساب الهوائي".

وللغرناطي كتابان عن الإسطرلاب، قدم في الأول منهما: تعريفاً وشرحاً لإسطرلاب من ابتكاره هو، وفي الكتاب الثاني: أوضح خطوات استعمال الإسطرلاب المذكور وفوائده.

أعد الغرناطي زيجاً، أي جداول فلكية بها معلومات دقيقة عن أرصاد الأجرام الفضائية المختلفة. توفي الغرناطي سنة (٤٢٦هـ).

أشهر كتبه:

- المدخل إلى الهندسة.
- الكامل في حساب الهوائي.
- ثمار العدد المعروف: بالمعاملات.
- طبيعة العدد.
- كبير في الهندسة.

الماهاني

الماهاني رصد خسوف القمر وكسوف الشمس.

هو محمد بن عيسى الماهاني. فلكي ورياضي إسلامي، ولد في بغداد بالعراق.

اشتهر الماهاني في مجال الفلك، برصده الدقيق لظاهرتي خسوف القمر وكسوف الشمس، وكذلك اقترانات الكواكب التي كانت معروفة في ذلك الوقت.

وهناك معادلة رياضية معروفة بين علماء الرياضيات هي "معادلة الماهاني"، والتي يمكن بها التوصل إلى حلول للمعادلات الجبرية من الدرجة الثالثة بالطرق الهندسية. من أشهر كتب الماهاني كتاب "شرح ما ألفه أرخميدس في الكرة والإسطوانة"، وفي هذا الكتاب تعرض الماهاني لما أطلق عليه مسألة أرخميدس والتي تتعلق بقطع الكرة إلى جزأين يكون حجمها بنسبة معلومة. والماهاني هو أول من وضع

هذه المسألة الرياضية في شكل معادلة تكعيبية، وقام بحلها باستخدام معادلة الماهاني.

قام الماهاني أيضاً بتأليف كتاب في النسبة وقال بأنها على ثلاثة أنواع: عددية، وهندسية، وتأليفية.

وللماهاني أرساد فلكية دقيقة للأجرام السماوية، ظلت معروفة باسمه لسنوات طويلة في العالم الإسلامي والغربي. توفى الماهاني عام (٢٧٣هـ).

أشهر أعماله:

- كتاب شرح ما ألفه أرخميدس في الكرة والإسطوانة.
- كتاب في النسبة.
- وضع معادلة الماهاني.

البحثري

هو الوليد بن عبيد بن يحيى الطائي أبو عبادة البحتري شاعر كبير، يقال لشعره سلاسل الذهب، وهو أحد الثلاثة الذين كانوا أشعر أبناء عصرهم، المتنبي وأبو تمام والبحتري، قيل لأبي العلاء المعري: أي الثلاثة أشعر؟ فقال: المتنبي وأبو تمام حكيمان وإنما الشاعر البحتري.

وأفاد مرجوليوث في دائرة المعارف أن النقاد الغربيين يرون البحتري أقل فطنة من المتنبي وأوفر شاعرية من أبي تمام.

ولد في منبج بين حلب والفرات ورحل إلى العراق فاتصل بجماعة
من الخلفاء أولهم المتوكل العباسي وتوفي بمنبج. له كتاب الحماسة،
على مثال حماسة أبي تمام.

المتنبي

هو أحمد بن الحسين بن الحسين بن عبد الصمد الجعفي الكوفي
الكندي، أبو الطيب.

الشاعر الحكيم، وأحد مفاخر الأدب العربي، له الأمثال السائرة
والحكم البالغة المعاني المبتكرة.

ولد بالكوفة في محلة تسمى كندة وإيها نسبته، ونشأ بالشام، ثم
تنقل في البادية يطلب الأدب وعلم العربية وأيام الناس.

قال الشعر صبياً، وتنبأ في بادية السماوة (بين الكوفة والشام)
فتبعه كثيرون، وقبل أن يستفحل أمره خرج إليه لؤلؤ أمير حمص ونائب
الإخشيدي فأسره وسجنه حتى تاب ورجع عن دعواه.

وفد على سيف الدولة ابن حمدان صاحب حلب فمدحه وحظي
عنده. ومضى إلى مصر فمدح كافور الإخشيدي وطلب منه أن يوليه،
فلم يول له كافور، فغضب أبو الطيب وانصرف يهجو.

قصد العراق وفارس، فمدح عضد الدولة ابن بويه الديلمي في
شيراز.

عاد يريد بغداد فالكوفة، فعرض له فاتك بن أبي جهل الأسدي

في الطريق بجماعة من أصحابه، وليس معه إلا ابنه وغلामه، ثم حاول
الفرار، فقال له غلامه: أين قولك:

فالخيل والليل والبيداء تعرفني

والسيف والرمح والقرطاس والقلم.

فكر المتنبى عليهم وقاتلهم حتى قتل وابنه محسد وغلामه مفلح
بالنعمانية بالقرب من دير العاقول في الجانب الغربي من سواد بغداد،
فرثاه جماعة من أصدقائه منهم أبو الفتح عثمان بن جني النحوي.
وكان المتنبى يحرم على نفسه الخمر حفظاً لعقله، وكان وفيّاً
مخلصاً لأصحابه، وكان يكره الرياء، غير أنه اضطر إليه مع كافور،
وهذا ما زاد في مرارة هجائه له، وكان سيئ الظن بأهل عصره
متشائم، ولكن تشاؤمه لم ينته به كابن الرومي إلى الضعف، بل إلى
تمجيد البطولة والقوة وصفات الرجولة، وإلى الطموح والنزعة إلى
تغيير مجرى الحوادث والدنيا.

أبو فراس الحمداني

هو الحارث بن سعيد بن حمدان التغلبي الربيعي، أبو فراس.
شاعر أمير، فارس، ابن عم سيف الدولة. له وقائع كثيرة، قاتل
بها بين يدي سيف الدولة، وكان سيف الدولة يحبه ويجله ويستصعبه
في غزواته ويقدمه على سائر قومه، وقلده منبج وحران وأعمالها، فكان
يسكن بمنبج وينتقل في بلاد الشام.

جرح في معركة الروم، فأسروه وبقي في القسطنطينية أعواماً، ثم فداه سيف الدولة بأموال عظيمة.

قال الذهبي: كانت له منبج، وتملك حمص وسار ليطملك حلب فقتل في تدمر، وقال ابن خلكان: مات قتيلاً في صدد (على مقربة من حمص)، قتله رجال خاله سعد الدولة.

ابن هانئ الأندلسي

هو محمد بن هانئ بن محمد بن سعدون الأزدي الأندلسي، أبو القاسم يتصل نسبه بالمهلب بن أبي صفرة أشعر المغاربة على الإطلاق وهو عندهم كالمثبني عند أهل المشرق، وكانا متعاصرين.

ولد بإشبيلية وحظي عند صاحبها، واتهمه أهلها بمذهب الفلاسفة وفي شعره نزعة إسماعيلية بارزة، فأساءوا القول في ملكهم بسببه، فأشار عليه بالغيبة، فرحل إلى أفريقيا والجزائر.

ثم اتصل بالمعز العبيد (معد) ابن إسماعيل وأقام عنده في المنصورية بقرب القيروان، ولما رحل المعز إلى مصر عاد ابن هانئ إلى إشبيلية فقتل غيلة لما وصل إلى (برقة).

لسان الدين بن الخطيب

هو محمد بن عبد الله بن سعيد السلماني اللوشي، الغرناطي الأندلسي، أبو عبد الله الشهير بلسان الدين الخطيب.

وزير مؤرخ أديب نبيل. كان أسلافه يعرفون ببني الوزير. ولد ونشأ بغرناطة، واستوزره سلطانها أبو الحجاج يوسف بن إسماعيل سنة (٧٢٣هـ) ثم ابنه (الغني بالله) محمد، من بعده. وعظمت مكانته، وشعر بسعي حاسديه في الوشاية به، فكاتب السلطان عبد العزيز بن علي الميني، برغبته في الرحلة إليه.

وترك الأندلس خلسة إلى جبل طارق، ومنه إلى سبته فتملسان سنة (٧٢٣هـ) وكان السلطان عبد العزيز بها، فبالغ في إكرامه، وأرسل سفيراً من لدنه إلى غرناطة بطلب أهله وولده، فجاءوه مكرمين.

واستقر بفاس القديمة، واشترى ضياعاً وحفظت عليه رسومه السلطانية، ومات عبد العزيز، وخلفه ابنه السعيد بالله، وخلع هذا، فتولى المغرب السلطان (المستنصر) أحمد بن إبراهيم، وقد ساعده (الغني بالله) صاحب غرناطة مشترطاً عليه شروطاً منها تسليمه (ابن الخطيب) فقبض عليه (المستنصر). وكتب بذلك إلى الغني بالله، فأرسل هذا وزيره (ابن زمرك) إلى فاس، فعقد بها مجلس الشورى، وأحضر ابن الخطيب، فوجهت إليه تهمة (الزندقة) و(سلوك مذهب الفلاسفة) وأفتى بعض الفقهاء بقتله، فأعيد إلى السجن.

ودس له رئيس الشورى (واسمه سليمان بن داود) بعض الأوغاد

(كما يقول المؤرخ السلوي) من حاشيته، فدخلوا عليه السجن ليلاً، وخنقوه، ثم دفن في مقبرة (باب المحروق) بفاس. وكان يلقب بذئب الوزارتين: القلم والسيف؛ ويقال له (ذو العمرين) لاشتغاله بالتصنيف في ليله، وبتدبير المملكة في نهاره.

ومؤلفاته تقع في نحو ستين كتاباً، منها (الإحاطة في تاريخ غرناطة).

من شعره موشح يعارض موشحاً لابن سهل الأندلسي:

جادك الغيث إذ الغيث همي

يا زمان الوصل بالأندلس

لم يكن وصلك إلا حلما

في الكرى أو خلسة المختلس

معروف الرصافي

هو معروف بن عبد الغني البغدادي الرصافي.

شاعر العراق في عصره، من أعضاء المجمع العلمي العربي (بدمشق)، أصله من عشيرة الجبارة في كركوك، ويقال إنها علوية النسب.

ولد ببغداد، ونشأ بها في الرصافة، وتلقى دروسه الابتدائية في المدرسة الرشيدية العسكرية، ولم يحرز شهادتها. وتعلم على محمود شكري الألويسي في علوم العربية وغيرها، زهاء عشر سنوات، واشتغل

بالتعليم، ونظم أروع قصائده في الاجتماع والثورة على الظلم قبل الدستور العثماني. ورحل بعد الدستور إلى الأستانة، فعين معلماً للعربية في المدرسة الملكية، وانتخب نائباً عن (المنتفق) في مجلس (المبعوثان) العثماني.

وانتقل بعد الحرب العالمية الأولى إلى دمشق سنة (١٩١٨م)، ورحل إلى القدس وعين مدرساً للأدب العربي في دار المعلمين بالقدس، وأصدر جريدة الأمل يومية سنة (١٩٢٣م) فعاشت أقل من ثلاثة أشهر، وانتخب في مجلس النواب في بغداد.

وزار مصر سنة (١٩٣٦م)، ثم قامت ثورة رشيد عالي الكيلاني ببغداد فكان من خطبائها وتوفي في بيته في الأعظمية ببغداد. له كتب منها (ديوان الوصايف) و(دفع الهجنة ت ط)، (محاضرات في الأدب العربي) وغيرها الكثير.



استمتعي وفكري مع المسابقات

للمسابقات والبرامج التي تستهدف الجمهور بصفة عامة طعمها المميز، ونكهتها الفريدة؛ فالكل يشارك فيها ويدلو بدلوه، فترسم جواً من المرح، وحباً من الاجتماع والألفة، يتوج بابتسامات، ومعلومات ثرية لكل من شارك، ويقدر اجتهاد كل مشاركة، وقدراتها تكون استفادتها من هذه المسابقات.

وللمساهمة في هذا المجال جمعت لكن مسابقات متنوعة عدة، منها الإسلامية، ومنها الاجتماعية، ومنها الثقافية، ومنها الأدبية، وهكذا نوعت المسابقات لثلاثة أسباب رئيسية، هي:

أولاً: لجذب أكبر عدد ممكن من الطالبات للمشاركة في هذه المسابقات. ثانياً: تختلف الطالبات في ميولهن ورغباتهن، فمن تميل إلى الثقافة قد لا تميل إلى الرياضة، ومن تميل إلى العلوم قد لا تميل إلى الثقافة؛ لذا نوعت المسابقات حتى تجد كل طالبة ما يناسبها، وترغب فيه.

ثالثاً: لاكتشاف المواهب والقدرات، واستخراج الطاقات الكامنة؛ فهناك العديد من الطالبات لديهن الرغبة والحماس للمبادرة والإقدام وما ينقصهن سوى التشجيع والتوجيه؛ لذا تعد هذه المسابقات محطة لتزويد الطالبات بالمعلومات والتوجيهات، ومتابعة النتائج والأعمال.

مسابقة: مرويات الصحابييات - رضوان الله عليهن أجمعين -

اختاري من بين القوسين الإجابة الصحيحة لعدد الأحاديث التي روتها الصحابييات - رضي الله عنهن - :

١- عدد ما روت أم المؤمنين عائشة - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١٥٠٠ - ٢٢١٠ - ٣٠٠٠).

٢- عدد ما روت أم المؤمنين أم سلمة - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٩٠٠ - ٧٥٦ - ٣٧٨).

٣- عدد ما روت أم المؤمنين أم حبيبة أم المؤمنين - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٦٥ - ٤٠ - ٢٥).

٤- عدد ما روت أسماء بنت أبي بكر - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١٠٠ - ٥٨ - ٥٥).

٥- عدد ما روت أم المؤمنين صفية - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٩٠ - ٧٧ - ١٠).

٦- عدد ما روت أم المؤمنين زينب بنت جحش - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١١ - ٢٥ - ٣٨).

٧- عدد ما روت حمنة بنت جحش - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١ - ٧ - ٣).

٨- عدد ما روت أم الدرداء - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٥ - ٤ - ١).

٩- عدد ما روت فاطمة بنت قيس - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١٦- ٣٤- ٢).

١٠- عدد ما روت خولة بنت الصامت - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٦- ١- ٢).

١١- عدد ما روت أم عطية - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٣٠- ٤٠- ٦٨).

١٢- عدد ما روت أم هانئ بنت أبي طالب - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٢٥- ٤٦- ٧٦).

١٣- عدد ما روت أسماء بنت عميس - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١٠- ٣٥٠- ٦٠).

١٤- عدد ما روت أم المؤمنين صفية - رضي الله عنها - : (٦٠- ٥٧٠- ١٨٠).

١٥- عدد ما روت أم المؤمنين جويرة بنت الحارث - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٧- ١٥- ٢٢).

١٦- عدد ما روت خولة بنت حكيم - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٨- ١٥- ١٩).

١٧- عدد ما روت فاطمة - رضي الله عنها - بنت النبي ﷺ من الأحاديث: (١٨- ٩٧- ١٣٥).

١٨- عدد ما روت أم شريك - رضي الله عنها - من الأحاديث: (١٣- ٥- ١).

١٩- عدد ما روت أم رومان - رضي الله عنها - من الأحاديث: (٣- ١- ٧).

٢٠- عدد ما روت أم ورقة - رضي الله عنها - من الأحاديث:
(١ - ٢ - ٤).

٢١- عدد ما روت زينب الثقفية - رضي الله عنها - زوجة عبد
الله بن مسعود -- رضي الله عنه -- من الأحاديث: (٢ - ٨ - ٩).

٢٢- عدد ما روت أم المؤمنين خديجة - رضي الله عنها - من
الأحاديث: (١ - ٣ - ١٠).

٢٣- عدد ما روت أسماء بنت يزيد بن السكن - رضي الله عنها
- من الأحاديث: (٢٣ - ٧٧ - ٨١).

٢٤- عدد ما روت أم الفضيل بنت الحارث من الأحاديث: (١٧ -
٢٥ - ٣٠).

٢٥- عدد ما روت الربيع بنت معوذ من الأحاديث: (٤ - ٢١ -
٥٠).

٢٦- عدد ما روت أم المؤمنين سودة - رضي الله عنها - من
الأحاديث: (٥ - ٣٠ - ٧٠).

٢٧- عدد ما روت أم سليم بنت ملحان - رضي الله عنها - من
الأحاديث: (١٤ - ٨٠ - ١١٠).

٢٨- عدد ما روت الشفاء بنت عبد الله العدوية - رضي الله عنها
- من الأحاديث: (٤ - ٩ - ١٢).

٢٩- عدد ما روت أم حرام بنت ملحان - رضي الله عنها - من
الأحاديث: (٣ - ٧ - ١٢).

٣٠- عدد ما روت أم المؤمنين ميمونة بنت الحارث - رضي الله
عنها - من الأحاديث: (١٢ - ٧٦ - ١٠٣).

إجابات مسابقة: مرويات الصحابييات
- رضوان الله عليهن أجمعين -

٨-٢١

٤٠-١١

٢٢١٠-١

١-٢٢

٤٦-١٢

٣٧٨-٢

٨١-٢٣

٦٠-١٣

٦٥-٣

٣٠-٢٤

٦٠-١٤

٥٨-٤

٢١-٢٥

٧-١٥

١٠-٥

٥-٢٦

١٥-١٦

١١-٦

١٤-٢٧

١٨-١٧

١-٧

١٤-٢٨

١-١٨

٥-٨

١٢-٢٩

١-١٩

٣٤-٩

٧٦-٣٠

٢-٢٠

١-١٠

مسابقة: مصطلحات فقهية

١- فراق الرجل زوجته على بدل يأخذه منها يسمى:
(.....).

٢- إذا تزوجت المرأة بغير أن يسمى لها زوجها مهراً فإنها تسمى:
(.....).

٣- إذا أقسم الرجل أن لا يمس زوجته سمي هذا: (.....).

٤- إذا زوج ابنته لرجل على أن يزوجه الآخر ابنته دون مهر سمي
هذا الزواج باسم: (.....).

٥- إذا قال رجل لزوجته إذا خرجت من البيت فأنت طالق هذا
يسمى: (.....).

٦- إذا طلق الزوج زوجته في أثناء حيضها أو في طهر جامعها فيه
يسمى هذا: (.....).

٧- إذا قال الرجل لزوجته أنت علي كظهر أمي أو أختي فإن هذا
يسمى: (.....).

٨- الأيام التي تقضيها المرأة بعد فراقها عن زوجها بحيث لا
يجوز لها التزوج إلا بعد انتهاء هذه الأيام تسمى: (.....).

٩- صيغة الطلاق التي اقترنت بزمن بقصد وقوع الطلاق
فيه متى جاء هذا الزمان كأن يقول: أنت طالق غداً أو أول الشهر تسمى:

(.....).

١٠- الدم الخارج من قبل المرأة حال صحتها من غير سبب ولادة

أو افتضاض يسمى: (.....).

١١- سيلان الدم في غير وقت الحيض والنفاس من أدنى الرحم

يسمى: (.....).

١٢- حل الرابطة الزوجية الصحيحة من جانب الزوج بلفظ

مخصوص أو ما يقوم مقامه في الحال أو المآل هو يسمى: (.....).

١٣- كلمات معلومة حجة للمضطر إلى قذف من لطح فراشه

وألحق العار به تسمى: (.....).

١٤- القيام برعاية الصغير أو الصغيرة أو المعتوه الذي لا يميز

يسمى: (.....).

١٥- ترك الطيب والزينة لمن مات زوجها يسمى: (.....).

١٦- الرجل أو المرأة إذا مات وليس له والد ولا ولد يسمى:

(.....).

١٧- الختان يكون عند الذكور أما عند الإناث فيسمى: (.....).

١٨- زوج المرأة، أو من تحرم عليه على التأييد بنسب أو بسبب

يسمى: (.....).

إجابات مسابقة: مصطلحات فقهية

- ١- الخلع
- ٢- المفوضة.
- ٣- إيلاء.
- ٤- زواج الشعار.
- ٥- الطلاق المعلق .
- ٦- الطلاق البدعي.
- ٧- الظهر.
- ٨- العدة.
- ٩- الطلاق المضاف
- ١٠- الحيض.
- ١١- الاستحاضة.
- ١٢- الطلاق.
- ١٣- اللعان.
- ١٤- الحضانة.
- ١٥- الإحداد.
- ١٦- الكلالة.
- ١٧- الخفاض.
- ١٨- المحرّم.

مسابقة: من القائلة؟

١- كلا والله لا يخزيك الله أبداً، إنك لتصل الرحم وتحمل الكل وتكسب المعدوم وتقري الضيف وتعين على نوائب الدهر: (خديجة - عائشة - صفية بنت عبد المطلب) رضي الله عنهن أجمعين.

٢- إني والله ما أنا كأحد من نساء رسول الله ﷺ إنهن زوجن بالمهور وزوجهن الأولياء، وزوجني الله ورسوله، وأنزل في الكتاب يقرأ المسلمون لا يبدل ولا يغير: (عائشة - زينب بنت جحش - أسماء بنت عميس) رضي الله عنهن أجمعين.

٣- كلا والله كنتم مع رسول الله ﷺ يطعم جائعكم ويغظ جاهلكم وكنا في دار أو في أرض البعداء والبغضاء بالحبشة، وذلك في الله وفي رسوله ﷺ: (سودة بنت زمعة - أم حبيبة - أسماء بنت عميس) رضي الله عنهن أجمعين.

٤- إن رسول الله أسر إلي فقال: «إن جبريل - عليه السلام - كان يعارضني بالقرآن في كل عام مرة، وإنه عارضني به العام مرتين ولا أراه إلا قد حضر أجلي وإنك أول أهل بيتي لحوقا بي، ونعم السلف أنا لك. فبكيت لذلك ثم قال: ألا ترضين أن تكوني سيدة نساء هذه الأمة أو نساء المؤمنين؟ قالت فضحكت لذلك» رواه الإمام أحمد: (فاطمة بنت النبي ﷺ - زينب بنت النبي ﷺ - أم كلثوم بنت النبي ﷺ) رضي الله عنهن أجمعين.

٥- يا رسول الله، أرايت لو نزلت زادياً فيه شجرة قد أكل منها ووجدت شجرة لم يؤكل منها، في أيهما كنت ترتع بعيرك؟ (ميمونة بنت الحارث - حفصة بنت عمر - عائشة) رضي الله عنهن أجمعين.

٦- ما أبكى، إني لأعلم أن رسول الله ﷺ قد صار إلى خير مما كان فيه ولكن أبكى لخبر السماء انقطع عنا: (أم حرام - أم سليم - أم أيمن) رضي الله عنهن أجمعين.

٧- النكاح رق فلينظر أحدكم أين يضع كريمته: (عائشة - فاطمة - حفصة بنت سيرين) رضي الله عنهن أجمعين.

٨- إنكم عندما تذبحوننا فإنما تذبحون شرف بلادكم وتدفعوننا أكثر فأكثر في طريق الحرية والاستقلال: (زينب بنت الغزالي - جميلة بوحرید - سميرة موسى).

٩- حججت واعتمرت فأنا أفرُّ في بيتي كما أمرني ربي - عز وجل - : (سودة - أم سلمة - صفية بنت عبد المطلب) رضي الله عنهن أجمعين.

١٠- بالله عليك يا أحمد (ولدها) لا تمت إلا ميتة مشرفة، لا أريد أن أسمع أنك استشهدت في أثناء تحضير عبوة ناسفة أو رصاصة طائشة، أريدك أن تموت وأنت تواجه المحتلين: (سعاد جود الله - ريم الرياشي - سناء محيدلي).

١١- ما رأيت شاباً من العرب خيراً من جعفر ولا رأيت كهلاً خيراً من أبي بكر: (أسماء بنت أبي بكر - أسماء بنت عميس - أم رومان) رضي الله عنهن أجمعين.

١٢- يا معشر الشباب خذوا من أنفسكم وأنتم شباب فأني رأيت العمل في الشباب: (حفصة بنت سيرين "رضي الله عنها" - فاطمة بنت عبد الملك - أم كلثوم بنت أبي بكر "رضي الله عنها").

١٣- لقد اخترت أن أقول بجسدي ما عجز القضاة العرب تطهيراً:

(فدوى محمود - عندليب طقاطقة - جميلة بوحرید).

١٤- أراك أفسدت على ابني دنياه وأفسد عليك آخرتك: (هند بنت عتبة - بركة بنت ثعلبة - أسماء بنت أبي بكر) رضي الله عنهن أجمعين.

١٥- الحمد لله الذي أكرمنا بنبيه وطهرنا من الرجس تطهيراً: (عائشة - فاطمة - زينب بنت علي) رضي الله عنهن أجمعين.

١٦- كنا نغزو مع رسول الله ﷺ فنسقي القوم ونخدمهم ونداوي الجرحى ونرد القتلى والجرحى إلى المدينة: (صفية بنت عبد المطلب - الربيع بنت معوذ - الخنساء) رضي الله عنهن أجمعين.

١٧- أفيك يا رسول الله استشير أبوي؟ بل أختار الله ورسوله والدار الآخرة: (أم حبيبة - جويرية - عائشة) رضي الله عنهن أجمعين.

١٨- رد الله كيد الكافر في نحره وأخدم هاجر: (سارة زوجة إبراهيم (عليه السلام) - أم موسى (عليه السلام) - بلقيس).

١٩- عجباً لك ابن الخطاب قد دخلت في كل شيء حتى تبتغي أن تدخل بين رسول الله وأزواجه: (صفية بنت حيي - أم أيمن - أم سلمة) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٠- ما أنا بصانعة شيئاً حتى أوامر ربي: (زينب بنت جحش - أم حبيبة - ميمونة بنت الحارث) رضي الله عنهن أجمعين.

٢١- يا رسول الله أحمي سمعي وبصري والله ما علمت إلا خيراً: (حمنة بنت جحش - زينب بنت جحش - حفصة بنت عمر) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٢- اللهم لا يدركني عطاء لعمر بعد عامي هذا: (أم عمارة - أم

الفضل - زينب بنت جحش) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٣- هو فراش رسول الله ﷺ وأنت رجل مشرك فلم أحب أن تجلس عليه: (أم الفضل - أم هانئ - أم حبيبة) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٤- كان عمر إذا تكلم أسمع، وإذا مشى أسرع، وإذا ضرب أوجع، وهو والله الناسك حقاً: (أم رومان - الخنساء - الشفاء بنت عبد الله) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٥- الحمد لله الذي شرفني بقتلهم وأرجو من ربي أن يجمعني بهم في مستقر رحمته: (عفراء بنت عبيد - الخنساء - فاطمة بنت الخطاب) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٦- يا بني إن الشاة لا يضرها سلخها بعد ذبحها: (أم كلثوم بنت علي - أم عمارة - أسماء بنت أبي بكر) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٧- إنكم لن تلقوا الله بشيء خير لكم من قلة الذنوب، فمن سره أن يسبق الدائب المجتهد فليكيف نفسه عن كثرة الذنوب: (عائشة - خديجة - عاتكة بنت زيد) رضي الله عنهن أجمعين.

٢٨- إن شاء الله لن يكون عملنا إلا للإسلام ولن نموه ولن نضل: (حميدة قطب - زينب الغزالي - سامية ميمني).

٢٩- إن كان لك زوج فاستطعت أن تتزعي مقلتيك فتضعيهما أحسن مما هما فافعلي: (فاطمة بنت المسيب - أم حكيم بنت الحارث - عائشة) رضي الله عنهن أجمعين.

٣٠- صحبت الدنيا سبعين سنة فما رأيت فيها قرّة عين قط: (معاذة العدوية - فاطمة المخزومية - زنيرة الرومية) رضي الله عنهن أجمعين.

إجابات مسابقة: من القائلة؟

- ١- خديجة - رضي الله عنها -.
- ٢- زينب بنت جحش - رضي الله عنها -.
- ٣- أسماء بنت عميس - رضي الله عنها -.
- ٤- فاطمة - رضي الله عنها - بنت النبي ﷺ.
- ٥- عائشة - رضي الله عنها -.
- ٦- أم أيمن - رضي الله عنها -.
- ٧- عائشة - رضي الله عنها -.
- ٨- جميلة بوحريد - رحمها الله -.
- ٩- سودة - رضي الله عنها -.
- ١٠- سعاد جود الله - رحمها الله -.
- ١١- أسماء بنت عميس - رضي الله عنها -.
- ١٢- حفصة بنت سيرين - رضي الله عنها -.
- ١٣- عندليب طقاطقة - رحمها الله -.
- ١٤- أسماء بنت أبي بكر - رضي الله عنها -.
- ١٥- زينب بنت علي - رحمها الله -.

- ١٦- الربيع بنت معوذ - رضي الله عنها - .
- ١٧- عائشة - رضي الله عنها - .
- ١٨- سارة زوجة إبراهيم - عليه السلام - .
- ١٩- أم سلمة - رضي الله عنها - .
- ٢٠- زينب بنت جحش - رضي الله عنها - .
- ٢١- زينب بنت جحش - رضي الله عنها - .
- ٢٢- زينب بنت جحش - رضي الله عنها - .
- ٢٣- أم حبيبة - رضي الله عنها - .
- ٢٤- الشفاء بنت عبد الله - رضي الله عنها - .
- ٢٥- الخنساء - رضي الله عنها - .
- ٢٦- أسماء بنت أبي بكر - رضي الله عنها - .
- ٢٧- عائشة - رضي الله عنها - .
- ٢٨- زينب الغزالي - رحمها الله - .
- ٢٩- عائشة - رضي الله عنها - .
- ٣٠- معاذة العدوية - رحمها الله - .

مسابقة اكتشاف الخطأ (١)

أمامك مقال مخترع، وفي المقال أخطاء كثيرة تناقض العقيدة، وبعضها فيه نهي صريح من الرسول ﷺ، ما عليك إلا أن تكتشف هذه الأخطاء إن أمكن مع ذكر علة الخطأ.

قال الأستاذ عبد الله متحدثاً عن رحلته السنوية: "جاءني اتصال يعزم على أن آتي مسرعاً لحضور احتفال لمناسبة عظيمة، فحرصاً مني وتمشياً مع العادات والتقاليد الإسلامية لبيت الدعوة، فأخذت أهبطي للسفر، فلما أردت الخروج من الباب رأيت طيراً في السماء فأجلت الرحلة حتى تعالي النهار، وكان برفقتي زوجتي والساعة تشير إلى الحادية عشرة صباحاً عندما خرجت من البلد، فلما رأيت الخضرة والجمال قلت في نفسي لا زال في عالمنا بعض ما تهبه الطبيعة، فالتفت إلى زوجتي فإذا هي تقول ذاكرة الله: آمنت بالله، وتوكلت على الله، واستجرت برسول الله، وشاء القدر أن أصل قبل صلاة العشاء، فاستقبلني صديقي العزيز علي، فلما رأيته قال: لقد تأخرت. فقلت: وجدت صديقي أحمد فتحدثت معه، ثم سألتني عن طريقي في العيش منذ تفارقنا فقلت: يا علي، هذه طريقي، وما رأيت من ربي شراً، ثم قال لي: ما رأيك أن نزور حجة الله الشيخ/ محمد بن عبد السلام، فرحبت بالفكرة، وخرجنا إليه وسلمنا عليه واستمعنا إلى حديثه، وكان يتحدث عن الخيانة، وذكر بعض القصص، فلما فرغ قلت لصديقي علي: أجل من خان خان الله به، ثم عدنا إلى المنزل، ونمنا استعداداً للاحتفال، وفي الغد حضرنا الاحتفال وسعدنا وأنسنا، وودعت صديقي بعد أن قضيت يومين من أجمل أيام حياتي أدام الله أيامي".

إجابة المسابقة: الخطأ في قوله:

- ١- (وتمشياً مع العادات والتقاليد) وهذا خطأ لأن الدين الإسلامي دين تشريع من الحكيم الخبير، وليس تقاليد وعادات كما هي الأديان الأخرى؛ بل هي عبادات شرعها الله عز وجل.
- ٢- (فأجلت الرحلة حتى تعالى النهار) هذا من التطير الذي هو من الشرك حيث أجل الرحلة تشاؤماً من الطائر كعادة العرب.
- ٣- (لا زال في عالمنا بعض ما تهبه الطبيعة) لا تجوز هذه العبارة، لأن الذي يعطي ويهب هو الله عز وجل، ولأن الطبيعة مخلوقة.
- ٤- (واستجرت برسول الله) هذه الكلمة لا تجوز، بل هي شرك، لأن الاستجارة به في حياته بحضرته وفيما يقدر عليه جائزة، أما بعد موته فشرك أكبر.
- ٥- (و شاء القدر) لا تجوز، والصواب (و شاء الله)، لأن القدر ليس له تصرف في الأمور والمشية لله وحده.
- ٦- (وما رأيت من ربي شراً) كلمة خاطئة لأن الشر لا ينسب إلى الله عز وجل.
- ٧- (حجة الله) خطأ لأنه لا حجة لله على عباده إلا الرسل.
- ٨- (من خان خان الله به) لا تجوز هذه الكلمة، لأن الله عز وجل لا يخون.
- ٩- (أدام الله أيامي) هذا من الاعتداء في الدعاء، لأن دوام الأيام محال مناف لقول الله تعالى: ﴿كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ﴾ (الرحمن: ٢٦).

مسابقة اكتشاف الخطأ «٢»

أمامك مقال مخترع، وفي المقال أخطاء كثيرة تنافي العقيدة، وبعضها فيه نهي صريح من الرسول ﷺ، ما عليك إلا أن تكتشفي هذه الأخطاء إن أمكن مع ذكر علة الخطأ.

قال الدكتور محمد: "بعث إلى صديقي العزيز عبد الوهاب بطاقة دعوة لحضور حفل زواجه؛ لأن المحبة بيننا عظيمة، حالاً أجبته الدعوة اتجهت نحو بلدته مصطحباً معي زوجة أخي أحمد، ووصلت في الموعد المناسب، وسلمت على صديقي العزيز وقلت له بالرفاء والبنين، فقال لي: ما شاء الله زارنا النبي، ثم صورت أنا وصديقي صورة تذكارية بهذه المناسبة الجميلة. بعد ذلك تناولت طعام العشاء في مائدة عظيمة، ولما انتهيت حمدت الله وقلت: حمد وشكر وسبع بنات بكر، ثم انطلقت إلى صديقي العزيز وجلست بجانبه وقلت له: طال انتظاري لزواجك ولقد تحقق ولله الحمد، ولولا الله ووالدك ما تزوجت، وأنصحك في هذه المناسبة أن تذبج شاة وتترك دمها يسيل على الدرج لعدة أيام ثم انصرفنا أنا وإياه وسلمنا على النساء مصافحة، ثم ودعته مباركاً له حياته الجديدة، وكان من آخر وصاياي له أن يسمي أول مولود له أبراراً تفاؤلاً بالخير، وذكرته بالمثل المعروف إن أطاعك الزمان وإلا أطعه، وتعانقنا وافترقنا".

إجابة المسابقة: الخطأ في قوله:

- ١- (مصطحباً معي زوجة أخي) فعل محرم لأنه خلوة بأجنبية، وزوجة الأخ ليست من المحارم.
- ٢- (بالرفاء والبنين) كلمة تقال وهي مما لا ينبغي التهنئة بها؛ لأنها تهنئة جاهلية تتضمن الدعوة بأن يرزق أولاداً فقط؛ لأنهم كانوا يئدون البنات في الجاهلية، والإسلام أبطل هذا الفعل.
- ٣- (زارنا النبي) لا تجوز هذه الكلمة لأنها تشبيه للزائر بالنبي ﷺ.
- ٤- (ثم صورت أنا وصديقي صورة تذكارية) التصوير لغير حاجة كما في هذا المقال محرم ولا يجوز "أشد الناس عذاباً يوم القيامة المصورون".
- ٥- (حمد وشكر وسبع بنات بكر) هذه العبارة خاطئة ومخالفة للسنة بل يقال الحمد لله.
- ٦- (لولا الله ووالدك) شرك؛ بل يقال: (لولا الله ثم والدك).
- ٧- (أن تذبح شاة وتترك دمها يسيل على الدرج لعدة أيام) هذا باطل ولا صحة له، ولا يجوز اعتقاده.
- ٨- (وسلمنا على النساء مصافحة) لا يجوز مصافحة النساء الأجنيات (غير المحارم).
- ٩- (أن يسمي أول مولود له أبراراً) هذا الاسم ممنوع بعينه ولا

يسمى به، لأن النبي ﷺ غير اسم بره إلى زينب وجويرية، ولأن فيه نوعاً
من التزكية.

١٠- (إن أطاعك الزمان وإلا أطعه) الزمان لا يطيع أحداً، والمدبر
للزمان هو الله سبحانه وتعالى.

اعتمدي على الله ثم على قدراتك الذهنية « ١ »

من غير استخدام الآلة الحاسبة اعتمدي على قدراتك الذهنية..
قومي بإيجاد ناتج العمليات الحسابية التالية، ثم قومي بتحويل هذا
الناتج إلى ما يقابله من الحروف حسب التسلسل الهجائي، وعندها
سوف تحصلين على إجابة السؤال:

السؤال: من الصحابي الملقب بـ(عفيف المسألة)؟

$$= ١١ - ٢ \div ٣ \times ٨ \div ٢٢$$

$$= ١ - ١ + ٤٨ - ٥ \div ٢٤٥$$

$$= ٧ + -١ \div ٢ \times ٨٠$$

$$= ٥ - ١٣ - ١٠ - ٢٠ + ٣٠$$

$$= ١ - ٦ \div ٢ + ٤ \times ٩ \div ٣٦$$

$$= ٢ + ٢ \div ٢١ + ٢ \div ٥٠$$

$$= ٢ \div ٤ + ٢٠$$

$$= ١٠ + ٥٠ - ٢ \div ١٣٠$$

$$= ١ + ١ - ١ + ١ - ١$$

$$= ١ - ١ + ٧٥ - ٥ \div ٥٠٠$$

الجواب: (.....)

إجابة المسابقة: هو الصحابي الجليل مالك بن سنان --رضي
الله عنه--.

مسابقة أعيدي ترتيب الكلمات

أمامك مجموعة من الأمثال العربية أعيدي ترتيب كلماتها:

- ١- سوء وكيلة أحشفاً.
- ٢- الحين جاء حادت العين إذا.
- ٣- نعامة أسد وفي الحروب على.
- ٤- السيل الزبي بلغ.
- ٥- إياك عنقك لسانك وأن يضرب.
- ٦- أبلج لجلج الحق والباطل.
- ٧- كلام رب أبلغ سكوت من.
- ٨- ربما الأحمق أراد فضرك نفعك.
- ٩- الشاة تألم لا المذبوحة السلاح.
- ١٠- حيا قد أسمعت ناديت لو.
- ١١- كفى المرء معايبه أن فضلاً تعد.
- ١٢- لا فيها ناقة ولا جمل لي.

جواب مسابقة أعد ترتيب الكلمات:

- ١- أحشفاً وسوء كيلة.
- ٢- إذا جاء الحين حادت العين.
- ٣- أسد علي وفي الحروب نعامة.

- ٤- بلغ السيل الزبى.
- ٥- إياك وأن يضرب لسانك عنقك.
- ٦- الحق أبلج والباطل لجلج.
- ٧- رب سكوت أبلغ من كلام.
- ٨- ربما أراد الأحمق نفعك فضرك.
- ٩- الشاة المذبوحة لا تألم السلخ.
- ١٠- قد أسمعت لونا ديت حياً.
- ١١- كفى المرء فضلاً أن تعد معاييه.
- ١٢- لا ناقة لي فيها ولا جمل.

مسابقة اكتشاف الخطأ

أمامك مقال مخترع، وفي المقال أخطاء كثيرة تتايء العقيدة، وبعضها فيه نهى صريح من الرسول ﷺ.. ما عليك إلا أن تكشفى هذه الأخطاء إن أمكن مع ذكر علة الخطأ.

قال علي مخاطباً زميله محمداً: " لما انتقل والدي إلى الرفيق الأعلى أردت أن أحج عنه بعد موته، لكنى لم أستطع، ثم تذكرت أن الله موجود في كل مكان، فأكثرت من الاستغفار والدعاء له بالرحمة.

ومرة جلست في حديقة المنزل، وبجانبي نبات عباد الشمس أنظر إليه، منتظراً أذان الفجر، وعندما أذن تذكرت أبي -رحمه الله- عندما كان يوقظني للصلاة، مردداً ما يقول المؤذن، ثم يذهب بي إلى المسجد ثم يناولني المصحف كي أقرأ منه، وكان كثيراً ما يقول لي إذا خالفت الناس والمجتمع: أخطئ مع الناس ولا تصب وحدك؛ لأنه كان حريصاً على جمع الكلمة، ولم يكن - رحمه الله - يفلو في دينه بل كان كثيراً ما يقول: الدين لب وقشور، والمرء إذا حصل اللب كان على خير كثير، رحمه الله رحمة واسعة، حتى إنه مات قال كثير من أصحابه وأبناء بلده: ما يستاهل، بل كثير منهم لم يصدق بوفاته، ثم انطلقت إلى المسجد مرطباً خاطري بذكر المرحوم، وبحياة المصحف إنى لأستلذ الصعاب في شيء قليل أقدمه للأب الغالي".

إجابة المسابقة: الخطأ في قوله:

- ١- (إلى الرفيق الأعلى) قاعدة الإسلام عدم الشهادة لأحد بجنة أو نار إلا من شهد له النبي ﷺ.
- ٢- (الله موجود في كل مكان) هذا من الضلال، وهو مأخوذ من القول بوحدة الوجود.
- ٣- (عباد الشمس) العبودية لا تجوز إلا لله عز وجل، وتسمية هذه النبتة بهذا الاسم تسمية فاسدة فتجنب.
- ٤- (المصحف) ما كان لله فهو عظيم جميل حسن، والشيء المعظم شرعاً يجب تعظيمه، ولا يصغر مثل المسجد والمصحف وأسماء الله.
- ٥- (أخطئ مع الناس ولا تصب وحدك) هذا المثل خاطئ فكن مع الحق ولو كنت وحدك وليست العبرة بالكثرة.
- ٦- (الدين لب وقشور) هذا اصطلاح فاسد وعظيم الخطر، والواجب التوقي منه؛ لأن الدين ليس فيه قشور بل كله نافع.
- ٧- (ما يستاهل) هذا اللفظ اعترض على الله في حكمه وقضائه، وأمر المؤمن كله خير.
- ٨- (المرحوم) الحكم القطعي هذا مخالف للسنة، ولا يجوز التحديد لأحد بعينه أنه مرحوم أو مغفور له، بل يقال: (الله يرحمه).
- ٩- (وبحياة المصحف) لا يجوز، لأنه حلف بغير الله.

اعتمدي على الله ثم على قدراتك الذهنية «٢»

قومي بإيجاد العمليات الحسابية التالية.. ثم قومي بتحويل هذا الناتج إلى ما يقابله من الحروف حسب التسلسل الهجائي، وعندها سوف تحصلين على إجابة السؤال:

السؤال: من الملقب بـ(تاج الفقهاء)؟

$$= ١ - ٧ + ٦ \div ١٢٠$$

$$= ٣ - ٦ \div ٥٤$$

$$= ٤ + ١٠ - ٣ \div ٩٠$$

$$= ٣ + ٢٠ - ٨ \div ٢٠٠$$

$$= ٢٦ - ١٥ + ٤ \times ٣$$

$$= ٢٤ - ٥ \div ٩٠ + ١٤٥$$

$$= ٣ - ٥ \div ٢٧ + ٥٣$$

$$= ٨٠ - ٦ + ٥ \times ١٥$$

$$= ٣ - ١٠ + ١٧ - ٣٠$$

$$= ١ + ١٧ - ١٤ + ٢٠$$

$$= ٣ + ٢٥ - ٥ \div ٢٥٠$$

الجواب: (.....)

إجابة المسابقة: هو الإمام محمد الشافعي - رحمه الله -.

اعتمدي على الله ثم على قدراتك الذهنية « ٣ »

قومي بإيجاد العمليات الحسابية التالية.. ثم قومي بتحويل هذا الناتج إلى ما يقابله من الحروف حسب التسلسل الهجائي، وعندها سوف تحصلين على إجابة السؤال:

السؤال: من أول من دون العلم؟

$$= 6 - 4 + 12 + 14$$

$$= 1 - 6 \div 7 + 18 + 17$$

$$= 3 - 3 \times 5 \div 45$$

$$= 8 - 8 + 8 \div 8 \times 8$$

$$= 2 - 4 \div 1 + 2 \div 2 \times 11$$

$$= 1 + 10 + 6 \div 114$$

$$= 1 + 10 \div 21 - 11 \times 11$$

$$= 24 - 150 - 300 - 500$$

$$= 1 - 1 + 10 \div 10 + 10 - 100$$

$$= 7 + 2 \div 1 + 20 \div 820$$

الجواب: (.....)

إجابة المسابقة: هو الإمام محمد الزهري - رحمه الله -.



الموعظة البليغة



للمواعظ تأثير على القلوب، ووقع في النفوس؛ بل هي تسمى سياط
القلوب، وهي بحق سياط القلوب، ولكن سياط القلوب من ماذا؟
إنها سياط للقلوب من رقدتها، وسياط للقلوب من غفلتها، وسياط
للقلوب من سباتها العميق.
هذه هي المواعظ، اهتم بها السلف الصالح، وعشقها الصالحون

الأوائل، وتابعها أهل الخير والعلم في كل زمان إلى يوم المعاد.

وكان لزاماً علينا في منشطنا العظيم، الحافل بالطالبات والمعلمات؛ أن نوجه لهن شيئاً من هذه المواعظ، علها تذكر الغافلة، وتحصي النائمة، وتحيي الغارقة؛ لكن لا تظن أننا نحن - أقصد أنا وأنت - في غنى عنها، بل نحن أول المحتاجين إليها، ونحن من يجب أن نبادر إليها؛ وفي المقابل كان من الخير والبر أن نقلها إلى أجيلنا، بناقنا في مدارسهن، من خلال هذا المنبر الإعلامي (الإذاعة المدرسية).

وحتى نحفظ لهذه الفقرة أهميتها، وصبغتها الوعظية المهمة أود أن أضع أموراً ونقاطاً عدة، أتمنى أن تتبع بإتقان عند إلقاء هذه الفقرة:

أولاً: تخصيص يوم واحد أو يومين في الأسبوع لهذه الفقرة فقط؛ حتى لا تمل، وحتى تتشوق الطالبات إلى سماعها، ويبقى تأثيرها في نفوسهن.

ثانياً: ينبغي مراعاة قصر الموعظة، بحيث تكون في عدد قليل من السطور مثلاً سطر أو سطرين أو ثلاثة أو أربعة لا تزيد؛ حتى يسهل حفظها، وإدراك مغزاها، وحتى لا يطول الكلام ويتشتت القلب فيضيع الهدف المطلوب، وهذا هو غالب مواعظ السلف الصالح.

ثالثاً: على من وكلت بإلقاء هذه الفقرة سواءً من الطالبات أو المعلمات مراعاة ثلاثة أشياء عند إلقاء هذه الفقرة، وهي:

- 1- استحضار نية العمل بهذه الموعظة قبل نقلها للأخريات.
- 2- الهدوء والسكينة عند الإلقاء.
- 3- عمل وقفة أو وقفتين في أثناء إلقاء الفقرة؛ لشد انتباه الطالبات، ومن ثم حصول أكبر قدر من التأثير والوعظ - بإذن الله - .

٤- لا يمنع من قراءة هذه الفقرة الطالبات ممن هن على نوع من التقصير، أو التفريط في أمور الدين؛ لكن يفضل أن يخصص لها من هن على قدر كبير من الالتزام من الطالبات؛ حتى يحصل هناك قبول أكبر، فربما تساءل إحدى الطالبات بينها وبين نفسها: "ماذا لا تعظ نفسها قبل أن تعظ غيرها؟".

لذا أحببت التنويه؛ لكن أيضًا أذكر أنه لا مانع من إلقائها من كلتا الطالبتين الصالحة والمفرطة.. فمن يدري عليها تنقلب الأمور وتصبح المفرطة من أصلح الناس.



المقارنة بين علماء الدنيا وعلماء الآخرة

قال ابن الجوزي - رحمه الله - : تأملت التحاسد بين العلماء، فرأيت منشأه من حب الدنيا، فإن علماء الآخرة يتوادون ولا يتحاسبون، كما قال - عز وجل - : ﴿كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ ﴿٦٦﴾﴾ (الحشر: ٩)، وقال الله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا﴾ (الحشر: ١٠).

وقد كان أبو الدرداء: يدعو كل ليلة لجماعة من إخوانه. وقال الإمام أحمد بن حنبل لولد الشافعي: "أبوك من الستة الذين ادعوا لهم كل ليلة وقت السحر".
والأمر الفارق بين الفئتين: أن علماء الدنيا ينظرون إلى الرياسة فيها، ويحبون كثرة الجمع والثناء. وعلماء الآخرة، بمعزل من إيثار ذلك، وقد كانوا يتخوفونه، ويرحمون من بلي به.
وكان النخعي، لا يستند إلى سارية. وقال علقمة: أكره أن يوطأ عقبي. ويقال علقمة. وكان بعضهم، إذا جلس إليه أكثر من أربعة، قام عنهم. وكانوا يتدافعون الفتوى، ويحبون الخمول، مثل القوم كمثل راكب البحر، وقد خب، فعنده شغل إلى أن يوقن بالنجاة.
وإنما كان بعضهم يدعو لبعض، ويستفيد منه لأنهم ركب تصاحبوا فتوادوا، فالأيام والليالي مراحلهم إلى سفر الجنة.

إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم

قال ابن الجوزي - رحمه الله - :

من أحب تصفية الأحوال، فليجتهد في تصفية الأعمال.

قال الله - عز وجل - : ﴿ وَالَّذِينَ اسْتَفْتَمُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقِينَهُمْ مَاءً غَدَقًا

(الجن: ١٦) .

قال النبي ﷺ فيما يروي عن ربه - عز وجل - : «لو أن عبادي

أطاعوني لسقيتهم المطر بالليل، وأطلعت عليهم الشمس بالنهار، ولم أسمعهم صوت الرعد» رواه الإمام أحمد وضعفه الألباني.

وقال ﷺ: «البر لا يبلى، والإثم لا ينسى، والديان لا ينام، و كما

تدين تدان» رواه الإمام أحمد.

وقال أبو سليمان الداراني: "من صفى صفى له، و من كدر كدر

عليه، و من أحسن في ليلة كوفىء في نهاره، و من أحسن في نهاره كوفىء في ليله.

وكان شيخ يدور في المجالس، ويقول: "من سره أن تدوم له العافية،

فليتق الله عز وجل "

وكان الفضيل بن عياض، يقول: "إني لأعصي الله، فأعرف ذلك

في خلق دابتي، و جاريتي.

واعلم - وفقك الله - أنه لا يحس بضربة مبنج، وإنما يعرف الزيادة

من النقصان المحاسب لنفسه و متى رأيت تكديراً في حال فاذاكر نعمة

ما شكرت، أو زلة قد فعلت، واحذر من نفار النعم، ومفاجأة النقم، ولا تغتر بساط الحلم، فربما عجل انقباضه.

وقد قال الله - عز وجل - : ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ (الرعد : ١١).

وكان أبو علي الروذباري يقول: "من الاغترار أن تسيء، فيحسن إليك، فتترك التوبة، توهما أنك تسامح في العقوبات.

المغفل يجر على نفسه المحن

قال ابن الجوزي - رحمه الله - : "إذا تكامل العقل قي الذكاء والفتنة. والذكي يتخلص إذا وقع في آفة كما قال الحسن: إذا كان اللص ظريفا لم يقطع، فأما المغفل فيجني على نفسه المحن.

هؤلاء أخوة يوسف عليه السلام، أبعده عن أبيه ليتقدموا عنده، وما علموا أن حزنه عليه يشغله عنهم، وتهتمه إياهم تبغضهم إليه، ثم رموه في الجب فقالوا: ﴿يَلْقَظُهُ بَعْضُ السَّيَّارَةِ﴾ (يوسف: ١٠)، وليس بطفل إنما هو صبي كبير. وما علموا أنه إذا التقط يحدث بحاله، فيبلغ الخبر إلى أبيه، وهذا تفضيل. ثم إنهم قالوا: أكله الذئب، وجاؤوا بقميصه صحيحا، ولو خرقوه احتمل الأمر. ثم لما مضوا إليه يمتارون قال: ﴿أَتُنُونِي بِأَخٍ لَكُمْ﴾ (يوسف: ٥٩).

فلو فطنوا علموا أن ملك مصر لا غرض له في أخيهم. ثم حبسه بحجة، ثم قال: هذا الصواع يخبرني أنه كان كذا وكذا، هذا كله وما

يفطنون. فلما أحس بهذه الأشياء يعقوب عليه السلام قال: ﴿ أَذْهَبُوا
فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ ﴾ (يوسف: ٨٧)، وكان يوسف - عليه السلام - قد
نهى بالوحي أن يعلم أباه بوجوده. ولهذا لما إلتقيا قال له: هلا كتبت
إلي؟ فقال: إن جبريل - عليه السلام - منعني. فلما نهى أن يعرفه
خبره لينفذ البلاء كان ما فعل بأخيه تنبيها، فصار كأنه يعرض بخطبة
المعتدة. وعلى فهم يوسف والله بكى يعقوب لا على مجرد صورته."

أذل الذل التعرض للبخلاء والأمرء

قال ابن الجوزي - رحمه الله - : "الأدمي موضوع على مطلوبات
تشتت الهم، العين تطلب المنظور، واللسان يطلب الكلام، والبطن يطلب
المأكل، والفرج المنكوح، والطبع يحب جمع المال. وقد أمرنا بجمع الهم
لذكر الآخرة، والهوى يشتهه.

فكيف إذا اجتمعت إليه حاجات لازمة من طلب قوت البدن وقوت
العيال. وهذا يبكر إلى دكانه ويتفكر في التحصيل، ويستعمل آلة الفهم
في نيل ما لا بد منه. فأى هم يجتمع منه خصوصا إن أخذه الشره في
صورة فيمضي العمر، فينهض من الدكان إلى القبر. فكيف يحصل
العلم أو العمل أو إخلاص القصد أو طلب الفضائل. فمن رزق يقظه،
فينبغي أن يصابر لنيل الفضائل.

فإن كان متزهدا بغير عائلة اكتفى بسعي قليل، فقد كان السبتى
يعمل يوم السبت فيكتفي به طول الأسبوع. فإن كان له مال باضع به من

يكفيه بدينه، وثقته من أن يهتم هو. وإن كان له عائلة جمع همه في نية الكسب عليهم فيكون متعبدا. أو أن يكون قنية تنال كعقار ناصفه في نفقته ليكفيه دخله. وليقلل الهم على مقدار ما يمكنه من حذف العلائق جهده ليجمع الهم في ذكر الآخرة. فإن لم يفعل أخذ في غفلته وندم في حفرته.

وأقبح الأحوال حال عالم فقيه كلما جمع همه لذكر الآخرة شتته طلب القوت للعائلة.

وربما احتاج إلى التعرض للظلمة وأخذ الشبهات وبذل الوجه، فيلزم هذا التقدير في النفقة. وإذا حصل له شيء من وجه دبر فيه. ولا ينبغي أن يحمله قصر الأمل على إخراج ما في يده، فقد قال: لأن تترك ورثتك أغنياء خير من أن تتركها عالة يتكففون الناس وأذل من كل ذل التعرض للبخلاء والأمراء. فليدبر أمره، ويقلل العلائق، يحفظ جاهه. فالأيام قلائل. وقد بعث إلى أحمد بن حنبل فسأله ابنه قبوله فقال: (يا صالح صني، ثم قال: أستخير الله، فأصبح فقال: يا بني قد عزم لي ألا أقبله). هذا وكان العطاء هنيا، وجاءه من وجوه. فانعكس الأمر اليوم."

منازل المقرين

يقول بعض الصالحين: " رأيت غلاماً بطريق مكة قائماً يصلى، وقد انقطع عن القافلة، فوقفت انتظره، فأطال الصلاة، فلما سلم قلت له: سلام عليك. قال: وعليك السلام.

فقلت له: إنك قد انقطعت عن الركب، ألك رفيق يؤانسك حتى تلحق به؟

قال: نعم. هو أمامي وخلفي، وعن يميني وعن شمالي. فعرفت أنه من العارفين بالله.

فقلت: ألك زاد؟

قال: نعم.

فقلت: فأين هو؟

قال: في قلبي إخلاصي لربي.

فقلت: هل لك في مرافقتي؟

قال: الرفيق يشغل عن الله، ولا أحب أحداً يشغلني عنه.

فقلت: من أين تأكل؟

قال: الذي أطعمني في ظلمة الأحشاء صغيراً، قد تكفل برزقي

كبيراً.

فقلت: فهل من حاجة؟

قال: نعم؛ إذا رأيتني بعد هذا اليوم فلا تكلمني.

فقلت: ادع الله لي.

فقال: حجبك الله عن كل معصية، وشغلك بما يقربك إليه.

فقلت: فأين اللقاء بعد هذا اليوم؟

قال: ما بعد هذا اليوم لقاء؛ فإن كنت من أهل القرب فاطلبنى
غداً في منازل المقربين.

فقلت: وأين أجدك بينهم؟

قال: في زمرة الناظرين إلى الله.

يطلب مكارم الأخلاق

تقول أم الدرداء - رضي الله عنهما - : "بات أبو الدرداء ذات
ليلة يصلى فجعل يبكي ويقول: اللهم أحسن خلقي كما أحسنت خلقي..
حتى أصبح فقلت: ما كان دعاؤك منذ الليلة إلا في حسن الخلق؟
فقال: يا أم الدرداء إن العبد المسلم يحسن خلقه... حتى يدخله
حسن خلقه الجنة، ويسوء خلقه حتى يدخله سوء خلقه النار، وإن العبد
المسلم ليغفر له وهو نائم!

قالت: وكيف ذلك يا أبا الدرداء؟

قال: يقول أخوه من الليل فيتهجد فيدعو الله فيستجيب له
وكان يقول --رضي الله عنه-- : "كنت تاجراً في الجاهلية...
فلما جاء الإسلام أخذت التجارة والعبادة فلم يجتمعا لي، فأقبلت على
العبادة وتركت التجارة".

ورأى أبو الدرداء رجلاً ففجأ من قوته، فقال له: "أما مرضت

قط؟

قال الرجل: لا.

فقال له: أما صدعت قط..؟

قال الرجل: لا.

فقال: بؤساً لهذا يموت بخطيئته"

وكان يقول --رضي الله عنه--: "إذا جاءك أمر لا طاقة لك

به.. فاصبر وانتظر الفرغ من الله".

وكان يقول --رضي الله عنه--: "ما من رجل يغدو إلى المسجد

بخير يتعلمه أو يعلمه.. إلا كتب الله له أجر المجاهد، ولا ينقلب إلا

رابحاً".

ومن مواعظه --رضي الله عنه--: "ثلاث من ملاك أمر ابن آدم:

أن لا تشكو مصيبتك، ولا تحدث بوجعك، ولا تزكى نفسك بلسانك".

وهبته الله

العالم الكبير: سفيان الثوري - رحمه الله - روى عنه الذين

عاصروه فقالوا: "لما بلغ سفيان الثوري خمسة عشر عاماً. قال لأمه: يا

أماه هبيني لله تعالى.

فقالت: يا ولدي إنما يهدي للملوك من يصلح لهم، وأنت ما فيك

شيء يصلح لله.

فاستحيا ودخل بيتاً فأقام فيه خمس سنين متوجهاً إلى الله
بالعبادة والصلاة والقيام.

فدخلت عليه أمه ذات يوم فوجدته مجتهداً في العبادة وعليه آثار
السعادة، فقبلته بين عينيه وقالت: يا ولدي الآن قد وهبتك لله.
فخرج من عندها وغاب عنها عشر سنين في ساحته متلذذاً
بعبادته، فاشتاق إلى أمه فزارها ليلاً، فلما طرق الباب نادته من وراء
الحجاب: يا سفيان من وهب لله شيئاً فلا يعود فيه، وأنا قد وهبتك له
فلا أراك إلا بين يديه!!

وسئل سفيان الثوري: ما الزهد في الدنيا؟

قال: سقوط المنزلة، وقصر الأمل.

وكان يقول في دعائه: "اللهم اجعل الدنيا في أيدينا، ولا تجعلها في
قلوبنا".

وكان كثير البكاء؛ فلما سئل عن ذلك، قال: "أخاف أن أكون في
أم الكتاب شقياً"

وكان يقول: "الورع ملاك الدين، واستكمال أمر الآخرة".

• وقالوا عنه: "لولا الثوري لمات الورع".

ساد سفيان - رحمه الله - الناس بالورع والعلم.

عباد الله الصالحين

يقول الحسن البصري - رحمه الله - : "والله لقد أدركت سبعين
بدرياً - شهدوا غزوة بدر - أكثر لباسهم الصوف، لو رأيتموهم لقلت:
مجانين!

ولو رأوا خياركم لقالوا: ما لهؤلاء من خلاق!
ولو رأوا شراركم لقالوا: ما يؤمن هؤلاء بيوم الحساب!
ولقد رأيت أقواماً، كانت الدنيا أهون على أحدهم من التراب
تحت قدميه!

ولقد رأيت أقواماً، يمسي أحدهم لا يجد عشاء إلا قوتاً واحداً،
فيقول: لا أجعل كل هذا في بطني، ولأجعلن بعضه لله؛ فيتصدق ببعضه
وإن كان هو أحوج ممن يتصدق عليه!
ولقد أدركت أقواماً، ما كانوا يفرحون بشيء من الدنيا أقبل، ولا
يتأسفون على شيء منها أدبر.

أدركتهم عاملين بكتاب ربهم، وسنة نبيهم؛ إذا جنهم الليل
فقيام على أطرافهم يفترشون وجوههم تجري دموعهم على خدودهم،
يناجون ربهم في رقابهم، إذا عملوا الحسنة فرحوا بها، ودأبوا في
شكرها، وسألوا الله أن يتقبلها منهم.

وإذا عملوا السيئة أحزنتهم وسألوا الله أن يغفرها لهم؛ فما سلموا
من الذنوب، ولا نجوا إلا بالمغفرة.

دار الفناء... ودار البقاء

بني الحجاج بن يوسف الثقفي داراً جميلة بالشام، فغدت متعة للناظرين، وتحفة للزائرين.

وقد زارها العالم العابد، والواعظ الناصح، والزاهد الناسك، والفقهاء المحدث، والبليغ المؤدب: الحسن البصري.

فلما شاهدها قال: "الحمد لله.. إن الملوك ليرون لأنفسهم عزاً، وإنا لنرى فيهم كل يوم عبداً، يعمد أحدهم إلى قصر فيشيده، وإلى فرش فينجده، وإلى ملابس ومراكب فيحسنها، ثم يحف به ذباب طمع، وفرش نار، وأصحاب سوء، فيقول: انظروا ما صنعت؟

فقد رأينا أيها المغرور، فكان ماذا يا أفسق الفاسقين؟ أما أهل السماوات فقد مقتوك، وأما أهل الأرض فقد لعنوك، بنيت دار الفناء، وخرجت دار البقاء، وغررت في دار الغرور، لتذلل في دار الحبور!"

ووصل خبره إلى الحجاج، وبلغه ما قال، فاشتد غضبه، وغلت حفيظته، وهاجت مشاعره، وجمع أهل الشام فقال: "يا أهل الشام.. أيشتمني عبد من عبيد أهل البصرة وأنتم حضور فلا تتكرونها؟ ثم أمر بإحضاره على الفور.

فجاء حتى دخل على الحجاج في جراءة وشجاعة وثبات. فقال الحجاج له: يا أبا سعيد؛ أما كان لإماراتي عليك حق حين قلت ما قلت؟

فقال: يرحمك الله أيها الأمير، إن من خوفك حتى تبلغ أمك،

أرْفَقَ بِكَ وَأَحَبَ فِيكَ مِمَّنْ أَمَنَكَ حَتَّى تَبْلُغَ الْخَوْفَ، وَمَا أَرَدْتَ الَّذِي سَبَقَ
إِلَى وَهْمِكَ، وَالْأَمْرَانِ بِيَدِكَ: الْعَفْوُ وَالْعَقُوبَةُ؛ فَافْعَلِ الْأَجْدَرَ بِكَ، وَعَلَى
اللَّهِ فَتَوَكَّلْ، وَهُوَ حَسْبُنَا وَنَعْمَ الْوَكِيلُ.
فَاسْتَحْيَا الْحِجَاجَ مِنْهُ، وَاعْتَذَرَ إِلَيْهِ، وَأَكْرَمَهُ وَحِبَاهُ.

علماء الآخرة

قال بعض الصالحين: "خمس من الأخلاق هي من علامات علماء
الآخرة، مفهومة من خمس آيات من كتاب الله - عز وجل - :
الخشية، والخشوع، والتواضع، وحسن الخلق، وإيثار الآخرة على
الدنيا.

فَأَمَّا الْخَشْيَةُ فَمَنْ قَوْلُهُ تَعَالَى: ﴿وَمِنَ النَّاسِ وَالْذَوَابِّ وَالْأَنْعَامِ
مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ، كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ
﴿٢٨﴾ (فاطر: ٢٨).

وَأَمَّا الْخَشُوعُ فَمَنْ قَوْلُهُ تَعَالَى: ﴿وَإِنَّ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَمَنْ
يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْكُمْ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْهِمْ خَشِعِينَ لِلَّهِ لَا يَشْتَرُونَ بِعَائِدَتِ
اللَّهِ ثَمَنًا قَلِيلًا أُولَئِكَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ
الْحِسَابِ ﴿١٩٩﴾ (آل عمران: ١٩٩).

وَأَمَّا التَّوَاضُعُ فَمَنْ قَوْلُهُ تَعَالَى: ﴿وَخَفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ
الْمُؤْمِنِينَ ﴿٢١٥﴾ (الشعراء: ٢١٥).

وأما حسن الخلق فمن قوله تعالى: ﴿فِيمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَئِن لَّمْ يَكُنِ اللَّهُ غَافِقًا لِّمَا تُكْفِرُونَ لَأَلْجَأَنَّكُمْ إِلَىٰ عَذَابٍ أَلِيمٍ﴾ (آل عمران: ١٥٩).

وأما الزهد فمن قوله تعالى: ﴿وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِّمَنْ ءَامَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلْقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ﴾ (القصص: ٨٠).

وقرأ الرسول ﷺ: ﴿فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ﴾ (الأنعام: ١٢٥).

ف قيل له: ما هذا الشرح..؟

فقال: إن النور إذا قذف في القلب انشرح الصدر...

قيل: فهل لذلك من علامة...؟

قال: نعم... التجايف عن دار الغرور... والإجابة إلى الدار الخلود...

والاستعداد للموت قبل نزوله."

نصرة النعيم

المخلصون الأبرار في نعمة وارفعة، وصحة وعافية، وعيشة راضية،
وحياة هانئة، في جنة عالية.

وجوههم نصرة، ضاحكة مستبشرة، مسرورة سعيدة.

قال تعالى: ﴿ إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ﴿٢٢﴾ عَلَى الْأَرَائِكِ يُنظَرُونَ ﴿٢٣﴾ تَعْرِفُ فِي
وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ ﴿٢٤﴾ يُسْقَوْنَ مِنْ رَحِيقٍ مَحْحُومٍ ﴿٢٥﴾ خِتْمُهُ مِسْكًَ وَفِي ذَلِكَ
فَلْيَتَنَفَّسِ الْمُنْتَفِسُونَ ﴿٢٦﴾ ﴾ (المطففين: ٢٢-٢٦).

وقال تعالى: ﴿ وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَاعِمَةٌ ﴿٨﴾ لَسَعِبَهَا رَاضِيَةٌ ﴿٩﴾ فِي جَنَّةٍ عَالِيَةٍ
﴿ ١٠ ﴾ ﴾ (الغاشية: ٨-١٠).

قال ابن الجوزي رحمه الله... يصف وجوههم النصرة:

وجوه طال ما غسلتها دموع الأحزان..

وجوه طال ما غبرتها حرقات الأشجان..

وجوه تخبر عن القلوب إخبار العنوان..

حرسوا الوقت باليقظة، وحفظوا الزمان، وشغلوا العيون بالبكاء،

والألسن بالقرآن.

فإذا رأيتم يوم الجزاء، رأيتم الفوز العظيم: ﴿ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ
نَضْرَةَ النَّعِيمِ ﴿٢٤﴾ ﴾ (المطففين: ٢٤).

أشرقت وجوههم في الدنيا بحسن المجاهدة، وتشرق قلوبهم

ووجوههم يوم القيامة بالقرب والمشاهدة.

أشرقت وجوههم في الليل بنور السهر، وتشرق غداً بمشاهدة
الحق إذا ظهر.

أشرقت وجوههم في الدنيا بجريان الدموع على الخدود، وتشرق
غداً في جنان الخلود؛ فإذا رأيتهم في سرور ما فيه ما يضيئ: ﴿تَعْرِفُ فِي
وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ﴾ (المطففين: ٢٤).

دعاء الصالحين

كان مطرف بن الشخير -رحمه الله- من كبار التابعين المتواضعين وكان من أصحاب الكرامات، والدعوات المستجابة.

يقول حميد بن هلال: "كان مطرف بينه وبين رجل من قومه شيء، فكذب الرجل على مطرف، وادعى عليه زوراً وبهتاناً.

فقال له مطرف: إن كنت كاذباً فعجل الله حتفك.

قال: فمات الرجل مكانه.

قال: فاستعدي أهل الرجل زياداً على مطرف.

فقال لهم زياد: هل ضربه؟

قالوا: لا.

قال: هل مسه بيده..؟

فقالوا: لا.

فقال: رجل صالح وافقت دعوته قدراً... فلم يجعل له شيئاً".

دعوة .. وإجابة

بعث الحجاج إلى الزهاد الثلاثة: حبيب بن أبي ثابت، وسعيد بن جبير، وطلق بن حبيب؛ فأصابهم عطش وخوف شديد من الحجاج.

فقال سعيد لحبيب: ادع الله.

فقال له حبيب: إني أراك عند الله أفضل مني.

فدعا سعيد، وأمن صاحبه.

فرفعت سحابة، فمطروا، فشربوا، وسقوا، واستسقوا".

وقال ابن سعيد في الطبقات: "هاجرت أم أيمن الحبشية إلى المدينة، وفي طريق هجرتها عطشت ولم يكن معها ماء، وكانت صائمة، فجهدها العطش، فدلى لها من السماء دلو أبيض؛ فأخذته فشربت منه حتى رويت، فكانت تقول:

"ما أصابني بعد ذلك عطش أبداً، ولقد تعرضت للعطش بالصوم في الهواجر، فما عطشت بعد تلك الشربة".

قال أحد الصالحين: "كنا في البحر، فهبت الرياح، وهاجت الأمواج؛ فبكى الناس وخافوا، وكان معهم في السفينة العالم الزاهد إبراهيم بن أدهم.

فقال: يا أبا إسحاق أما ترى ما الناس فيه؟

قال: اللهم قد أريتنا قدرتك، فأرنا عفوك.

قال: فهدأت السفينة".

الخوف من النار

يقول كعب --رضي الله عنه-- : "قال لي عمر بن الخطاب
--رضي الله عنه-- يوماً وأنا عنده: يا كعب خوفنا وعظنا..!
قال: فقلت يا أمير المؤمنين: أو ليس فيكم كتاب الله، وحكمة رسول
الله ﷺ.

قال: بلى؛ ولكن يا كعب خوفنا.

فقال: يا أمير المؤمنين؛ اعمل عمل رجل لو وافيت القيامة بعمل
سبعين نبياً لازدرأت عملك مما ترى.

فاطرق عمر ملياً ثم قال: زدنا يا كعب.

فقال: يا أمير المؤمنين؛ لو فتح من جهنم قدر منخر نور بالمشرق،
ورجل بالمغرب لغلا دماغه حتى يسيل من حرها.

فبكى عمر ثم قال: زدنا يا كعب.

فقال: يا أمير المؤمنين.. إن جهنم لتزفر يوم القيامة زفرة ما بقي
ملك مقرب ولا نبي مصطفى إلا خر جاثياً على ركبتيه.

قال: ويقول: رب نفسي؛ لا أسألك اليوم إلا نفسي.

فبكى عمر ثم قال: زدنا.

فقال: يا أمير المؤمنين، أو ليس تجدون هذا في كتاب الله؟

قال: كيف؟

فقال: أن الله يقول في سورة النحل: ﴿يَوْمَ تَأْتِي كُلُّ نَفْسٍ

تُجَادِلُ عَنْ نَفْسِهَا وَتُؤَفِّقُ كُلَّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ وَهَمُّمْ لَا يُظْلَمُونَ ﴿١١١﴾
(النحل: ١١١).

أنقذه من القتل

كان سفيان بن عيينة من العلماء الأذكياء، أنعم الله عليه بالعقل الراجح، واللسان الحلو، والمنطق الجميل، والنصح الرشيد، وقد حدث عنه كبار الأئمة الأعلام كالثوري والأوزعي.

يحدث عن نفسه فيقول:

"دعاني أبي وأنا ابن خمسة عشر عاماً وقال لي: يا سفيان قد انقطعت عنك شرائع الصبا؛ فاحتفظ من الخير تكون من أهله، ولا يغرنك من اغتر بالله فمدحك بما يعلم الله خلافه منك؛ فإنه ما من أحد يقول في أحد من الخير إذا رضى إلا وهو يقول فيه الشر مثل ذلك إذا سخط.

فاستأنس بالوحدة من جلساء السوء، ولا تقل أحسن ظني بك إلا من أطاعهم".

قال سفيان: "فجعلت وصية أبي قبلة أميل معها ولا أميل عنها".

وذات يوم وهو بمكة، بعث إليه هارون الرشيد أمير المؤمنين.

يقول سفيان: "دخلت على هارون الرشيد؛ فخرج إلي جعفر البرمكي فقال: يا أبا محمد أمير المؤمنين على غضب، فلا تتكلم بشيء إلا أن يسألك؛ فدخلت وهو مستلق، ورجل بين يديه وفي يده قيد، وهو

يقول: قتلني الله إن لم أقتلك، فعل الله بي إن لم أفعل ذلك.
والرجل يقول: مكذوب على أمير المؤمنين.
فأمر هارون بضرب عنق الرجل بالسيف.
فقلت في نفسي: وجب على أن أتكلم.
فقلت: يا أمير المؤمنين! احمله على كتاب الله، أو على سنة رسول
الله ﷺ.

قال هارون: وما قال الله؟

قلت: قال الله تعالى في سورة الحجرات: ﴿يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا
إِن جَاءَكُمُ فَاسِقُ بِنَاٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِمَهَلَةٍ فَتُصْحِرُوا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ
(الحجرات: ٦)﴾.

فاستوى جالساً ثم قال: وما قال رسول الله؟

قلت: كان رسول الله لا يأخذ بالظن..!

فقال: أطلقوا سراح الرجل.

فخرجت فاستقبلني جعفر البرمكي فقال: جزاك الله خيراً
أنقذت رجلاً من القتل، وقد أمر لك أمير المؤمنين بعشرين ألف درهم،
أتمها أنا من عندي ثلاثين ألفاً، فأرسل من يقبضها.

قال سفيان: "دخلت على أمير المؤمنين، حدثته بكتاب الله وبسنة
رسول الله، وأنقذت رجلاً من القتل، وانقلبت إلى أهلي بثلاثين ألفاً.

خير الدواء

قال رجل لسفيان الثوري الفقيه: إني لأشكو من مرض البعد عن الله، فما هو العلاج؟

فقال له سفيان: "عليك بعروق الإخلاص، وورق الصبر، وعصير التواضع، وضع هذا في إناء التقوى، وصب عليه ماء الخشية، وأوقد عليه بنار الحزن، وصفه بمصفاة المراقبة، وتناوله بكف الصدق، واشربه من كأس الاستغفار، وتمضمض بالورع، وابتعد عن الحرص والطمع، تشف من مرضك بإذن الله".

وسئلت أعرابية عجوز؛ احتفظت بجمالها ونضارة وجهها، وبهاة منظرها، أي مواد التجميل تستعملين؟

فقالت: "أستخدم لشفتي الحق، ولصوتي الصلاة، ولعيني الرحمة، وليدي الإحسان، ولقوامي الاستقامة، ولقلبي الحب".

وجاء رجل إلى رسول الله ﷺ يشكو إليه قسوة قلبه..!

فقال له: "امسح رأس اليتيم، وأطعم المسكين".

وقال الحسن: "كلمات أحفظهن من التوراة: "قتع ابن آدم فاستغنى، واعتزل الناس فسلم، وترك الشهوة فصار حراً، وترك الجسد فظهرت مروءته، وصبر قليلاً فتمتع طويلاً".

حسن الظن

قال ثابت البناني - رحمه الله - : " كان شاب مسرف على نفسه، وكانت أمه تعظه وتقول: يا بني إن لك يوماً فاذكر يومك.

فلما نزل به الموت قالت: قد كنت أذكرك مصرعك هذا، وأقول لك: أن لك يوماً؛ فاذكر يومك.

فقال: يا أمي.. إن لي رباً كثيراً المعروف؛ فأنا أرجو أن لا يعذبني اليوم ربي بفضل معروفه، وأن يرحمني، وويلي إن لم يغفر لي ربي.

قال: فرحمه الله بحسن ظنه بربه "

وقال عبد الله الصنعاني: " رأيت يزيد بن هارون في المنام بعد موته بأربع ليال، فقلت: ما فعل الله بك؟

قال: تقبل الله مني الحسنات، وتجاوز عن السيئات.

قلت: وما كان بعد ذلك؟

قال: وهل يكون من الكريم إلا الكرم، غفر لي ذنوبي وادخلني الجنة.

قلت: بما نلت الذي نلت؟

قال: بمجالس الذكر، وقولي الحق، وصدقني في الحديث، وطول قيامي في الصلاة، وصبر على الفقر.

قلت: منكر ونكير حق؟

قال: إي والله الذي لا إله إلا هو، لقد أقعداني وسألاني: من ربك،

وما دينك، ومن نبيك؟

فجعلت أنفض لحيتي البيضاء من التراب وقلت: مثلي يسأل؟
أنا يزيد بن هارون الواسطي، كنت في دار الدنيا ستين سنة أعلم
الناس؟

فقال أحدهما: صدق؛ هو يزيد بن هارون، نم نومه العروس، فلا
روعة عليك بعد اليوم".

مواعظ الأيام

• كان عبد الرحمن بن يزيد بن معاوية صديقاً لعبد الملك بن
مروان، فلما مات عبد الملك، وتفرق الناس عن قبره، وقف عليه فقال
له: "أنت عبد الملك الذي كنت تعدني فأرجوك، وتوعدني فأخافك،
وليس معك من ملكك غير ثوبك، وليس لك منه غير أربعة أذرع في
عرض ذراعين"

ثم عاد إلى بيته ولازم العبادة حتى مات.

• لما اختصر هارون الرشيد، أمر بحفر قبره، ثم حملوه إليه
فنظر فيه وبكى حتى رحمه من حضره.

ثم قال: "يا من لا يزول ملكه ارحم من زال ملكه..!"

• دخلت ابنة النعمان بن المنذر على معاوية، فقال لها: أخبريني
عن حالكم كيف كان؟

قالت: "أمسينا مساء وليس في العرب أحد إلا وهو يرغب إلينا،
ويرهب منا.

فأصبحنا صباحاً وليس في العرب أحد إلا ونحن نرغب إليه...
ونرهب منه.."

• كان سفيان الثوري يقول: "الدنيا دار التواء لا دار استواء،
ودار ترح لا دار فرح، من عرفها لم يفرح برخاء، ولم يحزن على
شقاء"

• قال بعض الحكماء: "الدنيا سكرات، أماتت شاربها وهم
أحياء، فعموا وهم يبصرون، وضموا وهم يسمعون، وخرسوا وهم
ينطقون".

• عن أبي هريرة --رضي الله عنه-- قال: قلنا يا رسول
الله ما لنا إذا كنا عندك رقت قلوبنا، وساق الحديث إلى أن قال:
قلت الجنة ما بناؤها. فقال رسول الله ﷺ: «لبنة من فضة ولبنة
من ذهب، وملاطها المسك الأذفر، وحصباؤها اللؤلؤ والياقوت، وتربتها
الزعفران. من يدخلها ينعم لا يبأس، ويخلد لا يموت، ولا تبلى ثيابهم
ولا يفنى شبابهم...» أخرجه أبو داود.

• الإنسان العاقل اللبيب، هو من يتخذ من مرور الأيام، وانقضاء
الشهور والأعوام عبرة لذاته، وموعظة لنفسه، فيغتنم وقته، ويعمل
لغده، ويسارع إلى العمل الصالح الذي ينفعه يوم يلقي الله تعالى؛ فكل
يوم يمر على الإنسان ينقص من أجله، ربح فيه أم خسر.

• يقول الحسن البصري: ما من يوم ينشق فجره إلا وينادي:
"يا ابن آدم أنا يوم جديد، وعلى عملك شهيد، فاغتنمني فإنني لا
أعود إلى يوم القيامة".

وكان يقول - رحمه الله - : "يا ابن آدم، اليوم ضيفك، والضيف
مرتحل، يحمذك أو يذمك"

• ونظر بعض الصالحين إلى كثرة الناس وزينة لباسهم في يوم
العيد فقال: "هل ترون إلا خرقاً تبلى... أو لحماً يأكله الدود غداً؟"

• وقال بعض الصالحين: "عيوب الدنيا بادية، وهي بعبورها
ومواعظها منادية، فالتمسوا نعيماً لا موت فيه".

• ويعظ بعض الصالحين فيقول: "هلموا إلى دار لا يموت
سكانها... ولا يخرب بنيانها... ولا يهرم شبانه... ولا يتغير حسنها
واحسانها.

هواؤها النسيم، وماؤها التسنيم، يتقلب أهلها في رحمة أرحم
الراحمين، ويتمتعون بالنظر إلى وجه الكريم كل حين".

الموت والقبر

قال ميمونة بن مهران: "خرجت مع عمر بن عبد العزيز - رضى الله عنه - إلى المقبرة، فلما نظر إلى القبور بكى، ثم أقبل على فقال: يا أبا أيوب، هذه قبور آبائى كأنهم لم يشاركوا أهل الدنيا في لذتهم وعيشهم.

أما تراهم صرعى قد حلت بهم المثلات، واستحكم فيهم البلاء، وأصاب الهوام في أبدانهم مقيلاً.

ثم بكى حتى غشى عليه، ثم أفاق فقال: انطلق بنا فوالله ما أعلم أحداً أنعم ممن صار إلى القبور وقد آمن من عذاب الله" وقال بعض الصالحين: "كلنا أيقن الموت، وما نرى له مستعداً، وكلنا أيقن بالجنة، وما نرى لها عاملاً.

وكلنا أيقن بالنار، وما نرى لها خائفاً؛ فعلام تفرحون؟ وما عسيتم تنتظرون؟

الموت؛ فهو أول وارد عليكم من الله بخير أو بشر، فسيروا إلى ربكم سيراً جميلاً.

ويقول أبو زكريا التيمي: "كان سليمان بن عبد الملك في المسجد الحرام، فوجد حجراً منقوشاً فطلب من يقرأه؛ فإذا فيه: ابن آدم.. لو رأيت قرب ما بقى من أجلك لزهدت في طول أملك، ولرغبت في الزيادة من عملك، لقصرت من حرصك وحيلك، وإنما يلقاك ندمك لو قد زلت

بك قدمك، وأسلمك أهلك وحشمك، فبان منك الولد والنسب.
فلا أنت إلى دنياك عائد، ولا في حسناتك زائد؛ فاعمل ليوم
القيامة يوم الحسرة والندامة".

قال أبو سعيد الخدري --رضي الله عنه--: "إنه لم يأت على
القبر يوم إلا تكلم فيه، فيقول: أنا بيت الغربية، أنا بيت الوحشة، أنا بيت
الوحدة، أنا بيت الظلمة، أنا بيت التراب، أنا بيت الدود، ويحك يا ابن
آدم! أليس قد حذرتني وحذرت ضيفي وظلمتي وندمتي وهولي؟! هذا ما
أعددت لك، فما أعددت لي.

سكرات الموت

دخل يعلى بن مخلد على الحجاج بن يوسف الثقفي في مرض
الموت.

فقال له: كيف ترى ما بك يا حجاج من غمرات الموت وسكراته؟
فقال: يا يعلى، غماً شديداً، وجهداً جهيداً، وألماً مريضاً، ونزعاً
حريضاً، وسفراً طويلاً، وزاداً قليلاً؛ فويلي إن لم يرحمني الجبار.

فقال له: يا حجاج إنما يرحم الله من عباده الرحماء الكرماء،
أولى الرحمة والرأفة، والتحنن والتعطف على عباده وخلقه.

أشهد أنك قرين فرعون وهامان، لسوء سيرتك، وترك ملتك،
وتكبك عن قصد الحق، وسنن المحجة، وأثار الصالحين.

قتلت صالحى الناس فأفنتهم، وأبرت عترة التابعين فتبترتهم،

وأطلعت المخلوق في معصية الخالق، وأهرقت الدماء، وضربت الأبخار، وهتكت الأستار، واتبعت سياسة متكبر جبار، لا الدين أبقيت، ولا الدنيا أدركت.

أعززت بني مروان، وأذلت نفسك، وعمرت دورهم، وأخربت دارك، فالיום لا ينجونك، ولا يغيثونك، إذ لم يكن لك في هذا ولا لما بعده نظر، لقد كنت لهذه الأمة اهتماماً واغتماماً، وعناء وبلاء؛ فالحمد لله الذي أراحها بموتك، وأعطاها منهاها بخزيك.

قال: فكأنما قطع لسانه عنه، فلم يجر جواباً، وتنفس الصعداء، وخنقته العبرة، ثم رفع رأسه وقال: يا رب أنت الغفور الرحيم.

وقال لعبد الملك بن مروان وهو على فراش الموت: "كيف تجدك يا أمير المؤمنين؟"

قال: كما قال الله تعالى: ﴿وَلَقَدْ جِئْتُمُونَا فُرَادَى كَمَا خَلَقْنَاكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَتَرَكْتُمْ مَا خَوَّلْنَاكُمْ وَرَاءَ ظُهُورِكُمْ وَمَا نَرَى مَعَكُمْ شُفَعَاءَكُمُ الَّذِينَ زَعَمْتُمْ أَنَّهُمْ فِيكُمْ شُرَكَاءُ لَقَدْ تَقَطَّعَ بَيْنَكُمْ وَضَلَّ عَنْكُمْ مَا كُنْتُمْ تَزْعُمُونَ ﴿٩٤﴾﴾ (الأنعام: ٩٤).

المسكرات السبع

سكر الشراب، وسكر الشباب، وسكر المال، وسكر الجمال، وسكر القوة، وسكر السلطان. أما السكره الحقيقية الشديدة فهي سكرة الموت. قال تعالى: ﴿ وَجَاءَتْ سَكْرَةُ الْمَوْتِ بِالْحَقِّ ذَلِكَ مَا كُنْتَ مِنْهُ تَحِيدُ ﴾ (ق: ١٩).

وعن عائشة - رضي الله عنها - قالت: " رأيت رسول الله ﷺ وهو بالموت، وعنده قدح فيه ماء، وهو يدخل يده في القدح، ثم يمسح وجهه بالماء، ثم يقول: "اللهم أعني على غمرات الموت وسكرات الموت". وسكرات الموت: شدته.

يروى أن الحسن البصري - رحمه الله - دخل على مريض يعوده، فوجده في سكرات الموت، فنظر إلى كربه وشدة ما نزل به، فرجع إلى أهله بغير اللون الذي خرج به من عندهم، فقالوا له: الطعام يرحمك الله، فقال: يا أهلاه! عليكم بطعامكم وشرابكم. فوالله! لقد رأيت مصرعا لا أزال أعمل له حتى ألقاه.

الرغبة في الآخرة

كان عون بن عبد الله - رحمه الله - واحداً من الزاهدين الخائفين، المؤمنين الصالحين، الذاكرين المتقين.

عاش مع الله وبين يدي الله، راهباً في محراب الذكر والصلاة، ناسكاً في محراب العبادة، راغباً في الآخرة ونعيمها، وكان خطيباً وشاعراً، يعظ الناس، ويذكرهم بأيام الله، ويحذرهم من فتنة الدنيا.

يقول - رحمه الله - عن نفسه:

"ويحى كيف أغفل ولا يغفل عني؟"

أم كيف تهيننى معيشتى واليوم الثقيل ورأى.

أم كيف لا يطول حزني ولا أدرى ما فعل في ذنبي.

أم كيف أوخر عملي ولا أعلم متى أجلي.

أم كيف يشد عجبى بالدنيا وليست بداري.

أم كيف أجمع لها وفي غيرها قراري.

أم كيف تعظم رغبتى فيها والقليل منها يكفينى.

أم كيف آمن فيها ولا يدوم فيها حالي.

أم كيف يشد حرصى عليها ولا ينفعني ما تركت منها بعدي.

أم كيف أوثرها وقد ضرت من أثرها قبلي.

أم كيف لا أفك نفسي من قبل أن يغلق رهني"

وكان يقول: "إن لكل رجل سيداً من عمله، وإن سيد عملي الذكر".

وكان يقول: "أنفع أيام المؤمن يوم يلقي الله فيعلمه الله أنه راض عنه".

أهوال القيامة

كان ابن السماك يعظ الناس فيقول: "ألا منتبه من رقده، ألا مستيقظ من غفلته، ألا مفيق من سكرته، ألا خائف من صرعته، أقسم بالله لو رأيت القيامة تخفق بزلازل أهوالها، وقد علت النار مشرفة على أهلها، وجئ بالنبيين والشهداء لسرك أن يكون لك في ذلك الجمع منزلة وزلفى.

أبعد النار دار معتمل، أم إلى غير الآخرة منتقل؟
كلا والله لقد صمت الأسماع المواعظ، وذهلت القلوب عن المنافع."

صاحب الشهوة عبد

بعض الشباب يعيش مفتوناً بأصدقائه؛ لا يستطيع العيش من دونهم لحظة واحدة، اللهم إلا لحظات النوم! لا يرى الحياة إلا بهم، ولا هم له إلا معاشرتهم.

وثمة فئة أخرى من الشباب يعيش مفتوناً بالنساء؛ يجعلهن محور حياته! الشهوات تسيطر على قلبه، ونزوات المعاصي تهيمن على فكره.. يعيش سجين شهواته، وعبداً لنزواته، تراه ذليلاً يتجرع كأس الخزي والعار في الدنيا قبل الآخرة.

يقول الشاعر:

رب مستور سبته شهوة

فتعري ستره فانتهكا

صاحب الشهوة عبد فإذا

غلب الشهوة أضحى ملكا

ومما أثر عن علي بن أبي طالب-رضي الله عنه- قوله:

خلق الله الملائكة عقلاً بلا شهوة..

وخلق البهائم شهوة بلا عقل..

وخلق الإنسان بالعقل والشهوة..

فإذا غلب الإنسان عقله على شهوته كان أعلى من الملك (الذي لا

يشتهي)..

وإذا غلب شهوته على عقله كان أدنى وأحط من البهيمة (التي لا

تعقل)..

كان المصريون القدماء يعاقبون الرجل الزاني بسمل (فقاء)

عينية، وكان الرومانيون يعاقبون المرأة بجذع أنفها! وفي ذلك يقول

الشاعر:

فلو وصلت شرائعهم إلينا

على ما نحن فيه من المجون

لأصبحت النساء بلا أنوف

وأصبحت الرجال بلا عيون

كن عفيفاً واجتنب ما لا يحل لك، فما أشقى من ترك لنفسه الحب

على غاربها، ففرق في لذاتها وشهواتها.. بشره بسوء المنقلب ما لم يتب

إلى الله توبة نصوحاً، والله تعالى يقول: ﴿وَلَيْسَتَعَفِيفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾ (النور: ٣٣).

وعندما يعتدي شاب على شرف غيره يكون قد فقد شرفه، يقول الشريف الرضي:

وإذا أضعت الثروة لم تفقد شيئاً..

وإذا أضعت الشجاعة فقدت كثيراً..

وإذا أضعت الشرف فقدت كل شيء..

ويقول أبو الحسن الوراق:

من غض بصره عن محرم؛ أورثه الله بذلك حكمة على لسانه
ينتفع بها سامعوه، ومن غض بصره عن شبهة؛ نور الله قلبه بنور يهتدي
به إلى طريق مرضاته.

الصيف دروس وعبر

رأى عمر بن العزيز رحمه الله قوماً في جنازة قد هربوا من
الشمس إلى الظل، وتوقوا الغبار، فبكى ثم أنشد:

مَنْ كَانَ حِينَ تُصِيبُ الشَّمْسُ جِبْهَتَهُ
أَوْ الْغُبَارُ يَخَافُ الشَّيْنِ وَالشَّعْثَا
وَيَأْلَفُ الظِّلَّ كِي يُبْقِيَ بِشَاشَتِهِ
فَسَوْفَ يَسْكُنُ يَوْمًا رَاغِمًا جَدَثَا
فِي ظِلِّ مَقْفَرَةٍ غِبْرَاءِ مَظْلَمَةٍ
يَطِيلُ تَحْتَ الثَّرَى فِي غَمِّهَا اللَّبَثَا
تَجْهَّزِي بِجِهَازِ تَبْلُغِينَ بِهِ

يا نفس قبل الردى لم تخلقي عبثا
لذا، ينبغي لمن عانى أو يعاني من حر الشمس أن يتذكر حرها في
الموقف، فإن الشمس تدنو من رءوس العباد يوم القيامة ويُزاد في حرها.
وينبغي لمن لا يصبر على حر الشمس في الدنيا أن يتجنب من
الأعمال ما يستوجب صاحبه به دخول النار، فإنه لا قوة لأحد عليها ولا
صبر.

قال أحدهم:

نسيت لظى عند ارتكانك للهوى
وأنت توقى حر شمس الهواجر

كأنك لم تدفن حميماً ولم تكن

له في سياق الموت يوماً بحاضر

خرج ابن عمر - رضي الله عنهما - في سفر معه أصحابه فوضعوا
سفرة لهم فمرّ بهم راع فدعوه إلى أن يأكل معهم. قال إني صائم. فقال
ابن عمر - رضي الله عنهما - في مثل هذا اليوم الشديد حرّه، وأنت بين
هذه الشعاب في آثار هذه الغنم وأنت صائم، فقال: أبادر أيامي هذه
الخالية. فعجب منه ابن عمر - رضي الله عنهما - فقال له: "هل لك
أن تبيعنا شاة من غنمك ونطعمك من لحمها ما تقطر عليه ونعطيك
ثمنها". قال: إنها ليست لي إنها لمولاي. قال فما عسيت أن يقول
لك مولاك إن قلت أكلها الذئب. فمضى الراعي وهو رافع إصبعه إلى
السماء وهو يقول فأين الله. فلم يزل ابن عمر يردّد كلمة الراعي. فلما
قدم المدينة بعث إلى سيّد الراعي فاشتري منه الراعي والغنم، فاعتق
الراعي ووهب له الغنم.



وتلك الأمثال نضربها للناس

قال الشيخ الأديب البارع أبو هلال العسكري: «لما عرفت العرب أن الأمثال تتصرف في أكثر وجوه الكلام، وتدخل في جل أساليب القول، أخرجوها في أقواها من الألفاظ، وأشرفه وأفضله، لقلة ألفاظها، وكثرة معانيه، ويسير مؤونتها على المتكلم، مع كبير عنايتها وجسيم عائدتها. ومن عجائبها أيضًا أنها مع إيجازها، تعمل على الإطناب، ولها روعة

إذا برزت في أثناء الخطاب، والحفظ موكل بما راع من اللفظ وندر من المعنى»^{١٠٠}هـ.

لذا.. أهيب بمشرفات المنابر الإذاعية أن لا ييخلن على جمهورهن الكريم بطائفة من هذه الأمثال تلقى على مسامعهن بين الفينة والأخرى. كما أحبذ لو كانت هذه الأمثال، وخصوصاً العربية متداولة على ألسنة المعلمات والطالبات.

ولا بأس، بل أحث على إضافة المفيد والمهم من الأمثال على هذه الفقرة، لغرض إلقائه عبر منبر الإذاعة المدرسية.

بل؛ إنه من المناسب والمفيد جداً أن تكلف المشرفة على الإذاعة إحدى الطالبات للبحث عن عددٍ من الأمثال وإحضارها، ومن ثم إلقاؤها بصوتها عبر منبر الإذاعة.

والآن أترككن مع هذه الفقرة.



إنه لهتر أهتار

الهتر: العجب والداهية. يضرب للرجل الداهي المنكر. قال بعضهم: الهتر في اللغة العَجَب فسمى الرجل الداهي به، كأن الدهر أبدعه وأبرزه للناس ليعجبوا منه، والهتر: الباطل، فإذا قيل "فلان هتر" أي في دهائه يعرض الباطل في معرض الحق، فهو لا يخلو أبداً من باطل، فجعلوه نفس الباطل، كقول الخنساء: "فإنما هي إقبال وإدبار". وأضافه إلى أجناسه إشارة إلى أنه تميز منهم بخاصية يفضلهم بها، ومثله "صل أصلال" وأصله الحية تكون في الصلة وهي الأرض اليابسة.

أبي يغزو، وأمي تحدث

قال ابن العرابي: ذكروا أن رجلاً قدم من غزاة، فأتاه جيرانه يسألونه عن الخبر، فجعلت امرأته تقول: قتل من القوم كذا، وهزم كذا، وجرح فلان، فقال ابنها متعجباً: أبي يغزو وأمي تحدث.

بأذن السماع سميت

يضرب للرجل يذكر الجود بسماع أذن شأنها السماع سميت بكذا وكذا، أي سميت جوداً بما تسمع من ذكر الجود وتفعله، وهذا كقولهم: "إنما سميت هانئاً لتهنئ" وأضاف الأذن إلى السماع لملازمتها إياه، والتسمية تكون بمعنى الذكر كما قال: "وسمها أحسن أسمائها" أي:

واذكرها بأحسن أسمائها.

ومعنى المثل بما سمع من جودك ذكرت وشكرت، يحثه على الجود،
قال الأموي: معناه أن فعلك يصدق ما سمعته الأذنان من قولك.

بعض الشر أهون من بعض

هذا من قول طرفة بن العبد حين أمر النعمان بقتله، فقال:

أبا منذر أفنيت فاستبق بعضنا

حنانيك بعض الشر أهون من بعض

يضرب عند ظهور شرين بينهما تفاوت.

وهذا كقولهم "إن من الشر خياراً".

برئت منه مطر السماء

أي برئت من هذا الأمر ما كانت السماء تمطر، أي أبداً.

ابداهم بالصراخ يفرّوا

قال أبو عبيد: هذا مثل قد ابتذلتها العامة، وله أصل، وذلك أن

يكون الرجل قد أساء إلى الرجل فيتخوف لائمة صاحبه فيبدؤه بالشكاية

والتجني ليرضى منه الآخر بالسكوت.

يضرب للظالم يتظلم ليسكت عنه.

تجوع الحرة ولا تأكل بثدييها

أي لا تكون ظئرا وإن أذاها الجوع، ويروى ولا أكل ثدييها.
وأول من قال ذلك الحارث بن سليل الأسدي، وكان حليفاً لعقمة
بن خصفة الطائي، فزاره فنظر إلى ابنته الزباء، وكانت من أجمل
أهل دهرها. فأعجب بها، فقال له: أتيتك خاطباً، وقد ينكح الخاطب،
ويدرك الطالب، ويمنح الراغب، فقال له عقمة: أنت كفاء كريم، يقبل
منك الصفو، ويؤخذ منك العفو، فأقم ننظر في أمرك، ثم انكفاً إلى
أمهما فقال: إن الحارث بن سليل سيد قومه حسباً ومنصباً وبيتاً، وقد
خطب إلينا الزباء فلا ينصرفن إلا بحاجته، فقالت امرأته لابنتها: أي
الرجال أحب إليك: الكهل الجحجاح، الواصل المناح، أم الفتى الواضح؟
قالت: لا، بل الفتى الواضح، قالت: أن الفتى يغيرك، وإن الشيخ يميرك،
وليس الكهل الفاضل، الكثير النائل، كالحديث السن، الكثير المن، قالت:

يا أمته إن الفتاة تحب الفتى

كحب الرعاء أنيق الكلاً

قالت: أي بنيه إن الفتى شديد الحجاب، كثير العتاب، قالت: إن
الشيخ يبلي شبابي، ويدنس ثيابي، ويشمت بي أترابي، فلم تزل أمها
بها حتى غلبتها على رأيها، فتزوجها الحارث على مائة وخمسين من
الإبل وخادم وألف درهم، فابتنى بها ثم رحل بها إلى قومه، فبينما هو
ذات يوم جالس بفناء قومه وهي إلى جانبه إذ أقبل إليه شباب من بني
أسد يعتلجون فتنفسست صعداء، ثم لأرخت عينيها البكاء، فقال لها: ما

بيبيك؟ قالت: ما لي وللشيوخ، الناهضين كالفروخ، فقال لها: ثكلتك
أمك تجوع الحرة ولا تأكل بثدييها.

قال أبو عبيدة: فإن الأصل على هذا الحديث فهو على المثل
السائر: "لا تأكل ثدييها" وكان بعض العلماء يقول: هذا لا يجوز، وإنما
هو "لا تأكل بثدييها".

قلت: كلاهما في المعنى سواء، لأن معنى لا تأكل ثدييها لا تأكل
أجرة ثدييها، ومعنى ثدييها أي لا تعيش بسبب ثدييها وبما يغلان عليها.
ثم قال الحارث لها: أما وأبيك لرب غارة شهدتا، وسبية أردفتها،
وخمرة شربتها، فالحقي بأهلك فلا حاجة لي فيك، وقال:

تهزأت أن رأتنني لأبساً كبيراً

وغاية الناس بين الموت والكبر

فإن بقيت لقيت الشيب راغمة

وفي التعرف ما يمضي من العبر

وإن يكن قد علا رأسي وغيره

عرف الزمان وتغيير من الشعر

فقد أروح للذات الفتى جدلاً

وقد أصيب بها عيناً من البقر

عني إليك فإني لا توافقني

عور الكلام ولا شرب على الكدر

يضرب في صيانة الرجل نفسه عن خسيس مكاسب الأموال.

تحسبها حمقاء وهي باخس

يروى: باخسة فمن روى باخس أراد أنها ذات بخس تبخس الناس حقوقهم، ومن روى باخسة بناه على بخست فهي باخسة.

يقال: إن المثل تكلم به رجل من بني العنبر من تميم، جاورته امرأة فنظر إليها فحسبها حمقاء لا تعقل ولا تحفظ ولا تعرف مالها، فقال العنبري: ألا أخط مالي ومتاعي بمالها ومتاعها، ثم أقاسمها فأخذ خير متاعها وأعطيتها الرديء من متاعي، فقاسمها بعدما خلط متاعه بمتاعها، فلم ترض عند المقاسمة حتى أخذت متاعها، ثم نازعته وأظهرت له الشكوى حتى افتدى منها بما أرادت، فعوتب عند ذلك، فقيل له: اخدعت امرأة، وليس ذلك بحسن، فقال: تحسبها حمقاء وهي باخسة.

يضرب لمن يتباله وفيه دهاء.

أتب من أبي لهب

أي: أخسر، أخذ من قوله تعالى: ﴿ تَبَّتْ يَدَا أَبِي لَهَبٍ وَتَبَّ ﴾ (المسد: ١)، والتباب: الخسار والهلاك.

أحب حبيبك هوناً ما

أي أحبه حباً هوناً، أي سهلاً يسيراً، وما تأكيد، ويجوز أن يكون للإبهام، أي حباً مبهماً لا يكثر ولا يظهر، كما تقول: اعطني شيئاً ما، أي

شيئاً يقع عليه اسم العطاء وإن كان قليلاً. والمعنى لا تطلعه على جميع أسرارك، فلعله يتغير يوماً عن مودتك، وقال النمر بن تولب:

أحبب حبيبك حباً رويداً

فقد لا يعولك أن تصر ما

وأبغض بغيضك بغضا رويداً

إذا أنت حاولت أن تحكما

ويروى "فليس يعولك" أي فليس يعلبك ويفوتك صرمة، وقوله:

أن تحكما" أي أن تكون حكيماً. والغرض من جميع هذا كله النهي عن الإفراط في الحب والبغض، والأمر بالاعتدال في المعنيين.

أحزم من فرخ العقاب

قال الحاجز: العقاب تتخذ أوكارها في عرض الجبال، فربما كان الجبل عموداً فلو تحرك إذا طلب الطعام، وقد أقبل إليه أبواه أو أحدهما أو زاد في حركته شيئاً من موضع مجثمه لهوى من رأس الجبل إلى الحضيض، فهو يعرف مع صغره وضعفه وقلة تجربته أن الصواب له في ترك الحركة.

خير مالك ما نفعاك

قال أبو عبيد: العامة تذهب بهذا المثل إلى أن خير المال ما أنفقه صاحبه في حياته ولم يخلفه بعده.

وكان أبو عبيدة يتأوله في المال يضيع للرجل فيكسب به عقلاً يتأدب به في حفظ ماله فيما يستقبل، كما قالوا: لم يضع من مالك ما وعظك.

الخير عادة والشر لجاجة

جعل الخير عادة لعود النفس إليه، وحرصها عليه إذا ألفتها لطيب ثمره وحسن أثره، وجعل الشر لجاجة لما فيه من الاعوجاج ولاجتواء العقل إياه.

أخبط من عشواء

هي الناقة التي لا تبصر بالليل، فهي تطأ كل شيء، ويقال في مثل آخر: "إن أبا الخلاط أعشى بالليل" قالوا: الخلاط القتال، وصاحب القتال بالليل لا يدري من يضرب.

استراح من لا عقل له

يقال: إن أول من قال ذلك عمرو بن العاص لابنه، قال: يا بني، والّ عادل خير من مطر وابل، وأسد حطوم خير من والٍ ظلوم، ووالٍ ظلوم خير من فتنة تدوم. يا بني عثرة الرجل عظم يجبر، وعثرة اللسان لا تبقى ولا تذر، وقد استراح من لا عقل له. قال الراعي:

ألف الهموم وسادة وتجنبت

كسلان يصبح في المنام ثقيلاً

وقال بعض المتأخرين: مستراح من لا عقل له.

أروى من ضب

لأنه لا يشرب الماء أصلاً، وذلك أنه إذا عطش استقبل الريح ففتح لها فاه، فيكون في ذلك ريه. والعرب تقول في الشيء الممتع: لا يكون كذا حتى يرد الضب، ولا أفعل ذلك حتى يحن الضب في أثر الإبل الصادرة، وهذا ما لا يكون.

أسرق من شظاظ

هو رجل من بني ضبة كان يصيب الطريق مع مالك بن الريب المازني، زعموا أنه مر بامرأة من بني نمير وهي تعقل بغيراً لها وتتعوذ من شر شظاظ، وكان بغيرها مسناً، وكان هو على حاشية من الإبل وهي الصغير، فنزل وقال لها: أتخافين على بغيرك هذا شظاظاً؟ فقالت: ما آمنه عليه، فجعل يشغلها، وجعلت تراعى جملة بعينها، فأغفلت بغيرها، فاستوى شظاظ عليه وجعل يقول:

رب عجوز من نمير شهيره

علمتها الإنقااض بعد القرقررة

الإنقااض: صوت صفار الإبل، والقرقررة: صوت مسانها، فهو يقول:

علمتها استماع صوت بعيري الصغير بعد استماعها قرقررة بغيرها الكبير.

شق فلان عصا المسلمين

يقال ذلك إذا فرق جمعهم.

قال أبو عبيدة: معناه فرق جماعتهم، قال: والأصل في العصا الاجتماع والاتتلاف، وذلك أنها لا تدعى عصا حتى تكون جميعاً، فإن انشقت لم تدع عصا، ومن ذلك قولهم للرجل إذا أقام بالمكان واطمأن به واجتمع له فيه أمره: "قد ألقى عصاه" قال معقر البارقي:

فألقت عصاها واستقرت بها النوى

كما قرعينا بالإياب المسافر

قالوا: وأصل هذا أن الحادين يكونان في رفقة، فإذا فرقهم الطريق شقت العصا التي معهما، فأخذ هذا نصفها وهذا نصفها؛ يضرب مثلاً لكل فرقة.

قال صلة بن أشيم لأبي السليل: إياك أن تكون قاتلاً أو مقتولاً في شق عصا المسلمين.

أشد من فيل

قال حمزة: إن الهند تخبر عنه أن شدته وقوته مجتمعان في نابه وخرطوميه، ثم زعموا أن قرنه نابه، وأن خرطوميه أنفه، وأوردوا من الحجة على ذلك أن ناييه خرجا مستطيلين حتى خرقا الحنك وخرجا أعقفين، قالوا: ودليلنا على ذلك أنه لا يعض بهما كما يعض الأسد بنابه، بل يستعملهما كما يستعمل الثور قرنه عند القتال والغضب، وأما

خرطومه فهو وإن كان أنفه فإنه سلاح من أسلحته، ومقتل من مقاتله أيضاً.

أشبه من الماء بالماء

قالوا: إن أول من قال ذلك أعرابي وذكر رجلاً فقال: واللّه لولا شواربه المحيطة بجمه ما دعت أمه باسمه، وهو أشبه بالنساء من الماء بالماء، فذهبت مثلاً.

ظماً قامح خير من ري فاضح

قال الخليل: القامح من الإبل: الذي اشتد عطشه حتى فتر لذلك فتوراً شديداً ويقال: القامح الذي يرد الحوض ولا يشرب. يضرب في القناعة وكتمان الفاقة.

ويروى: "ظماً فادح خير من ري فاضح" الفادح: المثقل، يقال: "فدحه الدين" أي أثقله، والفضح والفضوح: انكشاف الأمر وظهوره، يقال: "فضح الصبح" إذا بدا، و"افتضح فلان" إذا انكشفت مساوئه، و"فضحه غيره" إذا أظهر مقابحه.

غدة كغدة البعير وموت في بيت سلوية

يروى "أغدة وموتا" نصباً على المصدر، أي أوغد إغداداً وأموت موتاً، يقال "أغد البعير" إذا صار ذا غدة، وهي طاعونة، ومن روى بالرفع فتقديره: غدتي كغدة البعير وموتى موت في بيت سلوية، وسلول

عندهم أقل العرب وأذلهم وقال:

إلى الله أشكو أنني بت طاهراً

فجاء سلولي فبال على رجلي

فقلت: اقطعوها بارك الله فيكم

فإني كريم غير مدخلها رحلي

وهذا من قول عامر بن الطفيل، قدم على النبي ﷺ وقدم معه أزيد بن فيس أخو لبيد بن ربيعة العامري الشاعر لأمه، فقال رجل: يا رسول الله هذا عامر بن الطفيل قد أقبل نحوك، فقال دعه فإن يرد الله به تعالى خيراً يهده، فأقبل حتى قام عليه، فقال: يا محمد ما لي إن أسلمت؟ قال: لك ما للمسلمين وعليك ما عليهم، قال: تجعل لي الأمر من بعدك، قال: لا، ليس ذاك إلي، إنما ذاك إلى الله تعالى يجعله حيث يشاء، قال: فتجعلني على الوبر وأنت على المدر، قال: لا، قال: فماذا تجعل لي؟ قال ﷺ: أجعل لك أعنة الخيل تغزو عليها قال: أو ليس ذلك إلى اليوم؟ وكان أوصى إلى أربد بن قيس إذا رأيتني أكلمه فدر من خلفه فاضربه بالسيف، فجعل عامر يخاصم رسول الله ﷺ ويراجعه، فدار أربد خلف النبي ﷺ ليضربه، فاخترط من سيفه شبرا، ثم حبسه الله تعالى فلم يقدر على سله، وجعل عامر يوماً إليه، فالتفت رسول الله ﷺ فرأى أربد وما يصنع بسيفه، فقال ﷺ: اللهم اكفينيها بما شئت، فأرسل الله تعالى على أربد صاعقة في يوم صائف صاح فأحرقته، وولى عامر هارباً وقال: يا محمد دعوت ربك فقتل أربد، والله لأملأنها عليك خيلاً جرداً وقتياناً مرداً، فقال رسول الله ﷺ: «يمنعك الله تعالى من

ذلك» وابنا قيلة. يريد الأوس والخزرج. فنزل عامر ببيت امرأة سلولوية، فلما أصبح ضم عليه سلاحه وخرج وهو يقول: "واللات لئن أصر محمد على وصاحبه. يعني ملك الموت. لأنقذتهما برمحي، فلما رأى الله تعالى ذلك أرسل ملكاً فلطمه بجناحه، فأذراه في التراب وخرجت على ركبته غدة في الوقت عظيمة، فعاد إلى بيت السلولوية وهو يقول: غدة كغدة البعير وموت في بيت سلولوية، ثم مات على ظهر فرسه. يضرب هذا المثل في خصلتين إحداهما شر من الأخرى.

الغبط خير من الهبط

يقولون: اللهم غبطاً لا هبطاً، يريدون اللهم ارتفاعاً لا اتضاعاً، أي نسألك أن تجعلنا بحيث نغبط، والهبط: الذل، يقال: هبطه فهبطن لازم ومتعد، قاله الفراء.

قد يبلغ الخضم بالقضم

الخضم: أكل بجميع الفم، والقضم: بأطراف الأسنان. قال ابن أبي طرفة: قدم أعرابي على ابن عم له بمكة، فقال له: إن هذه بلاد مقضم، وليست بلاد مخضم. ومعنى المثل: قد تدرك الغاية البعيدة بالرفق، كما أن الشعبة تدرك بالأكل بأطراف الفم، قال الشاعر:
تبلغ بأخلاق الثياب جديدها
وبالقضم حتى تدرك الخضم بالقضم

قلب له ظهر المجن

يضرب لمن كان لصاحبه مودة ورعاية ثم حال عن العهد.
كتب أمير المؤمنين علي كرم الله وجهه إلى ابن عباس -رضي الله عنهما- حين أخذ من مال البصرة ما أخذ: إني شركتك في أمانتي ولم يكن رجل من أهلي أوثق منك في نفسي فلما رأيت الزمان على ابن عمك قد كلب، والعدو قد حرب، قلبت لابن عمك ظهر المجن لفراقه مع المفارقين، وخذله مع الخاذلين، واختطفت ما قدرت عليه من أموال الأمة اختطاف الذئب الأزل رابية المعزى، اصح رويدا فكأن قد بلغت المدى، وعرضت عليك أعمالك بالمحل الذي ينادي به المغتر بالحسرة، ويتمنى المضيع التوبة والظالم الرجعة.

أقوى من نملة

يُقال: إنه ليس شيء من الحيوان يحمل وزنه حديداً إلا النملة، وتجر نواة التمر وهي أضعافها زنة، وكذلك الذرة تحمل أضعافها لو وزنت به.

كل امرئ في بيته صبي

أي يطرح الحشمة، ويستعمل الفكاهة. يضرب في حسن المعاشرة.
قيل: كان زيد بن ثابت من أفكه الناس في أهله وأدمتهم إذا جلس مع الناس.

وقال عمر --رضي الله عنه-- : ينبغي للرجل أن يكون في أهله كالصبي، فإذا التمس ما عنده وجد رجلاً.

كفاقئ عينية عمداً

يضرب لمن أخطر وغرر بنفسه.

وروي عن عبيد أبي شفلر رواية الفرزدق قال: أتتني النوار فقالت: كلم هذا الرجل أن يطلقني، قلت: وما تريدن إلى ذلك؟ قالت: كلمة، قال: فأتيت الفرزدق فقلت: يا أبا فراس إن النوار تطلب الطلاق فقال: ما تطيب نفسي حتى أشهد أن النوار طالق ثلاثاً، قال: قد شهدنا، قال: فلما صار في بعض الطريق قال: طلقتك؟ قالت: نعم. قال كلا، قالت: إذن يخزيك الله عز وجل، يشهد عليك الحسن وحلقته فترجم، فقال:

ندمت ندامة الكسعي لما
غدت مني مطلقة نوار
وكانت جنتي فخرجت منها
كآدم حين أخرجه الضرار
فكنت كفاقئ عينية عمدا
فأصبح ما يضئ له النهار
ولو أني ملكت يدي وقلبي
لكان علي لبقدر الخيار
وما طلقها شبعاً، ولكن
رأيت الدهر يأخذ ما يعار

لولا الوثام لهلك الأنام

الوثام: الموافقة، يقال: واءمته موائمة ووثاماً، وهي أن تفعل مثل ما يفعل، أي لولا موافقة الناس بعضهم بعضاً في الصحبة والمعاشرة لكانت الهلكة. هذا قول أبي عبيدة وغيره من العلماء، وأما أبو عبيدة فإنه يروى "لولا الوثام لهلك اللئام" وقال: الوثام المباهاة، قال: إن اللئام ليسوا يأتون الجميل من الأمور على أنها أخلاقهم، وإنما يفعلونها مباهاة وتشبيهاً بأهل الكرم، ولولا ذلك لهلكوا، ويروى "لولا اللئام لهلك الأنام" من قولهم: "لاءمت بينهما" أي أصلحت، من اللأم وهو الإصلاح، ويروى "اللوام" بمعنى الملاومة من اللوم.

لا يكن حبك كلفاً ولا بغضك تلباً

يروى عن بعض الحكماء أنه قال: لا تكن في الإخاء مكثرأً، ثم تكون فيه مدبرأً، فيعرف سرفك في الإكثار، بجفائك في الإدبار، ومنه الحديث «أحب حبيبك هونا ما، عسى أن يكون بغيضك يوماً ما، وأبغض بغيضك هونا ما، عسى أن يكون حبيبك يوماً ما» ومنه قول النمر بن توبل:

أحب حبيبك حباً رويداً

فليس يعولك أن تضرماً

وأبغض بغيضك بُغضاً رويداً

إذا أنت حاولت أن تحكماً

وقال النبي ﷺ: «إنما المرء بخيله، فلينظر امرؤ من يخال»

وقريب منه بيت عدي بن زيد:

عن المرء لا تسأل وأبصر قرينه

فإن القرين بالمقارن يقتدي

الذم من المنى

هذا من قول الشاعر:

منى تكن حقا أطيب المنى

وإلا فقد عشنا بها زمناً رغداً

وقال آخر:

إذا ازدحمت همومي في فؤادي

طلبت لها المخارج بالتمني

وقيل لبنت الحسن: أي شيء أطول إمتاعاً؟ قالت: التمني. وقال

بشار الشاعر: الإنسان لا ينفك من أمل فإن الأمل عول على المنى، إلا

أن الأمل يقع بسبب وباب المنى مفتوح لمن تكلف الدخول فيه. وقال ابن

المقفع: كثرة المنى تخلق العقل، وتطرد القناعة، وتفسد الحسن. وقال

إبراهيم النظام: كنا نلهو بالأمانى، وتطيب أنفسنا بالمواعيد، فذهب

بعد فقطعنا أنفسنا عن فضول المنى. وقال الشاعر:

إذا تمنيت بت الليل مغتبطاً إن المنى رأس أموال المفاليس

وقال آخر: "إن المنى طرف من الوسواس".
قلت: وقال علي بن الحسن الباخري في ذم التمني:
تركت الاتكال على التمني
وبت أضاجع اليأس المريحاً
وذلك أنني من قبل هذا
أكلت تمنياً فخرجت ريحاً

ما له هارب ولا قارب

قال الخليل: القارب: طالب الماء ليلاً، ولا يقال ذلك لطالب الماء
نهاراً، ومعنى المثل ما له صادر عن الماء ولا وارد، أي شيء، قال الأصمعي:
يريد ليس أحد يهرب منه ولا أحد يقرب إليه أي فليس له شيء.

ما له من سعة ولا معنة

قال اللحياني: السعة: الودك، وقال ابن العرابي: السعة: الكثرة
من الطعام وغيره، والمعنة: القلة من الطعام وغيره والمعن: الشيء
اليسير، وقال: "فإن هلاك مالك غير معن"
ومعنى المثل ما له قليل ولا كثير.

من الخواطئ سهم صائب

يضرب للذي يخطئ مراراً ويصيب مرة والخواطئ: التي تخطئ
القرطاس، وهي من خطئت أي أخطأت، قال أبو الهيثم: وهي لغة رديئة،

قال: ومثل العامة في هذا "رَبُّ رَمِيَةٍ مِنْ غَيْرِ رَامٍ" وأنشد محمد بن حبيب:

رمتني يوم ذات الغمر سلمى
بسهم مطعم للصيد لام
فقلت لها أصبت حصاة قلبي
ورببة رمية من غير رام
وقال أبو عبيد: يضرب قوله: "من الخواطئ" للبخيل يُعطي أحياناً
على بخله.

ما هو إلا غرق أو شرق

فالغرق: أن يدخل الماء في مجرى النفس فيسده فيموت، ومنه قيل "غرق القابلة المولود" وذلك أن المولود إذا سقط مسحت القابلة منخرية ليخرج ما فيهما فيتسع متنفس المولود، فإن لم تفعل ذلك دخل فيه الماء الذي في السابياء فغرق، قال الأعشى: "ألا ليت قيسا غرقته القوابل".

فيما جاء من الأمثال في أوله ميم

- ما هو إلا شرق أو غرق.
- ما لي إلا ذنب صحر.
- ما أباليه عبكة.

- ما أباليه بالة.
- ما أبالي ما نهى من ضبك.
- من يسمع يخل.
- مذكية تقاس بالجذاع.
- ما يجعل قدك إلى أديمك.
- متى كان حكم الله في كرب النخل.
- من استرعى الذئب ظلم.
- ما عنده خمر ولا خل.
- ما له سبد ولا ليد.
- ما له هبع ولا ربع.
- ما له عافطة ولا نافطة.
- من شر ما ألقاك أهلك.
- مع الخواطئ سهم صائب.
- مات عريض البطان.
- من غاب غاب نصيبه.
- من مأمنه يؤتى الحذر.
- مرة عيش ومرة جيش.

- من ير يوماً ير به.
- من يجتمع تتققع عمدته.
- المنايا على الحوايا.
- مر الصعاليك بأرسان الخيل.
- من يكن الحذاء أباه يجد نعلاه.
- المرء يعجز لا المحالة.
- ما يبض حجره.
- من خاصم بالباطل أنجح به.
- ما بال العلاوة بين الفودين.
- من سبك؟ قال: من بلغك.
- معاود السقي سقى صبياً.
- ما الذباب وما مرقتة.
- ما يدري أسعد الله أكثر أم جذام.
- من العناء رياضة الهرم.
- مرا بلي.
- من باع بعرضه أنفق.
- مخرنبق لينباع.

- ما لألات الفور بأذناها.
- ما أدري أي البرنساء هو.
- ما أدري أيا من أي.
- مبشر مؤدم.
- من لك بأخيك كله.
- مع اليوم غد.
- ما ألقى له بالالا.
- متى عهدك بأسفل فيك.
- ما كل سوداء تمرّة.
- ما كل بيضاء شحمة.
- من عز بز.
- محا السيف ما قال ابن دارة أجمعا.
- من الذود إلى الذود إبل.

هياط ومياط

يقال: وقعوا في هياط ومياط، أي في شدة واختلاط. قال الفراء:
 الهياط: أشد السوق - الورد، والمياط: أشد السوق في الصدر. ومعنى
 ذلك الذهاب والمجيء، وقال اللحياني: الإقبال، والمياط، الإدبار.

وقال غيرهما: الهياط: اجتماع الناس للصلح. والمياط: التفرق
عن ذلك.

مثل صيني

كل السهام أصابت أهدافها:

• في فترة الربيع والخريف، كان "يانغ جي" من أبناء مملكة "تشو" ماهراً في رمي السهام . اختار أحد الأشخاص ثلاث أوراق من أماكن مختلفة من شجرة صنصاف، وكتب على كل واحدة منها رقماً، وطلب من يانغ جي أن يرميها بالسهام من على بعد مائة خطوة. فما كان من يانغ جي إلا أن أصابها جميعاً.
تستخدم العبارة الاصطلاحية "كل السهام أصابت أهدافها" للإشارة إلى إنجاز العمل بثقة تامة وتحقيق الهدف في كل مرة.

البحث عن شعره في الجلد

• في قديم الزمان، كان هناك شخص ميال لتعقب الأخطاء. ذات يوم، ذهب إلى الدكان لشراء جلد حيواني، ومن أجل معرفة ما إذا كان الجلد جلدًا ممتازاً، نفخ الشعر على الجلد للبحث عن الخلل. تشير العبارة الاصطلاحية "البحث عن شعره في الجلد" إلى من يتعمد البحث عن الخلل والأخطاء.

استدراج النمر إلى خارج الجبال

• النمر حيوان شرس يعيش في أعالي الجبال. فإذا تمكن الناس من استدراجه إلى خارج الجبال بالحيلة فمن السهل التغلب عليه.

تشير العبارة الاصطلاحية "استدراج النمر إلى خارج الجبال" إلى أن استدراج الخصوم بالحيلة إلى خارج مواقعهم مفيد للسيطرة عليهم أو إبادتهم.

التقاعس في اللحظة الأخيرة يهدر الجهود الكبيرة السابقة

• أراد شخص بناء جدار ترابي، وأخذ يحضر وينقل التراب إلى مكان بناء الجدار كل يوم، وهو مشغول ومتعب، وعندما شارف على الانتهاء بحيث لم يعد ينقصه حتى يتم بناء الجدار إلا نقله تراب واحدة تقاعس عن ذلك، فلم يبن الجدار.

تشير العبارة الاصطلاحية "التقاعس في اللحظة الأخيرة يهدر الجهود الكبيرة السابقة" إلى الأسف على من يترك عمله قبل أن يتم إنجازه مع أنه قد خطا خطوات كبيرة نحو الانتهاء منه.





دراسات



انتشرت الدراسات في عصرنا الحديث، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على الحضارة العلمية العظيمة التي وصلنا إليها.
فما دمنا نسير على دراسات فمعنى ذلك أننا نسير على خط ومنهج وطريق واضح وصحيح، والعكس صحيح.

لذا.. أحببنا أن نجتمع في هذه الفقرة العديد من الدراسات المهمة التي
تتناول موضوعات متفرقة، ونسأل الله أن ينفع بها.
وأنبه على أن الدراسات لا تقف؛ فكل يوم دراسات وأبحاث؛ فلنبحث
عنها.

غذاء القرن العشرين: ماله وما عليه

اتسم غذاء القرن العشرين بأنه غذاء غير صحي. فحسب ما جاء في آخر تقارير "اللجنة الخاصة للخدمات الوقائية" في الولايات المتحدة، فإن الأمراض الناجمة عن الإفراط في الغذاء، واختلال توازنه، تأتي في مقدمة الأسباب المؤدية إلى الموت في أمريكا.

ويأتي مرض شرايين القلب التاجية في طليعة تلك الأسباب. إذ يصاب سنوياً (٥،١) مليون أمريكي بجلطة في القلب. ويموت منهم أكثر من نصف مليون شخص.

كما يلعب الغذاء دوراً بارزاً في عدد من السرطانات، كسرطان القولون والثدي والبروستات.

وأشار أحدث تقرير "للهيئة الوطنية لارتفاع ضغط الدم" في أمريكا إلى أن ارتفاع ضغط الدم - وهو أيضاً مرض آخر ذو علاقة بالغذاء - يصيب أكثر من (٨٥) مليون شخص في أمريكا!!.

ومن المؤكد علمياً أن نمط الغذاء يلعب دوراً هاماً في حدوث السكري والإمساك، وترقق العظام وأمراض الأسنان.

فمرض السكري يصيب أكثر من (١١) مليون أمريكي، ويصيب أكثر من (٢٠٠) مليون شخص في العالم أجمع.

أما الإمساك فيصيب أكثر من (٥،٣) مليون شخص في أمريكا سنوياً، في حين ينذر حدوثه في إفريقيا!!.

وأكدت الدراسات الحديثة أن نخر الأسنان - ومن أهم أسبابه فرط تناول السكريات، يصيب معظم الأطفال دون التاسعة من العمر في أمريكا، ولا يصل الشاب هناك إلى سن السابعة عشرة إلا وهناك حوالي ثمانية أسنان مصابة بالنخر أو التسوس!!.

فماذا حدث لغذاء القرن العشرين؟ لقد أسرفنا في تناول أنواع من الأغذية، وابتعدنا عن البعض الآخر. فتعالوا نرى ماذا فعلنا في أنواع الطعام.

السكر

لقد ازداد استهلاكنا للسكر بما يعادل (٦٣ كغ) من السكر سنوياً للشخص الواحد.

وليس للسكر من فائدة سوى أنه مصدر طاقة للإنسان. ورغم أنه لا توجد علاقة مباشرة بين تناول السكر ومرض شرايين القلب التاجية، إلا أن الإفراط في تناول السكر يزيد من البداية، ويفاقم الداء السكري. ومن المعروف أن هناك علاقة بين البدانة ومرض السكر وارتفاع ضغط الدم، ومرض شرايين القلب التاجية.

وينبغي التنبيه إلى تجنب تناول البسكويت والشوكولاته والحلويات، فهي من أكثر مصادر السكر في الطعام.

ويعتقد الباحثون أن الرجل الإنجليزي - مثلاً - يتناول وسطياً عشرة كليوجرامات من البسكويت في العام الواحد!.

ومن المؤكد علمياً أن فرط تناول المواد السكرية هو أهم أسباب نخر الأسنان.

الملح

تشير الدراسات العلمية الحديثة إلى أننا نأكل (١٠-٢٠) ضعف ما يحتاجه جسمنا في اليوم الواحد من الملح. فالإنسان الأوربي أو الأمريكي - مثلاً - يتناول حوالي (١٠-٢٠) جراماً من الملح يومياً، في حين يحتاج الإنسان إلى (١-٢) جراماً من الملح فقط في اليوم الواحد. ولهذا فهناك حاجة ماسة للتخفيف من تناول الملح.

ورغم أن تناول الملح لا يلعب دوراً هاماً في إحداث مرض شرايين القلب التاجية (كالدبحة الصدرية وجلطة القلب). إلا أن هناك علاقة أكيدة بين الإفراط في تناول الملح وارتفاع ضغط الدم.

وقد بينت الدراسات أن الشعوب التي تتناول مقداراً قليلاً من الملح تمتاز بندرة ارتفاع ضغط الدم فيها.

وهناك عدد من الأطعمة الدهنية التي يختبئ الملح وراءها، كالمالح (المكسرات) وشرائح البطاطا والمعلبات والأجبان والنقانق والأسماك وبعض أنواع اللحوم كالمترديلا - مثلاً - والمخللات.

وأبسط طريقة للإقلال من الملح هي تجنب إضافة الملح إلى طاولة الطعام، والإقلال منه في أثناء الطهي. ولكن علينا أن نتذكر أن (٨٠٪) من الملح الذي نتناوله يومياً نجده جاهزاً في الطعام الذي نشتره من الأسواق.

ونؤكد هنا أن على المرضى المصابين بفشل (هبوط) القلب أن يخفضوا من تناول الملح، وأن يتجنبوا إضافة الملح إلى طاولة الطعام.

ابدأ نهارك بمعلقة من العسل

استعمل الإنسان العسل في علاج الأمراض منذ قديم الزمن. فاستخدمه المصريون القدامى والإغريق والرومان والصينيون والهنود. ولعل أروع ما جاء في وصفه قوله تعالى: ﴿ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنْ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ﴿٦٨﴾ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلَالًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾ (النحل).

وقد جاء في كتاب "الطب من الكتاب والسنة" لموفق الدين البغدادي: "وقد كان رسول الله ﷺ يشرب كل يوم قدح عسل ممزوج بالماء على الريق، وهذه حكمة عجيبة في حفظ الصحة". وقال رسول الله ﷺ: «عليكم بالشفاءين العسل والقرآن».

ومن الاعتقادات الشائعة بين الناس أن مربى النحل يعمرّون ويحيون حياة صحية مديدة أكثر من غيرهم.

ويذكر المؤرخون أن "فيثاغورث" صاحب نظرية فيثاغورث الشهيرة، قد عاش أكثر من تسعين عاماً، وكان طعامه يتألف من "الخبز والعسل". وأن "أبولونيوس" عاش أكثر من مائة عام، وكان غذاؤه الخبز والعسل.

ولا عجب إذا عرفنا أن أبا الطب "أبقراط" الذي عمر أكثر من (١٠٨) سنوات كان يأكل العسل يومياً. وكان العسل الطبيعي من

الأشياء المحببة للشاعر الإغريقي "أناكريون" الذي عاش أكثر من (١١٥) عاماً.

ماذا يقول أطباء الغرب عن زيت الزيتون؟

يقول الدكتور "ويليام كاستلي" مدير دراسة فرامنجهام الشهيرة: "إن هناك زيتاً وحيداً يتمتع بأطول سجل من سلامة الاستعمال في التاريخ هو زيت الزيتون. فلقد تناول زيت الزيتون أجيال وأجيال، وامتاز هؤلاء بصحة الأبدان، وندرة جلطة القلب عندهم. وهذا السجل الحافل بمآثر زيت الزيتون يجعلنا نطمئن لاستعماله، ونقبل عليه بشغف كبير".

ويقول الدكتور "أهرنس" من جامعة كوفلر بنيويورك: "إننا ندرك تماماً أن استعمال سكان حوض البحر المتوسط لزيت الزيتون كمصدر أساسي للدهون في الغذاء هو السبب وراء ندرة مرض شرايين القلب التاجية عندهم".

وينبه الدكتور كاستلي إلى فوائد استعمال زيت الزيتون في حوض البحر المتوسط فيقول: "رغم أن الناس في حوض البحر المتوسط يتناولون بعض الدهون المشبعة (السيئة) المتوافرة في لحم الخروف والقشدة والسمن والجبن، إلا أنهم يستعملون زيت الزيتون بشكل رئيسي في طهي الطعام. وهذا ما جعل أمراض شرايين القلب التاجية قليلة الحدوث عندهم".

ويقول أيضاً: "إن أفضل طريقة لطهي الطعام وتحضير المأكولات

هي باستعمال زيت الزيتون بشكل أساسي، واستعمال كميات قليلة من زيت الذرة أو دوار القمر (دوار الشمس). فالجسم لا يحتاج إلا إلى كميات قليلة من النوعين الأخيرين". ويمتاز زيت الزيتون بغناه بالدهون اللامشعبة.

أما الدكتور تريفيسان من جامعة نيويورك فقد لخص فوائد زيت الزيتون في بحث نشر في مجلة (جاما) عام (٢٠٠٠) فقال: "لقد أكدت الدراسات الحديثة التأثيرات المفيدة لزيت الزيتون في أمراض شرايين القلب، ورغم أن البحث قد تركز أساساً على دهون الدم، إلا أن عدداً من الدراسات العلمية قد أشارت إلى فوائد زيت الزيتون عند مرضى السكري والمصابين بارتفاع ضغط الدم".

زيت الزيتون وارتفاع ضغط الدم

أجرى الدكتور "ويليامز" من جامعة ستانفورد الأمريكية دراسة على ٧٦ شخصاً غير مصاب بأية أمراض قلبية لمعرفة تأثير زيت الزيتون على ضغط الدم. فوجد الباحثون أن ضغط الدم قد انخفض بشكل واضح عند الذين تناولوا زيت الزيتون في غذائهم اليومي. وكان انخفاض ضغط الدم أشد وضوحاً عند الذين تناولوا ٤٠ جراماً من زيت الزيتون يومياً.

زيت الزيتون ومرض السكري

ينجم مرض السكري عن نقص أو غياب في إفراز الأنسولين من البنكرياس، مما يؤدي إلى زيادة مستوى السكر في الدم. وقد أوصى "الاتحاد الأمريكي لمرضى السكري" المصابين بمرض السكري بتناول حمية تعي فيها الدهون بنسبة (٣٠٪) من الحريرات على ألا تتجاوز نسبة الدهون المشبعة (كالدهون الحيوانية) عن (١٠٪). وأن تكون باقي الدهون على شكل زيت زيتون وزيت ذرة، أو زيت دوار القمر (دوار الشمس).

ماذا تقول الأبحاث العلمية عن اللبن؟

استعمل سكان حوض البحر المتوسط اللبن الرائب لقرون عديدة في معالجة الإسهالات واضطراب الأمعاء. وأظهرت الدراسات الحديثة أن اللبن الرائب يفيد في القضاء على الجراثيم المسببة للتسمم الغذائي. وأهمها السالمونيلا والجراثيم العنقودية. ودلت دراسات أخرى من أمريكا وإيطاليا أن بإمكان اللبن الرائب منع حدوث الدزنتاريا (الزحار). ومن العادات المتبعة في مستشفيات وسط أوروبا إعطاء اللبن للأطفال المصابين بالإسهالات. ويقول الدكتور (شاهاني) من جامعة نبراسكا في الولايات

المتحدة - وهو أحد أكثر الباحثين خبرة في العالم بالحليب ومشتقاته :- (إن اللبن الرائب يفيد في منع حدوث الإسهالات والذرنطاريا أكثر منه في علاجها). ولا يقوم اللبن بفعل مضاد للجراثيم فحسب، بل إن الأبحاث الحديثة في الولايات المتحدة تؤكد أن اللبن يقوي الوظيفة المناعية لخلايا الجسم.

وهناك دلائل علمية تشير إلى أن اللبن الرائب قد يفيد في الوقاية من سرطان القولون، وسرطان الثدي.

جاء في كتاب "الطعام والغذاء" طبعة (١٩٩٩م) أن اللبن مفيد:

- ١- غذاء للذين يعملون على إنقاص وزنهم (ريجيم)، فإن الـ(١٠٠غرام) من اللبن الرائب تعطي (٥٢ سعراً) حرارياً فقط.
- ٢- يفيد في طعام الرضع حين البدء بإدخال الأطعمة إلى غذاء الرضيع بدل الحليب.

٣- يستعمل عند الناقلين من الأمراض.

- ٤- يستعمل كحلى بعد الطعام وذلك بإضافة الفواكه كالفريز والموز إلى اللبن الرائب.

واللبن غذاء سهل الهضم، فقد نشرت مجلة اللانست البريطانية تقول: في حين تهضم (٣٣٪) من الحليب بعد ساعة واحدة من تناوله، فإن (٩١٪) من اللبن يهضم في الوقت نفسه، كما أن بإمكان معظم المصابين بعدم تحمل سكر اللاكتوز (وهم الذين يشكون من غازات شديدة وإسهالات بعد تناول الحليب) أن يتناولوا اللبن دون انزعاج.

تناول السمك بدلاً من اللحوم

عرف الإنسان قيمة السمك الغذائية منذ وجد على سطح الأرض. يقول البروفسور "جون برنيت": لقد كان تناول السمك جزءاً تقليدياً من غذاء الإنسان على مر العصور. ولكن العديد من الدول الأوربية - وللأسف الشديد - قد تركت هذه العادة.

وقد لاحظ الدكتور "سينكلير" أن أمراض شرايين القلب التاجية نادرة الحدوث عند سكان الإسكيمو، الذين يعتمدون في غذائهم على السمك بشكل أساسي.

وكانت هذه مجرد ملاحظات دفعت الباحثين في السنوات الأخيرة إلى إجراء التجارب والبحوث على زيت السمك.

وقد اجتمع حديثاً في الولايات المتحدة ستة وثلاثون عالماً في أمراض القلب الصدر والدم، ليضعوا أحدث التوصيات العلمية فيما يتعلق بالأدوية التي تزيد سيولة الدم، والأدوية الحالة لجلطة القلب.

وقد نشرت تلك التوصيات في مجلة "الصدر" الأمريكية الشهيرة، وكان من أهم تلك التوصيات:

أولاً: أوصى الباحثون بتناول (٣٠ - ٤٠ غ) من السمك يومياً (أي تناول وجبتين من السمك في الأسبوع) لوقاية القلب من حدوث جلطة (احتشاء) فيه.

ثانياً: أكد عدد من الدراسات العلمية أن زيت السمك يخفض

مستوى الغليسيريدات الثلاثية (وهي إحدى دهون الدم الهامة)، في حين لا يؤثر على كولسترول الدم إيجابياً.

ثالثاً: هناك أدلة علمية تشير إلى أن الجرعات المتوسطة أو العالية من مستحضر مركز من زيت السمك قد أدت إلى خفض ضغط الدم عند المصابين بارتفاع ضغط الدم. (ولكن يجب عدم تناول أي علاج دون استشارة الطبيب). وأكد الباحثون على ضرورة إجراء المزيد من الدراسات لمعرفة الجرعة المثلى، والتأكد من فاعليتها وسلامتها ومدى تحملها من قبل المريض.

وكان من أهم الدراسات التي نشرت دراسة أجريت على (٢٠٣٣) مريضاً أصيبوا حديثاً بجلطة في القلب. أعطى نصف هؤلاء وجبتان من السمك الدهني كل أسبوع، ولمدة سنتين. ولم يعط النصف الآخر من هؤلاء المرضى أي نوع من السمك.

وتبين للباحثين أن نسبة الوفيات قد انخفضت بمقدار (٢٩٪) عند المجموعة التي تناولت السمك.

ما هو الكافيين؟

الكافيين مادة كيميائية من زمرة المنبهات التي تدعى "ميثيل كزانثين". ويوجد الكافيين - كما ذكرنا - أساساً في القهوة، والشاي، والكولا، والكاكاو. وتحتوي القهوة على (١-٢٪) من الكافيين، في حين تحتوي أوراق الشاي على (١-٤٪) من الكافيين.

وهو مادة منبهة للقلب والدماغ، فيسرع القلب، ويزيد النشاط الذهني، كما قد يزيد إفراز العصارة المعدية، ويوسع القصبات في الرئتين، ويزيد من إدرار البول.

وبينما نجد القهوة والشاي ذات تأثير مؤرق قوي على البعض، نجد آخرين يتناولونها بكميات كبيرة ثم يسلمون أجفانهم للرقاد الهني بسهولة تامة!!.

وتختلف كمية الكافيين باختلاف نوع البن. والبن القوي الذي تصنع منه عادة القهوة الفورية "مثل قهوة نسكافيه وما شابهها" يحتوي على أعلى نسبة من الكافيين، كما تقل الكافيين في أثناء التحميص الشديد للبن.

القهوة والشاي .. والحديد

أظهرت دراسة علمية حديثة أن شرب فنجان واحد من القهوة الأجنبية مع الطعام ينقص امتصاص الحديد من وجبة "هامبرغر" - مثلاً - بمقدار (٣٩٪). وينصح الذين يفضلون شرب القهوة أو الشاي مع الطعام أن يؤخروا ذلك بقدر ساعة أو ساعتين بعد الانتهاء من وجبة الطعام.

والخلاصة أن الاستعمال المعتدل للقهوة والشاي لا يأتي بضر يذكر لدى عامة الناس، بل إنها مشروبات مقبولة ومفيدة أحياناً، إلا أن الإفراط في تناولها قد يسبب بعض المشاكل عند بعض الناس.

وتقول الدكتورة وارتمان من معهد ماسوتشويتس الأمريكي: "إن شرب المزيد من القهوة بعد فنجان الصباح - أي خلال النهار - يعني إدخال المزيد من المواد الكيميائية إلى جسمك بلا مبرر، مثل ذلك مثل من يحاول أن يجعل سيارته تتطلق بسرعة، فيقف عند محطة البترول ليملاً سيارته، وخزان سيارته شبه ممتلئ أصلاً بالبتروول. ولكن شرب فنجان آخر بعد الظهر يمكن أن ينشط الذهن لست ساعات أخرى".

ولا ينصح بغلي الشاي، فإن زيادة الغليان تساعد على استخلاص المواد العفصية القابضة، وهي مواد غير مرغوب فيها، فهي تسبب الإمساك، وقد تقلل من عمليتي الهضم والامتصاص.

وللتخلص من المواد القابضة بقدر الإمكان يضاف إلى الشاي الليمون أو الحليب، حيث يشكل البروتين الموجود في تلك المواد مع العفص الموجود في الشاي مركباً غير قابل للذوبان، فيصعب امتصاصه.

تفاحة على الريق ولا طبيب

مثل شعبي قديم، له في الإنكليزية ما يقابله. يقول المثل الإنكليزي: "تفاحة يومياً تبقى الطبيب بعيداً عنك".

وقد عرف التفاح بأنه "ملك الفاكهة". فهو إضافة إلى أنه غني بالمعادن والفيتامينات، فقد أشارت بعض الدراسات إلى أن له تأثيراً خافضاً للكولسترول بنسبة قد تصل إلى (٨٪) من المستوى الأصلي عند نصف من كان يتناول التفاح بانتظام.

كما أشارت دراسة أخرى إلى أن الذين يتناولون التفاح يومياً قد يكونون أقل عرضة للإصابة بالزكام.

وما من شك أن التفاح فاكهة جيدة للمصابين بمرض السكري، فقد ثبت أن تناول التفاح يعطي أقل ارتفاع في سكر الدم بالمقارنة مع الفواكه الأخرى.

وللتفاح أريج فريد من نوعه، لذيذ جداً، وهو يتكون من مزيج من العناصر الكيميائية المختلفة يزيد على (٢٠) عنصراً كيميائياً. وإن هذا التمازج الفريد فيما بينها يعطي التفاح ذلك العطر اللذيذ.

ويقول الدكتور غاري شوارتز رئيس قسم الفيسيولوجيا النفسية في جامعة بيل الأمريكية: إن لأريج التفاح المعطر تأثيراً مهدئاً على العديد من الناس، مما قد يخفف من ارتفاع ضغط الدم.

فسبحان من أودع في التفاح تلك العناصر الكيميائية العديدة لتعطي فيما بينها مزيجاً بديعاً في تكوينه، فريداً في رائحته؛ يكون لذة لمن شم رائحته، وتهدئة للنفس البشرية، وسكينة للأعصاب.

ونود التأكيد على تناول التفاح بقشره، فإن قشر التفاح غني بمادة البكتين، أما عصير التفاح فلا يحتوي إلا على القليل من ألياف البكتين وبالتالي لا نتوقع منه أن يخفف الكوليسترول.

وينصح الأطفال المصابون بالإسهالات المزمنة بتجنب عصير التفاح، فقد يزيد من الإسهال عند البعض من هؤلاء.

وصايا في الطعام

- ١- لا تأكلي الطعام إن كنت متوترة الأعصاب.
 - ٢- كلي طعامك باسترخاء وهدوء.
 - ٣- لا تأكلي حتى درجة الشبع.
 - ٤- لا تشربي الشاي أو القهوة مع الطعام.
 - ٥- حاولي أن تشربي بين الوجبتين.
 - ٦- ابدأي وجبة الطعام بالسلطة.
 - ٧- حافظي على وجبة الإفطار في الصباح. وخففي من وجبة العشاء.
 - ٨- انتبهي إلى كمية السكر في الطعام.
- فالبيبيسي والكولا والسفن آب وما شابهها تحتوي الكأس منها على مقدار خمس ملاعق من السكر!!.
- ٩- احذري الأطعمة بين وجبات الطعام، فأصعب من شوكولاته أو السنيكرز .. أو غيرها يحتوي على حوالي (٣٠٠) سعر حراري.
 - ١٠- لا تدخل الطعام على الطعام، فهو داء سقام.

مارسي نوعاً من أنواع الرياضة البدنية

تجمع المصادر الطبية الحديثة الآن على أن إجراء تمارين رياضية، كالمشي السريع، أو الجري، أو ركوب الدراجة، أو السباحة لمدة (٢٠-٣٠) دقيقة مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع يفيد في الوقاية من

الذبحة الصدرية وجلطة القلب.

فقد نشرت مجلة (B.M.J) الطبية حديثاً مقالاً رئيساً ذكرت فيه كاتبة المقال أن ممارسة الرياضة البدنية تقيد القلب من خمسة وجوه.

الأول: تخفض الكولسترول الضار "LDL" والمسؤول عن تصلب الشرايين وتضييقها، وترفع من مستوى الكولسترول المفيد "HDL" الذي يكنس ما ترسب في الشرايين من دهون.

وتبين للباحثين أن أفضل دواء لرفع هذا النوع المفيد من الكولسترول هو الرياضة البدنية، وكلما ارتفع مستواه في الدم قل احتمال الإصابة بتضيق الشرايين والذبحة الصدرية.

الثاني: تنقص الوزن، وتحافظ على لياقة الجسم.

الثالث: تساعد الرياضة البدنية في خفض ضغط الدم عند المصابين بارتفاع الضغط. فممارسة الرياضة بانتظام تخفض ضغط الدم بضع مليمترات. فإذا ما تضافر إنقاص الوزن مع الرياضة البدنية المنتظمة، فقد يلغي ذلك حاجة المريض المصاب بارتفاع ضغط خفيف للدواء. (ولكن ينبغي أن يتم ذلك تحت إشراف الطبيب).

الرابع: الرياضة البدنية تساعد في الإقلاع عن التدخين.

فهي تمد البدن بالقوة والنشاط، وتقلل من اعتياد الإنسان على التدخين.

وحين تشتهي سيجارة، انطلق خارج البيت، وتشم الهواء العليل

ولو لدقائق معدودات.

الخامس: تقلل من تخثر الدم (تجلط الدم) مما يقلل من احتمال حدوث جلطات في الشرايين.

وقد حث الرسول - عليه الصلاة والسلام - على الرياضة البدنية، فقد كان رسول الله ﷺ يسابق أصحابه، ويسابق عائشة - رضي الله عنها - وكان يعلم أصحابه الرماية، ويحثهم على ركوب الخيل. وقد ورد عن عمر بن الخطاب -- رضي الله عنه --: " علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل".

لا تدخني أبداً

بالله عليكم خبروني، لو أن أحدنا وضع أمامه أخطر طعام يشتهيهِ، ثم أخبر أن في هذا الطعام سماً للفئران، أتراه يأكله، أتراه يمسه بيده؟ لا والله .. فيكيف يدخن المدخنون وهم يعلمون أن في كل سيجارة سم فئران، بل أشد فتكاً من سم الفئران؟!!

فلو علم المدخنون حق العلم مدى خطورة التدخين لما دخنوا سيجارة واحدة، ولما أشعلوا لها ناراً. فقد جاء في تقرير "ايفريت كوب" - وزير الصحة الأمريكية - أن ضحايا التدخين في الولايات المتحدة سنوياً هم ثلاثمائة وخمسون ألفاً نتيجة التدخين المباشر، وخمسون ألفاً نتيجة التدخين السلبي (كالجلوس مع المدخنين).

وفي بريطانيا يزيد ضحايا التدخين عن المائة ألف سنوياً.

ويؤكد تقرير منظمة الصحة العالمية أن عدد الذين يلاقون حتفهم أو يعيشون حياة تعيسة مليئة بالأسقام والأمراض المزمنة نتيجة استخدام التبغ، يفوق دون ريب عدد الذين يلاقون حتفهم نتيجة الطاعون والكوليرا والجذري والسل والجذام والتيفوئيد والتيفوس مجمعة في كل عام.

ويقول تقرير الكلية الملكية للأطباء في إنجلترا إن ثلاثة من كل عشرة يدخنون سيلاقون حتفهم بسبب أمراض ناجمة عن التدخين، وإن أغلب الباقيين سيعانون من أمراض لها علاقة بالتدخين. وقد أدرك ذلك أكثر من خمسة وثلاثين مليوناً من الأمريكيين، فأقلعوا عن التدخين، في حين نجد - للأسف الشديد - شباباً وفتيات في عالمنا العربي وقد ازدادوا شغفاً بالسيجارة وكأنها رمز التقدم والرقى. والله إنه ليجزنتني أن أرى شاباً في الثلاثينات من عمره يأتيني بجلطة في قلبه، وماله ذنب في ذلك سوى أنه كان من المدخنين. فإذا كنت مدخناً فإن أيسر وأكثر الوسائل فعالية في حماية قلبك من جلطة القلب هي أن تتوقف عن التدخين.

إياك والمسكرات

شرب المسكرات مشكلة يعاني منها الغرب، ويعاني منها البعض في بلادنا العربية والإسلامية. وإن ما يدعو إلى الأسف الشديد أن نشاهد ازدياداً في شرب الخمر في بلادنا الإسلامية، في الوقت الذي يدعو فيه

الغرب إلى الابتعاد عن المسكرات.

تقول دائرة معارف جامعة كاليفورنيا للصحة (طبعة ١٩٩٩):
"يعد الخمر حالياً القاتل الثاني - بعد التدخين - في الولايات المتحدة.
فشرب المسكرات في أمريكا سبب موت أكثر من (١٠٠،٠٠٠) شخص
سنوياً هناك. والخمر وحده مسؤول عن أكثر من نصف الوفيات الناجمة
عن حوادث الطرق في أمريكا (والبالغة ٥٠،٠٠٠ شخص سنوياً).

وتتابع دائرة معارف جامعة كاليفورنيا القول: "والمسكرات لا
تسبب المشاكل في البيت .. أو على الطرقات فحسب، بل إن خسائر
أمريكا من نقص الإنتاج وفقدان العمل نتيجة شرب الخمر يزيد عن
(٧١) بليون دولار سنوياً. ناهيك عن الخسائر التي لا تقدر بثمن من
مشاكل نفسية وعائلية واجتماعية. ويحث الكتاب في الجرائد والمجلات
الأمريكية الناس على عدم تقديم المسكرات قبل العشاء - في أثناء
حفلاتهم - وعلى أن يصادروا مفاتيح السيارات من المفرطين في شرب
الخمر، حتى لا يقودوا أنفسهم إلى الموت!!".

وتذكر موسوعة جامعة كاليفورنيا في مكان آخر: "إن ثلث اليافعين
في أمريكا يشرب المسكرات بدرجة تعيق نشاطه الدراسي في المدرسة،
أو توقعه في مشاكل مع القانون .. وقد بدأ معظم هؤلاء الشباب شرب
المسكرات قبل سن الثالثة عشرة من العمر".

نامي باكراً .. واستيقظي باكراً

رغم أننا نقضي ثلث عمرنا في النوم، فإن علماء الفيزيولوجيا - كما يقول البروفسور "كليز" - لا يعلمون إلا القليل عن النوم.

وتختلف مدة النوم اختلافاً شاسعاً، فهي قد لا تزيد عن (٤) ساعات عند البعض، ولكنها قد تصل إلى (١١) ساعة عند البعض الآخر. والواقع أن معظم الناس ينام ما بين (٦، ٥-٨) ساعات يومياً.

وقد اكتشف الباحثون أن النوم سلوك نشيط، وليس مجرد زوال لحالة الاستيقاظ، فخلال النوم يبقى الدماغ نشيطاً، ولكنه لا يعالج المعلومات الواصلة إليه من الأحاسيس على نحو فعال.

ويقول الدكتور هوبسون في كتابه "النوم": (ولا شك أن الدماغ هو المستفيد الأول من النوم، حيث تنخفض القدرات الذهنية للإنسان عندما يخلد إلى النوم، ولعل في ذلك راحة للدماغ دون أن يفقد نشاطه). وليس الدماغ هو المستفيد الوحيد من النوم، بل إن في النوم سكناً وراحة للجسم كله.

قال تعالى: ﴿الْمَرِيرُوا أَنَا جَعَلْنَا اللَّيْلَ لَيْسَكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِن فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ ﴿٨٦﴾ (النمل: ٨٦).

وقال تعالى في محكم كتابه: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ﴿٩﴾ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لَيْسًا ﴿١٠﴾ (النبا: ٩-١٠).

وصية للمترددين في أمر الختان

حتى سنوات قليلة فقط كان الناس في أمريكا ينظرون إلى الختان على أنه شعيرة دينية، يمارسها اليهود هناك والمسلمون...! وكان الأطباء هناك يناهضون فكرة إجراء الختان على الوليدين بشكل روتيني. ولكن إرادة الله قضت أن تتبدى لهم الفوائد العلمية لخصلة من خصال الفطرة التي قال عنها رسول الله ﷺ: «الفطرة خمس: الختان والاستحداد وقص الشارب وتقليم الأظافر ونتف الإبط». وقد أكدت مقالة نشرت في مجلة (طب الدراسات العليا) : أن مليون طفل أمريكي يختن الآن كل عام في أمريكا. وأكدت دراسات أخرى أن (٦٠-٨٠٪) من الوليدين في أمريكا يختنون بشكل روتيني.

لماذا تراجع أعداء الختان عن موقفهم؟

وكيف تجلت لهم الحكمة من وراء الختان؟

نشرت في السنوات القليلة الماضية عشرات الأبحاث والمقالات العلمية التي أكدت فوائد الختان في الوقاية من التهاب المجاري البولية عند الأطفال، ومن المشاكل الطبية في القضيب.

وكان هناك عدد من الأطباء الذين يعارضون فكرة إجراء الختان بشكل روتيني عند الوليدين. وكان من أشهر هؤلاء البروفسور " ويزويل" وهو رئيس قسم أمراض الوليدين في المستشفى العسكري في واشنطن. وقد كتب هذا البروفسور مقالاً نشر عام (١٩٩٠) قال فيه: "لقد كنت

عام (١٩٧٥م) من أشد الناس عداءً للختان. وقد شاركت حينئذ في الجهود التي بذلها الأطباء آنذاك للإقلال من نسبة الختان، ولكن الدراسات العلمية التي ظهرت في الثمانينات أظهرت بيقين ازدياداً في نسبة الالتهابات البولية عند الأطفال غير المختونين.

وما ينطوي عليه من خطر حدوث التهاب مزمن في الكلى، وفشل كلوي في المستقبل.

وبعد إجراء المزيد من الأبحاث، وإجراء تمحيص قليل لكل الدراسات العلمية التي أجريت في هذا المجال، وصلت إلى نتيجة مخالفة تماماً، وأصبحت من أشد أنصار الختان. وأيقنت أن الختان ينبغي أن يصبح أمراً روتينياً يجري عند كل مولود .

ولم يكن البروفسور " ويزويل " الوحيد الذي نادى بضرورة إجراء الختان، بل إن الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال قد تراجعَت تماماً عن توصياتها القديمة التي نشرت عام (١٩٧٥م)، وأصدرت توصيات حديثة عام (١٩٨٩م) أعلنت فيها بوضوح ضرورة إجراء الختان بشكل روتيني عند كل مولود .

هل يقي الختان من الأمراض الجنسية؟

ليس هناك أدنى شك في أن الأمراض الجنسية أكثر شيوعاً عند غير المختونين.

فقد ذكر الدكتور (FINK) (الذي ألف كتاباً عن الختان وطبع

عام (١٩٨٨) في أمريكا) أن هناك أكثر من (٦٠) دراسة علمية أجمعت على أن الأمراض الجنسية تزداد حدوثاً عند غير المختونين.

وقد قام الدكتور (باركر) بإجراء دراسة على (١٣٥٠) مريضاً مصاباً بأمراض جنسية مختلفة، فوجد ازدياداً واضحاً في معدل حدوث ثلاثة أمراض جنسية شائعة عند غير المختونين. وهذه الأمراض هي:

(١) الهربس التناسلي "Genital Herpes".

(٢) السيلان "Gonorrhea".

(٣) الزهري "Syphilis".

وقد أكدت الدراسات العلمية الحديثة انخفاض حدوث مرض الإيدز عند المختونين.

ولكن ينبغي أن لا يخطر ببال أنه إن كان مختوناً فهو مؤمن من تلك الأمراض الخطيرة، فهذه الأمراض تحدث عند المختونين وغير المختونين ممن يرتكبون فاحشة الزنا أو اللواط، ولكن نسبة حدوثها عند المختونين أقل.

أدعية مختارة



الدعاء مخ العبادة، وهو من أقرب القربات إلى الله.. فالدعاء طلب وسؤال من العبد الفقير إلى الملك الغني الكبير - سبحانه وتعالى -.

قال تعالى: ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴾ (البقرة: ١٨٦).

ويقول النبي ﷺ : « لا يرد القدر إلا الدعاء ». أخرجه الحاكم وغيره.

وإذا دعا المؤمن فإن دعاءه بين ثلاث حالات:

١- إما أن تعجل له دعوته.

٢- وإما أن يدخرها الله له في الآخرة.

٣- وإما أن يصرف عنه من سوء مثلها.

لذا.. علينا في منابر الإذاعات المدرسية في مدارس البنات، أن نحرص على الإكثار من الدعاء، وأن نحث الطالبات على التأمين مع الدعاء، وأن يكون إلقاء الدعاء بصوت خاشع معتدل، وأن تستحضر الداعية نيتها في الدعاء، وكذلك على الجميع أن يوقن بالإجابة.

ومن المهم التذكير بالدعاء لإخواننا المسلمين في كل مكان، وخصوصاً عند حدوث النكبات والحوادث - لا قدر الله - فالمؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً، ومن أيسر اليسر الدعاء لإخواننا بأن يفرج الله كربهم، وأن يجمع شملهم.

كما أود التنبيه على مسألة مهمة، ألا وهي صيغة الجمع في الدعاء؛ وهي أن يقال الدعاء عبر منبر الإذاعة المدرسية بصيغة الجمع، لا المفرد.

مثلاً: (اللهم اغفر لنا ولوالدينا) هذا الدعاء بصيغة الجمع، فعندما تؤمن الطالبات عليه فإنهن بذلك يؤمن على دعاء عام لهن أجمعين.

ومثال آخر: (اللهم اغفر لي ولوالدي) هذا الدعاء بصيغة المفرد، فعندما يؤمن عليه الطالبات فإنهن بذلك يؤمن على دعاء خاص لداع ووالديه.

لذا.. قمنا في هذه الفقرة بصياغة جميع الأدعية بصيغة الجمع لا
المفرد؛ لأنها سوف تلقى على مجموعة من الطالبات، ما عدا الأدعية الواردة
في القرآن الكريم فإننا لم نغير فيها شيئاً لعدم جواز ذلك.
فما ورد في القرآن بصيغة المفرد نردده بصيغة المفرد، وما ورد في صيغة
الجمع نردده بصيغة الجمع.



دعوات قرآنية

- «أعوذ بالله أن أكون من الجاهلين».
- «ربنا تقبل منا إنك أنت السميع العليم، ربنا واجعلنا مسلمين لك ومن ذريتنا أمة مسلمة لك، وارنا مناسكنا، وتب علينا، إنك أنت التواب الرحيم».
- «ربنا آتنا في الدنيا حسنة، وفي الآخرة حسنة وقتنا عذاب النار».
- «ربنا أفرغ علينا صبراً، وثبت أقدامنا، وانصرنا على القوم الكافرين».
- «سمعنا وأطعنا، غفرانك ربنا، وإليك المصير».
- «ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا، ربنا ولا تحمل علينا إصراً كما حملته على الذين من قبلنا، ربنا ولا تحملنا ما لا طاقة لنا به، واعف عنا، واغفر لنا وارحمنا، أنت مولانا فانصرنا على القوم الكافرين».
- «ربنا لا تزغ قلوبنا بعد إذ هديتنا، وهب لنا من لدنك رحمة إنك أنت الوهاب».
- «ربنا إنك جامع الناس ليوم لا ريب فيه، إن الله لا يخلف الميعاد».

• «ربنا إنا آمنة فاغفر لنا ذنوبنا وقتنا عذاب النار».

• «قل اللهم مالك الملك تؤتي الملك من تشاء وتنزع الملك ممن تشاء وتعز من تشاء وتذل من تشاء بيدك الخير إنك على كل شيء قدير، تولج الليل في النهار وتولج النهار في الليل وتخرج الحي من الميت وتخرج الميت من الحي وترزق من تشاء بغير حساب».

• «رب هب لي من لدنك ذرية طيبة إنك سميع الدعاء».

• «ربنا آمنة بما نزلت واتبعنا الرسول، فاكتبنا مع الشاهدين».

• «ربنا اغفر لنا ذنوبنا، وإسرافنا في أمرنا، وثبت أقدامنا، وانصرنا على القوم الكافرين».

• «ربنا ما خلقت هذا باطلاً سبحانه فقتنا عذاب النار».

• «ربنا إنك من تدخل النار فقد أخذيته وما للظالمين من أنصار».

• «ربنا إنا سمعنا منادياً ينادي للإيمان أن آمنوا بربكم فآمنا، ربنا فاغفر لنا ذنوبنا وكفرنا عنا سيئاتنا، وتوفنا مع الأبرار، وآتنا ما وعدتنا على رسلك، ولا تخزننا يوم القيامة، إنك لا تخلف الميعاد».

أدعية متنوعة

• اللهم إنا نسألك خير ما نأتي، وخير ما نفعل، وخير ما نعمل، وخير ما بطن، وخير ما ظهر، والدرجات العلاء من الجنة، آمين.

• اللهم إنا نسألك أن ترفع ذكرنا، وتضع وزرنا، وتصلح أمرنا، وتطهر قلوبنا، وتحصن فروجنا، وتور لنا قلوبنا، وتغفر لنا ذنوبنا، ونسألك الدرجات العلاء من الجنة، آمين.

• اللهم تقبل من الحجاج حجهم، اللهم تقبل من الحجاج حجهم وسعيهم، اللهم اجعل حجهم مبروراً، وسعيهم مشكوراً، وذنبهم مغفوراً، اللهم تقبل مساعيهم وزكها، وارفع درجاتهم وأعلها، وبلغهم من الآمال منتهاها، ومن الخيرات أقصاها، اللهم اجعل سفرهم سعيداً، وعودهم إلى بلادهم حميداً، اللهم هون عليهم الأسفار، وأمنهم من جميع الأخطار، اللهم احفظهم من كل ما يؤذيهم، وأبعد عنهم كل ما يضرهم، اللهم واجعل دربهم درب السلامة والأمان، والراحة والاطمئنان، اللهم وأعدهم إلى أوطانهم وأهليهم وذويهم ومحبيهم سالمين غانمين برحمتك يا أرحم الراحمين.

• اللهم ذا الحبل الشديد، والأمر الرشيد، نسألك الأمن يوم الوعيد، والجنة يوم الخلود، مع المقرّبين الشهداء، والركع السجود، والموفين بالعهود، إنك رحيم ودود، وإنك تفعل ما تريد.

• اللهم اجعل أوسع رزقك علي عند كبير سني، وانقطاع عمري.

• اللهم إني أسألك الجنة وأستجير بك من النار، اللهم إني أسألك الجنة وأستجير بك من النار، اللهم إني أسألك الجنة وأستجير بك من النار".

ربنا أتمم لنا نورنا، واغفر لنا إنك على كل شيء قدير.

• اللهم ارحمني، فأنت خير الراحمين، وارزقني، فأنت خير الرازقين، واغفر لي، فأنت خير الغافرين، وانصرني، فأنت خير الناصرين.

• اللهم أشغل قلوبنا بحبك، وأسنتنا بذكرك، وأبداننا بطاعتك، وعقولنا بالتفكير في خلقك، والتفقه في دينك.

• اللهم اشف مرضانا، وارحم موتانا، وفك أسرانا، واجبر كسرانا.

• اللهم أشغل الظالمين بالظالمين وأخرجنا من بينهم سالمين.

• اللهم أضئ الطريق أمامي، وأهدني سبيلي، فمن لم تجعل له نوراً، فما له من نور.

• اللهم أطعمنا من جوع، وآمنا من خوف، وقونا من ضعف.

• اللهم أظلني بظلك يوم لا ظل إلا ظلك، اللهم أظهر دينك على الدين كله ولو كره المشركون.

• اللهم أغني بالعلم، وزيني بالحلم، وأكرمني بالتقوى، وجملني بالعافية.

• اللهم اغفر لي ذنبي، ووسع لي في داري، وبارك لي في رزقي.

• اللهم أكرمني ولا تهني، وأعطني ولا تحرمني، وزدني ولا

تتقصني، وآثرني ولا تؤثر علي، وارض عني وأرضني.

• اللهم امنن علينا بنصر قريب، تشفي به صدور المؤمنين،
وتقر به أعين الموحدين، وتخذل به أعداء الدين، وترد به الحق
للمهضومين، وتستجب به لدعوة المظلومين.

• اللهم انصرنا على القوم الكافرين، وانصرنا على أعدائك
أعداء الإسلام، اللهم انصرنا على اليهود المغتصبين المعتدين،
وانصرنا على الصليبيين الحاقدين الكائدين، وانصرنا على الوثنيين
المغتصبين الظالمين، وانصرنا على الملاحدة الجاحدين الكافرين،
وانصرنا على الخونة المنافقين المتآمرين، وانصرنا على جميع أعدائك
أعداء الدين.

• اللهم يا من أهلكت ثمود بالطاغية، وأهلكت عاداً بريح
صرصر عاتية، وأخذت فرعون وجنده أخذة رابية، أهلك الطغمة
اليهودية المتجبرة الباغية، ولا تبق لهم في أرضنا من باقية، اللهم
إنهم طغوا في البلاد، فأكثرها فيها الفساد، اللهم فصب عليهم سوط
عذاب، وكن لهم بالمرصاد، ودمرهم كما دمرت إرم ذات العماد.

اللهم أيدنا بجند من جندك، وأمدا بروح من عندك، واحرسنا
بعينك التي لا تنام، واكلاأنا في كنفك الذي لا يضام.

• اللهم إني أعوذ بك من وحر الصدر، ومن شتات الأمر، ومن
فتنة القبر.

• اللهم إني أعوذ بك من فقر ينسيني، ومن غنى يطغيني،
ومن أمل يلهيني، ومن شهوة تغريني، ومن غضب يعميني، ومن غرور
يردينني، ومن عجز يعييني، ومن كسل يثينني، ومن دنيا تشقيني، ومن
شيطان يغويني، ومن كل شر يؤذيني.

• اللهم داو جراح معاصينا بدواء طاعتك، ونور ظلام قلوبنا بنور
هدايتك، وأمدنا بروح من عندك، وأعنا على أنفسنا الأمانة بالسوء،
حتى تتحول إلى أنفس لوامة، وأنفس مطمئنة راضية مرضية.

• اللهم ذلل لنا العقبات في طريقنا، وسهل لنا الصعاب في
حياتنا، اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً، وأنت تجعل الحزن إذا
شئت سهلاً.

• اللهم إنك تسمع كلامي، وترى مكاني، وتعلم سري وعلانيتي،
ولا يخفى عليك شيء من أمري، أسألك مسألة المسكين، أدعوك دعاء
الخائف الذليل، دعاء من خضعت لك رقبته، وذل لك جسمه، ورغم
لك أنفه، أن ترزقني الجنة وما قرب إليها من قول وعمل.

• اللهم إني أسألك من خير ما سألك عبدك ونبيك محمد،
وأعوذ بك من شر ما عاذ به عبدك ونبيك، اللهم أسألك الجنة وما
قرب إليها من قول أو عمل، وأعوذ بك من النار وما قرب إليها من
قول أو عمل، وأسألك أن تجعل كل قضاء قضيته لي خيراً.

• اللهم زدنا إيماناً وهدى وتقى وبراً وعباداً وغباً، اللهم

أختم بالصالحات أعمالنا، وأصلح أحوالنا، واغفر ذنوبنا، وبارك لنا في أوقاتنا وفي ما زرعنا، وأعدنا اللهم من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، اللهم ارحم موتي المسلمين، واشف مرضاهم، وعاف مبتلاهم، واقض الدين عن مدينهم.

• ربنا لا تؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا، ربنا لا تحمل علينا إصراً كما حملته على الذين من قبلنا، ربنا لا تحملنا ما لا طاقة لنا به، واعف عنا واغفر لنا وارحمنا، أنت مولانا فانصرنا على القوم الكافرين.

• اللهم اغسل خطاياي بماء الثلج والبرد، ونق قلبي من الخطايا كما نقيت الثوب الأبيض من الدنس، وباعد بيني وبين خطاياي كما باعدت بين المشرق والمغرب.

• اللهم إني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً، ولا يغفر الذنوب إلا أنت، فاغفر لي مغفرة من عندك، وارحمني إنك أنت الغفور الرحيم.

• اللهم عافني في بدني، اللهم عافني في سمعي، اللهم عافني في بصري، لا إله إلا أنت، اللهم إني أعوذ بك من الكفر والفقير، اللهم إني أعوذ بك من عذاب القبر، لا إله إلا أنت.

• اللهم اغفر لي خطيئتي وجهلي، وإسرافي في أمري، وما أنت أعلم به مني، اللهم اغفر لي هزلي وجدي، وخطئي وعمدي، وكل ذلك عندي.

• اللهم اجعل في قلبي نوراً، وفي لساني نوراً، وبصري نوراً وفي سمعي نوراً، وعن يميني نوراً، وعن يساري نوراً، ومن فوقي نوراً، ومن تحتي نوراً، ومن أمامي نوراً، ومن خلفي نوراً، واجعل لي في نفسي نوراً وأعظم لي نوراً.

• اللهم رب جبرائيل وميكائيل وإسرافيل، فاطر السماوات والأرض، عالم الغيب والشهادة، أنت تحكم بين عبادك فيما كانوا فيه يختلفون، اهدني لما اختلف فيه من الحق بإذنك، إنك تهدي من تشاء إلى صراط مستقيم.

• اللهم احفظني بالإسلام قائماً، واحفظني بالإسلام قاعداً، واحفظني بالإسلام راقداً، ولا تشمت بي عدواً ولا حاسداً، اللهم إني أسألك من كل خير خزائنه بيدك، وأعوذ بك من كل شر خزائنه بيدك.

• اللهم أصلح ذات بيننا، وألف بين قلوبنا، واهدنا سبل السلام، وأخرجنا من الظلمات إلى النور، وجنبنا الفواحش ما ظهر لنا وما بطن، واجعلنا من الراشدين.

• اللهم أصلح لي ديني هو عصمة أمري، وأصلح لي دنياي التي فيها معاشي، وأصلح لي آخرتي التي فيها معادي، واجعل الحياة زيادة لي من كل خير، والموت راحة لي من كل شر.

• اللهم إني أعوذ بك من فتنة النار، وعذاب النار، ومن فتنة

القبر، وعذاب القبر، ومن شر فتنة الغنى، وشر فتنة الفقر، ومن شر فتنة المسيح الدجال.

• اللهم إني أسألك حبك وحب من يحبك، وحب عمل يقربني إلى حبك، اللهم أعطني إيماناً صادقاً، و يقيناً ليس بعده كفر، ورحمة أنال بها شرف كرامتك في الدنيا والآخرة.

• اللهم يا من بيدك مقاليد السموات والأرض، ويا من إذا أراد شيئاً أن يقول له: كن. فيكون؛ أسألك أن تصلح لي شأنى كله، وارزقني حبك وحب عمل يقربني إليك، وتجعلني من خاصة أوليائك وصفوة عبادك.

• اللهم فاطر السموات والأرض، ورحمن الدنيا والآخرة ورحيمهما، أسألك أن تلهمني رشدي في الأمر كله، وأن تكفيني شر الأشرار، وأن تجعل لي من كل هم فرجاً ومن كل ضيق مخرجاً.

• اللهم إني عبدك، ابن عبدك، ابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحداً من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي.

• رب أعني ولا تعن علي، وانصرني ولا تنصر علي، واهدني ويسر هداي إلي، وانصرني على من بغى علي، اللهم اجعلني لك

شاكراً، لك ذاكراً، لك راهباً، إليك منيباً، رب تقبل توبتي، واغسل
حوبتي، وأجب دعوتي، وثبت حجتي، وسدد لساني، واسل سخيمة قلبي.

• رب أعنا ولا تعن علينا، وانصرنا ولا تنصر علينا، وامكر
لنا ولا تمكر علينا، واهدنا ويسر الهدي إلينا، وانصرنا على من
بغى علينا، رب اجعلنا لك شاكرين، لك ذاكرين، لك مطواعين، إليك
مخبتين، أواهين منيبين.





أشراط الساعة



تعريف أشراط الساعة: هي علاماتها، وأعلامها التي تسبقها، وتدل على قربها، وقيامها، ومجيء الساعة بعدها، وانتهاء الدنيا وانقضائها. وقد اقتصرنا في هذه الفقرة على علامات الساعة الصغرى، وهي التي تتقدم الساعة بأزمان متطاولة، وتكون من النوع المعتاد، وهي كثيرة.



من علامات الساعة الصغرى

(١) بعثة النبي ﷺ: قال الإمام القرطبي: من علامات الساعة أولها النبي ﷺ لأنه نبي آخر الزمان وقد بعث، وليس بينه وبين القيامة نبي.

وقال النبي ﷺ: «بعثت أنا والساعة كهاتين، وضم السبابة والوسطى» رواه مسلم.

(٢) موت النبي ﷺ: فبموته انقطع الوحي من السماء وارتد الكثير من قبائل العرب وظهert الفتن، وقال النبي ﷺ: «اعدد ستاً بين يدي الساعة: موتي...» رواه البخاري.

(٣) فتح بيت المقدس: قال ﷺ: «اعدد ستاً بين يدي الساعة...» رواه البخاري، وذكر منها فتح بيت المقدس، وكان ذلك في عهد عمر بن الخطاب --رضي الله عنه--.

(٤) طاعون عمواس: قال ﷺ: «اعدد ستاً بين يدي الساعة...» وذكر منها: ثم موتان يأخذ فيكم كقعاص الغنم» رواه البخاري. والموتان هو الموت الكثير، والقعاص هو داء يصيب الدواب فتموت فجأة، وكان هذا الطاعون قد ظهر في عهد عمر بن الخطاب ومات فيه خمسة وعشرون ألفاً.

(٥) ظهور الفتن: قال ﷺ: «ستكون فتناً كقطع الليل المظلم يصبح الرجل مؤمناً ويمسي كافراً ويمسي مؤمناً ويصبح كافراً» صححه الألباني.

(٦) ضياع الأمانة: قال ﷺ: «إذا ضيعت الأمانة فانتظر الساعة، قالوا: وكيف إضاعتها يا رسول الله؟ قال: إذا أسند الأمر إلى غير أهله فانتظر الساعة» رواه البخاري.

(٧) انتشار الزنا: قال ﷺ: «إن من أشراط الساعة... وذكر منها: ويظهر الزنا» رواه البخاري ومسلم.

(٨) انتشار المعازف والغناء: قال ﷺ: «ليكونن من أمتي أقوام يستحلون الحر والحرير والخمر والمعازف» رواه البخاري.

(٩) ظهور مدعي النبوة: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يبعث دجالون كذابون قريب من ثلاثين كلهم يزعم أنه رسول الله» رواه البخاري.

(١٠) كثرة الأموال: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يكثر فيكم المال فيفيض حتى يهم رب المال من يقبله منه صدقة ويدعى إليه الرجل فيقول لا أرب لي فيه» متفق عليه.

(١١) كثرة القتل: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يكثر الهرج، قالوا: وما الهرج يا رسول الله؟ قال: القتل، القتل» رواه مسلم.

(١٢) شرب الخمر واستحلالها: قال ﷺ: «من أشراط الساعة... وذكر منها: ويشرب الخمر» رواه البخاري.

(١٣) قتال العجم: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تقاتلوا خوزاً وكرمان من الأعاجم» رواه البخاري. وخوزاً هي بلاد خورستان، وكرمان

هي بلاد يحدها من الغرب بلاد فارس ومن الشمال خراسان.

(١٤) قتال الترك: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يقاتل المسلمون

الترك؛ قوماً وجوههم كالمجان المطرقة يلبسون الشعر» رواه مسلم.

(١٥) كثرة الزلازل: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تكثر الزلازل»

رواه البخاري.

(١٦) قبض العلم وكثرة الجهل: قال ﷺ: «إن بين يدي الساعة

لأياماً ينزل فيها الجهل ويرفع العلم» رواه البخاري.

(١٧) رفع القرآن من المصاحف والصدور؛ قال ﷺ: «...ويسرى

على كتاب الله في ليلة فلا يبقى في الأرض منه آية» صححه الألباني.

(١٨) شهادة الزور وكتمان شهادة الحق: قال ﷺ: «إن بين يدي

الساعة...» وذكر منها شهادة الزور وكتمان شهادة الحق. رواه الإمام

أحمد.

(١٩) انتشار الأمن في البلدان: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى

يسير الراكب بين العراق ومكة لا يخاف إلا ضلال الطريق» رواه الإمام

أحمد.

(٢٠) تناول رعاء الشاة في البنيان: قال ﷺ: «... وأن ترى الحفاة

العراة العالة رعاء الشاة يتناولون في البنيان» رواه مسلم.

(٢١) خروج نار من أرض الحجاز: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة

حتى تخرج نار من أرض الحجاز تضيء أعناق الإبل ببصري» متفق

عليه.

(٢٢) كثرة الشرطة: قال ﷺ: «سيكون في آخر الزمان شرطة يغدون في غضب الله ويروحون في سخط الله». صححه الألباني.

(٢٣) ذهاب أهل الخير والدين: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يأخذ الله شريطته» رواه الإمام أحمد.

(٢٤) ظهور الفحش وقطيعة الرحم وسوء المجاورة: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يظهر الفحش والتفاحش وقطيعة الرحم وسوء المجاورة» رواه الإمام أحمد.

(٢٥) انتشار الربا وأكل الحرام: قال ﷺ: «بين يدي الساعة يظهر الربا» رواه الطبراني.

(٢٦) ارتفاع الأراذل والسفهاء: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يكون أسعد الناس بالدنيا كع ابن كع» صححه الألباني.

(٢٧) تباهي الناس في المساجد وزخرفتها: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يتباهى الناس في المساجد» صححه الألباني.

(٢٨) انتشار الشرك في الأمة: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تلحق قبائل من أمتي بالمشركين وحتى تعبد الأوثان» صححه الألباني.

(٢٩) اتخاذ المساجد طرقاً: قال ﷺ: «إن من أشراط الساعة أن يمر الرجل بالمسجد لا يصلي فيه ركعتين» صححه الألباني.

(٣٠) أن تلد الأمة ربتها: قال ﷺ: «إذا ولدت الأمة ربتها» متفق عليه. ومعناها: أن يكثر العقوق فيعامل الولد أمه معاملة السيد أمته من القسوة والضرب.

(٣١) وقوع الخسف والمسح والقذف: قال ﷺ: «بين يدي الساعة مسخ وخسف وقذف» صححه الألباني.

(٣٢) التناكر بين الناس: قال ﷺ: «عندما سئل عن الساعة وعلاماتها... ويلقى بين الناس التناكر، فلا يكاد أحد أن يعرف أحداً» رواه الإمام أحمد.

(٣٣) تسليم الخاصة: قال ﷺ: «إن من أشراط الساعة أن يسلم الرجل على الرجل لا يسلم عليه إلا للمعرفة» رواه الإمام أحمد.

(٣٤) كثرة موت الفجأة: قال ﷺ: «إن من أمارات الساعة أن يظهر موت الفجأة» رواه الطبراني.

(٣٥) تقارب الزمان: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يتقارب الزمان فتكون السنة كالشهر والشهر كالجمعة وتكون الجمعة كالיום ويكون اليوم كالساعة وتكون الساعة كالضربة بالنار» صححه الألباني.

(٣٦) ظهور الكاسيات العاريات: قال ﷺ: «... ونساء كاسيات عاريات مميلات مائلات» رواه مسلم.

(٣٧) حسر الفرات على جبل من الذهب: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يحسر الفرات عن جبل من ذهب يقتتل الناس عليه، فيقتل من كل مائة تسعة وتسعون، ويقول كل رجل منهم لعلي أكون أنا الذي أنجو» متفق عليه.

(٣٨) انتفاخ الأهلة: قال ﷺ: «من اقترب الساعة انتفاخ الأهلة» صححه الألباني، ومعناها: أن ترى الهلال في أول كل شهر فتراه وهو ابن ليلة كأنه ابن ليلتين.

(٣٩) الرؤيا الصادقة للمؤمن: قال ﷺ: «إذا اقترب الزمان لم تكذب رؤيا المسلم تكذب. وأصدقكم رؤيا أصدقكم حديثاً» متفق عليه.

(٤٠) غزارة الأمطار وقلة الإنبات: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يمطر الناس مطراً عاماً ولا تثبت الأرض شيئاً». (رواه الإمام أحمد).

(٤١) كثرة التجارة: قال ﷺ: «إن بين يدي الساعة.. وذكر منها فشو التجارة حتى تعين المرأة زوجها على التجارة» صححه الألباني.

(٤٢) تقارب الأسواق: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى... وذكر منها وتتقارب الأسواق» رواه الإمام أحمد.

(٤٣) التماس العلم عند الأصغر: قال ﷺ: «إن من أشراط الساعة أن يلتمس العلم عند الأصغر» رواه مسلم. والأصغر هم: قليلو العلم كثيروا اتباع الهوى.

(٤٤) أن تعود أرض العرب مروجاً وأنهاراً: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تعود أرض العرب مروجاً وأنهاراً» رواه مسلم.

(٤٥) كثرة النساء وقلة الرجال: قال ﷺ: «من أشراط الساعة... وتكثر النساء ويقل الرجال حتى يكون لخمسين امرأة القيم الواحدة» متفق عليه.

(٤٦) إشاعة الكذب وكثرته: قال ﷺ: «سيكون في آخر أمتي أناس يحدثونكم ما لم تسمعوا أنتم ولا آباؤكم فإياكم وإياهم» رواه مسلم.

(٤٧) أن يتمنى الرجل الموت من شدة البلاء: قال ﷺ: «لا تقوم

الساعة حتى يمر الرجل بقبر الرجل فيقول يا ليتني مكانه» متفق عليه.

(٤٨) تشبب المشيخة: قال ﷺ: «يكون في آخر الزمان قوم يخضبون بالسواد» صححه الألباني.

(٤٩) كلام الدواب للإنسان: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تكلم السباع الإنس وحتى يكلم الرجل عذبة صوته وشراك نعله ويخبره فخذها بما يحدث أهله بعده» صححه الألباني.

(٥٠) ظهور القلم (كثرة الكتابة) : قال ﷺ: «إن بين يدي الساعة... وذكر منها ظهور القلم» رواه الإمام أحمد.

(٥١) اتباع سنن الكافرين: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى تأخذ أمتي بأخذ القرون من قبلها شبراً بشبر: قيل: يا رسول الله كفارس والروم؟ قال: ومن الناس إلا أولئك؟» رواه البخاري.

(٥٢) كثرة القول وترك العمل: قال ﷺ: «من أشرط الساعة... وذكر منها: ويفتح القول ويخزن العمل» صححه الألباني.

(٥٣) قتال بين الروم والمسلمين: قال ﷺ: «اعدد ستا بين يدي الساعة... وذكر منها: ثم هدنة بينكم وبين بني الأصفر (الروم) فيغدرون فيأتونكم تحت ثمانين غاية (راية) تحت كل غاية اثنا عشر ألفاً» رواه البخاري.

(٥٤) فتح القسطنطينية (اسطنبول): قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يغزوها سبعون ألفاً من بني إسحاق، فإذا جاءوها نزلوا فلم

يقاتلوا بسلاح ولم يرموا بسهم، قالوا لا إله إلا الله والله أكبر فيسقط
أحد جانبيها ثم يقولون الثانية لا إله إلا الله والله أكبر فيسقط جانبها
الآخر، ثم يقولون لا إله إلا الله والله أكبر فيفرج لهم فيدخلوها فيغنموا»
رواه مسلم.

(٥٥) خروج القحطاني: قال ﷺ: «لا تقوم الساعة حتى يخرج
رجل من قحطان يسوق الناس بعصاة» متفق عليه، أي: يقود الناس إلى
طاعة الله، وهو رجل صالح يحكم بالعدل ويحبه الناس ويطيعونه.

(٥٦) قتال اليهود ونطق الشجر والحجر: قال ﷺ: «لا تقوم
الساعة حتى يقاتل المسلمون اليهود فيقتلهم المسلمون حتى يختبئ
اليهودي من وراء الحجر والشجر فيقول الحجر والشجر: يا مسلم يا
عبد الله هذا يهودي خلفي فتعال فاقتله، إلا شجر الغرقد فإنه من شجر
اليهود» متفق عليه.

(٥٧) المدينة تنفي شرارها وتخرب في آخر الزمان: قال ﷺ: «لا
تقوم الساعة حتى تنفي المدينة شرارها كما ينفي الكير خبث الحديد»
رواه مسلم.

(٥٨) الريح الطيبة تقبض أرواح المؤمنين: قال ﷺ: «.....ثم
يرسل الله ريحاً باردة من قبل الشام فلا يبقى على وجه الأرض أحد في
قلبه مثقال ذرة من خير أو إيمان إلا قبضته» رواه مسلم.

(٥٩) هدم الكعبة: قال ﷺ: «يخرب الكعبة ذو السويقتين من
الحبشة» متفق عليه.

وذلك عندما لا يبقى في الأرض أحد يقول الله، فيأتي هذا الرجل من الحبشة فيهدمها ويسلبها حليتها، ولا تبني الكعبة بعد ذلك لأن الساعة ستقوم على شرار الناس).

(٦٠) كثرة الهرج "القتل: من علامات الساعة التي ذكرها رسول الله ﷺ كثرة القتل، حتى إن الرجل يقتل الرجل لا يدري لم قتله، ولا المقتول لم قتل.

عن أبي هريرة --رضي الله عنه-- أن رسول الله ﷺ قال: «والذي نفسي بيده لا تذهب الدنيا حتى يأتي على الناس يوم لا يدري القاتل فيما قتل ولا المقتول فيما قتل. فقيل: كيف يكون ذلك قال: الهرج القاتل والمقتول في النار» رواه مسلم.

وقد بدأ الهرج بقتل عثمان --رضي الله عنه--، وصارت الحروب تكثر دون أسباب مقنعة، وذهب ضحيتها الألوف من الناس. مع ظهور الأسلحة المدمرة التي تخدم هذه الحروب الطاحنة.

(٦١) تسليم الخاصة: شرع الله - عز وجل - السلام ليكون علامة المحبة ووصال بين الناس، فيسلم الصغير والكبير، والغني والفقير، والعربي والأعجمي والأبيض الأسود.. أن تسلم على من عرفت ومن لم تعرف.

قال ﷺ: «لا تدخلون الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابوا، أولاً أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشوا السلام بينكم» رواه مسلم.

ومن علامات الساعة تسليم الخاصة، وهو أن لا يلقي الرجل السلام إلا على من يعرفه، ويدع السلام على من لا يعرف، مع أن السنة أن تقشي السلام على من عرفت ومن لم تعرف.

(٦٢) كتمان شهادة الحق: أمر الله - عز وجل - المسلم أن ينصر أخاه ظالماً أو مظلوماً، فتردّ الظالم عن ظلمه، وتستخرج حق المظلوم إن استطعت، وحرّم الله - عز وجل - كتمان الشهادة الحق فقال: قال تعالى: ﴿وَلَا تَكْتُمُوا الشَّهَادَةَ﴾ (البقرة: ٢٨٣).

وفي آخر الزمان يأكل الناس حقوق بعضهم البعض، ويسكت من يعرفون الحقيقة عن التصريح بها، ويسكتون عن الحق مع قدرتهم على قوله لكنهم يقدمون مصالحهم الشخصية على أداء الشهادة، وهذه من علامات الساعة، كما في الحديث السابق من قوله ﷺ: «إن بين يدي الساعة.. وذكر منها: كتمان شهادة الحق» رواه الإمام أحمد.

(٦٣) هلاك الوعول وظهور التحوت: وهذا من علامات الساعة أن يموت أشراف الناس، وحكماؤهم، وعقلاؤهم، وعلمائهم، ثم يظهر التحوت وهم جهال الناس وغوغاؤهم، لأنه خلا لهم الجو. قال ﷺ: «والذي نفس محمد بيده، لا تقوم الساعة حتى.. وذكر منها: ويهلك الوعول ويظهر التحوت».

فقالوا: يا رسول الله وما الوعول؟ وما التحوت؟ قال: «الوعول وجوه الناس وأشرافهم، والتحوت الذين كانوا تحت أقدام الناس لا يعلم بهم» رواه الحاكم.

وقد يكون ظهور التحوت باعتلائهم المناصب، وخدمة وسائل الإعلام لهم، وكثرة المطبّلين حولهم، والوعول النجباء العقلاء الناصحون محجوبون عن الناس، مُبعدون عن وسائل الإعلام.

فلا يشتهر بين الناس إلا من امتهن الغناء والرقص والبغاء، أما العالم والمُخترع والبارز في طب وهندسة.. وما شابه ذلك فلا مكان له. (٦٤) عدم المبالاة بمصدر المال من حرام أم من حلال: إذا قل ورع المسلم قل دينه، وإذا قل دينه وقع في الشبهات، ثم يقع في الحرام فلم يعد يبالي بمصدر ماله، أهو من حلال أم من حرام؟ وقد وقع هذا في زماننا مصداقاً لما قاله رسول الله ﷺ.

فعن أبي هريرة --رضي الله عنه-- عن النبي ﷺ قال: «يأتي على الناس زمان لا يبالي المرء ما أخذ منه أمن الحلال أم من الحرام» رواه البخاري.

وإذا تأملت اليوم وجدت أن كثيراً من الناس يتكالبون على جمع المال من كل وجه، حلال أو حرام.

(٦٥) تعلم العلم لغير الله: الأصل أن يتعبد الإنسان بتعلم العلم الشرعي ونشره وتعليمه، قال ﷺ: «إن الله وملائكته وأهل السموات والأرضين حتى النملة في جحرها وحتى الحوت ليصلون على معلم الناس الخير» رواه الترمذي.

وفي آخر الزمان سيتعلم أقوام علم القرآن والسنة والفقة لغير

وجه الله - عز وجل - ، بل للظهور والشهرة وما شابه ذلك.

كما في حديث أبي هريرة --رضي الله عنه-- أن النبي ﷺ قال: «إذا اتخذ الفئء دولا والأمانة مغنما والزكاة مغرما وتعلم لغير الدين...» رواه الترمذي.

(٦٦) طاعة الزوجة وعقوق الأم: وهذا من علامات الساعة، أن يعق الرجل أمه ويقرب زوجته ويطيعها في معصية أمه وعقوقها، أو الأب في كثير من الأحيان، وهذا ظاهر اليوم، فترى الأم في كثير من الأحيان تسكن في بيت وحدها لا يكاد يراها أبناؤها أو يزورونها إلا قليلاً، والزوجة والأبناء في عز وفسحة ونزهة وأسفار.

وإن سكنت الأم أو الأب مع الأولاد لم يكن لهما من الحظوة والاهتمام ما لغيرهما.

كما في حديث أبي هريرة --رضي الله عنه-- أن النبي ﷺ قال: «إذا اتخذ الفئء دولا والأمانة مغنما والزكاة مغرما وتعلم لغير الدين وأطاع الرجل امرأته وعق أمه وأدنى صديقه وأقصى أباه...» رواه الترمذي.

(٦٧) إنداء الأصدقاء وإقصاء الآباء: وهذا من أمارات الساعة أيضاً ومن العقوق، وهو أن تكون المجالسة والمؤانسة والابتهاج للأصدقاء والزملاء، ويُهمل الآباء.

وربما كان استماع الشباب وأنسه بمجالسة أصدقائه أكثر من

أنسه بمجالس أبيه، خاصةً إن كان الأب كبير السنّ، كثير اللوم والتوجيه والانتقاد، لكن مع ذلك ينبغي أن يعرف الولد لأبيه حقه: ﴿وَالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا﴾.

(٦٨) تمنى الناس الموت: أخبر النبي ﷺ عن مجيء زمان يكثر فيه الظلم والفتن والبلاء حتى يمر الرجل بقبر صاحبه فيتمنى أن يكون هو صاحب القبر بدلاً من صاحبه الذي فيه، لما يلاقي من البلاء والمحن وتخلّصاً من واقعه الأليم الذي هو أشد من الموت مرارة.

عن أبي هريرة --رضي الله عنه-- أن رسول الله ﷺ قال: «لا تقوم الساعة حتى يمر الرجل بقبر الرجل فيقول: يا ليتني مكانه» رواه البخاري.

(٦٩) أن يصبح الرجل أسعد الناس بالدنيا لُكع بن لُكع: من علامات الساعة مجيء زمان يصدق فيها الكاذب ويكذب الصادق، ويؤتمن الخائن ويخون الأمين، ويلي أمر الناس السفهية ويوسد الأمر لغير أهله. فعن أنس --رضي الله عنه-- أن رسول الله ﷺ قال: «لا تذهب الأيام والليالي حتى يكون أسعد الناس بالدنيا لُكع ابن لُكع» رواه الطبراني.

وقال ﷺ: «يوشك أن يغلب على الدنيا لُكع ابن لُكع» رواه الإمام أحمد.

وقال ﷺ: «لا تذهب الدنيا حتى تصير للُكع ابن لُكع» رواه الإمام أحمد.

و"لُكْعُ بن لُكْعٍ": هو الرديء الذي لا يُحمد على خلق. وعند العرب هو العبد السيء، واستعمل اللُكْعُ في الدلالة على الحمق والجهل، ولذا يقال للرجل لُكْعٌ وللمرأة لُكَاعٌ.

فيصبح هذا أسعد الناس بالدنيا من مالٍ وجاهٍ ومراكب فارهة وبيوت واسعة؛ لأنه لُكْعٌ، ويكتسب المال بكل سبيل، ويتصرف مع الناس على أهوائهم. فحَصِّل الدنيا.

(٧٠) كثرة الكذب: الكذب آفة شنيعة ولا يزال الرجل يكذب ويتحرى الكذب حتى يكتب عند الله كذاباً وفي الحديث: «يطبع المؤمن على الخصال كلها إلا الخيانة والكذب» رواه الإمام أحمد.

كان ﷺ إذا اطلع على أحد من أهل بيته كذب كذبة، لم يزل معرضاً حتى يحدث توبة.

ومن علامات الساعة أن يفسحوا الكذب بين الناس فلا يتورع الرجل عن الكذب في حديثه وعدم التثبت في نقل الأخبار بين الناس، هذا مع قبح الكذب وسوء أثره وكثرته بين الناس.

(٧١) وقوع التناكر بين الناس: عند كثرة المحن والفتن تخف العلاقة بين الناس حتى تصل إلى القطيعة وتدابير القلوب فلا يتعارف الناس إلا لمصالحهم الدنيوية.

فعن حذيفة بن اليمان --رضي الله عنه-- قال: سئل رسول الله ﷺ عن الساعة؟ فقال: «علمها عند ربي لا يجليها لوقتها إلا هو ولكن

سأخبركم بمشاريطها وما يكون بين يديها: إن بين يديها فتنة وهرجاً.
قالوا: يا رسول الله الفتنة قد عرفناها فالهرج ما هو؟ قال: بلسان
الحبشة. القتل ويلقى بين الناس التناكر فلا يكاد أحد يعرف أحداً، رواه
الإمام أحمد.

وهذا الحديث مصداق لواقع الناس الآن فقد أصبح كثير من
الناس لا يكاد يعرف أقاربه، حتى ربما التقى بعض أولادهم في أماكن
عامة، فلم يدر أن هؤلاء من أرحامه لأن كثير من علاقات الناس بنيت
على المصالح الشخصية وكثرت العلاقات الواهية القائمة على المصالح
الدنيوية التي سرعان ما تهدم وتنقطع لكونها قائمة على رغبة الناس
في مصالحهم ولم تكن قائمة على الإيمان بالله والإخاء بل ينظر الرجل
لمصلحة دنياه فإن كانت قابلة للتحقيق بناها وإلا كان أسرع إلى القطيعة.

(٧٢) مجيء زمان يُخَيَّر الرجل فيه بين العجز والفجور: من
علامات الساعة التي أخبر عنها رسول الله ﷺ تخيير الرجل بين أن
يفجّر، أو أن يترك ويُتَّهَم بالعجز والرجعية، وغيرها من الألفاظ غير
التقدمية في عرف أهل الفساد، فنبه النبي ﷺ ونصح أولئك على اختيار
العجز، والابتعاد عن الفجور.

عن أبي هريرة --رضي الله عنه-- أن رسول الله ﷺ قال: «يأتي
على الناس زمان يُخَيَّر فيه الرجل بين العجز والفجور، فمن أدرك ذلك
الزمان؛ فليختر العجز على الفجور» المستدرك على الصحيحين.

وهذا الأمر ظاهر في زماننا؛ حيث إن من التزمت بحجابها من

النساء - مثلاً - اتَّهَمَتْ بأنها عاجزة رجعية، أو من ترك المساهمة في الربا، أو تعاطي الرشوة، أو متابعة القنوات الفاسدة، وصفة الناس بالرجعية والعجز عن التقدم؛ فأصبح الإنسان في المجتمع مخيراً بين أن يفجر ويعصي، أو يوصف بالعجز والرجعية.

(٧٣) ارتفاع مباني مكة: كانت مكة في عهد النبي ﷺ قليلة في عدد سكانها، ومبانيها، فأخبر النبي ﷺ أن من علامات الساعة ارتفاع المباني فوق جبالها، فقد أخرج ابن شعبة بسنده إلى يعلى بن عطاء عن أبيه قال: كنت أخذ بلجام دابة عبد الله بن عمرو فقال: «كيف أنتم إذا هدمتم البيت فلم تدعوا حجراً على حجر؟ قالوا: ونحن على الإسلام؟! قال: وأنتم على الإسلام، قال: ثم ماذا؟ قال: ثم يُبنى أحسن ما كان، فإذا رأيت مكة قد بعجت كظائم، ورأيت البناء يعلو رؤوس الجبال، فاعلم أن الأمر قد أظلك» رواه ابن أبي شعبة.

قوله "بعجت كظائم" أي حضرت قنوات، وهي الأنفاق الأرضية تحت جبال مكة وتحت أرضها، والأنابيب الضخمة لمياه زمزم.

لا تتحيري مع اختاري الإجابة الصحيحة



مما يحرك العقول، ويقود التفكير، ويشغل المنافسة، ما تقوم به بعض المسابقات، واللقاءات من طرح للأسئلة، واختبار للمعلومات. ولعل من أحب طرق إلقاء الأسئلة: طريقة الاختيار المتعدد، والتي تعتمد على طرح سؤال، ومن ثم إعطاء المتسابقة اختيارات عدة، خيارين، أو ثلاثة، أو أربعة؛ مما يعطيها فرصة أكبر للإجابة الصحيحة، أو التخمين في حال عدم معرفة الإجابة الصحيحة؛ فهي في النهاية فيها

فرصة من النجاح، قد تحالفك في هذه المرة، أو في المرات القادمة. وقد انتشر هذا النوع من الأسئلة ذات الاختيارات المتعددة، سواء في البرامج التلفزيونية تحت مسميات عديدة مثل (سؤال وجواب) أو (سؤال وجائزة) أو غيرها من المسميات، وكذلك انتشرت في الصحف اليومية، وكذلك المجلات الشهرية؛ بل خصصت لها صفحات أو زوايا في العديد من الصحف، والمجلات إن لم يكن جميعها، وأقيمت المسابقات فيها، وأعلن الفائزون فيها؛ والخلاصة أن جميع هذه الأنواع التي انتشرت من صلب الأسئلة ذات الاختيارات المتعددة قد لقيت قبولاً واسعاً، وصدى مسموعاً، ولعل من أقوى تلك البرامج برنامج (من سيربح المليون؟) والذي هو في الأساس يعتمد على هذه الأسئلة ذات الاختيارات المتعددة. لذا؛ كان لزاماً علينا أن نأخذ من هذه الفقرة أوفر الحظ والنصيب، وأن نصبّ منها في برامجنا الثقافية بقدر كافٍ، وأن نعد لها شيئاً من الجوائز ما استطعنا.



١- سورة من سور القرآن الكريم قال عنها رسول الله ﷺ «لهي

أحب إليّ مما طلعت عليه الشمس» فما هي؟

أ- الفاتحة.

ب- الفتح.

ج- الإخلاص.

٢- متى ولد الصديق صاحب رسول الله ﷺ؟

أ- بعد ولادته ﷺ بعشرة أعوام.

ب- بعد ولادته ﷺ بسبعة أعوام.

ج- بعد ولادته ﷺ بعامين وبضعة أشهر.

٣- صحابي جليل، هو أول من سن للمسلمين صلاة ركعتين قبل

القصاص، من هو؟

أ- عمار بن ياسر -رضي الله عنه-.

ب- خبيب بن عدي -رضي الله عنه-.

ج- بلال بن رباح -رضي الله عنه-.

٤- من الذي وضع النقاط على الحروف في المصحف الشريف؟

أ- الحجاج بن يوسف.

ب- نصر بن عاصم.

ج- الأصمعي.

٥- كم عدد منارات مآذن الحرم المكي (المسجد الحرام)؟

أ- ١٣ مئذنة.

ب- ١٠ مآذن.

ج- ٩ مآذن.

٦- ما اسم الشجرة التي يؤخذ منها السواك؟

أ- الأراك.

ب- الأيكة.

ج- السدرة.

٧- في أي عام تولى الصديق خلافة المسلمين؟

أ- عام ١٠ من الهجرة.

ب- عام ١٢ من الهجرة.

ج- عام ١٣ من الهجرة.

٨- عدد فقرات رقبة الإنسان هو سبع فقرات فكم عدد فقرات

رقبة الزرافة؟

أ- ٤٢ فقرة.

ب- ٢١ فقرة.

ج- سبع فقرات أيضاً.

٩- ما هو طول قناة السويس؟

أ- ٣٠٠ ميل.

ب- ٥٠ ميل.

ج- ١٠٠ ميل.

١٠- معركة اليرموك بين من ومن كانت؟

أ- بين المسلمين والروم.

ب- بين المسلمين والفرس.

ج- بين المسلمين وعرب الشام.

١١- ما اسم أكبر الرتب العسكرية؟

أ- الفريق.

ب- العماد.

ج- المشير.

١٢- صحابية جليلة تعد رائدة فن التمريض في الإسلام شاركت

في غزوة بدر وغيرها تداوي الجرحى وتعتني بالمرضى، من هي؟

أ- أم عمارة رضي الله عنها.

ب- نسيبة بنت كعب - رضي الله عنها -.

ج- الخنساء رضي الله عنها.

١٣- كان عدد أصحاب رسول الله ﷺ تسعة وثلاثين صحابياً يتعلمون من رسول الله ﷺ في دار الأرقم، من المسلم الذي دخل عليهم وأعلن إسلامه فأصبح عددهم (أربعين) مسلماً؟

أ- حمزة بن عبد المطلب --رضي الله عنه--.

ب- زيد بن الدثنة.

ج- عمر بن الخطاب-رضي الله عنه-.

١٤- ما اسم أعلى سلسلة جبال في العالم؟

أ- نياجرا.

ب- أطلس.

ج- الهيمالايا.

١٥- ما المدة التي يبقى فيها (الكنغارو) داخل جيب أمه؟

أ- سنة كاملة.

ب- سنتين.

ج- ستة أشهر.

١٦- معركة إسلامية سميت بفتح الفتح ما اسم هذه المعركة؟

أ- بدر الكبرى.

ب- نهاوند.

ج- ذات السلاسل.

١٧- يقول الله تعالى في سورة قريش: ﴿لَا يَلْفُ قُرَيْشٍ ۝١
إِلْفِهِمْ رِحْلَةَ الشِّتَاءِ وَالصَّيْفِ ۝٢﴾ قريش: (١-٢) معنى كلمة
الإيلاف؟

- أ- من الألفة والأنس وهي ألفة قريش للتجارة.
- ب- حب قبيلة قريش للناس.
- ج- حبهم للحيوانات الأليفة التي كانت تعيش معهم.
- ١٨- امرأة كانت في بيت كفر لكن الله بشرها بالجنة فمن هي؟
 - أ- مريم بنت عمران.
 - ب- آسيا بنت مزاحم.
 - ج- زوجة قارون.

١٩- قال رسول الله ﷺ لإحدى زوجاته: «إن الله يبشرك ببيت في الجنة من قصب، لا صخب فيه ولا نصب» من هي هذه الزوجة؟

- أ- أم حبيبة بنت أبي سفيان -رضي الله عنها-.
- ب- خديجة بنت خويلد -رضي الله عنها-.
- ج- عائشة بنت أبي بكر -رضي الله عنها-.

٢٠- في من نزلت هذه الآية الكريمة: ﴿يَقُولُونَ لَئِن رَّجَعْنَا إِلَى
الْمَدِينَةِ لَيُخْرِجَكُنَّ الْأَعْرَابُ مِنْهَا الْأَذَلَّ﴾ (المنافقون: ٨)؟

- أ- أبو لهب.
- ب- أمية بن خلف (عدو الله ورسوله).
- ج- عبد الله بن أبي بن سلول.

٢١- ما اسم المدينة التي كانت آخر معاقل المسلمين في الأندلس؟

أ- طليطلة.

ب- غرناطة.

ج- قرطبة.

٢٢- من أول فدائية في الإسلام؟

أ- أروى بنت عبد المطلب -رضي الله عنها-.

ب- ربيعة الأنصارية -رضي الله عنها-.

ج- أسماء بنت أبي بكر -رضي الله عنها-.

٢٣- من أول من فرض التجنيد الإلزامي في بلاد المسلمين؟

أ- معاوية بن أبي سفيان -رضي الله عنه-.

ب- الحجاج بن يوسف الثقفي.

ج- أبو العباس السفاح.

٢٤- متى حج رسول الله ﷺ؟

أ- في السنة الأولى من الهجرة.

ب- في السنة التاسعة من الهجرة.

ج- في السنة العاشرة من الهجرة.

٢٥- كان-رضي الله عنه- أعلم الصحابة بالحلال والحرام؟

أ- عمرو بن العاص -رضي الله عنه-.

ب- زيد بن حارثة -رضي الله عنه-.

ج- معاذ بن جبل -رضي الله عنه-.

٢٦- ما اسم القائد الذي بنى مدينة (القاهرة)؟

أ- المعز لدين الله الفاطمي.

ب- جوهر الصقلي.

ج- صلاح الدين الأيوبي.

٢٦- من الصحابي الجليل الذي توفى على أبواب مدينة

(القسطنطينية) سنة خمسين من الهجرة؟

أ- عمرو بن الجموح -رضي الله عنه-.

ب- أبو أيوب الأنصاري -رضي الله عنه-.

ج- عمار بن ياسر -رضي الله عنه-.

٢٧- ما اسم السورة الوحيدة في القرآن الكريم التي تخلو من

البسمة؟

أ- الكافرون.

ب- التوبة.

ج- سبأ.

٢٨- زوجتا نبيين من أنبياء الله لكنهما كانتا من أهل النار فمن

هما؟

أ- زوجة نوح وزوجة لوط.

ب- زوجة صالح وزوجة إسماعيل.

ج- زوجة يونس وزوجة هود.

٢٩- أين دُفِنَ عم الرسول ﷺ حمزة بن عبد المطلب رضي الله

عنه؟

أ- في المدينة المنورة.

ب- في وادي العتيق قرب جبل أحد.

ج- في المنطقة التي حدثت فيها معركة بدر.

٣٠- يقول الله تعالى في سورة الإسراء والنور: ﴿رَبُّكُمْ الَّذِي يُزْجِي

لَكُمْ أَلْفَاكًا فِي الْبَحْرِ لِيَتَّبِعُوا مِنْ فَضْلِهِ إِنَّهٗ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٦٦﴾

(الإسراء: ٦٦) ما معنى كلمة (يزجي)؟

أ- علمكم صناعة السفن.

ب- يسوق.

ج- يجعلها تطفو على الماء.

٣١- من الذي أسس نظام الشرطة في الإسلام؟

أ- عمر بن الخطاب - رضي الله عنه-.

ب- معاوية بن أبي سفيان -رضي الله عنه-.

ج- عبد الملك بن مروان.

٣٢- من مؤذن الرسول ﷺ؟

أ- بلال بن رباح -رضي الله عنه-.

ب- أبو محذورة -رضي الله عنه-.

ج- عبد الله بن أم مكتوم -رضي الله عنه-.

د- الثلاثة هم مؤذنو الرسول ﷺ.

٣٣- كان لقريش رحلتان، في الشتاء رحلة وفي الصيف رحلة،

وكانتا للتجارة، فإلى أي الأماكن كانت هاتان الرحلتان؟

أ- إلى اليمن في الشتاء وإلى الشام في الصيف.

ب- إلى العراق في الشتاء، وإلى عُمان في الصيف.

ج- إلى الشام في الشتاء، وإلى فارس في الصيف.

٣٤- أي السور القرآنية التي في جميع آياتها لفظ الجلالة (الله)؟

أ- المجادلة.

ب- الإخلاص.

ج- آية الكرسي.

٣٥- من القائد المسلم الذي قاد المسلمين في معركة (بلاط

الشهداء) والتي دخل المسلمون بعدها أوروبا؟

أ- عبد الرحمن الغافقي.

ب- موسى بن نصير.

ج- عبد الرحمن الداخل.

٣٦- من الصحابي الجليل الذي كان يُسمى (حبر الأمة وترجمان

القرآن)؟

أ- عبد الله بن عباس -رضي الله عنه-.

ب- عبد الله بن مسعود -رضي الله عنه-.

ج- عبد الله بن رواحة -رضي الله عنه-.

٣٧- دولة من دول العالم فيها (٤٠٠٠) بحيرة ماؤها عذب حلو،

ما اسمها؟

أ- الدنمارك.

ب- فنلندا.

ج- النرويج.

٣٨- (بلغ السيل الزبى) مثل عربي جميل، ما معنى كلمة زُبى؟

أ- المكان المرتفع.

ب- السهل.

ج- البحر.

٣٩- من العالم اللغوي الذي وضع قواعد النحو العربي؟

أ- أبو الأسود الدؤلي.

ب- سيبويه.

ج- الفراهيدي.

٤٠- ما اسم ولد الضُّب؟

أ- البريعصي.

ب- الحِسل.

ج- الشَّوَهَب.

٤١- ما اسم أول فدائي في الإسلام؟

أ- عبید الله بن رواحة -رضي الله عنه-.

ب- حمزة بن عبد المطلب -رضي الله عنه-.

ج- علي بن أبي طالب -رضي الله عنه-.

٤٢- يستخدم العرب عبارة (قاب قوسين أو أدنى) دلالة على

القرب، ما معنى كلمة (قاب)؟

أ- مقدار.

ب- بوصة.

ج- دلالة على أصغر مقياس.

٤٣- ما جمع كلمة هلال؟

أ- هلالات.

ب- هُلل.

ج- أهلة.

٤٤- ترليون رقم ضخماً جداً قليل الاستخدام، ما هو شكل كتابة

هذا الرقم؟

أ- واحد وإلى يمينه ٣٦ صفراً.

ب- واحد وإلى يمينه ١٨ صفراً.

ج- واحد وإلى يمينه ٢٤ صفراً.

٤٥- من الصحابي الجليل الذي اهتز لموته عرش الرحمن؟

أ- جعفر بن أبي طالب - رضي الله عنه.

ب- سعد بن معاذ - رضي الله عنه.

ج- حمزة بن عبد المطلب - رضي الله عنه.

٤٦- ما فعل الأمر من فعل وقى؟

أ- أوق.

ب- لتق.

ج- ق.

٤٧- (الأمير لاي) رتبة عسكرية عثمانية وهي تعني؟

أ- اللواء.

ب- العميد.

ج- الرائد.

٤٨- كم عدد الأنهار التي تصب في البحر الأحمر؟

أ- نهر واحد هو النيل.

ب- نهران هما النيل والنيل الأزرق.

ج- لا يصب فيه أي نهر.

٤٩- ما اسم القناة الوحيدة في العالم التي تصل بين محيطين؟

أ- قناة فيجي.

ب- قناة بنما.

ج- قناة فالوب.

٥٠- في أي عام تم بناء الجامع الأزهر في القاهرة؟

أ- في عام ٨٥٠ من الهجرة.

ب- في عام ١٢٠٠ من الهجرة.

ج- في عام ٣٦١ من الهجرة.

٥١- ما اسم ولد الأرنب؟

أ- فُرْعُل.

ب - خَزْنَق.

ج - خَشَف.

٥٢- (السفانية) أكبر حقل بترول بحري في العالم أين يوجد؟

أ- في الكويت.

ب- في بحر الشمال.

ج- في السعودية.

٥٣- صحابي جليل هو أول من جهر بالقرآن الكريم أمام كفار

قريش قرب الكعبة من هو؟

أ- عمار بن ياسر -رضي الله عنه-.

ب- الزبير بن العوام -رضي الله عنه-.

ج- عبد الله بن مسعود -رضي الله عنه-.

٥٤- في أي يوم من الأسبوع خلق الله آدم؟

أ- الخميس.

ب- الجمعة.

ج- الاثنين.

٥٥- ما نسبة وزن العظام إلى وزن الجسم في الإنسان؟

أ- ١٥٪.

ب- ١٠٪.

ج- ٢٥٪.

٥٦- من الصحابي الذي قتل (مسيلمة الكذاب)؟

أ- خالد بن الوليد.

ب- وحشي بن حرب.

ج- عمرو بن العاص.

٥٧- من القائد العام لمعركة (عين جالوت) التي كانت بين

المسلمين والتتار (المغول)؟

أ- طارق بن زياد.

ب- المظفر (قطز).

ج- محمد الفاتح.

٥٨- يقول الله تعالى في سورة النصر: ﴿إِذَا جَاءَ نَصْرُ اللَّهِ

وَالْفَتْحُ ﴿١﴾ (النصر: ١) (ما المقصود بـ(الفتح) هنا؟

أ- النصر في معركة بدر.

ب- فتح مكة.

ج- فتح حصن خيبر.

٥٩- من الصحابي الجليل الذي كان يدعى بـ(غسيل الملائكة)؟

أ- أبو قتادة -رضي الله عنه-.

ب- جعفر بن أبي طالب -رضي الله عنه-.

ج- حنظلة بن أبي عامر -رضي الله عنه-.

٦٠- ما اسم أول سورة في الجزء الخامس عشر من القرآن؟

أ- الكهف.

ب- الإسراء.

ج- سبأ.

٦١- ما عدد سرايا الرسول ﷺ؟

أ- ٢٨ سرية.

ب- ٣٨ سرية.

ج- ٤٨ سرية.

٦٢- ما أرق مناطق جلد الإنسان وأكثرها حساسية؟

أ- الشفاه.

ب- صيوان الأذن.

ج- جفن العين.

٦٣- ما أفضل عشرة أيام من أيام السنة؟

أ- العشرة الأوائل من ذي الحجة.

ب- العشر الأواخر من رمضان.

ج- أيام متفرقة: الجمعة والأعياد، ١٣، ١٤، ١٥ من كل شهر.

٦٤- ما عدد غزوات الرسول ﷺ؟

أ- ٢٦ غزوة.

ب- ١٣ غزوة.

ج- ١٠ غزوات.

٦٥- كانت العرب تفضل (الأبيضين) طعاماً في السفر والحضر،

فما هما (الأبيضان)؟

أ- البيض والجبن.

ب- الحليب والماء.

ج- اللبن والجبن.

٦٦- ما أقصى ارتفاع تستطيع الطيور بلوغه؟

أ- ١٠ آلاف متر.

ب- ٣٠ ألف متر.

ج- ١٧ ألف متر.

٦٧- (أجنادين) معركة انتصر فيها المسلمون على البيزنطيين،

من كان قائد المسلمين في هذه المعركة؟

أ- النُّعْمان بن مقرن.

ب- خالد بن الوليد.

ج- القعقاع بن عمرو التميمي.

٦٨- ما أم الكبائر؟

أ- الشرك بالله.

ب- الخمر.

ج- عقوق الوالدين.

٦٩- ذو النون معناها صاحب الحوت، وهي صفة لنبي من أنبياء

الله ما اسمه؟

أ- الخَضِر.

ب- موسى.

ج- يُونُس.

٧٠- يقول الله تعالى في سورة الأعراف: ﴿ حَتَّىٰ يَلِجَ الْجَمَلُ فِي سَمِّ

الْخِيَاطِ ﴾ (الأعراف: ٤٠) ما معنى سَمِّ الخياط؟

أ- الخيط.

ب- ثقب الإبرة.

ج- الإبرة.

٧١- ما أضخم حيوان يعيش على سطح الأرض؟

أ- الفيل الهندي.

ب- ثور البيسون.

ج- الحوت الأزرق.

٧٢- قال رسول الله ﷺ: «اقرأوا الزهراوين» ماذا يقصد رسول

الله ﷺ بالزهراوين؟

أ- سورتا الإخلاص والفاتحة.

ب- سورتا يسين والرحمن.

ج- سورتا البقرة وآل عمران.

٧٣- ما اسم أقدم جامعة في البلاد الإسلامية؟

أ- (القرويين) في المغرب.

ب- (الزيتونة) في تونس.

ج- (الأزهر) في مصر.

٧٤- قال الله تعالى في سورة الإنسان: ﴿إِنَّكَ هَتُّؤَلَاءِ يُجِبُّونَ الْعَاجِلَةَ

وَيَذُرُونَ وَرَاءَهُمْ يَوْمًا ثَقِيلًا ﴿٢٧﴾ (الإنسان: ٢٧) ما معنى (العاجلة)؟

أ- المال.

ب- الأولاد.

ج- الحياة الدنيا.

٧٥- مرض يصيب الأطفال نتيجة افتقار أجسامهم لفيتامين

(د) ما هو؟

أ- الكساح.

ب- فقر الدم.

ج- الهُزال.

٧٦- (الكاراتيه) هي رياضة الدفاع عن النفس، وهي تعني

باليابانية:

أ- اليد الخالية.

ب- السلاح الخفيف.

ج- الرياضة القاسية.

٧٧- هل هناك صلة قرى بين (عمر بن الخطاب) و (عمر بن

عبد العزيز) رضي الله عنهما؟

أ- لا توجد صلة قرى.

ب- جده من طرف أمه.

ج- خال أمه.

٧٨- أين يقع متحف (اللوفر) الذي يحتوي على لوحات جميلة

مثل الموناليزا، ومسلة تيماء؟

أ- روما.

ب- باريس.

ج- مدريد.

٧٩- من روائع العمارة الإسلامية (قبة الصخرة) في القدس، من

الذي بناها؟

أ- عبد الملك بن مروان.

ب- الوليد بن عبد الملك.

ج- عمر بن عبد العزيز.

٨٠- ما اسم آخر زوجة تزوجها الرسول ﷺ؟

أ- عائشة رضي الله عنها.

ب- ميمونة بنت الحارث - رضي الله عنها-.

ج- أم حبيبة - رضي الله عنها-.

٨١- كم سنة حكم المسلمون أسبانيا؟

أ- ٣٠٠ سنة.

ب- ٥٠٠ سنة.

ج- ٥٠ سنة.

٨٢- أبو بكر الصديق -- رضي الله عنه-- هو أول رجل دخل

الإسلام، من هو ثاني رجل دخل الإسلام؟

أ- عثمان بن عفان - رضي الله عنه-.

ب- الحُبَاب بن المنذر - رضي الله عنه-.

ج- الزبير بن العوام - رضي الله عنه-.

٨٣- عالم مسلم من علماء الرياضيات اكتشف نسبة محيط

الدائرة إلى نصف قطرها وقدرها ب: ١٤, ٣ ما اسمه؟

أ- المجريطي.

ب- غياث الدين الكاشي.

ج- جابر بن حيان.

٨٤- صحابي جليل لقب ب(طلحة الخير طلحة الفياض، طلحة

الجلود)، لحبه الشديد لفعل الخير فمن هو؟

أ- طلحة بن عبيد الله -رضي الله عنه-.

ب- طلحة بن سعيد -رضي الله عنه-.

ج- طلحة بن أنس -رضي الله عنه-.

٨٥- كيف يشم الثعبان؟

أ- عن طريق أنفه.

ب- عن طريق لسانه.

ج- الثعبان لا يشم إطلاقاً.

٨٦- من حجة النحويين العرب؟

أ- الفراء.

ب- الزجاج.

ج- سيويه.

٨٧- ما اسم السورة القرآنية التي فيها سجدةتان؟

أ- الشعراء.

ب- الحج.

ج- الرحمن.

٨٨- الخير معقود في نواصيها إلى يوم القيامة، من هذا الحيوان

الذي قال فيه رسول الله ﷺ؟

أ- الإبل (الجمال).

ب- الخيل.

ج- الخراف.

٨٩- لقب (عثمان بن عفان --رضي الله عنه--) ب: (ذي

النورين) لماذا؟

أ- لأنه شديد الحياء والخجل.

ب- لأنه تزوج من ابنتي رسول الله ﷺ.

ج- لأنه كثير الإنفاق، ينفق بيمينه وشماله.

٩٠- كم عدد إخوة يوسف عليه السلام؟

أ- أحد عشر.

ب- اثنا عشر.

ج- عشرة.

٩١- اتسعت رقعة الإسلام حتى قال أحد الخلفاء مخاطباً صحابة:

(أمطري حيث شئت فسياأتيني خراجك) من قائل هذه العبارة؟

أ- الحاكم بأمر الله.

ب- هارون الرشيد.

ج- الوليد بن عبد الملك.

٩٢- قال تعالى في سورة القيامة: ﴿ثُمَّ ذَهَبَ إِلَىٰ أَهْلِهِ بِتَمَطَّىٰ﴾

(القيامة: ٣٣) ما معنى كلمة يتمطى؟

أ- معجباً بنفسه.

ب- يشد جسمه المتعب.

ج- يركض بسرعة.

٩٣- من مؤلف كتاب (ماذا خسر العالم بانحطاط المسلمين)؟

أ- محمد الغزالي.

ب- أبو الحسن الندوي.

ج- أنور الجندي.

٩٤- يقول الله تعالى في سورة الواقعة: ﴿وَبُسَّتِ الْجِبَالُ بَسًّا﴾

(الواقعة: ٥) ما معنى كلمة بُسَّتِ؟

أ- عُجنت.

ب- تسرب إليها الماء.

ج- فُتت.

٩٥- من أين يستخرج الفلين؟

أ- من لحاء شجرة البلوط.

ب- من شجرة المطاط.

ج- من شجيرة الموز.

٩٦- ما أبغض الأماكن إلى الله تعالى؟

أ- أماكن اللهو.

ب- الأسواق.

ج- المحاكم.

٩٧- كم صماماً لقلب الإنسان؟

أ- ٤ صمامات.

ب- ١٢ صماماً.

ج- ٨ صمامات.

٩٨- مرض من الأمراض المعدية المميتة كان يسمى في الماضي

بـ(الموت الأسود) ماهو؟

أ- السرطان.

ب- الجدري.

ج- الطاعون.

٩٩- من أول من وضع نظام البريد في الإسلام؟

أ- معاوية بن أبي سفيان -رضي الله عنه-.

ب- الوليد بن عبد الملك.

ج- مروان بن الحكم.

١٠٠- إذا فقد الإنسان إحدى عينيه كم يفقد من قوة بصره؟

أ- الخمس.

ب- النصف.

ج- العُشر



قولي لي من تجالسين أقل لك من أنت



تتعدد صاحبات والخيلات والجليسات؛ لكن تظل الصاحبة ساحبة،
ويظل للصديقة تأثير إما خيراً وإما شراً.
لذا.. خصصنا هذه الفقرة في الحديث عن موضوعات تخص الصداقة،
وأعتقد أن هذه الفقرة من أهم الفقرات لطالبات المرحلة الثانوية.

مَنْ تصاحِبين من الناس؟

انظري من صاحبتِ من الناس: من ذات فضل عليك بسُلطان أو منزلة، أو من دون ذلك من الأكفء والخليطات والأخوات، فوطّني نفسك في صحبتها على أن تقبلي منها العفو وتسخو نفسك عما اعتاص عليك مما قبله، غير معاتبة ولا مستبظّة ولا مستزيدة. فإن المعاتبة مقطّعة للود، وإن الاستزادة من الجشع، وإن الرضا بالعفو والمسامحة في الخلق مقرب لك كل ما تتوق إليه نفسك مع بقاء العرض والمودة والمروءة.

واعلمي أنك ستبليين من أقوام بسفه، وأن سفه السفية سيطلع له منك حقداً، فإن عارضته أو كافأته بالسفه فكأنك قد رضيت ما أتى به، فأحببت أن تحتذي على مثاله. فإن كان ذلك عندك مذموماً فحقيقي ذمك إياه بترك معارضته، فأما أن تذميه وتمتثليه فليس في ذلك لك سداد.

احذري صديقتك ألف مرّة:

لا تفرطي في الثقة بالصدقات، فإن أكثر الناس قدرة على إيذائك هي تلك الصديقة التي انقلبت عدوة لك؛ فقد أودعتها أسرارك وهمومك، وهي قادرة على إفشائها بين الناس؛ يقول الشاعر:

احذر عدوك مرّة واحذر صديقك ألف مرّة
فلربما انقلب الصّد يقف كان اعلم بالمضرة

ويقول ابن المقفع: "من أعظم الغلط الثقة بالناس، والاسترسال

بالأصدقاء؛ فإن أشد الأعداء وأكثرهم أذى الصديق المنقلب عدوًّا؛ لأنه قد اطلع على خفي السرِّ".

يقول ﷺ: «أحبُّ حبيبك هونًا ما، عسى أن يكون بغيضك يومًا ما، وأبغض بغيضك هونًا ما، عسى أن يكون حبيبك يومًا ما» رواه أبو داود. لا تعيني أختك على أختك في خصومة؛ فإنهما تصطلحان عن قليل، وتكتسبين المذمة!.. يقول الشاعر:

كم صاحب عاديته في صاحبٍ

فتصالحا وبقيت في الأعداء

ولقد وصَّى حكيم ابنه فقال: يا بني اصحب من شئت من الناس إلا خمسة؛ فإياك أن تصحبهم:

لا تصحب كذابًا؛ فإن الكذاب كلامه كالسراب يبعث القريب ويقرب البعيد..

ولا تصحب أحمق؛ فإن الأحمق يرى أنه ينفعك، وهو يضرك..

ولا تصحب طماعًا؛ فإنه يبيعك بأكله أو شربه..

ولا تصحب بخيلًا؛ فإن البخيل يردك عندما تكون في حاجة إليه..

ولا تصحب جبانًا، فإنه يخذلك عند الشدائد..

ويقول آخر: لا خير في صحبة من تجتمع فيه هذه الخصال:

من إذا حدثك كذبك، وإذا اتّمنك اتّهمك، وإذا أنعمت عليه

كفّرك، وإذا أنعم عليك منّ عليك..

ونقول: "لا خير فيمن توجد فيها إحدى هذه الخصال؛ فلا

تنتظري حتى تكتشفي في صديقتك كل هذه الخصال".

وحذر لقمان ابنه من مجالسة الفجار فقال: يا بني لا تجالس
الفُجَّارَ، ولا تماشهم، واتق أن ينزل عليهم عذاب من السماء فيصيبك
منهم، وجالس الفضلاء والعلماء؛ فإن الله يحيي القلوب الميتة بالفضيلة
كما يحيي الأرض بوابل المطر..

ألم يغفر الله تعالى لعبد خطأً مرَّ فجلس مع قوم يذكرون الله؟..
فيقول تعالى في الحديث: «هم القوم لا يشقى بهم جليسهم» رواه
البخاري.

اختاري القلة السعيدة:

تجنبي بلباقة الصديقات اللاتي لا يسألن التغيير في حياتك..
فسوف تجدين صديقات لا يؤيدن هذا التغيير وكل تغيير تقومين به
سوف يثير فيهن الغيرة والخوف، وسوف يرين التحفيز الجديد وكأنه
اتهام لعدم وجوده لديهن، وشيئاً فشيئاً سوف يعيدنك إلى ما كنت عليه
من قبل؛ فاحذري من الصديقات وأفراد العائلة الذين يفعلون هذا فهم
لا يعرفون ما يفعلون.

فالناس الذين تقضين معهم سوف يغيرون حياتك بشكل أو بآخر،
فإذا ارتبطت بأناس متشائمين فسوف يجرونك معهم، وإذا ارتبطت
بأشخاص يدعمونك في ما أنت عليه من سعادة ونجاح فسوف تأخذين
بزمam المبادرة في طريق النجاح والسعادة، وخلال اليوم يكون لدينا
اختبارات عديدة تتعلق بمن سنكون معه ونتحدث إليه، فلا تقتصري

على الذهاب إلى الحفلات والمشاركة في الترتبة والقبل والقال السلبى؛ لأن هذه هي اللعبة الوحيدة الموجودة، فهذا سوف يستنفد طاقتك ويختنق تفاؤلك؛ فمعظمنا يعرف من الذي يتفائل ومن الذي لا يتشاءم فليس هناك شيء في أن تبدأ في زيادة الحرص حول من تعطيه وقتك.

انتقي صديقاً تك :

من منا يستطيع العيش بلا صديقات؟

أي بهجة للحياة إن خلت من صديقات يشاركننا إياها، نأنس بهن ونؤنسهن، نعطينهن ونأخذ منهن، نهب إليهن لنشكو قسوة الأيام وتقلبات الدهر.

وقد أفرد الفلاسفة والحكماء في سمات من نخال، وعدادوا له صفات يجب أن يتحلى بها، قبل أن نركن إليه ونسمة بالوفاء.

لكنني أحببت أن أحذرك يا أختي من صنف من الصديقات، تهبط معهن الواحدة ولا ترتفع، ينغصن عليها حياتها، ويصبغن أيامها بلون داكن قاتم كئيب.

نعم.. هناك صديقة قادرة في جلسة واحدة على تعكير صفو أيامك بأرائها المعوجة، وتضييق صدرك بشكوكها السوداء، وخلق مساحة من التشاؤم في نفسك بقدره عجيبة خارقة!

وهذه الصديقة تعرفينها بأوصاف عدة؛ فهي كارهة للبشر بصفة عامة، قد تكون ناجحة في عملها أو غير ذلك، لكنها يقيناً أفضل الخلق في علاقاتها الاجتماعية، لا يستفيد منها من يعرفنها شيئاً سوى تسميم

روحهن بالعداء للبشر.. وسوء الظن فيهم.. وتوقع الشر قبل الخير
منهم، إلى جانب تشويه القيم وإنكار فضائل الآخرين.

إننا حينما نتحدث مع أشخاص متشائمين يحدث شيء عجيب،
حيث تختفي دائماً أي بوادر للأمل وتنتشر فوق الرؤوس سحب التشاؤم
والياس، ولا توجد القريحة بأي شيء من التفاؤل أو المرح أو الأفكار
والخطط الجديدة المبدعة.

فاهربي من هذا الصنف يا أختي وابتعدي عنه، وابحثي عن تلك
الصديقة التي تحلقين معها في آفاق الجمال، التي تبث فيك كل حسن،
وتلهب مشاعرك دوماً بكريم طباعها وأخلاقها.

ابحثي عن الصديقة التي عناها الكاتب الأمريكي إيمرسون بقول:
إنني أنشد صديقاً يحرك حماستي وتفاؤلي تجاه الحياة، ويشجعني على
أن أصنع ما أستطيع صنعه، ولست أريد صديقاً يثبط عزيمتي بخمود
روحه ويأسه من كل شيء؛ فأنكص عن أداء ما أستطيع أداءه لو تحليت
بصفة الحماس!

عيوبك في عين صديقتك:

ما أجمل أن تهديك صديقتك عيوبك؛ فتنتهي إليها وتصلحي
نفسك!

ولهذا كان عمر بن الخطاب --رضي الله عنه-- يقول: رحم الله
امراً أهدى إلى عيوبي.

يقول أحدهم: أخ لك كلما لقيك وجد عيباً فيك؛ خير لك من أخٍ

كلما لقيك وضع في يدك دينارًا.

أجل، إن من يرشدك إلى عيوبك خير لك ممن يُغرقك بالهدايا والأموال.

قال حاتم الأصم: إذا رأيت من أخيك عيبًا، فإن كتمته عنه فقد خنته، وإن قلته لغيره فقد اغتبتته، وإن واجهته به أوحشته.

ولكن تلتفي في نصحها، وتعريفها بعيبها، فلا تفعل ذلك أمام الناس.. يقول الإمام الشافعي: من وعظ أخاه سرًا فقد نصحه وزانه، ومن وعظه علانية فقد فضحه وشانه.

يقول الشاعر:

تغمدي بنصحك في انفرادي

وجنبني النصيحة في الجماعة

فإن النصح بين الناس نوع

من التوبيخ لا أرضى استماعه

ويقول ليوناردو دافنشي: "لُمّ صديقك سرًا، ولكن مجّد أمام

الآخرين".

واحفظي عرض أختك؛ فالرسول ﷺ يقول: «من ذب عن عرض

أخيه؛ رد الله عنه عذاب النار يوم القيامة» صححه الألباني.

وبالطبع لا بد من أن تصفحي عن هفوات صديقتك حتى لا

تخسريها.

يقول احد الشعراء:

أغمض للصديق عن المساوي

مخافة أن أعيش بلا صديق.

قيل: لخالد بن صفوان: أي إخوانك أحب إليك؟

قال: "الذي يغفر زللي، ويقبل عللي، ويسد خللي".

ويقول سقراط: "من السهل جداً أن تضحي من أجل صديقك،

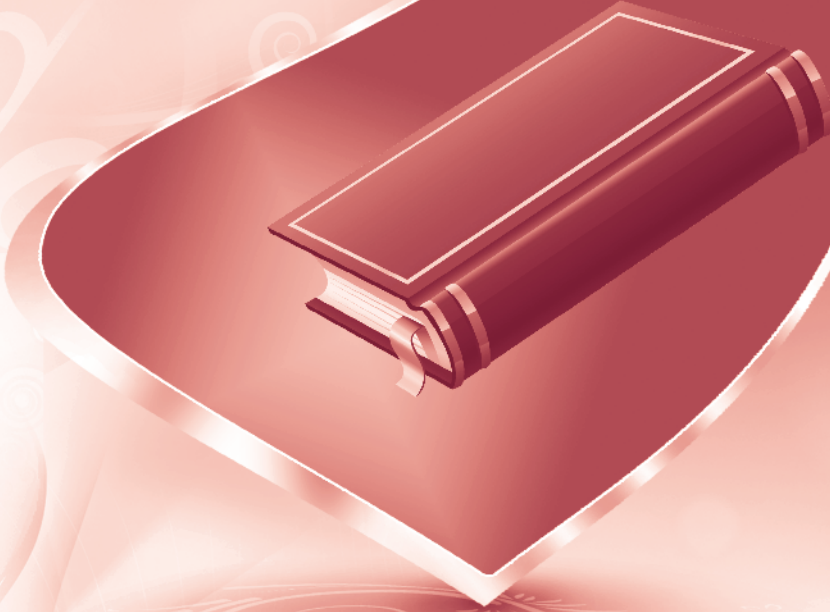
ولكن الصعوبة أن تجد الصديق الذي يستحق هذه التضحية".

العزلة أم الخلطة :

إن الناس بين هذين الأمرين من التطرف: إما عزلة الآخرين والانشغال بالنفس وخلجاتها أو شهواتها، أو الخلطة مع الناس كل الوقت.

المطلوب أن تجمع بين الأمرين جمعاً حسناً، فتخالطي الناس، وتصبري على آذاهم بعض الأحيان من غير ذلة أو ضياع لحقوق، وتفديهم وتستفيدي منهم، وبين أن تعطي لنفسك بعض الوقت الذي تكونين فيه مسترخية، أو ذاكرة، أو مسافرة وحدك، أو معتكفة، أو متأملة، أو مختلية، إن الجمع بين هذين الأمرين هو الوسط في العلاقة بين النفس والآخرين. إن العزلة أو الخلطة المستمرة من معوقات السعادة النفسية.

الكتاب خير جليس



أول كلمة نزلت من السماء إلى الأرض هي "اقرأ" .. فيها حث على
العلم والمعرفة والثقافة..
وللأسف؛ هناك الكثير والكثير من طالباتنا لا يعرفن أي شيء عن
القراءة والاطلاع..

فالكثير منهن ضائعات بين الاهتمام بنجوم الرياضة والفن، وبعيدات
كل البعد عن جو الكتاب والثقافة..
لذا.. كانت هذه الفقرة بمثابة توعية وتثقيف وإرشاد للطالبات إلى
أهمية القراءة والاطلاع.

ارفعن أصواتكن بالقراءة!

لا تخفى عنا الأهمية العظيمة المرتبطة بالقراءة بشكل عام، وتلك المرتبطة بالقراءة كفعل دوريّ وعادة يومية لدى الأسرة.. لكنني سأتحدث عن القراءة بصوت مرتفع ومسموع بشكل خاصّ. فأطباء الأطفال يوصون بذلك في فترة مبكرة من عمر الطفل تبدأ من شهره السادس تقريباً، لماذا؟

لأن الدراسات المختلفة أشارت إلى أن القراءة للطفل بصوت مسموع تحسّن من أدائه اللغوي والقرائي عندما يصل للسنّ المناسبة للبدء بها، إضافة إلى تكوين روابطٍ صحيةٍ بين الوالدين والطفل عن طريق ممارسة نشاط ثابت وقريب كلّ يوم.

إضافة إلى الدراسات والتجارب تأسست المنظمات غير النفعية التي بدأت بالعمل حول العالم وأذكر مثلاً عليها منظمة "تواصل واقرأ" الأمريكية التي تزود العائلات بالكتب للأطفال من عمر الأشهر الستة وحتى سن الخامسة، مراعية بذلك ما يفيدهم ويوفر لهم بنية تحتية معرفية جيدة. هذه المنظمة تتلقى الدعم من إدارة التعليم الأمريكية وحاصلة على جوائز عدة، من بينها جائزة الأونيسكو لمحو الأمية. والتجربة ليست حكراً على أمريكا فقط، بل امتدت لمبادرات حول العالم، وهناك مشاريع محلية تدعم توفير الكتاب للأطفال والأسر.

مجلة نيويورك الشهيرة وفي مقال متخصص بالكتب أطلقت مبادرة القراءة بصوت مرتفع أخيراً، بالاستناد إلى المنفعة الحاصلة

مع الأطفال.. أي ما دامت التجربة ناجحة وصالحة للتطبيق لماذا لا تصبح القراءة بصوت مرتفع عادة لدى الكبار؟

بالنظر للجدور التاريخية لذلك تشير المجلة للعصر الفيكتوري مثلاً، حيث كان الإنكليز يرفهون عن أنفسهم بالجلوس في غرف الرسم، والاستماع لمقاطع من الشعر والروايات يقرأها عليهم أحد الجالسين، بينما يحسبون الشاي.

ومن إنكلترا العصر الفيكتوري لعمال مصانع السيجار في كوبا القرن الـ(١٩)، حيث كانت تقرأ عليهم الأخبار والقصصات المختارة، ليس لترفيهم بقدر ما هي محاولة لرفع كفاءة أدائهم في العمل.

في مقال سابق تحدثت عن كتاب منوع وشيق وطرحت فكرة قراءته بصحبة العائلة والأصدقاء، وجاءت هذه البادرة لتذكرني بذلك، كما يجتمع الأصدقاء أمام شاشة التلفاز لمشاهدة مباراة في كرة القدم أو فيلم يمكنهم أيضاً الاجتماع والاستماع لقراءة من كتاب.

تقول دراسة أمريكية طبقت في إحدى الجامعات وضمن مادة نقد الشعر: إن القراءة بصوت مرتفع تساعد على رفع معدل الاستيعاب والنقاش أيضاً.

المتعة والمنفعة المشتركة هذه تفيد البالغين فائدتها للأطفال، أن يحدد الوالدان كلاهما وقتاً أسبوعياً تجتمع الأسرة فيه لتشارك مقاطع مختلفة من الكتب يعيد لغرفة الجلوس بهجتها، في وقت تعاني فيه كثير من الأسر العزلة التي خلقتها وسائل الترفيه الافتراضية.

وهنا يفيد التذكير للحرص على عدم تقييد حرية الاختيارات التي يأتي بها أفراد الأسرة أو الأصدقاء، الهدف أولاً الترفيه وتشجيع الخجول منهم على المشاركة برأيه من هذا المدخل المريح نفسياً.

تحدث فلورا أرميتا كاتبة المقال في النيويورك عن نجاح عدد من الأزواج الذين قاموا بتجربة القراءة بصوت مرتفع في تجاوز ليالي الأرق الطويلة والقلق، ببساطة كان أحدهما يقرأ للآخر ليوجه متابعه وما يشغله لمكان آخر.

أو القراءة في طرق السفر الطويلة، وانتظار تجاوز المشكلات الصحية والشفاء، كل هذه المواقف يمرّ بها الإنسان على مدى حياته ويفشل أحياناً في صنع تواصل جيد مع شريكه خلالها.

إنّ قراءة الاقتباسات المفضلة من كتاب ما وإهداءها للزوج - أو الزوجة - يشبه حمل باقة أزهار في طريقكم إلى المنزل.. هكذا ببساطة تشرح الكاتبة أثر القراءة بصوت مرتفع.

قد لا تكن من المبادرات للوقوف والقراءة في حصص المطالعة، لكنّ القراءة بصوت مرتفع أمر يستحق التجربة، ابدأوها مع أنفسكم ولاحظن الفرق وانقلنها لاحقاً لغرفة الجلوس.

القراءة السريعة .. مبادئ وتطبيقات

في أحيان عديدة هناك أشياء كثيرة يجب علينا أن نقرأها وهي لا تستحق عملياً أن ننفق وقتاً كبيراً في قراءتها؛ فإذا لم نكن قادرين على قراءتها بسرعة فائقة؛ فإن ذلك سيكون إضاعة رهيبية للوقت.

ثم إذا نظرنا إلى ما تقذفه المطابع ودور النشر من الكتب، أو ما يكون على صفحات الحاسب الآلي وجدنا الكم الهائل الذي لا يدخل تحت الحصر، وقد يكون من المهم الاطلاع عليها، ولكن قد لا نجد الوقت الكافي لأجل هذا، وباستخدام مهارات القراءة السريعة يمكن حل هذه المشكلة.

القراءة السريعة تزيد في الفهم، وكلما ارتفعت سرعة القراءة كان الفهم أفضل، خلافاً لما اشتهر عند كثير من الناس، وذلك لأمرين: أحدهما: أن فيها ربطاً للمعلومات المتناثرة بإحكام وتسلسل. الثانية: أنها لا تتيح للقارئ الغفلة والسرحان حال القراءة كما ينشأ هذا عن القراءة البطيئة.

- كان المحدثون يطرون من يقرأ الحديث على الصواب بسرعة فائقة، قال الحافظ أبو إسماعيل الأنصاري (٣٩٥ - ٤٨١هـ): "المحدث يجب أن: يكون سريع المشي، سريع الكتابة، سريع القراءة؛ ومن النماذج الرائدة في ذلك:

- أن الحافظ أبا بكر البغدادي (٣٩٢ - ٤٦٣هـ) قرأ صحيح البخاري في ثلاثة مجالس، قال الحافظ الذهبي (٦٧٣ - ٧٤٨هـ) معلقاً: "وهذا شيء لا أعلم أحداً في زماننا يستطيعه".

- قرأ الحافظ العراقي (٧٢٥ - ٨٠٦هـ) صحيح مسلم على محمد الخباز بدمشق في ستة مجالس متوالية، وذلك بحضور الحافظ ابن رجب (٧٣٦ - ٧٩٥هـ) وهو يعارض بنسخته.
- كان بديع الزمان الهمداني (٣٥٨ - ٣٩٨هـ) صاحب المقامات ينظر في الكتاب نظراً خفيفاً، ويحفظ أوراقاً ويؤديها من أولها إلى آخرها، وهذا منتهى السرعة مع الحفظ.

كتب الجواليقي

بيعت كتب الجواليقي (٤٦٦ - ٥٤٠هـ) في بغداد، فحضرها الحافظ أبو العلاء الحسن بن أحمد الهمداني (٤٨٨ - ٥٦٩هـ) فنادوا على قطعة منها: ستين ديناراً، فاشتراها الحافظ أبو العلاء، والإنظار من يوم الخميس إلى يوم الخميس، ثم استقبل طريق همدان فوصلها فنادى على دار له فبلغت ستين ديناراً، فقال: بيعوا، قالوا: تبلغ أكثر من ذلك، قال: بيعوا، فباعوا، وقبض الثمن، ثم رجع إلى بغداد، فدخلها يوم الخميس فوفى ثمن الكتب.

قالوا في قراءة الكتب

- القارئ الجيد: هو الذي يصنع الكتاب الجيد. رالف والدو أمرسون (١٨٠٣-١٨٨٢م).
- الكتاب الجيد يتحدى ولا يعجز؛ إنه أرقى من مستوى القارئ؛ لكن استيعاب معظمه يظل ممكناً. د/ عبد الكريم بكار.
- كم من رجل أرخ عهداً جديداً من حياته من يوم قراءة

كتاب. ثورو (١٨١٧-١٨٦٢م).

- الكتب الجيدة هي التي تستحوذ على فكرك، وتأخذ بلبك، وتتقلك من حياتك إلى حياتها. فهد الحمود.
- أفضلها ما يقطع بي مسافة، أو يعيد لي غائباً، أو يهدم إلى متهاكاً، أو ينشئ لي عالماً. محمد الصوياني.
- قراءة الكتب العظيمة تلهب العطش للعظمة، ولا تطفئه أبداً. فرانك دولي.
- ما يكتب دون جهد أو معاناة يقرأ عادة دون استمتاع. صمويل جوتسون (١٧٠٩-١٧٨٤م).
- ليس يجمع ذلك إلا كرام الكتب النفيسة، المشتمة على ينايع العلم، والجامعة لكنوز الأدب، ومعرفة الصناعات، وفوائد الأرفاق، وحجج الدين. الجاحظ (١٥٠-٢٥٥هـ).
- هناك فرق عظيم بين شخص متشوق يريد أن يقرأ كتاباً، وشخص متعب يريد كتاباً ليقرأه. جلبرت كيث تشترتون.
- الكتاب الجيد هو الذي لا تريد الانتهاء منه. فهد الحمود.
- سئل كاتب عن أنجح كتاب فقال: هو الكتاب الذي من شدة رواجه الناس عنه فيدعون أنهم قرأوه وما قرأوه قط. مجهول.
- أحسن الكتب: ما تكاد تنتهي من قراءته إلا وتعود إليه مرة

أخرى، لا تدري كيف أسرك! د/ سليمان العويشق.

• أنفع الكتب هي تلك الكتب التي تستحث القارئ على إتمامها.
فولتير (١٦٩٤-١٧٧٨م).

• فوق أي كتاب جيد لا بد أن يشرق وجه القارئ من وقت إلى وقت. كرستيان مور جنتشتاين.

• الكتاب الذي لا يستحق أن يقرأ مرتين، لا يستحق أيضاً أن يقرأ مرة واحدة. فيبر (١٨٦٨-١٩٥٨م).

• أفضل الكتب تلك التي أتمنى زيادة عدد صفحاتها كلما اقتربت من آخر ورقة فيها؛ أو هي تلك الكتب التي تجعلك تشعر بمدى زيف معرفتك التي تدعيها أمام الآخرين. سالم الغامدي.

• إن كان الوقت ثميناً؛ فالكتاب الذي لا يحسن بتكرار قراءته لا يستحق أن يقرأ على الإطلاق. توماس كارلايل (١٧٩٥-١٨٨١م).

• الكتاب المناسب، في الوقت المناسب، للشخص المناسب.
مجهول.

• الكتاب الذي لا يدع قارئه يفكر فيه بعد فراقه، ليس بكتاب قيم؛ كما أن الصديق الذي ينسى بسهولة ليس صديقاً. بهيج عثمان (١٩٢١-١٩٨٥م).

• كل كتاب جيد، وخصوصاً الكتب القديمة، لا يفهما ولا يستمتع

- بها أحد مثل الذي يستطيع أن يكملها. جوته (١٧٤٩-١٨٣٢م).
- إن الكتاب الجيد: هو الذي يحفز إلى العمل. رالف والدو أمرسون (١٨٠٣-١٨٨٢م).
- من طبيعة الكتاب الجيد أن يكون له نقاد. نيكولا بوالو.
- أنفع الكتب: ما غير حياتك. د/ سامي السويلم.
- يجب أن تؤدي الكتب إلى إحدى أربع غايات: الحكمة، أو الورع، أو البهجة، أو النفع. سير جون دنيا (١٦١٥-١٦٦٩م).
- الكتاب الجديد: الظريف، والكتاب الأصيل الظريف: هو ذلك الكتاب الذي يحبب إلينا حقائق قديمة. ماركيز دي فوفنارج.
- الكتب الجيدة هي الجوهر المصفى للعقول الممتازة، والتحسين لمعارفها، وثمرتها سفرها الطويل. ماركيز دي فوفنارج.
- أحسن الكتب: هو الكتاب الذي إذا انتهيت من قراءته تتمنى أنك لم تبدأ به بعد. أم صالح الحمود.
- إنه كتاب جيد؛ ذلك الذي يفتح على أمل، ويغلق بسرور وفائدة. أموس برونسون ألكوت (١٧٩٩-١٨٨٨م).
- الكتب التي تعنيك أكثر هي التي تدفعك إلى التفكير أكثر. تيودور باكر (١٨١٠-١٨٦٠م).
- لا تقاس الكتب بما حوت من الأخلاق؛ إنها بشيء واحد

تقاس، مراعاتها للفن. أوسكار وايلد.

- الكتب الجيدة التي تفتح لك، أبواب العمل، أو النظر، أو الذكرى، أو الأنس. فهد الحمود.

تعريف على الناشر وتاريخ النشر

من المهم كذلك أن يحرص القارئ على معرفة تاريخ النشر واسم الناشر، سواء من على الغلافين الأمامي والخلفي، أو من الصفحات الأولى في الكتاب، وتوضح أهمية معرفة تاريخ النشر، خصوصاً في الكتب العلمية في المجالات ذات التطورات السريعة والمتلاحقة، حيث تكون حداثة المادة والمحتوى عنصراً مهماً لقراءتها أو الاعتماد عليها، كالطب مثلاً، ومعرفة دار النشر مهم أيضاً؛ لأن بعضها قد يتخصص في أنواع من العلوم أو التخصصات دون غيرها، ويبرع في مجالات دون غيرها؛ مما قد يعطي أحياناً دلالات ابتدائية عن جودة وقيمة محتوى الكتاب.

الحكم على أهمية كل كتاب على حدا

يجب على القارئ الجيد أن يعرف كيف يتعامل مع كل كتاب على حدا، فليس كل كتاب مثل الآخر من حيث مقدار الوقت الذي يجب أن يحرص لقراءتها، وليست جميعها سواء من حيث مقدار الجهد الذي يجب أن يعطى لها، وليست جميعها تستحق القراءة لمرة أخرى، وهكذا. هذه القدرة على الحكم على الكتب المختلفة تتاح للقارئ الحريص

على القراءة المستمرة، وكلما قضى القارئ وقتاً أطول في عالم القراءة والكتب، صارت قدرته أكثر حساسية على التعرف على أنواع الكتب، وتقدير ما تحتاج إليه من جهد و طاقة وعناية.

أصناف القراءة

يتفاوت ويختلف الناس بعضهم عن بعض في مقادير إقبالهم ورغبتهم في القراءة، وفي مقادير انتفاعهم بالقراءة.. ويمكن أن نجعل الناس وعلاقتهم بالقراءة في سبعة أصناف:

١- العاجزون عن القراءة: وهؤلاء هم من لا يستطيعون القراءة بسبب أميتهم، وهذه الشريحة وإن كانت لا تزال كبيرة جداً في عالمنا العربي، حيث يشير تقرير التنمية الإنسانية العربية للعام (٢٠٠٢م) إلى أن معدل الأمية في العالم العربي هو الأعلى في العالم أجمع، حيث يصل إلى (٤٣٪) من إجمالي السكان، وذلك في منتصف التسعينيات من القرن لماضي، إلا أنها شريحة آخذة التناقص شيئاً فشيئاً، خصوصاً مع انتشار برامج التعليم الإلزامي وبرامج محو الأمية.

لكن من المشاكل اللافتة للنظر مع شريحة من كانوا من الأميين وتحرروا منها أنهم قد يعودون إلى التردّي؛ لأنهم لا يجدون ما يثير اهتمامهم من المطالعات فلا يمارسون القراءة، وقد أدركت بعض الدول هذه المشكلة فجهزت برامج سعت من خلالها أن تبقي الجمهور في ارتباط مع عالم القراءة، ومنها برنامج (موبرال) الذي طبقتة الحكومة البرازيلية، وكذلك برنامج تامين المطالعة الذي طبق في تنزانيا.

٢- القارئ الصدئ: وهو الذي يجيد القراءة، لكنه لا يقرأ متعزراً بأعذار كثيرة واهية لتبرير عزوفه عن القراءة، كضيق الوقت وكثرة المشاغل، أو التعذر بتوفر مصادر المعرفة البديلة كالتلفاز والشبكة العنكبوتية.

ومعظم أفراد هذا النوع ممن ابتعدوا عن عالم القراءة من بعد مغادرتهم للمراحل الدراسية وحصولهم على الشهادة، وكأنهم قد أعطوا لأذهانهم وعقولهم إجازة من القراءة والمعرفة على أن يعودوا لها لاحقاً، لكنهم يستمرئون الكسل، ويخلدون فيه فتصدأ عقولهم وتضمحل ثقافتهم.

٣- القارئ الديكور: وهو شخص صنع في بيته مكتبة كبيرة وملاها بالكتب من كل صنف ونوع؛ مما يعطي زائره انطباعاً بأن صاحبها مهتم بالثقافة والعلم، لكنه في حقيقة الأمر لا يعرف عن محتويات الكتب التي في مكتبته شيئاً، ولا يعلم عما تحويه من جواهر وكنوز.

٤- القارئ المتعالم: وهو مثل سابقه، قام فجعل في داره مكتبة كبيرة، وملاها بالكتب المختلفة، لكنه تجاوز صاحبها فصار يدلي بدلوه في جلسات الثقافة، فيتحدث بعجالة عن هذا الكتاب وعن مؤلفه، ويعطي لمحة خاطفة عما فيه، بل قد يتجرأ فينتقد محتواه وجوانب التقصير فيه.

وهذا الشخص لا يقوم إلا بالنظر إلى قائمة محتويات الكتب التي عنده ومقدماتها وأسماء مؤلفيها وينطلق يتعالم على من حوله.

هل تريد الانتفاع بهدوء، والاستفادة بارتياح؟ لا تترك نفسك لكثرة المصادر والمراجع، وتشتيت الذهن، وإتاعاب القلب، بل عليك دراسة خطة ناجحة ممتعة موصلة، تحميك من العجلة والسأم، وتضمن لك المداومة والاستمرار، ولو كان العائد قليلاً، فالمداومة مع القليل أصل عظيم.

٥- المولع باقتناء الكتب: وهذا شخص مولع بالحصول على كل كتاب يسمع عنه أو يعرفه، فتجد بيته وقد امتلأ بالكتب التي تتراكم في جوانب غرفه، وعلى أرفف جعلها على كل جدرانه، وهذا الشخص وفي غمرة انشغاله بجمع الكتب وتكديسها قد لا يجد الوقت حتى للاطلاع عليها ولقراءة ما تحويه.

لكن الأمر على سوئه في هذه الحالة، يحتوي على فائدة وهي أن هذا الشخص وبعد رحيله سيترك تركة غالية قد تكون ذات فائدة لأولاده وورثته ولمن خلفه.

٦- القارئ الناضج: وهو القارئ الذي يمتلك حماسة صادقة للقراءة، ومعرفة كافية بأساليبها المختلفة، وإدراكاً لمصادرها المختلفة، كذلك يحرص على التنوع في قراءاته، ويمتلك المهارات المختلفة للقراءة من حيث السرعة والعمق.

هذا القارئ ومع تقدمه في مستويات القراءة يصل إلى أن يبلغ من النضوج مرحلة يتمكن خلالها من استخدام كل المعلومات التي تمر عليه ليدرك مقاصد الكتب المباشرة وغير المباشرة كما أرادها المؤلف، ويقدر

من خلالها على صهر الأفكار الجديدة المكتسبة مع خبراته الماضية ليرى الأمور من زوايا جديدة وآفاقاً أكثر رحابة.

٧- القارئ الناقد: وأما هذا القارئ فهو المرحلة المتقدمة التي تلي القراءة الناضجة، حيث يصل القارئ الناضج إلى نقطة امتلاك القدرات النقدية التي تؤهلها للتمييز بين نقاط القوة والضعف فيما يقرأ، والكشف عن التحيز والادعاء، والتمكن من فرز الخطأ من الصواب في الأفكار التي تعرض عليه.

كيف تنتقن كتاباً؟ "١"

تقول بعض الدراسات إن ما يقارب من (٢٠٪) من الناس يشترون الكتب منجذبين إلى جمال أغلفتها ورونقها، ولعل هذه المعلومة هي ما جعل الكثير من الناشرين والكتاب المحترفين، خصوصاً في الغرب، يعتنون عناية كبيرة بشكل أغلفة كتبهم.

والحقيقة أننا جميعاً ربما، وفي وقت من الأوقات اشترينا كتاباً مخدوعين بجمال مظهره الخارجي أو رونقه، وبريق عنوانه، وجاذبية الكلمات التي قد تكون كتبت على غلافه الخلفي لنكتشف لاحقاً وعندما شرعنا بقراءته بأن محتواه لا يناسب مرادنا وذاائقتنا.

والسؤال هنا، أهنالك وسيلة تمكن المرء من اختيار الكتاب الجيد والمفيد فعلاً قبل القيام بشرائه؟ والإجابة هي بالطبع نعم.

هنالك خطوات بسيطة وسهلة يمكن لكل شخص أن يطبقها على أي

كتاب يقع في يده ليعرف إن كان سيناسب حاجته وذوقه أولاً، لكن الكثير من الناس، حتى بعض القراء المخضرمين وهنا المفارقة، يتجاهلون هذه الخطوات فيقعون بين الفينة والفينة في فخ اقتناء كتاب رديء آخر!

١- توفقي مع العنوان:

يجب على المرء وعندما يمسك كتاباً جديداً بيده أن يقوم بالخطوات البسيطة التالية:

أن ينظر أولاً إلى عنوان الكتاب، وأن يتساءل عن المقصود من ورائه، وهل العنوان يدل بالفعل على محتوى الكتاب؟ أم أنه عنوان يحمل معاني غير مباشرة؟

كثير من عناوين الكتب لا تدل كثيراً على ما تحويه، خصوصاً الكتب الغربية المترجمة والتي تستخدم هذا الأسلوب للتسويق.

فمثلاً كتاب (من حرك قطعة الجبن الخاصة بي) الشهير لسبنسر جونسون يتحدث عن التعامل مع التغيير في حياة الإنسان من خلال قصة رمزية عن الفئران، وكتاب (شوربة دجاج للحياة) لجاك كانفيلد لا يحوي أي شيء إطلاقاً عن شوربة الدجاج، بل على قصص اجتماعية مؤثرة من واقع الحياة، وغيرها كثير.

لذلك فلا بد من الوقوف عند ما وراء ظاهر العنوان والتفكير في مقاصده، وعدم الانخداع بجاذبيته وبناء الاحتمالات والتوقعات لما قد يوجد بين دفتي الكتاب.

٢- تعريف على المؤلف والناشر:

بعد ذلك على القارئ أن يعرف اسم المؤلف، وهل هو من الأعلام المعروفين، ويتساءل كذلك إن كان قد قرأ له شيئاً في السابق، وإن كان من المتخصصين في مجال الكتاب الذي بين يديه، وهكذا. هذا الأمر لا يعني أن لا يشتري المرء إلا كتاباً كتبه مؤلف معروف، وأن الجدد على صنعة الكتابة لا ينتجون كتباً جيدة تستحق القراءة، وإنما هي تساؤلات مشروعة إجاباتها قد تعضد من قيمة الكتاب، خصوصاً إن كانت هناك مفاصلة بينه وبين كتاب آخر في المجال نفسه كان للقارئ أن يقتني واحداً منهما فقط.

كذلك من المهم أن يعرف القارئ اسم الدار التي تولت مهمة طباعة الكتاب ونشره، لأن القراء الجادين ويمرور الوقت يصبحون على قدرة في تمييز دور النشر الجيدة من دور النشر السيئة، ويمكن لهم أن يدركوا أن الدار الفلانية تحرص على جودة ما تنشر بينما الدار الفلانية تمارس النشر كتجارة بحتة دون تمحيص في قيمة منشوراتها على المستوى الفكري، وأيضاً يعرفون أن جودة الطباعة والعناية بالإخراج أفضل في هذه الدار من تلك الدار، وأن طبعة في تلك الدار، وهكذا يتجهون نحو منشورات دار ويحجمون عن منشورات دار أخرى.

٣- اقترني ظهر الغلاف الأخير

من المفيد بعد ذلك أن ينظر القارئ إلى ما قد يكون كتب على ظهر الغلاف الأخير للكتاب، فكثيراً ما يكتب هناك وصف مختصر لمحتوى

الكتاب، أو فقرات من أحد أجزائه أو فصوله، أو سرد لسيرة الكاتب وقائمة بمؤلفاته الأخرى، أو تعليقات من أشخاص معروفين على هذا الكتاب ومحتواه. هذه المعلومات إن توفرت قد تفيد القارئ في تشكيل ملامح الصورة المبدئية عن الكتاب الذي بين يديه، وقد تخبره إن كان هو ما يريده أم لا.

كيف تنتقن كتاباً؟ "٢"

هناك خطوات بسيطة وسهلة يمكن لكل شخص أن يطبقها على أي كتاب يقع في يده ليعرف إن كان سيناسب حاجته وذوقه أولاً، لكن الكثير من الناس، حتى بعض القراء المخضرمين وهنا المفارقة، يتجاهلون هذه الخطوات فيقعون بين الفينة والفينة في فخ اقتناء كتاب رديء آخر!

١- تعريفي على تاريخ النشر:

يجب على القارئ بعد ذلك أن ينظر في الصفحات الأولى للكتاب، فينظر في تاريخ النشر، وهذا الأمر على قدر كبير من الأهمية للكتب العلمية والأكاديمية، وتلك التي تعنى بالعلوم المرتبطة بالتقنية؛ وذلك لأن عجلة التطور في هذه العلوم سريعة جداً، وكلما كان الكتاب قديماً كانت المعلومات التي فيه بعيدة عن آخر ما وصل إليه العلم في هذا المجال. وما لم يكن القارئ مهتماً بالنظر في هذه المعلومات القديمة لسبب خاص فمن الأفضل له أن يتجه لكتاب آخر في المجال نفسه.

الكتب المنشورة قديماً قد تكون مهمة وذات فائدة في مجالات

العلوم الإنسانية كالفكر والتاريخ والأدب وما أشبهه.

٢- اطلعي على المقدمة والفهرس:

بعد ذلك من المهم أن يلقي القارئ نظرة فاحصة سريعة على قائمة محتويات الكتاب أو الفهرس، والذي قد يكون موجوداً في أول الكتاب أو في آخره. ومن شأن هذا الأمر أن يعطي للقارئ صورة سريعة عن خريطة الكتاب وعن مسار محتوياته، وعن ارتباطها ببعضها البعض. هذه الخطوة مفيدة جداً لكل قارئ، خصوصاً لذلك الذي يبحث عن موضوع بعينه، فبنظرة السريعة على الفهرس واتجاهه من بعد ذلك إلى الفصل المقصود للنظر فيما هو موجود فيه، سيقدر القارئ إن كان سيعزف عن شراء الكتاب أو يشتريه.

وأيضاً من بعد ذلك فمن المهم أن يقرأ القارئ مقدمة الكتاب، قراءة سريعة ليتعرف على ما فيها، كثيراً ما تحوي المقدمة تعريفاً بمنهج الكاتب في كتابته لكتابه، أو لدوافعه من وراء ذلك أو توضيحاً للفلسفة الكامنة فيه. هذه المعلومات وغيرها مما قد يكون موجوداً في المقدمة قد تشكل نقطة فاصلة في قرار اقتناء الكتاب أو تركه لغيره.

٣- استعرضي فقرات الكتاب بعجالة:

يمكن للقارئ بعد ذلك أن يمر في عجالة على الفقرات الأولى والأخيرة من الفصول أو الأقسام المختلفة في الكتاب، فمن شأن هذا الأمر أن يعطي صورة أكثر عمقاً عما يوجد في الكتاب من معرفة، وأيضاً أن يعطي تصوراً كبيراً عن أسلوب الكاتب، سواء على مستوى اللغة من

حيث بساطتها وسهولتها أو صعوبتها وتعرها، وأيضاً على مستوى عمق
المادة ومدى ملاءمتها لمستوى القارئ الفكري ولاهتماماته.

بعد قيام القارئ بهذه الخطوات فإنه سيتمكن إلى حد معقول من
تحديد قيمة الكتاب الذي بين يديه، وسيكون قادراً على الإجابة عن
سؤال إن كان هذا هو الكتاب الذي يلائم مبتغاه وحاجته وذوقه أم لا؟
هذه الخطوات وإن بدت طويلة بعض الشيء للوهلة الأولى، إلا
أنها تصبح ومع ممارستها ملكة من الملكات الفطرية التي يمارسها
القارئ عند وقوع كتاب جديد بين يديه، وهي ملكة عندما يتحصل عليها
القارئ ستوفر عليه الكثير من المال والجهد، والشعور بالإحباط، وأعني
بالإحباط الذي قد ينشأ عنده عندما يكتشف أن الكتاب الذي اشتراه
ليس جيداً، وليس هو ما يريد وأنه قد خدع، وليس أسوأ من ذلك الشعور
بوجود كتاب رديء في مكتبتك تود لو أنه لم يكن موجوداً فيها، كما أن
القراء يعلمون أن التخلص من الكتب ليس شيئاً سهلاً!

كتب ننصحك بقراءتها .. بعد كتاب الله تعالى

١- التبرج والسفور وخطر مشاركة المرأة للرجل - عبدالعزيز بن

باز.

٢- رسالة الحجاب- محمد بن صالح العثيمين.

٣- من الأحكام الفقهية في الفتاوى النسائية- محمد بن صالح

العثيمين.

- ٤- احذري التلفون- إحدى المدرسات.
- ٥- المرأة بين دعاة الإسلام وأدعياء التقدم- د. عمر سليمان الأشقر.
- ٦- العلمانية- محمد شاكر الشريف.
- ٧- التلفزيون وتربية الطفل المسلم- عالية بنت محمد اسكندر الخياط.
- ٨- الأسرة المسلمة أمام الفيديو والتلفزيون- مروان كجك.
- ٩- همسة في أذنك- أمل بنت عبد الله.
- ١٠- قضية تحرير المرأة- محمد قطب.
- ١١- المرأة المسلمة أمام التحديات- أحمد عبدالعزيز الحصين.
- ١٢- فتياتنا بين العفاف والتغريب- د. ناصر بن سليمان العمر.

أكبر "١٠" مكتبات في العالم

الكتاب هو طريقك لاكتساب المعرفة والتعلم من تجارب الآخرين ومن معرفتهم، وطبعاً أفضل طريقة لك للحصول على هذه الكتب هي المكتبات العامة، وطبعاً المشكلة أن في دولنا العربية قلما تجدین مكاتب عامة، وإذا وجدتِها لا تجدین فيها مادة تستحق القراءة، وأتمنى تنتشر المكتبات العامة في دولنا العربية؛ كي تحصل شعوبنا على ثقافة ولو بسيطة عن الحياة وعن أمور الدنيا.. طبعاً هذه المكتبات هي أكبر (١٠) مكتبات في العالم، وللأسف فلا توجد أي مكتبة عربية بين القائمة،

وهذا أمر مؤسف - طبعاً أنا لا أقول شيئاً بالنسبة لأكبر مكتبة، بل أتمنى أن يتم إنشاء مكاتب عامة صغيرة في كل المدن والقرى العربية لاكتساب المعرفة - أتمنى أن ينال الموضوع إعجابكم.

١- مكتبة الكونجرس:

أكبر مكتبة في العالم، تحتوي المكتبة على (٣٠) مليون كتاب بالعديد من اللغات، تم بناء هذه المكتبة عام (١٨٠٠م).

٢- المكتبة الوطنية الصينية:

تقع في مدينة بيجين، وتعد إحدى أهم معالم مدينة بيجين تحتوي المكتبة على نحو (٢٢) مليون كتاب، وقد تم بناؤها عام (١٩٠٩م).

٣- مكتبة الأكاديمية الروسية للعلوم:

تقع مكتبة الأكاديمية الروسية للعلوم في مدينة بطرس برج وتحتوي (٢٠) مليون كتاب، وقد تم بناؤها عام (١٧١٤م)، ويوجد فيها كتب بلغات عدة.

٤- المكتبة الوطنية الكندية:

تعد من ضمن أشهر التشييدات الحديثة في العالم، تقع في مدينة أوتاوا في كندا، وقد تم بناؤها عام (١٩٥٣م)، ويبلغ عدد الكتب التي توجد في هذه المكتبة (١٨,٨٠٠) مليون كتاب.

٥- المكتبة الوطنية الألمانية:

ملكية حكومية وتقع في عاصمة مدينة فرانكفورت المكتبة، بُنيت عام (١٩٩٠م)، وتحتوي على (١٨,٥٠٠) مليون كتاب.

٦- المكتبة البريطانية:

تعد من أقدم المباني في مدينة لندن هذه المكتبة، تم بناؤها عام (١٧٥٣م)، وتحتوي على (١٦) مليون كتاب في العديد من المجالات.

٧- معهد المعلومات العلمية التابع للأكاديمية الروسية للعلوم:

تم بناؤها عام (١٩٦٩م)، وتقع في وسط العاصمة الروسية في موسكو، وتحتوي على (١٣,٥٠٠) مليون كتاب وليست جميع الكتب باللغة الروسية.

٨- مكتبة جامعة هارفارد:

هي أحد أبرز معالم جامعة هارفارد التي تعد من أعظم الجامعات في العالم، وتحتوي على الكتب والوثائق منذ عام (١٦٣٨م)، وتقع في مدينة كامبريدج في ولاية ماساتشوستس في الولايات المتحدة، وتحتوي على (١٣,١٠٠) مليون كتاب.

٩- فيرنادسكي المكتبة الوطنية العلمية الأوكرانية:

تقع المكتبة في مدينة كييف في أوكرانيا، تم بناؤها في عام (١٩١٩م)، المكتبة تحتوي على (١٣) مليون كتاب.

١٠- مكتبة نيويورك العامة:

مكتبة نيويورك العامة تقع في مدينة نيويورك وقد تم بناؤها عام (١٨٩٥م)، المكتبة تحتوي الآن على (١١) مليون كتاب.

العناية بالكتب

الحمد لله الذي علّم بالقلم، علّم الإنسان ما لم يعلم، الحمد لله الذي فضّل الكاتب العدل فقال: ﴿وَلْيَكْتُبْ بَيْنَكُمْ كَاتِبًا بِالْعَدْلِ﴾ (البقرة: ٢٨٢)، والصلاة والسلام على رسول الله الذي أمره بالقراءة فقرأ عليه جبريل؛ فقرأ كما قرأ جبريل، وعلم فعمل وعلم، اتخذ كتاباً يكتبون له، وحثّ على كتّب العلم فقال: «قيّدوا العلم بالكتاب» صحيح الجامع، وقال: «اكتبوا لأبي شاه» رواه أبو داود، وأوصى بالثبّت في القول وذمّ من لم يثبّت فقال: «كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل ما سمع» رواه مسلم.

أما بعد: فإنّ الله تعالى قد تكفّل بتمام وحفظ دينه فقال: ﴿الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ﴾ (المائدة: ٣)، وقال عن حفظ دينه: ﴿إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾ (الحجر: ٩). وصدق الله تعالى - ومن أصدق من الله قيلاً، ومن أصدق من الله حديثاً - فقد تمّ الدين كلّهُ وحُفِظَ من عبث العابثين، وقد هبّ الله تعالى الأسباب الحسيّة والمعنوية لضمان تمام دينه وحفظه، فاختار لنبيّه - صلى الله عليه وسلم - أصحاباً بررةً بذلوا مهجَ أرواحهم ونفيس أموالهم في الدفاع عن حياض الدين والسعي لنشره تعلّماً وتعليماً، تارةً مشافهةً وتارةً مكاتبةً، فرضي الله عنهم ورضوا عنه.. ثم خلفهم أتباعهم وأتباع أتباعهم وهلمّ جرّاً على اختلاف الأعصار وتباعد الأمصار.. يُقيّض الله لأمن يحمل تلك الأمانة ويؤدّيها إلى من بعدهم

إلى ساعتنا هذه، بل إلى قيام الساعة.

والناظر في كتب التاريخ ومعاجم البلدان والتراجم وتاريخ الدُّول وغيرها يرى شيئاً من تلك الجهود العظيمة التي عُنِيَ بها المسلمون. شاهد المقال: أنَّ العناية بشأن كُتب العلوم عموماً قد بلغت مكانةً عظيمةً مرموقةً، ومن أدلة ذلك:

أولاً: تلك المكتبات العظيمة وخزائن الكُتب عامّة بموظفيها وروادها وعمارتها؛ حتى أصبحت تلك المكتبات كقلادة في عنق أو شامة في جبين دُولها تفخر وتفاخر بها دُولها سائر الدُّول.

ثانياً: تلك الهدايا القيّمة والأوقاف الكثيرة إلى وعلى مكتبات العلم؛ حتى أصبح من الأمور المتعارف عليها بين الناس في بعض الأعصار والأمصار أنَّ كثيراً من الوصايا يُضمَّنُها أصحابها وقفاً أو أوقافاً لمدرسة أو مكتبة وغير ذلك مما يتعلّق بخدمة العلم.

ثالثاً: قيام أسواق ومحال خاصّة بشئون الكُتب، مثل: باعة الكُتب والأوراق والأقلام، وكذا تجليد الكُتب، ناهيك عن أولئك الورّاقين النسخ الذين كانوا كعلم في رأسه نارٌ لشهرتهم وكثرتهم، بل بلغ الحال إلى نسبة بعض الأسواق إليهم كـ«سوق الورّاقين» في بغداد في دولة العباسيين.

رابعاً. وهو متعلّق بما قبله. : من عجيب عنايتهم بالكتابة اختيارهم لأجود أنواع الورق والحبر، وأجود أنواع الأقلام من الخشب أو الرّيش أو غيره، بل وصل الحال بهم إلى عنايتهم بوعاء الحبر وتقضيل المستدير

على المربع؛ كون الحبر في الإناء المستدير أكثر حركةً ممَّا يجعله أكثر وضوحًا عند الكتابة، وغير ذلك من دقيق حرصهم وصادق عزمهم.

خامسًا: العناية الفائقة بأمر نسخ الكتب، فقد وضعوا لذلك ضوابط مهمة توارثوها سلفًا عن خلف، ومع تعاقب الأزمنة يُزاد في تلك الضوابط والمحسّنات بما يخدم الكتاب بحسب ما يتوفّر لهم من كماليات الحياة التي كانت معدومةً عند سابقهم، فقد وُضعت كُتُبٌ مستقلةً في علامات الترقيم وضوابط الكتابة والتحذير من الأساليب المغلوطة في طريقة كتابة النصّ.

أخطاء في القراءة

هناك العديد من الأخطاء التي يقع فيها بعض القراء، سنوضحها لاحقًا، ومن هذه الأخطاء:

- 1- القراءة لتمضية الوقت، دون أن يكون هناك هدف أو غاية، والصواب: أن يكون للقارئ هدف وغاية يسعى إلى تحقيقها.
- 2- التقليد الأعمى لكل شيء مكتوب، وقبوله دون تمحيص أو نقد، وعلى القارئ بناء ثقافة عالية له تؤهله لإدراك ما حوله، ومناقشة ما هو مكتوب مناقشة فكرية.
- 3- التضخيم والدعاية لبعض الكتب أكبر من قيمتها الحقيقية، وإعطائها منزلة فوق حجمها، وقد يكون الدافع إلى ذلك محبة المؤلف والارتياح له، أو تضمنها فكرة تروق للقارئ بغض النظر عن صحتها أو خطئها.

٤- تغيير القناعة الفكرية لأدنى شيء يقرأه، والواجب على القارئ: عدم التسليم بالصحة لأي شيء يقرأه، فلا يخضع للكاتب خضوعاً تاماً، إنما يجب أن يكون رائده في القراءة: وزن الحقائق، وتقدير الأمور، تقديراً يدفع إلى إظهار الحق وإبطال الباطل.

٥- القراءة بغرض كشف أخطاء المؤلف وعيوبه - على حد زعمه - فهو يقرأ للنقد دون طلب للفائدة.

٦- استعجال الثمرة والنتائج، وعدم الصبر على القراءة والاطلاع.

٧- سرعة القراءة في غير محلها، وإنهاء الكتاب في فترة زمنية محدودة، وإن لم يستفد من الكتاب، وينبغي أن يعلم القارئ أن العبرة بالفهم والاستيعاب، لا بكثرة الصفحات المقروءة وإنهاء المجلدات.

٨- الامتناع عن قراءة كتب بعض الكُتّاب، إما لوجود خلفية سابقة عن الكاتب أقنعت به بأن كتاباته سيئة، أو لبعض كتابات سابقة له.

٩- الثقة بكل شيء مطبوع من غير تثبُّت ولا مراجعة، حتى لو كان مصادماً للشريعة، فينبغي على القارئ الاستعانة بأهل الخبرة في هذا الشأن.

١٠- عدم الانتباه لبعض الكتاب المضلين الذين ينشرون السم في العسل، أو يأخذون ما يناسب أهواءهم ويتركون ما لا يوافق أهواءهم.

١١- عدم الانتباه لبعض التناقضات التي يقع فيها بعض الكُتّاب، فقد يقول الكاتب في بداية مؤلفه فكرة، ثم يناقضها في آخر الكتاب.

١٢- اعتقاد أن القراءة مجرد هواية وتسلية، تمارس في أي وقت ومكان، والصحيح أن للقراءة قواعد وشروطاً قد ذكرناها سابقاً، كما أنها ليست مجرد هواية، بل هي غذاء للروح، فعلى القارئ أن يعطيها حقها من التقدير.

ولهذه الأخطاء وغيرها أسباب عدة، تؤدّي بالقارئ الغافل عنها إلى الوقوع بها، ومن هذه الأسباب:

١- الجهل: وهو ما يقابل العلم، فغير المتعلم يكون عرضة للوقوع في مثل هذه الأخطاء.

٢- السرعة في القراءة: وهي وإن كانت من الأخطاء في حد ذاتها، إلا أنها أيضاً تكون سبباً للوقوع في أخطاء أخرى.

٣- عدم فهم القارئ لما يقرأ:

وهذا وإن كان داخلاً ضمنياً في الجهل، لكننا نقصد هنا: القارئ المتعلم، لكن حينما يقرأ بعض الكتب فإنه لا يفهم ما يقرأ، أو يفهم على نحو مغاير لما يرمي إليه الكاتب، فيقع في حماة الخطأ.

٤- قلة البضاعة اللغوية: وهي جزء من الجهل، لكنه يتعلق بضعف المفردات، والجهل بمعاني بعض الكلمات.

٥- الضعف اللغوي العام في وسائل الإعلام وبعض مقررات التعليم؛ مما أدى إلى أن أدخل في اللغة ما ليس فيها، وخلطت العامية بالفصحى، مما أفسد الذوق لدى الكثير من الناس.

إلى غير ذلك من الأسباب التي قد ذكرنا بعضها في ثانيا عرضنا
للأخطاء التي يقع فيها بعض القراء.

القراءة طريق النضج

إن أول كلمة نزل بها جبريل على نبينا ﷺ هي (اقرأ) مما يدل
على أن القراءة والبحث والاطلاع تشكل شيئاً مهماً في بداية قيام الأمة،
وتشكل الوقود الحي لاستمرارها.

بناتي الأعزاء، هل تريد لعقولكن أن تصبح منفتحة، وهل تريد
لرؤيتكن للأشياء أن تصبح واضحة، وهل تريد مجالسة أعظم عباقرة
الأمم عبر التاريخ، وهل تريد الاطلاع على حكمة عصور بأكملها؟...
إذا كنتن تريدن ذلك وأكثر منه، فعليكن بالقراءة. نصيحتي لكن: لا
تخطفكن وسائل الإعلام من الكتاب، فأنتن تقرأن وتهدفن إلى الحصول
على شيء ينفعكن، لكن حين تجلسن أمام التلفاز، فإنكن ترين ما ينفعكن
وما يضركن، وما يحل وما لا يحل، وعليكن أن تدركن أن مصداقية ما
نقرؤه ونطلع عليه أعلى من مصداقية ما نسمعه، وأن قراءة كتاب قد
تكون في بعض الأحيان أنفع لكن من مجالسة صاحبه، ولا أريد شرح هذه
الآن، لكن أقول لكن: ابدلوا جهداً في اختيار الكتاب الملائم لكن فعلاً،
فالكتاب مثل الثوب يستمد كثيراً من جودته ليس من جودة قماشه،
وإنما من مدى ملاءمته لجسمه لابسه. حين تشتري الواحدة منكن كتاباً
رديئاً، أو غير ملائم لاهتماماتها وحاجاتها ومستواها الثقافى، فإنها

تخسر مالها، وتخسر وقتاً عزيزاً، تنفقينه في قراءته دون فائدة تذكر. وإذا خيرت إحداهن بين كتاب سهل سلس، تستوعبه قارئته من غير مشقة وبين كتاب فيه شيء من الصعوبة، وتحتاج قراءته إلى شيء من التركيز والأناسة، فإن عليها ألا تتردد في اختيار الثاني، وهذا ما أفعله أنا شخصياً في اختياري للكتب، لماذا نفضل؟ لأننا نريد من الكتاب أن يرتقي بنا في عالم المعرفة، ولا يمكنه الارتقاء بنا إلا إذا كان أعلى من مستوانا قليلاً. لا تفرحن يا بناتي بقراءة الكتب السهلة؛ لأن المرء حين يقرأ لا يفهم إلا ما يعرف، فإذا فهمت ما تقرأنه، فهذا يعني أنك تعرفنه، ويكون دور الكتاب هو التذكير ليس أكثر. احرصن على قراءة الكتاب بطريقة جيدة، احرثه حرثاً، وضعن خطوطاً تحت العبارات المهمة، أو انقلنها إلى أوراقكن، حاولن استنفاد كل ما في الكتاب، وفكرن فيما تقرأنه؛ لأنه لا يصبح ملكاً لكن إلا من خلال التفكير فيه. نحن لا نشكو من ندرة الكتب الممتازة، وإنما نشكو من ندرة القراء الممتازين، وإن القارئ الجيد ليس هو الذي يقرأ كتباً كثيرة، ولكنه إذا قرأ كتاباً قرأه بطريقة جيدة. وقد كان العقاد - يرحمه الله - يقول: "اقرأ كتاباً جيداً ثلاث مرات، فذلك أنفع لك من قراءة ثلاثة كتب جيدة".

من أجل القراءة

إذا كانت القراءة أهم وسيلة لاكتساب المعرفة، وإذا كان اكتساب المعرفة أحد أهم شروط التقدم الحضاري، فإن علينا ألا نبخل بأي جهد يتطلبه توطين القراءة في حياتنا الشخصية، وفي حياة الأمة عامة؛

فالمسألة ليست كمالية ولا ترفيحية، وإنما هي مسألة مصير. لا ريب أن جعل (القراءة) إحدى مفردات أعمالنا اليومية، لن يكون يسيراً، حيث يقتضي تغييراً جوهرياً في سلوكياتنا وعاداتنا، كما يتطلب توفير المال والوقت، وقبل ذلك الأهداف والدوافع. ومع كل ما في ذلك من عناء ومشقة، إلا أنه لا خيار آخر أمامنا، وعلينا ما دمنا نود أن نحيا الحياة التي تليق بكرامة المسلم وغايات وجوده على هذه الأرض أن نتحمل تكاليف ذلك عن طيب خاطر.

القراءة السريعة

إن المعرفة تتضاعف كل (١٥) سنة - على أبعد تقدير - وهذا يعني أن الكتب المنشورة تتحدى القراء، وتتطلب منهم المزيد من الاستعداد، والمزيد من الوقت من أجل الاستفادة منها. لو قدر للمرء أن يقرأ في حياته (٦٠) سنة، وقرأ في كل أسبوع كتاباً، فإنه يكون قد قرأ نحواً من ثلاثة آلاف كتاب، وهو رقم متواضع جداً بالنسبة إلى ما هو منشور.

بعد تصفح الكتاب واكتشاف مستواه، يقرر القارئ أي نوع من القراءة يستحق، فهناك كتب تقرأ قراءة سريعة لالتقاط النافع منها، وهناك كتب يجب أن تقرأ بدقة متناهية، وتحرث حرثاً، كما يفعل (الفلاح) في أرض خصبة يبتغي منها الكثير والكثير.

وتقوم فكرة القراءة السريعة على ما هو معلوم من أن النظر يقفز من مساحة إلى أخرى، وعندما يستقر على مساحة معينة، إنه يلتقط

عدداً من الرموز والإشارات، ثم يقفز ليستقر ثانية.. وهكذا، فانتمتال
البصر قفز، والتركيز يعني التقاط وحدات دلالية ذات مغزى. ويقرر
علماء وظائف الأعضاء أن البصر يستقر مدة ثانية واحدة مهما كانت
القراءة سريعة أو بطيئة. والفرق بين القراءتين، أن صاحب القراءة
السريعة يلتقط في هذه الثانية عدداً أكبر من الوحدات الدلالية؛ فعلى
حين لا يلتقط القارئ العادي البطيء أكثر من عشر وحدات أو مقاطع
صوتية، فإن القارئ السريع يلتقط حتى عشر كلمات دلالية!

١- المثابرة على القراءة، والحماسة في متابعتها سمة مهمة من
سمات القارئ الجيد، وإن الذين أنجزوا إنجازات عظيمة في التاريخ
كانوا دائماً يتحلون بصبر لا يعرف النفاذ، وعزيمة على المضي حتى آخر
الطريق، لا تعرف الانثناء. وأمراء أولئك العظماء، هم الأنبياء - عليهم
الصلاة والسلام - ومن تابع مسيرتهم من أئمة العلم والدين، كما قال
- جل وعلا - : ﴿ وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أُمَّةً يَهْتَدُونَ بِأَمْرِنَا ﴾ (السجدة: ٢٤).
إن اعتقاد المسلم أنه ما دام يقرأ شيئاً نافعاً، فهو في عبادة من
أعظم العبادات، ينبغي أن يدفعه بقوة إلى امتلاك روح الدأب، وأن
يفجر في نفسه ولعاً بالقراءة والاطلاع. وأعتقد أن غياب هذا الشعور
كان ذا أثر كبير في عزوف كثير من الناس عن اصطحاب الكتاب
ومعاناة قراءته.

مهما أتقنا من فنون المذاكرة والقراءة، فإننا لن نبلغ القمة ما
لم نجعل من مفاهيمنا الأساسية في الإنجاز والإنتاج: أن أهم عامل في

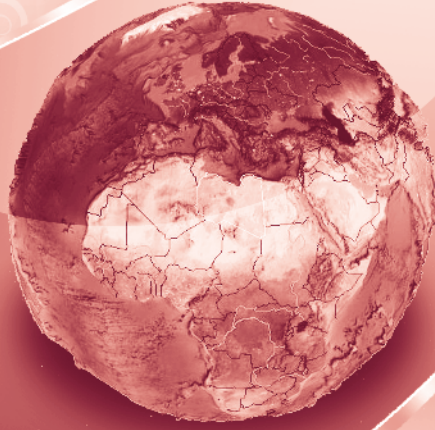
النتائج التي سنحصل عليها هو كمية الجهد ومقدار الوقت الذي نبذله في سبيل تحقيقها والوصول إليها. إن إبداعات المبدعين، لا تقف وراءها الومضات الذهنية - على نحو أساسي - وإنما القدرة على المتابعة المضنية للمسائل التي كرسوا أنفسهم لها.

وفي هذا يقول (أديسون) حين سئل عن العبقرية: "إنها (١٪) إلهام و(٩٩٪) عرق جبين" ..! إن كثيراً من الناس لا يحتاج إلا إلى الشرارة الأولى حتى يبدأ مسيرة القراءة، وبعد ذلك سيؤدي التراكم المستمر لمعلوماته إلى إحساسه بمباهج المعرفة، وسينمي ذلك فيه الشعور بالثقة والاعتزاز، وسيضيف إلى حياته معنى جديداً لا يضيفه إلا العلم، وسيمثل كل ذلك الوقود المطلوب لمتابعة رحلة القراءة!





تاريخ وحدث



يزدحم التاريخ بالوقائع، وتتشعب السنون بالأحداث، ولا يبقى منها إلا الذكرى والوصف؛ ولأجل هذا حرصنا على وضع هذه الفقرة والتي تعتمد على ذكر حدث وقع في مثل اليوم الذي تعرض فيه الفقرة. مثلاً: اليوم هو الأول من شهر جمادى الآخرة، أقوم بالبحث عن حدث وقع في مثل هذا اليوم؛ لكي ألقيه عبر منبر الإذاعة المدرسية.

وهذه الفقرة أو هذا البرنامج منتشر في العديد من القنوات الفضائية،
وله جمهوره ومحبه، والأهم هو المردود المعرفي والثقافي من هذه الفقرة.
فالفقرة تعتمد على ذكر حدث وقع في مثل هذا اليوم، من خلال سرد
بعض من تفاصيله، وشيء من أحداثه، بالإضافة إلى جودة الانتقال للحدث
من خلال أهميته وعظم الفائدة المرجوة من التذكير به.
لذا.. أوصي بهذه الفقرة خيراً، وأؤكد أن ما تم جمعه في هذه الفقرة
ما هو إلا نقطة من بحر الأحداث التاريخية، والوقائع العالمية؛ فعلينا جميعاً
البحث عن المفيد والممتع، وأن نحرض على عرضه بأسلوب شيق وجذاب.



شهر محرم

(١ من المحرم ١٣١٨ هـ = ١ مايو ١٩٠٠ م)

السلطان العثماني عبد الحميد الثاني يصدر أمراً سلطانياً بإنشاء سكة حديد الحجاز لخدمة حجاج بيت الله الحرام، واستمر الخط في العمل تسع سنوات، وتعرض بعدها للتخريب في أثناء الثورة العربية، ولم تفلح محاولات إعادته للحياة مرة أخرى.

(٢ من محرم ٩٩ هـ = ١٥ من أغسطس ٧١٨ م)

حصار المسلمين بقيادة مسلمة بن عبد الله للقسطنطينية في عهد الدولة الأموية. وقد تم فتح القسطنطينية بعد ذلك على يد محمد الفاتح على (٨٥٧ هـ = ١٤٥٣ م).

(٣ من المحرم ٦٤٨ هـ = إبريل ١٥٢٠ م)

نجاح المصريين بفارسكور في إحقاق هزيمة بالصلبيين في حملتهم السابعة، وأسر لويس التاسع ملك فرنسا.

(٤ من المحرم ٢٥٢ هـ = ٢٥ من يناير ٨٦٦ م)

تولى المعتز بالله محمد أبي عبد الله بن المتوكل على بن جعفر بن المعتصم خلافة الدولة العباسية، وهو الخليفة الثالث عشر في سلسلة خلفاء الدولة العباسية.

(٥ من المحرم ١٣٣٣هـ = ٢٤ من نوفمبر ١٩١٤م)

مولد المفكر الهندي أبو الحسن الندوي، ولد بقرية تكيه بمديرية راي بريلي بالهند، ويعود نسبه إلى الصحابي الجليل علي بن أبي طالب، التحق بدار العلوم لندوة العلماء التي عين مدرسا فيها بعد تخرجه، كتب في العديد من الصحف ومن أهمها مجلة "المنار"، وله العديد من المؤلفات من أشهرها: "ماذا خسر العالم بانحطاط المسلمين؟"

(٦ محرم ١٣٧٢هـ = ٢٦ يناير ١٩٥٢م)

بداية انهيار الحكم الملكي في مصر بتنازل الملك فاروق عن عرشه في مصر، وإجباره على مغادرة البلاد، وذلك عقب قيام ثورة (١٩٥٢) التي قامت بها حركة الضباط الأحرار.

(٧ من المحرم ٨٣٥هـ = ١٦ من سبتمبر ١٤٣١م)

معاهدة فخرية بين المسلمين والقشتاليين في الأندلس، قطعت بها مملكة قشتالية، أكبر خطوة في سبيل تحقيق أمنيتها لتصفية الوجود الإسلامي في الأندلس.

(٨ من المحرم ١٠٢٨هـ = ٢٦ من سبتمبر ١٦١٨م)

الدولة العثمانية توقع معاهدة "أردبيل" مع إيران وقد خفضت هذه المعاهدة كمية الحرير التي كانت تقدمها إيران سنويا كخراج للدولة العثمانية إلى نصف ما قررتة معاهدة إستانبول الموقعة بين الدوليتين عام (١٦١٢م).

(٩ من المحرم ٦٦١هـ = ٢٢ من نوفمبر ١٢٦٢م)

إحياء الخلافة العباسية في مصر بعد أن سقطت في أيدي المغول الذين استباحوا المدينة التليدة، وقتلوا ما يزيد عن المليون وأضرموا النيران وخرّبوا وهدموا.

(١٠ من المحرم ١٤١١هـ = ٢ من أغسطس ١٩٩٠م)

احتلال العراق للكويت واشتعال حرب الخليج الثانية.

(١١ من المحرم ٥٦٧هـ = ٢٤ من سبتمبر ١١٧١م)

وفاة الخليفة العاضد آخر خلفاء الدولة الفاطمية التي بدأ في بلاد المغرب العربي ثم حكمت مصر، وكانت نهايتها على يد صلاح الدين الأيوبي.

(١٢ من المحرم ١٣٧٥هـ = ٣١ من أغسطس ١٩٥٥م)

قيام القوات الإسرائيلية بمذبحة مروعة في خان يونس بفلسطين، تسفر عن استشهاد (٣٦) شخصاً، وإصابة (٣١) من المواطنين العزل.

(١٣ من المحرم ٣٦٨هـ = ١٥ من فبراير ٩٣٠م)

قضاء الخليفة العزيز بالله الفاطمي على فتنة القرامطة وأفتكين في الشام، وبذلك توّطد سلطان الفاطميين في سورية، وأصبحت ولاية فاطمية حاضرتها دمشق.

(١٤ من المحرم ١٠٩٤هـ = ١٧ من مايو ١٦٣٩م)

الدولة العثمانية توقع معاهدة "قصر شيرين" مع إيران، ويقع هذا القصر في الجنوب الشرقي من كركوك، وأنهت هذه المعاهدة الحرب التي استمرت بين الجانبين خمسة عشر عاماً، وعينت هذه المعاهدة الحدود بين الجانبين على أساس الوضع الراهن، وقد ظلت حدود معاهدة قصر شيرين معتبرة حتى الوقت الحاضر.

(١٥ من المحرم ١٣٦٧هـ = ٢٩ من نوفمبر ١٩٤٧م)

الجمعية العامة للأمم المتحدة تصادق على القرار (١٨١) لتقسيم فلسطين، ونص القرار على إقامة دولة يهودية على (٥٦٪) من أرض فلسطين دون القدس.

(١٦ من المحرم ١٤٠٤هـ = ٢٣ أكتوبر ١٩٨٣م)

قيام منظمة الجهاد الإسلامي بتفجير مقر قيادة مشاة البحرية الأمريكية، ومقر سرية فرنسية من المظليين في بيروت إبان الحرب الأهلية اللبنانية، وأسفر التفجير عن مقتل (٢٣٩) أميريكياً و (٥٨) فرنسياً، وكان الفارق بين التفجيرين لا يتعدى بضعة لحظات.

(١٧ من المحرم ١٢١٣هـ = ١ من يوليو ١٧٩٨م)

الحملة الفرنسية على مصر بقيادة نابليون بونابرت، وقد لقيت هذه الحملة مقاومة شرسة من الشعب المصري؛ ما اضطرها في النهاية إلى الجلاء عن مصر بعد ثلاث سنوات فقط.

(١٨ من المحرم ٤١٩هـ = ١٢ من فبراير ١٠٢٨م)

مولد الفقيه والأصولي الكبير "أبي المعالي عبد الملك بن عبد الله بن يوسف الجويني" المعروف بإمام الحرمين.

(١٩ من المحرم ٤١١هـ = ١١ أغسطس ١٩٩٠م)

انقصاد مؤتمر القمة العربي الطارئ لإيجاد حل لمشكلة الغزو العراقي للكويت.

(٢٠ من المحرم ٩٤٢هـ = ٢١ من يوليو ١٥٣٥م)

النصارى الأسبان بقيادة الملك "شارل كوينت" يسيطرون على مدينة تونس، ويرتكبون فيها مذبحه رهيبه راح ضحيتها (٣٠) ألف شخص، واستعباد عشرة آلاف امرأة وطفل، وإحراق عشرات الآلاف من الكتب والمخطوطات النادرة، وهدم عدد من المساجد والمدارس والقبور.

(٢١ من المحرم ٨٩٧هـ = ٢٥ من نوفمبر ١٤٩٢م)

معاهدة تسليم غرناطة آخر معاقل المسلمين في الأندلس للملكين فرديناند الخامس وإيزابيلا بعد صمود المدينة للحصار عدة أشهر.

(٢٢ من المحرم ١٦٩هـ = ١٤ من أغسطس ٧٨٥م)

ولاية الخليفة العباسي موسى الهادي بن محمد المهدي، تولى الخلافة العباسية بعد وفاة الخليفة المهدي، وهو الخليفة الرابع من

سلسلة الخلفاء العباسيين.

(٢٣ من المحرم ١٣٣٦هـ = ٨ من نوفمبر ١٩١٧م)

تصريح المجرم "بلفور" بإنشاء وطن قومي لليهود في فلسطين.

(٢٤ من المحرم ١٣٨٣هـ = ١٦ من يونيو ١٩٦٣م)

صعود رائدة الفضاء الروسية "فالنتينا" إلى الفضاء، على متن المركبة الروسية "فوستك-٦" ودارت حول الأرض (٤٨) مرة، وتعد "فالنتينا" أول رائدة فضاء في تاريخ البشرية.

(٢٥ من المحرم ١٩٨هـ = ٢٥ من سبتمبر ٨١٣م)

تولى "المأمون" خلافة الدولة العباسية بعد أخيه الأمين بن هارون الرشيد، وقد كان عهد المأمون عهد علم ورقي مما أثرى الحضارة الإنسانية عامة والإسلامية خاصة.

(٢٦ من المحرم ١٣٩٩هـ = ٢٧ من ديسمبر ١٩٧٨م)

وفاة الرئيس الجزائري هواري بومدين، كان من قادة الحركة الوطنية الجزائرية، وتلقى تعليمه الديني في جامعتي الزيتونة والأزهر، تولى رئاسية الجمهورية سنة (١٩٦٥م) بعد انقلاب قاده ضد الرئيس أحمد بن بيللا.

(٢٧ من المحرم ٥٤٩هـ = ١٣ من إبريل ١١٥٤م)

مولد "مظفر الدين كوكبوري" أمير "إربل" أحد كبار القادة

الذين شاركوا "صلاح الدين" في جهاده ضد الصليبيين.

(٢٨ من المحرم ١٢١٩هـ = ٨ من مايو ١٨٠٤م)

انتخاب نابليون بونابرت إمبراطوراً على فرنسا. ولد نابليون في (١٧٦٩/٨/١٥م)، وخاض عدداً من المعارك العسكرية في أوروبا وخارجها وهزم في معركة "ووترلو" الشهيرة، ونفي إلى جزيرة "سانت هيلانة" حيث توفي في (١٨٢١/٥/٥م).

(٢٩ من المحرم ١٢٥٦هـ = ١ من مايو ١٨٤٠م)

صدور أول طابع بريد في العالم في بريطانيا، يحمل صورة الملكة فيكتوريا، وكان لونه أسود وقيمته بنس واحد، وتولت طباعته "دار بركنز باكون". وكانت البرازيل هي ثاني دولة في العالم تستعمل طوابع البريد.

(٣٠ من المحرم ٧هـ = شهر يونيو ٦٢٨م)

في أواخر شهر المحرم غزا النبي ﷺ خيبر، وهي قرية كبيرة تقع شمال شرقي المدينة المنورة بنحو (١٨٠) كم يسكنها بعض اليهود، وذلك بسبب خيانتهم وغدرهم، فدك حصونها حتى استسلمت.

«شهر صفر»

(١ من صفر ١٤٢٥هـ = ٢٢ من مارس ٢٠٠٤م)

القوات الإسرائيلية تغتال الشيخ المجاهد أحمد ياسين مؤسس حركة المقاومة الإسلامية "حماس" عن عمر يناهز (٦٦) عاماً عقب

أدائه صلاة الفجر بأحد مساجد غزة.

(٢ من صفر ٣٦٦هـ = ٣ من سبتمبر ٧٩٦م)

وفاة الخليفة الأندلسي الحكم بن عبد الرحمن الناصر الملقب بالمنتصر، تولى الخلافة في (٣) من رمضان (٣٥٠هـ) = (١٦) من أكتوبر (٩٦١م) خلفاً لأبيه عبد الرحمن الناصر، وقد ازدهرت الدولة في عهده ازدهاراً عظيماً.

(٣ من صفر ٤٠٥هـ = ٣ من أغسطس ١٠١٤م)

وفاة الحاكم النيسابوري، أحد أئمة الحديث في القرن الرابع الهجري، وصاحب كتاب المستدرک على الصحيحين.

(٤ من صفر ٦٥٦هـ = ١٠ من فبراير ١٢٥٨م)

تسليم الخليفة العباسي "بغداد" عاصمة الخلافة العباسية إلى هولاءكو، معلناً بذلك سقوطها وسقوط دولته التي حكمت العالم الإسلامي خمسة قرون.

(٥ من صفر ١٣٧٣هـ = ١٤ من أكتوبر ١٩٥٣م)

قيام قوة إسرائيلية بقيادة إريل شارون بتنفيذ مذبحة في قرية قبية الفلسطينية فتقتل (٦٩) عربياً، وتنسف (٤١) بيتاً، والمعروف أن شارون ولد سنة (١٩٢٨م)، وتولى قيادة أركان الحرب للجيش الإسرائيلي، وخطط لمذبحة صبرا وشاتيلا في لبنان سنة (١٩٨٢م)

وتولى رئاسة الوزارة في إسرائيل سنة (٢٠٠١م)، وتعرض لملاحقة قانونية في بلجيكا بسبب جرائمه ضد الإنسانية.

(٦ من صفر ١٣٦٥هـ = ١٠ من يناير ١٩٤٦م)

إلغاء عصبة الأمم المتحدة سنة ١٩٤٦م عقب الانتهاء من الحرب العالمية الثانية، وكانت قد أنشئت عقب الحرب العالمية الأولى، وكان الغرض من قيام هذه المنظمة الدولية حفظ السلام الدولي والتسوية السلمية للمنازعات الدولية، وبعد إلغائها حل محلها هيئة الأمم المتحدة.

(٧ من صفر ١٦هـ = ٢٠ من مارس ٦٣٧م)

فتح المسلمين لبهر سير بقيادة سعد بن أبي وقاص وقد كان فتحهم لبهر سير هو البداية لفتح المدائن.

(٨ من صفر ١٤٢٣هـ = ٢٠ من إبريل ٢٠٠٢م)

استشهاد "خطاب" قائد المقاتلين العرب في الشيشان عن طريق "رسالة مسمومة" سلمها له أحد الخونة بغرب الشيشان.

(٩ من صفر ٦٥٦هـ = ١٥ من فبراير ١٢٥٨م)

دخول هولاكو مدينة بغداد عاصمة الخلافة العباسية بعد إعلان الخليفة العباسي تسليم المدينة للمغول دون قيد أو شرط في الرابع من صفر سنة (٦٥٦هـ).

(١٠ من صفر ٩٩هـ = ١ من أكتوبر ٧١٧م)

وفاة الخليفة الأموي سليمان بن عبد الملك، بعد أن ظل في منصب الخلافة نحو ثلاث سنوات، حافظ خلالها على ما كانت عليه الدولة الأموية من رقي وحضارة.

(١١ من صفر ١٣١٧هـ = ٢٥ ديسمبر ١٩٤٧م)

وفاة محمد علي جناح مؤسس دولة باكستان بعد انفصالها.

(١٢ من صفر ١٤٢٥هـ = ٢ من إبريل ٢٠٠٤م)

قوات الاحتلال الإسرائيلي تقتحم باحة المسجد الأقصى فور انتهاء صلاة الجمعة وتطلق قنابل الصوت والغاز المسيل للدموع باتجاه المصلين في أثناء صلاتهم؛ وهو ما أدى إلى إصابة (٦٠) فلسطينياً.

(١٣ من صفر ٣٧هـ = ١ من أغسطس ٦٥٧م)

إعلان وثيقة التحكيم بين علي بن أبي طالب ومعاوية بن أبي سفيان (رضي الله عنهما) بعد موقعة صفين.

(١٤ من صفر ١٦هـ = ١٨ من مارس ٦٣٧م)

انتصار المسلمين بقيادة سعد بن أبي وقاص على دولة الفرس في معركة المدائن، وخولهم العاصمة التليدة للفرس؛ إيذاناً بسقوط دولة فارس.

(١٥ من صفر ١٣٧٢هـ = ٥ من نوفمبر ١٩٥٢م)

انتخاب الجنرال دوايت دافيد إيزنهاور رئيساً للولايات المتحدة الأمريكية، وهو الرئيس الرابع والثلاثون في تاريخها، وقد حكم فترتين رئاسيتين (١٩٠٢-١٩٦٠م).

(١٦ من صفر ١٥هـ = ٢٩ من مارس ٦٣٦م)

نزول الصحابي الجليل سعد بن أبي وقاص --رضي الله عنه-- بقواته القادسية استعداداً للقاء الفرس في المعركة الفاصلة التي من الله بها على المسلمين بالنصر.

(١٧ من صفر ١٢١٣هـ = ١ من أغسطس ١٧٩٨م)

نشوب معركة بحرية في الإسكندرية عرفت باسم معركة أبي قير البحرية بين الأسطول الفرنسي ونظيرة الإنجليز بقيادة نلسون، وانتهت بتحطيم الأسطول الفرنسي.

(١٨ من صفر ١٣٨٠هـ = ١١ من أغسطس ١٩٦٠م)

تشاد تحصل على استقلالها التام عن فرنسا، وانتخاب "فرانسوا تمبالباي" رئيساً للبلاد. تبلغ مساحة تشاد حوالي (١,٢٨٤) مليون كيلومتر مربع، وهي إحدى دول جنوب الصحراء، ولا تطل على أي من البحار.

(١٩ من صفر ١٣١٩هـ = ٦ من يونيو ١٩٠١م)

مولد الرئيس الإندونيسي الأسبق "أحمد سوكارنو"، وهو أول رئيس لإندونيسيا بعد استقلالها عن الاحتلال الهولندي، حيث رأس الدولة سنة (١٩٤٥م) حتى (١٩٦٨م)، وتوفي عام (١٩٧٠) عن عمر يناهز التاسعة والستين عاماً.

(٢٠ من صفر ١٤١٢هـ = ١١ من أغسطس ١٩٩١م)

إعلان جمهورية أوزبكستان استقلالها عن الاتحاد السوفيتي بعد انهياره.

(٢١ من صفر ١٤٠٩هـ = ٣ من أكتوبر ١٩٨٨م)

عودة العلاقات الدبلوماسية بين ليبيا وتشاد بعد توقف الحرب التي اندلعت بينهما بسبب خلافات حدودية.

(٢٢ من صفر ١٢هـ = ٣ من مايو ٦٢٣م)

معركة بين الفرس والمسلمين بقيادة خالد بن الوليد --رضي الله عنه-- وقعت أحداثها عن مكان يسمى الولجة في العراق؛ ولذا سميت المعركة باسم معركة الولجة وانتهت بانتصار المسلمين.

(٢٣ من صفر ٣٧٠هـ = ١١ من سبتمبر ٩٨٠م)

مولد العالم الكبير "أبي علي حسين بن سينا"، صاحب المؤلفات المعروفة في الطب والفلك والفلسفة.

(٢٤ من صفر ١٣٣٠هـ = ١٢ من فبراير ١٩١٢م)

الإمبراطور الصيني الصغير "بويي" البالغ من العمر (٦) سنوات يتنازل عن العرش بعد نجاح ثورة (١٩١١م) في الصين، ويتم تأسيس الجمهورية الصينية.

(٢٥ من صفر ٢٣٠هـ = ١١ من نوفمبر ٨٤٤م)

الأندلسيون بقيادة محمد بن رستم ينتصرون على الأسطول النورماندي الذي غزا شواطئ الأندلس، في معركة قرب إشبيلية، قتل فيها من النورمانديين زهاء الألف وأسر زهاء الأربعمئة، وأحرق من سفنهم ثلاثون سفينة.

(٢٦ من صفر ٢٨٨هـ = ١٩ من فبراير ٩٠١م)

وفاة العالم العربي ثابت بن قرّة بن مروان، صاحب المؤلفات المبتكرة في الطب والرياضيات والفلك، أحد المترجمين الكبار في القرن الثالث الهجري.

(٢٧ من صفر ٥٨٩هـ = ٤ من مارس ١١٩٢م)

وفاة الناصر "صلاح الدين الأيوبي" بطل حطين، ومحرم بيت المقدس، ومؤسس الدولة الأيوبية، وصاحب الإنجازات الحضارية.

(٢٨ من صفر ١٢هـ = ١٤ من مايو ٦٣٣م)

فتح المسلمين بقيادة "خالد بن الوليد" بلدة "أمغيشيا" التابعة

للفرس، وهي تقع على نهر الفرات، ولم يقع بأمغيشيا قتال، وإنما هجرها أهلها بعد هزيمة الفرس في "أليس"، فدخلها المسلمون فاتحين.

(٢٩ من صفر ١١١هـ = ٢٨ من مايو ٦٣٢م)

تولية الرسول ﷺ "أسامة بن زيد --رضي الله عنه--" إمارة الجيش الذي أرسله لتأمين حدود شبه الجزيرة العربية من هجمات الروم.

(٣٠ من صفر ٥٥٥هـ = ١٦ من مارس ١١٦٠م)

وفاة الخليفة العباسي أبي عبد الله محمد المقتضي لأمر الله، الخليفة الحادي والثلاثين من خلفاء بني العباس. بويغ بالخلافة بعد خلع ومقتل عمه الراشد بالله سنة (٥٣٠هـ = ١١٣٦م) بأمر السلطان السلجوقي مسعود بن محمد بن ملكشاه.

«شهر ربيع الأول»

(١ من ربيع الأول ٥هـ = ٣١ من يوليو ٦٢٦م)

خروج النبي ﷺ على رأس جيشه إلى دومة الجندل لتأمين طريق القوافل، وقاتل القبائل التي تسكن هناك وقد حققت الغزوة أهدافها.

(٢ من ربيع الأول ٨٩٧هـ = ٢ من يناير ١٤٩٢م)

سقوط مملكة غرناطة آخر معقل للمسلمين في الأندلس في أيدي النصارى القشتاليين.

(٣ من ربيع الأول ٤٤٩ = ١٠ من مايو ١٠٥٧م)

وفاة الشاعر الفيلسوف "أبي العلاء المعري" شاعر اللزوميات،
ومصنف "رسالة الغفران".

(٤ من ربيع الأول ٨٨٦هـ = ٣ من مايو ١٤٨١م)

وفاة السلطان محمد الفاتح، السلطان الثامن في سلسلة سلاطين
دولة الخلافة العثمانية.

(٥ من ربيع الأول ١٨٢هـ = ٢١ من إبريل ٧٩٨م)

وفاة يعقوب بن إبراهيم بن حبيب المعروف بأبي يوسف، صاحب
أبي حنيفة، وأول من تولى منصب قاضي القضاة.

(٦ من ربيع الأول ٤٢٦هـ = ١٥ من إبريل ٢٠٠٥م)

إعلان محمد السادس عاهل المغرب عفواً عن أكثر من ٧ آلاف
سجين بمناسبة ختان ابنه، وتم ختان (٣٠) ألف طفل في مختلف أجزاء
المملكة في هذه المناسبة. الموقف دفع المغاربة للتندر قائلين: "ختان أبناء
الملوك للمساجين فوائد".

(٧ من ربيع الأول ٥٤٣هـ = ١ من أغسطس ١١٤٨م)

فشل الحملة الصليبية الثانية في الاستيلاء على دمشق بعد صمود
المسلمين والدفاع عن مدينتهم.

(٨ من ربيع الأول ٤٥٢هـ = شهر أغسطس ٨٨٦م)

المنذر بن محمد بن عبد الرحمن يتولى الحكم في الأندلس بعد وفاة والده، ولد عام (٢٩هـ = ٨٤٤م) في قرطبة، وشهد عصره "ثورة المولدين" في الأندلس، وتوفي في أثناء حصاره لأسوار مدينة ببشتر في صفر (٢٧٥هـ = ٨٨٨م) بعد حكم لم يستمر سوى عامين فقط.

(٩ من ربيع الأول ١٤٢٥هـ = ٢٨ من إبريل ٢٠٠٤م)

شبكة "سي بي إس نيوز" الأمريكية تكشف عن فضيحة أمريكية بالعراق؛ حيث عرضت صوراً تعود لأواخر عام (٢٠٠٣م) لتعذيب العراقيين المحتجزين بسجن "أبو غريب" العراقي على يد الجنود الأمريكيين؛ وهو ما أحدث ردود فعل غاضبة على مستوى العالم.

(١٠ من ربيع الأول ١٧٩هـ = ٣ من يونيو ٧٩٥م)

وفاة الإمام مالك بن أنس، إمام دار الهجرة، ومؤسس المذهب المالكي، وصاحب كتاب الموطأ.

(١١ من ربيع الأول هـ = ١٣ من فبراير ١٩٤٦م)

اختيار مدينة نيويورك الأمريكية لتكون مقراً لمنظمة الأمم المتحدة، وقد تكلف إنشاء هذا المقر (٦٥) مليون دولار، واستغرق العمل فيه عدة سنوات.

(١٢ من ربيع الأول لعام ٥٣ قبل الهجرة = شهر أغسطس ٥٧٠م)

مولد النبي محمد ﷺ في مكة، والذي كان إيداناً بزوال دولة الشرك، ونشر الحق والخير والعدل بين الناس، ورفع الظلم والبغي والعدوان.

(١٣ من ربيع الأول ١٣٩٥هـ = ٢٦ من مارس ١٩٧٥م)

وفاة جلالة الملك فيصل بن عبد العزيز، ثالث أبناء الملك عبد العزيز، وثالث من تولى الحكم في المملكة العربية السعودية بعد أبيه عبد العزيز وأخيه سعود.

(١٤ من ربيع الأول ١٧٠هـ = ١٤ من سبتمبر ٧٨٦م)

تولى الخليفة العباسي "هارون الرشيد بن محمد المهدي" الخلافة العباسية بعد أخيه موسى الهادي، والرشيد هو الخليفة الخامس من خلفاء الدولة العباسية.

(١٥ من ربيع الأول ١٣٤٣هـ = ١٣ من أكتوبر ١٩٢٤م)

قوات الملك "عبد العزيز بن سعود" تدخل إلى "مكة المكرمة" في أثناء معاركه وفتوحاته التي شملت غالبية الجزيرة العربية، ومهدت لقيام المملكة العربية السعودية بعد أكثر من (٣٠) عاماً من العمل المتواصل.

(١٦ من ربيع الأول ٥١٣هـ = ٢٧ من يونيو ١١١٩م)

نشوب معركة عند "تل عفرين" في الشام بين المسلمين والصليبيين

بقيادة " روجر " أمير إنطاكية التي كانت تحت الصليبيين، وانتهت
المعركة بهزيمة الصليبيين، وقتل عدد كبير منهم، من بينهم روجر
نفسه، وسميت هذه المعركة بـ "ساحة الدم" لكثرة القتلى على أرضها.

(١٧ من ربيع الأول ٩٥٠هـ = ٢٠ من يونيو ١٥٤٣م)

الأسطول العثماني بقيادة باربروسا يستولي على صقلية وبعض
السواحل الإيطالية ويدمر استحكامها ثم يستولي على ميناء "أوستيا"
الواقع على نهر "تير" الذي يبعد (١٥) كم عن مدينة روما مقر
البابوية الكاثوليكية في العالم.

(١٨ من ربيع الأول ١٣٤٢هـ = ٣٠ من أكتوبر ١٩٢٣م)

إعلان المجلس الوطني في الدولة العثمانية أن البلاد أصبحت
جمهورية، تستمد كيائها من الشعب، وانتخاب مصطفى كمال أتاتورك
رئيسا للجمهورية التركية، وكان ذلك إيذانا بإلغاء الخلافة الإسلامية.

(١٩ من ربيع الأول ١٣٢٧هـ = ١٠ من إبريل ١٩٠٩م)

بداية أحداث الانقلاب العسكري الذي دبرته حكومة الاتحاد
والترقي، وترتب عليه الإطاحة بالسلطان عبد الحميد الثاني.

(٢٠ من ربيع الأول ١٤٢٥هـ = ٩ من مايو ٢٠٠٤م)

اغتيال الرئيس الشيشاني الخائن الموالي لموسكو "أحمد
قادиров" ، في انفجار استهدفه في أثناء وجوده في ملعب بالعاصمة

جروزني، وأسفر الانفجار أيضاً عن مقتل (٣٢) شخصاً وإصابة أكثر من (٤٦) آخرين.

(٢١ من ربيع الأول ١٢٥٥هـ = ٣ يونيو ١٨٩٣م)

الصين تحتفل بإحراق مئات الأطنان من الأفيون، فيما عرف بـ "حرب الأفيون" التي اشتعلت بين الصين وبريطانيا.

(٢٢ من ربيع الأول ٦٢٦هـ = ١٨ من فبراير ١٢٢٩م)

عقد معاهدة بين السلطان الأيوبي الكامل بن العادل وفريدريك الثاني إمبراطور الدولة الرومانية، بمقتضاها سلم السلطان الكامل بيت المقدس صلحاً إلى الإمبراطور الأوروبي.

(٢٣ من ربيع الأول ٤٢١هـ = ٢٩ من أبريل ١٠٣٠م)

وفاة السلطان محمود الغزنوي مؤسس الدولة الغزنوية، وفتح الهند في القرن الخامس الهجري.

(٢٤ من ربيع الأول ١٣٤٣هـ = ١٥ من أكتوبر ١٩٢٤م)

وفاة أحمد عزت العابد أحد رجالات السلطان عبد الحميد الثاني من العرب، اعتمد عليه في مشروعات كثيرة من أهمها إنشاء خط سكة حديد الحجاز، وأحمد عزت العابد هو والد محمد علي العابد أول رئيس للجمهورية السورية.

(٢٥ من ربيع الأول ١٣٢٩هـ = ٥ من إبريل عام ١٩١١م)

مولد الشيخ محمد متولي الشعراوي، أحد الدعاة المشهورين
بالعالم الإسلامي في القرن العشرين، تعلم بالأزهر، وتولى وزارة
الأوقاف، اهتم اهتماماً خاصاً بتفسير القرآن حتى كان عنواناً عليه،
ولد ودفن في قريته دقادوس بميت غمر محافظة الدقهلية.

(٢٦ من ربيع الأول ١٣٧١هـ = ٢٤ من ديسمبر ١٩٥١م)

الحكومة الليبية توقع اتفاقية عسكرية مع فرنسا تسمح للقوات
الفرنسية بالبقاء في فزان، وذلك بعد قيام الملكة الليبية بزعامة الملك
محمد إدريس السنوسي.

(٢٧ من ربيع الأول ٦٩٩هـ = ٢٢ من ديسمبر ١٢٩٩م)

معركة بين "محمود غازان" سلطان الدولة الإيلخانية و"الناصر
قلاوون" سلطان دولة المماليك، وقعت أحداثها عند "مرج المروج" شرقي
حمص، وكانت معركة هائلة أسفرت عن انتصار غازان وجنوده، بسبب
تفوقهم في العدة والعتاد، وتعرض السلطان المصري لمؤامرة لخلعه.

(٢٨ من ربيع الأول ١٠٤٥هـ = ١٠ من سبتمبر ١٦٣٥م)

فتح العثمانيون مدينة تبريز بقيادة السلطان مراد الرابع، وذلك
في أثناء الصراع المشتعل بين الدولة العثمانية والدولة الصفوية.

(٢٩ من ربيع الأول ٥٧٠هـ = ٢٩ من أكتوبر ١١٧٤م)

دخول "صلاح الدين الأيوبي" مدينة دمشق، وكان ذلك أولى

خطواته في سبيل تحقيق الوحدة الإسلامية، للوقوف أمام الوجود الصليبي، وإخراجه من بلاد الشام.

(٣٠ من ربيع الأول ٤٥٠هـ = ٣١ من مايو ١٠٥٨م)

وفاة الفقيه الشافعي "علي بن محمد البصري الماوردي" صاحب كتاب أدب الدنيا والدين، والأحكام السلطانية، وقوانين الوزارة.

«شهر ربيع الآخر»

(١ من ربيع الآخر ١٣٨٠هـ = ٢٢ من سبتمبر ١٩٦٠م)

الإعلان عن قيام جمهورية مالي، بدلاً من اتحاد مالي؛ الاسم الذي استقلت تحته تلك المنطقة. ومالي إحدى دول إفريقيا الغربية، وتبلغ مساحتها أكثر من (١,٢) مليون كم^٢، وغالبية سكانها من المسلمين، وكانت منطقة قامت فيها عدة دويلات إسلامية نشرت الإسلام في إفريقيا جنوب الصحراء.

(٢ من ربيع الآخر ١٢هـ = ١٦ من يونيو ٦٣٣م)

قيام "أبو بكر الصديق --رضي الله عنه--" بعقد أول لواء لفتح بلاد الشام لـ "خالد بن سعيد"، بعد انتهاء حروب الردة، ونجاح المسلمين في القضاء على فتنتها.

(٣ من ربيع الآخر ٢٣٨هـ = ٢٣ من سبتمبر ٨٥٢م)

وفاة عبد الرحمن بن الحكم الأول بن هشام، المعروف بعبد

الرحمن الثاني، أحد حكام الدولة الأموية في الأندلس، بعد أن حكم أكثر من إحدى وثلاثين سنة، عدت من أزهى عصور الإسلام في الأندلس.

(٤ من ربيع الآخر ١٢هـ = ١٨ من يونيو ٦٢٢م)

قيام أبي بكر الصديق --رضي الله عنه-- بعزل خالد بن سعيد عن قيادة جيش فتح الشام، وعقد أربعة ألوية لكل من يزيد من أبي سفيان، وأبي عبيدة بن الجراح، ومعاذ بن جبل، وشرحبيل بن حسنة - رضي الله عنهم أجمعين - .

(٥ من ربيع الآخر ٢٤٨هـ = ٧ من يونيو ٨٦٢م)

وفاة الخليفة محمد المنتصر بن المتوكل بن المعتصم، المعروف بالمنتصر العباسي، الخليفة الحادي عشر من سلسلة خلفاء الدولة العباسية. دامت خلافته ستة أشهر.

(٦ من ربيع الآخر ١٣٢٧هـ = ٢٧ من أبريل ١٩٠٩م)

خلع السلطان عبد الحميد الثاني عن خلافة الدولة العثمانية، وهو الخليفة السابع والعشرون في سلسلة الخلفاء العثمانيين، كان قد بويع بالخلافة في (١٢٩٣هـ = ١٨٧٦م).

(٧ من ربيع الآخر ١٣٦٤هـ = ٢٢ من مارس ١٩٤٥م)

إنشاء جامعة الدول العربية بحضور سبع دول عربية هي: مصر والسعودية واليمن وسوريا ولبنان والعراق والأردن، ثم توالى بعد ذلك

انضمام الدول العربية إلى الجامعة.

(٨ من ربيع الآخر ٩٥٠هـ = ١١ من يوليو ١٥٤٣م)

الأسطول العثماني يدخل ميناء "طولون" الفرنسي قاعدة الأسطول الفرنسي في البحر المتوسط، بناء على امتيازات منحتها فرنسا للأسطول العثماني لمواجهة نفوذ ملك أسبانيا وألمانيا "شارل - كوينت".

(٩ من ربيع الآخر ٥٦٦هـ = ٧ من أبريل ١١٦١م)

وفاة الخليفة "المستجد بالله" العباسي، وهو الخليفة الثاني والثلاثون في سلسلة خلفاء الدولة العباسية، ودامت خلافته إحدى عشرة سنة وشهراً.

(١٠ من ربيع الآخر ١٤٢٦هـ = ١٥ أغسطس ٢٠٠٥م)

توقيع اتفاق سلام بين الحكومة الإندونيسية ومتمرد آتشيه بالعاصمة الفنلندية هلسنكي، يهدف إلى إنهاء واحد من أطول الصراعات في آسيا والذي راح ضحيته أكثر من ١٢ ألفاً على مدى ثلاثة عقود.

(١١ من ربيع الآخر ١٣٠٧هـ = ٥ من ديسمبر ١٨٨٩م)

مولد المصلح الجزائري الشيخ "عبد الحميد بن باديس"، زعيم حركة الإصلاح في الجزائر في النصف الأول من القرن الرابع عشر

الهجري، وأول رئيس لجمعية العلماء المسلمين بالجزائر.

(١٢ من ربيع الآخر ٢٤١هـ = ٣٠ من أغسطس ٨٥٥م)

وفاة الإمام أحمد بن حنبل، أحد أئمة الفقه الإسلامي، وصاحب المذهب الحنبلي المعروف.

(١٣ من ربيع الآخر ١٣٨٥هـ = ١١ من أغسطس ١٩٦٥م)

اندلاع أعمال شغب وعنف في حي السود في واطس بمدينة لوس أنجلوس الأمريكية أسفر عن مقتل (٣٠) شخصاً، ووقوع خسائر تقدر بـ(٢٠٠) مليون دولار، وترجع إلى إحساس السود بالتمييز العنصري.

(١٤ من ربيع الآخر ٦٨٨هـ = ٧ من مايو ١٢٨٩م)

نجاح السلطان المملوكي المنصور قلاوون في مدينة طرابلس، واستردادها من أيدي الصليبيين، وكان قلاوون يواصل جهود بيبرس في تصفية الوجود الصليبي في الشام.

(١٥ من ربيع الآخر ٢٣٨هـ = ٥ من أكتوبر ٨٥٢م)

الخوارج على السلطة يقومون بثورة في طليطلة بالأندلس ضد حكم الأمير محمد بن عبد الرحمن بن الحكم، واستمرت هذه الثورة سنوات طويلة، ونشبت حروب بين الجانبين، لعب نصارى الأندلس دوراً في إذكاء نارها، حتى تم إخمادها نهائياً بعد خمسة وثلاثين عاماً.

(١٦ من ربيع الآخر ٥١٢هـ = ٧ من أغسطس ١١١٨م)

وفاة الخليفة العباسي المستظهر بالله، وهو الخليفة الثامن والعشرون في سلسلة خلفاء الدولة العباسية وتولى ابنه المسترشد بالله الخلافة من بعده.

(١٧ من ربيع الآخر ١٣٨١هـ = ٢٨ من سبتمبر ١٩٦١م)

انهيار الوحدة المصرية السورية، المعروفة بحادث الانفصال، وكان قد قام اتحاد بين الدولتين تحت الجمهورية العربية المتحدة في فبراير سنة (١٩٥٨م)، غير أن طبيعة النظام في الدولتين والاتجاه السياسي لهما أفضل المشروع الاتحادي وعجل بسقوطه.

(١٨ من ربيع الآخر ٢٢٧هـ = ٥ من يناير ٨٤٢م)

وفاة الخليفة العباسي المعتصم بالله بن هارون الرشيد، الخليفة الثامن في سلسلة خلفاء الدولة العباسية، وتولى ابنه الواثق بالله الخلافة من بعده.

(١٩ من ربيع الآخر ١٢٥٥هـ = ٢ من يوليو ١٨٣٩م)

وفاة السلطان "محمود الثاني"، وهو السلطان التاسع والعشرون في سلسلة سلاطين الدولة العثمانية، ارتبط اسمه في التاريخ العثماني بإلغاء فرقة الإنكشارية، ومحاولة إصلاح الدولة.

(٢٠ من ربيع الآخر ٦٤٦هـ = ١٢ من أغسطس ١٢٤٨م)

مغادرة الملك "لويس التاسع" فرنسا على رأس الحملة التي عرف

في التاريخ بالحملة الصليبية السابعة، متجهاً إلى مصر، وقد لقيت الحملة هزيمة كبيرة في معركة المنصورة.

(٢١ من ربيع الآخر ١٥هـ = ١ من يونيو ٦٣٦م)

فتح المسلمون بقيادة أبي عبيدة بن الجراح مدينة حمص، بعد أن حاصروها حصاراً شديداً واضطرت المدينة إلى طلب الصلح، فكتب المسلمون لأهلها كتاباً بالأمان على أنفسهم وأموالهم.

(٢٢ من ربيع الآخر ٢٨٩هـ = ٦ من مارس ٩٠٢م)

وفاة الخليفة العباسي "أبي العباس أحمد بن أبي أحمد الموفق طلحة"، المعروف بالمعتضد، الخليفة السادس عشر في سلسلة خلفاء الدولة العباسية، وولاية ابنه علي المكتفي الخلافة من بعده.

(٢٣ من ربيع الآخر ١٤٢٥هـ = ١١ من يونيو ٢٠٠٤م)

حكومة جمهورية صرب البوسنة تعترف رسمياً بمسؤوليتها عن مجزرة صربدينتشا التي راح ضحيتها آلاف المسلمين خلال الحرب الأهلية في البوسنة عام (١٩٩٥م).

(٢٤ من ربيع الآخر ٥٨٣هـ = ٤ من يوليو ١١٨٧م)

انتصار صلاح الدين على الصليبيين في موقعة حطين، وكان انتصاراً عظيماً، فتح له الطريق لاستعادة بيت المقدس من أيدي الصليبيين، بعد أن ظل بيت المقدس أسيراً مدة طويلة.

(٢٥ من ربيع الآخر ٩٤٥هـ = ٢٠ من سبتمبر ١٥٣٨م)

العثمانيون بقيادة سليمان باشا يرفعون حصارهم الذي استمر (٢٠) يوما عن القلعة التي يتحصن فيها الجنود البرتغاليون في جزيرة ديو في المحيط الهندي، وكان العثمانيون يهدفون من معاركهم ضد البرتغال في المحيط الهندي إلى إنهاء مظالم البرتغاليين في منطقة الهند، وتأمين طرق التجارة الإسلامية التي يهددها البرتغاليون.

(٢٦ ربيع الآخر ١٣٣٩هـ = ٦ يناير ١٩٢١م)

تأسيس الجيش العراقي، في أثناء الانتداب البريطاني على العراق، وتكون هذا الجيش من (١٥٠٠) جندي، وكان الفريق "جعفر العسكري" أول من تولى وزارة الدفاع العراقية، واستمر هذا الجيش قائما حتى ألغاه الاحتلال الأمريكي في مايو (٢٠٠٣م).

(٢٧ من ربيع الآخر ١٣٧٢هـ = ١٣ من يناير ١٩٥٣م)

انتخاب الماريشال يوسيب بروز تيتو رئيسا ليوغسلافيا بعد إقرار دستور جديد للبلاد، وقد برز تيتو في أثناء الحرب العالمية الثانية، حيث قاد قوات المقاومة اليوغسلافية ضد الألمان، وتولى رئاسة الوزراء عام (١٩٤٥م)، واتخذ سياسة مناهضة للاتحاد السوفيتي ثم كان من زعماء حركة عدم الانحياز.

(٢٨ من ربيع الآخر ١٣٩٤هـ = ٢٠ من مايو ١٩٧٤م)

انضمام جمهورية الصومال إلى جامعة الدول العربية، وقد

استقلت أرض الصومال عن الإدارة الإيطالية في (١ يوليو ١٩٦٠م)،
واتحدت المنطقتان في (٢٦ يونيو ١٩٦٠م)، وشكلتا الجمهورية
الصومالية، وحصلت على عضوية الأمم المتحدة في (٢٠/٩/١٩٦٠م).

(٢٩ من ربيع الآخر ١٣٥٦هـ = ٩ من يوليو ١٩٣٧م)

توقيع ميثاق عدم اعتداء بين كل من تركيا والعراق وإيران
وأفغانستان، وهو بمثابة ميثاق شرفي لا ينطوي على التزامات بين تلك
الدول الإسلامية التي تستطيع أن تقدم مساعدات فعالة ضد الدول
ذات الأطماع الاستعمارية.

(نهاية ربيع الآخر ١٢٠٦هـ = ٢٤ من يوليو ١٨٩٢م)

وفاة الإمام المجدد العظيم "محمد بن عبد الوهاب - رحمه
الله -"، أحد قادة الإصلاح الإسلامي في القرن الثاني الهجري، وقد
قاد دعوة إصلاحية لمحاربة البدع والعودة إلى التوحيد الخاص، وترك
مؤلفات كثيرة. وُلد "محمد بن عبد الوهاب بن داود" سنة (١١١٥هـ
= ١٧٦٢م) في "العينينة" من بلاد "نجد"، ونشأ بها، وحفظ القرآن،
وتلقى العلم عن أبيه الذي تولى القضاء في بلدان العارض في أقاليم
نجد، منذ سنة (١١٣٩هـ = ١٧٢٦م) وحتى وفاته سنة (١١٥٣هـ =
١٧٤٠).

«شهر جمادى الأولى»

(١ من جمادى الأولى ١٤١٧هـ = ١٤ من سبتمبر ١٩٩٦م)

فوز "علي عزت بيجوفيتش" في الانتخابات التي أجريت في البوسنة والهرسك بعد الحرب الدامية التي اشتعلت بين المسلمين والصرب، وتولى على إثرها الرئاسة.

(٢ من جمادى الأولى ٣هـ = ٢١ من أكتوبر ٦٢٤م)

سرية "زيد بن حارثة --رضي الله عنه--"، أرسلها النبي ﷺ لاعتراض قافلة لقريش، فالتقت بها عند ماء يُسمى "القردة"، وأصاب المسلمون العير، وكانت أول غنيمة قيمة يغنمها المسلمون.

(٣ جمادى الأولى ١٢٩٩هـ = مارس ١٨٨٢م)

مولد العالم الجليل محمد فؤاد عبد الباقي، صاحب المؤلفات المعروفة، والتحقيقات والفهارس الجيدة في السنة النبوية، ومن أشهر أعماله: المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، وجامع مسانيد صحيح البخاري، وترجمة المعجم المفهرس لألفاظ الحديث النبوي.

(٤ من جمادى الأولى ١٣٥٠هـ = ١٦ من سبتمبر ١٩٣١م)

استشهاد عمر المختار - رحمه الله - الذي قاد حركة الجهاد الإسلامي في ليبيا ضد الاحتلال الإيطالي الغاشم الذي استولى على ليبيا سنة (١٣٢٩هـ - ١٩١٠م).

(٥ من جمادى الأولى ١٤٠٤هـ = ٧ من فبراير ١٩٨٤م)

الرئيس الأمريكي رونالد ريجان يعلن سحب قوات مشاة البحرية الأمريكية "المارينز" من الأراضي اللبنانية إلى السفن الراسية على الشواطئ اللبنانية، بعد تفجير مقر المارينز في بيروت راح ضحيتها أكثر من مائتي جندي أمريكي.

(٦ من جمادى الأولى ١٤٢٦هـ = ١٣ من يونيو ٢٠٠٥م)

إعادة تعيين د. محمد البرادعي مديراً لوكالة الطاقة الذرية التابعة للأمم المتحدة على الرغم من محاولات واشنطن لاستبعاده. ويدير البرادعي الوكالة الدولية للطاقة الذرية منذ عام (١٩٩٧م).

(٧ من جمادى الأولى ١٤١٣هـ = ٣ من نوفمبر ١٩٩٢م)

انتخاب بيل كلينتون لرئاسة الولايات المتحدة الأمريكية، بعد فترة حكم الرئيس جورج بوش الأب، وقد استمر كلينتون فترتين رئاستين (١٩٩٢-٢٠٠٠م)، وهو يعد أول رئيس من الحزب الديمقراطي يعاد انتخابه منذ فترة حكم فرانكلين روزفلت.

(الإثنين ٨ من جمادى الأولى ١٤٣٢هـ = ١١ من أبريل ٢٠١١م)

مثل الرئيس المصري محمد حسني مبارك أمام النائب العام برفقة نجليه علاء وجمال للتحقيق معهم في أرصدهم خارج البلاد، وتضخم ثروتهم، بالإضافة إلى التسبب في مقتل المئات من المتظاهرين، حيث تزامن قرار النائب العام باستدعاء مبارك ونجليه للتحقيق معهم

مع الكلمة التي ألقاها مبارك عبر شاشات قناة العربية، والتي أكد فيها أنه لا يمتلك أى أرصدة خارج مصر، وأن نجليه فوق كل الشبهات، عاقدا العزم على مقاضاة كل وسائل الإعلام التي أساءت لأسرته.

واستمرت الصحف فى زف العديد من الأخبار السارة التي كانت بردا وسلاما على قرائها وكان أبرزها حبس رئيس الوزراء السابق أحمد نظيف (١٥) يوما على ذمة التحقيقات فى قضية اللوحات المعدنية، وحبس أحد رموز الحزب الوطنى إبراهيم كامل (١٥) يوماً أيضاً، لاتهامه بالتورط فى أعمال الشغب التي شهدتها ميدان التحرير، ليستقبل السجن عناصر جديدة من رموز النظام القديم التي أفسدت الحياة السياسية فى مصر، حيث بات الفريق شبه مكتملا داخل السجن، ولم يتبق سوى وصول رئيسهم، بعد التحقيق معه أمام النائب العام.

(٩ من جمادى الأولى ١٤٢٥هـ = ٢٦ من يونيو ٢٠٠٤م)

قوات الاحتلال الإسرائيلي تقتل (٩) فلسطينيين بينهم نايف أبو شرخ قائد كتائب شهداء الأقصى التابعة لحركة فتح خلال عملية اجتياح لمدينة نابلس بالضفة الغربية استمرت (٣) أيام.

(١٠ من جمادى الأولى ١٤٢٥هـ = ٢٧ من يونيو ٢٠٠٤م)

مقتل جندي إسرائيلي وإصابة ٥ آخرين في عملية نوعية لكتائب عز الدين القسام الجناح العسكري لحركة حماس للمقاومة الفلسطينية،

حيث فجرت موقعاً عسكرياً إسرائيلياً حصيناً عند مفترق المطاحن
"كوسوفيم" عن طريق نفق يصل إلى أسفل الموقع الإسرائيلي.

(١١ من جمادى الأولى ١٥٠هـ = ١٤ من يونيو ٧٦٧م)

وفاة النعمان بن ثابت بن النعمان، المعروف بأبي حنيفة، أحد
الأئمة الأربعة ومؤسس المذهب الحنفي، ولد في الكوفة وبها نشأ وتعلم،
آلت إليه رئاسة الفقه في الكوفة بعد وفاة شيخه، وكان له تلاميذ نجباء
دونوا المذهب، وعملوا على نشره وذيوعه.

(١٢ من جمادى الأولى ١١٨٨هـ = ٢١ من يوليو ١٧٧٤م)

توقيع معاهدة كيتشك كاينجاري بين روسيا والدولة العثمانية،
فقدت بمقتضاها الدولة كثيراً من هيبتها بوصفها دولة عالمية، وكانت
بداية الطريق لاضمحلال الدولة العثمانية والسير في طريق الضعف
والانحلال.

(١٣ من جمادى الأولى ١١٥٠هـ = ٩ من سبتمبر ١٧٢٧م)

القائد العثماني عوض محمد باشا ينتصر على الجيش الألماني
في معركة "فيدان" على الجبهة الصربية، وقد قتل من الألمان (٦) آلاف
جندي.

(١٤ من جمادى الأولى ٧٣هـ = ١ من أكتوبر ٦٩٥م)

وفاة الصحابي الجليل عبد الله بن الزبير بن العوام --رضي الله
عنه-- ، أول مولود للمسلمين في المدينة المنورة.

(١٥ من جمادى الأولى ١٢٢٩هـ = ٤ من مايو ١٨١٤م)

نفي نابليون بونابرت إلى جزيرة "ألبا" الواقعة على طريق الساحل الشمالي لإيطاليا (١٠٠) يوم، وبعد عودته إلى حكم فرنسا تعرض لهزيمة قاسية في معركة "ووترلو" أمام البريطانيين، فنفي إلى جزيرة "سانت هيلانة" حيث توفي عام (١٨٢١م).

(١٦ من جمادى الأولى ١٣٦٤هـ = ٢٨ من إبريل ١٩٤٥م)

إعدام الزعيم الإيطالي "بينيتو موسوليني" رمياً بالرصاص، بعد قيادته الخاسرة لإيطاليا في الحرب العالمية الثانية، كان يلقب بـ "الدوتشي" أي الزعيم، وحكم إيطاليا في الفترة الممتدة من (١٩٢٢) حتى (١٩٤٣م).

(١٧ من جمادى الأولى ١٣٥١هـ = ١٨ من سبتمبر ١٩٣٢م)

نجاح الملك عبد العزيز بن آل سعود في ضم أجزاء كبيرة من شبه الجزيرة العربية ضمت الحجاز ونجد والإحساء وغيرها، والقضاء على الثورات، الأمر الذي مكنه من إعلان اسم المملكة العربية السعودية، وأصبح هو أول ملك لها.

(١٨ من جمادى الأولى ١٣٢٣هـ = ٢١ من يوليو ١٨٠٥م)

السلطان العثماني عبد الحميد الثاني يتعرض لمحاولة اغتيال فاشلة دبرها الأرمن في أثناء خروج السلطان من المسجد وركوبه عربته السلطانية، وعرف بـ "حادث القنبلة".

(١٩ من جمادى الأولى ٩١١هـ = ٢٠ من أكتوبر ١٥٠٥م)

وفاة العلامة الموسوعي جلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر، المعروف بـ "جلال الدين السيوطي" أحد أعلام الفقه والحديث في القرنين التاسع والعاشر والهجريين، عرف في التاريخ الثقافى بموسوعاته المتعددة، ومن أشهرها: جمع الجوامع، وحسن المحاضرة، وبغية الوعاة، والأشباه والنظائر.

(٢٠ من جمادى الأولى ٨٥٧هـ = ٢٩ من مايو ١٤٥٣م)

فتح العثمانيون بقيادة "محمد الفاتح" مدينة القسطنطينية بعد أن تعددت المحاولات لفتحها منذ عهد "معاوية بن أبي سفيان" وقد ظلت القسطنطينية عاصمة الدولة البيزنطية ألفا ومائة وخمسة وعشرين عاماً إلى أن سقطت في أيدي العثمانيين، وكان لسقوطها دوي هائل في أوروبا.

(٢١ من جمادى الأولى ٦٩٠هـ = ٢١ من مايو ١٢٩١م)

استرداد المسلمين مدينة صيدا بقيادة "الأشرف قلاوون" من أيدي الصليبيين بعد استرداد عكا، وبذلك قضى على الوجود الصليبي تماماً بالشام، بعد أن ظل نحو مائتي عام.

(٢٢ من جمادى الأولى ١٠١٠هـ = ١٨ من نوفمبر ١٦٠١م)

الجيش العثماني بقيادة حسن باشا ينتصر على جيش ألماني ضخم مكون من مائة ألف جندي، ويحوز غالبية مهمات الجيش الألماني

الذي كان يحاصر العثمانيين لمدة (٦٩) يوماً في "قانيجة" القريبة من يوغسلافيا حالياً. ويعدّ هذا الانتصار من الانتصارات الكبرى التي حققها العثمانيون رغم قلة عدد جيشهم.

(٢٣ من جمادى الأولى ١٢٥٧هـ = ١٣ من يوليو ١٨٤١م)

تركيا وانجلترا وفرنسا وروسيا والنمسا وبروسيا توقع "معاهدة المضائق" التي نصت على أنه لا يجوز لأي دولة غير تركيا وروسيا اللتين تملكان سواحل في البحر الأسود؛ إبقاء أي سفينة حربية في هذا البحر، وقد أبطلت هذه المعاهدة بشكل كامل معاهدة "اتفاقية رصيف هنكار".

(٢٤ من جمادى الأولى ٣٥٩هـ = ٤ من إبريل ٩٧٠م)

بدأ العمل في إنشاء الجامع الأزهر تحت رعاية جوهر الصقلي، ولما تم تشييده افتتح للصلاة في (رمضان ٣٦١هـ = يونيو ٩٧٢م)، حيث أقيمت فيه أول جمعة، وبذلك يعد الجامع الأزهر أول عمل معماري بقيمه الفاطميون في مصر.

(٢٥ من جمادى الأولى ١٠٨٣هـ = ١٨ من سبتمبر ١٦٨٢م)

عقد اتفاق للصلح عرف بـ "معاهدة بوزاكس" بين الدولة العثمانية وبولونيا، بعد معارك حامية بينهما، وبمقتضى هذه المعاهدة وافق ملك بولونيا على ترك بعض أملاك دولته للعثمانيين، ودفع جزية سنوية كبيرة.

(٢٦ من جمادى الأولى ١٣٦٤هـ = ٨ من مايو ١٩٤٥م)

فرنسا ترتكب مذابح رهيبة في الجزائر قتل فيها الآلاف من المواطنين، وكانت تلك الأحداث سبباً هاماً في اشتعال الثورة الجزائرية.

(٢٧ من جمادى الأولى ١٣هـ = ٣ من يوليو ٦٣٤م)

نشوب معركة أجنادين بين المسلمين بقيادة خالد بن الوليد والروم بقيادة القبقلار، وانتصر المسلمون في هذه المعركة، وانفتح لهم الطريق لاستكمال فتح الشام.

(٢٨ من جمادى الأولى ١٣٧٠هـ = ٦ من مارس ١٩٥١م)

صدور القانون التركي الخاص بإنشاء مدارس الأئمة والخطباء التي لعبت دوراً في الحفاظ على تواجد العلم الشرعي والعاطفة الإسلامية، وتخرج فيها مجموعة من أعلام تركيا على رأسهم رجب طيب أردوغان.

(٢٩ من جمادى الأولى ١٤٢٦هـ = ٦ من يوليو ٢٠٠٥م)

إجازة البرلمان السوداني مشروع الدستور الانتقالي الذي سيحكم الفترة الانتقالية خلال ست سنوات. ينص الدستور على قيام انتخابات عامة في البلاد في مدة لا تتجاوز ٤ سنوات من الفترة الانتقالية، كما ينص على استفتاء لتقرير مصير الجنوبيين في نهاية هذه الفترة. جاء ذلك بعد توقيع اتفاق مبدئي لمفاوضات السلام بين الحكومة وحركتي التمرد بدارفور.

(٣٠ من جمادى الأولى ١٠٨٤هـ = ١٢ من سبتمبر ١٦٧٣م)

الدول الأوربية تعلن الحرب على الدولة العثمانية، واستمرت هذه الحرب حتى عام (١٦٨٦م)، وعرفت هذه السنوات في التاريخ العثماني بسنوات المصيبة. وكان هدف الائتلاف المقدس الأوربي هو إخراج المسلمين الأتراك من أوربا إلى آسيا، وأطلق البابا على هذه الحرب "الحملة الصليبية (١٤) ضد الأتراك".

«شهر جمادى الآخر»

(١ من جمادى الآخرة ١٣٧٥هـ = يناير ١٩٥٨م)

الفرنسي جان دوبياس مدير التعليم الثانوي في تونس يعد خطة من ستين صفحة سميت مشروع إصلاح التعليم بتونس، دعا فيها إلى إلغاء التعليم الأصلي الديني (الإسلامي) على وصف أنه مكلف! - والعياذ بالله -.

(٢ من جمادى الآخرة ٦٨٩هـ = ١٣ من يونيو ١٢٩٠م)

قيام الدولة الخلجية في الهند على أنقاض الدولة الغورية، وقام الخلجيون في الفترة القصيرة التي حكموا فيها - وهي نحو ثلاثين عاماً - بجلائل الأعمال؛ فنشروا الإسلام في "شبه القارة الهندية" كلها، وردُّوا الخطر المغولي الذي كان يتهدد الهند.

(٣ من جمادى الآخرة ١٩٣هـ = ٢٤ من مارس ١٨٠٩م)

وفاة الخليفة العباسي "هارون الرشيد بن محمد المهدي"، وتولي ابنه الأمين الخلافة من بعده، وهو الخليفة السادس في سلسلة خلفاء الدولة العباسية.

(٤ من جمادى الآخرة ٨٨٥هـ = ١١ من أغسطس ١٤٨٠م)

نجاح السلطان العثماني محمد الفاتح في فتح مدينة "أوترانت" الإيطالية، وكان في عزمه أن يتخذ من تلك المدينة قاعدة للزحف منها شمالاً؛ حتى يصل إلى روما، فيفتحها كما فتح القسطنطينية من قبل، لكن المنية عاجلته، فتوفي في ٤ من ربيع الأول (٨٨٦هـ) = (٣) من مايو (١٤٨١م).

(٥ من جمادى الآخرة ١٣٢٤هـ = ١٣ من يونيو ١٩٠٦م)

وقوع الحادثة المشهورة في تاريخ مصر الحديث بحدائه "دنشواي"؛ حيث حدث اشتباك بين ضباط إنجلترا كانوا يقومون بالصيد وأهالي قرية "دنشواي" بمحافظة "المنوفية"، وهو ما أدى إلى مقتل سيدة مصرية ففر الجنود الإنجليز، وطاردتهم بعض المصريين فأصيب جندي إنجليزي بضربة شمس أدت إلى وفاته، وقد أثارت هذه الحادثة غضب المحتل الإنجليزي في مصر فعمد محاكمة ظالمة، حكمت على بعض الأهالي المتهمين بالقتل، وبعضهم الآخر بالسجن.

(٦ من جمادى الآخرة ١٣٦٧هـ = ١٤ من إبريل ١٩٤٨م)

عصابات الهاجانة الصهيونية ترتكب مجزرة قرية ناصر الدين
قضاء طبريا بفلسطين حيث قتلت ٥٠ فلسطينياً من أصل ٩٠ هم سكان
القرية.

(٧ من جمادى الآخرة ٦٥١هـ = ١ من سبتمبر ١٢١٨م)

وفاة الملك العادل الأيوبي أخي صلاح الدين الأيوبي، الذي تولى
بعد موته الأردن والكرك والجزيرة دويا بكر.

(٨ من جمادى الآخرة ١٣٦٨هـ = ٨ من مارس ١٩٤٩م)

تشكيل أول حكومة إسرائيلية برئاسة ديفيد بن جوريون، بعد
إعلان قيام إسرائيل عام (١٩٤٨م).

(٩ من جمادى الآخرة ٥٤٤هـ = ١٤ من أكتوبر ١١٤٩م)

وفاة أبي الفضل عياض بن موسى اليحصبي السبتي، المعروف
بـ"القاضي عياض"، أحد أئمة العلم في القرنين الخامس والسادس
الهجرتين، وصاحب المؤلفات العظيمة في الفقه والحديث والتاريخ من
أشهرها: "مشارك الأنوار" و"الإمعا" وترتيب المدارك".

(١٠ من جمادى الآخرة ٦٤٠هـ = ٥ من ديسمبر ١٢٤٢م)

وفاة الخليفة العباسي "المنتصر بالله"، الخليفة السادس
والثلاثين في سلسلة خلفاء الدولة العباسية، وتولية ابنه "أبي أحمد عبد
الله المستعصم بالله" آخر خلفاء بني العباس، قتل على يد هولاء سنة

(٦٥٦هـ = ١٢٥٨م).

(١١ من جمادى الآخرة ٩٥٨هـ = ١٦ من يناير ١٥٥١م)

الأسطول العثماني يستولي على جزيرة مالطا ويقوم بتخريبها، وكانت مالطا من القواعد العسكرية البحرية المزعجة للمسلمين في البحر المتوسط، حيث تضم عدداً من الفرسان الصليبيين المتعصبين ضد الإسلام.

(١٢ من جمادى الآخرة ٩٣٣هـ = ١٦ من مارس ١٥٢٧م)

السلطان المسلم بابر شاه ينتصر على جيش هندوسي ضخم مكون من مائة ألف جندي، وألف فيل مدرب على القتال، ويحصل على لقب "غازي"، الذي يعد لقباً شرفياً لجهوده في الجهاد ونصرة الإسلام. وبابر شاه من سلالة تيمور التي حكمت في الهند ثلاثة قرون.

(١٣ من جمادى الآخرة ١٣٥١هـ = ١٤ من أكتوبر ١٩٣٢م)

وفاة "أحمد شوقي" أمير شعراء العربية. ولد بالقاهرة، وبها نشأ وتعلّم، ودرس الحقوق في فرنسا، وتزود بثقافة عربية واسعة، وارتقى بالشعر العربي إلى آفاق فسيحة، وأدخل فيه فن المسرحية الشعرية لأول مرة.

(١٤ من جمادى الآخرة ٥٠٥هـ = ١٨ من ديسمبر ١١١١م)

وفاة الفقيه الأصولي الكبير أبي حامد محمد بن أحمد، المعروف بأبي حامد الغزالي، الملقب بحجة الإسلام، برع في الفقه والأصول والتصوف وعلم الكلام، وترك مؤلفات عظيمة ذات شأن، ومن أهمها إحياء علوم الدين، والوسيط في الفقه، والمستصفى في الأصول، وتهافت

الفلاسفة.

(١٥ من جمادى الآخرة ٩٦هـ = ٢٥ من فبراير ٧١٥م)

وفاة الخليفة الأموي الوليد بن عبد الملك، الخليفة السادس في سلسلة خلفاء بني أمية، وقد تميز عصره بالاستقرار، واستكمال الفتوحات الإسلامية في الشرق والغرب، وازدهار العمران وتوفير الخدمات للناس.

(١٦ من جمادى الآخرة ١٣هـ = ١٨ من أغسطس ٦٣٤م)

نشوب معركة "مرج الصقر" بين الروم والمسلمين بقيادة خالد بن سعيد، وذلك في بدايات فتح المسلمين لبلاد الشام، وانتهت المعركة بانتصار الروم؛ الأمر الذي جعل الصديق أبا بكر-رضي الله عنه- يبعث بأربعة جيوش لفتح الشام.

(١٧ من جمادى الآخرة ١٣٨٢هـ = ١٤ من نوفمبر ١٩٦٢م)

الحكومة الإثيوبية تصدر قراراً باحتلال إريتريا عسكرياً وضمها على أملاكها الرسمية، وتعارض هذا القرار مع قرار الأمم المتحدة الصادر في (٢) يناير (١٩٥٠) بشأن إقامة اتحاد لا مركزي بين الحبشة وإريتريا.

(١٨ من جمادى الآخرة ١٣٢هـ = ٢٩ من يوليو ١٩٠٧م)

- الدولة العثمانية تعقد معاهدة إستانبول مع البندقية، حيث دفعت البندقية بمقتضاها حوالي (٣٠٠) ألف ليرة ذهبية للعثمانيين كغرامة حرب، وقد حالت هذه المعاهدة دون انضمام البندقية إلى الإمبراطور الألماني شارل - كوينت، الذي كان في حرب مع العثمانيين

في أثناء تلك الفترة.

- مجلس الوزراء المصري يصدر قرارا بإنشاء المتحف الزراعي المصري بسراي الأميرة فاطمة إسماعيل التي وهبتها للجامعة المصرية عام (١٩٠٨م)، وقد افتتح هذا المتحف في (١٦) يناير (١٩٣٨م) في عهد الملك فاروق، ويعد هذا المتحف أول متحف زراعي في العالم، وتبلغ مساحته حوالي (٣٠) فدان.

- اغتيال رئيس الوزراء السويدي "أولوف بالمه" في أحد شوارع ستوكهولم، و"بالمه" كان مؤيداً للمشروع العربي بانسحاب إسرائيل إلى حدود عام (١٩٦٧م)، ويطالب بالاعتراف بمنظمة التحرير الفلسطينية، ولم يعرف قاتل "بالمه"، وهو ما يلقي بظلال حول الأيدي الصهيونية في هذا الاغتيال.

(١٩ من جمادى الآخرة ١٣٤٦هـ = ١٤ من ديسمبر ١٩٢٧م)

توقيع العراق لمعاهدة مع إنجلترا، تضمنت الاعتراف باستقلال العراق، والوعد بتأييد انضمام العراق إلى عصبة الأمم المتحدة في سنة (١٩٣٢م)، وفي مقابل ذلك تمنح العراق إنجلترا ثلاث قواعد جوية جديدة، وأن يقوم الضباط الإنجليز بتدريب الجيش.

(٢٠ من جمادى الآخرة ١٤٠٨هـ = ٨ من فبراير ١٩٨٨م)

الاتحاد السوفيتي يقرر الانسحاب من أفغانستان التي احتلها عام (١٩٧٩م)، بعد مفاوضات مع الحكومة الأفغانية، وبدأ الانسحاب السوفيتي الفعلي في (١٥/٥/١٩٨٨م).

(٢١ من جمادى الآخرة ١٣هـ = ٢٣ من أغسطس ٦٣٢م)

وفاة أبي بكر الصديق --رضي الله عنه-- صاحب رسول الله ﷺ، شهد المغازي كلها معه، وأزر الدعوة بماله ونفسه، وتولى الخلافة بعده، وقمع فتنة المرتدين، وأرسى قواعد الدولة، وقام بالفتوح في الشام والعراق، وجمع القرآن.

(٢٢ من جمادى الآخرة ١٣هـ = ٢٤ من أغسطس ٦٣٢م)

تولية أمير المؤمنين "عمر بن الخطاب" --رضي الله عنه-- " خلافة المسلمين بعد وفاة "أبي بكر الصديق" --رضي الله عنه--، " قد استمرت خلافته نحو عشر سنوات.

(٢٣ من جمادى الآخرة ١٣٤٤هـ = ٨ من يناير ١٩٢٦م)

تتصيب الملك "عبد العزيز آل سعود" ملكاً على الحجاز في الحرم المكي، وأصبح يتلقب بملك الحجاز ونجد، بعد أن كان لقبه "سلطان نجد".

(٢٤ من جمادى الآخرة ٩٤١هـ = ١ من ديسمبر ١٥٣٤م)

نجاح العثمانيين بقيادة السلطان سليمان القانوني في فتح مدينة بغداد، وضمها إلى دولته، وكانت في يد الدولة الصفوية، ولم يجد السلطان العثماني عناء في فتحها بعد أن غارتها حامية الشاه طهماسب.

(٢٥ من جمادى الآخرة ٦٧٤هـ = ٥ من أكتوبر ١٢٤٩م)

وفاة أبي زكريا يحيى بن أبي محمد عبد الواحد بن أبي حفص، المعروف بأبي زكريا الحفصي، مؤسس الدولة الحفصية التي قامت في تونس وضمت الجزائر، وقد ظلت الدولة الحفصية قائمة أكثر من ثلاثة قرون، حتى سقطت في أيدي الدولة العثمانية.

(٢٦ من جمادى الآخرة ١٢٨٦هـ = ٢ من أكتوبر ١٨٦٩م)

مولد الزعيم الهندي المهاتما غاندي قائد حركة التحرير السلمي ضد الإنجليز.

(٢٧ من جمادى الآخرة ١٣٣٨هـ = ١٧ من مارس ١٩٢٠م)

مولد الشيخ مجيب الرحمن مؤسس دولة بنجلاديش، الذي استطاع بعد نشوب حرب أهلية شرسة بين شطري باكستان الغربي والشرقي أن ينفصل بالشاطر الشرقي، ويعلن قيام دولته التي عانت من مشاكل سياسية واجتماعية واقتصادية، وانتهى الأمر بمقتله في العام الذي تولى فيه رئاسة الدولة.

(٢٨ من جمادى الآخرة ١٤٥٦هـ = ٣ من أغسطس ٢٠٠٥م)

قيام الحرس الرئاسي بموريتانيا بانقلاب عسكري والسيطرة على المنشآت الحيوية في العاصمة نواكشوط، في في أثناء في وجود الرئيس معاوية ولد سيد أحمد الطايح خارج البلاد للمشاركة في جنازة الملك فهد. يشار إلى أن موريتانيا شهدت عدة محاولات انقلابية على

الرئيس ولد الطابع في العامين الماضيين ولكنها أحبطت جميعها.

(٢٩ من جمادى الآخرة ١٢٤٨هـ = ٢٢ نوفمبر ١٨٣٢م)

مبايعة عبد القادر الجزائري بإمارة الجهاد، ودخوله مدينة تلمسان بعد التفاف المجاهدين حوله.

(٣٠ من جمادى الآخرة ١٤٠٠هـ = ١٣ من يونيو ١٩٨٠م)

اغتيال عالم الذرة المصري "يحيى المشد" في باريس، وكان "المشد" هو المشرف على المشروع النووي العراقي، وهو من مواليد الإسكندرية سنة (١٩٣٢م)، وكان من العلماء المعدودين في هندسة المفاعلات النووية على مستوى العالم.

«شهر رجب»

(١ من رجب ٤٦٣هـ = ٤ من إبريل ١٠٧١م)

وفاة أبي الوليد أحمد بن عبد الله بن أحمد المعروف بـ "ابن زيدون" الشاعر الأندلسي الكبير، ولد في قرطبة ونشأ بها، وتولى الوزارة أكثر من مرة، له ديوان شعر، ورسائل أدبية.

(٢ من رجب ١٣٦٧هـ = ١٠ من مايو ١٩٤٨م)

عصابات الهاجانا (عصابات من اليهود البدو) والأرغون وشتين ترتكب مجزرة دير ياسين قضاء القدس، حيث داهمت الساعة الثانية فجرا قرية دير ياسين، وشرعت بقتل كل من وقع في مرمى أسلحتهم.

ومن ثم تم إلقاء القنابل داخل المنازل لتدميرها على من فيها، وبلغ عدد المدنيين الذين قتلوا فيها (٢٦٠) شهيداً، معظمهم من الشيوخ والنساء والأطفال، ودمرت القرية ولم يبق منها سوى الأطلال.

(٣ من رجب ١٤٢٦هـ = ٨ أغسطس ٢٠٠٥م)

وفاة الداعية الإسلامي الشيخ أحمد ديدات عن عمر يناهز ٨٧ عاماً بمنزله في جنوب أفريقيا. ولد ديدات في (٢٢ من رمضان ١٣٣٦هـ) في مقاطعة سورات الهندية، ثم انتقل إلى جنوب أفريقيا، اشتهر بمناظراته الدينية التي أسلم بسببها الكثيرون، وأعاد الكثيرين من المرتدين عن الإسلام، من أهم كتبه: الاختيار بين الإسلام والمسيحية، وهل الكتاب المقدس كلام الله؟، والقرآن معجزة المعجزات.

(٤ من رجب ١٤٢هـ = ١٤ من سبتمبر ٦٢٣م)

فتح المسلمين لمدينة الأنبار بقيادة خالد بن الوليد --رضي الله عنه--، بعد أن تم له فتح الحيرة، وذلك في جبهة فارس التي تولى فتحها بعد معركة اليمامة في حروب الردة.

(٥ من رجب ١٥هـ = ١٢ من أغسطس ٦٢٦م)

نشوب معركة اليرموك بين المسلمين بقيادة "خالد بن الوليد --رضي الله عنه--" وجموع الروم في وادي اليرموك. وقد كانت معركة هائلة انتصر فيها المسلمون.

(٦ من رجب ٧٨٢هـ = ٣١ من يناير ١٤٦٨م)

ولاية الأشرف قايتباي الحكم في مصر، وهو يعد من أبرز سلاطين دولة المماليك البرجية، وقد دامت فترة ولايته (٢٩) عاماً وترك منشآت عظيمة، من أشهرها قلعة قايتباي بالإسكندرية.

(٧ من رجب ٩٨٦هـ = ٩ من سبتمبر ١٥٧٨م)

العثمانيون ينتصرون على الصفويين في معركة "قويون كجدي"، وقتل من الصفويين في هذه المعركة (٥) آلاف جندي، وهو ما مهد السبيل لسيطرة العثمانيين على شيروان (أذربيجان حالياً).

(٨ من رجب ١٣٨٥هـ = ٢ من نوفمبر ١٩٦٥م)

تولى الملك فيصل بن عبد العزيز آل سعود عرش المملكة العربية السعودية خلفاً لأخيه الملك سعود الذي تنازل عن العرش لأخيه، وكان الملك فيصل قد تولى ولاية العهد سنة ١٩٥٣م، وقد كان في فترة حكمه وقبلها أيضاً ناصراً وداعماً لكل القضايا الإسلامية.

(٩ من رجب ١٣٠٥هـ = ٢٢ من مارس ١٨٨٨م)

الدولة العثمانية تنزل إلى البحر الفواصة "عبد الحميد"، وكان اسمها "تحت البحر"، وأدخلتها للخدمة ضمن أسطولها الحربي بعد إجراء تجارب الغوص والارتفاع والسير، ثم أدخلت هذه الفواصة "الطوربيدات"، وكانت من أوائل الدول في تدعيم الغواصات بالطوربيدات.

(١٠ من رجب ١٢٣٠ هـ = ٩ من يناير ١٩٦٠ م)

الرئيس المصري الأسبق جمال عبد الناصر يضع حجر الأساس لمشروع السد العالي بأسوان جنوب مصر.

(١١ من رجب ١٢٣٠ هـ = ١٨ من يونيو ١٨١٥ م)

هزيمة القائد الفرنسي الشهير "نابليون بونابرت" في معركة "ووترلو" أمام القائد الإنجليزي "ولنجون" وتعد هذه الهزيمة العسكرية الثانية لنابليون، وكانت هزيمته الأولى أمام الروس سنة (١٨١٢ م)، ونفي نابليون بعد هزيمة "ووترلو" إلى جزيرة "سانت هيلانة" وتوفي بعدها بسنوات قليلة، وما زال سر وفاته لغزا.

(١٢ من رجب ٣٢٢ هـ = ١٦ من فبراير ٦٥٢ م)

وفاة العباس بن عبد المطلب عم النبي ﷺ، وقف إلى جانب النبي في بيعة العقبة، وجاء إلى المدينة قبل فتح مكة، وكان النبي ﷺ يحترمه، وإليه تنسب الدولة العباسية التي حكمت ما يزيد عن خمسة قرون.

(١٣ من رجب ٢٧٩ هـ = ٢ من يناير ٨٩٢ م)

وفاة المحدث الكبير أبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة، المعروف بالترمذي، نسبة إلى ترمذ التي ولد بها، وهي بلدة قرب بلخ، ولد ضريراً، وتفرغ منذ صغره لطلب العلم حتى صار حافظاً معروفاً، اشتهر بكتابه الجامع الصحيح أو سنن الترمذي؛ أحد الكتب الستة المعروفة في الحديث النبوي.

(١٤ من رجب ٦٨٠هـ = ٢٩ من أكتوبر ١٢٨١م)

نشوب معركة حمص بين المسلمين بقيادة المنصور قلاوون سلطان مصر والتتار بقيادة منكوتر، وقد انتصر المسلمون في هذه المعركة انتصاراً هائلاً، وقد أثمر هذا النصر عن ردع المغول وانحسار دولتهم.

(١٥ من رجب ١٣٦٧هـ = ٣١ من مايو ١٩٤٨م)

العصابات الصهيونية ترتكب مجزرة قرية الطنطورة جنوب حيفا بفلسطين حيث شرد الصهاينة سكان القرية، ودمروها كاملة.

(١٦ من رجب ١هـ = ٥ من سبتمبر ٦٣٥م)

نجاح المسلمين بقيادة أبي عبيدة بن الجراح --رضي الله عنه-- ، وخالد بن الوليد --رضي الله عنه-- في فتح مدينة دمشق، بعد حصار شديد دافع فيه الروم عن المدينة، ولكن ذلك لم يمنع من سقوطها وطلبهم الصلح، بعد أن اشتد خالد في الحصار، فأجابهم أبو عبيدة إلى الصلح.

(١٧ من رجب ٧٠٣هـ = ٢٤ من فبراير ١٣٠٤م)

مولد الرحالة المعروف شمس الدين أبي عبد الله محمد بن عبد الله بن محمد، المعروف بابن بطوطة، وهو يعد واحداً من أعظم الرحالة في تاريخ الإنسانية. وقد سجل مشاهداته في كتابه "تحفة النظار في غرائب الأمصار"، وهي المشهورة برحلة ابن بطوطة.

(١٨ من رجب ١٣٨٤ هـ = ٢٣ من نوفمبر ١٩٦٤ م)

وفاة العالم العربي أحمد محمود البطاروي، أحد كبار علماء التشريح في العالم العربي في القرن الرابع عشر الهجري، وعضو مجمع اللغة العربية.

(١٩ من رجب ١٣٣٥ هـ = ١١ من مايو ١٩١٧ م)

نشوء جمهورية شمال القوقاز الفيدرالية، واختيار عبد المجيد تشيرموف أول رئيس لها، واعترف بهذه الدولة عدد من الدول الأوربية، والدولة العثمانية.

(٢٠ من رجب ١٣٩٩ هـ = ١٥ من يونيو ١٩٧٩ م)

الرئيسان الأمريكي "جيمي كارتر" والسوفيتي "ليونيد بريجنيف" يعقدان لقاء قمة، انتهى بتوقيع اتفاقية "سولت - ٢" في فيينا حول الحد من الأسلحة النووية الإستراتيجية، حتى عام (١٩٨٥ م)؛ غير أن الكونجرس الأمريكي لم يصدق على هذه المعاهدة بسبب الغزو السوفيتي لأفغانستان.

(٢١ من رجب ١٤٠٢ هـ = ١٣ من يونيو ١٩٨٢ م)

وفاة الملك "خالد بن عبد العزيز"، الذي تولى الحكم في السعودية بعد وفاة أخيه الملك "فيصل" عام (١٩٧٥ م)، واستمر الملك خالد في الحكم حتى عام (١٩٨٢ م)، وهو من مواليد (١٩١٣ م)، وهو خامس أولاد الملك "عبد العزيز آل سعود".

(٢٢ من رجب ٤٨٤هـ = ٧ من سبتمبر ١٠٩١م)

سقوط دولة المعتمد بن عباد، أشهر ملوك الطوائف التي قامت في الأندلس في القرن الخامس الهجري بعد انهيار الخلافة الأموية، وكان سقوطها على يد يوسف بن تاشفين أمير دولة المرابطين.

(٢٣ من رجب ٧٥١هـ = ٢٦ من سبتمبر ١٣٥٠م)

وفاة العالم الكبير عبد الله محمد بن قيم الجوزية، أحد الأئمة الأعلام في القرن الثامن الهجري، اشتهر بمؤلفاته في الفقه والحديث والتاريخ والتصوف، من أشهرها زاد المعاد في هدي خير العباد، وإعلام الموقعين، والفوائد، ومدارج السالكين والوابل الصيب في الكلم الطيب، والروح.

(٢٤ من رجب ١٠١هـ = ٦ من فبراير ٧٢٠م)

تولى الخليفة الأموي يزيد بن عبد الملك بن مروان مقاليد الدولة الأموية، خلفاً لابن عمه عمر بن عبد العزيز، وهو يعد الخليفة التاسع في سلسلة خلفاء بني أمية.

(٢٥ من رجب ٩٢٢هـ = ٢٤ من أغسطس ١٥١٦م)

نشوب معركة "مرج دابق" المشهورة بين المماليك بقيادة قانصوه الغوري والعثمانيين بقيادة سليم الأول، وانتهت المعركة بانتصار العثمانيين، وسقوط الشام في أيدي العثمانيين الذين وصلوا زحفهم

صوب القاهرة، وأنهوا حكم المماليك، وأصبحت مصر دولة تابعة للدولة العثمانية.

(٢٦ من رجب ١٤١٣ هـ = ٢٠ من يناير ١٩٩٣ م)

بيل كلينتون يصبح رئيساً للولايات المتحدة الأمريكية، وهو الثاني والأربعون في سلسلة رؤسائها، تولى لفترتين، وتعرض لفضيحة نسائية كادت تطيح به خارج البيت الأبيض، على الرغم من تحقيقه زيادة في ميزانية المدفوعات الأمريكية.

(٢٧ من رجب ٥٨٢ هـ = ٢ من أكتوبر ١١٨٧ م)

استرداد المسلمين لبيت المقدس بقيادة الناصر صلاح الدين الأيوبي حيث دخل القدس الشريف، وأدى صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك بعد حوالي (٨٨) عاماً من الاحتلال الصليبي لها. وكان دخول صلاح الدين للقدس بعد انتصاره الباهر في حطين. ولم يفعل القائد المظفر بالصليبيين عند دخوله القدس ما فعل الصليبيون بالمسلمين من قتل ودموية بشعة أثارت اشمئزاز العالم حتى الآن، بل عفا عنهم، وأعطاهم الأمان، ثم الحرية.

(٢٨ من رجب ١٣٠٢ هـ = ١ من مايو ١٨٨٦ م)

أول احتفال بعيد العمال العالمي والذي تحرص غالبية دول العالم على الاحتفال به، وفي الأول من مايو، حيث قرر عمال مدينة شيكاغو الأمريكية تكريسه للمطالبة بيوم عمل لا يتجاوز (٨) ساعات، وتحسين

ظروف العمل. وترك في هذا اليوم أكثر من (٣٥٠) ألف عامل وظائهم،
واندلعت مظاهرات ضخمة سقط فيها عدد من القتلى.

(٢٩ من رجب ١٢٩٧هـ = ٨ من يوليو ١٨٧٩م)

عزل الخديوي إسماعيل عن حكم مصر بفرمان صدر من
السلطان العثماني بإيعاز من بريطانيا وفرنسا، اللتين رأتا في إسماعيل
تهديداً لمصالحهما، سواء على مصالحهما في أفريقيا، أو خوفاً من نمو
الروح الوطنية المصرية بعد انتفاضة إبريل الشهيرة.

(٣٠ من رجب ١٣٧٦هـ = ١ من مارس ١٩٢٧م)

إعلان إسرائيل سحب قواتها من قطاع غزة ومنطقة خليج العقبة،
على افتراض أن حرية المرور ستستمر في خليج العقبة، وأن قوات
الطوارئ التابعة للأمم المتحدة ستدير قطاع غزة حتى يتم الاتفاق على
تسوية سلمية.

«شهر شعبان»

(١ من شعبان ٨٠٣هـ = ٨ من سبتمبر ١١٥٧م)

مولد ريتشارد بن هنري الثاني المعروف بريتشارد قلب الأسد،
أحد ملوك إنجلترا في العصور الوسطى، وأشهر قادة الحملة الصليبية
الثالثة على المشرق الإسلامي.

(٢ من شعبان ٢هـ = ٢٩ من يناير ٦٢٤م)

مولد الصحابي الجليل عبد الله بن الزبير --رضي الله عنه-- ،
أول مولود في الإسلام، نشأ في بيت نبل وشرف، وعلم وحكمة، فأبوه
الصحابي الجليل الزبير بن العوام، وأمّه أسماء بنت أبي بكر الصديق،
وخالته أم المؤمنين عائشة، اشتهر بالشجاعة والإقدام، ودعا لنفسه
بالخلافة بعد وفاة معاوية بن يزيد سنة (٦٤هـ).

(٣ من شعبان ١٣٧٧ هـ = ٢٢ فبراير ١٩٥٨م)

وفاة المصلح الهندي الكبير "أبو الكلام آزاد"، أحد كبار قادة
المسلمين في شبه القارة الهندية، ومن رواد الحركة الوطنية والتحرير
ضد الاحتلال البريطاني.

(٤ شعبان ١٤٠١ هـ = ٦ يونيو ١٩٨١م)

طائرات إف (١٦) الإسرائيلية تقصف المفاعل النووي العراقي
الواقع بالقرب من بغداد، وتحوله إلى ركام خلال ثوان معدودات، وبرر
رئيس الوزراء الإسرائيلي "مناحيم بيغن" هذا الاعتداء بأن العراق
كان يطور أسلحة نووية.

(٥ من شعبان ١٢٠٣ هـ = ٣٠ من إبريل ١٧٨٩م)

جورج واشنطن يتولى رئاسة الولايات المتحدة، وهو أول رئيس
أمريكي، وقاد ثورة التحرير عن بريطانيا والتي انتهت باستقلال
الولايات المتحدة في (٤/٧/١٧٨٦م)، ولد جورج عام (١٧٣٢م)، وحكم

الولايات المتحدة فترتين متتاليتين من (١٧٨٩م)، حتى (١٧٩٧م)،
وتوفي في (١٤/٩/١٧٩٩م).

(٦ شعبان ١٤٠٩هـ = ٢ من إبريل ١٩٨٩م)

وفاة أحمد عبيد أحد رواد النشر في سوريا، وممن قامت على
أكتافهم العناية بالتراث ونشر عيونه في طبعات دقيقة، وقام هو نفسه
بنشر بعض كتب التراث.

(٧ من شعبان ١٢هـ = ١٧ من أكتوبر ٦٣٣م)

خروج أبي عبيدة الجراح --رضي الله عنه-- قائداً على أحد
الجيوش الأربعة التي أرسلها الخليفة أبو بكر الصديق-رضي الله عنه-
لفتح الشام. وأبو عبيدة من السابقين في الإسلام، وشارك مع النبي ﷺ
في غزواته وسراياه، وشارك في الفتوحات الإسلامية في عهد أبي بكر
الصديق وعمر بن الخطاب رضي الله عنهم جميعاً.

(٨ من شعبان ١٣٧٥هـ = ٢٠ من مارس ١٩٥٦م)

تونس تحصل على استقلالها بعد حلقات من الكفاح ومفاوضات
هزيلة أجراها "الحبيب بورقيبة" مع الحكومة الفرنسية في باريس
احتفظت فيها فرنسا ببعض الامتيازات.

(٩ من شعبان ١٤٠٢هـ = ٣ من مايو ١٩٨٢م)

تأسيس الاتحاد الإسلامي لمجاهدي أفغانستان من الفصائل

المختلفة التي تعمل في ميدان الجهاد ضد الاتحاد السوفيتي.

(١٠ من شعبان ١٢هـ = ٢٠ من أكتوبر ٦٣٣م)

معركة الحصيد بين المسلمين بقيادة "القعقاع بن عمرو--رضي الله عنه--" والفرس بقيادة "روزبه"، وانتصار المسلمين، وفرار الفرس بعد مقتل قائدهم.

(١١ من شعبان ١٢هـ = ٢١ من أكتوبر ٦٣٣م)

نشوب معركة "الخنافس" بين المسلمين بقيادة عروة بن الجعد البارقي ونصارى العرب في أثناء الفتح الإسلامي للعراق، وقد انتصر المسلمون في هذه المعركة.

(١٢ من شعبان ٦٧٢هـ = ٢١ من فبراير ١٢٧٤م)

وفاة العالم اللغوي الكبير محمد بن عبد الله بن مالك، المعروف بابن مالك، ولد بالأندلس، وهاجر إلى الشام، واستقر بدمشق، ووضع مؤلفات كثيرة، أشهرها الألفية، التي عرفت باسم "ألفية ابن مالك".

(١٣ من شعبان ١٢٧٤هـ = ٣٠ من مارس ١٨٥٨م)

عزل السلطان بهادر شاه عن الحكم في الهند، وكان آخر سلاطين الدولة الإسلامية التي حكمت الهند، وبغزله انتهى الحكم الإسلامي عن الهند بعد أن استمر فيها ثمانية قرون ونصف قرن.

(١٤ من شعبان ١٢٨٦هـ = ١٩ من نوفمبر ١٨٦٩م)

افتتاح "قناة السويس" التي تربط بين البحر الأبيض والبحر الأحمر أمام الملاحة الدولية، وقد بدأت أعمال الحفر في القناة في (١٨٥٩/٤/٢٤م) وشارك فيها (٦٠) ألف فلاح مصري، وبلغ طول القناة (١٦٢,٥) كم.

(١٥ من شعبان ١٢١٧هـ = ١١ من ديسمبر ١٨٠٣م)

مولد العالم الجليل أبي الثناء شهاب الدين محمود الألوسي، أحد أئمة العلم في القرن الثالث عشر الهجري. وصاحب التفسير المعروف بـ "روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني".

(١٦ من شعبان ١٣٦٢هـ = ١٨ من أغسطس ١٩٤٣م)

سقوط مدينة مسينا، وبسقوطها انتهت مقاومة صقلية التي تعرضت لهجوم كاسح من قبل الحلفاء الولايات المتحدة الأمريكية وبريطانيا وكندا، وقد كلفت هذه الحملة جيوش الحلفاء ما يقدر بنحو (٢٢٠٠) رجل و (٤٢٧) طائرة.

(١٧ من شعبان ١٠٤٨هـ = ٢٤ من ديسمبر ١٦٣٨م)

العثمانيون يستولون على مدينة بغداد بعد (٣٩) يوماً من الحصار، وكان الصفويون الإيرانيون قد استولوا على بغداد سنة (١٦٢٤م)، واستمرت سيطرتهم عليها (١٤) عاماً. وقتل من العثمانيين في هذه المعركة (٥) آلاف جندي وجرح (١٠) آلاف، وقتل من الصفويين (١٠)

ألاف، وظلت بغداد بعد فتح مراد الرابع لها في حوزة العثمانيين حوالي (٢٧٨) عاماً.

(١٨ من شعبان ١٣٨٨ هـ = ٩ من نوفمبر ١٩٦٨ م)

وفاة العالم التونسي الكبير حسن حسني بن صالح بن عبد الوهاب، أحد رواد الإصلاح في تونس، تلقى تعليمه في تونس، واستكماله في باريس، وبعد عودته شغل عدة وظائف إدارية كان له فيها جهود إصلاحية، واشتغل إلى جانب ذلك بالتأليف والتصنيف، وملكاته العلمية اختارته كثير من الجامعات العلمية واللغوية عضواً بها.

(١٩ من شعبان ١٣٨٦ هـ = ٣ من ديسمبر ١٩٦٦ م)

وفاة المؤرخ الكبير عبد الرحمن الرافعي، رائد الدراسات التاريخية في مصر في العصر الحديث، وأحد زعماء الحركة الوطنية بمصر. قدم للدراسات التاريخية سلسلة حول تاريخ مصر، بدءاً من عهد الحملة الفرنسية حتى قيام ثورة (٢٣) يوليو (١٩٥٢ م).

(٢٠ من شعبان ١٣٢٣ هـ = ٢٠ أكتوبر ١٩٠٥ م)

مولد الكاتب الكبير عبد العزيز الإسلامبولي صاحب مجلة المعرفة التي صدرت في القاهرة في النصف الأول من القرن العشرين.

(٢١ من شعبان ٥٥٩ هـ = ١٩ من يوليو ١١٦٤ م)

صلاح الدين الأيوبي يستعيد حمص من يد الصليبيين بعد أن

حاصرها، وافتحتها صار أكثر الشام تحت يده.

(٢٢ من شعبان ٥٨٨هـ = ٢ من سبتمبر ١١٩٢م)

قيام كل من صلاح الدين الأيوبي، وريتشارد قلب الأسد بعقد صلح عرف بصلح الرملة بعد أن فشلت الحملة الصليبية الثالثة في تحقيق أهدافها، واتفق الطرفان على أن يسمح للمسيحيين بالحج إلى بيت المقدس في أمن وأمان، وأن يحكم الصليبيون الساحل الشامي من صور إلى يافا.

(٢٣ من شعبان ١٣هـ = ٢٢ من أكتوبر ٦٣٤م)

نشوب معركة الجسر بين المسلمين بقيادة "أبي عبيدة" --رضي الله عنه-- "والفرس بقيادة الحاجب "بهمن بن جاذوية"، وكانت معركة هائلة استشهد فيها أبو عبيدة، وتولى القيادة المثنى بن حارثة، ولم يوفق المسلمون في تحقيق النصر، وإن أبلوا بلاء حسنا في المعركة.

(٢٤ من شعبان ١٣٥٤هـ = ٢١ من نوفمبر ١٩٣٥م)

وفاة الزعيم الوطني السوري "إبراهيم بن سليمان بن أغا هنانو" المعروف بـ "إبراهيم هنانو". قاد حركة الجهاد الثورية ضد المحتل الفرنسي بعد معركة "ميسلون"، ولد في حلب (١٢٨٦هـ)، وتلقى تعليمه في تركيا، وعمل في الوظائف الإدارية بسوريا، وبعد محاكمته تحول من العمل الثوري إلى العمل السياسي.

(٢٥ من شعبان ١٤٠٦ هـ = ٤ من مايو ١٩٨٦ م)

الزعيم السوداني "الصادق المهدي" يشكل حكومة سودانية جديدة، أطاح بها انقلاب عسكري بقيادة "عمر البشير" في يونيو (١٩٨٩م). والصادق المهدي هو زعيم حزب الأمة السوداني، وإمام الأنصار في السودان.

(٢٦ من شعبان ١٣٨٧ هـ = ٢٩ من نوفمبر ١٩٦٧ م)

القوات البريطانية تتسحب من عدن واليمن الجنوبي بعد تصاعد الانتفاضة الشعبية ضدها.

(٢٧ من شعبان ١٢٦٦ هـ = ٨ من يوليو ١٨٥٠ م)

إعدام علي محمد الشيرازي الملقب بالباب مؤسس فرق البابية المنحرفة.

(٢٨ من شعبان ١٤٠٨ هـ = ١٦ من إبريل ١٩٩٨ م)

وفاة العالم الكبير عبد السلام محمد هارون، شيخ المحققين، وواضع أول كتاب في فن تحقيق التراث. قدم للثقافة العربية عشرات من أمهات الكتب الأدبية واللغوية محققة تحقيقًا دقيقًا، يأتي في مقدمتها: الحيوان للجاحظ، والكتاب لسيبويه، وخزانة الأدب للبغدادي.

(٢٩ من شعبان ١٣٣٤ هـ = ١ من يوليو ١٩١٦ م)

نشوب معركة السوم الأولى بين القوات الفرنسية والبريطانية

ضد القوات الألمانية على جانبي نهر السوم في الجزء الشمالي الغربي من فرنسا، واستمرت هذه المعركة حتى نهاية نوفمبر (١٩١٦م) وتعد من كبرى معارك الحرب العالمية الأولى.

(٣٠ من شعبان ١٤١٥هـ = ١٠ من نوفمبر ١٠٢٤م)

وفاة أبي القاسم عبيد الله بن عبد الله بن الحسين الخفاف المعروف بابن النقيب، أحد أئمة السنة في القرن الخامس الهجري، ولد سنة (٣٠٥هـ)، وعاصر من الخلفاء العباسيين: المقتدر والقاهر والراضي والمتقي والمستكفي والمطيع والطائع والقادر والغالب بالله. ومات عن عمر يناهز (١١٠) سنين.

«شهر رمضان»

(١ من رمضان ١٤٢٥هـ = ١٥ من أكتوبر ٢٠٠٤م)

استشهاد (١١٠) فلسطينيين بينهم (٣٠) طفلاً وإصابة ما يزيد عن (٤٠٠) فلسطيني نصفهم من الأطفال خلال عملية اجتياح واسعة لشمال قطاع غزة استمرت (١٧) يوماً.

(٢ من رمضان ١١٤هـ = ٢٦ من أكتوبر ٧٣٢م)

اشتعال معركة "بلاط الشهداء" بين المسلمين بقيادة "عبد الرحمن الغافقي" والفرنجة بقيادة "شارل مارتل"، وجرت أحداث هذه المعركة في فرنسا في المنطقة الواقعة بين مدينتي "تور" و"بواتييه"،

وقد اشتعلت المعركة مدة عشرة أيام من أواخر شعبان حتى أوائل شهر رمضان، ولم تنته المعركة بانتصار أحد الفريقين، لكن المسلمين انسحبوا بالليل وتركوا ساحة القتال.

(٣ من رمضان ٦٥هـ = ١٤ من نوفمبر ٦٨٣م)

وفاة مروان بن الحكم، مؤسس الدولة الأموية الثانية، صاحب عدد من الإنجازات الحضارية، مثل: ضبط المكابيل، والأوزان. توفى بدمشق سنة (٦٥هـ).

(٤ من رمضان ٩٢٧هـ = ٨ من أغسطس ١٥٢١م)

السلطان العثماني ينجح في فتح مدينة بلغراد التي كانت تعد مفتاح أوروبا الوسطى وصاحبة أقوى قلعة على الحدود المجرية العثمانية. وقد حاصر العثمانيون هذه المدينة ثلاث مرات، سنة (١٤٤١م) و (١٤٥٦م) و (١٤٩٢م)، لكنهم لم يستطيعوا الاستيلاء عليها إلا في عهد القانوني.

(٥ من رمضان ٦٦٦هـ = ١٩ من مايو ١٢٦٨م)

نجاح المسلمين بقيادة بيبرس في استرداد مدينة إنطاكية من يد الصليبيين بعد أن ظلت أسيرة في أيديهم (١٧٠) عاماً، وكان لوقوعها صدى كبير، فقد كانت ثاني إمارة بعد الرها يؤسسها الصليبيون في الشرق سنة (٤٩١هـ = ١٠٩٧م).

(٦ من رمضان ١٣٥٨ هـ = ١٩ من أكتوبر ١٩٣٩ م)

المناضلون الليبيون في الخارج يعقدون اجتماعاً في الإسكندرية يجددون فيه البيعة لمحمد إدريس السنوسي بالإمارة في ليبيا.

(٧ من رمضان ٣٦١ هـ = ٢٢ من يونيو ٩٧١ م)

افتتاح الجامع الأزهر للصلاة بعد أن أتم جوهر الصقلي بناءه في القاهرة العاصمة الجديدة للدولة الفاطمية، وظل منذ ذلك الوقت حتى الآن مركزاً للإشعاع الحضاري في العالم الإسلامي.

(٨ من رمضان ١٣٨٨ هـ = ٢٩ من نوفمبر ١٩٦٨ م)

الحكومة الإندونيسية تمنح المؤسسة الدينية الطاهرية الصفة الرسمية، ومنشئ هذه المؤسسة هو محمد طاهر رجبلي.

(٩ من رمضان ١٣٢٦ هـ = ٥ من أكتوبر ١٩٠٨ م)

القيصر النمساوي فرانتس جوزيف الأول (١٨٣٠ - ١٩١٦ م) يعلن ضم بلاد البوسنة والهرسك ذات الأغلبية المسلمة إلى بلاده بعد (٣٠) عاماً من احتلالها واغتصابها.

(١٠ من رمضان ٨ هـ = ١ من يناير ٦٣٠ م)

قيام الرسول ﷺ وأصحابه بالتحرك لفتح مكة في العام الثامن من الهجرة، الذي سمي بعام الفتح، وكان هذا الفتح تتويجاً لجهود النبي ﷺ في الدعوة، وإيداناً بسيادة الإسلام في شبه الجزيرة العربية.

(١١ من رمضان ٨هـ = ١١ من نوفمبر ١٥٧٨م)

العثمانيون ينتصرون على الصفويين في معركة "شماهي" في القفقاس، وقد خسر الصفويون في هذه المعركة (١٥) ألف قتيل، وجاءت هذه المعركة في إطار حروب طاحنة بين الجانبين للسيطرة على زعامة العالم الإسلامي.

(١٢ من رمضان ٥٩٧هـ = ١٦ من يونيو ١٢٠٠م)

وفاة الإمام "أبو الفرج بن الجوزي" شيخ العراق، وإمام الحديث والفقهاء واللغة والتفسير، وصاحب التصانيف الكثيرة التي بلغت نحو ثلاثمائة مصنف، ومن أبرزها: "المنتظم في تاريخ الملوك والأمم"، و"صفو الصفوة" و"أخبار الأذكياء" وغيرها.

(١٣ من رمضان ١٤٢٥هـ = ٢٧ من أكتوبر ٢٠٠٤م)

وفاة الرئيس الفلسطيني ياسر عرفات، وكانت صحته قد تدهورت ونقل إلى فرنسا، إلا أن الأطباء الفرنسيين لم يتمكنوا من تحديد سبب تدهور صحته، وهو ما رجح فرضية تسميمه، وقد تم إعلان وفاته رسمياً يوم الخميس (١١/١١/٢٠٠٤م).

(١٤ من رمضان ١٣٨٥هـ = ٥ من يناير ١٩٦٦م)

انعقاد مؤتمر طشقند لحل النزاع الهندي الباكستاني بشأن مشكلة كشمير والتي اندلعت بسببها عدة حروب بين البلدين.

(١٥ من رمضان ١٢٢٤هـ = ٢٤ من أكتوبر ١٨٠٩م)

الدولة العثمانية تتصر على روسيا في معركة "تاتاريجه"، ويُقتل من الروس (١٠) آلاف جندي.

(١٦ رمضان عام ٥٨هـ = ١٢ يوليو ٦٧٨م)

في مثل هذا اليوم من شهر رمضان المبارك لعام ٥٨هـ للميلاد ٦٧٨، توفيت السيدة عائشة أم المؤمنين - رضی اللہ عنہا - زوجة النبي مُحَمَّد ﷺ، توفيت بعد انتقال الرسول الكريم إلى الرفيق الأعلى بسبعة وأربعين عاماً، ودُفنت في البقيع، وكان عمرها آنذاك سبعة وستين عاماً.

(١٧ من رمضان ٢هـ = ١٣ من مارس ٦٢٣م)

نشوب معركة بدر بين المسلمين بقيادة رسول الله ﷺ والمشركين، وكان النصر فيها حليف المسلمين.

(١٨ من رمضان ٢١هـ = ٢٠ من أغسطس ٦٤٢م)

وفاة سيف الله المسلول "خالد بن الوليد" -رضي الله عنه-- صاحب العديد من الفتوحات والانتصارات على أعنى إمبراطوريتين هما "الفرس" و"الروم"، وقد قضى حياته كلها بين كر وفر وجهاد في سبيل إعلاء كلمة الحق ونصرة الدين.

(١٩ من رمضان ١٠٩٤ هـ = ١١ من سبتمبر ١٦٨٣ م)

القائد القرمي مراد كبراي المشارك مع الجيش العثماني في حصار "فيينا" ارتكب أكبر خيانة في التاريخ التركي، بتركه الجيش البولوني والنمساوي يعبر نهر الدونة لفك الحصار العثماني عن فيينا.

(٢٠ من رمضان ١٤٢٥ هـ = ٣ من نوفمبر ٢٠٠٤ م)

وفاة الشيخ زايد بن سلطان رئيس دولة الإمارات عن عمر يناهز (٨٦) عاماً منها (٣٢) عاماً قضاها رئيساً للبلاد، وكان الشيخ زايد قد واجه مشاكل صحية خلال السنوات القليلة الماضية وأجريت له عدة عمليات جراحية. وتولى بعد زايد ابنه الشيخ خليفة حاكم إمارة أبو ظبي.

(٢١ من رمضان ١٢٧٥ هـ = ٢٤ من إبريل ١٨٥٩ م)

بدء أعمال الحفر في قناة السويس التي تربط بين البحرين الأبيض والأحمر، واستمر الحفر (١٠) سنوات ونصف شارك فيه ٦٠ ألف فلاح مصري، وبلغ طولها آنذاك (١٦٢,٥) كم، وافتتحت للملاحة في (١٩) نوفمبر (١٨٩٦ م).

(٢٢ من رمضان ٢٧٣ هـ = ٢٠ من فبراير ٨٨٦ م)

وفاة الإمام الحافظ أبي عبد الله محمد بن يزيد بن ماجه القزويني، صاحب سنن ابن ماجه، أحد كتب الصحاح الستة، التي تشمل صحيح البخاري ومسلم، وسنن النسائي والترمذي، وأبي داود وابن ماجه.

(٢٧ من رمضان ١٣٢٩ هـ = ٢١ سبتمبر ١٩١١ م)

وفاة الزعيم أحمد عرابي قائد الثورة العربية ومفجرها ضد الخديوي توفيق. وقد فشلت الثورة نتيجة للخيانة وتدخل القوات البريطانية لحماية الخديوي، وترتب على فشلها وقوع مصر تحت الاحتلال البريطاني الذي دام نحو سبعين عاما.

(٢٤ من رمضان ١٣٩٣ هـ = ٢١ من أكتوبر ١٩٧٣ م)

قيام كل من الكويت وقطر والبحرين ودبي بوقف تصدير بترولهم نهائياً إلى الولايات المتحدة الأمريكية وهولندا، وذلك تضامنا مع مصر وسوريا في معركتهما المضفرة ضد إسرائيل والتي حققتا فيها النصر لأول مرة في حرب العاشر من رمضان السادس من أكتوبر.

(٢٥ من رمضان ٦٥٨ هـ = ٣ من سبتمبر ١٢٦٠ م)

نشوب معركة عين جالوت في المنطقة التي تقع بين بيسان ونابلس بفلسطين بقيادة المظفر "سيف الدين قطز" والمغول بقيادة "كيتوبوقا"، وقد كتب الله النصر للمسلمين فحققوا فوزاً هائلاً، أوقف زحف المغول الهمجي.

(٢٦ من رمضان ٩ هـ = ٥ من يناير ٦٣١ م)

عودة النبي ﷺ من غزوة تبوك، التي تخلف عن حضورها بعض الصحابة، وحينما عاد النبي ﷺ دخل المسجد فصلى واعتذر من اعتذر، وكانت حادثة مقاطعة كعب ابن مالك وصاحبيه.

(٢٧ من رمضان ١١٠٧ هـ = ٢٠ من أبريل ١٦٩٦ م)

السلطان العثماني يقوم بحملته السلطانية الثانية على أوروبا، والتي أسفرت عن حرب شرسة مع الجيش الألماني، أسفرت عن انتصار العثمانيين. واستمرت هذه الحملة ٦ أشهر حتى (٢٥-١٠-١٦٩٦ م).

(٢٨ من رمضان ٩٢ هـ = ١٨ من يوليو ٧١١ م)

نشوب معركة شذونه أو وادي لكة بين المسلمين بقيادة طارق بن زياد والقوط بقيادة لذريق، وكان النصر فيها حليف المسلمين، ودخل الإسلام إلى إسبانيا، وظلت دولة مسلمة ثمانية قرون.

(٢٩ من رمضان ١٤٢٥ هـ = ١٢ من أكتوبر ٢٠٠٤ م)

بدء مراسم تشييع جنازة الرئيس الفلسطيني ياسر عرفات في العاصمة المصرية القاهرة صباحاً بحضور حشد من القادة العرب والأجانب، يتقدمهم الرئيس المصري، وقد نقل جثمان عرفات إلى رام الله بعدها حيث دُفن في باحة مقر المقاطعة حيث كان يعيش في آخر أيامه.

(٣٠ من رمضان ٢٥٦ هـ = ٣١ من أغسطس ٨٦٩ م)

وفاة الإمام "محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة" المعروف بالإمام البخاري، أمير المؤمنين في الحديث، وصاحب "صحيح البخاري"، أصح كتاب بعد كتاب الله، و"التاريخ الكبير"، و"الأدب المفرد".

«شهر شوال»

(١ من شوال ١٤٠٦ هـ = ٨ من يونيو ١٩٨٦ م)

فوز "كورت فالديهم" برئاسة النمسا، و"فالدهايم" من مواليد (١٩١٨ م)، وتولى منصب الأمين العام للأمم المتحدة لمدة (١٠) سنوات من (١٩٧٢ م) حتى (١٩٨٢ م)، وكانت له مواقف مؤيدة للقضية الفلسطينية؛ وهو ما دفع إسرائيل إلى سحب سفيرها من النمسا بعد فوزه بالرئاسة.

(٢ من شوال ١٣٢٧ هـ = ١٠ من أكتوبر ١٩٠٩ م)

مولد العالم والأديب "محمد الفاضل بن عاشور"، ولد في تونس، وتولى أبوه الشيخ العلامة محمد الطاهر بن عاشور تربيته وتعليمه، وجمع بين الثقافتين العربية والفرنسية، شارك في مجالات التعليم والإصلاح في تونس، وتولى بها منصب الإفتاء، وعمل بالقضاء، وتدرج فيه حتى عين رئيساً لمحكمة النقض.

(٣ من شوال ١٠٩٨ هـ = ١٢ من أغسطس ١٦٨٧ م)

الجيش العثماني يتعرض لهزيمة قاسية في صحراء موهاج المجرية خسر خلالها (٢٠) ألف مقاتل.

(٤ من شوال ١٣٩١ هـ = ٢٣ من نوفمبر ١٩٧١ م)

الرئيس الباكستاني يحيى خان يعلن حالة الطوارئ في البلاد،

بعد قيام الجيش الهندي بهجمات عنيفة على الحدود الباكستانية، إبان الحرب التي اشتعلت بين الجانبين، وانتصرت فيها الهند، وتسببت هذه الحرب في انفصال بنجلاديش عن باكستان.

(٥ من شوال ١٣٨٤ هـ = ٧ من فبراير ١٩٦٥ م)

الطيران الحربي الأمريكي يقوم بغارة - للمرة الأولى - على فيتنام الشمالية، وهي الحرب التي خاضتها الولايات المتحدة بهدف وقف المد الشيوعي في فيتنام، وانتهت هذه الحرب عام (١٩٧٣ م)، وقتل فيها (٦٠) ألف جندي أمريكي، وملايين الفيتناميين.

(٦ من شوال ١٣٧٥ هـ = ١٦ من مايو ١٩٥٦ م)

مصر تعترف بجمهورية الصين الشعبية، وإقامة علاقات دبلوماسية بين البلدين؛ ما دفع الصين إلى تأييد تأميم قناة السويس، ومساندة مصر في أثناء العدوان الثلاثي، وتخفيف حدة الحصار الغربي عن مصر، بقيامها بشراء القطن المصري.

(٧ من شوال ٣ هـ = ٢٣ من مارس ٦٢٥ م)

نشوب غزوة أحد بين المسلمين بقيادة النبي ﷺ والمشركين، وسميت المعركة بهذا الاسم: لان أحداثها وقعت عند جبل "أحد" شمالي المدينة المنورة، وكان النصر فيها لصالح المسلمين في بادئ المعركة، ثم تحولت كفة النصر لصالح المشركين بعد أن أهمل الرماة المكلفون بحماية ظهر الجيش وأمر النبي ﷺ، وتركوا مواقعهم، ونزلوا لجمع الغنائم.

(٨ من شوال ٣هـ = ٢٤ من مارس ٦٢٥ م)

خروج النبي ﷺ مع أصحابه بعد عودتهم إلى المدينة من غزوة أحد في اليوم التالي للمعركة إلى حمراء الأسد، وهي على مسافة ثمانية أميال من المدينة على طريق مكة، وانتظروا هناك ثلاثة أيام؛ إظهاراً لقوة المسلمين رغم ما أصابهم من الخسائر في غزوة أحد .. ولما علم المشركون بخروج المسلمين أسرعوا راجعين إلى مكة، مكتفين بما حققوه من نصر، وتحاشوا الدخول في معركة غير مضمونة العواقب لهم.

(٩ من شوال ١١٠هـ = ١٥ يناير ٧٢٩ م)

وفاة محمد بن سيرين - رحمه الله - إمام تأويل الرؤيا المقدم، وعلم من أعلام التابعين، الثبت الثقة، أبو بكر محمد بن سيرين مولى أنس ابن مالك - رضي الله عنه - وأخص الناس به، كان أبوه من سبي منطقة عين التمر التي فتحها خالد بن الوليد سنة ١٢هـ، وكان سيرين هذا قد جعل في كنيسة هو وأربعون من الشباب للرهبنة، فلما اشتراه أنس بن مالك من السبي، أسلم على يديه، وصار من صالحى القوم، وتزوج من صفية مولاة أبي بكر الصديق، فأنجب منها عدداً من الصبيان والبنات، كلهم ثقات أخيار، محمد هذا أحدهم وأفضلهم، ولد سنة ٣٣ هـ، وظل في جوار أنس بن مالك يسمع منه الحديث ويتعلم العلم، وقد أقام معه في البصرة قرابة الخمسين سنة، حتى من شدة حب أنس بن مالك له، أوصى عند موته أن يغسله محمد بن سيرين.

(١٠ من شوال ٦٤٠هـ = ٢ من إبريل ١٢٤٣م)

تسليم أهالي مرسية في الأندلس مدينتهم صلحاً إلى القشتاليين
النصارى، بعد أن توالى سقوط قواعد الأندلس وحواضرها في يد
النصارى.

وقد اعترف حاكم مدينة مرسية بطاعته لفرناندو ملك قشتالية
وتأدية الجزية له، وذلك في مقابل أن يحكمها من قبله.

(١١ من شوال ٤٨٨هـ = ١٤ من أكتوبر ١٠٩٥م)

وفاة المعتمد بن عباد، أشهر ملوك دولة الطوائف التي قامت في
الأندلس في القرن الخامس الهجري، بعد انهيار دولة الخلافة الأموية،
اشترك مع يوسف بن تاشفين في تحقيق النصر على القشتاليين في
معركة الزلاقة، ثم زالت دولته على يد شريكه في النصر بعد أن دخل
قرطبة.

(١٢ من شوال ٢٦٢هـ = ١٢ من يونيو ٨٧٦م)

الثائر عبد الرحمن بن مروان الجليقي ينتصر على القوات
الأندلسية في منطقة بطليوس، ويأسر قائد الأندلسيين هشام بن عبد
العزیز. والجليقي هو أحد الثائرين في بطليوس، ابتدع ديناً جديداً يعد
خليطاً بين الإسلام والنصرانية، وقد ساندته النصارى لإضعاف شوكة
المسلمين في الأندلس.

(١٣ من شوال ١٣٠٦هـ = ١٤ من يونيو ١٨٨٩م)

مولد الشيخ البشير الإبراهيمي أحد كبار علماء الجزائر، وأحد مؤسسي جمعية العلماء المسلمين الجزائريين سنة (١٩٣١م)، وضعه الاحتلال الفرنسي تحت الإقامة الجبرية، وتقل بين الدول العربية، وعرضت عليه مشيخة الأزهر لكنه اعتذر عن عدم قبولها، كان عضواً بعدد من مجامع اللغة العربية توفى في (١٨) المحرم (١٣٨٥هـ = ٢٠ مايو ١٩٦٥م).

(١٤ من شوال ١٣٥٢هـ = ٣٠ من يناير ١٩٣٤م)

افتتاح مجمع اللغة العربية رسمياً بالقاهرة. بعد اختيار مؤسسيه وهم عشرون عضواً من جهازة العربية نصفهم من مصر ونصفهم الآخر يمثلون علماء العرب والمستشرقين.

(١٥ من شوال ٨٦هـ = ٩ من أكتوبر ٧٠٥م)

وفاة الخليفة الأموي عبد الملك بن مروان؛ أحد أبرز خلفاء الدولة الأموية، قامت على أكتافه الدولة من جديد، ونجح في القضاء على دولة عبد الله بن الزبير، واتسم عهده بالفتوحات الإسلامية في المشرق والمغرب، وتعريب النقود والدواوين.

(١٦ من شوال ١٠٩٥هـ = ٢٦ من سبتمبر ١٦٨٤م)

القائد العثماني القرمي السليم كيراي يهزم سوياسكي ملك بولونيا في معركة كامانيجة.

(١٧ من شوال ١٢٤٩ هـ = ٢٦ من فيراير ١٨١٤ م)

الأمير عبد القادر الجزائري يوقع مع القائد الفرنسي دي مشيل لوقف القتال وتبادل الأسرى.

(١٨ من شوال ١٣٦٤ هـ = ٧ من أكتوبر ١٩٤٤ م)

اجتماع الوفود العربية بمبنى إدارة جامعة الإسكندرية، وإصدارها الوثيقة الأولى لإنشاء جامعة الدول العربية التي عرفت باسم بروتوكول الإسكندرية.

(١٩ من شوال ١٤١٦ هـ = ٩ من مارس ١٩٩٦ م)

وفاة الداعية الكبير الشيخ محمد الغزالي، أحد أبرز الدعاة المصلحين في النصف الأخير من القرن العشرين.

(٢٠ من شوال ١١٠٦ هـ = ٣ من يونيو ١٦٩٥ م)

السلطان العثماني مصطفى الثاني يبدأ حملة عسكرية مكونة من (١٥٣) ألف جندي على ألمانيا، واستمرت هذه الحملة (٤) أشهر.

(٢١ من شوال ١٠٢٩ هـ = ٢٠ من سبتمبر ١٦٢٠ م)

الجيش العثماني بقيادة الوزير غازي إسكندر ينتصر على بولونيا في معركة "ياش" ويقتل (١٠) آلاف جندي بولوني.

(٢٢ من شوال ٣٥٤ هـ = ٢١ من أكتوبر ٩٦٥ م)

وفاة الإمام الكبير محمد بن أحمد بن حبان البستي، أحد أئمة

الحديث في القرن الرابع الهجري، اشتهر بمؤلفاته في السنة المطهرة،
في مقدمتها: صحيح ابن حبان، الثقات، روضة العقلاء.

(٢٣ من شوال ١٤١٠هـ = ١٨ من مايو ١٩٩٠م)

توحيد العملة النقدية بين ألمانيا الشرقية وألمانيا الغربية، وكان
ذلك مقدمة لإعلان الوحدة بينهما التي تحققت في (٣/١٠/١٩٩٠م)،
وفاز بعدها "هيلموت كول" في انتخابات نوفمبر (١٩٩٠م) بمستشارية
ألمانيا الموحدة. ويرجع تقسيم ألمانيا إلى نهاية الحرب العالمية الثانية
(١٩٤٥م).

(٢٤ من شوال ١٤٠٨هـ = ٩ من يونيو ١٩٨٨م)

انعقاد مؤتمر القمة العربية السادس عشر في الجزائر، ودعت
هذه القمة إلى دعم الانتفاضة الفلسطينية، وقد بدأت مؤتمرات القمة
العربية بقمة أنشاص بمصر سنة (١٩٤٦م)، إلا أن القمة لم تأخذ صفة
الانعقاد الدوري إلا مع قمة (١٩٦٤م) بالقاهرة.

(٢٥ من شوال ١٤٢٤هـ = ١٩ من ديسمبر ٢٠٠٣م)

ليبيا تقر بامتلاكها أسلحة دمار شامل، وتعلن أنها ستتخلص
منها جميعاً "بإرادتها الحرة"، وهو ما لاقى ارتياحاً أمريكياً وبريطانياً.
كما أعلنت طرابلس أنها تتحمل مسؤولية تحطم طائرة لوكيربي عام
١٩٨٨م؛ الأمر الذي دفع مجلس الأمن الدولي لأن يقرر رفع العقوبات
الدولية عن طرابلس، فضلاً عن قيام واشنطن في فبراير ٢٠٠٤م برفع

قيود السفر المفروضة أيضاً على السفر إليها.

(٢٦ من شوال ١٢١٢هـ = ١٢ من إبريل ١٧٩٨م)

صدور قرار من حكومة الإدارة التي كانت تحكم فرنسا بعد الثورة بإرسال حملة تحت قيادة نابليون بوناپرت إلى مصر، وتضمن القرار الأسباب التي دعت فرنسا للقيام بهذه الحملة.

(٢٧ من شوال ١٤١٠هـ = ٢٢ من مايو ١٩٩٠م)

قيام الوحدة بين شطري اليمن، والتي تعرضت لمحاولة انفصالية من اليمن الجنوبي؛ نشبت على أثرها حرب دامية راح ضحيتها عشرة آلاف قتيل. وقد ظل شطرا اليمن منفصلين منذ احتلال بريطانيا لعدن ١٨٣٩م وحتى قيام الوحدة عام ١٩٩٠م.

(٢٨ من شوال ١٤١٩هـ = ١٥ من فبراير ١٩٩٩م)

مجموعة من قوات الكوماندوس التركية تختطف القائد الكردي "عبد الله أوجلان" في كينيا، وتعيده إلى تركيا، حيث ما زال قابلاً في السجون التركية. ولد "أوجلان" عام ١٩٤٩م، وأسس حزب العمال الكردستاني ذا الميول الشيوعية، ونفذ عدداً من العمليات الإرهابية في تركيا.

(٢٩ من شوال ١٣٠٦هـ = ٢٨ من يونيو ١٨٨٩م)

مولد الكاتب الكبير عباس محمود العقاد، ولد بأسوان واكتفى بتعليمه الابتدائي وعمل في الصحافة واعتمد على نفسه في القراءة

والتثقيف حتى برز واشتهر. وهو كاتب موسوعي كتب المقالة بأشكالها المتنوعة والدراسة الأدبية والترجمة الشخصية والرواية وله عشر دواوين شعرية وله أكثر من (١٠٠) كتاب أشهرها سلسلة العبقريات.

(٣٠ من شوال ٦٥٤هـ = ١٩ من نوفمبر ١٢٥٦م)

مولد أثير الدين أبي حيان محمد بن يوسف بن علي، المعروف بأبي حيان الغرناطي، أحد أئمة اللغة والحديث والتفسير في القرن السابع الهجري، ولد بغرناطة وتعلم بها، ثم انتقل إلى القاهرة واستقر بها، ومنها طارت شهرته وعرفه الناس، وأشهر مؤلفاته تفسيره المعروف بالبحر المحيط.

«شهر ذي القعدة»

(١ من ذي القعدة ١٢٩٩هـ = ١٤ من سبتمبر ١٩٨٢م)

دخول القوات البريطانية القاهرة بعد فشل الثورة العراقية، فيما يُعدّ بدايةً للاحتلال البريطاني لمصر.

(٢ من ذي القعدة ١٣٧١هـ = ٢٣ من يوليو ١٩٥٢م)

ذكرى قيام ثورة يوليو (١٩٥٢م) في مصر، وهي الثورة التي قام بها الجيش وضباطه الأحرار بعد الركود الذي أصاب الحياة السياسية والاجتماعية في مصر وأدى إلى أزمات واضطرابات عمالية ونقابية عمقتها مأساة فلسطين.

(٣ من ذي القعدة ٧٤٨هـ = ٤ من فبراير ١٣٤٨م)

وفاة المؤرخ الكبير محمد بن أحمد بن عثمان، المعروف بالذهبي، أحد كبار المؤرخين المسلمين، ولد في دمشق وتعلم بها ورحل في طلب العلم، وبعد عودته قعد للتدريس والتأليف، ومن أشهر كتبه: تاريخ الإسلام ووفيات المشاهير الأعلام، وسير أعلام النبلاء.

(٤ من ذي القعدة ٦٤٧هـ = ٨ من فبراير ١٢٥٠م)

نشوب معركة المنصورة بين المصريين بقيادة بيبرس البندقداري والصليبيين الذي احتلوا دمياط، وزحفوا إلى المنصورة، وانتهت المعركة بهزيمة الصليبيين، واستسلام ملكهم لويس التاسع.

(٥ من ذي القعدة ١٤٢٥هـ = ١٧ من ديسمبر ٢٠٠٤م)

قوات الاحتلال الإسرائيلي تشن عملية اجتياح لخان يونس جنوب قطاع غزة تسميها "الحديد البرتقالي"، وتدمر نحو (٤٠) منزلاً تدميراً كلياً، وتشرّد نحو (٥٠) عائلة يزيد عدد أفرادها عن (٤٠٠) فرد.

(٦ من ذي القعدة ١٣٢٠هـ = ٣ من فبراير ١٩٠٣م)

البريطانيون يستولون على مدينة "كانو" في شمال نيجيريا، وكان معظم جنوب نيجيريا قد خضع للحماية البريطانية منذ عام ١٩٠٠م. وكانت مدينة "كانو" تحت حكم أمير مسلم، وكانت مركزاً تجارياً وعسكرياً مهماً في شمال نيجيريا.

(٧ من ذي القعدة ٦٨٩هـ = ١١ من نوفمبر ١٢٩٠م)

وفاة السلطان المنصور سيف الدين قلاوون، أحد سلاطين دولة المماليك العظام، تولى عقب ولدي السلطان الظاهر بيبرس، ونجح نجاحاً عظيماً في جهاده ضد الصليبيين والمغول.

(٨ من ذي القعدة ٩٩٦هـ = ٢٩ من سبتمبر ١٥٨٨م)

العثمانيون بقيادة جعفر باشا حاكم شيروان (أذربيجان حالياً) ينتصرون على الصفويين بقيادة زياد أوغلو محمد خان، ويقتلون نصف الجيش الصفوي، وقد مهد هذا الانتصار الطريق لعقد معاهدة إستانبول عام (١٥٩٠م) بين الجانبين.

(٩ من ذي القعدة ١٢٠٣هـ = ١ من أغسطس ١٧٨٩م)

الوزير والقائد العثماني "كمانكش مصطفى باشا" ينتصر على الجيش الروسي والألماني في معركة "فوشكاني" (قرب رومانيا حالياً).

(١٠ من ذي القعدة ١٣٦٥هـ = ٥ من أكتوبر ١٩٤٦م)

الرئيس الأمريكي هاري ترومان (١٨٨٤ - ١٩٧٢م) يحث على السماح بالهجرة المكثفة إلى فلسطين التي كانت تحتها بريطانيا، وكان له دور في دفع الأمم المتحدة إلى صدور قرار بتقسيم فلسطين إلى دولتين عربية وأخرى إسرائيلية، وأسرع بالاعتراف بدولة إسرائيل عقب إعلان قيامها.

(١١ من ذي القعدة ٨٠٥هـ = ٢ من يونيو ١٤٠٣م)

وفاة عمر بن رسلان بن نصير، المعروف بسراج الدين البلقيني، أحد أئمة الفقه والحديث، ومجدد القرن الثامن الهجري، انتهت إليه في عصره رئاسة الفقه الشافعي. له مؤلفات كثيرة، نشر بعضها مثل: "محاسن الاصطلاح" في علم مصطلح الحديث.

(١٢ من ذي القعدة ١٣٤٤هـ = ٢٣ مايو ١٩٢٦م)

إعلان قيام جمهورية لبنان، وهي من أوائل الدول العربية التي أعلنت استقلالها.

(١٣ من ذي القعدة ١٤٠٠هـ = ٢٢ من سبتمبر ١٩٨٠م)

ذكرى اندلاع الحرب العراقية. الإيرانية التي استمرت ثمان سنوات، وتسببت في خسائر فادحة للبلدين قدرت بـ (٤٥٠) ألف قتيل، و (٥٠٠) مليار دولار، توقفت بعد عام من صدور قرار مجلس الأمن الدولي رقم (٥٨٩).

(١٤ من ذي القعدة ١٤٢٥هـ = ٢٦ من ديسمبر ٢٠٠٤م)

زلزال مدمر بقاع المحيط الهندي يضرب جنوب آسيا، ويتسبب في أمواج عاتية تؤدي إلى مصرع أكثر من (١٥٠) ألف شخص وتشريد أكثر من (١٥) مليون شخص، معظمهم من المسلمين.

(١٥ من ذي القعدة ١٠٣٢هـ = ١١ من سبتمبر ١٦٢٣م)

تولي السلطان العثماني مراد الرابع بن السلطان أحمد الأول سلطنة الدولة العثمانية، وهو الخليفة السابع عشر في سلسلة خلفاء الدولة العثمانية، وفي فترة خلافته أعاد للدولة العثمانية هيبتها، وفرض الأمن في ربوع البلاد.

(١٦ من ذي القعدة ١٠٧٠هـ = ٢٤ من يوليو ١٦٦٠م)

نشوب حريق هائل في عاصمة الدولة العثمانية "إستانبول" تسبب في إحراق ثلث منازلها، وعرف هذا الحريق باسم "البلية الكبرى" حيث احترق فيه ٨٠ ألف منزل و٣٦٠ مسجداً، واستمر ٤٩ ساعة.

(١٧ من ذي القعدة ٦٥٨هـ = ٢٤ من أكتوبر ١٢٦٠م)

تولي السلطان بيبرس البندقداري حكم مصر بعد مقتل السلطان قطز، حيث أرسى دعائم دولة، وأقام حضارة ونظماً، وخاض معارك كبرى للدفاع عن الإسلام، وتبوأ مكانة رفيعة في نفوس شعبه.

(١٨ من ذي القعدة ١٣٥١هـ = ١٥ من مارس ١٩٣٣م)

القوات النازية الألمانية تدخل تشيكوسلوفاكيا، وقد نشأت هذه الجمهورية كاتحاد فيدرالي بين تشيكيا وسلوفاكيا عام ١٩١٨م، وفي ١٩٣٣م احتلها الزعيم الألماني هتلر بحجة ضم منطقة "سودتلر" ذات الأغلبية الألمانية، وسيطر عليها الشيوعيون عام ١٩٤٨م، واستمروا في الحكم حتى عام ١٩٨٩م، وفي عام ١٩٩٣م قسمت تشيكوسلوفاكيا إلى جمهوريتين مستقلتين.

(١٩ من ذي القعدة ١٤٢٥هـ = ٣١ من ديسمبر ٢٠٠٤م)

صحيفة "زمان" التركية تشر فقرات من تقرير حمل عنوان "الأنشطة التنصيرية في تركيا والعالم"، جاء فيه أن جماعات تنصيرية تخطط لتنصير ١٠٪ من الأتراك الذين يدين ٩٩٪ من تعدادهم البالغ ٧١ مليون نسمة بالإسلام.

(٢٠ من ذي القعدة ١٣١٧هـ = ٢٣ من مارس ١٩٠٠م)

مولد المعماري الكبير حسن فتحي، صاحب نظرية "عمارة الفقراء" التي تعتمد على استخدام المواد الطبيعية المتوافرة في البيئة في عملية البناء. ولد بالقاهرة وتعلم بمدرسة الهندسة، وبعد التخرج عمل مدرساً بكلية الفنون الجميلة. من أشهر أعماله تصميم قرية باريس في الواحات، وقرية دار السلام في ولاية نيومكسيكو بالولايات المتحدة الأمريكية.

(٢١ من ذي القعدة ١٢٧٦هـ = ١٧ من ديسمبر ١٢٨٨م)

وفاة العالم الكبير على بن أبي الحزم القرشي، المعروف بعلاء الدين بن النفيس، أحد مشاهير الطب في التاريخ الإسلامي، مكتشف الدورة الدموية قبل "هارفي".

(٢٢ من ذي القعدة ١٢٧٦هـ = ١٨ من سبتمبر ١٨٥١م)

مولد محمد بن عثمان بن محمد المهدي بن محمد، المعروف بمحمد السنوسي، أحد رجال الإصلاح في تونس في القرنين الثالث

والرابع عشر الهجرتين. له مؤلفات عديدة في الآداب والقانون والتاريخ.

(٢٣ من ذي القعدة ١٤٢٠هـ = ٢٧ من فبراير ٢٠٠٠م)

وفاة الشيخ سيد سابق، أحد أعلام الفقه في القرن الرابع عشر، ولد في مصر، حفظ القرآن الكريم وجوده في كتاب القرية، وأكمل مراحل التعليم الأزهري حتى حصل على العالمية من كلية الشريعة سنة (١٣٦٦هـ)، تولى وكالة إدارة المساجد بوزارة الأوقاف المصرية، ودرس في جامعتي الأزهر وأم القرى، وله من المؤلفات ما يربو على عشرة كتب، من أبرزها كتابه "فقه السنة" الذي ترجم إلى عدة لغات أجنبية، ومنحته الحكومة المصرية نوط الامتياز من الطبقة الأولى، وحصل على جائزة الملك فيصل العالمية للدراسات الإسلامية.

(٢٤ من ذي القعدة ١٤٢٤هـ = ١٦ من يناير ٢٠٠٤م)

طرد سفير إسرائيل في أستوكهولم "زي في مازيل" من متحف الآثار الوطني في العاصمة السويدية بعد أن أتلّف عملاً فنياً سويدياً احتوى على صورة "هنادي جرادات" المحامية الفلسطينية التي نفذت عملية استشهادية في مطعم بحيفا في أكتوبر ٢٠٠٣م، وأسفرت عن مقتل ٢١ إسرائيلياً.

(٢٥ من ذي القعدة ١٢٧٠هـ = ١٩ من أغسطس ١٨٥٤م)

وفاة العالم الجليل أبي الثناء شهاب الدين محمود الألويسي، أحد أئمة العلم في القرن الثالث عشر الهجري، ولد في بغداد وتعلم بها،

وجلس للتدريس وأقبل عليه الطلاب من كل مكان، ترك مؤلفات عدة أهمها التفسير المعروف بروح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني.

(٢٦ من ذي القعدة ١٣٤٣هـ = ١٧ من يونيو ١٩٢٥م)

توقيع بروتوكول "جنيف" الخاص بحظر استخدام الأسلحة الكيماوية والبكتيرية، ويرجع أول استخدام لهذه الأسلحة إلى أبريل (١٩١٥م) عندما استخدمها الألمان في الجبهة الفرنسية في أثناء الحرب العالمية الأولى، حيث قتل في تلك الحرب حوالي (١٠٠) ألف جندي بسبب هذه الأسلحة، مما أدى إلى التوقيع على هذا البروتوكول.

(٢٧ من ذي القعدة ٨٠٣هـ = ١٠ من يوليو ١٤٠١م)

سقوط مدينة بغداد في يد تيمورلنك، بعد مذبحه رهيبة أقامها الغازي المتعطش للدماء، حيث وضع السيف في أهالي المدينة المنكوبة، وبني من جماجمهم مائة وعشرين مؤذنة.

(٢٨ من ذي القعدة ١٣٩٧هـ = ٩ من نوفمبر ١٩٧٧م)

الرئيسي المصري أنور السادات يعلن أمام مجلس الشعب أنه على استعداد لزيارة القدس والتحدث إلى الإسرائيليين في الكنيست، ولم تمض عشرة أيام على هذا الإعلان حتى توجه السادات للقدس وسط موجة من الغضب الشعبي والرسمي العربي، لتبدأ سلسلة من المفاوضات مع الإسرائيليين، انتهت بتوقيع اتفاقية كامب ديفيد، ومعاهدة السلام المصرية-الإسرائيلية.

(٢٩ من ذي القعدة ١٤٢٥هـ = ١٠ من يناير ٢٠٠٥م)

إعلان فوز أبو مازن في الانتخابات الرئاسية الفلسطينية التي أجريت بعد وفاة عرفات وقاطعتها حماس والجهاد. حصل أبو مازن على نسبة (٦٣٪) من أصوات الانتخابات التي أشرف عليها (٢٢) ألف مراقب دولي ومحلي.

(٣٠ من ذي القعدة ٥هـ = ٢٤ من إبريل ٦٢٧م)

غزو النبي ﷺ ليهود بني قريظة، وذلك بعد غزوة الأحزاب مباشرة، ونقضهم العهد معه في أثناء حصار المشركين للمدينة في غزوة الأحزاب. ودام حصار النبي ﷺ لبني قريظة (٢٥) يوماً، إلى أن نزلوا على حكمه ﷺ، فحكم فيهم سعد بن معاذ -رضي الله عنه- حليفهم في الجاهلية.

«شهر ذي الحجة»

(١ من ذي الحجة ١٤١٣هـ = ٢٣ من مايو ١٩٩٣م)

استقلال إريتريا بعد ثلاثين عاماً من الكفاح ضد الاستعمار الأثيوبي، بدأت المشكلة الإريترية مع موافقة الأمم المتحدة على ضم إريتريا إلى التاج الإثيوبي في اتحاد فيدرالي، وهو ما استغله الإمبراطور هيلاسلاسي لتحقيق أطماعه التوسعية التي رعتها بريطانيا.

(٢ من ذي الحجة ٣٦٢هـ = ٤ من سبتمبر ٩٧٣م)

مولد العالم العربي أبي الريحان محمد بن أحمد البيروني، أحد أساطين علماء العرب في الفلك والرياضيات والجغرافيا والجيولوجيا، له مؤلفات كثيرة تزيد عن (١٢٠) مؤلفاً، من أشهرها: القانون المسعودي، والآثار الباقية، والصيدلة في الطب.

(٣ من ذي الحجة ١٣٩٦هـ = ٢٥ من نوفمبر ١٩٧٦م)

وفاة العالم الكبير خير الدين الزركلي. ولد في دمشق وتعلم بها، وتنقل في عدة بلدان عربية، وانتهى به المطاف في العمل بالسلك الدبلوماسي للمملكة العربية السعودية، ألف كتباً كثيرة، أشهرها كتاب الأعلام، وهو قاموس تراجم لأشهر الرجال والنساء من العرب والمستعربين والمستشرقين.

يندر أن تجد باحثاً في الثقافة العربية لم يرجع إلى كتاب الأعلام لخير الدين الزركلي، ليرشده إلى ترجمة علم من القديم أو الحديث، ويأخذ بيده إلى المظان التي يمكن أن يعود إليها إن أراد المزيد من التفاصيل عن الشخصية التي يبحث عنها.

ولم يأخذ هذا الكتاب مكانته بين الباحثين وأهل العلم إلا عن جدارة واستحقاق؛ فهو يجمع بين الدقة في تحرير الترجمة، والعناية بإبراز أهم ملامح المترجم له، مع الأمانة والموضوعية والإيجاز غير المخل.

(٤ من ذي الحجة ١٤٢٦هـ = ٤ من يناير ٢٠٠٦م)

وفاة الشيخ مكتوم بن راشد آل مكتوم رئيس وزراء الإمارات، الذي كان يعاني من مشاكل في القلب، في أثناء زيارة خاصة لأستراليا. وقد خلفه شقيقه الشيخ محمد ابن راشد آل مكتوم وزير الدفاع في منصب حاكم إمارة دبي التي تشهد انتعاشة اقتصادية.

(٥ من ذي الحجة ٣٣٨هـ = ٢٦ من مايو ٩٥٠م)

وفاة أحمد بن محمد بن إسماعيل، المعروف بأبي جعفر النحاس، أحد أئمة اللغة والتفسير في القرن الرابع الهجري، ولد بمصر ونشأ بها وتعلم، وله مؤلفات كثيرة أشهرها إعراب القرآن وشرح المعلقات.

(٦ من ذي الحجة ١٣٩٢هـ = ٢٣ من يناير ١٩٧٣م)

الولايات المتحدة تتوصل إلى اتفاق لوقف إطلاق النار مع الثوار الفيتناميين الشماليين، يقضي بانسحاب القوات الأمريكية من جنوب فيتنام خلال شهرين، ولم ينته شهر مارس حتى انسحب آخر جندي أمريكي من فيتنام، بعد ١٠ سنوات من القتال خسرت واشنطن فيه (٦٠) ألف قتيل.

(٧ من ذي الحجة ٦٢٣هـ = ٢٩ من نوفمبر ١٢٢٦م)

تولي الملك لويس التاسع عرش فرنسا، وهو الذي قاد الحملة الصليبية السابعة على مصر، وقد منيت بهزيمة كبيرة على يد المماليك في معركة المنصورة، وأسر الملك في دار ابن لقمان.

(٨ من ذي الحجة ٩٨٣هـ = ٩ من مارس ١٥٧٦م)

العثمانيون يدخلون مدينة فاس، ويعلنون مولاي عبد الملك سلطاناً على فاس باسم الدولة العثمانية. وقد بدأ مولاي عبد الملك حركة تحديث في فاس، فأصلح الجيش ونظمه على الطريقة العثمانية، واستقدم له المعدات والتجهيزات الحديثة.

(٩ من ذي الحجة ١٤١٧هـ = ٩ من مارس ١٩٧٦م)

وفاة (٣٤٣) حاجاً في حريق اندلع في "منى" القريبة من مكة، وأدى الحريق إلى تدمير الآلاف من خيام الحجيج.

(١٠ من ذي الحجة ١٣٨هـ = ١٨ من مايو ٧٥٦م)

تمت البيعة لعبد الرحمن الداخل "عبد الرحمن بن معاوية بن هشام" مؤسس الدولة الأموية بالاندلس.

(١١ من ذي الحجة ٥٧١هـ = ٢١ من يونيو ١١٧٦م)

نجاح صلاح الدين الأيوبي في اقتحام قلعة عزاز الحصينة وذلك ضمن خطته لإقامة وحدة إسلامية، وقد سقطت القلعة بعد حصار دام ثمانية وثلاثين يوماً.

(١٢ من ذي الحجة ٩هـ = ٢٢ من مارس ٦٣١م)

هو ثاني أيام التشريق وثالث أيام النحر، وفي هذا اليوم والذي سبقه بات النبي ﷺ بمنى، ورمى الجمرات الثلاث، رمى كل جمرة

بسبع حصيات، ودعا بين كل جمرتين. ويحلّ للحاج إذا رمى جمار هذا اليوم أن يرحل إلى مكة ويسقط عنه رمي اليوم الثالث، إذا جاوز حدود منى قبل غروب الشمس عند الجمهور.

(١٣ من ذي الحجة ١٣٦٩هـ = ٢٦ من يناير ١٩٥٠م)

إعلان الهند إقامة جمهورية ذات سيادة، وكانت حكومة حزب العمال البريطاني قد أصدرت عدة تشريعات منحت بمقتضاها الهند وسيلان وباكستان حكماً ذاتياً سنة (١٩٤٧م)، وقد تولى جواهر لال نهرو رئاسة الوزارة الهندية في هذه السنة وظل في منصبه حتى وفاته سنة (١٩٦٤م).

(١٤ من ذي الحجة ١١٨٢هـ = ١ من مايو ١٧٦٩م)

الجيش الروسي يحاصر قلعة خوتين الواقعة على نهر دنيستز، والتي تعد المدخل الرئيسي لبولونيا التي كانت تابعة للدولة العثمانية، بيد أن الجيش العثماني استطاع تشتيت الجيش الروسي بعد يوم من الحصار.

(١٥ من ذي الحجة ١٣٥٨هـ = ٢٦ من يناير ١٩٤٠م)

انتهاء المعاهدة التجارية التي أبرمت سنة (١٩١١م) بين الولايات المتحدة الأمريكية واليابان. وأبلغت وزارة الخارجية الأمريكية الحكومة اليابانية أن الأعمال التجارية ستستمر على أساس يوم بيوم.

(١٦ من ذي الحجة ١٣٨٠هـ = ٣١ من مايو ١٩٦١م)

قيام جمهورية جنوب إفريقيا بانفصالها عن "الكومنولث البريطاني"، ونص دستورها على التفرقة العنصرين بين البيض والسود.

(١٧ من ذي الحجة ١٤٠٣هـ = ٢٦ من سبتمبر ١٩٨٣م)

عدد من الآباء والأمهات المسلمين في بريطانيا يتظاهرون أمام المجلس المحلي لمنقطة برنت، مطالبين بأن يكون للمسلمين مدرسة خاصة بهم بدعم حكومي رسمي في برنت.

(١٨ من ذي الحجة ٢٥هـ = ١٧ من يونيو ٦٥٦م)

استشهاد الخليفة الراشد عثمان بن عفان --رضي الله عنه-- على يد الخارجين عليه من أصحاب الفتنة. ومن أهم أعماله --رضي الله عنه-- جمع القرآن الكريم وتوحيد نسخه.

(١٩ من ذي الحجة ١٤٢٤هـ = ١٠ من فبراير ٢٠٠٤م)

مجلس النواب الفرنسي يوافق على مشروع قرار يحظر ارتداء الحجاب أو أي رموز دينية أخرى في المدارس والمؤسسات الحكومية.

(٢٠ من ذي الحجة ١٢٩٧هـ = ٥ من ديسمبر ١٨٨٠م)

ذكرى مولد الملك عبد العزيز آل سعود مؤسس المملكة العربية السعودية، الذي انتقل بالمجتمع في شبه الجزيرة العربية من مرحلة

القبيلة إلى الدولة، ونجح في أن ينسج من القبائل المتصارعة دولة كبيرة تزيد مساحتها على نصف القارة الأوروبية. كما نجح في أول مشروع في العالم العربي لتوطين البدو وخلق مجتمعات مستقرة بدلاً من التجمعات الرعوية.

(٢١ من ذي الحجة ٧٩٨هـ = ٢٥ من سبتمبر ١٣٩٦م)

الدولة العثمانية بقيادة يلدرم بايزيد تحقق انتصاراً كبيراً على الجيوش المسيحية في أوروبا، التي كان يقودها ملك المجر "سيجموند الأول"، وبلغ قوامها (١٣٠) ألف جندي من خيرة مقاتلي أوروبا، في معركة "نيغولو"، ويتمكن العثمانيون من قتل (١٠٠) ألف جندي مسيحي في هذه المعركة بالقرب من نهر ألتونة، وأسر حوالي (١٠) آلاف آخرين.

(٢٢ من ذي الحجة ١٤٢٤هـ = ١٣ من فبراير ٢٠٠٤م)

اغتيال الرئيس الشيشاني السابق سليم خان ياندربايف مع اثنين من مرافقيه في قطر إثر تعرض سيارته لانفجار بالعاصمة القطرية الدوحة على يد عميلين من المخابرات الروسية.

(٢٣ من ذي الحجة ١٣٧١هـ = ١٣ من إبريل ١٩٦٦م)

مقتل عبد السلام عارف رئيس جمهورية العراق الأسبق في حادث طائرة، الذي تولى الرئاسة بعد انقلاب ضد عبد الكريم قاسم.

٢٤ من ذي الحجة ١٣٧١هـ = ١٤ من سبتمبر ١٩٥٢م)

تعيين محمد عبد الخالق حسونة أميناً عاماً لجامعة الدول العربية، وهو الثاني الذي يتولى هذا المنصب بعد عبد الرحمن عزام.

٢٥ من ذي الحجة ١٣٦٠هـ = ١٢ من يناير ١٩٤٢م)

مولد محمد علي كلاي الذي كان يسمى "فاسيوس كلاي" بطل العالم في ملاكمة الوزن الثقيل. اعتنق "فاسيوس" الإسلام فغير اسمه إلى محمد علي كلاي. رفض الخدمة في الجيش الأمريكي للحرب في "فيتنام"، عد بطلاً قومياً أمريكياً.

٢٦ من ذي الحجة ٢٣هـ = ٣ من نوفمبر ٦٤٤م)

وفاة أمير المؤمنين "عمر بن الخطاب" --رضي الله عنه-- "بعد أن طعنه "أبولؤلؤة المجوسي" - لعنه الله - " في أثناء أدائه الصلاة.

٢٧ من ذي الحجة ١٣٩٥هـ = ٣١ من ديسمبر ١٩٧٥م)

فرنسا تعترف رسمياً باستقلال جزر القمر بعد احتلال دام (١٥٠) عاماً. وجزر القمر هي دولة عربية إسلامية إفريقية، وهي آخر الدول انضماماً إلى جامعة الدول العربية.

٢٨ من ذي الحجة ١٣٦٧هـ = ٢١ من أكتوبر ١٩٤٨م)

العصابات الصهيونية ترتكب مجزرة البعنة ودير الأسد بفلسطين، وثم قتل مجموعة من الشبان بطريقة وصفها أحد مراقبي الأمم المتحدة

بأنها "قتل وحشي" جرى دون استفزاز أو غضب من الناس".

(٢٩ من ذي الحجة ١٤٢٥هـ = ٨ من فبراير ٢٠٠٥م)

عقد أول قمة بين الرئيس الفلسطيني محمود عباس ورئيس الوزراء الإسرائيلي شارون بحضور الرئيس المصري والعاقل الأردني في شرم الشيخ المصرية، حيث أعلن عباس وشارون وقف "أعمال العنف"، وأثبت التاريخ فشل كل المعاهدات مع الكيان الصهيوني.

(٣٠ من ذي الحجة ٩٥٨هـ = ٢٨ من سبتمبر ١٥٥١م)

الدولة العثمانية تكلف القائد العثماني البحري "طرغد بك" بمهمة الدفاع عن فرنسا ومساعدتها بعد إعلان ملكي إسبانيا وألمانيا الحرب على فرنسا.





المحافظة على الجمال

أصبح البحث عن الجمال والمحافظة عليه شغلاً شاغلاً للعديد من الفتيات، وهذا الأمر مطلوب، لكن بحدود؛ فحب الجمال فطرة في نفوس الفتيات، لكن المبالغة في طلبه قد يوقع في الإسراف والتبذير، فضلاً عن إضاعة الأوقات.

لذا.. حاولنا في هذه الفقرة سد الثغرة بجمع العديد من الموضوعات الخاصة بالجمال والبشرة، مع شيء من النصائح والتوجيهات باعتدال.



جماليات .. من الطبيعة

لقد وهبنا الله - سبحانه وتعالى - الجمال في كل شيء، فمثلاً في الطبيعة تجددين صيدلية كاملة أوجدها الخالق؛ فهي أفضل بكثير من الكيماويات التي تستعملها الكثيرات منا التي تضر ولا تنفع، ولا تضاهي ما أوجده الخالق من فوائد في المواد الطبيعية.
فمثلاً:

- عندما ترغبين بالتمتع ببشرة صافية ناعمة:

اعتمدي في غذائك على الفواكه واللبن، وفي العناية ببشرتك على البرتقال والليمون والخيار واللبن.

- وعندما ترغبين بالتمتع بالشعر الغزير الناعم:

اعتمدي في غذائك الأساسي على الأسماك والأحياء المائية الغنية بالأملاح المعدنية واليود. وهذا الغذاء من أهم معوقات سلامة الشعر وغزارته وتألقه.

- وعندما ترغبين بأن تتمتعى بابتسامة مشرقة ناصعة البياض:

استخدمي السواك، فهو مطهر للضم مرصاة للرب. وكذلك قومي بمص قصب السكر فهذه العملية تقوي اللثة وتجعل الأسنان بيضاء ناصعة سليمة.

- وعندما ترغبين بالتمتع بجمال ساحر:

استخدمي فاكهة "أنواكا"؛ لأنها تحتوي على ستة أنواع من

الفيتامينات.. والنتيجة جمال ساحر أخذ.. أما عندما ترغبين بالتمتع ببشرة صافية وردية، فاشربي الماء بكثرة وعرضي وجهك لبخار الماء، وبعد هذا كله هل صدقت أن الطبيعة صيدلية الحياة.. فسبحانه الخلاق.

التدخين وجمال المرأة

يؤثر التدخين تأثيراً بالغاً في جمال المرأة ورونقها؛ لما يحدثه من آثار وتطورات سيئة في صحتها. ومن مظاهر هذا التأثير:

١. يسبب التدخين اصفراراً في الأسنان والتهاب اللثة المتكرر، ورائحة مزعجة للفم.

٢. يسبب التدخين اصفراراً في الأصابع والأظافر نتيجة احتكاك الدخان بها.

٣. يسبب التدخين تقصفاً في الشعر.

٤. يحدث التدخين اضطرابات في النوم، وتنعكس اضطرابات الجهاز الهضمي بسبب التدخين على الجلد على شكل احتقانات غير مقبولة الشكل.

٥. تنقطع الدورة الشهرية لدى المرأة المدخنة مبكراً عن المعتاد بثلاث سنوات، كما تحدث تجاعيد الوجه والرقبة مبكراً وتتهدل الجفون.

وهم أن حلق الشعر يجعله ينمو بسرعة ويكون أكثر سماكة وقتامة

من المرجح أن هذا نوع من الوهم البصري؛ وذلك أن الشعر الذي هو قادم لتوه بعد أن حلق قد يبدو أكثر قتامة، لكن في الواقع ليس أكثر قتامة من نمو الشعر الجديد.

وأما السماكة فبسبب أن خصلة الشعر نهاياتها دقيقة ويكثر سمكها كلما قربت من الجسم.

ويقول الباحثون إنه يمكن دحض هذه الخرافة بالعودة إلى عام (١٩٢٨م)، حيث أجريت دراسة للمقارنة بين نمو الشعر في بقع قد حلقت وبين نمو الشعر في بقع لم تحلق.

وتوصلوا بعد هذه الدراسة إلى أن لا فرق في السماكة، ولا في سرعة نمو بين الفريقين، وبعد هذه الأسطورة استمر ما يقرب من (٨٠) عاماً بعد أن كانت مفندة.

قص الشعر يحفز على النمو بسرعة

تعد هذه العبارة واحدة من المفاهيم الخاطئة الأكثر شيوعاً؛ فهناك اعتقاد راسخ أن قص الشعر يؤدي إلى نمو الشعر بشكل أسرع وأكثر سمكاً! ولا يوجد لهذا الاعتقاد أصل في الصحة؛ فإن القص أو التشذيب،

أو حتى حلق الشعر قد يبدو أن له تأثيراً على نمو الشعر بشكل أسرع، لكن الواقع أن هذا مجرد وهم.

وفي حقيقة الأمر قص الشعر بشكل معين قد يجعله يبدو أكثر كثافة؛ وهذا ما يجعل هؤلاء الأفراد يعتقدون أن الشعر ينمو بسرعة.

فمعدل نمو الشعر لديك يحسب عادة عن طريق الجينات الوراثية للإنسان، مع ذلك هناك أمور عدة يمكن القيام بها لمساعدة الشعر وتحفيزه على النمو بأحسن حالاته، ومن أهم هذه الأمور تناول الغذاء الغني بالفاكهة والخضراوات، بالإضافة إلى وجوب الاهتمام بتناول كميات كافية من البروتين، ومن أفضل مصادر البروتين البيض والسّمك وباقي أنواع اللحوم اللينة.

غسل الشعر يومياً باستخدام الشامبو لا يسبب جفاف الشعر

كثير من الناس يتجنب غسل الشعر يومياً؛ لاعتقادهم أن غسل الشعر يومياً يسبب جفافه، لكن إن كنتِ تستخدمين شامبو مناسباً لنوع وطبيعة شعركِ فلا يجب أن تقلقي من مشكلة الجفاف تلك أبداً.

القص لا يؤدي إلى نمو الشعر سريعاً

بشكل عام، فإن كان شعركِ من النوع الجاف فعلاً بطبيعته فليس هناك داع لغسله بشكل يومي، ويمكنك كذلك غسل الشعر مرة كل يومين مع تقليل كميات الشامبو أو حتى غسله بماء دافئ فقط، ثم وضع القليل

من البلمس الملائم لنوع شعرك؛ فمفتاح العناية بالشعر من ناحية غسله هي معرفة نوع الشامبو والبلمس المناسبين لنوع شعرك.

لا يمكن لشعرك تكوين مناعة ضد المنتجات المستخدمة على الشعر بشكل متكرر

كثير من الناس يدعي أن الشامبو أو البلمس الذي يستخدمه عادة لم يعد يعطي النتائج نفسها، غير أنه لم يتم إثبات هذه الأقاويل علمياً، ولا توجد دلائل على أن الشعر قد يكون مناعة ضد الشامبو حين تكرر استخدامه. وتفسير ما يشعر به هؤلاء الأشخاص هو تراكم المادة الموجودة في الشامبو على فروة الرأس مع تكرار الاستخدام.

ولحل هذه المشكلة ينصح باستخدام خل عصير التفاح في غسل أو شطف الشعر لإزالة تراكم المواد الموجودة في تلك المنتجات ولتنشيط فروة الرأس.

تمشيط الشعر لا يسبب التساقط

الكثير من الناس يعتقد أن كثرة تمشيط الشعر يؤدي إلى تساقطه، أو أن تقل كثافته، ومرة أخرى إن كنتِ تستخدمين فرشاة مناسبة ولطيفة على شعرك فلا يجب أن تقلقي من هذه الظاهرة؛ فلا يوجد سبب فعلي يسبب تساقط الشعر حين تمشيطينه بشكل صحي ومنتظم.

تمشيط الشعر بصورة زائدة وعن غير حاجة إلى ذلك قد يسبب

تقصف أطراف الشعر وتلفاً وتمزقاً بالشعر؛ فينصح بتجنب تسريح الشعر بعنف أو شدة من التشابك بالفرشاة بشكل عنيف؛ لأن هذا يزيد من حجم المشكلة في التقصف.

الماء .. أرخص وسيلة للتجميل

للماء فوائد كثيرة وعظيمة، وقد جعل الله من الماء كل شيء حي، وليست أهميته في كونه يُحافظ على صحة الإنسان فقط؛ بل يُحافظ على جمال ورونق البشرة أيضاً، وقد أكد خبراء التجميل ضرورة تناول كمية كبيرة من الماء لا تقل عن لتر يومياً؛ حتى تُحافظ المرأة على جمال بشرتها وحيويتها؛ فمثلاً كمادات الماء سواء الباردة أو الساخنة مُفيدة للبشرة الجافة لتعويض نقص الماء، كما وتساعد كمادات الماء على التخلص من آثار الإرهاق التي تبدو في صورة هالات سوداء حول العينين وانتفاخ الجفون.

لا بد من تناول لتر أو أكثر من الماء يومياً من أجل الحفاظ على نضارة الوجه؛ كما أن تناول كُوب من الماء في الصباح مُضافاً إليه بعض عصير الليمون يُساعد على تنقية البشرة، ويفضل شرب الماء قبل الأكل وليس في أثناءه للتخلص من الدهون في الجسم.

بُخار الماء يُستعمل لتنظيف البشرة الدهنية، وذلك بماء إناء بماء مغلي وتعريض الوجه للبخار المتصاعد؛ كما يُساعد على توسيع المسام، وتنظيف البشرة من الدهون، وعليك بتكرار هذه العملية مرة في الأسبوع.

تربية الأظافر للنساء والرجال

قص الأظافر من سنن الفطرة لقول النبي ﷺ: «الفطرة خمس: الختان، والاستحداد، وقص الشارب، وتقليم الأظفار، ونتف الإبط» متفق عليه، وثبت في حديث آخر أن سنن الفطرة عشر منها: قص الأظفار، وعن أنس بن مالك --رضي الله عنه-- قال: «وقت لنا رسول الله ﷺ في قص الشارب، وقلم الظفر، ونتف الإبط، وحلق العانة ألا نترك ذلك أكثر من أربعين يوماً» رواه الإمام أحمد، فمن لم يقص أظفاره فهو مخالف لسنة من سنن الفطرة.

والحكمة في ذلك: النظافة والنقاء مما قد يكون تحتها من الأوساخ والترفع عن التشبه بمن يفعل ذلك من الكفار، وعن التشبه بذوات المخالب والأظفار من الحيوانات.

فكرة الفتاة عن جسمها

أحياناً أشعر بالقلق من التغيرات التي لجسمي، وأحياناً أخرى أخاف من نظرة الآخرين لي، أو أشعر بأن جسمي ليس مثل الفتيات الأخريات.. فما تفسير ذلك؟

الإجابة: من خصائص الإنسان أن تكون ليه فكرة عن جسمه؛ أي صورة ذهنية عن جسمه وشكله وهيئته؛ ولهذا يميل طفل الثالثة إلى استكشاف جميع أجزاء جسمه، وفي الخامسة قد يقارن نفسه بغيره من الأطفال، ويتجدد هذا الميل في المراهقة، فالفتاة لا تقنع بكشف

تغيراتها الجسمية فحسب؛ بل تحاول تتبع هذه التغيرات ومقارنة نفسها بزميلاتهن.

تشعر الفتاة بعدم الأمن أو القلق إذا شعرت بأن جسمها يحد كثيراً عن تصورهن له، وإذا كان مفهوم الذات مطابقاً لما تود أن تكون عليه "الذات المثالية" اتصفت الفتاة بالثبات والاستقرار والاتزان، أما إذا كان الفرق كبيراً بين فكرتها عن ذاتها وما تود أن تكون عليه فإنها تصاب كثيراً بالإحباط واليأس، وتقل محاولاتها في تغيير نفسها.

ولذلك ينبغي على الفتاة أن تتقبل جسمها كما هو عليه، وأن تعرف أن لديها إمكانيات جسمية غير موجودة لدى الأخريات، وأن كل فرد خلق هكذا ليناسب دوره وزمانه، وأن يبحث في نواحي تميزه الجسمي حتى يستغلها، ولا بد أن تعلم أنه قد يكون لدى الأخريات من اللاتي تتمنى أن يكون جسمها كجسمهن بعض الأمراض أو خلل ما غير ظاهر للناظرين. وبالتالي ينبغي على الفتاة ألا تتمنى ما عند الأخريات وتتعامل مع واقعها الجسمي والعقلي والبيئي وتحسن استغلاله، وقد قال الله تعالى:

﴿وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ﴾ (النساء: ٣٢).

لماذا تفعلين ذلك؟

تحكي فتاة قصتها فتقول:

كنت في الرابعة عشرة من عمري، وكنت كبقية الفتيات أهتم بالموضة والأناقة، أصاحب الفتيات المؤدبات من جيراني وزميلات مدرستي، فأنا من أسرة متدينة ومحافظة، ولكنهن كن لاهيات، وحدث ذات يوم أن اختلفت معهن، وقررت أن أبتعد عنهن تماماً، ووضع الله

تعالى في طريقي إحدى زميلات فصلي بالمدرسة التي تصادف أن كانت تسكن بجواري، واضطرت إلى أن أصاحبها؛ حتى لا أظل وحيدة، وكانت فتاة محجبة ووالدها إمام مسجد، ولكنها كانت طوال طريقنا من وإلى المدرسة وفي الأوقات الأخرى لا تتكلم عن الدين إطلاقاً، وكنا نتحدث عن الدروس أو المسلسل التلفزيوني أو الأغاني... إلخ.

وكانت تفعل شيئاً كان يلفت نظري ويشعرنى بوخز الضمير، كانت لا تتوقف عن إصلاح وضع "الحجاب"؛ حرصاً على ألا تظهر منها شعرة واحدة، وكنت أقارن نفسي بها، حيث كنت أحرص على تغيير تسريحتي يومياً، وظللنا هكذا حتى بدأت أفكر عن سبب ما تفعله، وسبب ما أنا عليه، ومن تطيع هي؟ ومن أطيع أنا؟ وتيقنت أنها تطيع ربها وأنا أطيع الاستعمار أقلده.

وساعدني بعد صديقاتي القدامى على مواصلة التفكير في هذا الموضوع، حتى بدأت أسمع الأذان بأذن جديدة يشاركها قلبي، وبدأ يتملكني الخوف من أن أموت وأنا غير محجبة، وكنت أخجل من مقابلة ربي دون أن أجد سبباً لعدم طاعتي له، وقررت الحجاب، وكان صعباً جداً على نفسي تدريجياً، ووجدتني أنجح، فبدأت بالكم الطويل لفترة وفي الحر، ثم التسريحة الواحدة، ثم الحجاب الكامل والحمد لله، ولن أستطيع أن أصف أول يوم حجاب وما بعده، فقد شعرت بأمان واطمئنان وسعادة لم أشعر بهم في حياتي، وكانت المفاجأة أن الجميع شجعوني حتى غير الملزمين منهم، وزاد ذلك في سعادتي، ثم بدأت أشعر أنني

أخفي وراء حجابي جهلاً بديني، فتوقفت عن قراءة الشعر وقصص الأدب لفترة، وظللت سنتين لا أقرأ إلا في الدين، وذهبت مع صديقتي - سبب هدايتي - إلى ندوات دينية؛ حتى ارتويت وشعرت بأنني فخورة بنفسي وإسلامي، وأنتي أستطيع مقابلة ربي دون أي شعور بالخزي أو التقصير، وصدقوني السعادة كلها في رضا الله تعالى؛ لأنه بحق نعم المولى ونعم النصير.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

أخطاء تجميل

- فرك الوجه حتى يصبح نظيفاً:

لعل من أكبر الأخطاء التي ترتكب بحق البشرة هي تلك الخدعة التي علمتنا إياها أمهاتنا، أو ربما صديقاتنا، وهي فرك الوجه بقوة حتى يصبح نظيفاً، والحقيقة أن هذه الطريقة تسبب إزالة الطبقة المرطبة الطبيعية العازلة والواقية عن بشرتنا، ويفضل استبدال هذه الطريقة القاسية باستخدام قطن لإزالة الماكياج بواسطة كريم مرطب، ثم وضع القليل من ماء التنظيف على الوجه أو غسل الوجه بماء دافئ وصابون أساسه كريم؛ لحماية البشرة من الجفاف.

- عدم وضع كريم واق من الشمس نهائياً:

وهذا الخطأ ترتكبه العديد من السيدات الأكبر من (٤٠) سنة؛ اعتقاداً منهن أن الكريم الواقي مجرد كماليات، والحقيقة أن الشمس

في حالة تحول مستمر، وهكذا فالأشعة الضارة تسبب الضرر للجلد والبشرة بسهولة إذا لم تقومي بتغطيتها بكريم واقٍ مناسب.

- التمشيط المتكرر للشعر:

تمشيط الشعر الطويل يسد فروه الرأس ويزيد من إفرازات الزيوت الطبيعية التي تجعل الشعر أنعم وأكثر حيوية، لكن التمشيط الزائد ضار جداً؛ لأنك تشدين المزيد من الشعر وتتسببين في تقصف الشعر بسهولة.

- التركيز على تجميل جزء فقط من الوجه:

احرصي على عمل ماكياج متكامل دائماً، إذا كنتِ تحبين الماكياج الخفيف طبقيها على كامل وجهك، لكن لا تقومي بتجميل جزء على حساب الأجزاء الأخرى.

- وضع كريم الأساس غير المناسب:

العديدات لا يعرفن ما يناسب بشرتهن، ولعل العديدات يشعرن بالإحراج عندما يعلق أحد على لون كريم الأساس الباهت جداً أو الداكن جداً، والحل بسيط جداً.

اختاري لون كريم الأساس باللون الطبيعي، ثم اختاري لوناً أفتح درجة منه إذا كانت بشرتك داكنة أو لوناً أغمق إذا كانت بشرتك باهتة، وهكذا تستطيعين وضع الكريم الطبيعي على كامل الوجه، ثم تضعين الكريم الثاني من منطقة الجبهة إلى الذقن واستعملي كونسيلر تحت العينين لتبقي براقاً ومشعة بالحيوية.

- إهمال الأظافر:

أظافركِ تعبر عن شخصيتكِ؛ لذا يجب المحافظة عليها قصيرة أو طويلة، قومي بوضع كريم مرطب على يديكِ وافركي أظافركِ وتجنبي وضع الألوان الداكنة لفترات طويلة؛ لأنها تسبب اصفرار الأظافر لتصبح متساوية.

الجمال الحقيقي هو الجمال الطبيعي الذي يعتمد على إبراز نقاط الجمال الطبيعية وإخفاء المناطق الأقل جمالاً.

روتينك الجمالي بين الخطأ والصواب

إليكِ بعض النصائح التي عليكِ اتباعها، وبعض الأخطاء التي عليكِ تجنبها رحمةً ببشرتكِ:

الخطأ: استعمال الصابون لغسل بشرتكِ.

الصواب: استبدلي الصابون لأنه يجرد البشرة من الزيوت الطبيعية إلى حد أن بعض الخبراء يقولون: إنه من الأفضل عدم غسل الوجه بالصابون إطلاقاً.

الخطأ: عدم غسل البشرة خلال النهار.

الصواب: لا يجب الانتظار حتى الليل وقبل الخلود للنوم لتنظيف البشرة إذا لم تكوني واضعة أي ماكياج؛ لأنك تحتاجين إلى تنظيفها من الغبار وعوامل التلوث التي تتراكم عليها طوال النهار وتسد المسام.

الخطأ: الاكتفاء بالمرطب اليومي وعدم استعمال كريم خاص

للعينين.

الصواب: ضعي يوماً كمية كافية من كريم خاص بالعينين في الصباح والمساء. فعيناك هما الجزء الأول من وجهك تظهر عليهما علامات الشيخوخة. ما تقوم به الكريمات الخاصة بهذه المنطقة أنها تغذيها أكثر من المرطب اليومي، اختاري كريماً خفيفاً وتجنبي الكريمات الثقيلة.

الخطأ: شرب المياه الغازية.

الصواب: اشربي كميات كافية من الماء لتنظيف جسمك وبشرك من الداخل؛ فالماء يقوي مرونة البشرة ويساعد الدورة الدموية عكس المشروبات الغازية التي تؤدي إلى جفافها.

الخطأ: عدم استعمال الكريمات المضادة لأشعة الشمس.

الصواب: ضرورة استعمال كريمات مضادة للشمس بمرشحات لا تقل عن (15) كل يوم حتى في الأيام التي لا تكون فيها الشمس مشرقة، وبغض النظر عن سنك.

عادات تؤذي جمالك

أقلعي عن هذه العادات التي من شأنها أن تؤذي جمالك وتعجل شيخوختك:

(١) لا تجلسي ويديك على خدك؛ لأن الخطوط والتجاعيد التي تحدثها اليد ولفترة مؤقتة قد تبقى إلى الأبد.

(٢) اجلسي بشكل يكون فيه عنقك منتصباً؛ لأنك إذا جلست وعنقك غائر بين كتفيك تهدلت عضلات عنقك وتصاب بالتجاعيد.

(٣) لا تمضغي طعامك على جانب واحد؛ لأن هذا يرخي عضلات هذا الجانب ويسبب لك التجاعيد.

(٤) لا تجعدي منطقة الأنف كثيراً عندما تضحكين.

(٥) لا تحدقي بنظرك إذا كنت تنظرين إلى البعيد، فهذا يسبب التجاعيد حول العينين.

(٦) لا ترفعي حاجبيك إلى أعلى في أثناء الكلام أو لإعطاء إشارة ما، لا تتجهمي أو تقطبي في أثناء الغضب أو الحزن، فالحزن الذي في القلب لا بد أن يترك أثراً على الوجه، وإن كنت تودين الاحتفاظ بشبابك لأطول مدة ممكنة فعليك أن تزيلي معالم الحزن أو الغضب عن وجهك.

(٧) لا تنظري إلى الشمس أو أي مصدر نور قوي دون استعمال النظارة؛ لأن التحديق في الضوء بصورة متكررة يحدث تجاعيد في منطقة العين.

(٨) لا تستعملي وسادة عالية أو قاسية؛ لأنها تحدث في أثناء النوم في وجهك علامات، وقد تلاحظين أن هذه العلامات تبقى ظاهرة في وجهك مدة من الزمن، وهذا يسبب التجاعيد.

أشياء صغيرة قد تشوه جمالك

هل تسعى حواء أحياناً بكامل رغبتها ووعيها لإتلاف جمالها؟! هذه ظاهرة يصعب استيعابها، لكنها موجودة بالفعل، فهناك مجموعة من السلوكيات السلبية تطارد حواء منذ مرحلة المراهقة كانعكاس للمشاعر والانفعالات المتعددة التي تتصف بهذه المرحلة عادة، وقد تلازمها في مراحل عمرها المختلفة، خاصة عندما تتعرضين للضغوط النفسية ومنها: قضم الأظافر والعبث بالحبوب، وغيرها من العوامل التي تقوض مقامات جمالها، فإذا كنتِ من ضمن من يتلفن جمالهن بأيديهن فهذه دعوة لوقف مذابح الجمال:

- العبث بالبتور:

يجب أن تعلمي جيداً أن دورة حياة البثور لا تتجاوز (٨) أيام إذا لم تمس فإذا عبثتِ بها تضاعفت دورة حياتها فقد تطول إلى أسبوعين مع احتمال ترك ندب أو بقعة، وأحياناً دمل مكانها. فبإمكانك إخفاء البثور بنشر طبقة من كريم الأساس فوقها تليها سحابة بودرة دون الحاجة إلى سحقها.

- نزع الرءوس السوداء:

تجنبي نزع الرءوس السوداء، حتى ولو كانت يداك نظيفتين، وحتى لو حرصت على تطهير أماكنها قبل وبعد التخلص منها.

- قلع الشعر:

وهو تعبير عن حالة الغضب التي تعصف بحواء، ثم تتحول إلى

رد فعل سلبي تقوم على أثره بنزع مختلف أنواع الشعيرات التي تنمو على وجهها أو جسمها، خاصة شعيرات الحاجبين، ويتكرر هذا السلوك بشكل تلقائي كلما تعرضت لمواقف انفعالية مشابهة والخطير في الأمر أن تكرار هذه الظاهرة يؤدي أحياناً إلى الإصابة بمرض تساقط الشعر التلقائي مما ينال كثيراً من الجمال عن طريق إتلاف رمز جمالها الأبدي.

- العض على الشفاه:

إن العض الدائم على الشفاه يجعلها دائمة الجفاف والتشقق كما تفقد شكلها المتجانس الناعم البراق وتصبح خشنة وغير منتظمة، وإلى جانب عض الشفاه لعقها، وهو مظهر آخر من مظاهر القلق يتسبب في نمو القشور حول المنطقة المحيطة بالفم، وهي قشور لا تختفي أبداً بسبب الرطوبة المستمرة التي تصيب تلك المنطقة، وتظهر هذه العادة غالباً في مرحلة المراهقة وتختفي باختفاء السبب.

- رققاً بالعينين:

يجب تجنب فرك العينون بشدة أو قرص جلد الجفون فهو أرق جلد موجود على جسم الإنسان وهو الأكثر عرضة للإصابة بالتجاعيد وحتى في أثناء إزالة الماكياج، يجب أن يتم ذلك بخفة ودون ضغط ويتم بالطريقة التالية:

إزالة ماكياج الرموش عن طريق المسح عليها بقطنة مشبعة بالمنتج المزيل للماكياج في اتجاه نموها، ثم إزالة ماكياج الجفون بحركات خفيفة

ابتداء من الركن الداخلي للعين وفي اتجاه الركن الخارجي منها، أما منتجات وكريمات العناية التي تستخدم ليلاً فيفضل توزيعها بحركات دائرية.

- قضم الأظافر:

وهذه عادة قبيحة تشوه جمال الأظافر وتحول دون نموها بشكل سليم، كما تصيبها بالتقصف المستمر والهشاشة، وعلى الجانب الآخر فهناك من يكثر من وضع المانيكير وعمل الباديكير المتكرر باستخدام أدوات معدنية تصيب الأصابع بالجروح وتلحق الضرر بالمنطقة المحيطة بالظفر فينمو بشكل خاطئ، وينصح خبراء التجميل دائماً بترك عملية الباديكير للمتخصصين واستبدال المبرد المعدني الذي يؤدي إلى ازدواج الظفر بمبرد آخر من الكارتون المقوى، ويفضل القيام بعملية البرد بعد الاستحمام أو غسل اليدين بالماء؛ إذ تكون الأظافر أكثر مرونة والتوقف عن نزع الجلد الرقيق المحيط بالأظافر كلما بدأ في النمو واستبدال ذلك بخدعة بسيطة: وهي إزالتها بخفة باستخدام الجانب الضيق من المبرد المصنوع من الكارتون.

- تمشيط الشعر وهو مبتل:

وتلك العادة كفيلة بالقضاء على الشعر، فالشعر المشبع بالماء يكون عادة هشاً شديد الحساسية عديم المقاومة يسهل تقصفه، وينصح الخبراء في البداية بتخفيف الشعر بعناية باستخدام المناشف ثم تجفيفه بالاستشوار (مصفف الشعر الهوائي) والرأس إلى أسفل مرة، ثم إلى

أعلى مرة أخرى لتهويته جيداً، يلي ذلك تصفيفه أو تنفيذ التسريحة فيه، وهو يوشك على الجفاف، ويجب كذلك التحكم في درجة حرارة المجفف الكهربائي، ويفضل تركه ليحجف في الهواء أو في درجة حرارة معتدلة، كما ينصح خبراء التجميل بتجنب عمل صبغة وبرماننت في وقت واحد أو في فترات متقاربة، وتجنب تكرار هاتين العمليتين كثيراً؛ حتى لا تضر شعرها.

خطورة مستحضرات التجميل

يعد استخدام مستحضرات التجميل من الأمور التي يجب على النساء أن يحذرن وينتبهن منها قبل اتخاذ أي خطوات قد تسبب لهن مشاكل صحية لا تحمد عقباها: تأكدي من تنظيف يديك ووجهك قبل الشروع في وضع المستحضرات، ولا تشاركي في المستحضرات أحداً، إذا أردت تجربة منتج في محل البيع اطلبي دائماً علبة غير مستخدمة، واطلبي من البائع مسح فوهة علبة التجربة بالكحول.

علبة التجميل تكون مغلقة بإحكام إلا عند استعمالها وتكون بعيدة من الغبار والأوساخ.

أبقي مواد التجميل بعيدة عن الحرارة وأشعة الشمس المباشرة؛ لا تستخدم مستحضرات تجميل العيون إذا كانت عندك عدوى في العين كالتهاب الملتحمة، وتخلصي منها واستبدليها بمستحضرات جيدة بعد الشفاء.

يجب التخلص من المنتج إذا تغير لونه أو فاحت منه رائحة؛ فهذا يشير إلى أن المواد الحافظة في المنتج أصبحت لا تقوى على مقاومة البكتريا.

عند تغيير قوام المنتج فلا تقومي بإضافة ماء عليه، بل تخلصي منه.

من الضروري تنظيف الفرشاة والأدوات التجميلية بانتظام.

أخطاء مستحضرات تبييض البشرة

تلجأ الكثير من النساء إلى استخدام بعض المستحضرات بهدف تبييض البشرة، خاصة المناطق الداكنة في الجسم، أو أجزاء معينة من الجسم كالوجه واليدين والساقين ويمكن أن يكون هذا الاستخدام لهذه المستحضرات من أجل معالجة تغيرات مرضية أو بقع خلقية وليس لمجرد اكتساب بشرة بيضاء، وغالبًا ما تتوافر هذه المستحضرات بأشكال عدة، لكن أكثرها شهرة هي التي تكون على شكل كريمات أو حبوب أو صابون، لكن يجب أن يعلم كل من يستخدم هذه المستحضرات بأنها ليست خالية تمامًا من بعض الآثار الجانبية، حيث إنه من الضروري توخي الحذر عند استخدام تلك المستحضرات الشائعة والحرص على انتقاء الأنواع التي تحتوي على مواد غير ضارة، وأن تكون عملية الاختيار والاستعمال مكللة بإشراف طبي من قبل خبراء متخصصين، كما أن الاستخدام طويل الأمد لمستحضرات تبييض البشرة، حتى الآمن منها

يعد ضاراً ويتسبب في آثار عكسية على الجلد؛ لهذا يتم دائماً التركيز على الإشراف الطبي عند استخدام مثل هذا النوع من المستحضرات من أجل الحصول على المساعدة عند ظهور أي آثار جانبية عكسية نتيجة استخدامها لفترات طويلة، وأن أهم الآثار الضارة لمستحضرات تبييض البشرة على الجسم والجلد هو إمكانية احتواء بعض هذه المستحضرات على مواد يمنع طبيياً من استخدامها؛ نظراً لآثارها السلبية الكبيرة. كما قد تتسبب بزيادة عمق لون البشرة أو ظهور خطوط وعلامات تمزق وتشد الجلد أو حالات ضمور الجلد أو حالات التهاب الجلد الميكروبية.

والجدير بالذكر أن بعض مستخدمي مستحضرات تبييض البشرة قد يعانون ما يشبه حالة الإدمان؛ نتيجة استعمالها وهم يستخدمون هذه المستحضرات منذ سنوات ويرغبون في التوقف عن ذلك الاستخدام، لكنهم غير قادرين على ذلك وبالتالي فهم يعانون حالة نفسية مرضية حقيقية.

ومن أجل هذه الأسباب كافة ننصح كل من تفكر في استخدام مستحضرات تبييض البشرة أن تفكر ملياً في الموضوع، وأن تلجأ دائماً للاستشارة الطبية من قبل الخبراء المتخصصين في هذا الحال، وفي جميع الأحوال يجب أن تحاول ألا تمتد فترات استعمال هذه المستحضرات طويلاً.

أخطاء في حق البشرة

١- لا تهمل الكريما الواقية للشمس:

لا يختلف خبيران على أهمية وضع كريم واق من الشمس؛ فهي المسؤولة عن التجاعيد والحبوب المبكرة والمصايح التي نستخدمها في البيوت بها أشعة تعادل التعرض للشمس يوماً كاملاً.

٢- لا تبالغي في التقشير:

إزالة الخلايا الميتة هو مفتاح التألق والتوهج، لكنه قد يصبح كالإدمان فيؤدي لإزالة الطبقة الواقية؛ مما يؤدي لتهييج البشرة وحب الشباب والحساسية؛ فالتقشير يجب أن يكون مرة واحدة في الأسبوع.

٣- لا تتجهمي ولا تعبسي:

التجهم والعبوس يؤديان إلى ظهور الخطوط والتجاعيد التعبيرية والتي لا تعرف عمراً معيناً.

٤- لا تنامي بالماكياج:

ذلك يؤدي إلى سد المسام واختناق البشرة، ففترة الليل فرصة لتغذية البشرة؛ لأنها أكثر تقبلاً للعلاج والتغذية.

٥- لا تبالغي في التنظيف:

كثرة استخدام المستحضرات وحتى الأقنعة الطبيعية يعطي نتيجة عكسية؛ فيجعل البشرة سهلة التهيج والاضطراب فتلجئ للقناع، مع إنه السبب الرئيس للمشكلة.

٦- لا تسيئي استعمال المستحضرات:

المنتجات كثيرة للتنوع، لكن لتغطية كل الحاجات وكل منها مخصص لرعاية جزء، فلا يصح خلطها مع بعض ولا استخدامها على جزء هو غير مخصص بها، وأسوأ ما هو شائع وضع المرطب لمنطقة تحت العين؛ مما يؤدي للانتفاخ والهالات.

٧- لا تهمل بشرتك:

استشيرى إلى أن تصلى لما يناسبك ولا تأخذى عذراً للإهمال بأنك جربت ولم يفد، وتذكري منظفاً ومنعشاً ومرطباً يومياً، تقشير وقتناح أسبوعى.

٨- لا تعصرى الحبوب:

عصرها لا يخلصك منها بالعكس قد تزيدها؛ لأنها تلتهب كما أن الإصبع الملوث قد يلوث الجزء الذى ليس به حبوب وينشرها فيه، فالحل تغطيتها بالكونسيلر.

صواب وخطأ فى عالم التجميل

- الماسكرا تؤذى الرموش "خطأ":

يقال: إن وضع الماسكرا يؤذى الرموش ويؤدى إلى تساقطها، الحقيقة أن الماسكرا مؤذية فى حالات محددة، ويمكن تفادي الضرر بتطهير الماسكرا والماكياج عن عينيك قبل النوم، وذلك بواسطة كريم مركز من الحليب أو المزيل العادى للماكياج.

كذلك يجب غسل الوجه بالصابون الخاص بالبشرة بعد استعمال المنظف بدقائق، كما يمكن استخدام الماسكرا الغنية بالفيتامينات المغذية، فهي مفيدة.

- المجفف الكهربائي مفيد للشعر " خطأ " :

تعد النساء استخدام السيشوار ضرورياً بعد الاستحمام، لكن تجفيف الشعر بالمجفف الكهربائي يؤدي الشعر ويؤدي إلى تكسره ويرهقه ويؤثر سلباً في نموه، عدا أن الشعر لا يتمتع بالمظهر الجميل الذي يظهر التسريحة، لكن لتخفيف الضرر من المستحسن تجفيف الشعر بالمنشفة بعد غسله، ثم استخدام المجفف الكهربائي بدرجة حرارة منخفضة.

- الطلاء يسبب اصفرار الأصابع " صواب " :

تشعر المرأة بعد إزالة الطلاء بأن لون أظفارها اصفرَ خلافاً للمعتاد، في الواقع إن هذا الاصفرار ينتج من الاستعمال المتكرر للطلاء؛ لذا يفضل طبقة شفافة من الطلاء قبل وضع اللون الأساسي الذي اخترته.

- بقاء الماء على البشرة يسبب جفافها " صواب " :

لا شك أن البشرة كالجسم تحتاج إلى الماء، لكن بقاء الماء عليها مدة طويلة من دون تجفيفها يسبب جفاف البشرة؛ لذا يستحسن تجفيف البشرة بعد غسلها.

لكن في المقابل إن شرب الماء بكثرة من أكثر الأمور المفيدة للبشرة.

- مزج لونين من أحمر الشفاه "صواب":

تعد بعض النساء أن مزج لونين من أحمر الشفاه أمر غير مسموح به في التجميل؛ إذ يعتقدون أن ذلك قد يظهر للعيان، لكن الحقيقة تخالف هذا الاعتقاد؛ إذ يمكن مزج لونين من الماكياج، هذا المزج يعطي المرأة القدرة على التحكم بدرجة لون أحمر الشفاه الذي تريده، بالإضافة إلى أنها تتمكن من ابتكار لون ليس موجوداً في السوق ولا تضعه الأخريات، وأن الطريقة المثلى لهذا المزج أن يتم بين لونين مختلفين تماماً، وأن يكون أحدهما فاتحاً والآخر داكناً.

- الليمون مفيد للأظافر "صواب":

يعطي الليمون بريقاً خاصاً للأظافر؛ لذلك يمكن اعتماده متى شعرت بأن أظافرك فقدت بريقها، ويمكنك مزج البطاطا بعصير الليمون لتقوية الأظافر وجعل لونها ناصعاً.

بشركِ الجميلة

احفظي جلدكِ عن النار وارحمي بشركِ الناعمة، ألا تحبين نفسك؟

ليس غير الجلد سيُنعَم أو يُعذَّب.. إن أنتِ ليس شخصاً آخر.. إنه جلدكِ وأعضاؤكِ التي كانت تظهر من بين فتحات ملابسكِ العارية وبناطيلكِ الضيقة.

هل قرأتِ هذه الآية عن عذاب أهل النار..؟

قال الله تعالى: ﴿كَمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بِدَلْنَتِهِمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا
الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا﴾ (النساء: ٥٦).

إنه مشهد لا ينتهي، مشهد متكرر، إنه الهول.. والسياق يرسم
ذلك المشهد ويكرره وبلفظ واحد.. "كلما" .. ويرسمه كذلك عنيماً
مفزعاً بشطر جملة.. ﴿كَمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ﴾ ويرسمه عجيباً خارقاً
للمألوف بتكلمة الجملة ﴿بَدَلْنَهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ
كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا﴾ (النساء: ٥٦).

فكلما احترقت جلودهم بدلهم الله جلوداً غيرها، أي أعطاهم
مكان كل جلد محترق جلدًا آخر غير محترق؛ ليدوم لهم العذاب ولا
ينقطع، وفي هذا السعير المتأجج تكون جلودهم ناضجة مشوية معذبة في
مشهد مكروب مؤثر، ذلك أن الله قادر على الجزاء، حكيم في توقيعه،
فلا تستهينوا بمعصيته سبحانه.

يا صاحبة البشرة الجميلة.. كما أحببت بشرتك في الدنيا
واعتنتِ بها للحفاظ على ليونتها ونضارتها، اعتني بها في الآخرة؛ لأنها
تخصك لأنها أنت.

فلا تشوي جسدك في جهنم من أجل موضة.. أو حفلة.. أو تهاون
بالحجاب وغيرها من المعاصي.

الدين لا يتجزأ، فأنت تطيعين الله في الصلاة والصيام فلم
تعصينه في اللباس؟!

حذار من سوء استخدام مستحضرات التجميل

حذر خبراء في لجنة مكافحة العمى الأمريكية من أن سوء استخدام مستحضرات التجميل وصبغة الشعر يمكن أن يؤدي العيون، وقد يسبب فقد البصر.

وتقول تقارير وكالة حماية المستهلك الأمريكية إن أكثر من (٢٦٠) ألف إصابة في العيون دخلت أقسام الطوارئ في المستشفيات الأمريكية في عام (٢٠٠٠م) بسبب مستحضرات التجميل.

وقد أشار الباحثون إلى أن صبغات الشعر المستخدمة داخل المنازل بشكل خاص، قد سببت حالات خطيرة في العيون بعد استعمالها بشكل غير صحيح.

وينصح هؤلاء الخبراء بمراعاة الوصايا التالية؛ لتجنب المشاكل التي يمكن أن تنجم عن تلك المواد:

١- ضرورة غسل اليدين قبل استخدام هذه المستحضرات؛ لمنع انتقال الجراثيم من اليدين إلى العيون.

٢- المحافظة على الأدوات المستخدمة في التجميل نظيفة ومعقمة.

٣- إبقاء هذه المستحضرات بعيدة عن مصادرة الحرارة أو البرودة؛ حتى لا تنمو الجراثيم فيها.

٤- عدم ترطيب مستحضرات التجميل بالماء أو اللعاب؛ لتفادي نمو الجراثيم فيها.

٥- عدم مشاركة الأخرى في أدوات الماكياج، أو استخدام أدوات

الغير.

٦- التخلص من فرشاة (الماسكارا) القديمة، وعدم نقلها من عبوة إلى أخرى.

٧- تجنب وضع الماكياج في أثناء قيادة السيارة.

٨- ضرورة إزالة الماكياج قبل النوم.

٩- على مستخدمي العدسات اللاصقة إعطاء اهتمام أكثر عند وضع أو نزع ماكياج العيون.

حذار من كريمات "تفتيح البشرة"

خلق الله - عز وجل - سكان المناطق الحارة، وفي داخل جلودهم مادة تدعى (ميلانين) جعلها الله لحمايتهم من أشعة الشمس. وهذا ما جعل صاحب البشرة السمراء أقل عرضة بكثير من غيره للإصابة بسرطان الجلد.

ولكن البعض يسعى - بالتقليد الأعمى - للتخلص من الميلانين الموجود بشكل طبيعي داخل الجلد من أجل الحصول على ما يظنه هؤلاء أنه أكثر جمالاً ورونقاً مما خلقنا الله - سبحانه وتعالى - عليه.

وانتشرت الدعايات التلفزيونية فوق سطح الأرض قاطبة تدعو إلى استخدام كريمات تفتيح البشرة، لتصبح الفتاة أقل سمرة مما هي عليه.

وللأسف؛ لا يعلم الكثير منا أن أغلب الكريمات تحتوي على مواد

ضارة جداً، وقد منعت في كثير من الدول الأوروبية وأمريكا. وأهم هذه المواد التي ثبتت خطورة استعمالها، والتي تدخل ضمن تركيب كريمات وصوابين تفتيح البشرة هو مادة "هيدروكينون". وقد كانت النسبة المسموح بها من مادة هيدروكينون في مستحضرات التجميل داخل أوروبا (٢٪) إلا أن السلطات البريطانية أعلنت في شهر يناير (كانون الثاني) عام (٢٠٠١م) منع استخدام هذه المادة في مستحضرات التجميل كافة.

وهذه المادة - هيدروكينون - هي المادة الأساسية الموجودة الآن في أغلب تلك الكريمات المفتحة للبشرة. وتعمل هذه المادة على وقف إنتاج - الميلانين - الموجودة داخل الجلد، الذي يعطي اللون الأسمر للجلد.



محاذير ونصائح للفتيات



تحتاج الفتاة في هذه المرحلة العمرية إلى النصائح والتوجيهات؛
فالفتاة إن لم تجد من ينصحها إلى طاعة، وجدت من يجرها إلى معصية.
لذا.. حاولنا جاهدين جمع العديد من النصائح والتوجيهات والمحاذير
لأخواتنا الطالبات في هذه الفقرة.



مريول المدرسة إلى أين؟

ماذا أصاب مريول المدرسة؟ سؤال يدور في بال كثير من الغيورين؛ لما يرونه من التصرفات المشينة التي تعمد إليها بعض الطالبات للعبث بالزي المدرسي من خلال تقصيره أو تضيقه أو زركشته، أو إحداث الفتحات أسفله. وهناك من تتفاخر على زميلاتها بنوع قماش ذلك المريول، وتزعم أنه جلب لها خصيصاً من فرنسا أو إنكلترا، فإن كانت صادقة فهذا تكلف لا داعي له، وتفاخر مذموم، وإن كانت كاذبة فكفى بالكذب قبلاً ودناءة.

فالواجب عليكِ أختي الطالبة أن تتسمي بالتواضع لأخواتك، ولا تتعمدي كسر قلوب الفقيرات منهن، وأن تلبسي ثياب الحشمة والوقار، ولا تبتدعي شيئاً غريباً منكرًا، فيكون عليكِ وزر، ووزر كل من تابعكِ عليه.

نفعي الله وإياكِ بهدي كتابه وسنة نبيه، وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم.

صفات الطالبة المتفوقة دراسياً

- ١- صاحبة طموحات وأهداف عليا.
- ٢- صاحبة عزيمة وهمة عالية في الدراسة.
- ٣- واثقة من نفسها، غير شاعرة بالعجز.
- ٤- قوية الإرادة والشخصية، لا تخضع لأهواء الآخرين.

- ٥- قدرة على ضبط النفس وتنظيم أعمالها.
- ٦- صبورة تتحمل الصعوبات وتواجه العقبات الدراسية.
- ٧- ناجحة في علاقاتها مع المحيطين بها.
- ٨- نشيطة لا تعرف الكسل أو الخمول.
- ٩- محبة للعلم والمعرفة والمطالعة.
- ١٠- تجيد استثمار الأوقات في المذاكرة والتحصيل.
- ١١- حريصة على المذاكرة بالطرق العلمية السليمة.
- ١٢- حريصة على التفوق في العلوم والمعارف.
- ١٣- مستقيمة ومنتزنة الشخصية.
- ١٤- لا تصاحب إلا المستقيمات الجادات في دراستهن وحياتهن.
- ١٥- منتظمة في حضورها، وتؤدي واجباتها أولاً بأول.
- ١٦- تستفسر عما لا تعلمه، وتستفيد من نصائح الآخرين.
- ١٧- متنوعة الاهتمامات، ولا تقصر اهتمامها على الدراسة فقط.
- ١٨- تنظم حياتها العلمية، وتحدد أوقات المذاكرة، وأوقات الراحة بدقة.
- ١٩- صادقة مع نفسها وغيرها، ولا تفكر في الغش أو النجاح بالمحاباة أو الوساطة.
- ٢٠- وقبل ذلك كله: مؤمنة بالله تعالى إيماناً قوياً، حريصة على أداء حقوق الله، ملتزمة بتقواه ومراقبته في السر والعلانية.

مثالب التبرج

أختاه: التبرج نار تشتعل، وأمراض تنتقل، وأحقاد تنتشر، ومن مساوئته:

- ١- التبرج معصية لله ولرسوله ﷺ.
- ٢- التبرج يجلب اللعن والطرده من رحمة الله.
- ٣- وهو من صفات أهل النار.
- ٤- وهو سواد وظلمة يوم القيامة.
- ٥- التبرج تهتك وفضيحة وفاحشة.
- ٦- التبرج سنة إبليسية، وهو من سنن اليهود والنصارى.
- ٧- التبرج فتنة، وباب شر مستطير.
- ٨- وهو سبب لانعدام الغيرة واضمحلال الحياء.
- ٩- وهو سبب لكثرة الجرائم وفساد الأخلاق.
- ١٠- وهو سبب لشيوع الفواحش والإعراض عن الزواج.
- ١١- بالتبرج تتحطم الروابط الأسرية وتعدم الثقة بين أفرادها.
- ١٢- التبرج يدعو إلى معصية إطلاق البصر وعدم غضه.
- ١٣- وهو باب إلى الزنا.
- ١٤- التبرج يوجب نزول العقوبات العامة والخاصة.
- ١٥- وهو إساءة للمرأة وإهدار لكرامتها.

الرقصة الأخيرة

في إحدى الليالي.. كان حفل الزفاف الذي دعي إليه الكثير في أحد قصور الأفراح.. أضيئت الأنوار.. وأعدت الدفوف والطبول.. النساء في أجمل ملابسهن.. وأبهى زينتهن.. بدأن في الحضور.. القلوب متأهبة للرقص والفرح.. ضربت الدفوف والطبول.. وانطلقت حناجر الغناء.. بدأت الرقصات بالرقص.. يهزهن الطرب.. ومن حولهن نساء واقفات يصفقن بما أوتين من قوة.. وما تنزل من المنصة راقصة إلا وتصعد أخرى.. وفي شدة الطرب.. ووسط حماس التصفيق.. تسقط تلك المرأة الراقصة.. ذهل الجميع.. وقف البعض ولسان الحال والمقال يقول: ما بها؟ لعله دوران أصاب رأسها بسبب الرقص.. حُملت ودخلوا بها غرفة قريبة.. ثم إلى المستشفى.. وما هي إلا دقائق حتى فاجأهم الطبيب بأنها فقدت الحياة بعد وقوعها.. وما بها من علة.. إلا أن انتهاء أجلها كان في تلك اللحظة.

دمار فتاة

الشاب: ألو.

الفتاة: نعم.

الشاب: دقيقة من فضلك.

الفتاة: ماذا تريد؟

الشاب: أنا أعيش القلق والتفكير في المستقبل.

الفتاة: خيراً ماذا بك؟

الشاب: الواقع أنني أريد فتاة أبني معها حبل المودة.. ثم يكون

الزواج في المستقبل.

الفتاة: وأنا كذلك لو أجد شاباً صدوقاً.

الشاب: قد وجدت ما تريدين.

الفتاة: ولكني لا أعرفك.

الشاب: يصف نفسه..

مكالمة أخرى:

الشاب: حقيقة أن القلوب تألفت ولم يبق إلا الزواج.

الفتاة: نعم وسأمتنع عن جميع من يخطبني.

الشاب: نريد أن نلتقي ولو مرة واحدة.

الفتاة: ولكن اللقاء صعب وأخاف..

الشاب: لا بد من اللقاء وإلا فلن يتم الزواج.. وتم اللقاء.. ووقعت

المأساة.

مكالمة أخرى:

الفتاة: لقد خدعتني ببقاء بريء فأوقعتني في مصيبة..

الشاب: وماذا تريدين الآن؟

الفتاة: أريد استمرار الحب والاستعداد لبناء عش الزوجية.
الشاب: ولكن ليس فيك ما يعجبني.
الفتاة: (تبكي وتتنحب) ولكن بعدما أوقعتني؟!
الشاب: الرجاء قطع المكالمات فأنا لا أرغب في الزواج من فتيات الهاتف.
الفتاة: بكاء.. بكاء.. بكاء.. ويقطع الاتصال.

قمة الطهر والعفاف

يقول أحد الدعاة: كنت في رحلة دعوية إلى بنجلاديش مع فريق طبي أقام مخيمًا لعلاج أمراض العيون.. فتقدم إلى الطبيب شيخ وقور.. ومعه زوجته بتردد وارتباك.. ولما أراد الطبيب المعالج أن يقترب منها.. فإذا بها تبكي وترتجف من الخوف..

فظن الطبيب أنها تتألم من المرض.. فسأل زوجها عن ذلك.. فقال وهو يغالب دموعه: إنها لا تبكي من الألم.. بل تبكي لأنها ستضطر لكشف وجهها لرجل أجنبي!. لم تتم ليلة البارحة من القلق والارتباك.. وكانت تعاتبني كثيرًا.. أو ترضى لي أن أكشف وجهي؟! وما قبلت أن تأتي للعلاج إلا بعد أن أقسمت لها أيمانًا مغلظة بأن الله - تعالى - أباح لها ذلك للاضطرار.. والله تعالى يقول: ﴿فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (البقرة: ١٧٣).

فلما اقترب منها الطبيب نفرت منه.. ثم قالت: هل أنت مسلم؟

قال: نعم والحمد لله!! قالت: إن كنت مسلماً.. إن كنت مسلماً.. فأسألك
بالله ألا تهتك ستري - تعني غطاء وجهها - إلا إذا كنت تعلم يقيناً أن
الله أباح لك ذلك..!!

أجريت لها العملية بنجاح.. وأزيل الماء الأبيض.. وعاد إليها
بصرها بفضل الله تعالى.. حدث عنها زوجها أنها قالت: لولا اثنتان
لأحببت أن أصبر على حالي.. ولا يمسنى رجل أجنبي: قراءة القرآن..
وخدمتي لك ولأولادك.

درس من أمريكا

قدم ذاك الشاب العربي إلى ولاية أوهايو الأمريكية.. وكان
بصحبه زوجته المحتشمة بالحجاب.. ولكن لم تمض إلا أيام حتى
انصهرت هذه المرأة في نمط الحياة الغربي... وأعجبت وانبهرت
بحرية الفتاة الغربية والمزعومة.. فألقت غطاء وجهها أولاً.. ثم انتهى
بها الأمر بخلع الحجاب كاملاً.. تبع ذلك حرصها على لبس بنطال
الجينز والقمصان فاقعة اللون.. لقد صارت عربية الدم غربية الشكل.
وفي أحد الأيام.. دخلت هذه المرأة إحدى الأسواق.. وبينما هي في
محل تجاري.. إذا بها ترى امرأة متحجبة حجاباً كاملاً.. فأرادت أن
تسخر منها.. وتزدري تمسكها بالحجاب في بلاد الحرية كما يزعمون..
فقالت بلهجة متهكمة: حجاب هنا؟! دعينا من هذا التخلف.. فالتفتت
إليها تلك المرأة المتحجبة ولم ترد عليها.. فكررت سخريتها.. ولم تجبها

تلك المرأة بشيء إلا أنها قالت باللغة الإنكليزية: عفوًا.. لا أعرف اللغة التي تتكلمين بها.. أنا أمريكية.. فتعجبت المرأة العربية من لبسها الحجاب.. فقالت تلك المرأة الأمريكية المسلمة بلهجة واثقة: اسمعي.. أنا أمريكية عشت العري والخلاعة أصالة.. وأعرف تمامًا ماذا جلب لنا العري من بلاء.. ولكن أحمد الله أن هداني للإسلام وشرع لي الحجاب.. لقد صار لأجسادنا وذواتنا قيمة... بعد أن كنا ألعوبة للغادين والرائحين.

مأساة الغربيات

أختي المسلمة: هناك الكثير من بنات جنسك يتمنين ما أنت عليه من الكرامة والعزة، فنعمة الإسلام قد حرمن منها الكثيرات من نساء الغرب لما يلاقينه من هضم لحقوق المرأة في بلادهن؛ فحقوقهن قد رميت مع النفايات في براميل القمامة، فمتى ما شبت الفتاة عندهم أصبحت مسؤولة عن نفسها، تنفق على نفسها، لا يهم من أين يكون الدخل أهو من حرام أم من حلال، وكثير منهن لا يسمح لها والدها بالسكن معها فهي أيضًا مسؤولة عن سكنها، ومنهن من يغتصبن وتنتهك أعراضهن دون مبالاة من ولي أمرها، هم والله كالأنعام، بل هم أضل سبيلاً.

ومتى ما كبرت واحدودب ظهرها؛ أصبحت بالنسبة لهم منتهية الصلاحية فترمى بدور العجزة أو ببيت خال من الأبناء لتقوم بشغل وقتها بتربية القطط والكلاب.. قد نساها أبنائها فأين حقوقها كأم

وامرأة مسنة؟

إن مآساتهن عظيمة فلقد حرمن الحب والرحمة في وقت هن بأمس الحاجة إليه، فهن يشاهدن ما أنت عليه من النعيم والتعظيم والمحبة لك في قلوب المسلمين، حتى وإن كبرت وأصبحت امرأة مسنة؛ فهناك أبنائك يخدمونك كبيرة، كما ربيتهم صغاراً.

أختاه... إنهن يتمنين أن يدخلن في الإسلام لأجل أن يلاقين من الكرامة والعزة مثل ما تلاقين.. إنهن علمن يا أختاه أن الإسلام قد ضمن لك سائر الحقوق منذ أن كنت طفلة؛ فأمر والديك بحضانتك وتربيتك التربية الإسلامية الصحيحة، وحينما تبلغين وتكبرين إذ زوجك بانتظارك، ولما كبرت أمر الإسلام برعايتك، ولقد توعد الله من يعقك بالعذاب الشديد.. ألا فاحمدي الله يا أختاه على هذه النعمة أن جعلك مسلمة، وأن جعلك من أمة محمد ﷺ.

إنني شامخة

أيتها الدرّة المكنونة.. والجوهرة المصونة.. أصفي لي سمعك وقلبك فإنني لك محبة وعليك مشفقة وبنار الغيرة قد اكتوى فؤادي، ودموع المحبة اغرورقت عيناى.. كيف لا يا أختي وأنا أرى إخوان القردة والخنازير قد وجهوا نحوك سهامهم المسمومة لاصطياد عزتك وشموذك، وإسقاطك في بحر الرذيلة، ينصبون حولك شباكهم بأوجه متعددة، فتارة بالعباءة المطرزة، وتارة بالמושة واللباس الفاضح، وتارة

بغزوك فكرياً بهذه القنوات الهدامة.

وما لي أراك أخيتي توشكين أن تسقطي في شركهم؟

ما لي أراك تتقاذفك أمواج الحيرة وتوشك أن ترمي بك في

مستنقعات الرذيلة؟

فلماذا لا تتمسكين به لكي تسعدي في الدنيا والآخرة..؟ إنه

الحجاب الشرعي فعليك أخيتي أن تحاربي عباد الصليب بهذا الحجاب

والتمسك به، فلا سلاح في يديك أقوى منه.. فلا عزة لك ولا شموخ إلا

بهذه العباءة.

من الراححة؟

- ربحت الفنانة... مبلغاً وقدره.. على جائزة أفضل أغنية.

- ربحت الممثلة؟ مبلغاً وقدره.. على جائزة لدورها البطولي في

المسلسل.

- ربحت الأنسة... مبلغاً وقدره.. لتتويجها منصب ملكة جمال

العالم.

- ربحت الفائزة... مبلغاً وقدره.. لمشاركتها في برنامج عبر

القنوات الفضائية.

يا خادم الجسم كم تسعى لخدمته

أطلب الربح مما فيه خسران

أقبل على النفس فاستكمل فضائلها

فأنت بالنفس لا بالجسم إنسان

هل تريد معرفة من الراححة؟ وما الريح الحقيقي؟

- الراححة هي.. التي وهبت نفسها الله تعالى.

- الراححة هي. التي صلت فرضها، وصامت شهرها وحفظت

فرجها، وأدت حق زوجها.. حتما تدخل جنة ربها.

- الراححة هي.. المستغفرة بالأسحار الذاكرة الله تعالى في

أطراف الليل والنهار.

- الراححة هي.. السباقة لعمل الخيرات المبتعدة عن المحرمات.

- الراححة هي.. هي القوامة بالليل الصوامة بالنهار.

- الراححة هي.. العائدة التائبة المراقبة لله - عز وجل -.

إذا.. الريح الحقيقي هو.. السعادة في الدارين: الدنيا والآخرة..

ولكن من ستربح أكثر وأكثر؟ ليثقل الميزان وتحصلين على الجنان.. ما

زالت الفرصة أمامك.. وما زال الريح قائماً، ولنعمل من الآن..

كيف تجددين حياتك بعد التوبة؟

قبل فترة من الزمن قد استهوتني فيها الذنوب والمعاصي، حياتي

لا تمت للطريق المستقيم بصلة، كانت عبارة عن حياة بهيمية أكل..

شرب.. نوم.. كنت غارقة في أحوال المعاصي بين مجلات ماجنة،

وأفلام خليعة، وأغان غرامية، كنت بعيدة بعداً كلياً عن كل ما يقربني

إلى الله - عز وجل - حتى الصلاة التي هي صلة بيني وبين الله كنت

أنقرها كنقر الغراب من دون خشوع ولا تدبر للآيات.

المهم؛ أني أنزلها عن عاتقي وهذا هو روتيني اليومي، وفي
(لحظة) لطالما انتظرتها هي واللّه أغلى لحظة في حياتي هي لحظة
تغير الأحوال وتبدلها.. هي لحظة الهداية من المنان - عز وجل -
فالحمد له أني لم يتداركني الموت وأنا على هذه الحال التي، واللّه لو
أنني مت عليها لما سعدت في الدنيا والآخرة؛ فهذه في حد ذاتها نعمة
لا أعلم كيف يؤدي شكرها، ولكأني واللّه ولدت من جديد، لكن هناك
سؤالاً أظن أنه يدور في خاطر كل فتاة هو كيف أصبحت حياتي بعد أن
عرفت طريق الهداية؟ بعد أن اتجهت إلى اللّه بكل جوارحي ذقت طعم
حلاوة الإيمان الذي فقدته في حياتي الماضية، غسلت دموع التوبة ذنوب
سنين طوال، ورحمت حياتي بعد الدمار، انقلبت حياتي رأساً على عقب
بعد أن كنت أقضي الليل بمشاهدة المسلسلات، أصبحت قراءتي لكتب
السيرة والحديث، وبعد أن كنت أقضي وقتي بسماع الأغاني، أصبحت
أتلذذ بسماع القرآن بأصوات كبار المشايخ وأئمة المسجد الحرام، وهل
تعلمين يا أختاه أنك بإمكانك أن تتذوقي هذه الحلاوة وتجدي حياتك
بعد هذه الفوضوية؟ نعم بإمكانك لأن بكل دمة توبة صادقة تعالجين
بها شرخاً في هذه الحياة الفارغة، لتبدئي حياة جديدة أصلها حب اللّه
ورسوله، وجذورها خوفك ومراقبتك لله، وفروعها أعمالك الصالحة،
وثمارها فوزك في الدنيا والآخرة.

براعم الحب

أنا فتاة في المرحلة الإعدادية أحياناً أشعر بشعور غريب عندما أشاهد ولدًا، وبعدها يحدث لي ارتباك وخوف.. فهل هذا ما يسمى الحب؟ الإجابة: مع بداية مرحلة البلوغ ومع نشاط هرمون البرجسترون لدى الفتاة يحدث لها العديد من التغيرات الانفعالية والعاطفية، ويظهر التميز والاختلاف بين الفتى والفتاة من الناحية الجسمية والناحية البيولوجية؛ ولهذا الاختلاف حكمته وهدفه، فبه يحدث التزاوج، وبه يحدث التناسل، لكن على الفتاة في هذه المرحلة بالذات أن تعلم أن هذه الفترة تعد المراهقة المبكرة، والتي قد يحدث فيها العديد من الآثار العاطفية، والتي تحتاج منها بعض الجهد لكبحها وإرجائها إلى الوقت المناسب لها، وهو وقت اختيار الزوج أو الزواج.

أما إذا حدث لها ميل لا إرادية لشخص ما فإنه سرعان ما يتغير وينسى إذا لم تدعمه بالتفكير الدائم وأحلام اليقظة والاختلاط بالجنس الآخر؛ لأن الحب في هذه المرحلة متغير وليس دائمًا، فلتحذري من تدعيم هذا الإعجاب؛ لأن نتائجه سوف تكون غير مرضية لك وغير سعيدة كما تتوقعين.

نصيحة:

لا تتعجلي خطوة في حياتك قبل الأخرى، ودائمًا اعلمي أو اتخذي قراراتك بناءً على مبدأ الأولويات، أو الأهم فالأهم؛ حتى لا تفاجئي بأنك في النهاية لم تتجزي شيئاً، وبعدها يكون الندم كبيراً.

احذري يا ابنتي !!

يقول الدكتور: عبدالكريم بكار - حفظه الله - :

في الماضي كانت العزلة هي الحصن الذي يحتمي به كل الضعفاء، وكل الخائفين من الذئاب البشرية الضارية.. أما اليوم وبعد وجود مئات القنوات الفضائية المختلفة، وبعد دخول الإنترنت إلى كل بيت، فقد صار الحديث عن العزلة شيئاً من الماضي.

أنا أعرف أن الهاجس الذي يسكن قلوب معظم الفتيات هو الارتباط بشاب مستقيم يُقدر الحياة الزوجية، ويرعى أسرته، ويسعدها، وإن الفتاة في سبيل تحقيق ذلك قد تخاطر بالرد على معاكسة من شاب أو بالدخول إلى إحدى غرف (الدردشة) على الشبكة العنكبوتية، أو تتبادل بعض النظرات مع ابن الجيران.

وأؤكد أنها في كل ذلك لا تهدف إلا إلى العثور على من يمكن أن يكون شريك الحياة وأباً للأولاد في المستقبل.

والشباب بكل أطيا فهم يعرفون هذه الحقيقة جيداً، فالصالحون الأخيار منهم يسلكون المسلك الشرعي المهدب إلى ذلك، ويتقدمون إلى أهل من يريد الواحد منهم الارتباط بها.

أما الآخرون، وهم ليسوا قليلين فيضربون على الوتر الحساس بالنسبة إلى الفتاة، ويقدمون البرهان تلو البرهان على أنهم يريدون لأي علاقة أن تنتهي بالزواج، وما يجري قبله فترة للتعارف، والتأكد من

العثور على الشريك المناسب.

وأكثرهم كاذب في ذلك، وإن كان صادقاً فأسلوب اتصاله بالفتاة يدل على أنه شخص غير صالح.

وأنتِ يا ابنتي انطلاقاً من طيبة قلبك وبراعة مطلبك، وضعف خبرتك بواقع كثير من الشباب؛ قد تجدين نفسك في ورطة كبرى لا تعرفين كيف تخرجين منها!

قد يلتقي الشاب بفتاة في مكان عام، ويلتقط لها صورة بطريقة خفية، وقد يسجل لها كلاماً، وبعد مدة يستخدم ذلك أداة لتخوينها وتهديدها، وتجد نفسها كالماشي في حقل الغمام، فهو محفوف بالمخاطر أينما اتجه.

وبعض الفتيات تغمرها الغفلة، وفي لحظة ضعف يفترسها أحد الوحوش، وهو يعدها بالزواج، ثم تنقطع أخباره، وتجد نفسها جليسة الهموم والأحزان، وقد يحدث حمل، فتكون الجناية جنايتين: جناية على نفسها وجناية على ولدها الذي سيحيا من غير أب ولا نسب!

كشفت ستر الله علي

كتبت إحداهن تقول:

كنت فتاة مراهقة، أغواني الشيطان فصدني عن ذكر الله، وعن الصلاة بوسائل عديدة، وحرمني من الاستقامة بطرق خبيثة. شغلني بالأغاني التي أهيم بها في حب فارس الأحلام، وأغراني

بمجلة فاسدة أحلق بها في متاهات الموضة والأزياء.

أضلني بـ"الفيديو" الذي أرى فيه أفلاماً تهيج الغرائز وتدفع للرزائل، وأوقعني بهاتف "أقتل" به ما بقي من فراغ، ومن الهاتف بدأت مأساتي، ومن خلال سماعته تلاشى حياي، وذهب عفا في غير رجعة!

تعرفت على شاب من خلال الهاتف، أخذت أكلمه ويكلمني، أحسست في أول الأمر بالحرج والحياء من الانفتاح معه بالحديث، ولكن هذا الحياء تلاشى مع تكرار الحديث وكثرة المكالمات!

وبعد مدة طلب مني اللقاء، ثم حدث اللقاء بعد تردد لم يصمد طويلاً أمام إلحاحه ورجائه، ثم أعقبه لقاءات عديدة، حتى وقعت المأساة التي فقدت فيها عفتي، ولوثت عرضي وشرفي.

مضت الأيام وأنا أحاول أن أنسى ما وقع، لكنني لم أستطع.

حصلت على شهادتي الجامعية، ثم تزوجت بشاب صالح أحببته وأحبني، وفي جلسة حديث عن الماضي كشفت له ذنبي الذي تلطخت به، كشفت ستر الله عليّ، أخبرته بأيام الغرام، وصارحته بما وقعت فيه من الآثام، فوقع ما لم أتوقع!

غضب غضباً شديداً، وقذف في وجهي كلمة الطلاق.. أرجعني إلى بيت أهلي، وأخبر أبي بالذي قلت!

كل هذا حدث في ساعات معدودة، وهأنذا حبيسة حشرات لا تنتهي، ورهينة آلام لا تنقضي!

تكالبت على الهموم، وأضنتني الغموم، فلا أدري أبكي على شريفي
الذي أهدرت، أم على بيتي الذي هدمت؟!
ولو علمت الفتاة أن ساعات السرور التي تقضيها مع شاب على
الهاتف أو "الشات" ستقلب عليها حزناً وكدرًا؛ لما سئمت تلك الأيام
التي قاومت فيها مغويات الشيطان والأعيبه!
فالشهوة الآثمة حلاوة ساعة، تعقبها مرارة تظل على مدى الأيام..
والشهوة المباحة حلاوة ساعة، تدوم بعدها المودة والرحمة..
فيكفيك من تقوى الله طمأنينة في القلب، وراحة في البال..
ويكفيك من المعصية نار القلق في الدنيا، ونار العذاب الشديد في
الآخرة..

الصديقة الصدوقة

كم من فتاتين صديقتين عاشتا وتربيتا معًا، ولكن أيًا منهما لم
تكن للأخرى صديقة صدوقة!
وكم من فتاتين لم تتعرفا إلا منذ زمن يسير، ولكن صداقتهما
أعمق من أن تقاس، ويضرب بها المثل!
تقول إحدى الأخوات الفضليات:
"الصديقة هي الحبيبة القريبة إلى النفس، مجلية الهموم
والأحزان.

الصديقة بئر أمين للأسرار، وصدر مفتوح لسماع الهموم.
الصديقة أنشودة أمل، ونور حياة في لحظات اليأس والقنوط.

ولكنها لن تكون كذلك أبداً إذا كانت صديقة صدوقة.
فالصديقة الصدوقة هي التي تعرف صفات صديقتها جيداً، ولا
تصدق أي كلام يقال عنها حتى تتأكد منه؛ لأن بعض الظن إثم.
هي التي تحترم مشاعر صديقتها وتقدر ظروفها، تسامحها إذا
أخطأت، وتنسى إساءتها إذا تابت ورجعت إلى ربها، تقدر وضعها إذا
تركتها، أو انشغلت عنها لبضعة أيام، لا تغيظها ولا تهينها، ولا تكذبها
أمام الآخرين، حتى لو كانت كاذبة.
تتحمل أخطاءها، وتعاتبها عليها بلطف؛ حتى لا تجرح مشاعرها،
تحفظ أسرارها، وتعينها على تحقيق أحلامها، توجهها وتسدي لها
الرأي الحكيم.

الصديقة الصدوقة هي المؤمنة النقية المطيعة لربها، البارة
بوالديها، المهذبة اللبقة في حديثها، المحبوبة بين أهلها وقريناتها.
تلك هي الصديقة الصدوقة، وتلك صفات من امتلكتها صارت
من الصالحات.

فالصداقة لا تقاس بكم هدية أهدت إليك صديقتك، ولا بكم سنة
ظلت معك، بل بكم مرة نصحتك، وكم مرة وقفت معك وساعدتك."

أقلعي عن التدخين

توصل البحث الذي أجرته جامعة "بيرجين" في النرويج إلى أن
طفل الأم المدخنة في أثناء الحمل يكون ذا حصيلة ذكاء قليلة. وقد نشر
التقرير الخاص بالبحث في أرشيف الأمراض التي تصيب الأطفال

عام (٢٠٠١م)، وهو قد أشار إلى أن تدخين الأم في أثناء الحمل يقود إلى إنجاب طفل يقل حجمه عن المعدل الطبيعي، وهي الحالة التي ترتبط بانخفاض نسبة الذكاء. وقد وجد الباحثون أن الأطفال الذين تم اختبارهم في الخامسة والذين كان حجمهم يقل عن الحجم الطبيعي قد حققوا نتائج تقل من ثلاث إلى أربع نقاط عن الأطفال الذين كانوا يتمتعون بأوزان طبيعية عند الولادة.

حذار أيتها المدخنات من السرطان

يزيد التدخين من خطر الإصابة بسرطان المثانة عند الرجال والنساء، ولكن خطره أكبر عند النساء. هذا ما كشفتته نتائج دراسة أمريكية أجريت في جامعة كاليفورنيا على (١٥١٤) مريضاً بسرطان المثانة، ونشرت في مجلة "معهد السرطان القومي".

وتوصلت الدراسة إلى أن النساء اللائي يدخن (٤٠) سيجارة يومياً فأكثر على مدى (٤٠) عاماً يواجهن احتمال الإصابة بسرطان المثانة بضعفي ما هو عليه عند الرجال.

كما أن التدخين عند النساء يزيد احتمال الإصابة بسرطان المثانة إلى (١١) ضعفاً ما هو عليه الحال عند غير المدخنات، في حين يزيد احتمال إصابة المدخنات بخمسة أمثال ما هو عليه عند غير المدخنات.

هكذا تقول بعض الفتيات

"صديقتي تخلت عني"، "صديقتي لم تعد تحبني"، "لم أجد صديقة ودية".. كلمات تتساب بنبرة حزينة، وتتبعها دمعة ألم وعذاب. كلمات تتقاذفها الفتاة بغصة وحرقة، بعدما عصفت بها الأحزان والهموم؛ تفاجأ أن ذلك الحب والتعلق الشديد يتحول إلى ابتعاد وكره شديد.. بل ربما تلك الصداقة الحميمة تنقلب إلى عداوة وخصام! وفي المقابل تجد هناك صداقات أخوية لا يعكرها الفراق، ولا يكدر صفوها البعد واختلاف الهوى.. فمهما اختلفت الصداقات وتبوعت، تظل الصداقة الحقة هي تلك التي مشت على درب الهداية والنور. سائلي نفسك: هل تحبين صديقتك لشخصيتها أم تحبينها في الله؟

وهل أعانتك على ذكر الله، وسارت بك على درب الله؟ فأين هؤلاء الأخوات الصالحات؟.. إنكِ لن تجدينهن في الأسواق الفاتية، ولا في المنتديات الفارغة.. إنهن في أمكنة تلائم مقامهن وتناسب مكانتهن، فهن لسن كغيرهن عرضة للناظرين والعاشين.. إنهن في مجالس يذكر فيها اسم الله ويعلى فيها شأنه، في مجالس تملأ الأرض نوراً وعلماً وإصلاحاً.. كلامهن عطر، ولا يفوح منهن إلا الخير. تجدينهن في المساجد، وفي حلقات تحفيظ القرآن الكريم، وغير ذلك من الأماكن الطيبة.

عليك بالأخوة الصادقة؛ فابحثي عنها وإن طال الزمن، أخوة جعلها الله تعالى من أفضل القربات، أخوة تجعلك في ظل الله يوم لا ظل إلا ظله.. تتناصحن فيها لله، ويشد بعضكن بعضاً نحو الجنان بعزيمة صادقة وأعمال صالحة.

رسالة إلى من تلعب بالهاتف

تصوري يا أختاه فتاة مارست اللعب بالهاتف لإشغال وقت فراغها، وجرها هذا العبث إلى التعرف على شاب يهوى هذه الهواية، ونشأت بينهما علاقة مشبوهة جرّت صاحبة الحياء والعفة إلى الزنا والعياذ بالله!. أليس في هذا سقوط لا قيام بعده؟!

وحين تخطب زميلاتها، ويتزوجن، وتصبح بيوتهن مليئة بالسعادة والحبور؛ لن تجد هي أحداً يتقدم لخطبتها؛ لأن من دنست نفسها بالخيانة اليوم، ليس بعيداً أن تدنس فراش زوجها بالخيانة بعد ذلك! قد تقول هذه الفتاة: إني أمارس هذا العبث ولا يمكن أن يعرف بي الشباب الآخرون، بل ربما أمارسه مع شاب سوف يكون شريك حياتي في المستقبل!

بالله عليكم: أليست بفعلها هذا تلعب بالنار؟! وإذا كان اللعب بالنار يحرق البيوت، ويشرد الأسر؛ فإن العبث بالجوال قد يحرق العفة، ويلوث السمعة، ويخدش العرض، وقد ترى رقم هاتفها مع شباب آخرين يمارسون معها ما مارس خليلها الأول!

وكيف تمارس مثل هذا العبث والله تعالى يراها ويراقبها وإن نام
الناس وإن رقدوا؟! أليس الله بقادر على أن يفضحها أمام الناس إن
شاء؟! ولكن رحمته سبقت غضبه.

استمعي إلى حديث رسول الله ﷺ: «لأعلمن أقوامًا من أمتي
يأتون يوم القيامة بحسنات أمثال جبال تهامة بيضًا، فيجعلها الله هباء
منثورًا» قال ثوبان: يا رسول الله! صفهم لنا، جلهم لنا، أن لا نكون منهم
ونحن لا نعلم، قال: «أما إنهم إخوانكم ومن جلدتكم، ويأخذون من الليل
كما تأخذون، ولكنهم أقوام إذا خلوا بمحارم الله انتهكوها».

كيف نقف أمام الله - جل في علاه - وجوارحنا تشهد علينا بما
كنا فاعلين؟

قال تعالى: ﴿ وَيَوْمَ يُحْشَرُ أَعْدَاءُ اللَّهِ إِلَى النَّارِ فَهُمْ يُوزَعُونَ ﴿١٩﴾ حَتَّىٰ إِذَا
مَآجَأُهُمْ صَاحِبُهُمْ عَلَيْهِمْ سَمِعَهُمْ وَأَبْصَرَهُمْ وَجَلَدَهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٢٠﴾ وَقَالُوا
لِجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَيْنَا قَالُوا أَنطَقْنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ خَلَقَكُمْ
أَوَّلَ مَرَّةٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴿٢١﴾ (فصلت: ١٩ - ٢١).

فحذار حذار من اللعب بالهاتف أو الجوال؛ فكم خربت بيوت من
ورائها وتشردت فتيات!.. وكم عرض تدنس!

فاتق الله يا أخي ولا تعبت ببنات المسلمين، وتذكر أنه دين يرجع
على أهل بيتك!

الطالبة وغزو الفضاء

إن أخطر ما يواجه به المسلمون اليوم ذلك الغزو الوافد إلينا عن طريق القنوات التلفزيونية الفضائية.. إنه غزو جديد.. لا تشارك فيه الطائرات ولا الدبابات ولا القنابل والمدرمعات.

غزو ليس له في صفوف الأعداء خسائر تذكر.. فخسائره في صفوفنا نحن المسلمين.. إنه غزو الشهوات.. غزو الكأس والمخدرات.. غزو المرأة الفاتنة.. والرقصة الماجنة.. والشذوذ والفساد.. غزو الأفلام والمسلسلات.. والأغاني والرقصات وإهدار الأعمار بتضييع الأوقات. إنه غزو الفضاء!!

أختي الطالبة: يا من تعلق قلبك بهذا (الدش) وأخذ منك جل وقتك إلى متى هذه الغفلة واتباع الهوى؟

- أين أنت من قول الله تعالى: ﴿ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴾ (النور: ٣١).

- بل أين أنت من قول الله تعالى: ﴿ يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ ﴾ (غافر: ١٩).

- وأين أنت من قوله تعالى: ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴾ (الإسراء: ٣٦).

أختي!!

إن الطالبة لا تفكر إلا بعواطفها، والوسائل التي تتجاوب مع هذه

العاطفة.

هل سمعت أن أكثر من (٦٠) في المائة من الطالبات سقطن في الامتحانات؟

لماذا؟ بسبب الإدمان على متابعة القنوات الفضائية!
وتعود أسباب الفشل إلى أنهن يفكرن في الجنس أكثر من دروسهن
وحتى مستقبلهن، وأن (١٠) في المائة منهن فقط ما زلن محافظات.
وماذا جنى المسلمون من هذه القنوات؟
إنه العقائد الباطلة من الكفر بالله ودعاء غير الله والدعوة إلى
عبادة الأصنام وغير ذلك كثير.
وأيضاً إثارة الجنس عند المراهقين والمراهقات وكذلك الجريمة.
وأخيراً الجهل وترك التعلم؛ لأن الوقت كله يصرف في التنقل بين
هذه القنوات المدمرة.

الطالبة والمعاكسات

إن من الأخطار التي تهدد كثيراً من البيوت سوء استخدام الهاتف،
وعدم مبالاة أولياء الأمور مع من يتحدث أبناؤهم، ومع من تتحدث
بناتهم، حتى وصل الأمر إلى وقوع حوادث وخيمة عن طريق المعاكسات
الهاتفية، التي عمت بها البلوى في كثير من مجتمعات المسلمين.
ولا يشك عاقل في تحريم المعاكسات الهاتفية وشدة خطورتها على
الفرد والأسرة والمجتمع، فهي بريد الزنا ووسيلة من وسائل الشيطان
للوقوع في الفاحشة.

قد يستغرب البعض لماذا أخص الطالبات بالمعاكسة! والجواب:
أن الشباب كثيراً ما يستهدفون هذا السن الصغير وهو سن المراهقة،
لاستغلال سذاجتهن وتهورهن وسرعة تجاوبهن، أما المرأة الكبيرة
العاقلة فغالباً لا تتجر وراء مثل هذه السخافات.

قال الشيخ بكر أبو زيد - حفظه الله - : كنت أظن المعاكسة مرضاً
تخطاه الزمن، وإذا بالشكوى تتوالى من فعلات السفهاء في تتبع محارم
المسلمين في عقر دورهن، فيستجرونهن بالمكاملة والمعاكسة السافلة.

ومن السفلة من يتصل على البيوت مستغلاً غيبة الراعي ليتخذها
فرصة، عله يجد من يستدرجها إلى سفالته، وهذا نوع من الخلوة أو
سبيل إليها، وقد قال ﷺ فيما رواه البخاري ومسلم: « إياكم والدخول
على النساء» أي الأجنبية عنكم. فهذا وأيم الله حرام حرام، وإثم
وجناح، وفاعله حري بالعقوبة، فيخشى عليه أن تنزل به عقوبة تلوث
وجه كرامته، ومما ينسب للإمام الشافعي - يرحمه الله تعالى:

إن الزنا دين فإن أقرضته كان الوفا من أهل بيتك فاعلم

ماذا يمنحك الزواج المبكر؟

يشيع أهل الضلال أن الزواج المبكر للفتاة غير حسن! وأن الزواج
المتأخر خير منه، وترسخت قناعة لدى كثير من البنات بهذا، بل لدى
كثير من أهلهن أيضاً.. لكن، في مقابل هؤلاء نجد فتيات واعيات
مدركات لمحاسن الزواج المبكر، وحريصات عليه.

ولقد قرأت ما نشرته إحدى الصحف اليومية من آراء عدد من

الفتيات في الزواج المبكر، فكانت المؤيدات له أكثر عددًا، وأقوى دليلاً، وأبلغ حجة.

تعدد إحدى الفتيات إيجابيات الزواج المبكر فتقول: "أنا أحبذ الزواج المبكر للفتاة، وهذا ينبع طبعاً من قناعاتي ومبادئتي التي أستمدتها من الإسلام الذي أريد الإبكار، ومن ثمرات الزواج المبكر: الراحة النفسية والسيولوجية نتيجة تلبية الفتاة لرغباتها الغريزية التي تكونت في هذه السن في أوجها، وتكوين أسرة في وقت مبكر، وهو ما يلبي فطرة كل أنثى بأن تصبح أمًا".

وتضيف امرأة تزوجت مبكرًا ثمرة أخرى لهذا الزواج، وهي أن الفارق الأقل في السن بينها وبين أبنائها وبناتها؛ نتيجة إبكارها في الزواج، يجعلها مثل رفيقة لهم، تفهمهم ويفهمونها، وتكون قريبة من أفكارهم مقدره مشاعرهم وأحاسيسهم.

وتضيف فتاة أخرى إيجابية مهمة إلى إيجابيات هذا الزواج، وهي أنه يمنح الفتاة استقلالاً عن أهلها، ويجعلها حرة داخل بيتها الجديد. وأختم فضائل الزواج المبكر بالتذكير بأن إنجاب المرأة أولادًا معافين أصحاء لا يتحقق بعد سن الثلاثين؛ في الأغلب، ومعنى هذا أن التأخر في الزواج ينقص من الزمن الذي تستطيع فيه المرأة إنجاب هؤلاء الأطفال المعافين الأصحاء.

تعليمك العالي لا يأتي دائماً بخير

أنهى وزير المالية الياباني "ريوتاروها شيموتو" باللائمة على سياسة حكومة بلاده التي تحث المرأة بشكل دعوب على مواصلة تعليمها العالي؛ الأمر الذي حدا بالكثيرات إلى إهمال الإنجاب؛ مما جعل نسبة المواليد تنخفض في اليابان خلال السنوات الماضية، وهذا بدوره قد يجعل من اليابان، خلال (٢٠) سنة مقبلة، شعباً من العجائز.

قال الوزير أيضاً: إن حب التعليم العالي لدى المرأة في اليابان جعلها تهمل إنجاب الأطفال وتكوين أسرة، حتى صار (٣٧٪) من اليابانيات اللاتي يتمن مرحلة الدراسة الثانوية يتوجهن للجامعة، ثم للدراسات العليا، في حين كانت هذه النسبة لا تزيد عن (١٨٪) قبل (٢٠) سنة.

وتخشى الحكومة اليابانية أن يصل الأمر إلى مرحلة تفتقر فيها المصانع إلى الأيدي العاملة من الشباب.

انتهى الخبر. والتعليق هو: الحمد لله، الحمد لله أن الذي يقول هذا الكلام هو وزير المالية في بلد صناعي متقدم وليس وزير المالية في بلد مسلم؛ وإلا لكان الصحفيون - إياهم - خرجوا علينا في أعمدتهم الصحفية وهم يتهمون الوزير بالرجعية، وضيق الأفق، والعمل على حرمان المرأة من التعليم العالي. وليس بعيداً أن ينسبوا إليه الغيرة من المرأة، والحقد عليها، والرغبة في حبسها في البيت.. و..

إن الحكمة التي نستخلصها من الوزير الياباني وكلامه السابق، هي أن علينا ألا نحصر أبصارنا في النظر إلى جانب واحد من كل قضية،

بل علينا أن نقلب النظر في جوانبها المختلفة، لنكون أكثر موضوعية، وأكثر إنصافاً.

فزيادة نسبة الدراسات دراسات عليا قد يراها كثير من الناس مؤشراً خيراً، ودليل وعي، وبشارة طيبة إذا نظر إلى جانب زيادة المتخصصين من كلا الجنسين في الدولة وما لها من آثار على ارتفاع المستوى العلمي العام.

لكننا حين ننظر إليها من جوانب أخرى - كما فعل الوزير الياباني - فسنجد أن نسبة المواليد ستتخفف؛ لأن الفترة التي تمضيها المرأة في الجامعة، ثم الدراسات العليا هي فترة خصوبتها نفسها. أي إن الدولة ستفقد أهم ثروة، ثروة الشباب الذين سيخلفون الجيل الذي سبقهم، في إدارة عجلة الحياة.

لا تحبسوا أنظاركم إلى أي قضية في زاوية واحدة من زواياها، بل قلبوا النظر إليها من مختلف الزوايا.

معرض المجوهرات .. أم شهر الخيرات؟!!

في معرض كبير للمجوهرات والمصوغات الذهبية، انتشرت النسوة مبهورات معجبات، يتأملن القلائد والأساور والخواتم، ويقرأن الأثمان الباهظة المعلقة عليها، ولعل بعضهن كن يتمنين لو امتلكن مجموعة من هذه القلائد والأساور والخواتم، ولكن، كما يقولون: العين بصيرة واليد قصيرة، أي العين ترى فتتمنى واليد لا تملك ما تحصل به على ما تمنته العين.

وبينما النسوة على هذه الحال؛ صاح صاحب المعرض: أيتها الأخوات، أمامكن ثلاثون ثانية لتملأن حقائبكن بما شئتن من الذهب والمجوهرات دون مقابل.

وما كاد صاحب المعرض ينهي عبارته حتى اندفعت النسوة في ملء حقائبهن في اندفاع مذهل وحماسة كبيرة.. كانت كل واحدة تسعى إلى أن تملأ حقيبتها بأكثر ما يمكنها من الذهب والمجوهرات في هذه الثواني الثلاثين.

أخواتي الكريمات:

كان هذا مثلاً ضربته لشهر رمضان المبارك بأيامه الثلاثين لأقول لكن: أنتن في شهر رمضان المبارك في معرض زاخر بما هو خير من الذهب، وأفضل من القلائد، وأعظم من الخواتم، وأثمن من الأساور، فهل تضعن أيامه الثلاثين في غير كسب ما فيه من أجر مضاعف، وثواب جزيل، ورحمة واسعة؟!؟

عن أبي أمامة قال: أتيت رسول الله ﷺ فقلت: مرني بعمل يدخلني الجنة. قال: «عليك بالصوم فإنه لا عدل له (أي لا مثل له)»، ثم أتيته الثانية فقال: «عليك بالصيام» رواه الإمام أحمد.

هل رأيت أختي المسلمة: لا شيء يعادل الصيام، لا الذهب ولا المجوهرات ولا الدنيا كلها بما فيها. إنه من الأعمال التي تدخل الجنة وتباعد عن النار:

عن أبي سعيد الخدري --رضي الله عنه-- أن النبي ﷺ قال: «لا يصوم عبد يوماً في سبيل الله إلا باعد الله بذلك اليوم النار عن وجهه

سبعين خريفاً» رواه الجماعة إلا أبا داود.

والأحاديث الشريفة في فضل الصيام كثيرة تعرفينه وهي تبشر بالأجور العظيمة التي تفوق في قيمتها ذهب الدنيا ومجوهراتها كلها.. لا ذهب ومجوهرات المعرض وحده.

لو أن واحدة من النسوة اللواتي كن في معرض المجوهرات غير مكترثة بملء حقيبتها والثواني تمضي.. ألن تصفها النسوة بأنها مجنونة أو غبية؟ هل تسمحين لي أن أصف كل من يهمل في ملء صحائف أعماله في أيام رمضان بالحسنات.. بالجنون والغباء؟!

ما خرجت من باب حجرتها حتى أخرجت بجنازتها

مملكتك الجميلة التي تتربعين فوق عرشها؛ لماذا لا تطيلين المكث فيها؟.. لماذا تكثرين الخروج منها؟

إنك تستطيعين أن تجعلي فيها مصادر كثيرة لسعادتك؛ حتى تصلي إلى درجة تكرهين فيها مغادرتها، مغادرة مملكتك الجميلة.. حتى أولئك اللواتي يكثرن الخروج من بيوتهن؛ فإنهن يسرعن في العودة إليها؛ شوقاً للقرار فيها، والاطمئنان في أكنافها.

ولعل من أسباب انصراف النساء عن بيوتهن وزهدن فيها، قناعة خاطئة بأن الإنتاج والعطاء والعمل خارجها أهم وأثمن وأخطر من داخلها. في حين أن العمل المتقن خارج البيت إنما هو ثمرة الإعداد السليم والسديد داخل البيت، فلو لم يكن الإعداد متقناً داخل البيت؛

لن يكون متقناً خارجه.

ولقد كان قرار المرأة في البيت من الأوامر القرآنية الواضحة..
يقول الله تعالى: ﴿ وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ
الْأُولَى ﴾ (الأحزاب: ٣٣).

قال محمد بن سيرين: نبئت أنه قيل لسودة زوج النبي ﷺ: لا
تحجين ولا تعتمرين كما تفعل أخواتك؟ قالت: قد حججت واعتمرت،
وأمرني الله أن أقر في بيتي، فوالله لا أخرج من بيتي حتى أموت. قال:
فوالله ما خرجت من باب حجرتها حتى أخرجت بجنازتها - رضي الله
عنها وأرضاهها.

يقول القرطبي: معنى هذه الآية الأمر بلزوم البيت، وإن كان
الخطاب لנساء النبي ﷺ فقد دخل غيرهن فيه بالمعنى. هذا لو لم يرد
دليل يخص جميع النساء؛ كيف والشريعة طافحة بلزوم النساء بيوتهن
والانكفاف عن الخروج منها إلا لضرورة؟!

قال ابن العربي: لقد دخلت نيفاً على ألف قرية؛ فما رأيت نساء
أصون عيلاً ولا أعف نساء من نساء نابلس، التي رمى بها الخليل ﷺ
بالنار؛ فإني أقمت فيها فما رأيت امرأة في طريق نهاراً إلا يوم الجمعة
فإنهن يخرجن إليها حتى يمتلئ المسجد منهن، فإذا قضيت الصلاة
وانقلبن إلى منازلهن لم تقع عيني على واحدة منهن إلى الجمعة
الأخرى. وقد رأيت بالمسجد الأقصى عفاف ما خرجن من معتكفهن
حتى استشهدن فيه.

احذري مخالطة الأقارب

عزيزتي حواء:

لعلك تعرفين، كما أعرف، أسراً متمسكة بتعاليم الإسلام، فلا يرى الشاب فيها ابنة خالته، مثلاً، بعد دخولها سن البلوغ، لالتزامها بالحجاب، وكذلك لا يرى الشاب ابنة عمه.. بعد التزامها بالحجاب أيضاً.

وكان كثير من الناس يرون في هذا تزمناً، وتعتناً، ولهذا نجد بناتهم يختلطن بأبناء خالاتهن وأخواتهن، وعماتهن وأعمامهن، وإخوة أزواجهن.

ولبيان جانب من جوانب حكمة الإسلام في منع المرأة المسلمة من كشف نفسها، وإظهار زينتها على أقاربها الرجال، عدا من أباح الله لها منهم، فإني أعرض ما توصل إليه عدد من الباحثين الاجتماعيين الغربيين من نتائج تظهر بعض تلك الحكمة:

- ثلث حوادث الاغتصاب من فعل الأقارب.

- (١٨) في المائة من حوادث الاغتصاب ارتكبتها أناس كانوا من

معارف الضحايا.

يلق الأستاذ هانز جواكيم شنيادر من جامعة منستر في ألمانيا

الغربية على الإحصاءات بقوله:

"يعتقد الناس أن الخطر كامن خارج نطاق الأسرة، وأن الأسرة

مكان آمن، لكن الواقع غير ذلك، وخصوصًا بالنسبة إلى النساء..
فإن الأسرة مكان خطير للغاية حسب الدراسات التي أجريت حتى
الآن".

ويضيف استنادًا إلى الإحصائيات نفسها: "إن تناول المسكرات
والخمر بالدرجة الأولى يمهد الطريق للشرارة الأولى واستفحالها إلى
حريق شامل يؤدي إلى ارتكاب الجريمة".

"وربما كانت أرقام الجرائم المتعلقة بالأهل أعلى مما جمعت
الدراسات الجنائية؛ لأن الأقارب - في نسبة غير محددة من الحوادث
- يتعارفون على إخفاء الحقائق.. إلا إذا ضيقت السلطات عليهم
الخناق للوصول إلى الحقيقة"

كما تقول صحيفة ستجارتر الألمانية.

ويقول الضابط يودورمان مدير لمباحث جنائية في حديث
للجريدة نفسها: "إن إحصائية أخرى كشفت عن أن الثلث سقطوا
ضحايا لأقاربهم.. ولو أضافوا إلى القتلة الرئيسيين شركاءهم لارتفعت
نسبة الأقارب كثيرًا".

وهكذا، عزيزتي حواء، نعيش أفقًا من آفاق الزمان.. لنرى فيه آية
أخرى من آيات الله التي وعد سبحانه بأن يريها عباده في الآفاق.

الاغتصاب؟!

تخيلي معي هذا المشهد: أنت تسيرين في الشارع.. تقف فجأة إحدى السيارات.. ينزل منها أحد الرجال.. يدفعك إلى داخل السيارة.. تتطلق السيارة بك وبمن فيها من الرجال، ليتم ذلك.. كل شيء رغم صياحك.

في مشهد آخر:

أنت في البيت.. يدق الباب.. تفتحين.. يدفع الباب رجل أو أكثر.. ويتم المكروه في بيتك!
يا حواء:

هل يمكنك أن تصفي هذا العصر الذي تتم فيه حوادث الاغتصاب بالآلاف؟، هل يمكنك أن تصفي مثل هذا العصر أنه عصر تقدم وحرية؟!

في ألمانيا، مثلاً، تغتصب امرأة كل ربع ساعة، أي (٣٥) ألف امرأة في السنة، وهذا العدد يمثل الحوادث المسجلة لدى الشرطة فقط.. أما حوادث الاغتصاب غير المسجلة فتصل - حسب تقدير البوليس الجنائي - إلى خمسة أضعاف هذا الرقم.

وتذكر الإحصاءات، أن (٧٠٪) من حوادث الاغتصاب مدبرة، وأن (٥٠٪) من الفاعلين هم من الأقارب والآباء والأصدقاء والجيران.. أي أن الجاني غالباً ما يكون قد رأى ضحيته مراراً قبل اغتصابها، وأن

المجنبي عليهن تتراوح أعمارهن بين (٦) سنين و(٨٠) سنة.
هذا هو الاغتصاب، أحد ثمار المدنية الغربية، تقطفها المرأة في
الغرب، بعد أن احتال عليها الرجل، وأقنعها بالثقلت والتحلل، لتكون
فريسة له.. هينة سهلة.

أضرار اللباس العاري في قصور الأفراح

من الظواهر السيئة التي ظهرت في مجتمعات النساء في السنوات
الأخيرة، ذهاب بعضهن إلى قصور الأفراح بملابس عارية أو شبه
عارية.. حيث تذهب بعضهن وقد كشفت معظم جسمها، بحجة أنها
أمام النساء، وتظن المسكينة نفسها متطورة متحضرة، وهي على العكس
من ذلك. وهذا اللبس لا فائدة فيه للمرأة، بل فيه أضرار عليها في دينها
ودنياها، ومن ذلك:

١- دخولها في الوعيد الذي توعد به الرسول ﷺ هذا الصنف من
النساء، وهو قوله: «صنفان من أهل النار لم أرهما بعد.. قوم معهم
سياط كأذناب البقر يضربون بها الناس، ونساء كاسيات عاريات
مميلات مائلات لا يدخلن الجنة ولا يجدن ريحها، وإن ريحها ليوجد
من مسيرة كذا وكذا». والكاسية العارية هي التي تلبس ملابس لا
تسترها، إما لأنها شفافة، أو قصيرة، أو ضيقة تبرز أعضاء الجسم،
أو لغير ذلك.

٢- تعريض نفسها للطرد من رحمة الله تعالى، قال ﷺ: «الْعُنُوهُنَّ

فَإِنَّهِنَّ مَلْعُونَاتٌ» حسنه الألباني. أي المتبرجات.

٣- أن هذا اللبس دليل على قلة الحياء وضعف الدين، والحياء والدين متلازمان، إذا ضعف أحدهما ضعف الآخر ولاشك.

٤- الحرمان من محبة الله تعالى؛ لأن الله يحب المتقين، والمرأة التي تلبس مثل هذا اللباس ليست من أهل التقوى؛ إذ لو كانت منهم لما لبست ملابس أهل الفسق والفجور. وأيضاً جاء في الحديث: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حَلِيمٌ حَيٌّ سِتِيرٌ يُحِبُّ الْحَيَاءَ وَالسَّتْرَ، فَإِذَا اغْتَسَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْتَتِرْ» وصححه الألباني في صحيح الجامع.

٥- التشبهه بالفاسقات والمنحرفات، وقد قال النبي ﷺ: «من تشبهه بقوم فهو منهم».

٦- أنها قد تعرض نفسها للفضيحة في الدنيا، إذا قد يحصل لها حادث في الطريق، أو حادث في قصر الأفراح يجعلها عرضة للناس وهي على هذا المنظر المشين.

٧- أنها قد تصور سواء بعلمها أو من دونه، ثم تنتشر صورتها في الجوالات أو في الشبكة العنكبوتية، وهي فضيحة لا يرضاها ذو دين خلق لنفسه أو أهله.

٨- أنها قد تصاب بالعين - والعين حق - وقد ذكر بعض الرقاة أنه جاءتهم نسوة مصابات بالعين بسبب لبسهن هذا اللبس.

٩- أن صاحبة هذا اللبس قدوة سيئة لبناتها وأخواتها، وكل من يقتدي بها، تتحمل إثمهن جميعاً؛ لقوله ﷺ: «مَنْ سَنَّ فِي الْإِسْلَامِ سُنَّةً

حَسَنَةً فَعْمَلْ بِهَا بَعْدَهُ كُتِبَ لَهُ مِثْلُ أَجْرٍ مَنْ عَمَلَ بِهَا، وَلَا يَنْقُصُ مَنْ
أُجُورَهُمْ شَيْءٌ. وَمَنْ سَنَّ فِي الْإِسْلَامِ سُنَّةً سَيِّئَةً فَعْمَلْ بِهَا بَعْدَهُ كُتِبَ عَلَيْهِ
مِثْلُ وَزْرِ مَنْ عَمَلَ بِهَا، وَلَا يَنْقُصُ مِنْ أَوْزَارِهِمْ شَيْءٌ».

١٠- أن صاحبة هذا اللباس عاصية لله مطيعة للشيطان. خادمة
لليهود شاءت أم أبت؛ لأن الله تعالى أمر بالستر، وهي تتكشف، والشيطان
يأمر بالتعري، وقد أطاعته، واليهود عليهم لعائن الله يسعون لإفساد
العالم بالتكشف، وهي تساعدهم على تحقيق أهدافهم، فهل توجد
مسلمة عاقلة تجعل نفسها معينة للشيطان واليهود في نشر الفساد؟

فمتى أرادوا الرحيل رحلوا واختفوا كالضباب

إلى الفتاة المسلمة:

تحية من عند الله مباركة طيبة.. يا من أسلمت لله ديناً، ورضيت
بالله رباً، وبمحمد ﷺ نبياً ورسولاً.. يا حفيدة المهاجرين والأنصار
وأصحاب الرسول ﷺ.

إليك.. إليك أنت يا ثمرة الفؤاد، أبوح بما يختلج به صدري مما
أراك صرت عليه من حال.

تساقين وراء الغربيات ونجمات التلفازات والإعلانات، فكلما
سلكن درباً سلكته، وكلما قلن قولاً تردد دينه، وكلما فعلن في أنفسهن من
أشياء لها العجب العجاب فعلته، وكلما غيرن خلق الله بتقليد أعمى
غيرته.

فأذكركِ أختي بقول الحبيب المصطفى ﷺ: «من تشبهه بقوم فهو منهم».

فكم يتمزق قلبي كلما نزلت الشارع وأرى تلك الصور الغريبة على الفتاة المسلمة، فكم أشعر بالغيرة والخوف عليكِ.
أختي الغالية:

أخاف عليكِ حقاً فأتمنى أن تكون يداي حجاباً على كل عين طامعة فيكِ؛ فانتبهي يا فتاة الإسلام ودرته المصونة.. انتبهي مما ينصب لك من فخاخ.. انتبهي ممن يريد أن ينال من الإسلام عن طريقك أنت يا أختي الغالية.. انتبهي أن تنحازي عن الطريق القويم وتغرك المظاهر الخادعة وتستحوذ عليك الدنيا بمفاتها وزينتها المؤقتة الزائلة واسمعي مني.. من قلب أحبك من أعماقه ويخاف عليك بكل قطرة دم يحويه.

اسمعي من أمك وأختك وصديقتك التي تحبك في الله دون أي شيء آخر سوى ابتغاء وجه الله؛ فأفيقي سريعاً قبل أن تمضي السنون، فإنهم يخدعونك باسم المدنية، يزينون لك الخطيئة، فكوني قوية.

يقولون لك عيشي حياتك.. اخرجي.. غيري جواً.. تعالي معنا إلى الملاهي.. وما رأيك في تسريحة الممثلة فلانة، والراقصة فلانة؟.. فضلاً عن التحدث بالساعات على الشات، ولماذا لا يكون لك إخوان، واعتبرهم أخوات؟

فانتبهي يا أختي؛ فإنهم يرسمون لك الدوائر.
انظري؛ ستجدينهم حولك في كل مكان، في أعينهم ملامح

جسدك، يتمقون لك أحلى الكلام، يرسمون لك أحلامًا، لكنها سراب.
احترسي من هؤلاء الذئاب؛ فأنت في أعينهم فريسة، كوني
حريصة فأنت الضحية، فلا تغرك منهم أي تحية أو أي هدية فتحت
ابتسامتهم تختفي أنياب مهما زينوا لك الطريقة، وفتحوا لك الأبواب،
سيكون الحب بأيديهم كاللعبة.

فمتى أرادوا الرحيل رحلوا واختفوا كالضباب.

انظري.. إنهم حولك يريدونك معهم كل عشية تشاركيهم
الكأس، تشاركيهم الرقص، يسلبون ليالي عمرك، ويلبسونك لباس
اليأس.

استيقظي قبل أن يميئوا فيك كل شعور وإحساس فلا ينفعك ندم
ولا كأس.

عودي إلى رشدك، عودي إلى الصواب، ليسوا هم الأحباب، ليسوا
هم من سيفجرون بداخلك عنفوان الشباب صدقيني صدقي حروفي
وسطوري والكتاب.

فمتى أرادوا الرحيل رحلوا واختفوا كالضباب.

انظري إليهم؛ يزينون لك أيامهم، يزينون لك الحياة، يتغنون
بالحب وهم بكم صم لا يعرفون معنى الحياة.. جعلوك كالقمر؛ لكن
لم يصل إلى قلوبهم ضياؤه، سكن قلوبهم الظلام فكأن الحب أحد
ضحاياه.

اكسري القيود، تعدي كل الحدود؛ فلن ينفك ما يقولونه لك من
وعد، لن ينقذك جمالك، ولن يستشقوا عبير الورود.
فمتى أرادوا الرحيل رحلوا واختفوا كالضباب.

حوار بين طالبتين " ١ "

الطالبة الأولى: هل نجحت في الاختبار؟

الطالبة الثانية: وأي اختبار تقصدين؟

الطالبة الأولى: الاختبار الدراسي.. هل هناك غيره؟

الطالبة الثانية: حياتنا كلها اختبار.

الطالبة الأولى: الاختبار الدراسي أصعبها.

الطالبة الثانية: ولكن المجال فيه مفتوح للتعويض، فقد تتجحين
فيه غد أو بعد غد.

الطالبة الأولى: وما الاختبار الذي تقصدينه؟

الطالبة الثانية: ليس له دور ثانٍ ولا إعادة.

الطالبة الأولى: فقط رسوب؟

الطالبة الثانية: ورسوبه يدخله النار إن أصر على المعصية.

حوار بين طالبتين "٢"

الطالبة الأولى: أشكرك على الهدية.
الطالبة الثانية: وأي هدية تقصدين؟
الطالبة الأولى: الهدية التي أرسلتها لي مع إحدى الطالبات.
الطالبة الثانية: ولكنني لم أرسل شيئاً.
الطالبة الأولى: أنت متواضعة.
الطالبة الثانية: وأنت مخطئة؛ فلربما كانت من غيري.
الطالبة الأولى: بل كانت النصيحة منك والتي اعتبرتها أجمل هدية.

الطالبة الثانية: تريدين غيرها؟
الطالبة الأولى: وهل صدر مني خطأ آخر؟
الطالبة الثانية: أنت متناقضة.
الطالبة الأولى: هكذا علمتني الحياة
الطالبة الثانية: إذن تعترفين؟
الطالبة الأولى: وهل في هذا عيب؟
الطالبة الثانية: العيب بأن تكوني صديقتي بالأمس واليوم عدوتي.
الطالبة الأولى: لارتكابك بعض الأخطاء.
الطالبة الثانية: ما ترينه خطأ يراه غيرك صواباً.
الطالبة الأولى: وهل من الصواب أن تغتابي الآخرين؟
الطالبة الثانية: إذن اعتبرته خطأ؟
الطالبة الأولى: بل قلني ذنباً.

حوار بين طالبتين "٣"

الطالبة الأولى: ما رأيك بالحب؟

الطالبة الثانية: وأي أنواع الحب تقصدين؟

الطالبة الأولى: وهل للحب أنواع؟

الطالبة الثانية: أول أنواعه واجب.

الطالبة الأولى: ومنذ متى كان الحب واجب علينا؟

الطالبة الثانية: عندما يكون لله ورسوله.

الطالبة الأولى: والنوع الثاني؟

الطالبة الثانية: حب جائز وهو حب الزوج لزوجته.

الطالبة الأولى: والثالث؟

الطالبة الثانية: الحب المحرم، وهو ما كان خارج إطار الحياة

الزوجية.

الطالبة الأولى: إذن أفضل الانسحاب.

واعظة التعري

بعض النساء أصبحت واعظة في التعري..! فهذه تعظ ابنتها،
وأخرى تعظ أختها، وثالثة تنكر على أمها عدم تعريهن أمام النساء،
فتقول لها: لا تستحي أنت أمام النساء لا تخرجينا بملابسك المحتشمة،
على الأقل ضعي فيها بعض الفتحات لتصبحي أجمل.

أي جمال هذا..!؟

عن عبد الله بن عمر - رضي الله عنهما - قال: مرَّ رسول الله ﷺ على رجل من الأنصار وهو يعظ أخاه في الحياء؛ فقال رسول الله ﷺ: «دعه فإن الحياء من الإيمان» متفق عليه.

فلتفرح من لديها أم أو أخت أو ابنة تستحي من لبس العاري والبنطال الضيق، فهذا من علامات إيمانها هنيئاً لها.. ولتعينها على ذلك ولا تخذلها ولتفخر بها كجوهرة نادرة بين أحجار لا قيمة لها.

امرأة سعيدة

حدثوا أن زوجاً غاضب زوجته فقال لها متوعداً: لأشقيئك! فقالت الزوجة في هدوء: لا تستطيع أن تشقيني، كما لا تملك أن تسعدني، فقال الزوج في حنق: وكيف لا أستطيع؟ فقالت الزوجة في ثقة: لو كانت السعادة في راتب لقطعته عني، أو زينة من الحلبي والحلل لحرمتني منها، ولكنها في شيء لا تملكه أنت ولا الناس أجمعون!

فقال الزوج في دهشة: وما هو؟

فقالت الزوجة في يقين: إني أجد سعادتي في إيماني، وإيماني في قلبي، وقلبي لا سلطان لأحد عليه غير ربي!

القدوة السيئة

الواقع أن كثيراً من الفتيات يتأثرن سريعاً إلى حد الإعجاب، فتجدها عند متابعتها للفضائيات من مسلسلات أو أفلام أو برامج متنوعة، فإنها تعجب بفنانه ما وتتأثر بها وتحاول تقليدها في كل شيء، في تصرفاتها وكلامها ولباسها ومشيتها، وتجعل منها قدوة لها، وهذا ما يسلب حياء هذه الفتاة ويفقدها شعورها بقيمتها، أو تعجب بفتاة مثلها وتتأثر بها كثيراً وتدمج معها وتقلدها دائماً، فتغيب شخصيتها مع شخصية هذه الفتاة التي أعجبت بها وتقتدي بها في كل شيء وتفعل كما تفعل، فتصبح تبعاً لها مطيعة لها متمثلة بها في كل شيء منساقه خلفها راغبة في أن تكون مثلها، وبالتالي يكون تأثير تلك الفتاة عليها كبيراً، فإذا كانت غير صالحة فحتماً سوف تفسد هذه الفتاة، وكل هذا يمثل قدوة سيئة للفتاة.

أيتها الغالية

لا تنسي أنك تعودين إلى نساء خالديات عطرن التاريخ بطيب ذكرهن ونبل تضحيتهن، فهن صنعن الأبطال وكن فعلاً أمهات الرجال، اقرئي في سيرة أمهات المؤمنين - رضي الله عنهن -، وقرئي عن الصحابيات والنساء المؤمنات اللاتي أعطين صوراً للتضحية والفداء واليقين الصادق واللاتي عذبن في دينهن.

تخلي أيتها الفتاة كم هو الفرق بين من تسقط ذوداً عن مبادئها العظيمة ودينها، وبين من تسقط على عتبة ملذاتها الرخيصة وهي لم

تعذب في دينها ولم تكره على شيء؟، واختاري منهن من تتمنين أن تكون قدوة حسنة لك.

ولازمي الصالحات من صديقاتك وكوني معهن، فإنهن يبعدنك عن الشر والرذيلة ويحببن إليك الخير والفضيلة.

وصل الشعر بشعر مستعار لأدمي أو لغيره للرجال والنساء

عن أسماء بنت أبي بكر قالت: جاءت امرأة إلى النبي ﷺ فقالت يا رسول الله إن لي ابنة عروساً أصابتها حصبة فتمرق (أي تساقط) شعرها فأصله فقال: «لعن الله الواصلة والمستوصلة» رواه مسلم. وعن جابر بن عبد الله --رضي الله عنه-- قال: «زجر النبي ﷺ أن تصل المرأة برأسها شيئاً» رواه مسلم.

ومن أمثلة هذا ما يعرف في عصرنا بالباروكة، ومن الواصلات في عصرنا "الكوافيرات" وما تزخر به صالاتهن من المنكرات. ومن أمثلة هذا المحرم أيضاً لبس الشعر المستعار كما يفعله بعض من لا خلاق لهم من الممثلين والممثلات في التمثيليات والمسرحيات.

التضليل باسم التحرير

إن كل ما يقال حول قضية المرأة "وتحريرها" كلام فيه قليل من الحق، وكثير من الباطل والتضليل، ليس في بلادنا قضية باسم "تحرير المرأة" بعد أن حررها الإسلام، وإنما هي مشكلة كانت عند الغربيين ولا تزال، وليس طلب الإسلام حشمة المرأة وتفرغها لأداء رسالتها

الاجتماعية الكبرى "كبتا" للطاقة، بل "تنظيم" لها، والتنظيم غير الكبت، ووضع كل شيء في موضعه ومنعه من تجاوز حده، أمر غير الفوضى والانفلات من كل حق للأسرة أو المجتمع.

وكلنا يعلم الفرق بين "الكبت" وبين التنظيم"، كما يعلم الفرق بين "التخريب" وبين "البناء" وبين "القانون" وبين "الفوضى".

العمل مرتبط بالجمال

أظهرت دراسة جرت على أكثر من (١٢٥٠٠) شخص في إنكلترا واسكتلندا وويلز، أن الفتيات الممتلئات (البدينات) في سن السادسة عشرة يحصلن على وظائف ذات راتب محدود في شبابهن.. حتى ولو نجحن في إنقاص وزنه بعد هذا السن.. بينما غيرهن من الفتيات الرشيقات يحصلن على راتب أعلى ومميزات أخرى.. أليس هذا امتهان للمرأة.. حيث إن النظرة لا تكون إلا لجسدها وقوامها دون شخصيتها وعملها!!؟

النساء والجريمة

نشر مكتب التحقيقات الفيدرالية تقريراً أشار إلى أن معدل الجريمة بين السيدات أو الجريمة النسائية قد ارتفع ارتفاعاً مذهلاً مع نمو حركات التحرر النسائية. وأفاد التقرير بأن الاعتقالات بين النساء زادت بنسبة (٩٥٪)، بينما زادت الجرائم الخطيرة بينهن بنسبة (٥٢٪)، ويقول التقرير إن أخطر عشرة مجرمين مطلوب القبض

عليهم كلهم من السيدات!!

وتقول الصحيفة ناشرة الخبر: إن منح المرأة حقوقاً متساوية مع الرجل يشجعها على ارتكاب الجرائم نفسها التي يرتكبها الرجل، بل إن المرأة التي تتحرر تصبح أكثر ميلاً لارتكاب الجريمة.

الأم التي تحمل طفلها الرضيع في السيارة

بعض الأمهات يحملن طفلهن الرضيع في حجرهن في أثناء ركوبهن في المقعد الأمامي.. وتعتقد الأم أن يديها تشكلان حماية للطفل الرضيع، وهذا ربما صحيح، لكن ليس في لحظة وقوع الصدم، ففي أثناء وقوع الحادث المروري قد يكون آخر شيء تفكر فيه الأم حماية طفلها، وذلك نتيجة فقدان الوعي جراء هول الحادث. إن وضع الطفل الرضيع على مقعد مثبت خاص به في المقعد الخلفي للسيارة يوفر أفضل حماية له في حالة وقوع الحادث.

لا هدف لهن في الحياة

في رسائل النجمة السينمائية الراحلة جريتا جاربو قالت: "إنها قضت حياتها منعزلة عن العالم.. ولم تكن سعيدة في خلوتها.. وكانت تعاني من الإحباط وانتفاء الهدف وقلة المعنى في حياتها".

"نشرت بعض الجرائد أن ممثلة فرنسية بينما كانت تمثل مشهداً عارياً أمام الكاميرا.. إذ ثارت ثورة عارمة.. وصاحت في وجه الممثل والمخرج قائلة: أيها الكلاب.. أنتم الرجال.. لا تريدون منا

إلا أجسادنا.. حتى تصبحوا من أصحاب الملايين على حسابنا.. ثم انفجرت باكية.

لقد استيقظت فطرة هذه المرأة في لحظة واحدة، على الرغم من الحياة الفاسدة التي تغرق فيها.. استيقظت لتقدم الدليل على المأساة الكبرى التي تعيش فيها المرأة التي قالوا: إنها متقدمة ومتحضرة وتمدنة في البلاد التي نقول إنها متقدمة ومتحضرة وراقية".

خوف وهلع

في دراسة نشرتها مؤسسة "دراسات الرقابة الاجتماعية الأوربية" أشارت إلى أن (٨٠٪) من النساء البريطانيات - اللاتي تتراوح أعمارهن بين الـ(٢٠) والـ(٣٥) - يشعرن بالخطر من السير بمفردهن في شوارع العاصمة والمدن الداخلية الكبرى، خشية وقوعهن ضحايا جرائم الاغتصاب والعنف التي صعدت موجتها في العامين الأخيرين. وأضافت الدراسة أن امرأة من بين كل أربع نساء في المرحلة العمرية نفسها تحمل سكيناً أو سلاحاً في حقيبتها في أثناء تجوالها في شوارع العاصمة والمدن الداخلية الكبرى.

فوائد حليب الأم

- من الحكم التي ذكرها بعض الأطباء في فوائد حليب الأم:
- ١- الطفل يرضع لبناً نظيفاً معقماً.
 - ٢- ليس بارداً، ولا حاراً.
 - ٣- متوافراً في كل الأوقات.

- ٤- لا يفسد بالتخزين.
- ٥- يتناسب مع معدة الطفل.
- ٦- يفي باحتياجات الطفل الرضيع.
- ٧- يضيف على الطفل مناعة خاصة ضد الجراثيم.
- ٨- الرضاع المباشرة من ثدي الأم تمنع حدوث البدانة في الأطفال، وفي الأمهات.
- ٩- والرضاعة من ثدي الأم تنمي الحنان، وتقوي الرابطة العاطفية بين الأم ووليدها.

الرضاعة وثوابها

روي أن عمرو بن عبد الله - رضي الله عنهما - قال لامرأته التي ترضع ابناً لها:

"لا يكونن رضاعك لولدك كرضاع البهيمة ولدها، قد عطفت عليه من الرحمة بالرحم، ولكن أرضعيه، تتوخين ابتغاء ثواب الله، وأن يحيا برضاعك خلق، عسى أن يوحد الله ويعبده".

بائعة الدنيا

امرأة من الصالحات، وعابدة من العابدات.. إنها أخت الفضيل بن عبد الوهاب.

كانت من العابدات بالليل، والصائمات بالنهار، والذاكرات لله كثيراً، سرّاً وعلانية.. وفي يوم من أيام عمرها، سألتها أخواها الفضيل

عن أحب الأمور إلى قلبها، فكان التهجد في ليلاها.
وذات مرة أخرى أحب أخوها أن يعلم السبب الذي يعينها على
عبادة ربها، فقالت - يرحمها الله - : " الآخرة أقرب من الدنيا، وذلك
أن الرجل يهمل بطلب الدنيا، فلعله أن ينشئ لذلك سفرًا، يكون فيه تعب
بدنه، وإنفاق ماله، ثم لعله أن لا ينال بغيته.

والرجل يطلب الآخرة، فمتهى طلبته في حسن نيته، حيث ما كان،
من غير أن ينشئ سفرًا، أو ينفق مالاً، أو يتعب بدنًا، ما هو إلا أن يجمع
على طاعة الله، فإذا هو قد أدرك ما عند الله ."

أم أيمن بنت علي

عابدة من عابدات مصر، اسمها عزيزة، وزوجها هو أبو علي
الروذباري أحد الزاهدين في وقته.

كانت تتعبد في محرابها، وتناجي ربها في دعائها بقولها: "كيف لا
أرغب في تحصيل ما عندك وإليك مرجعي؟
وكيف لا أحبك وما لقيت خيرًا إلا منك؟
وكيف لا أشتاق إليك وقد شوقتني إليك؟"

وكانت أم أيمن العابدة تعظ أبناءها، والنساء اللواتي يأتين
عندها بقولها: "لا ينتفع العبد بشيء من أفعاله كما ينتفع بطلب قوته
من حلال".

لا نستطيع أن نترك العابدة أم أيمن، إلا وقد تعلمنا منها الدروس
التالية:

- ١- أن المسلمة التي تسعى في إعداد زادها لا بد يومًا ملاقية ربها.
- ٢- أن المسلمة في كل يوم تزداد حبًا، وإقبالاً على ربها.

٣- أن المؤمنة تتحرى من أين كان مطعمها.

أم حيان السلمية

كانت تقف في محرابها، تناجي ربها في فكاك رقبتها، وتبكي بدموع سخية، رجاء أن تغفر لها ذنوبها.

وانتشرت عبادة أم حيان بين قريناتها من بنات جنسها، وتناقلن أخبارها حتى وصل الرجال خبرها.

يقول أبو خدة - رحمه الله - : "ما رأيت رجلاً قط، ولا امرأة أقوى، ولا أصبر على طول القيام من أم حيان السلمية".

ويصف البعض قوة صبرها في طاعة ربها، فيقول: "إنها كانت لتقوم في محرابها، كأنها نخلة تصفقها الرياح يميناً وشمالاً".

رحم الله أم حيان السلمية، وجعلها من أهل جنة عالية، وسلام على الزاهدات في العالمين.

اعتداءات خلال العمل

نشرت مجلة الطب النفسي الأمريكية تقريراً عن الاعتداء الجنسي خلال العمل ذكرت أن (٤٢٪) من النساء العاملات يتعرضن لاعتداءات وتحرشات جنسية، وأنه فقط أقل من (٧٪) من الحوادث يرفع إلى الجهات المسؤولة، وأن (٩٠٪) من المعتدى عليهن يتأثرن نفسياً، وأن (١٢٪) منهن يذهبن لطلب المعونة الطبية النفسية".

ولا تحسبن الله غافلاً عما يعمل الظالمون

تزوجت امرأة بزواج أكرمها وعاملها أحسن معاملة فغير هذا الوفاق أهل الزوج وحاكوا الشر ضدها وما زالوا يحرضونه حتى طلقها - وهي حامل - بغير ذنب اقترفته، فكانت تبكي وتقول: (حسبي الله ونعم الوكيل! اللهم اخلفني خيراً منه) ووضعت ذلك الطفل، ثم تزوجت برجل ذي خلق ودين بي طفلها حتى كبر وتزوج، وأما أهل زوجها الأول فلا تسأل عن حالهم فقد طلقت أخواته الثلاثة وطلقت أمه بعد أربعين عاماً من الزواج، وما ربك بغافل عما يعمل الظالمون.

هدية جارة لجارتها

عن أبي هريرة - رضي الله عنه-، عن النبي ﷺ قال: «يا نساء المسلمات. لا تحقرن جارة لجارتها ولو فرسن شاة»، أخرجه البخاري. شرح الحديث: لا تحقرن جارة لجارتها: أي لا تحقرن هدية مهداة لجارتها، فرسن شاة: عظم قليل اللحم، وهو للبعير موضع الحافر من الفرس ويطلق على الشاة مجازاً، وأشير بذلك إلى المبالغة في إهداء الشيء اليسير وقبوله لا إلى حقيقة الفرسن.. لأنه لم تجر العادة بإهدائه. وبهذا يكون المعنى: لا تمتنع جارة عن إهداء جارتها ما عندها بسبب قلته، بل ينبغي أن تجود لها بما تيسر وإن كان قليلاً؛ فهو خير من العدم... وإذا تواصل القليل صار كثيراً.

هذا الحث من النبي ﷺ على تبادل الهدايا بين الجارات، هدايا الطعام وغيره، تحقق الاستجابة له وفاقاً عظيماً بين أفراد المجتمع، وتوثق علاقته، وتقوي روابطه، وتحفظه من كل ما يصيب المجتمعات من فرقة أفرادها، وتعاديهم، ونزاعهم.

لا أهجر إلا اسمك

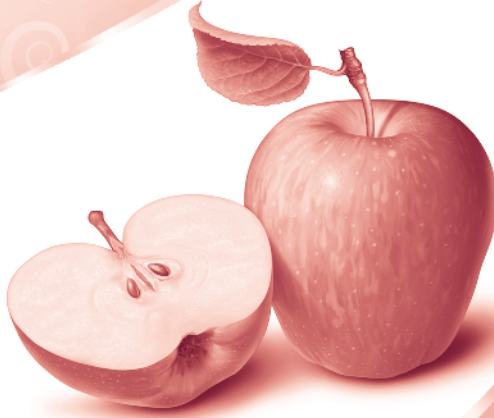
عن عائشة - رضي الله عنها - قالت: قال لي رسول الله ﷺ: «إني لأعلم إذا كنت عني راضية، وإذا كنت علي غضبي». قالت: فقلت: من أين تعرف ذلك؟ فقال: «أما إذا كنت عني راضية فإنك تقولين: لا، ورب محمد! وإذا كنت غضبي: قلت: لا ورب إبراهيم!»، قالت: أجل والله! يا رسول الله ما أهجر إلا اسمك. أخرجه البخاري.

أي ملاحظة أرق من هذه الملاحظة! وأي تودد ألطف من هذا التودد! إنه الخلق النبوي العظيم، يوجهنا معاشر الأزواج أحسن توجيه، ويوجه الزوجات كذلك أفضل توجيه.

لم يقل ﷺ: أنا أعلم أنك إذا كنت عني راضية فإنك تقولين: لا ورب محمد، وأنت إذا كنت علي غضبي تقولين: لا، ورب إبراهيم، بل اكتفى ﷺ بإخبارها بعلمه متى تكون راضية ومتى تكون غضبي لتسأله هي: من أين تعرف ذلك؟ وبذا يجعلها تحاوره ﷺ، وقد أثار اهتمامها، وحرك فضولها، في تودد جميل، وملاطفة عظيمة.



خففي وزنك للتمتعي بصحتك



تزداد معدلات السمنة في العالم عمومًا، وفي وطننا العربي والإسلامي خصوصًا، وما ذلك إلا بسبب الإفراط في تناول الأطعمة، مع غياب الرياضة عن جدولنا اليومي، ويتبعه غياب الوعي الصحي بالغذاء المناسب للجسم، والقدر الذي يحتاجه بلا إفراط أو تفريط.

ولذلك كانت هذه الفقرة هنا كدليل لطالباتنا، ومرشد لهن، فيما

يتعلق بموضوع الوزن الزائد.



ما الذي تحتاجين إليه لإنقاص وزنك بنجاح؟

أهم أسباب بدء برامج إنقاص الوزن هو الظهور بمظهر أفضل والرضا عن المظهر الخارجي للجسم والتقليل من مخاطر المشكلات الصحية المرتبطة بزيادة الوزن؛ كأمراض القلب ومرض السكر. قبل أن تبدئي، من المهم أن تُقيمي حالتكِ الصحية الحالية. ومن المهم أيضاً أن تحددِي وضعكِ حال بدايتكِ لتحددِي هدفكِ النهائي، ولكي تحددِي وضعكِ الحالي، عليكِ أن تحددِي وزنكِ الآن، ومقدار الوزن الذي تحتاجين إلى إنقاصه، وهناك ثلاثة أمور تحتاجين إليها لتحددِي حالتكِ البدنية العامة: طولكِ، ووزنكِ، ومحيط خصركِ، ومؤشر كتلة جسمكِ.

آخر معلومة يجب أن تضعيها في وصفكِ عندما تفكرين في إنقاص وزنكِ هي تاريخ عائلتكِ مع زيادة الوزن.

توقعي احتياجكِ لبعض الوقت لكي تنقصي وزنكِ

لا يتم إنقاص الوزن بين عشية وضحاها، وأغلب الظن أن الوزن الذي تريدين إنقاصه قد اكتسبتيه على مدار سنوات طويلة، فزيادة الوزن تحدث مع مرور الوقت، من خلال الإسراف في تناول الطعام بشكل تدريجي وعدم ممارسة التمارين الرياضية. وتتم عملية إنقاص الوقت بنفس الطريقة تقريباً، وذلك من خلال

تغيير عاداتك في تناول الطعام ببطء، وإدخال التمارين الرياضية على برنامجك اليومي.

استخدمي فطنتك عندما ترغبين في إنقاص وزنك؛ فإنقاص الوزن بشكل صحي والحفاظ على وزنك الجديد سيحدث بمعدل ثابت. قللي السعرات الحرارية التي تتناولينها بمعدل مئتين وخمسين إلى خمسمائة سعر حراري كل يوم، وقومي بممارسة أي نشاط بدني بما لا يقل عن ثلاثين دقيقة كل أسبوع؛ فقد أكدت الدراسات أن الوزن الذي يمكن إنقاصه أسبوعياً - دون اكتسابه مرة أخرى - لا يزيد عن رطل أو رطلين.

اكتشفي العوامل التي تحدد وزنك

حددي كل العوامل التي تؤثر على وزنك، فهذا سيعطيك فكرة عن السلوكيات أو الظروف التي عليك أن تتعامل معها لتنقضي وزنك؛ أي البيولوجية الخاصة بك؛ من سن، وحالة صحية، ونوع وكمية الطعام الذي تتناولينه، وحجم النشاط البدني الذي تقومين به، وما إذا كنت تستخدمين الطعام لتلبي احتياجات لديك غير إحساسك بالجوع. ابذلي جهداً إضافياً لتغيير العوامل التي بإمكانك السيطرة عليها. لا تضيعي وقتك وطاقتك في محاولة تغيير الجوانب التي يحددها سنك، أو جيناتك الوراثية، أو طبيعة جسمك في مظهرك.

تطاعي لإنقاص رطل من وزنك كل أسبوع

ينصح الخبراء بأن تتقصي رطلاً من وزنك كل أسبوع من خلال برنامج صحي لإنقاص الوزن. ولكي تتقصي رطلاً من وزنك كل أسبوع، فإنك تحتاجين لأن تقللي كمية السعرات الحرارية التي تتناولينها الآن بمعدل خمسمائة سعر حراري كل يوم.

ويمكن تحقيق ذلك من خلال عملك على حرق مزيد من السعرات الحرارية، وتعديل نظامك الغذائي لتحدي من كمية السعرات الحرارية التي تتناولينها.

إذا كنت قد فقدت بعض الوزن في البداية وثبتت وزنك الآن، فأنت - غالباً - في مرحلة التقدم اليسير.

أعيدي تقييم نظامك الغذائي، وبرنامج تدريباتك البدنية، واحرصي على ألا تعودتي لعاداتك القديمة؛ فجسمك سوف يقاوم إنقاص وزنه عن الوزن الطبيعي.

إذا كنت نحيفةً ولا تستطيعين أن تتقصي وزنك أرتباطاً أخرى، فمن الممكن أن تكوني قد وصلت لوزنك المثالي.

اكتشفي كمية السعرات الحرارية

الموجودة في طعامك المفضل

تحققي من كمية السعرات الحرارية والعناصر الغذائية الموجودة في طعامك المفضل. فتناول قطعة لحم مشوية في وجبة العشاء قد

يحتوي على أكثر من ألف سعر حراري وخمسين جراماً من الدهون، ومن السهل أن ترين كيف تزداد أوزان الناس إذا تناولوا وجبة كهذه بصفة منتظمة.

حددي الأطعمة مرتفعة السعرات الحرارية لتستبعديها من نظامك الغذائي، وأوجدي بدائل أخرى منخفضة السعرات الحرارية تساعدك على إنقاص وزنك.

ويجب أن تكون هناك ملصقات بالعناصر الغذائية الموجودة في الأطعمة المعبأة تشير إلى كمية السعرات الحرارية الموجودة في كل وجبة. وهناك الكثير من المطاعم ومتاجر الوجبات الجاهزة والأطعمة السريعة تضع القيمة الغذائية لكل طبق في قوائمها، وهناك أيضاً كتب ومواقع ستساعدك على حساب السعرات الحرارية الموجودة في أطعمة معينة.

وضع خطة لإنقاص الوزن

كثيراً ما يقال: إن من يفشلن في التخطيط يخططن للفشل. وبالفعل، فالكثير منا يتغافلن عن وضع خطة لإنقاص أوزانهن.

إن وضع خطة عملية لإنقاص وزنك يعد أحد أهم الأمور التي ستقومين بها وأنت تبدئين طريقة الوصول للجسم السليم. ويجب أن تتضمن خطتك لإنقاص وزنك ثلاثة جوانب أساسية وهي: الطعام الذي تتناولينه، وبرنامج تمارينك الرياضية، وتوجهك.

بداية، ستحتاجين لتطوير خارطة طريق لما ستناولينه. وعلى

الرغم من أن هذا الأمر قد يبدو يسيراً؛ إلا أنه - في واقع الأمر - يحتاج إلى تخطيطٍ دقيق. وليس من الممكن أن تتخلي في آخر لحظة عن وجبة متوازنة، غنية بالعناصر الغذائية ومنخفضة الدهون أيضاً وغنية بالألياف، وتظلين تحصلين على كمية السعرات الحرارية المسموح لك بتناولها في اليوم.

في البداية، خذي الوقت الكافي لتخططي لوجباتك. خصصي أمسيات أيام الثلاثاء لوجبة المكرونة بالخضروات، وخصصي وجبات غداء أيام الأربعاء بتناول السلطة الخضراء؛ فانتظامك مع وجباتك سيضمن لك أن تلتزمي بالتعليمات الخاصة بنظامك الغذائي. عليك أيضاً أن تضعي برنامجاً لممارسة التمارين الرياضية وتلتزمين به.

تعاملِي مع موعد تمارينك الرياضية مرة كل أسبوع وكأنه موعد مهم لا تستطيعين تأجيله. تعلمي أن تعدي الركض في الصباح الباكر جزءاً لا يتجزأ من يومك؛ تماماً مثل غسل أسنانك، أو قراءة كتابك المفضل؛ فالكثيرات منا يملن للتكاسل عن ممارسة التمارين الرياضية لأنهن يشعرن أنه لا وقت لديهن لها. إذا كان ذلك يحدث معك، فتعلمي أن تخصصي وقتاً في جدولك اليومي لممارسة التمارين الرياضية، وفكري في جعل التمارين الرياضية من الأمور التي عليك القيام بها، كتنظيف المنزل أو جز حشائش الحديقة.

وأخيراً، يعني التخطيط لإنقاص الوزن؛ إعداد نفسك على المستوى الذهني للتحديات الكامنة في ذلك، فإنقاص الوزن يتطلب جهداً من

جانبك، ويجب أن تعدي نفسك للتغلب على كل المغريات وعلى كسلك أيضاً بشكل يومي.

يجب أن تغيري نظرتك لاتباع نظام غذائي من كونه أمراً مملاً لا يسرك، إلى التعامل معه على أنه أمر صحي ونشاط مفعم بالحماس. ويجب أيضاً أن تكوني مستعدةً لتحديد أولوياتك في نظامك الغذائي وأن تضعيه قبل أي نشاط آخر. وقد يعني ذلك تخليك من وقت لآخر عن بعض الأنشطة الاجتماعية التي تدفعك لتناول العصائر أو الطعام، إذا كنت تعتقدين أنها ستعترض سبيل تقدمك.

استخدمي المبادئ السابقة لوضع خطة عملية تجعل نظامك الغذائي يناسب روتينك اليومي بسهولة ويسر.

أعطي لنفسك الوقت الكافي لتحرق وجبة العشاء

حاولي أن تتناولي وجبة العشاء قبل ساعات عديدة من ذهابك للنوم ليحصل جسمك على فرصة حرق مزيد من السعرات الحرارية، فأغلب النساء يبذلن جهداً في ساعات النهار ويجلسن، وتقل حركتهن بالليل.

ونتيجة لذلك، يتم حرق أقل جزء من السعرات الحرارية قبل موعد النوم.

إن تناول أطعمة بها كميات كبيرة من السعرات الحرارية في المساء - خاصة قبل الخلود للنوم - يُحدث اضطراباً في توازن الطاقة. فأنت تمدين جسمك بكمية كبيرة من السعرات الحرارية في

وقت يحتاج فيه لبذل أقل جزء منها. قومي بالسير بعد تناول العشاء، أو قومي ببعض الأعمال المنزلية، أو مارسي تمارين خفيفة، أو قومي بإطالة عضلاتك لتساعدك جسمك على حرق وجبة العشاء.

تناولي العشاء قبل ثلاث ساعات من الذهاب للنوم

إن النوم مباشرة بعد تناول وجبة العشاء يجعل جسمك أكثر ميلاً لتخزين مزيد من السعرات الحرارية على شكل دهون. ففي الليل، يبطئ الجسم في القيام بعملية الأيض (الهضم) ويحرق كمية أقل من السعرات الحرارية، وتركز أجسامنا على إعادة بناء خلايا الجسم في أثناء النوم، وتحفظ أجهزة الجسم بالطاقة لتستخدمها في المستقبل. وفي حالة التخزين تلك، تستمر أجسامنا في الازدياد من خلال إضافة أنسجة دهنية أو عضلية للجسم، وتكمن المشكلة في أن معدل حرقنا للسعرات الحرارية ينخفض عند النوم. وإذا تم تناول كمية كبيرة من السعرات الحرارية قبل الذهاب للنوم مباشرة، فإنه يؤدي إلى هضم الطعام بطريقة جيدة، بل ويقوم الجسم بتخزين أغلبها على هيئة دهون.

اقرأ ملصقات الأطعمة

اقرأ دوماً المعلومات الخاصة بالقيمة الغذائية للأطعمة التي تشتريها، وإذا لم تكن لديك فكرة عما يوجد في الأطعمة التي تتناولينها، فكيف لك أن تعرفي ما إذا كانت ستساعدك على إنقاص

وزنك أم لا؟ تعلمي كيف تقرئين وتفهمين الملصقات التي توضح القيمة الغذائية للأطعمة.

اقرأ الملصق الذي يوضح العناصر الغذائية الموجودة في كل الأطعمة المعبأة في قائمة المكونات.

انتبهي على وجه الخصوص لحجم الوجبة، وعدد السعرات الحرارية التي تحتوي عليها، وأيضاً العناصر الغذائية وحصتها، ونسبة العناصر الغذائية اليومية.

إن قراءة الملصقات سوف تساعدك على اختيار الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية في إطار كمية السعرات الحرارية المسموح لك بتناولها، كما أن هذه الملصقات سوف تساعدك أيضاً على قياس كمية الوجبات التي تتناسبك وبالتالي لا تسرفي في تناول الطعام.

اخرجي للتنزه

إن الفتيات اللاتي يبذلن قدرًا معتدلاً من الجهد يحرقن حوالي (٣٠) في المائة من سعراتهن الحرارية من خلال ممارستهن لنشاطات يومية غير رياضية.

أما الفتيات كثيرات الجلوس قليلات الحركة فلا يحرقن سوى حوالي (١٥) في المائة منها.

اختاري - عن وعي منك - أن تبذلي مزيداً من الجهد، وأن تبذلي نشاطاً أكبر كل يوم، وهذه الأنشطة تشمل النهوض من السرير

في الصباح، وإعداد وجبة الإفطار، والمشي إلى العمل.
أضيفي لهذه الأنشطة صعود السلم بدلاً من استخدام المصعد الكهربائي.

وهناك طرق لا تعد ولا تحصى تزيدي بها المستوى العام للنشاط الذي تبذلينه إذا اخترت أن تفعلي ذلك.

خذي جولة وسيري في أي وقت تسنح لك فيه الفرصة، قومي بالأعمال المنزلية، سيري بنشاط عند الذهاب للمدرسة. تذكري أنك عندما تأخذين جولة، فإنك تستنفذ طاقتك، وستحرقين سعرات حرارية، وبذلك تتقصي وزنك.

امتنعي عن تناول المشروبات الغازية

تحتوي كل ثلاثمائة وخمسون جراماً من الصودا على مائة وأربعين سعراً حرارياً، وحوالي أربعين جراماً من المحليات، وهو ما يساوي حوالي عشر ملاعق صغيرة من السكر. إذا كنت تتناولين المشروبات الغازية مع كل وجبة، فذلك يعني أنك ستحصلين على أربعمائة وعشرين سعراً حرارياً إضافياً في اليوم.

وتفيد الدراسات بأن شرب السكر، خاصة السكر المكرر الذي يوجد في المشروبات الخفيفة، قد يؤدي لزيادة الوزن حتى إذا لم تكن السعرات الحرارية التي تحصلين عليها كل يوم كبيرة؛ حيث يتم امتصاص السكر الموجود في المشروبات الغازية بسرعة كبيرة ثم يسير

في مجرى الدم، كما يتم تخزينه بسهولة على هيئة دهون.
كما أن المشروبات الغازية تؤدي لارتفاع مفاجئ في سكر الدم.
وهذا الخلل قد يؤدي إلى رغبتك في تناول المزيد منه.
إن استبدال المشروبات الغازية بالماء عند تناول وجباتك قد
يساعدك على إنقاص حوالي رطل كل أسبوع من وزنك.

قلبي التوتر

قد يؤثر التوتر على إنقاصك لوزنك بطرق عديدة؛ أولاً: قد يؤدي
التوتر المزمن لإبطاء معدل حرق السعرات الحرارية لديك. ومع إبطاء
عملية الأيض (الهضم)؛ يدخل جسمك في حالة تخزين الدهون، وقد
يؤدي ذلك إلى اكتساب الوزن حتى عندما تحصلين على نفس كمية
السعرات الحرارية، كما أن المواقف المشحونة بالضغط قد تزيد
رغبتك في تناول الوجبات المملحة والمسكرة الغنية بالدهون والسعرات
الحرارية. وهذه الأطعمة التي تساعدك على الشعور بالراحة تفرز مواد
كيميائية تجعلك تشعرين بالتحسن لتعادل شعورك بالتوتر والقلق.
كما أن الهرمونات التي تفرز تحت تأثير التعرض للضغط -
الكورتيزون والإبينيفيرين - قد تؤدي إلى تخزين الدهون في منطقة
المعدة.

قومي بممارسة بعض أساليب الاسترخاء، والتنفس العميق، لتقللي
مستويات التوتر التي تشعرين بها، وتقلصي وزنك في نفس الوقت.

أعيدي التفكير في الوجبات الخفيفة

كثيراً ما نلجأ للوجبات الخفيفة المنتشرة كشرائح البطاطس المقلية، والرقائق بالجبن، والكعك المملح والجاف، والبسكويت، والكعك، والحلوى.

وتقليل هذه الأطعمة لإنقاص وزنك لا يعني أن عليك أن تمتنعين تماماً عن الوجبات الخفيفة في منتصف النهار وفترة ما بعد الظهر؛ ولكن عليك أن تتقي الأطعمة الصحية؛ فتناول كمية صغيرة من الأطعمة بين الوجبات قد يساعدك في التحكم في شهيتك، كما أنه يمدك بالطاقة، ويحافظ على نشاط عميلة الأيض (الهضم).

وكثيراً ما تكون الأطعمة الخفيفة المعبأة غنية بالدهون والسكر والكربوهيدرات المعدلة، كما أنها تحتوي على كمية كبيرة من السعرات الحرارية.

بدلاً من ذلك، تناول وجبة خفيفة تشعرك بالشبع تحتوي على مواد كربوهيدراتية معقدة؛ كالحبوب الكاملة، والفاكهة، والخضراوات، ومنتجات الألبان منخفضة الدسم، والبروتين الخالي من الدهون.

اجعلي إجمالي السعرات الحرارية ما بين مائة ومئتي سعر حراري.

تناولي طعامك ساخناً

وفقاً لآراء الباحثين، فإن زيادة درجة حرارة الطعام قد تحسن

براعم التذوق الموجودة في اللسان. وقد يشعرك الطعام الذي قُدِمَ ساخنًا بالشبع الأمر الذي يجعلك تتناولين كمية أقل من الطعام. كما أن درجة حرارة وجبتك قد تؤثر أيضًا على مدى الشبع الذي تشعرين به بعد تناولك للطعام.

عندما يقدم الطعام ساخنًا، تضطرين لأخذ بعض الوقت لتناوله؛ فمن الصعب أن تبلي كمية كبيرة من أي طعام ساخن. حاولي أن ترفعي درجة حرارة الطعام الذي تتناولينه. قدمي لنفسك طعامًا ساخنًا إذا كانت باقي الوجبات باردة. خذي الوقت الكافي لتسخين الطعام المتبقي، أو تعديل درجة حرارة السلطة بإضافة قطع من الدجاج المشوي الطازج إليها.

تناولي وجبة الإفطار

إن الرجال والنساء الذين يتناولون وجبة إفطار في الصباح أقل عرضة لمعاناة السمنة ممن يفوتون أهم وجبة في اليوم. ابدئي يومك بتناول وجبة إفطار جيدة وسوف تتناولين أطعمة صحية على مدار اليوم. ويعد تناول وجبة الإفطار أمرًا مهمًا لإنقاص الوزن؛ فجسمك يُحرم من الطعام خلال الليل، وهو ما يبطل عميلة الأيض (الهضم) لديك.

فإذا لم تتلق خلايا الجسم العناصر الغذائية الكافية بعد فترة صيامه عن الطعام تلك، سوف تتكيف مع هذا الأمر وتؤدي وظائفها

بفاعلية أقل نظرًا لتناولك كميات قليلة من الطعام.

ومن ثم؛ فالامتناع عن تناول وجبة الإفطار سوف يدرّب جسمك - في واقع الأمر - على تخزين مزيدٍ من الدهون عندما يشعر أنه لا يحصل على حاجته من الطعام.

حددي نوع الجوع الذي تشعرين به

إن السر وراء إنقاص الوزن، وعدم اكتسابه مجددًا؛ يكمن في تحديد إحساسك بالجوع، وإيجاد طرق صحية لسد هذه الحاجة؛ فالنساء يمررن بأوقاتٍ عصيبة لإنقاص أوزانهن لأنهن يتناولن الطعام وهن لا يشعرن بالجوع، كما أنهن يسرفن في تناول الأطعمة عندما يشعرن بالجوع الشديد.

وفي بعض الأحيان تجدينهن يشعرن بمزيد من الجوع عندما يتناولن أطعمة معينة.

ونظرًا لأنك عاجزة عن تجنب الطعام؛ فأنت بحاجة لتحديد نوع الجوع الذي تشعرين به، وإيجاد طريقةٍ للتعامل مع هذه الحاجة بالشكل الصحيح.

حددي ما إذا كان ما تشعرين به هو جوع حقيقي، أو أنه شعور بالجوع لانخفاض نسبة السكر في الدم، أو مجرد توق لتناول الطعام، أو أنه رغبة في تناول الطعام للشعور بالراحة، أو أنه جوع اجتماعي. حددي طرقًا معقولة للتعامل مع كل موقف.

تعريف على الأطعمة التي تثير شهيتك

حددي الأطعمة التي تثير شهيتك وتجعلك تخرجين عن سيطرتك، وأقصد بذلك تلك الأطعمة التي تجعلك تجدين نفسك مكرهةً على الإسراف في تناول الطعام بعد تناول قسمة واحدة منها. وعادة ما تحتوي الأطعمة التي تثير شهيتك على السكر والدهون، أو الدهون والملح، أما انغماسك في تناول الطعام فيتوقف على الطعام نفسه.

على سبيل المثال، إذا كان الكعك المقلي المحلى يفتح شهيتك، فقد يؤدي تناول قسمة واحدة منه لتناول علبه كاملة بغض النظر عن إحساسك بالجوع، أو الموقف، أو حالتك العاطفية!!

وفي الوقت الذي ينصح فيه كل الخبراء بتناول كل الأطعمة باعتدال، قد يستفيد بعض الناس من تجنب الأطعمة التي تفتح شهيتهم حتى يتمكنوا من السيطرة على رغباتهم تلك. حاولي أن تقللي تناولك لهذه الأطعمة، أو تجنبها تماماً.

تناولي طعامك ببطء

إن تناول الطعام ببطء قد يساعد الناس على إنقاص أوزانهم، وتظهر الأبحاث أن الأفراد يتناولون كمية أقل من الطعام عندما يتناولونه ببطء عن المعتاد. وقد ذكر الباحثون أن الحالات التي خضعت للدراسة تناولت كمية أقل من الطعام لوجود وقت كبير أمامهم للإحساس بالشبع، وهو ما جعلهم يتوقفون عن تناول الطعام.

فالخ يحتاج إلى حوالي عشرين دقيقة ليدرك أن المعدة قد امتلأت. وفي هذه الغضون، من السهل أن تملأ معدتك بكمية أكبر من الطعام عما تحتاج إليه فعلاً.

استخدمي أوعية أصغر، وتناولي قضمات أصغر، وامضغي طعامك جيداً، واخفضي وعاءك بين كل قضمة وأخرى.

حاولي أن تتناولي نصف الطعام الموجود في طبقك، وانتظري عشر دقائق، ثم تناولي بضع قضمات أخرى إذا كنت لا تزالين تشعرين بالجوع.

تناولي الفاكهة بدلاً من شرب عصائرها

إن الفاكهة قد تساعدك على إنقاص وزنك؛ فالفاكهة تحتوى على عناصر غذائية نباتية أساسية، كما أن الألياف والماء الموجودين بها يساعدانك على الشعور بالشبع.

أما عصائر الفاكهة الموجودة في الأسواق فتحتوي على سكر وهو ما يجعلك تحصلين في النهاية على مزيد من السعرات الحرارية؛ فضلاً عن أنه عند إزالة لب الفاكهة وقشرها، يتم امتصاص السكر بسرعة في الجسم وهو ما يجعل لديك رغبة ملحة في تناول الطعام في وقت لاحق من اليوم.

وعند إعداد العصائر يتم التخلص من لب الفاكهة وهو ما يجعلها لا تشعرِك بالشبع مثلما تشعرين به عندما تتناولين الفاكهة كاملة. ويحتوي نصف ثمرة من فاكهة الجريب على خمسين سعراً

حرارياً، وجرامين من الألياف، وأحد عشر جراماً من السكر، في حين أن (٢٢٦) ملي لتراً من عصير فاكهة الجريب تحتوي على مائة سعر حراري، واثنين وعشرين جراماً من السكر.

أغلق التلفاز

يشاهد أكثر من (٩٠٪) من الأمريكيين التلفاز في أثناء تناولهم الطعام في منازلهم.

ويميل الأشخاص الذين يشاهدون التلفاز في أثناء تناول الطعام للإسراف فيه دون وعي منهم بذلك، فقد أظهرت الدراسات أن الفرد قد يأكل وجبة إضافية كاملة تقريباً مليئة بالسعرات الحرارية في الأيام التي يتناول طعامه فيها أمام التلفاز.

فالتلفاز يشتم من يتناولن الطعام، ويجعلهن غير مستجيبات إلى إحساسهن بالجوع والشبع، وهو الأمر الذي يحدث بشكل طبيعي. كما أن تشغيل التلفاز قد يدفعك للرجبة في تناول وجبة خفيفة حتى إذا لم تكوني جائعة. فضلاً عن أنك تميلين للاعتماد على إشارات خارجية مثل انتهاء البرنامج بدلاً من الإشارات التي تتبع من الجسم بالتوقف عن الأكل.

أغلق التلفاز واجلسي على الطاولة أو الأرض لتتذوقي نكهة ولون وملمس الطعام الذي تتناولينه.

دهون على المخ

الوزن الزائد يبطئ المخ. وقد وجد الباحثون أنه بينما يمكن للأفراد الذين لديهم مؤشر كتلة جسم (BMI) صحي؛ استرجاع (٥٦) في المائة من الكلمات الواردة في اختبار للمفردات، في حين أن هذا الرقم يهبط إلى (٤٤) في المائة مع من يعانون من البدانة.

وفي اختبارات المتابعة التي أجريت بعد خمس سنوات، سجل الأفراد الذين يعانون من البدانة رقمًا أقل، بينما سجل الآخرون نفس النسبة السابقة لهم.

ويعتقد أن الأفراد الذين لديهم مؤشر كتلة جسم أكبر لديهم الكثير من الدهون في خلايا المخ، أو أن الشرايين الموجودة في أمخاخهم قد زاد سمكها.

لذا؛ فإن الكثير من الدهون، خاصة الدهون غير الصحية المشبعة والمهدرجة والمتحولة، يمكن أن تعوق أداء المخ.

يمكن أن تنسين إذا تناولت هذه الأطعمة

هناك أطعمة ومشروبات ومواد معينة ضارة بالمخ. ابتعدي عن المشروبات الغازية والوجبات الخفيفة السكرية، والتي تؤدي إلى انخفاض السكر بشكل يستنزف الطاقة.

ويحتوي الكعك والفطائر والبسكويت وغيرها من الأطعمة عديمة القيمة الغذائية والغنية بالسعرات؛ على كميات كبيرة من الدهون

المتحولة التي تعوق أداء المخ "وهو العضو الذي يوجد به أعلى تركيز للدهون بنسبة تقارب الـ(٦٠) بالمائة".

احذري المسكنات والمهدئات، فهي تؤثر بشكل كبير على قدرتنا على تكوين الذكريات، والمنبهات؛ مثل الكافيين فهي تسبب القلق والتركيز الضعيف.

بينت أيضاً الكثير من الدراسات أن التعاطي المنتظم للمخدرات التي لا تسبب الإدمان، مثل الماريجوانا، يبطل من أداء المخ لأنها تحتوي على مواد قابلة للذوبان في الدهون تبقى في المخ لأسابيع؛ فاحذرن ذلك.



الخاتمة

عندما يبدأ المرء في أمرٍ ما قد يعتريه من الشكوك والمثبطات ما يجعله ربما يثني العزم عما أراد السعي له.

وهذا الأمر حصل معي عند شروعي في هذا الكتاب خصوصاً وسائر الموسوعة عمومًا، بل أصبح يناوبني باستمرار، وكنت أحتاج إلى مسكنات تخفف عني هذا الألم، ولم أجد مسكنًا أقوى من رؤيتي لخاتمة هذا الكتاب؛ لأن المثبطات والمحبطات قد يئست من تكرار المحاولات، بل حتى هي أيضًا أصيبت بالإحباط المزمن، والتثبيط المطبق.

ومن هنا أرسل رسائلي إلى كل المهتمات والقارئات لأقول:

(بُذِل في هذا الكتاب من الجهد الكثير، وأضيف إليه من الكنوز الشيء الثمين، ونُقح من الشوائب حتى أصبح كالماء الزلال؛ فلا تفوتن على أنفسكن ومن تحت أيديكن من الطالبات الاستفادة من هذا الكتاب، بل اجعلن له نصيبًا وافرًا من اليوم المدرسي يروي ظمأ الطالبات، وينعش عقولهن، ويجدد سلوكهن).

ولا أدعي الكمال ولا التمام، بل أعترف بالنقص والتقصير فكل بني آدم خطأ، فإن أصبت فمن الله وحده لا شريك له، وإن كان من زلل فهو من نفسي والشيطان، مع الوعد بالتجديد والتغيير في طبعات هذا الكتاب القادمة - بإذن الله - إن كتب الله لنا البقاء إلى حينه.

ولا أجد أجمل ما أختتم به هذا الكتاب إلا عبارات الحمد والثناء
للّٰه - عز وجل - فهو المستحق للحمد والثناء والمجد، أحق ما قال العبد،
وكلنا لك عبد.

والحمد لله رب العالمين..



المحتوى

٨٤٥	المقدمة
٨٤٧	الشعر ديوان العرب
٩٧٣	معلومات طبية
١٠٢٧	مصطلحات متنوعة
١٠٥٧	مع الأنبياء والرُّسل
١٠٦٩	مخترعون ومخترعات
١٠٩١	مناهٍ لفظية
١١٠٧	جديد هل تعلمين؟
١١٣٣	رياضة في رياضة
١١٥٧	معالم سياحية
١١٧٧	معلومات ثقافية عامة
١١٩٧	لماذا ينتحرون؟
١٢١٣	الغذاء قبل الدواء
١٢٢٧	وقفات مع سور القرآن الكريم
١٢٤٥	لا تقلقي من الاختبار
١٢٦٩	فضائل الشهور الهجرية

- ١٢٨٣ وسائل دعوية
- ١٣١٣ تعريف على العلماء والناجحين
- ١٣٩٥ استمتعي وفكري مع المسابقات
- ١٤٢٣ الموعظة البليغة
- ١٤٦١ وتلك الأمثال نضربها للناس
- ١٤٨٧ دراسات
- ١٥١١ أدعية مختارة
- ١٥٢٥ أشرط الساعة
- ١٥٤٣ لا تتحيري مع اختاري الإجابة الصحيحة
- ١٥٧١ قولي لي من تجالسين أقل لك من أنت
- ١٥٧٩ الكتاب خير جليس
- ١٦١٣ تاريخ وحدث
- ١٧٠٩ المحافظة على الجمال
- ١٧٣٩ محاذير ونصائح للفتيات
- ١٧٩٥ خففي وزنك لتتمتعي بصحتك

للاقتراحات والملاحظات

الرجاء التواصل مع المؤلف عبر العناوين التالية:

المملكة العربية السعودية - منطقة تبوك



+ ٩ ٦ ٦ ٥ ٠ ٣ ٢ ٤ ٥ ٥ ١ ٩



abdulaziz9955@hotmail.com



ص.ب 104 تيماء 71941



facebook.com/abdulaziz9955



twitter.com/abdulaziz9955



Abdulaziz995566

والحمد لله رب العالمين

الموسوعة الثقافية المدرسية لطلاب المرحلة الثانوية

التعريف: هي موسوعة ثقافية موجهة لفتيات من عمر (١٦) سنة إلى (١٨) سنة.

الفكرة: تقديم موسوعة ثقافية شاملة لتلك الفئة العمرية تزودهن بشتى حقول المعرفة.

الأهداف:

- إعداد جيل من الفتيات يحمل قدرًا كبيرًا من العلم والثقافة تمكنه من تطوير نفسه وتطوير مجتمعه من حوله.
- تقوية صلة الطالبة بريها من خلال سرد القصص والعبر.
- تعريف الطالبة بسنة نبينا صلى الله عليه وسلم بأسلوب سلس، وطرح مرن.
- تقديم نماذج من سير الصحابة والتابعين لتتعرف عليها الطالبات.
- عرض لقصص تاريخية، تتعرف الطالبات من خلالها على أسرار العظمة الحقيقية.
- تطوير الذات من خلال طرح عددٍ من المهارات التي تستطيع الطالبات التدرب عليها.
- شغل وقت الطالبة بحزمة من الأنشطة المتنوعة والتي تعطي الطالبة الكثير من المعلومات والمهارات مع المتعة والسرور.
- تم رصد مئات من الكلمات التي جمعت سحر البيان، وبراعة الإتقان، لتؤثر في نفوس الطالبات؛ فتحسن سلوكهم، وتقوم أخطائهن، وترشدن إلى ما فيه خير، وتنهان عما فيه شر.
- المسرحيات والمشاهد تُعد من الأنشطة البارزة والمهمة بل والمؤثرة في هذا العصر .. ولذا؛ قدمنا لطالباتنا نماذج جاهزة، جمعت التجديد، والفائدة، والمتعة.
- عرفنا الطالبة والمعلمة بجماعات النشاط المتنوعة، وكيفية استغلالها الاستغلال الأمثل.
- بذلنا الجهد الكبير لتقديم العديد من البرامج الجاهزة لكل المناسبات السنوية من أسابيع توعوية، وغيرها.
- هذه الموسوعة هي صديقة متميزة، تبحث عن طالبة ناجحة، ومعلمة مخلصه، ومديرة نشيطة، ليكونا معًا صداقة حميمة، وعلاقة طيبة، على حقول من العلم والمعرفة والثقافة والنشاط.

محتويات الموسوعة:

- ١ الأفكار الذهبية في الإذاعة المدرسية.
 - ٢ اليتيموع الصايي في الأسبوع التوعوي.
 - ٣ السبائك الذهبية في الأيام الثقافية.
 - ٤ العقد الضريد في البرامج الضريدة.
 - ٥ اللؤلؤة المنضودة في الفقرات المكنونة (١).
 - ٦ اللؤلؤة المنضودة في الفقرات المكنونة (٢).
 - ٧ سحر البيان في كلمات بيتات.
 - ٨ ماذا تعرفين عن قدوتك محمدًا صلى الله عليه وآله وسلم.
 - ٩ قرة العيون بأثار الصحابة والتابعين.
 - ١٠ المصباح المضيء في النشاط المدرسي.
 - ١١ المسرحيات الأنيقة والمشاهد الرقيقة.
 - ١٢ مراجع الموسوعات الثقافية المدرسية.
- نحيط علمًا؛ بأن هذه الموسوعة ليست حكرًا على المدرسة؛ بل هي للبيت، والمسجد، والمكتبة، والمراكز الصيفية، وسائر الملتقيات الثقافية.

