

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ



مجلة ثقافية اجتماعية
للرأى والرأى الآخر تصدر عن
مكتبة البشير
تصدر أول كل شهر ميلادي

رئيس التحرير المسؤول / سعيد أبوالعزائم

مستشارا التحرير
المستشار/ ناصرالزيات الدكتور/ حسن خليل

Internet site
www.saidabulazayem.net

كلمة العدد:
المحاور و الانتماءات

قضية للمناقشة:
عملة واحدة ووجهان

واحة الايمان :

لكم دينكم ولي دين...



**مصر تعلن إلغاء حالة الطوارئ في
البلاد لأول مرة منذ سنوات**

**إلغاء "حالة الطوارئ"
والجمهورية الجديدة بمصر...**

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

كلمة العدد : المحاور و الانتماءات.....

لاحظت في اثناء المناقشات مع بعض الاصدقاء اننا نتفق على اشياء ونختلف على اشياء , وان منا من يُفرق بين الرأي وبين الانتماء وكذلك هناك منا من تتحكم شخصيته على آرائه فمثلا هناك منا المتعصب المتحجر في رايه (تشبيها بالحجر وصلابته) وهذا النوع نراه متعصبا لرايه و عنيفا في مناقشاته لأنه يؤمن بان رايه هو الصواب الوحيد وهذه مشكلة كبيرة له ولمن يناقشه وهناك من لا راي له فهو مع راي الاخرين تجنباً للصدام وهناك من يخاف ان يقول رايه وهكذا تتفاوت الاراء والمواقف وهي ظاهرة صحية لان الله خلق الناس مختلفون ومتفاوتون والله اعلم.

ومن نتائج المناقشات مع الاصدقاء وجدت الآتي:

هناك من يدافعون عن عهد الملكية ويهاجمون ما بعد الملكية ...

و هناك من يهاجمون ما قبل عبد الناصر ويدافعون عن عهد ما عبد الناصر

وهناك من يهاجمون عبد الناصر ويدافعون ما بعد عبد الناصر وهناك من يداع عن الجماعات الاسلامية ويهاجمون كل العهود لأن النظام ليس اسلامي وهناك من يهاجم النظام ايا ما يكون ولا يعجبه أي نظام وهكذا الرضاء الناس شيىء من المستحيلات

رئيس التحرير

اقرأ في هذا العدد:

- *كلمة العدد: المحاور و الانتماءات.....
بقلم/رئيس التحرير
ص2
- *قضية للمناقشة: تركيا وايران عملة واحدة ووجهان
بقلم / عبدالله سعيد
ص3
- *صورة الغلاف : مصرُ بلا طوارىء
اعداد/ ابن البلد
ص4
- *ركن الرياضة: ملامح من الجولة الاولى للدوري المصري اعداد/كابتن كيمو
ص4
- * مصرُ التي لا يعرفها المصريون : معبد خنوم باسنا سحرالنقوش وعظمة الحضارة الفرعونية
اعداد/ د. كريم ابوالعزائم
ص5
- *واحة الايمان: لكم دينكم ولي دين...
* ندوة الجمعة : ملخص لما دار من مناقشات في ندوة الجمعة 8 اكتوبر 2021
ص7
- * ركن الأدب : قصيدة قصيدة (وداعاً..)
اعداد / ابن البشير
ص8
- * قرأت لك : خطر الوجبات السريعة....
بقلم/ عبدالله سعيد
ص8
- * في صالون البشير: (دور الأسرة في التربية وحماية الأخلاق) بقلم/ دكتور حسن خليل
ص9
- *صفحة من غير عنوان: هذا ما يحدث لجسمك عند تناول اليانسون اعداد / أبو عيون جريئة
ص10
- * لك يا سيدتي: هكذا أرادوها وكذلك أرادها الله... اعداد/ايمان ابو الليل
ص11

ص12

The English Section

قضية للمناقشة:

عملة واحدة ووجهان

المتابع والقارئ للتاريخ وخصوصا تاريخ الدول يدرك بلا شك ان تركيا وايران هما عملة واحدة لوجهين... فالاولى (تركيا) دولة سنية احتلت الدول العربية وخاضت حروب كثيرة مع جيرانها وكذلك الثانية (ايران) دولة شيعية احتلت بعض اجزاء المنطقة العربية وخاضت حروب كثيرة مع جيرانها , بل ان تركيا وايران من الدول التي واجهت المد العربي واستعصت على التعريب رغم الفتح الاسلامي لكليهما فتمسكت الدولتان بلغتهما الام سواء ايران (اللغة الفارسية) او تركيا (اللغة التركية) , ومن اوجه التشابه الكبير لتركيا وايران انها صاحبتا حضارة قديمة موغلة في القدم فالأتراك هم اصحاب حضارة اسبرطة قبل الميلاد والايروانيين هم اصحاب الحضارة الفارسية حضارة (كورش) قبل الميلاد , وهكذا التاريخ في كفة الدولتين تاريخيا حتى ان الدولتين كنتا هما الدولتان العظيمان عند الفتح الاسلامي وكان يطلق عليهما الفرس والروم . ولكن حديثنا اليوم يتناول الدولتين وعلاقتهم بمصر سلبا وايجابا على مر العصور وهو مبرط الفرس أي نقطة الارتكاز , فايران او (الفرس) هي دائما دولة استعمارية ممتدة استعمارية وهي احتلت مصر قبل الميلاد عدة مرات في حين ان مصر لم تحاول احتلال او تهديد ايران على مر العصور , وكذلك تركيا القديمة (اسبرطة) او تركيا الحديثة (الدولة العثمانية) فهي غزت واحتلت مصر سواء قبل الميلاد تحت اسم الروم وبعد الفتح الاسلامي لمدة اربعمئة عاما تحت الخلافة العثمانية , وهذه الفترة تعتبر فترة قتل للحضارة بكل معنى الكلمة , فالاحتلال العثماني لمصر كان فترة سوداء حالكة في تاريخ مصر وفي العالم اجمع .وفي العصر الحديث وخصوصا بعد ثورة يوليو 52 كانت العلاقة دائما بين مصر من جهة وايران وتركيا من جهة اخرى على غير ود دائما , ويكفي ان اول الدول اعترافا باسرائيل هما تركيا و ايران , وكانت العلاقة دائما بين مصر وبين تركيا وايران بين شد وجذب في الخمسينات والستينات من القرن العشرين , ثم بعد ذلك استمرت العلاقة سوءا حتى اليوم .إن التاريخ والحضارة والموقع الجغرافي لمصر كانوا دائما عقبة كأداء امام الدولتين ايران و تركيا للتواجد في المنطقة واقصد منطقة الشرق الاوسط , ولم تجد الدولتان ورغم اختلافهما الطائفي- فاحدهما شيعية المذهب والاخرى سنية المذهب - الا عباءة الاسلام لتتخفى ورائه ليصلا الى اغراضهما في السيطرة فالاولى وهي ايران اتخذت عباءة الثورة الاسلامية والثانية تركيا اتخذت عباءة الخلافة الاسلامية وكلاهما يلعب بورقة الاسلام السياسي سعيا وراء السيطرة واطماع التوسع .ان مصر علي مر العصور وتحت مختلف الزعامات كانت تقف بالمرصاد امام التمدد الاستعماري لتركيا او لايران في المنطقة خصوصا في العصر الحديث , فمحمد علي (والي مصر) زحفت جيوشه حتى الخليج العربي وحتى الاناضول امام ايران وتركيا في القرن التاسع عشر, وكذلك جمال عبدالناصر(الرئيس المصري) وقف بزعامته العربية امام الحلف الاسلامي واطماع تركيا وايران في التوسع في القرن العشرين.وهكذا يثبت التاريخ دور مصر في الزود عن الحق والوقوف في وجه الغاصب المحتل والتاريخ يثبت دائما النوايا الاستعمارية لايران و تركيا وان ارتديا ثوب الاسلام السياسي.

بقلم/حامد ابراهيم

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

واحة الايمان : لكم دينكم ولي دين... صورة الغلاف : مصر بلا طوارئ



مؤكد أن قرار إلغاء مد حالة الطوارئ في مصر قرار تاريخي بمعنى الكلمة، وله دلالات مهمة، ويعكس حالة الاستقرار الأمني والاقتصادي الذي تشهده الدولة المصرية في كافة القطاعات، فالعالم كله يرى حجم الإنجازات والإصلاح الذي يتم على الأراضي المصرية، وكلنا رأينا إشارات المؤسسات والمنظمات الدولية والعالمية بما يحدث من تنمية شاملة حتى في ظل التحديات التي تعاني منها المنطقة، وفي ظل التحدي الأكبر الذي ما زال يعاني منه العالم ويتجرع ويلاته ألا وهو وباء كورونا الذي تسبب في وفاة وإصابة ملايين البشر، وانهارت اقتصاديات عالمية ومنظومات صحية عظمى بسببه، ورغم ذلك شهد القاصي والداني بما حققته مصر من إجراءات وقرارات، فقولاً واحداً لولا هذا الاستقرار وتلك النهضة ما مرت هذه الجائحة بسلام، وما كان تم اتخاذ هذا القرار. نعم قرار إلغاء مد حالة الطوارئ مؤشر حقيقي يبشر بأن القادم أجمل، ويعكس حالة الازدهار التي يعيشها المصريون الآن، بعد رحلة من الصبر والمواجهة والكفاح خلال السنوات الماضية، والأهم التضحيات التي قدمها الشعب من شهداء وأبطال في مواجهة الإرهاب، فلولاً هذه التضحيات ما تحقق هذا الاستقرار ولا هذه التنمية، وهو ما أكد عليه الرئيس، عندما كتب على حسابه بـ«فيس بيبوك»: «يسعدني أن نتشارك معاً تلك اللحظة التي طالما سعينا لها بالكفاح والعمل الجاد، فقد باتت مصر بفضل شعبها العظيم ورجالها الأوفياء، واحة للأمن والاستقرار في المنطقة؛ ومن هنا فقد قررت، ولأول مرة منذ سنوات، إلغاء مد حالة الطوارئ في جميع أنحاء البلاد. "مصر بلا طوارئ وهو ما يبشر بالأمل، ويؤكد أننا أمام إرادة صادقة نحو بناء جمهورية جديدة بالفعل لا بالقول، جمهورية الشعب هو صانعها، وعمادها البناء والتنمية والإصلاح».

بقلم /احمد التايب

اعداد/ابن البلد

كان نتيجة تفتش الجهل في عصور الظلام التي جثمت على العالم الاسلامي في القرون ما بعد القرن الحادي عشر الى نهايات القرن العشرين أن تأصل فكر الغيبيات في عقول المسلمين وبالتالي ظهر تفسير جاهلي لآيات القرآن واحاديث الرسول تدعو الى جعل الدين الاسلامي الذي يدعو الى الفكر والبحث ديناً للكسل العقلي ، وبدلاً من ان نتفكر في آيات الله اخذنا نؤل كلام الله الى فهم سطحي وروايات لا صحة لها واحاديث موضوعة ومكذوبة مما جعل الاجيال الجديدة من الشباب ويعد ان تقدم العلم وانكشفت حقائق علمية جديدة تصطدم بما نردده بلا فهم للدين بل ونعانده من يناقشنا قائلين له ان من لا يؤمن بما نقول فهو كافر وملحد ومرتد ،ونسينا آيات القرآن التي تدعو الى التفكير ، والآيات التي تدعو الى انه لا اكراه في الدين ، والآيات التي تقول للرسول الكريم ان يخاطب الكافرين قائلاً (لكم دينكم ولي دين) وبدلاً من كل ذلك اخذنا نردد ان الجهاد هو ان نقتل المخالفين لنا في الدين وان نأخذهم سبايا وان يدفعوا الجزية وكل ذلك لا صلة له بالدين ولكننا نهمل الدين وحقيقته. إن ما نراه اليوم من حروب ودمار يحيق بالانسانية جمعاء لهو بسببنا جميعاً حيث جعلنا من الأديان التي تدعو لعبادة الخالق سبباً للبعد عن الدين وكراهية في بعضنا البعض ، فمتى نعود الى العقل ونتفكر فيما حولنا ، لعننا نصل الى الحقيقة ؟

(منقول من موقع "اليوم السابع ")

اعداد/ بنت البلد

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

مصر التي لا يعرفها المصريون: معبد خنوم بإسنا سحر النقوش وعظمة الحضارة الفرعونية



تستكمل وزارة السياحة والآثار، أعمالها في ترميمات وتجويل معبد خنوم بمدينة إسنا وهو المعبد التاريخي الذي يتواجد على بعد حوالي 55 كم جنوب مدينة الأقصر على الضفة الغربية لنهر النيل، حيث تم اكتشافه وتنظيفه من الرديم عام 1843م في أواخر عصر محمد علي باشا، وكان المعبد قديما مخصص لعبادة المعبود خنوم وعائلته منحيت ورت، وهو خالق البشر وكذلك المعبودة نيت وعائلتها بجانب معبودات أخرى



وجمال النقوش داخل "معبد خنوم" الفرعوني بمدينة إسنا، وذلك خلال عمليات الترميم في المشروع القومي لتطويره بالكامل لدخول عالم جديد من التجديد وفتح آفاق سياحية جديدة داخله، حيث أن المشروع القومي الذي تقوم عليه وزارة السياحة والآثار في تطوير معبد خنوم بإسنا يساهم بشكل كبير في دعم الأهالي والعاملين بالقطاع السياحي، ولدى عودة حركة السياحة بكامل طاقتها ستكون مدينة إسنا في مصاف المدن السياحية الهامة بالأقصر خلال الفترة المقبلة مع نهاية تلك المشروعات القومية التي تتم حالياً، وعلى رأسها تطوير معبد خنوم والسوق السياحي عقب إفتتاح ترميمات وكالة الجداوى التاريخية. ويضيف الأمين العام للمجلس الأعلى للآثار، لـ "اليوم السابع"، أن المعبد تقرر أن يتم فتحه ليلاً كمعابد الكرنك والأقصر، وتصل مواعيد الغلق بدلاً من 5 مساءً إلى 7 ليلاً لخدمة الأفواج السياحية خلال الموسم السياحي الشتوي الجديد، ويتم تنفيذ القرار بدءاً من مطلع نوفمبر المقبل، موضحاً أن أهم ما في المعبد صالة الأعمدة التي تعتبر من أجمل المباني في مصر وترجع للعصر اليوناني الروماني، فهي عبارة عن صالة مستطيلة الشكل ذو واجهة ذات طراز معماري خاص ويحمل سقفها 24 اسطوانا بارتفاع 5,13م ومزخرفة بنقوش بارزة ذات تيجان نباتية متنوعة، وتعتبر هذه القاعة (الصالة) من أجمل صالات الأعمدة في مصر على وجه العموم من حيث تماثل النسب وطريقة نحت تيجان أعمدتها وبقائها في حالة جيدة من الحفظ، والمناظر الداخلية للمعبد تتعلق أغلبها بالديانة والعقيدة في تلك الفترة وتتكون من مؤلفات دينية ونصوص عن خلق العالم.

سلسلة من إعداد / د. كريم أبو العزائم

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

ركن الرياضة : ملامح من الجولة الاولى للدوري المصري

اختتمت منافسات الجولة الأولى من النسخة الجارية من بطولة الدوري 2022/2021 بمباراة جمعت فريقي المصري ونظيره غزل المحلة وانتهت بالتعادل الإيجابي بهدف لكل فريق. ونستعرض في السطور التالية أبرز ملامح الجولة الأولى:

الانتصارات انتهت 6 مباريات من أصل 9 لعبوا في الجولة الأولى بفوز أحد الطرفين لعل أعلى انتصار كان لصالح الأهلي الذي فاز أمام نظيره الإسماعيلي برعاية نظيفة. وجاءت المباريات الست كالتالي:- البنك الأهلي (3) - (0) طلائع الجيش- إنبي (0) - (2) الزمالك.- فيوتشر أف سي (1) - (0) فاركو.- المقاولون (1) - (0) إيستر كومباني.- الإسماعيلي (0) - (4) الأهلي.- بيراميدز (2) - (1) المقاصة.
التعادلات تكررت نتيجة 1 - 1 في مباراتين من أصل ثلاث انتهوا بالتعادل؛ حيث جاءت النتائج كالتالي:- سموحة (4) - (4) الاتحاد.- الجونة (1) - (1) سيراميكا كليوباترا- المصري (1) - (1) غزل المحلة.

توهج الوافدين الجدد على الدوري وشهدت الجولة الأولى تألق الوافدون الجدد على الدوري المصري؛ فسجل المغربي وليد الكرتي هدفي بيراميدز في ظهوره الأول، فيما سجل الجنوب أفريقي بصوفوف الأهلي، بيرسي تاو هدفين في رباعية فريقه أمام الإسماعيلي. وسجل كذلك النيجيري جون أوكلي هدف المقاولون الوحيد خلال مباراته الأولى له بالدوري والتي جاءت أمام إيسترن كومباني ليفوز فريقه، كما سجل التونسي سيف تقا هدف سيراميكا الذي تعادل به أمام الجونة، فيما سجل مواطنه أيمن الصفاقسي هدف فوز فريقه فيوتشر أف سي خلال مباراته أمام فاركو التي انتهت بهدف وحيد.

تألق الصفقات المحلية شهدت المشاركة الأولى المحلية لأحمد عبدالقادر مع الأهلي عقب انتهاء إعارته لصفوف سموحة، تسجيله هدفًا في رباعية فريقه أمام الإسماعيلي، كما سجل خالد قمر لفريقه الجديد هذا الموسم الجونة في مباراته أمام سيراميكا كليوباترا، كما سجل عمر السعيد للزمالك أمام إنبي بعدما عاد إلى صفوفه عقب انتهاء إعارته للجونة، كما سجل محمد هدفين في ثلاثية فريقه الجديد هذا الموسم، البنك الأهلي أمام طلائع الجيش.

الأندية الثلاث الوافدة على الممتاز حقق نادي فيوتشر أف سي أحد الثلاثي الوافد جديدًا على الدوري الممتاز الفوز في ظهوره الأول أمام الوافد الجديد أيضًا فاركو فيما هُزم إيسترن كومباني بهدف أمام المقاولون.

اعداد / كابتن كيمو

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة والعشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

ندوة الجمعة : ملخص لما دار من مناقشات في ندوة الجمعة 8 اكتوبر 2021

ملخص للندوة التي تقام في الجمعة الثانية من الشهر بجمعية أولي العزم الدينية في قراءة لكتاب (أسرار القرآن) للامام ابي العزائمة قد كان موضوع الندوة تفسير قوله تعالى (بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ " قُلِ اللّٰهُمَّ مٰلِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعْزِزُ مَنْ تَشَاءُ وَتُذَلِّلُ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ اِنَّكَ عَلٰی كُلِّ شَيْءٍ قَدِیْرٌ " (سورة آل عمران 26).
النقاط المستوحاة من الندوة السابقة

الجنة العاجلة: لقد ورد بأن الله جنة عاجلة من شهدا أهلته للجنة الآجلة، ألا وهي جنة المعرفة بالله؛ إذ أن معرفة العبد بربه تعالى توصله إلى مقام الشهود، فيأنس بالمعبود وحين ذاك تنشرح الصدور وتيسر الأمور ويشهد سر القدر، فتفاض عليه الأنوار فيدرك من العبادات سرها ويتحلى من الأخلاق بأسناها وأعلاها ويعامل الله في خلقه ويكون في كل أحواله كما قال النبي -صلى الله عليه وسلم- (عجباً لحال المؤمن، حاله كله خير، إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له). والمعرفة أصل والرضا فرع—يقول الإمام:

نار الجحيم مع الرضا هي جنتي أما النعيم بغيره لا أربغ

1-الرزق الحقيقي: لا شك أن كل ما يملكه المرء من مال ومتاع إنما هو من رزق الله تعالى، وتتفاوت حظوظ العباد فيما يملكونه من مال وعقار، بيد أن الرزق الحقيقي هو ما يفضل الله به على عبده من غذاء الروح وطمأنينة القلب، والكشف الذوقي وشهود جمال الظاهر في كل المظاهر. لقد امتن الله على كمل الأنبياء والمرسلين بفيض هذا الرزق؛ فاختص بعضهم بالكلام، وآخر بالرؤيا، وثالثاً بالخلة، وجعل للمصطفى -صلى الله عليه وسلم- أسمى مقامات الحب وأشهده التجليات، فغابت المظاهر وتجلت أنوار الظاهر—يقول الإمام:

تلك المظاهر والشؤون مراني فيها يلوح لمن صفوا أسمائي

فالعارفون يرون سر تنزلي والجاهلون مرادهم الأني

2 - الحساب اليسير: إن حساب المؤمن الذي مس الإيمان فواده أن يسير على الصراط القويم، ويلتزم الشريعة الغراء في العقائد والعبادات والأخلاق والمعاملات، متحلياً بهدي المصطفى قولاً وعملاً وحالاً. ومن كان هذا شأنه فحسابه في الآخرة يسير. يقول سبحانه: (وأما من أوتي كتابه بيمينه فسوف يحاسب حساباً يسيراً وينقلب إلى أهله مسروراً). وهذا كله من فضل الله على العبد وليس بمحض عمله، لأن الله تعالى إذا عامل العبد بالعدل فلن يبق له حسنة، ولو عامله بالفضل، فلن يبق له سيئة. نسأل الله تعالى أن يعاملنا بفضله ورحمته إنه جواد كريم.

تذييل: تهنى الندوة رئيس وأعضاء مجلس إدارة الجمعية وعاملها بالمولد النبوي الشريف، سانلين الله تعالى أن يكون شهر ربيع خيراً وبركة على الإسلام والمسلمين وأن يجملنا بأخلاق المصطفى ويرزقنا معيته في الآخرة. يقول إمامنا رضي الله عنه:-

حبيب قلبي ترى عند ذكراه
عنبر الكون طراً طيب رياه
أواه أشتاقه في كل آونة
وفي ربيع يرى قلبي محياه

وكل عام والمسلمون بخير

المستشار/ناصر الزيات

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة والعشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

رُكن الأدب: قصيدة وداع



قفي ، لا تخجلي مني فما أشقاك أشقائي
كلانا مرَّ بالنعْمى مرور المُتعبِ الواني
وغادرها .. كومض الشوق في أحداق سكران
قفي ، لن تسمعي مني عتاب المُذنبِ العاني
فبعد اليوم ، لن أسأل عن كأسِي وندماني
خذي ما سطرْتُ كفاكٍ من وجدٍ و أشجانِ
صحائفٌ ... طالما هزتْ بوحِي منك ألحاني
خلعتُ بها على قدميك حُلم العالم الفاني!
لنطوِ الأَمسَ ، ولنسدنْ عليه ذيل نسيانِ
فإن أبصرتني ابتسمي وحييني بتحنانِ
وسيري ، سير حاملةٍ وقولي كان يهواني!
(للشعر عمر ابو ريشة)

اعداد/ ابن البشير

قرأت لك : خطر الوجبات السريعة....



دراسة جديدة كشفت وجود ما هو أخطر من ذلك في الوجبات السريعة. وطلب باحثون من جامعة جورج واشنطن عشرات الوجبات السريعة من المطاعم وعملوا على تحليل عناصرها الغذائية، ليجدوا مادة الفثالات، التي تستخدم لجعل البلاستيك مرنا، في 80 بالمئة من العينات. وتستخدم الفثالات في صنع مئات المنتجات الصناعية مثل الصابون والشامبو والأكياس البلاستيكية. وترتبط هذه المادة بالعديد من المشكلات الصحية، بما في ذلك السرطان وتلف الكبد والعقم، بالإضافة إلى صعوبة التعلم واضطراب الانتباه لدى الأطفال. واختار الباحثون وجبات سريعة من علامات تجارية شتى، وكان معيار انتقاء قائمة الوجبات اعتمادا على أكثرها مبيعا، بحسب نتائج الدراسة التي نُشرت في مجلة علوم التعرض وعلم الأوبئة البيئية. ومن بين الأطعمة التي حللها الباحثون، احتوت 81 بالمئة منها على ، والتي ترتبط بزيادة خطر DnBP نوع من الفثالات تسمى الإصابة بمرض الربو. ورجح الباحثون وصول مادة الفثالات إلى هذه الوجبات الغذائية خلال سلسلة التوريد، أو من خلال معدات المعالجة والتعبئة والقفزات البلاستيكية التي يرتديها الموظفون ، إن الدراسة تثير مخاوف من أن الأميركيين من ذوي الدخل المنخفض يتعرضون بصورة أكثر من غيرهم للفثالات. وأضافت أن مطاعم الوجبات السريعة تنتشر بصورة أكبر في الأحياء الفقيرة، مقارنة بمنافذ بيع الأطعمة الصحية التي تركز على الخضراوات والفواكه

اختيار / عبدالله سعيد

دور الأسرة في التربية وحماية الأخلاق

الأسرة هي اللبنة الأولى لبناء المجتمع وهي الأساس الذي يبني النسيج الأخلاقي والقيم الاجتماعية للفرد والمجتمع ككل. والأسرة هي المؤسسة الأولى التي يتعامل معها الطفل حيث تقوم بتحضيره وغرس القيم الأخلاقية والدينية فيه وتعزيزها خلال مراحل نموه من الطفولة مرورًا بالمراهقة وصولاً إلى مرحلة الشباب. وتعد التنشئة السليمة والتي تقوم الأسرة بالجزء الأكبر والأهم منها مهمة لنمو أفراد خاليين من الاضطرابات النفسية والشخصية، ومتكفين بشكل سليم مع محيطهم ومنسجمين مع القيم والمعايير الأخلاقية والمجتمعية. فإن أسلوب التربية المتبع داخل الأسرة له انعكاساته سلبًا أو إيجابًا على سلوك الفرد وقيمه وطرق تعامله مع الأفراد والمجتمع وتفاعله معهم.

ولم يعد خافيًا ذلك التراجع الأخلاقي الكبير الذي ضرب المجتمعات الإسلامية خلال السنوات الأخيرة في كثير من سلوكيات الناس، وذلك بسبب عوامل كثيرة تسببت بشكل مباشر أو غير مباشر في هذا التراجع الملحوظ، ومن أهم هذه العوامل من وجهة نظري انشغال الأسرة عن الدور المنوط بها في تربية أولادها وبناتها ومتابعة أحوالهم نتيجة ضغوط الحياة والسعي لتحسين الدخل لتوفير الحد الأدنى من متطلبات أفراد الأسرة المالية، ففي زماننا نادرًا ما تجتمع الأسرة بجميع أفرادها معًا على مائدة طعام أو شاشة تلفاز لمشاهدة شيء هادف ولو مرة واحدة في اليوم، ناهيك باجتماع الأسرة ولو مرة واحدة في الأسبوع في جلسة حوارية أسرية يناقشون فيها ما يحتاج إلى نقاش، ويطمئن أولياء الأمور على أحوال أبنائهم الدراسية والعملية، ويقفون على المشكلات التي يتعرضون لها في حياتهم ويتشاورون في حلها، مع حرص الآباء والأمهات على غرس القيم النبيلة والأخلاق الكريمة في نفوس أبنائهم.

لقد كانت تلك حال الأسر في الأجيال السابقة، أما الآن فكثير من أبناء هذا الجيل لم يشهد مثل هذه الجلسات، وربما لم يسمع عنها شيئًا؛ فأفراد الأسرة في المدينة يتواصلون فيما بينهم من خلال التليفونات، وربما فعلوا ذلك وهم في غرف بيوتهم، ولم يعد يختلف حال الريف كثيرًا عن حال المدينة؛ حيث تجد رب الأسرة في الريف - وربما تكون معه الأم أيضًا - يكدح في قراريط لتوفير لقمة العيش لأبنائه، وهو ما يشغله عن متابعة أولاده طوال اليوم، وتكاد تنحصر معرفة الأب بمشكلات أولاده في المدن والقرى على السواء من خلال ما تعرضه الأم عليه في حجرتها الخاصة وهو يغالب النوم بعد يوم شاق، وربما يغلبه النوم قبل أن تكمل الأم عرض المشكلة، وقد تكون هي نفسها تعاني مما يعاني هو منه لكونها من العاملات، وقد تكون معاناتها بسبب خدمة أولادها والقيام على شئون بيتها طوال اليوم، فإن لم ينم الأب في أثناء كلام زوجته فربما نهرها لتتوقف عما يعتبره ثثرة مكتفيًا بمطالبتها بالتصرف، وربما أسمعها بعض عبارات التوبيخ واللوم لسوء تربيته لصاحب المشكلة من أبنائه!

ومع الأهمية البالغة للعمل من أجل الحصول على المال الذي به تنتظم حياة الأسرة، إلا أنه يغيب عن كثير من أرباب الأسر أن الرعاية التربوية والتوجيهية والرقابية لأبنائهم وبناتهم أهم بكثير من الأموال؛ فقلة المال مع تربية الأولاد تربية سليمة على الفضيلة والقناعة والرضا لا يؤثر على حياة الأسرة ومسيرتها، وكثرة المال مع غياب الدور التربوي والتوجيهي والرقابي لولي الأمر يفسد الأبناء ويفقدهم تحمل المسؤولية.

والله الموف والمستعان،،،

مجلة البشير

ربيع ثاني 1443 هـ

العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون)

نوفمبر 2021 م

اعداد /ابوعيون جريئة



صفحة من غير عنوان



يكتبها واحد فهمان

هذا ما يحدث لجسمك عند تناول كوب من اليانسون!!

يعتبر اليانسون أحد الأعشاب الطبية المعروفة والمتداولة منذ قديم الزمان، والتي تستخدم في علاجات طبية عدة إضافة إلى طعمها المحبب عند الكثيرين، لكن فوائد شربه بحسب خبراء الصحة لا تعد ولا تحصى. وتعود أصول اليانسون إلى منطقة البحر المتوسط والشرق الأوسط، ولطالما اشتهرت في منطقة النيل وعند المصريين القدامى، وأدناه بعض من فوائدها، وفق موقع "وب طب" المختص بالأمور الصحية والطبية، ونقله العربية. أولاً: تعزيز صحة الجهاز الهضمي يساهم شرب اليانسون في تعزيز عملية الهضم وتليين المعدة، وكان يستخدم مغلي بذور اليانسون منذ القدم بعد تناول وجبة دسمة للمساعدة على الهضم. كما أن لزيته خصائص ملينة، فهو مسهل طبيعي يساهم في علاج الإمساك والوقاية منه، كما يساعد في علاج عسر الهضم والتخلص من نفخة البطن. ثانياً: تعزيز الشهية إلى ذلك، يعزز الشهية عن طريق تحفيزه لإفراز الأنزيمات الهاضمة في المعدة، مما يساعد في تعزيز عملية الهضم وتعزيز الشهية. ثالثاً: تعزيز صحة الجهاز التنفسي كذلك، يساعد شربه بحسب ما يؤكد خبراء الصحة، في علاج الربو والمشكلات التنفسية المختلفة، كما يساعد في تقليل الاحتقان في المجاري التنفسية وعلاج التهابات الشعب الهوائية، وبالتالي فهو ذو تأثيرات مضادة لنزلات البرد والبلغم والسعال. رابعاً: مطهر عام ويحتوي زيت اليانسون العطري على مواد ذات خصائص مطهرة يمكن استخدامها لتطهير الجروح ما يمنع تسببها أو التهابها، كما يساعد في تسريع عملية الشفاء. خامساً: معالجة التشنجات والتقلصات كما يساعد تناول هذا الشاي في الحالات الصحية، (مثل القولون العصبي، أو الصرع، أو السعال) على التخفيف من التشنجات والتقلصات وآلام العصبية المصاحبة لها، إذ إن سادساً: يعالج اضطرابات النوم ويسبب دوره المهدئ والمسكن وفعالته في المساعدة على الاسترخاء فإنه يعد معالماً لمشكلات واضطرابات النوم والأرق. إلا أن تناوله بجرعات كبيرة قد يؤثر سلباً ويعمل كمادة مخدرة، بينما شربه بكمية قليلة قد يساهم في أن يكون منبهاً للأعصاب لذا من الأفضل الاعتدال في شربه عند قصد معالجة مشكلات اضطرابات النوم والأرق. سابعاً: مفيد للرضاعة الطبيعية إلى ذلك، قد يوصي بعض الأطباء بتناوله كوسيلة لزيادة إدرار حليب الثدي عند المرضعات، كما أنه يساعد على الاسترخاء لدى المرضعة ما قد يعزز من عملية الرضاعة الطبيعية. يذكر أن اليانسون لا يحتوي على سعرات حرارية عالية لكنه وفقير بالبروتينات والدهون، إلا أنه غني بالعديد من الفيتامينات والمعادن المتنوعة، مثل: الفسفور، والكالسيوم، والحديد، والزنك، والمغنيسيوم.

اختيار / د. علي محمد علي

مجلة البشير

نوفمبر 2021 م العدد 287 (السنة الثالثة و العشرون) ربيع ثاني 1443 هـ

لك يا سيدتي:

هكذا أرادوها وكذلك أرادها الله...

اليوم حبست حبر قلمي، ولن أكتب مقالا ولا تقريرا. اليوم سأشارككم أجمل الكلمات التي وقعت عليها عيني، وهو مقال "المرأة" للدكتور مصطفى محمود، فدعونا نتجول بين نفحات ثقافية عقلانية وإبداعية أيضا.

هكذا أرادوا بالمرأة حينما صمّموا لها الفساتين ووسّعوا لها الفتحات على الصدر والظهر وحينما حرقوا لها البنطلونات وضيّقوا البلوزات .. واستدرجوا المرأة من غرورها حينما قالوا لها .. ما أجمل صدرك .. ما أجمل كتفك .. ما أروع ساقك .. ما أكثر جاذبيتك حينما يكون كل هذا عارياً .. ووقعت المرأة في الفخ .. وخلعت ثوب حيانها .. وعرضت جسمها سلعة تنهشها العيون . وقالوا لها البيت سجن .. وإرضاع الأطفال تخلف .. وطهي الطعام بدائية .مكانك إلى جوار زوجك في المصنع وفي الأتوبيس و في الشارع . وخرجت المرأة من البيت لتباشر ما تصلح له و ما لا تصلح له ..من أعمال و ألقّت بأطفالها للشغالة . وقالوا لها جسمك ملكك أنت حرة فيه بلا حسيب ولا رقيب وليس لك إلا حياة واحدة وكل يوم يمضي من أيامك لن يعود .. عيشي حياتك بالطول وبالعرض .. أنفقي شبابك قبل أن ينفد .. واستثمري أنوثتك قبل أن تشيخ ولا تعود لها سوق..!وظنت المرأة بنفسها الشطارة والفهلوة فظنت أنها تقدمت على أمها ووجدتها حينما اختارت لنفسها هذه المسالك .. والحقيقة أنها استدرجت من حيث لا تدري ..

!تري كيف كانت نظرة الإسلام للمرأة ؟ .. الإسلام المتهم بالرجعية والتخلف و البداوة .. الإسلام الذي قالوا عنه إنه أفيون الشعوب ! لم ينظر الإسلام للمرأة على أنها دمية أو لعبة أو متاع ، بل نظر إليها على أنها أم وراى فيها شريكة عمر لا شريكة ليلة .وقال عنها القرآن الكريم إنها السكن و المودة و الرحمة وقرّة العين .. واختار لها البيت والحجاب و الرجل الواحد تعظيماً لها وحفاظاً عليها .وكانت خديجة لمحمد عليه الصلاة والسلام .. أكثر من مجرد شريكة لقمة أو شريكة فراش ، فقد شاركته الدعوة و الرسالة . واحتضنت هموم النبوة .. وكانت الناصح والصديق والأم الرعوم والسند المعين . واشتغلت المرأة بالتمريض ، وصاحب النساء أزواجهن في الغزوات .. وجلست المرأة للفقّه .. وجلست لتلقي العلم .. و أنشدت الخنساء الشعر بين يدي النبي عليه الصلاة والسلام .. وكان يستزيدها قانلاً .. هيه يا خناس .. ولم يبيح الإسلام التعدد إلا للضرورة وبشرط العدل ..وما أباح التعدد إلا إثارةً لأن تكون المرأة زوجة ثانية بدلاً من أن تكون عشيقه ! وهذا أكرم .. ثم عل القاعدة العامة في الزواج هي الزوجة الواحدة لأن العدل بين النساء أمر لا يستطيعه الرجال .وقد عهد الإسلام إلى الرجل بأن يبني ويُعمّر ويفتح الأمصار ويتاجر ، ولكنه عهد إلى المرأة بما هو أشرف من كل هذا .. بحضانة الإنسان و تربيته .إن الرجل له أن يصنع أي شيء و لكن المرأة وحدها هي التي سوف تصنع الرجال .. وهذا غاية التكريم وغاية الثقة .. هل هذا هو التخلف ؟! .. أم أن التخلف الحقيقي هو أن تسير المرأة نصف عارية حلمها إثارة رجل وغايتها متاع ليلة !كم خدعوك يا أختي .. وكم استدرجوك إلى حتفك .. وخلصوكي من عرشك وانتزعوكي من خدرك .وباعوك في أسواق النخاسة رقيقاً تتّمن بقدر ما فيها من لحم .وأنت نصف الأمة .. ثم إنك تلدين لنا النصف الآخر .. فأنت أمة بأسرها .. ولا يستطيع الرجل أن يقود التطور وحده .. تُرى هل آن الأوان أن تعيدي النظر .. تُرى هل آن الأوان لتعرفي قدرك وتعرفي دورك ؟!

بقلم/إيمان ابوالليل

The English Section

Love... is the solution

The title may seem strange, and some readers may say that we imitate the Muslim Brotherhood in their slogan (Islam is the solution), but the truth is that the title is far from slogans and politics. Rather, it is at the heart of life, with its sweetness and bitterness. What we need is to look for a way out that makes life a beautiful dream instead of being a disturbing nightmare, and this solution is only through the intended title which is (Love is the solution)

Love is that passionate emotion that binds all people, old and young, men and women groups and individuals,

and the first pillar of love is tolerance. Do good to those who offend you.)

Then comes the second pillar of love, which is contentment, self-satisfaction and contentment with others, and the greatest picture of contentment is in the honorable hadith (Love for your brother what you love for yourself), meaning that we wish others the good that we wish for us. Here it is manifested in man accepting what God has written for him and not being angry and rejecting this share. This does not mean that man stands helpless and does not move for the better, but with conviction that man should try as much as he can. As it was said in the past, "Contentment is a treasure that does not perish."

Selected by: [Samy Ahmaed](#)