

أغسطس 2010 م العدد 152 (السنة الثالثة عشر) شعبان/رمضان 1431 هـ

مجلة البشير

مجلة شهرية يُصدرها المصريون في قطر

Web site www.saidabuazayem.net

أغسطس 2010 م العدد 152 (السنة الثالثة عشر) شعبان/رمضان 1431 هـ

تَمَّ بِرِزْقِ اللَّهِ الْكَلِمَاتُ الْبَشِيرَاتُ
رَمَضَانَ الْبَشِيرَاتُ الْبَشِيرَاتُ
هُدًى لِلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ



رمضان شهرُ القرآن (كل عام وأنتم بخير)

* كلمة العدد : من أجل مصر !!

* قضية للمناقشة : عفواً ... فالمرأة ليست جسداً والرجل ليس حافظاً نقود!!

مجلة البشير

مجلة شهرية يُصدرها المصريون في قطر، Web site www.saidabulazayem.net

رئيس التحرير/سعيد ابوالعزائم، سكرتارية التحرير:م/ طارق عبداللطيف - ك /خالد الفحام م/ مصطفى داوود م/ايمن طاحون
جميع المراسلات بأسم رئيس التحرير ص. ب. 50155 e-mail sazavem@qatar.net.qa

كلمة العدد: من أجل مصر !!

المتابع للأحداث في مصر هذه الأيام يدرك أن مصر مقبلة على واقع جديد سوف يغير الكثير من الواقع السياسي في مصر ، فالجميع يتربص ما بعد مبارك ومن سيحكم مصر؟ وماذا سوف يكون الحال في مصر؟ وتزامن مع هذا الحال موجة من الاعتراضات لتظام الحكم في مصر واكبه موجة من الإنتقاد والتشهير بكل ما في مصر هذا التشهير وإن كان به بعض الصحة والحقيقة إلا أنه يأتي من أعداء مصر ويتأييد من أبناء مصر الذين اكتشفوا فجأة أنه من السهل مهاجمة نظام الحكم في مصر ، هنا يظهر اللغز العجيب هل ما يحدث في مصر من إعتراض على الحكومة وإنتقاد لنظام الحكم علناً ، ما هو إلا مؤامرة لكي تدخل مصر في أتون الصراعات التي لن تأتي إلا بالخراب لمصر وشعب مصر ؟ إننا هنا ومن منطلق مصلحة مصر وشعب مصر نذكر جميع المصريين بالمقولة الشهيرة (من أجل مصر) فليكن إعتراضنا للحكومة من أجل مصر ولنتكن موافقتنا للحكومة من أجل مصر ولينتبه الجميع فمصر هي بلدنا وبلد ابنائنا فمن أجل مصر لننتبه

اقرأ في هذا العدد

- ***كلمة العدد** من أجل مصر
بقلم رئيس التحرير ص 2
- * **اخبار الجالية المصرية**
اعداد م/محمد عيد ص 3
- * **صورة الغلاف** رمضان شهر القران
بقلم ابن البلد ص 4
- * **مع الحكواتي** : مصطلحات سياسية (جزء ثانى) بقلم
كيميائى /حالد الفحام ص 5
- * **ركن الأدب** : حديقة الشعراء
اعداد ابن البشير ص 6
- * **قضية للمناقشة**: عفوا فالمرأة ليست جسدا
والرجل ليس حافظة نقود بقلم المصرى أفندى ص 7
- * **مختارات** : الغرب وتابوهات
بقلم م/ احمد عز الدين ص 8
- * **لك يا سيدتى** : بنت النيل ص 9
- * **صفحة من غير عنوان**
(اعداد م /طارق عبداللطيف) ص 11
- * **صفحة المنوعات** :
(اعداد م/ايمن طاحون) ص 12
- AL BASHIR MAGA** ص 13

أخبار الجالية المصرية : الشيخ حسن عيسى عبد الظاهر

العالم والمربي والداعية والفقير في ذمة الله



حسن عبد الظاهر

توفي العالم والمربي والداعية والفقير د. حسن عيسى عبد الظاهر، أستاذ ورئيس قسم الثقافة الإسلامية بكلية الشريعة بجامعة قطر «سابقاً». وقد وافته المنية صباح الأربعاء الثامن والعشرين من يوليو بعد رحلة مع المرض دامت أكثر من عامين. وتم دفنه بمقبرة أبو هامور بعد صلاة العصر بحضور لفيق من أهله وزملائه وتلاميذه ومحبيه. ويوفاته أسدل الستار على حياة حافلة بالعطاء الفكري والدعوي والإنساني دامت أكثر من 82 عاماً. شغل الفقيه عدة مناصب دعوية وعلمية في مصر وقطر، وسافر مبعوثاً للأزهر في عدد من البلدان الإسلامية، واستقر به المقام في قطر عام 1978، حتى وافاه الأجل أمس.

واشتهر د. عبد الظاهر بغزارة علمه، وكثرة عطائه، وطيب معشره ولين جانبه وأدبه وتواضعه، وغيرته على الإسلام والمسلمين. وأحبه زملاؤه وطلابه وإخوانه الدعاة. وعرفه الجمهور خطيباً مفوهاً اعتلى منبر جامع إسحاق بأم غويلينا «زيد بن حارثة» حالياً، وجامع حصة السعودي المجاور لمحطة بنزين الجامعة -بطريق جامعة قطر-. وتخرج على يديه مئات الأساتذة والباحثين، وتتلذذ على علمه وخبرته مئات الدعاة. وهو الذي اكتشف الداعية المصري الشهير عبد الحميد كشك، عندما كان مفتشاً للمساجد بوزارة الأوقاف المصرية وتناباً له بمستقبل واعد في مجال الخطابة والدعوة قبل أن يعرفه أحد. ولد د. عبد الظاهر في 16 أغسطس عام 1928 بمدينة شبين القناطر بمحافظة القليوبية -20 كليومتراً شمال القاهرة- لأسرة تنتمي لأصول عربية وفدت إلى مصر من السعودية واستقر بها المقام في الصعيد، ثم رحل الوالد والجد إلى شبين القناطر حيث ولد شيخنا. أتم حفظ القرآن في سن العاشرة ولم يكن هو وحده الذي أتم الحفظ في تلك السن، فقد سبقه أشقاء له وزملاء في الدراسة. فقد كان أصغر إخوته الذين حفظوا القرآن، ولذلك كان ختم المصحف عادياً في حياته وحياة أسرته.

رمضان شهر القرآن

صورة الغلاف :



في مثل هذه الايام ونحن نستقبل نفحات الشهر الكريم شهر رمضان المعظم ندعو الله ان تعود علينا هذه الايام ونحن جميعا في خير وبركة وسعادة ولأن ايام رمضان هي منحة الهية لنا كي نعيد فيها حساباتنا ونراجع فيها اعمالنا فنمتنع عن السيئات ونكثر من الحسنات وهي ايام الجِد في الطاعات والمداومة على العبادات وهي ايضا ايام التراحم والتواد بين الأهل والأسر وهي فوق كل ذلك ايام خير لنا جميعا وقد صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم حين قال فيما معناه " خسر من لحق رمضان ولم يُغفر له " أي أن الخاسر هو من عاش ايام رمضان ولم ينتهز الفرصة في الطاعات والعبادات حتى يغفر الله له . ومع نفحات الشهر الكريم شهر البركة والخيرات نرى هناك بعض الصور غير المرغوب فيها وبعض المواقف التي لا تتناسب مع قدسية الشهر الكريم ورغم قلتها إلا انها تسئى لرمضان ولنا جميعا ومن هذه الصور والمواقف ما يلي:

- صور الذى لا يصوم ويجاهر بعدم صيامه وكأنه يتباهى بمعصية الله فنراه يدخن سيجارته امام الناس بلا اكرثات وهو ليس فقط يعصى الله ولكنه يجاهر بمعصيته , ورغم أن اصحاب الديانات الاخرى وهم في بلد اسلامى إلا انهم يحترمون مشاعر المسلمين فلا يجاهروا بعدم صيامهم ولكن الخطأ ياتى من المسلم العاصى هذاه الله واعاده لحظيرة الايمان.
- صور الصائمون الذين راحوا في نوم عميق طوال اليوم ولا يستيقظون إلا قرب أذان المغرب وتجدهم يسهرون طول الليل في اللعب ومشاهدة التلفاز وكان رمضان هو شهر النوم والتلفزيون فاللهم ارحمنا من التلفزيون ومن شروره آمين آمين .
- صور الناس وهي تتزاحم في المجمعات التموينية والسوبرماركت تشتري كل شئى وتكدسه وكأننا سنواجه مجاعة او حربا فنرى البيوت تكدست بالمواد التموينية وهي حتما فوق الحاجة ونرى الموائد في رمضان تغص بشتى انواع الطعام والمأكولات والتي طريقها اخر الليل هو اكياس القمامة وننسى قوله تعالى : ولتسألنا يومئذ عن النعيم" صدق الله العظيم.
- صور الجرائد والمجلات وهي تمتلئ بالصورة العارية للمثليين والراقصات وكأننا في مسابقة بين الصحف لمن ينشر اكثر عريا وفضائح وليت الأمر يقف عند هذا الحد إلا أن اصحاب صفحات المنوعات يأتون باكثر القصص خيالا واكثر الأخبار فبركة وينشرونها فينشغل الناس بالتافه من الأمور وينسون ذكر الله تعالى

بقلم / ابن البلد

ممارسة العمل السياسي ليس رفاهية وليس مهنة الأثرياء فقط بل هي أساساً وسيلة لجلب حقوق الفقراء والأثرياء معا ، والسياسة ليست كما يقولون مصدرا للمشاكل بل هي مصدرا للفخر والعزة وتطور المجتمعات إلا في الدول المتخلفة التي يسيطر عليها مجموعة من العصابات المنظمة ونحن ظللنا لعصور طويلة مغيبين عن الممارسة السياسية . ولكن نظرا لأن الوضع الآن قد تغير فالسيفينة التي كانت تقلنا جميعا قد شارفت على الغرق ، لذلك فجهود الإنقاذ واجبة ، ربما يكون الموضوع في بدايته مقلق نتيجة لتراكم خبرات سابقة وحالية من الخوف ، ولكن لا مناص من ممارسة العمل السياسي فهو المخرج الوحيد المتاح . ولكن قبل ذلك يجب أن نتعرف على بعض المصطلحات السياسية التي يجهلها معظمنا نظرا لبعدها عن ممارسة العمل السياسي قهرا ، وقد استعرت لكم بعض المصطلحات ومعانيها من موقع حزب الجبهة الديمقراطية المعارض في مصر -

مصطلحات سياسية ومعانيها

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

تكنوقراطية مصطلح سياسي نشأ مع اتساع الثورة الصناعية والتقدم التكنولوجي، وهو يعني (حكم التكنولوجيا) أو حكم العلماء والتقنيين، وقد تزايدت قوة التكنوقراطيين نظراً لازدياد أهمية العلم ودخوله جميع المجالات وخاصة الاقتصادية والعسكرية منها، كما أن لهم السلطة في قرار تخصيص صرف الموارد والتخطيط الاستراتيجي والاقتصادي في الدول التكنوقراطية، وقد بدأت حركة التكنوقراطيين عام 1932 في الولايات المتحدة الأمريكية، حيث أما المصطلح فقد استحدث عام 1919 على يد وليام هنري سميت . كانت تتكون من المهندسين والعلماء والتي نشأت نتيجة طبيعة التقدم التكنولوجي الذي طالب بتولي الاختصاصيين العلميين مهام الحكم في المجتمع الفاضل

نظام يستند إلى أفكار دينية مسيحية ويهودية ، وتعني الحكم بموجب الحق الإلهي ! ، وقد ظهر هذا النظام في العصور الوسطى في أوروبا **ثيوقراطية** على هيئة الدول الدينية التي تميزت بالتعصب الديني وكبت الحريات السياسية والاجتماعية ، ونتج عن ذلك مجتمعات متخلفة مستبدة سميت بالعصور المظلمة

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

ديموقراطية كلمة يونانية مشتقة من كلمة (ديموس)، وتعني الشعب، و(غوجية) وتعني العمل، أما معناها السياسي فيعني مجموعة الأساليب التي يتبعها السياسيون لخداع الشعب وإغراءه ظاهرياً للوصول للسلطة وخدمة مصالحهم

ومعناه الشعب، والآخر (كراتوس) ومعناه سيادة، فمعنى المصطلح إذاً سيادة الشعب أو (مصطلح يوناني مؤلف من لفظين الأول (ديموس) **ديموقراطية** حكم الشعب . والديموقراطية نظام سياسي اجتماعي تكون فيه السيادة لجميع المواطنين ويوفر لهم المشاركة الحرة في صنع التشريعات التي تنظم الحياة العامة، والديموقراطية كنظام سياسي تقوم على حكم الشعب لنفسه مباشرة، أو بواسطة ممثلين منتخبين بحرية كاملة (كما يُزعم !) ، وأما أن تكون الديمقراطية اجتماعية أي أنها أسلوب حياة يقوم على المساواة وحرية الرأي والتفكير، وأما أن تكون اقتصادية تنظم الإنتاج وتضمن حقوق إن تشعب مقومات المعنى العام للديموقراطية وتعدد النظريات بشأنها، علاوة على تميز أنواعها وتعدد أنظمتها، العمال، وتحقق العدالة الاجتماعية والاختلاف حول غاياتها ، ومحاولة تطبيقها في مجتمعات ذات قيم وتكوينات اجتماعية وتاريخية مختلفة، يجعل مسألة تحديد نمط ديمقراطي دقيق ومعلوم استغلال الدول لهذا . الحرية الفكرية . المساواة . حكم الشعب: وثابت مسألة غير واردة عملياً، إلا أن للنظام الديمقراطي ثلاثة أركان أساسية الشعاع البراق الذي لم يجد تطبيقاً حقيقياً له على أرض الواقع ؛ حتى في أعرق الدول ديمقراطية - كما يقال - . ومعلوم أيضاً تعارض بعض مكونات هذا الشعاع البراق الذي أفتتن 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 ومواقفه نظرة شاملة تتناول مختلف مبادئه السياسية والدستورية والاقتصادية والفكرية والاجتماعية، بقصد إحداث تغير جذري في بنيته، لنقله من واقع التخلف والجمود إلى واقع التقدم **رأسمالية**. ومصطلح الراديكالية يطلق الآن على الجماعات المتطرفة والمتشددة في مبادئها والتطور

الرأسمالية نظام اجتماعي اقتصادي تُطلق فيه حرية الفرد في المجتمع السياسي، للبحث وراء مصالحه الاقتصادية والمالية بهدف تحقيق أكبر ربح إن الفرد في ظل النظام الرأسمالي : شخصي ممكن، وبوسائل مختلفة تتعارض في الغالب مع مصلحة الغالبية الساحقة في المجتمع... وبمعنى آخر يتمتع بقدر وافر من الحرية في اختيار ما يراه مناسباً من الأعمال الاقتصادية الاستثمارية وبالطريقة التي يحددها من أجل تأمين رغباته وإرضاء جسده، لهذا ارتبط النظام الرأسمالي بالحرية الاقتصادية أو ما يعرف بالنظام الاقتصادي الحر، وأحياناً يخلي الميدان نهائياً لتنافس الأفراد وتكالبهم على جمع الثروات عن طريق سوء استعمال الحرية التي أباحها النظام الرأسمالي

مصطلح سياسي اجتماعي يدل على التيارات المعارضة للمفاهيم التقدمية الحديثة وذلك عن طريق التمسك بالتقاليد الموروثة، ويرتبط هذا **رجعية** المفهوم بالاتجاه اليميني المتعصب المعارض للتطورات الاجتماعية السياسية والاقتصادية إما من مواقع طبقية أو لتمسك موهوم بالتقاليد، وهي حركة تسعى إلى التثبث بالماضي؛ لأنه يمثل مصالح قطاعات خاصة من الشعب على حساب الصالح العام. (وقد استورد المنافقون هذا المصطلح من الغرب وحاولوا إلصاقه بأهل الإسلام ! الداعين إلى تحكيم الكتاب والسنة

(مصطلح سياسي من أصل فرنسي يرمز إلى التعصب القومي المتطرف، وتطور معنى المصطلح للدلالة على التعصب القومي الأعمى **شوفينية**) 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 (انتظرونا في جزء أخير بمشينة الله)

رُكْنُ الأَدَبِ حَدَائِقُ الشُّعْرَاءِ

اعداد / ابن البشير

من شوارد (المتنبي)

ذو العقلِ يشقى في النعيمِ بعقله وأخو الجهالةِ في الشقاوةِ ينعَمُ

ومن نكد الدنيا على المرءِ أن يرى عدواً له ، ما من صداقته بدأ!

ولم أر في عيوبِ الناسِ عيباً كنقصِ القادرين على التمام

إذا رأيت نُيوبَ الليثِ بارزةً فلا تظنَّ أن الليثَ يبتسمُ

وإذا أتتك مذمتي من ناقصٍ فهي الشهادةُ لي بأني كاملُ

من أجمل ما كتب العرب في الحزن (في سقوط الأندلس)

أبوالبقاء الرندي:

لكل شيءٍ إذا ما تم نُقصانٌ فلا يغزُ بطيبِ العيشِ إنسانُ

أحمد شوقي:

وإنما الأممُ الأخلاقُ ما بقيت.....فإن هُمُ ذهبَ أخلاقهم ذهبوا

أحمد شوقي:

وما نيلُ المطالبِ بالتمني.....ولكن تؤخذ الدنيا غلابا

وقائل هذا البيت المتوكل الليثي:

لا تنه عن خُلُقٍ وتأتي بمثله..... عارٌ عليك إذا فعلت عظيمُ

عفواً... فالمرأة ليست جسداً و الرجل ليس حافظة نقود

قضية خطيرة تمس حياتنا وحياة أبنائنا , وتلك القضية قديمة قدم الحياة على الارض ومنذ أن خلق الله الانسان وأسكنه في الارض , وهذه القضية هي هل المرأة ليست إلا جسدا , أى أنها مخلوق جسدى فقط , فالتعامل معها سواء كان من الأصوليين او العلمانيين أو حتى أهل الغيبة او المتحضرين لا يكون إلا من خلال جسد المرأة , فالأصوليون وأهل الدين لا يتكلمون إلا على فتنة جسد المرأة وكيفية الحفاظ عليه وستره ومنع الأعين من أن تراه , وأهل العلمانية والمتحضرين لا يرون فى المرأة إلا جسدا جميلا ومثيرا يجب الكشف عنه وإبراز مفاتنه لأنها حق من حقوق المرأة والجانبان المتدين والمتحضر يظلمان المرأة أيما ظلم , فالمرأة ليست فقط جسدا , وان كان جسدها جميلا او مثيرا فم ذنبها , وهل يجب على النساء ان يكنّ دميماتٍ حتى يتقبلهن المجتمع , ثم وماذا عن مشاعرهن وأحاسيسهن هل نمنع النساء عن الشعور والأحاسيس حتى يتزوجن وهنا نفتح لهنّ كل الطرق للتمتع والإمتاع للرجل بهذا الجسد تحت غطاء الزواج!!!! .

وعلى الجانب الآخر فالرجل ليس فقط مصدرا للمال يُنفقُ به على المرأة , أجل فالإنفاق كما جاء فى الشرع هو وظيفة الرجل , ولكن ليس معنى ذلك ان أى رجل طويلا كان او قصيرا بدينا كان ام رفيعا عظيما كان ام حقيرا لا يهم فالمهم هو كم يملك هذا الرجل , بغض النظر عن كم يعلم او كم يفيد او كم يدرك من امور الحياة , إننا نغفر للرجل كل عيوبه مقابل ما يمكنه من أموال , وهو ميزان خاطيء بل ظالم!!!!

أيها الساد القضية أخطر مما نعتقد فالمرأة ليست فقط جسداً والرجل ليس فقط حافظة نقود ... وللموضوع بقية فى العدد القادم .

بقلم / المصرى افندى

تنويه : "مجلة البشير" تدعو القراء فى المشاركة فى موضع قضية للمناقشة هذا العدد وتطلب من الجميع ان نشارك بالرأى والرأى الاخر حتى نثمر الحوار مع الاخذ بالمقولة القائلة (إختلاف الرأى لا يُفسد للود قضية)

الغرب و تابوهاتة

بقلم م/احمد عز الدين

بعد قيام الثورة الفرنسية اهتمت فرنسا بالحفاظ على شعار الثورة و هو "الحرية و المساواة و الأخوة" و هو فى الحقيقة شعار جميل يعبر عما يجب أن يشعر به المواطن فى وطنه بل أن هذه المعانى هى ما تجعل المواطن يشعر بالإنتماء لوطنه.

و منذ ذلك العصر و اتخذت الشعوب الغربية شعارات مماثلة تركز جميعها على الحرية و المساواة بين أفراد الشعب الواحد.

و بمرور الوقت أصبحت هذه الشعارات تابوهات محرمة لا يمكن الإقتراب منها و لا الاعتراض عليها. و أصبحت الشعوب تتوعد كل من يعارض هذه الشعارات بالويل و الثبور.

و يوم بعد يوم بقيت الشعارات كما هى و لكنها أصبحت مجرد شعارات و تم تفرغها من المعانى السامية لها.

فالحرية أصبحت بلا حدود حتى أصبح من حق أى ملحد أن يحارب الأديان و يدعو إلى الفسق و الفجور دون أن يتعرض له أحد بحجة أنه يمارس حريته التى تكفلها له الدساتير.

و بسبب الحرية انتشر الشذوذ الجنسى و أصبح من يهاجمه معرضاً للهجوم من دعاة الحرية و المدنية بل إن إحدى المرشحات للقب ملكة جمال العالم خسرت الأصوات النهائية التى تجعلها متربعة على عرش الجمال فى العالم لمجرد أنها امتعضت من الشذوذ الجنسى و أعلنت صراحة أنها لا تعرف زواج إلا بين رجل و امرأة.

و أصبحت المساواة عبء كبير على المجتمعات الغربية فتخطت المساواة بين المواطنين فى الحقوق المدنية إلى ما يسمى مساواة بين الرجل و المرأة و فى الحقيقة ما هى إلا تعذيب للمرأة و مسح للرجل و الرجولة فلا المرأة أصبحت امرأة و لا الرجل بقى رجل.

و المثير للسخرية و للحزن معاً أن المجتمعات الغربية و إن أمنت بهذه الشعارات لشعوبها فإنها لا تعترف بتطبيق شعوب العالم الثالث لنفس الشعارات و كأن شعوبنا ليس من حقها أن تنادى بالمساواة و الحرية بمعناها الحقيقى.

و المؤسف حقاً أن بعض الدول الإسلامية قد بدأت فى تطبيق الشعارات المفرغة من معانيها تقليداً للغرب فنجد محاربة الدين قد أصبحت حرية التعبير و الإبداع و إلغاء حقوق الرجل و خنوعه قد أصبحوا مساواة المرأة بالرجل.

فلا نحن تقدمنا كالغرب و لا أبقينا تقاليدنا الشرقية و تعاليم ديننا.

نصائح مطبخية

- 1- البيضة الجيدة ترى صافية اللون اذا نظرت اليها بجهاز فيه عدسة , اما اذا كانت غير طازجة فتظهر بها هالة داكنة اللون .
 - 2- لا تقطفي ثمار الفواكه الا عند استعمالها فقط وليس قبل ذلك حتى لا يتغير لونها او طعمها .
 - 3- إحدري رفع الغطاء عن الوعاء كثيراً لمراقبة النضج فذلك يؤدي الى تأخير النضج والبتالى الى القاء الخضروات مدة اطول على النار مما يؤدي الى نأكسد بعض الفيتامينات وتلفها
 - 4- إعتادت أكثر ربات البيوت على نقع الخضار فى الماء ثم سلقه وهذا خطأ لأن النقع يجعل الفيتامينات والمعادن معرضة للتلف ويجب الاقلال ما أمكن من نقع الخضار او وضعه على النار .
 - 5- هناك خطأ ترتكبه بعض ربات البيوتعادة وهو اضافة بعض المواد الكيماوية الى الطبخ للاسراع بانضاجه , فإن إضافة بيكربونات الصودا اثناء الطبخ يزيد فى تخريب الفيتامينات وفقانها.
- (منقولة من موقع مصراوى)

كلمات اعجبتنى

(قصيدة للشاعر للشاعر نزار قباني)

أنا أنثى..

انا أنثى

نهارَ أتيتُ للدنيا

أتانى قرارَ إعدامى

ولم أرى بابَ محكمتى.....

ولم أرى وجه حُكامى

الصمت

الصمت هو العلم الأصعب من علم الكلام، يصعب أحيانا تفسيره وهو أفضل جواب لبعض الأسئلة، وقيل قديما أن الصمت إجابة رائعة لا يتقنها الآخرون، ومما قيل عنه نذكر:

-قال صلى الله عليه وسلم: " من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا أو ليصمت

."وقال علي ابن ابي طالب كرم الله وجهه" إذا تم العقل نقص الكلام"،وقال: بكثرة الصمت تكون الهيبة.

-الكلام كالدواء إن أقللت منه نف وإن أكثرته منه قتل(عمرو بن العاص) قال لقمان لولده: "يا بني إذا افتخر الناس بحسن كلامهم فافتخر أنت بحسن صمتك" - .بلغنا ان الحكمة عشرة أجزاء تسع منها بالصمت والعاشر في عزلة النا (وهب ابن الورد) - إذا أراد أحدكم الكلام فعليه أن يفكر في كلامه فإن ظهرت المصلحة تكلم، وإن شك لم يتكلم حتى تظهر(الإمام الشافعي)- الصمت فن عظيم من فنون الكلام (وليم هنريث)- لابد أحيانا من لزوم الصمت ليسمعنا الآخرون (جلاسكو) -لأننا نتقن الصمت حملونا وزر النوايا (غادة السمان) -إذا قلت المحال رفعت صوتي وإذا قلت اليقين أطلت همسي(أبو العلاء المعري)- يجدر بالمرء أن يتوقف عن الكلام حين يهز المستمع إليه رأسه موافقا من دون أن يقول شيئا(هنري كيسنجر)- لا ترفع يدك على المرأة إلا إذا كنت تعلم أن شفقتك عاجزتان عن تحقيق مأربك .(الشاعر بايرون)- لن تكون متحدثا جيدا حتى تتعلم كيف تحسن الإصغاء (كريستوفر مورلي) - الكلام تفكير بالفعل والتفكير كلام بالقوة (ارسطو) - القراءة هي فن الإنصات (أنيس منصور) - متى تكلمت المرأة اسمع ما تقوله عيناها - .إن بعض القول فن .. فاجعل الإصغاء فناً - الصمت أكثر ثراء من الكلام، نحن نتكلم حينما يفيض بنا الصمت(أحمد تيمور)

ومن الشعر :-يقول الشافعي:

قالوا سكتَ وقد خُوصمت قلتُ لهم * إن الجوابَ لبابِ الشرِّ مفتاحُ

والصمتُ عن جاهلٍ أو أحمقٍ شرفٌ * وفيه أيضاً لصونِ العِرضِ إصلاحُ

أما ترى الأسودَ تُخشى وهي صامئة * والكلبُ يخسى لعمرى وهو نَبأُ

أعد هذا العدد م/ ايمن طاحون

الموت في طلب العلم

دخل إبراهيم المهدي أخو هارون الرشيد على المأمون وبين يديه جماعة يتذاكرون في الفقه ، فقال له المأمون : يا عم ما عندك فيما يقول هؤلاء في الفتوى ؟
فقال إبراهيم بن المهدي : والله يا أمير المؤمنين لقد شغلنا الندماء والمداحون باللهو واللعب في الصغر ، واشتغلنا في الكهولة باتباع الهوى وتكاليف الحياة ، فما انتفعنا بعلم!
فقال المأمون : يا عم ولم لا تتعلم اليوم ؟
فقال إبراهيم بن المهدي : أو يحسن بمثلي الآن طلب العلم وقد بلغت من الكبر عتياً ؟
قال المأمون : نعم والله ، لأن تموت طالباً للعلم خير لك من أن تعيش قانعاً بالجهل.

أي الاتجاهات ؟

سأل رجل أبا حنيفة فقال له : إذا نزلت ثيابي ودخلت النهر اغتسل ، فإلى القبلة أتوجه أم إلى غيرها ؟
فقال له : الأفضل أن يكون وجهك إلى جهة ثيابك لئلا تسرق منك.

أصبت في صمتك

قيل : كان يجلس إلى أبي يوسف (القاضي (رجل فيطيل الصمت ولا يتكلم ، فقال له أبو يوسف يوماً : ألا تتكلم ؟ فقال :
بلى ، متى يفطر الصائم ؟
قال أبو يوسف : إذا غابت الشمس.
قال الرجل : فإن لم تغب إلى نصف الليل كيف يصنع ؟
فضحك أبو يوسف وقال : أصبت في صمتك وأخطأت أنا في استدعائي نطقك!

مصير الحصاة!

سأل رجل عمرو بن قيس عن حصاة المسجد يجدها الإنسان في خقه أو ثوبه أو جبهته ؟!
فقال له : إرم بها ! فقال الرجل : زعموا أنها تصيح حتى ترد إلى المسجد.
فقال عمرو بن قيس : دعها تصيح حتى ينشق حلقتها.
قال الرجل : أولها حلق ؟ قال : فمن أين تصيح إذن!

سحور بالأطراف

روى الشعبي رحمه الله حديثاً " : تسحروا ولو أن يضع أحدكم إصبعه على التراب ثم يضعه في فيه " فقال أحدهم : أي الأصابع ؟ فتناول الشعبي إبهام رجله وقال : هذه!

زواج غير مشهود

سأل رجل الإمام الشعبي رحمه الله : ما اسم امرأة إبليس ؟
فقال الشعبي : ذاك نكاح ما شهدناه!

إساعة

رأى عمر بن الخطاب رضي الله عنه أعرابياً يصلي صلاة سريعة لا يحسنها ، ثم دعا الأعرابي فقال : اللهم زوجني من الحور لعين ، فقال له عمر رضي الله عنه : أعظمت الخطبة وأسأت النقد!

The English Section

Tips For Healthy Living And Losing Weight By Sign

ARIES

An Aries loves competitive sports and working up a good sweat. Burning calories should be no problem for this fire sign. Include plenty of whole grains in your diet for sustained energy and lots of fresh fruits and veggies, and try to slow down rushed eating habits.

TAURUS

Ruled by Venus, you are a sensual sign that loves to indulge in rich foods. Easy and regular exercise is best for you. Burning calories through bodybuilding and lifting weights adds definition to those solid Taurean bodies.

GEMINI

Weight gain is usually not a problem for most Geminis, having a fairly agile and trim physique. Perhaps taking the time to eat the right foods is more of a challenge to you than overindulging. Cut down on the caffeine, Gemini.

CANCER

You love your sweets! And emotional mood shifts make you want to overindulge. Include lots of lean protein such as fish and chicken as well as steamed veggies in your diet. Swimming, skating, and skiing are your favorite outlets for activity and losing weight.

LEO

Pleasure-loving Leos prefer rich food and drink. However, most of you stay motivated to keep physically fit by joining exercise classes or going to the gym. Tennis, sports, and dancing are fun for you, too. Avoid calorie-rich fast foods, and include plenty of wholesome foods to your daily diet.

VIRGO

Use your keen, discriminating senses to have more control. Regular exercise is generally no problem for you, but not chewing your food thoroughly could cause intestinal distress. Fresh garlic, herbs, yogurt, and plenty of fiber helps keep things moving smoothly. Try not to be distracted while you eat.

LIBRA

Venus-ruled Libra should have a buddy system when undertaking dieting and regular exercise. A friend can encourage and motivate you join a dance class or go hiking or bicycling. Eat a balanced selection of foods that have natural sugars, such as yams, sweet potatoes, bananas, apples, and berries.

SCORPIO

Known for your great will power, a Scorpio can do anything, including sticking to your diet of choice. Keeping a well-balanced and delicious variety of food on hand contributes to your success. Cultivate your personal desires, and achieving your dieting goals can be yours.

SAGITTARIUS

Rock climbing, running, bicycling, horse riding, bungee jumping, and sports in general help keep you happy while burning calories. Go easy on fats, gravies, butter, and chocolate, but do include plenty of whole grains and oats. A general high-protein diet keeps those muscles strong.

CAPRICORN

Time is on your side, Capricorn. You have a way of getting better with age and maturity. Capricorns love a good outdoor hike, running, jogging, cross-country skiing, and types of activities that provide continuity for the long haul.

AQUARIUS

The future-minded Aquarian likes to try unusual wellness techniques, such as prana yoga and daily meditation, along with traditional, strenuous types of exercise, such as swimming, running, hiking, and aerobics. Eat plenty of hot peppers and lots of fresh fruit for radiant skin.

PISCES

Sensitive Pisces should surround themselves with positive vibrations for optimum results. You pretty much like all types of foods - sometimes too much so, Pisces. Dancing and swimming are two of your favorite stress releasers as well as other water sports such as sailing.

Selected by : Shereen Al Bashir