

مجلة البشير

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



إلغاء "حالة الطوارئ"
والجمهورية الجديدة بمصر...

مجلة ثقافية اجتماعية

للرأى والرأى الآخر تصدر عن

مكتبة البشير

تصدر أول كل شهر ميلادي

رئيس التحرير المسؤول / سعيد أبوالعزائم

مستشارا التحرير

المستشار/ ناصر الزيات الدكتور/ حسن خليل

Internet site

:www.saidabulazayem.net

كلمة العدد:

المحاور و الانتماءات

قضية للمناقشة:

عملة واحدة ووجهان

واحة الايمان :

لكم دينكم ولي دين...

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 وعنيفا 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 أى 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 : مصر بلا طوارئ

اعداد/ ابن البلد ص4

* ركن الرياضة: ملامح من الجولة الاولى للدوري

المصري اعداد/كابتن كيمو ص4

* مصر التي لا يعرفها المصريون : معبد خنوم باسنا

سحر النقوش وعظمة الحضارة الفرعونية

اعداد/ د. كريم ابو العزائم 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

The English Section

ص12

مجلة البشير

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

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 مغللة 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 كننا هما الدولتان العظيمان عند الفتح الاسلامي وكان يطلق عليهما الفرس والروم . ولكن حديثنا اليوم يتناول الدولتين وعلاقتهم بمصر سلبا وايجابا على مر العصور وهو مرتبط بالفرس 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 لايرن وتركيا 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...

كان نتيجة تفشى الجهل فى عصور الظلام التى جثمت على العالم الاسلامى فى القرون ما بعد القرن الحادى عشر الى نهايات القرن العشرين أن تأصل فكر الغيبيات فى عقول المسلمين وبالتالي ظهر تفسير جاهلى لآيات القرآن واحاديث الرسول تدعو الى جعل الدين الاسلامى الذى يدعو الى الفكر والبحث ديناً للكسل العقلى , وبدلاً من ان نتفكر فى آيات الله اخذنا نؤل كلام الله الى فهم سطحي وروايات لا صحة لها واحاديث موضوعة ومكذوبة مما جعل الاجيال الجديدة من الشباب وبعد 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 التى تدعو الى التفكير , والآيات التى تدعو الى انه لا اكراه فى الدين , والآيات التى تقول للرسول الكريم ان يخاطب الكافرين قائلاً (لكم دينكم ولي دين) وبدلاً من كل ذلك اخذنا نردد ان الجهاد هو ان نقتل المخالفين لنا فى الدين وان نأخذهم سبايا وان يدفعوا الجزية وكل ذلك لا صلة له بالدين ولكننا نجهل الدين وحقيقته . إن ما نراه اليوم من حروب ودمار يحيق بالانسانية جمعاء لهو بسببنا جميعاً حيث جعلنا من الاديان التى تدعو لعبادة الخالق سبباً للبعد عن الدين وكراهية فى بعضنا البعض , فمتى نعود الى العقل ونتفكر فيما حولنا , لعلنا نصل الى الحقيقة ؟

(منقول من موقع "اليوم السابع")

اعداد/ بنت البلد

صورة الغلاف : مصر بلا طوارئ



مؤكد أن قرار إلغاء مد حالة الطوارئ فى مصر قرار تاريخى بمعنى الكلمة، وله دلالات مهمة، ويعكس حالة الاستقرار الأمنى والاقتصادى الذى تشهده الدولة المصرية فى كافة القطاعات، فالعالم كله يرى حجم الإنجازات والإصلاح الذى يتم على الأراضى المصرية، وكلنا رأينا إشارات المؤسسات والمنظمات الدولية والعالمية بما يحدث من تنمية شاملة حتى فى ظل التحديات التى تعاني منها المنطقة، وفى ظل التحدى الأكبر الذى ما زال يعاني منه العالم ويتجرع ويلاته ألا وهو وباء كورونا الذى تسبب فى وفاة وإصابة ملايين البشر، وانهارات اقتصادية عالمية ومنظومات صحية عظمى بسببه، ورغم ذلك شهد القاصى والدانى 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 حقيقى يبشر بأن القادم أجمل، ويعكس حالة الازدهار التى يعيشها المصريون الآن، بعد رحلة من الصبر والمواجهة والكفاح خلال السنوات الماضية، والأهم التضحيات التى قدمها الشعب من شهداء وأبطال فى مواجهة الإرهاب، فلولاً هذه التضحيات ما تحقق هذا الاستقرار ولا هذه التنمية، وهو ما أكد عليه الرئيس، عندما كتب على حسابه بـ«فيس بيبوك»: «يسعدنى أن نتشارك معاً تلك اللحظة التى طالما سعيها لها بالكفاح والعمل الجاد، فقد باتت مصر بفضل شعبها العظيم ورجالها الأوفياء، واحة للأمن والاستقرار فى المنطقة؛ ومن هنا فقد قررت، ولأول مرة منذ سنوات، إلغاء مد حالة الطوارئ فى 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

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 أى فى أواخر عصر محمد على 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" الفرعونى بمدينة إسنا، وذلك خلال عمليات الترميم فى المشروع قومى لتطويره بالكامل لدخول عالم جديد من التجديد وفتح آفاق سياحية جديدة داخله، حيث أن المشروع القومى الذى تقوم عليه وزارة السياحة والآثار فى تطوير معبد خنوم بإسنا يساهم بشكل كبير فى دعم الأهالى والعاملين بالقطاع السياحى، ولدى عودة حركة السياحة بكامل طاقتها ستكون مدينة إسنا فى مصاف المدن السياحية الهامة بالأقصر خلال الفترة المقبلة مع نهاية تلك المشروعات القومية التى تتم حالياً، وعلى رأسها تطوير معبد خنوم والسوق السياحى 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 السياحى الشتوى الجديد، ويتم تنفيذ القرار بدءاً من مطلع نوفمبر المقبل، موضحاً أن أهم ما فى المعبد صالة الأعمدة التى تعتبر من أجمل المباني فى مصر وترجع للعصر اليونانى الرومانى، فهى عبارة عن صالة مستطيلة الشكل ذو واجهة ذات طراز معمارى خاص ويحمل سقفها 24 اسطوانا بارتفاع 5,13م ومزخرفة بنقوش بارزة ذات تيجان نباتية متنوعة، وتعتبر هذه القاعة (الصالة) من أجمل صالات الأعمدة فى مصر على وجه العموم من حيث تماثل النسب وطريقة نحت تيجان أعمدتها وبقائها فى حالة جيدة من الحفظ، والمناظر الداخلية للمعبد تتعلق أغلبها بالديانة والعقيدة فى 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 فريقى 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 بصفوف 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 أكتوبر 2021

ملخص للندوة التي تقام في الجمعة الثانية من الشهر بجمعية أولي العزم الدينية في قراءة لكتاب (أسرار القرآن) للامام ابي العزائم قد كان موضوع الندوة تفسير قوله تعالى (بسم الله الرحمن الرحيم "تولج الليل في النهار وتولج النهار في الليل وتخرج الحي من الميت وتخرج الميت من الحي وترزق من تشاء بغير حساب" (سورة آل عمران 27). النقاط المستوحاة من الندوة السابقة

الجنة العاجلة: لقد ورد بأن لله جنة عاجلة من شهدا أهله للجنة الآجلة، ألا وهي جنة المعرفة بالله؛ إذ أن معرفة العبد بربه تعالى توصله إلى مقام الشهود، فيأنس بالمعبود وحين ذاك تنشرح الصدور وتتيسر 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 ألائي

2 - الحساب اليسير: إن حساب المؤمن الذي مس الإيمان فؤاده 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 وعاملوها بالمولد النبوي الشريف، سائلين الله تعالى أن يكون شهر ربيع خيراً وبركة على الإسلام والمسلمين وأن يجمعنا بأخلاق المصطفى ويرزقنا معيته في الآخرة. يقول إمامنا رضي الله عنه:-

حبيب قلبي ترأى عند ذكراه
وأواه أشتاقه في كل آونة
وعنبر الكون طراً طيب رياه
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 بالنعمة مرور المتعب الواني
وغادرها .. كومض الشوق في أحداق سكران
قفي ، لن تسمعي مني عتاب المذنب العاني
فبعد اليوم ، لن أسأل عن كأسِي وندماني
خذي ما سطرْتُ كفاك من وجدٍ و أشجانٍ
صحائفٌ ... طالما هزتْ بوحى منك ألحاني
خلعتُ بها على قدميك حُلم العالم الفاني!
لنطوِ الأمسَ ، ولنسدلْ عليه ذيل نسيانٍ
فإن أبصرتني ابتسمي وحييني بتحنانٍ
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 مروراً بالمرحلة 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 سلباً أو إيجاباً على سلوك الفرد وقيمه وطرق تعامله مع الأفراد والمجتمع وتفاعله معهم.

ولم يعد خافياً 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 نادراً ما تجتمع الأسرة بجميع أفرادها معاً 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 شيئاً؛ فافراد الأسرة في المدينة يتواصلون فيما بينهم من خلال التليفونات، وربما فعلوا ذلك وهم في غرف بيوتهم، ولم يعد يختلف حال الريف كثيراً عن حال المدينة؛ حيث تجد رب الأسرة في الريف - وربما تكون معه الأم أيضاً - 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 مكتفياً بمطالبتها بالتصرف، وربما أسمعها بعض عبارات التوبيخ واللوم لسوء تربيتها 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 ويفقد هم تحمل المسؤولية.

والله الموف والمستعان،،،

مجلة البشير

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

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 القدماء، 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 وبسبب دوره المهدئ والمسكن وفعاليته في المساعدة على الاسترخاء فإنه يعد معالجا 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 قلّمي، ولن أكتب مقالا ولا تقريراً. اليوم سأشارككم أجمل الكلمات التي وقعت عليها عيني، وهو مقال "المرأة" للدكتور مصطفى محمود، فدعونا نتجول بين نفحات ثقافية عقلانية وإبداعية أيضاً.

هكذا أرادوا بالمرأة حينما صمّموا لها الفساتين ووسّعوا لها الفتحات على الصدر والظهر وحينما حزقوا لها البنطلونات وضيقوا البلوزات .. واستدرجوا المرأة من غرورها حينما قالوا لها .. ما أجمل صدرك .. ما أجمل كتفيك .. 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 وفي الشارع . وخرجت المرأة من البيت لتباشر ما تصلح له و ما لا تصلح له .. من أعمال و ألقت 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. ! وظننت المرأة بنفسها الشطارة والفهلوة فظننت أنها تقدمت على أمها وجدها حينما اختارت لنفسها هذه المسالك .. والحقيقة أنها استدرجت من حيث لا تدري ..

! ترى 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 ورأى فيها شريكة عمر لا شريكة ليلة . وقال عنها القرآن الكريم إنها السكن و المودة و الرحمة وقرة 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 شاركتة الدعوة والرسالة . واحتضنت هموم النبوة .. وكانت الناصح والصديق والأم الرعوم والسند المعين . واشتغلت المرأة بالتمريض ، وصاحب النساء أزواجهن في الغزوات .. وجلست المرأة للفقهاء .. وجلست لتلقي العلم .. و أنشدت الخنساء الشعر بين يدي النبي عليه الصلاة والسلام .. وكان يستزيدها قانلاً .. هيه يا خناس .. ولم يبح الإسلام التعدد إلا للضرورة وبشرط العدل .. وما أباح التعدد إلا إثارةً لأن تكون المرأة زوجة ثانية بدلاً من أن تكون عشيقة ! 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 ويُعمر 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 .. وخلعوكي من عرشك وانتزعوكي من خدرك . وباعوك في أسواق النخاسة رقيقاً تثنى بقدر ما فيها من لحم . وأنت نصف الأمة .. ثم إنك تلدين لنا النصف الآخر .. فانت أمة بأسرها .. ولا يستطيع الرجل أن يفقد التطور وحده .. تُرى هل آن الأوان أن تعيدي النظر .. تُرى هل آن الأوان لتعرفي قدرك وتعرفي دورك ؟!

بقلم/إيمان أبو الليل

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