

مجلة رُشد

مجلة شهرية ثورية ثقافية متنوعة

العدد (٣) جمادى الثاني ١٤٣٤



أيتها النهاء.. ماذا عن دوركن في صناعة النصر؟

أملك تناديلك.. هل تهتلي النداء؟

نهائج للتعامل مع من فقد شخصها عزيزا

عوامل نجاح الحكومة السورية المؤقتة

لا تخلي حساب الفيس بوك يترك

نسأل المولى عزوجل أن تزول في القريب العاجل
عنه وعن كل المدن السورية.

في السابق كنا نعمل رغم القصف والدمار،
وقررنا الصمود إلى آخر لحظة، ومتابعة السير في
الطريق الذي اخترناه.....

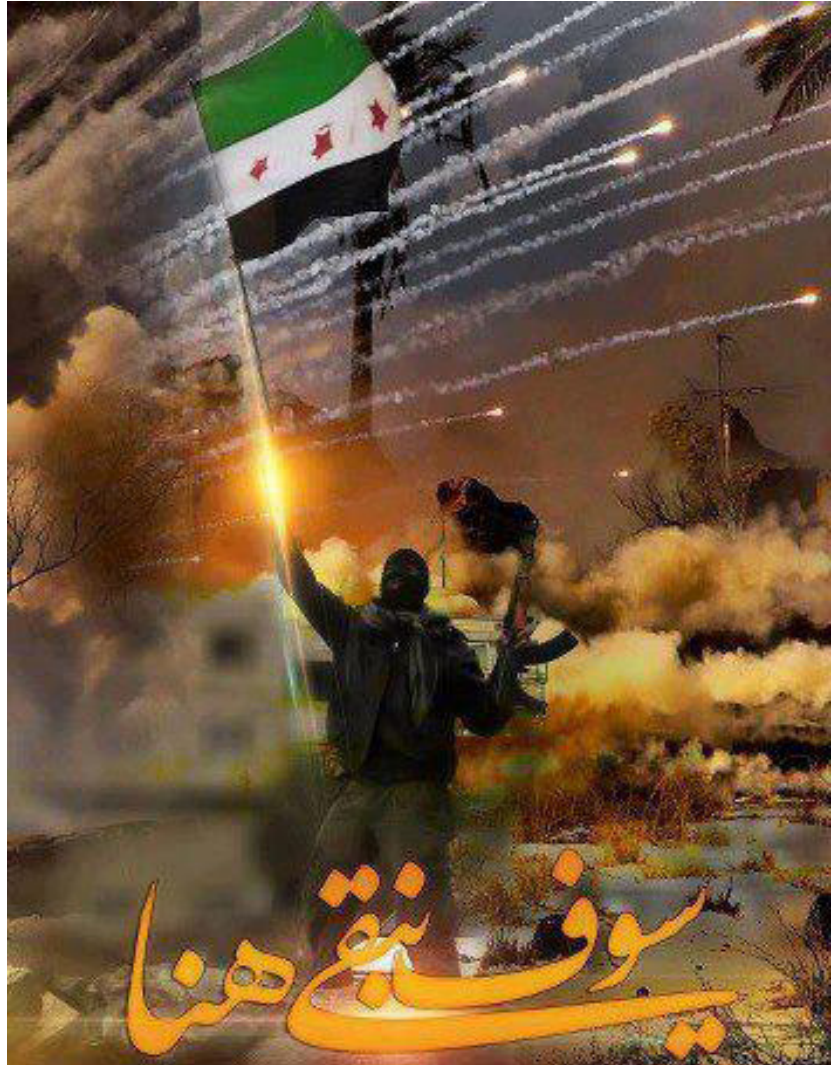
ولكن الوضع تدهور أكثر من المتوقع، وأصبحت
جوبر كمدينة الأشباح....
لاتسمع فيها أصوات الهتافات والمظاهرات كان
السكون ينتشر في أزقتها.... القذائف تنهال
على بيوتها ... والخراب يعم في كل مكان.

ومع ذلك نسعد بإخباركم أنه، بمشيئة الله
عزوجل، سيبقى عملنا مستمرا
رغم كل الظروف... وعزمنا قوية،
وسنواصل مسيرتنا التي بدأناها
آملين بقرب النصر، وحلول الخير
والسلام من جديد.
كل المحبة والتقدير نقدمها لكم
على متابعتكم لإصدارات مجلتنا
وحسن إصغائكم وتعاونكم.

نسأل الله عزوجل أن يجعل كلمتنا
موفقة وسديدة... وأفكارنا لكم
مفيدة... وهمتنا دوما عالية، وأن
تبقى قلوبنا من قلوبكم قريبة...

الظروف حكمتنا... وبقيودها كبلتنا
من بين حقول الأفكار والبساتين... انتقيت
لكم أجمل الباقيات من الياسمين...
وعطرتها بنسائم الفل والرياحين... آملة أن
تنال إعجاب أعزائي القارئین.

بداية نقدم لكم اعتذارنا عن الانقطاع
المفاجيء الذي تعرضت له المجلة، وعدم
قدرتنا على إصدار العدد السابق منها....
وسبب ذلك يعود إلى ما تعرض له حي جوبر
الدمشقي، والغيمة السوداء التي أهلت
عليه...



حاسس حالك قائد بالفطرة؟

عندك شعور إنك سياسي مخضرم؟

بالبيت لما كنت صغير .. كانوا ينادوك أهلك
راح الوزير إجا الوزير؟ هل تملك بدلة رسمية
سوداء مع قميص أبيض و كرافة زهر؟ واصل
للتاسع؟ أرسل لنا سيرتك الذاتية مرفقة
بصورتين شخصيات عدد أربعة فرما تصبح
وزيراً في حكومتنا مع ثيات .. الحكومة المؤقتة
لاكتشاف المواهب الشابة

الفهرس

- ٣..... بهؤلاء ملكنا الدنيا
- ٤..... نصائح للتعامل مع حالات الخطف
- ٥..... صاحب النقب
- ٦..... كيف تصنع قناعاً واقياً
- ٧..... عوامل نجاح الحكومة المؤقتة
- ٨..... انتبه
- ٩..... شهداؤنا
- ١٠..... أمك تناديك
- ١١..... كيف يندلع الحريق وكيف نخمده
- ١٢..... كيف تتعامل مع من فقد شخصاً
- ١٢..... ما الحل عند عدم توافر الشاش
- ١٣..... الذكاء الاجتماعي والسحر الحلال
- ١٤..... فن وهندسة التحكم بالأعصاب
- ١٥..... آداب تلاوة القرآن الكريم
- ١٦..... حديقة أفكار
- ١٧..... النساء وصناعة النصر
- ١٨..... فلنغرق في عالم البراعة

يحكى أن رجلاً تكالبت عليه المشاكل، وأصبح
مهموماً مغموماً، ولم يجد حلاً لما هو فيه .
فقرر أن يذهب إلى أحد (الحكماء)، لعله يدلّه
على سبيلٍ للخروج من الهم الذي هو فيه.
وعندما ذهب إلى الحكيم، سأله قائلاً:
أيها الحكيم، لقد أتيتك وما لي حيلة مما أنا
فيه من الهم؟

فقال الحكيم: سأسألك سؤالين، وأريد
إجابتهما. فقال الرجل: اسأل.
فقال الحكيم: أجنّت إلى هذه الدنيا ومعك
تلك المشاكل؟ قال: لا.

فقال الحكيم: هل ستترك الدنيا وتأخذ معك
المشاكل؟ قال: لا.

فقال الحكيم: أمر لم تأت به، ولن يذهب معك،
الأجدر ألا يأخذ منك كل هذا الهم. فكن صبوراً
على أمر الدنيا، وليكن نظرك إلى السماء
أطول من نظرك إلى الأرض، يكن لك ما أردت.
فخرج الرجل منشرح الصدر، مسرور الخاطر،
مردداً:

«أمر لم تأت به، ولن يذهب معك،
حقيق ألا يأخذ منك كل هذا الهم.»

صوت الماذن ، تراتيل الفاتحة ، قطرات
ماء الوضوء ، عبق الفجر ، جمال لن
يستوعبه النائمون ،

حظ جميل لمن أدركها (صلاة الفجر)

بهؤلاء ملكنا الدنيا

قال أسلم: خرجنا مع عمر رضي الله عنه إلى حرة واقم، حتى إذا كنا بصرار (مكان على مقربة من المدينة) إذا نار توقد. فقال: يا أسلم إني أرى ها هنا ركباناً قصر بهم الليل والبرد.

انطلق بنا فخرجنا نهرول حتى دنونا منهم، فإذا بامرأة معها صبيان وقدر منصوبة على نار، وصبيانها يتضاغون (يتصايحون).

فقال عمر: السلام عليكم يا أهل الضوء. وكره أن يقول يا أصحاب النار. فأجابته امرأة: وعليكم السلام! فقال: أأدنو؟ فقالت: ادن بخير أو دع.

فدنا منها فقال: ما بالكم؟ قالت قصر بنا الليل والبرد.

قال وما بال هؤلاء الصبية يتضاغون؟ قالت: الجوع! قال: وأي شيء في هذا القدر؟ قالت: ماء، أسكتهم به حتى يناموا... والله بيننا وبين عمر! فقال: أي رحمك الله وما يدري عمر بكم؟

فقالت يتولى أمرنا ثم يغفل عنا؟ فأقبل عليّ وقال انطلق بنا.

فخرجنا نهرول حتى أتينا دار الدقيق. فأخرج عدلاً من دقيق وكبة من شحم،

وقال احمله علي! قلت: أنا أحمله عنك. قال: أنت تحمل وزري يوم القيامة!.. لا أم لك فحملته عليه، وانطلقت معه إليها نهرول، فألقى ذلك عندها، وأخرج من الدقيق شيئاً فجعل يقول لها: ذري عليّ وأنا أحبره لك.

(أي اتخذ لك حريرة، وهو الحساء من الدقيق والدسم)

وجعل ينفخ تحت القدر، وكانت لحيته عظيمة، فرأيت الدخان يخرج من خلالها، حتى طبخ لهم، ثم أنزلها، وأفرغ الحريرة في

صفحة وهو يقول لها: أطمعهم وأنا أسطح لهم - أي أبرده - ولم يزل حتى شبعوا، وهي تقول له: جزاك الله خيراً، كنت أولى بهذا الأمر من أمير المؤمنين.



النصر لا يأتي بعد الخروج من الحوت مباشرة.

فهناك مرحلة سيبدو فيها كما لو أن الخروج لم يكن مجدياً.

مرحلة «فنبذناه بالعراء وهو سقيم».. الأرض العراء.. لا نبت فيها ولا زرع.. والخارج

من بطن الحوت سقيم.. ووحيد في عراء ثم.. «وأنبتنا عليه ثمرة من يقطين»...

رغم أنف الأرض العراء...

نصائح هامة للتعامل مع حالات الخطف:

تجارة الخطف

١- حدد المكالمات الهاتفية - التي يتم فيها طلب الفدية - وضع الشخص الغائب إن كان معتقلاً أو مخطوفاً .

٢- يجب لفت النظر لمحاولة إبقاء خبر الاختطاف في أصغر دائرة ممكنة من العائلة، حتى لا يسود التوتر محيط العائلة بما قد يمنعهم من التفكير بهدوء

٣- يجب العمل على ضبط الشبان من العائلة والأصدقاء ومنعهم من محاولة القيام بعملية اختطاف مقابلة لأن ذلك قد يرجع بالضرر على المخطوف وسيؤدي إلى سلسلة لا تنتهي من عمليات الخطف المتبادلة .

٤ - ستبدأ المفاوضات بعد طلب مبلغ معين في محاولة للوصول إلى رقم أقل قدر الإمكان .

٥- يجب أن يستلم المفاوضات شخص ذو أعصاب قوية وشخصية مستقرة وغير عاطفية ويفضل أن يكون رجلاً .

٦ - اطلب الحديث مع الشخص المخطوف للتأكد من سلامته

ومن وجوده مع المتكلم (فقد «يبيع» الخاطف الشخص المخطوف لعصابة أخرى مقابل مبلغ مادي!) ..

٧- من الضروري التواصل مع النشطاء وأعضاء التنسيقيات للاستفادة من خبراتهم في التعامل مع الجهات الخاطفة لأننا في هذه الحالة قد نتمكن من تحقيق مبادلات من دون دفع اموال وقد نستطيع السيطرة على خريطة الاختطاف ..

٨- قد تكون عملية الخطف مرحلة جانبية من عملية اعتقال يقوم بها بعض الشبيحة ، للاستفادة من الموقف .

٩- عند الاتفاق على عملية التسليم يجب التحدث مع المخطوف قبل إتمام العملية ، والتأكيد أن يتم التسليم في وضوح النهار .

١٠ - في حال عدم رجوع الشخص المخطوف بعد عملية التسليم يجب البحث عنه في الفروع الأمنية والمستشفيات



وعند حلول الليل والقائد يجلس في خيمته، دخل عليه رجلٌ ملثم، فقال مسلمة: هل أنت صاحب النقب؟

فقال الرجل: إنَّ صاحب النقب يريد أن يبر قسم أميره، ولكن لديه ثلاثة شروط حتى يلبي الطلب .

فقال مسلمة: وماهي ؟

قال الرجل: أن لا تسأل عن اسمه، ولا أن يكشف عن وجهه، ولا أن تأمر له بعطاء.

فقال مسلمة: له ما طلب .

عندها قال الرجل: أنا صاحب النقب، ثم عاد أدراجه مسرعاً، واختفى بين خيام الجيش!

إن لم يكن لله فعلك خالصاً .. فكلُّ بناءٍ قد بنيت خراباً

فكان مسلمة بعد ذلك يقول في سجوده: اللهم احشرنى مع صاحب النقب، اللهم احشرنى مع صاحب النقب.

القلوب كالتدور تغلي بما فيها ، وألسنتها مغارفها فانظر إلى الرجل حين يتكلم ، فإن لسانه يغترف لك بما في قلبه..

حلو .. حامض .. عذب .. أجاج .. وغير ذلك، ويبين لك طعم قلبه اغتراف لسانه.

كان مسلمة بن عبد الملك، على رأس جيش للمسلمين، يحاصرون قلعة عظيمة للروم، ولكن القلعة استعصت على جيش المسلمين، لارتفاع أسوارها، وإغلاق جميع المنافذ إليها، الأمر الذي رجع كفة جنود الروم، فأخذوا يقذفون جيش المسلمين من أعلاها، فازداد تعب وإنهاك جنود المسلمين.

وفي الليل قام أحد جنود المسلمين بفكرة مستحيلة، إذ أنه استخفى بمفرده، إلى أن وصل باب القلعة، وظل ينقب فيه وينقب، حتى استطاع أن يحدث به نقباً، ثم رجع دون أن يُخبر أحداً. وفي صباح اليوم التالي، تآهب المسلمون للقتال كعادتهم، فدخل هذا البطل من النقب، وقام بفتح الباب، فتدافع المسلمون وتسلقوا أسوار القلعة، وما هي إلا لحظات، حتى سمع الروم أصوات تكبيرات المسلمين على أسوار قلعتهم، وداخل ساحتها فتحقق لهم النصر.

وبعد المعركة، جمع القائد مسلمة بن عبد الملك الجيش، ونادى بأعلى صوته: مَنْ أحدث النقب في باب القلعة، فليخرج لنكافئه.

فلم يخرج أحد .. !

فعاد وقالها مرة أخرى، من أحدث النقب فليخرج.

فلم يخرج أحد .. !

ثم وقف من الغد، وأعاد ما قاله بالأمس.

فلم يخرج أحد .. !

وفي اليوم الثالث، وقف وقال: أقسمتُ على من أحدث النقب، أن يأتيني أي وقت يشاء، من ليل أو نهار .

كيفية صنع القناع الواقي من الغازات السامة والمسيلة للدموع:

يتألف القناع من ٣ طبقات رئيسية: الأولى من القطن، ومهمتها عزل الجزيئات الكبيرة. الثانية من الكربون النشط، مهمتها امتصاص كل الغازات السامة. الثالثة ماثلة للأولى.

ما هو الكربون النشط؟

هو فحم خاص، مادة موجودة بالأسواق وليست متنوعة. نحصل عليها من:

محلات بيع خزانات المياه و لوازم البناء.

أماكن بيع أحواض السمك.

أماكن بيع فلاتر الهواء والمكيفات.

المستلزمات :

علبة كولا تنك فارغة - قنينة عصير بلاستيكية سعة اللترين - كربون نشيط يكون مثل البودرة - قطن - لاصق عريض من النوع الممتاز - مطاط عريض - مشرط - مقص - مطرقة - مسمار عادي - قلم تعليم - قطعة من القماش الخفيف مثال جوارب

طريقة التصنيع:

- نلقب قنينة الكولا التنك، ونستخدم المسمار لثقب العلبة حوالي ٢٠ ثقباً أو أكثر.

- نقطع الجزء العلوي من القنينة.

- نملأ القسم السفلي من القنينة بطبقة من القطن ويجب أن نراعي ألا يكون القطن سميكاً جداً حتى يتمكن الهواء من الدخول

نملاً ٩٠٪ من المساحة المتبقية بالكربون

تضع قطعة من القطن في ما تبقى من العلبة

- نغطي فوهة العلبة بقطعة قماش.

- نستعمل اللاصق لنلصق قطعة القماش بالقنينة بإحكام.

- نقص القنينة الكبيرة من ثلثها العلوي

ندخل العلبة المعدنية داخل البلاستيكية

- نقوم بالتعليم جيداً

-تقطع الجزء العلوي من العلبة البلاستيكية

- نرسم ٦ خطوط بين الدائرة المرسومة

سابقاً و ذروة الجزء البلاستيكي من العلبة

البلاستيكية (أي علينا رسم ٦ خطوط)

- ثم باستخدام المقص نقوم بقص الخطوط

الستة التي علمناها

ثم ندخل العلبة المعدنية داخل العلبة

البلاستيكية

- ثم نستخدم اللاصق للّصق بين العلبة

المعدنية والبلاستيكية

- يجب إحكام اللصق منعاً لتسرّب الهواء

- نقوم بمعالجة حواف القطعة البلاستيكية

كي تكون ناعمة و لكي تمنع تسرب الهواء

وذلك بوضع القطن على الحواف البلاستيكية

ثم نلصقها بواسطة اللاصق، يجب أن تكون

كمية القطن على الأطراف متساوية لضمان

عدم دخول الغازات السامة

- ثم نثقب مكاناً بسيطاً باستخدام المشرط

من جهتين متقابلتين لندخل من خلالهما

المطاط العريض

- ندخل المطاط بالثقبين المتقابلين وبهذا

نكون قد انتهينا من صنع القناع

ينصح بوضع نظارات لحماية العين والأنف

وتفي نظارات السباحة بالغرض حيث أن

القناع يحمي الفم فقط.

الوطني السوري، وتتألف من إحدى عشرة وزارة: وزارة الدفاع.

وزارة الداخلية والشؤون المدنية.

وزارة الشؤون الخارجية.

وزارة الإدارة المحلية.

وزارة الاقتصاد والموارد العامة.

وزارة التعليم.

وزارة الزراعة والموارد المائية.

وزارة الشؤون الصحية.

وزارة البنية التحتية والنقل والاتصالات.

وزارة شؤون الإغاثة والمهجرين واللاجئين.

وزارة العدل.

وقد وضعت معايير ومحددات تجري بموجبها عملية الاختيار، وهي:

- أن يكون المرشح سوري الجنسية.

- ألا يقل عمر المرشح عن ٣٥ سنة للوزراء ونوابهم.

- ألا يكون أحد أركان النظام، أو ممن ارتكب جرائم ضد الشعب السوري، أو استولى على أموال الشعب دون وجه حق.

- أن يكون حسن السيرة والسلوك، وألا يكون محكوماً بجناية، أو جرم شائن.

- أن يكون مناصراً للثورة السورية المباركة.

- أن يكون من أصحاب الكفاءة العلمية، والخبرة العملية في مجال الاختصاص.

- أن يكون متفرغاً بشكل كامل للعمل في الحكومة.

- أن يكون قادراً على العمل في الداخل السوري بشكل رئيسي.

- أن يكون قادراً على العمل ضمن الفريق لتحقيق الخطة العامة للحكومة.

- أن يلتزم بتقديم كشف بأملكه وأمواله.

يعتمد نجاح الحكومة المؤقتة، التي سيشكلها «غسان هيتو»، على تعاون الداخل معها، ولا سيما الكتائب المقاتلة، والمجالس المحلية التي تشكلت في المناطق المحررة. لذلك لا بد من التركيز في مرحلة اختيار أعضاء الحكومة على استشفاف رأي الداخل، واختيار أشخاص يحظون بأكبر قدر من القبول لدى قوى الأمر الواقع العسكرية والمدنية، التي تشكلت في المناطق المحررة.

وبرأيي يجب أن تكون أهداف الحكومة المؤقتة:

- ١- تزويد الجيش الحر بالعتاد اللازم للتسريع في إسقاط النظام.

- ٢- توحيد الكتائب العسكرية، أو أكبر قدر منها، تحت مظلة واحدة، تكون تابعة سياسياً للحكومة المؤقتة والائتلاف.

- ٣- المساعدة في تشكيل المجالس المحلية في المناطق المحررة، وتزويدها بما تحتاج إليه من خبرات وموارد، لأنها ستكون البديل عن مؤسسات الدولة في المرحلة الانتقالية.

- ٤- متابعة قضايا اللاجئين والمهجرين السوريين وتلبية احتياجاتهم.

- ٥- الاستمرار في إسقاط شرعية النظام، وعزله سياسياً في المحافل الإقليمية والدولية.

- ٦- وضع تصور واضح وتفصيلي للمرحلة الانتقالية، ينال موافقة الشريحة الأوسع من القوى السياسية السورية، ومكونات المجتمع السوري.

ومن المفيد الاطلاع على بيان الائتلاف الوطني بتفاصيل الحكومة ومعاييرها، الذي جاء فيه: الحكومة السورية المؤقتة، هي سلطة تنفيذية، تبسط سلطاتها على كافة التراب

انتبه...! خود من وقتك دقيقة بس

أحمد: آه يا أمي آآآآآه..

أيمن: لك شبك شبك نثرت مخي يازلمة!!!!

أحمد: شبني ما؟؟؟ يلي بيعرف بيعرف ويلي ما بيعرف بقول كف عدس. شهر كامل وأنا عم بتعذب تحت إيدين السجان!!! تورمت جنابي يا زلمة!!

أيبيبييه يا خالد مرضي من يوم يومك!! اطلعت بأسبوع مع إنك كنت تشتغل بالثورة!!! كلو لأنو ما ثبت عليك شي...

لو كان معي دقيقة وحدة... كنت سكرت هالحساب البطيخ!!!

بس شو عاد يفيد هالحكي... يلي ضرب ضرب ويلي هرب هرب!!

آآآآآخ ما بلوم حدا غيركن... أنتوا سببي!!

أيمن: لك شبك فتحت مثل نشرة الأخبار السورية ما بينفهم راسك من رجلك!!! عن مين عم حكى؟؟؟

أحمد: رفقاتي.. رفقاتي....

لك كان المفروض أول ما دريوا بخبر اعتقالي يسكروا كل شي حسابات عندي... كان المضروب يلي جوا ما شاف شي من الفضايح يلي عندي... لا حول ولا قوة الا بالله

أيمن: أي شو مفكر إدارة الفيس ما عندها شغلة غيرك؟!!! بجوز لبين ما يتجاوبوا ياخذ الموضوع يومين تلاثة. لك يا سيدي بأحسن الأحوال ساعتين تلاثة. كان ممكن يكونوا كافيين جدا للمحقق يعرف كل شي عن حسابك.

.. حاج تلف وتدور أي الغلط راكبك من فوق لتحت!!

أحمد: هلى هاد يلي طلع معك؟؟ الحق علي

يلي عم اشكيلك همومي..طيب يا سيدي يلي ما بيجي معك تعا معو قلي شو الغلط؟؟؟

أيمن: كم مرة نبهوا كل واحد يخلي كلمات السر تبع حساباتو مع بني آدم بيثق فيه!!! مثشان إذا لا سمح الله صارلو شي يكون أول مين بيدرا... ليش حضرتك مو عاطيهن لحدا؟؟؟ أحمد: لك مشان ربك ليش عندي وئت حك راسي!!

أيمن: ما عندك وئت!!! لكن هيك أحسن؟؟ الأمن شاف كلشي ودري بكل حركاتك....

لك قسماً بالله ما بتاخذلها أكثر من دئئتين... مشان ما تتكرم بدئئتين حقها سلامتك بالدنيا... أكلت أتل عنك وعن أجدادك!... هادا ما عدى الله أعلم كم واحد انضر بسببك وانمسك. وكم عملية التفت لأنهن انكشفوا. قال مافي وئت قال.

نصيحة صغيرة ببلاش وقبل ما يفوت

الآوان .. حتى ماتقول «لو كان» ..

لسلامتك وسلامة رفقاتك والثورة..

خود من وقتك دقيقة بس، وعطي

كلمات سر حساباتك لحدا.... ولو صار

واعتقلت بيتسك حسابك قبل ما

توصل للفرع، وبتوفر على حالك سين

وجيم.. وبلا ما تجيب رفقاتك لعندك عل

فرع بسبب استهتارك، وتكون سبب

من أسباب اختراق الثورة

دقيقة وحدة لسلامتك، ولا تضل

معتقل شهور ...

شهداءنا



القائد الميداني لكتيبة أبو بكر الصديق
الملازم أول عبد المعطي
المحمد الحسين

المربعية



استشهدت متأثرة بجراحها
نتيجة قصف الطيران
الطفلة سلام المعتصم
بالله العمادي

حماه - تل الدباغة



قائد في المظاهرات
قائد في ساحات المعارك
الشهيد الحافظ لكتاب
الله الداعية أنيس الجاموس

درعا - داعل



استشهد أثناء الدفاع عن
أرضه وعرضه
فراس دحروج
دمشق - جوبر



قائد سرية زيد بن ثابت
استشهد أثناء الدفاع عن
أرضه وعرضه
عبد الرحمن زهير الهبول
دمشق - القابون



خنساء الزيداني قدمت
خمساً من أبنائها شهداء ..
لم يكتف النظام المجرم من
دماء الأبناء .. فبدأ بالأحفاد
محمد حسين عمر
استشهد إثر قذيفة

أمك تناديك.. فهل ستلبي النداء؟

أمي تناديني... ألا أقول لها لبيك يا أماه؟
عندما تنادي الأم بصوتها الحنون... يقوم
الكبير والصغير يلبيها.
وعندما تذرف دموعاً من بين الجفون... يهرع
الكل ليداويها.
فكيف بأم تنزف دماً لا دموعاً... وتصرخ من
شدة الصمود لا الخضوع.
هذه الأم التي لطالما غمرتنا بالحب والحنان،
ووفرت لنا الأمن والأمان.
هذه الأم التي جعلت عنوانها التسامح
والصفاء، وشعارها العزة والإباء.
نحن نتحدث وبكل فخر عن سورية...
بكل ما فيها من مدن أبية....

سورية اليوم تنادىكم... سورية التي لطالما
أمسكت بأياديكم... وبكل الحب والخير كانت
تسقيكم.
واليوم علينا أن نهب لنجدتها بعزيمة
سواعدكم... ونطلب العون من بارتكم
وخالقكم.

في الماضي سورية أُنجبت أطفالاً...
واليوم هي تحتاج إليهم أبطالاً...
لاتتخاذل. ... لاتستكن... فالأمر محسوم
ونحن على يقين...
بأن النصر قادم من عند رب العالمين... وما علينا
إلا أن نخضع الجبين

راجين العون من خالق الناس أجمعين...
رسالتي لاتريد أن تزيد من ثقافة القارئ...
فكلنا بما سمعناه عالمين...
رسالتي تريد أن تزيد حماس المندفعين... تريد
أن توجع همة المقاتلين...
وتزيل خوفاً يسيطر على قلوب الملايين....

تحركوا... قوموا... هبوا لنصرة هذا الدين... قبل
أن يأتي اليوم الذي تكونون فيه من الخاسرين...
لأننا وبإذن المولى منصورين... وعلى مواقفنا
الثورية سنبقى محافظين.....



يسألونك عن اليتامى : قل
يسألونك عن المحيض : قل
يسألونك عن الخمر والميسر: قل
يسألونك ماذا ينفقون : قل
يسألك الناس عن الساعة : قل
كل الآيات يأتي بعد السؤال كلمة .. (قل)
ما عدا آية واحدة وهي ، قوله تعالى :
(وإذا سألك عبادي عني فإني قريب)
فلم يقل ... فقل إني قريب ...
لا واسطة .. في أمر الدعاء
أترك لكم التلذذ بهذا المعنى العجيب

عندما تصل مراعاة مشاعر الآخرين إلى

إيذاء نفسك!!

فعليك التوقف!

كيف يندلع الحريق؟ وكيف نطفئه؟

هناك ثلاثة أمور أساسية، لا يمكن للحريق أن يندلع ويتوسع دون تواجدها:

(١) المحروقات : أي شيء قابل للاشتعال.

(٢) الهواء : الأوكسجين الذي يساعد على الاشتعال.

(٣) الحرارة: غاز- كهرباءإلخ

لإطفاء الحريق هنالك ثلاث طرق رئيسية :

(١) إزالة المحروقات: عن طريق إبعاد المواد القابلة للاشتعال مثل المازوت، وإغلاق أنابيب الغاز ومنع تسريبه.

(٢) قطع الأوكسجين: بتغطية الحريق بشراشف مثلاً، وإغلاق النوافذ والأبواب للتقليل من الأوكسجين المتوافر.

(٣) إزالة الحرارة: قطع الكهرباء.

هذا بشكل عام؛ ولكن في حال حدث حريق في مكان تواجدك، كيف تتصرف؟

(١) اصرخ (حريق)، ليعلم الموجودون باندلاع حريق. كن هادئاً وتصرف بطريقة واعية.

(٢) قم بإخلاء الناس من مكان الحريق، عبر منافذ الإخلاء المناسبة، وساعد الأطفال، وكبار السن، وكل من يحتاج للعون، على الخروج.

(٣) افصل التيار الكهربائي، وأغلق الغاز.

(٤) في حال وجود دخان كثيف في المكان، غط الأنف و الفم بكمامة أو خرقة مبللة، وازحف زحفاً نحو المخرج.

(٥) أبلغ الجهات المختصة (الإطفاء، الدفاع المدني).

(٦) في حال وجود طفايات حريق في مكان الحريق، حاول استخدامها، ولكن مع الانتباه

لسلامتك.

(٧) في حال خرجت من مكان الحريق، لا تعد أبداً لجلب أي شيء، مهما كان مهماً.

في حال انتبهت لتسرب الغاز:

(١) إياك أن تستخدم عود الثقاب للتحقق منه، استعمل الماء والصابون، ففي حال تكون فقائيع هوائية، يكون هناك تسرب للغاز.

(٢) قم بفصل التيار الكهربائي.

(٣) قم بالتهوية وفتح النوافذ.

إذا تصرفت بشكل خاطئ، قد يتسبب تسرب الغاز في اندلاع حريق، انتبه.

في حال كان الحريق ناجماً عن الزيت:

(١) إياك واستخدام الماء، لأنه يزيد من الحريق.

(٢) غط الوعاء المحترق بوعاء أكبر منه، لمنع وصول الأوكسجين إليه.

هناك إجراءات سلامة احتياطية قبل وقوع الحريق وتتضمن:

(١) امتلاك طفاية حريق.

(٢) حقيبة إسعاف أولي.

(٣) تحديد مخارج الطوارئ، وتعليمات السلامة المناسبة، (عدم استخدام المصعد).

(٤) تحديد خطة أولية للتعامل مع الحريق، والخروج من مكانه، وإعلام أفراد العائلة بها.

(٥) معرفة أرقام الطوارئ الضرورية، ووضعها في مكان واضح للجميع في المنزل.

وقانا الله و إياكم كل مكروه .

إذا لم تتوفر مطهرات وشاش في مكان الإصابة.. ماهي البدائل المتاحة؟

- تعامل مع الشخص بعناية ولطف مع التطمين. استفسر عن حالة باقي أفراد أسرته، ومن ثم حوّل الحديث تدريجياً إلى الفقيد.

- حتّ الشخص على إعطاء أقصى ما يستطيع من معلومات عن الفقيد، ومكانته، و دوره في العائلة، ودعه يطلعك على صورته.

- ركّز على طلب التعرف على علاقة الشخص بالفقيد، وقوة تلك العلاقة، وما خلفه الفقدان عليه شخصياً.

- استفهم من الشخص عن أي شعور بالذنب أو التقصير تجاه الفقيد، وبين له أن هذا يعتبر شعوراً اعتيادياً، ويحدث للجميع مع أولئك الذين يعتقدون أنهم فشلوا في إنقاذ الفقيد.

- شجّع الشخص على الاتصال بمعارف الفقيد و زملائه و أصدقائه.

- أفسح له الفرصة للقاء الآخرين الذين أشرفوا على العناية بالفقيد، كالمرضة، والأطباء، والأشخاص الذين تعاملوا مع جثته عند حدوث الوفاة.

- من المفيد قيام الشخص ببعض الفعاليات المشتركة مع الآخرين، كزيارة جماعية للقبر، أو لمكان الحادث أو الوفاة، وذلك لتسهيل التعبير عن مشاعر الحزن.



- نظّف حواف الجرح بماء نظيف وصابون.
- حضّر محلولاً ملحيّاً (كأسين ماء + نصف ملعقة طعام ملح طعام)، واغسل الجرح جيداً بواسطة.

- غطّ الجرح بالشاش.



- إن لم يتوفر شاش معقم، يمكنك استخدام قماش قطني نظيف، شرط أن تكون قد قمت بتعقيمه كما يلي:
قصّ القماش للحجم

المناسب، اغله بماء مضاف له كلور (1 عيار كلور+ 10 ماء)، لمدة ثلاث ساعة، دعه يجف في الشمس، وخرّنه في أكياس مونة نظيفة لوقت الحاجة.

- الاستفادة من أي شيء محيط بك لإنقاذ الضحية، (تنفس صناعي، قماش نظيف لقطع النزيف، قشاطر البنطال أو أي قطعة قماش، للربط فوق مكان النزيف للتخفيف من خسارة الدم).

نصائح للتعامل مع من فقد شخصاً مقرباً.....

هذه بعض الخطوات المفيدة للتعامل والتحدث مع من فقدوا أحبائهم:

- شجّع الشخص على التحدث عن المفقودين، فإن ذلك يساعده في التعبير عن الحزن، والتخلّص منه.

فن وهندسة.. تحكم في أعصابك!

نزل من بيته صباحاً ذاهباً إلى العمل كالمعتاد. قبل خروجه اصطدمت قدماه بقمامة الجيران ! كتم غضبه من الجيران وعمال النظافة ، لأنه كان في عجلة من أمره. ركب سيارته في الشوارع المزدحمة والجواخانق. استغرق الطريق ساعة كاملة. وصل بعدها إلى عمله متأخراً ومنهكاً .. لم يستطع أن يتمالك أعصابه عندما وبّخه المدير على تأخره وإهماله الذي يتسبب في الخسارة للشركة. فأنفجر غاضباً وانتابته حالة هياج عارمة. وكانت النتيجة المتوقعة... أنت مرفود.

الكوب بداخلك

تخيل معي أن بداخل كل شخص منّا كوباً فارغاً ، فكلما حدث شيء يغضبك يبدأ هذا الكوب في الامتلاء. هذا بالضبط ما حدث في يوم هذا الشخص التعس ، حيث أخذ الغضب يتراكم بداخله ، وكوبه يمتلئ حتى سأل على الأرض ، التي قد تكون: مقعداً تركله برجلك..أو صديقك الذي تغلق في وجهه سماعة التليفون... أو كما حدث ، مديرك الذي تنفجر غاضباً في وجهه!!
والنتيجة خسارة لا تعوض.

ترويض الغضب.. خطوات عملية

من هنا ظهر الاهتمام بأساليب التحكم في الغضب (Anger Management) ، وإنشاء مراكز ومستشفيات متخصصة في هذا المجال . و قد تم بالفعل التوصل

إلى عدة استراتيجيات تساعد على إدارة الغضب، وترويضه، بما يتبعه من شعور سلبي وتغيرات فسيولوجية، ومن أهمها:

١ - الاسترخاء

هناك طرق عديدة لتعلم كيفية الاسترخاء بدنياً و ذهنياً، وإليك بعضاً منها :

• الاستلقاء على الظهر، وإرخاء جميع عضلات الجسم.

• البخور الهادئ والروائح العطرة المفضلة، سواء كانت : زهوراً - نباتات - شموعاً ... إلخ

• ممارسة تمارين التنفس، فيمكنك أخذ نفس عميق جداً، بحيث يملأ الهواء رئتيك و صدرك كله، ثم إخراج النفس من فمك ببطء.

• الاستحمام بالماء الدافئ وبعض الأملاح المعطرة، والاستلقاء على الأقل لمدة ربع ساعة.

• النوم الكافي ليلاً عدد الساعات التي يحتاجها جسمك.

• العمل على أخذ راحة خلال فترات العمل المتواصلة، و لو خمس دقائق لتقليل الضغط العصبي.

• الاستماع إلى القرآن الكريم، بصوت قارئك المفضل، وأنت مغمض العينين.

• تذكر الله كثيراً، ولا تنس أبداً ان تبدأ يومك معه وفي حضرته.

• التأمل والتفكير في خلق الله، ومشاهدة جوانب الجمال في كل شيء، و لو ربع ساعة يومياً.

• ابتسم كثيراً.

• أغمض عينيك، واستعمل خيالك، وارجع بذاكرتك لموقف سبق وجعلك سعيداً.

يميل الأشخاص العصبيون عند المناقشة مع الآخرين إلى القفز إلى النتائج والتوقعات، التي غالباً ما تكون خاطئة وغير دقيقة. فعندما تشعر أن المناقشة بينك وبين الآخرين قد احتدّت، عليك بتهدئة الجو العام، ومراقبة ردود أفعالك.

عندما يحاول شخص ما انتقادك، فمن الطبيعي أن تكون في موضع دفاع، ولكن لا تبدأ بالهجوم على الطرف الآخر. وبدلاً من ذلك وتلك فالأفضل أن تحاول فهم الشخص الذي تحدثه، وسبب انتقاده لك، وتعامل معه على هذا الأساس.

قد تحتاج إلى بعض الراحة خلال المناقشة للتنفس وإعادة التفكير، ولكن لا تجعل أبداً غضبك أو غضب الطرف الآخر يفقدك أعصابك وقدرتك على التحكم في المناقشة. وهذه بعض الطرق التي يمكن من خلالها إدارة الحوار بدون غضب:

- مشاركة الآخرين في حديثهم.
- مواجهة الطرف الآخر بما يضايقك بلباقة.
- ضع حدوداً لكل شخص تتعامل معه لا يتعداها، وكن واضحاً في هذا.

٣ - استخدام روح الفكاهة :

الغضب شعور جاد للغاية، لكنه مصحوب ببعض الأفكار والاعتقادات التي سوف تجعلك تضحك عليها. تخيل مثلاً الشخص الذي يغضبك مجسداً أمامك في شكل شخصية كارتونية مضحكة، فهذه الطريقة تجعلك مرحاً لا تثار بسهولة، ولكن احذر شيئين هاميين : (أولاً) لا تكن فظاً مستفزاً، تهوى المداعبات القاسية التي تغضب الآخرين

منك، و تسخر منهم و تستهزئ بهم. (ثانياً) لا تسخر من نفسك ومن حياتك، بل من الأفضل استخدام روح الفكاهة لمواجهةها، والتعامل معها، وتقبل كل شيء بصدق ورحب.

٤ - تغيير البيئة:

مع وجود المسؤوليات الملقاة على عاتقنا، غالباً ما تكون البيئة المحيطة ذات تأثير كبير على انفعالنا. فمثلاً لا تحاول مناقشة شخص في مشكلة ما فور عودته مجهداً من العمل، انتظر على الأقل ١٥ دقيقة قبل التحدث إليه، إلا إذا كان أمراً لا يتحمل التأخير.

وغير ذلك عليك بالنصائح الآتية:

- محاولة إيجاد البدائل.
- إذا كنت تعلم أن هناك شخصاً أو مكاناً بعينه يجعلك تغضب ويمكنك تجنبه، فابتعد عنه في الحال.
- فكر في إعطاء نفسك إجازة تريح فيها مع عائلتك وأشخاص تحبهم.

٥ - ممارسة رياضة:

عليك أن تخصص جزءاً ولو بسيطاً من وقتك لممارسة بعض التمرينات الرياضية مثل : (السباحة، الجري، الأيروبيكس، والسويدي، وأهمها المشي، فهو يقلل من الضغط العصبي، ويساعدك على التفكير المنظم) وأخيراً تذكر دائماً أنه لا يمكنك التخلص تماماً من الشعور بالغضب، بل يمكنك فقط التحكم في حدته، وتحويل طاقة الغضب السلبية بداخلك إلى سلوك وأفعال ومشاعر إيجابية.

وأولاً و أخيراً، توجّه إلى الله سبحانه وتعالى، ارفع وجهك إليه، واطلب منه العون بإلحاح، ستجد أن أعصابك قد هدأت بشكل كبير.



من آداب تلاوة القرآن :

الطهارة والوضوء

احرص على نظافة جسمك وأسنانك
وثيابك والمكان الذي تجلس فيه
وتوضأ قبل قراءة القرآن أو مسّ المصحف
كي تكون قراءتك مباركة
وتنال من الله الجزاء العظيم



من آداب تلاوة القرآن الكريم
استقبال القبلة
اجلس مستقبلاً القبلة
بكل خشوع وأدب

ماهي المعركة التي كانت بين المسلمين والروم بقيادة المعتمد ؟

٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١

في رمضان تعدل حجة مع النبي صلى الله عليه وسلم	٩،٧،٥،٤
عندما يتقابل مسلمان فإنهما يلقيان الـ	٩،٨،٣،٢
ما يبدأ به الجواز الضمي	٥،١
مالا يجوز أن يظهر في جسم الإنسان	٩،٧،٦،٤
(الـ) من سور القرآن في الجزء ٢٨	٥،٨،٧،٣،٢
بمعنى (تعب)	٧،٦،٢،١
بمعنى (يسامح)	٦،١،٤،٨
عكس (ميت)	٨،٣
مفرد (تمر)	٩،٧،٥،٢

دوي أن رجلاً من الصالحين قال لأولاده: إني أريد الحج ...
فبكوا وقالوا: إني من تكلنا؟!
وكان له ابنة مباركة قد رزقها الله بنعمة التوكل واليقين،
فقاتت: دعوه يذهب فقد علمنا أنه أكال وليس برزاق...
فخرج .. فباتوا جيباعاً، فجعلوا يوبخون تلك البنت،
فقاتت: اللهم لا تخجلني بينهم...

فمرّ بهم أمير البلاد فقال لجنوده وحاشيته: اطلبوا لي ماءً...
فناولوه أهل الدار كوزاً من الماء البارد،
وألقى الله الحلاوة في كوب الماء فشرب.. فقال: دار من هذه؟

فقالوا: دار فلان.. فرمى فيها صرة من ذهب،
وقال: من أحببني فليصنع مثلما صنعت...

فرمى العسكر ما معهم من المال في هذا الإناء...
فجعلت البنت تبكي

فقاتت أمها: ما يبكيك وقد وسّع الله علينا... فقاتت:

لأن مخلوقاً نظر إلينا نظرة فاغتنينا،

فهلاً فرحنا بنظر الخالق جل وعلا إلينا



- الحياة مستمرة :

سواء ضحكت أم
بكيت ... فلا تحمّل
نفسك هموماً لن
تستفيد منها...

- من مفاسد هذه الحضارة أنها

تسمي: الاحتيال

ذكاء والانحلال

حرية والرذيلة فناً

والاستغلال معونة.

- يمتص القرآن الحزن من القلب

كالإسفنجة إذا قرأت القرآن حزيناً كان

كالضمد ... وإذا قرأته سعيداً ضاعف

تلك السعادة !!

- كثيرون لا تربطنا بهم علاقة شخصية ... لكنّ

أرواحنا نعتاد وجودهم فتحبهم وتحترمهم !!!

- في بعض الأحيان :

تكون نوايانا أنقى من قطرات الندى !!!

لكن .. تلوث بظنون الآخرين !!!

- لا تسعى لتصحيح ظن أحد بك

لأن خالك ينظر لقلبك ... (وهذا

يكفيك) !!!

- من ينصب نفسه للناس إماماً .. فليبدأ

بتعليم نفسه قبل تعليم غيره .. و ليكن

تأديبه بسيرته قبل تأديبه بلسانه !!

- عندما تبدي ابتسامتك... ينظر الناس إلى
مظهرها... ولا يفكرون أين يكمن سرها؟؟؟.

- إذا أخبرك أحد أن وجودك يحدث ضجة... اعلم
أنه معجب بطريقة تفكيرك.

- لا تحكم على الناس من منظار الآخرين...
اصنع أنت منظراً تقيّم فيه تفكيرهم.

- من يكتشف سر فهمي لتفكير الآخرين...
سيكون قادراً على فهم تفكيري.

- من رأى في زوجته جمال الدنيا...أرته هي لذة
الوصول إلى جمال الآخرة.

- أول ما تأخذه من الدنيا شهقة هواء ... و
أول ما تتركه من الدنيا زفير هواء !!! هذا هو
العدل أنك تعيد ما أخذت !!!.

- عندما يغيب المدير شهراً لا نشعر بغيابه
...لكن لو غاب عامل النظافة يومين افتقدناه

... قيمة الناس بما يقدمونه لا بمناصبهم !!!

- يقول حكيم : كنت أبكي لأنني أمشي بدون
حذاء و لكنني توقفت عن البكاء !!! عندما

رأيت رجلاً بلا قدمين !!! لذا : دائماً قل الحمد لله
على كل شيء !!!

- إذا لم تستطع أن تعيش التفاؤل ... فلا تجبر
من حولك أن يعيشوا إحباطاتك !!!



تلك الفارسة لها
مواقف شجاعة
ذكرها التاريخ، كما
حصل في معركة

(صحورا)، القريبة من مدينة حمص حيث
أسرت مع مجموعة من النساء، فصارت تبث
الحماسة في نفوسهن وتقول: خذن أعمدة
الخيام وحبالها وحارين بها هؤلاء اللئام. فلعل
الله ينصرنا عليهم. وسمعت النساء نصحها
وصيحاتها التي أتمتها بقولها:

لا ينفك بعضكن عن بعض، وكن كالحلقة
الدائرية، ولا تتفرقن، وحطمن أسلحة القوم
وسيوفهم، وهجمت وهجم النساء من ورائها،
وقاتلن حتى أنقذن أنفسهن من أسر الروم.

النساء وصناعة النصر

للنساء دورٌ مهم في صناعة النصر، وجهاد من
نوع فريد، قد لا يكون فيه مقارعة بالسيوف
ولا قتال بالسلاح، بل فيه تثبيت وتقوية وتمكين
وشدّ أزر.

وكم تتوق الأمة لامرأة تؤثر مرضاة الله على
إرضاء النفس، فتحفز زوجها على الخروج
والدفاع عن الدين ببسالة، وكم تشتاق الأمة
لامرأة تمسح الهم عن قلب رجل أبيّ، أثر الجهاد
في سبيل الله، وقد علم وجوبه عليه، فتحمل
على كاهلها هم رعاية البيت والأهل والولد،
تهتم بهم وكأن زوجها حاضر بينهم، بل وتبذل
الجهد في التربية المثلى على مبادئ الإسلام.

لتبقى الرسالة حيّة في نفوس الصغار
والكبار.

وكم تفتش الأمة عن امرأة تخرج من قوقعة
الهم والنكد، تؤمن برسالتها، وتؤثر مصلحة
الأمة على مصلحة نفسها، وترسل زوجها
للجهاد قير العين ثابتاً مطمئناً، لا تصدّه
دموعها ورجاءاتها له بالعودة، بل تدفعه
كلماتها المؤمنة، لأن يواصل ليقيم عدالة
الله على الأرض.

امرأة لا تغار من البندقية والرصاص، بل تغار
على محارم الله أن تنتهك. امرأة أنانيّة،
تريد لزوجها أن يسابق إلى رحمة الله ورفيع
درجاته. امرأة واعية أن قضاء الله ماضٍ وبأن
العمر واحد، قد ينتهي برسم بطولة على
أرض معركة، أو قد يموت وهو على فراشه
الوثير، تلعنه قلوب المظلومين، ويلومه
المستضعفون، وتستصرخ ضميره العدالة
فلا يلقي لها بالاً.

الامتحان اليوم ليس لشجاعة الرجال في
خروجهم للجهاد وحسب، بل للنساء دورٌ
مهم، وموازنة وامتحان، إن اجتازته حَيّ
أمة، وإن سقطت فهي أجيال تتهاوى إلى
الحضيض.

اشتقنا جميعاً لنساء ينهضن بأمة، وقد
آن للصورة التقليدية عن المرأة الضعيفة
الفارغة من الهدف والرسالة أن تتغيّر..

وعطروا قلوبهم بذكر الله كي يذوقوا حلاوة
الإيمان. ...

هذا الطفل يستطيع أن يقود أمة بأكملها
إن أرشدته وبإمكانه أن يطور عقولاً بشرية إن
هديته

انظر كيف تستطيع أن تضيء شعلة من
العلم والمعرفة بجهودهم...

انظر كيف تستطيع أن تنير عالماً بأكمله
بفضلهم...

أحبُّهم. .. وأذوب في حبهم. .. ومن على ذلك
يحاسبني... أعشق عالمهم البريء.. أغرق فيه
من دون أن أشعر. ...

فما بالك أنت بهذه اللآلئ الجميلة؟؟؟

إنهم أمل هذه الدنيا وبهجتها... فهل من
اثنين يختلفان في ذلك!!



عندما تجد نفسك مهموماً تأمل براءتهم...
عندما تكون غاضباً انظر في عيونهم...
عندما يعتربك الحزن امكث بين أحضانهم...
عندما تضيق بك الدنيا استمع إلى
همساتهم....

إنهم الأطفال... ومن غيرهم يشغل البال....
قد عرفوا طعم الفرح والسعادة... أحبوا
اللعب والقصص المختارة... من وحي المرح
والإثارة....

فُطروا على الصدق والبراءة... وتميزوا بحدة
الذكاء والبراعة...

يقولون ما في قلوبهم بشجاعة... من دون
تكلف أو مخادعة...
عليك أن تحذر منهم لأنهم أشقياء... ومتى
أرادوا تظاهروا بالغباء....

وأوقعوك في شباكهم البيضاء... التي لا
تحمل بين أحبالها إلا النقاء

يقلدونك في كل ما تفعل... إذاً أنت لهم قدوة
يحبونها

يسألونك عن كل ما تعمل... إذاً أنت لهم أسوة
يتبعونها

إنهم براعم صغيرة علينا أن نحسن
غراسها....

إنهم قلائد ثمينة علينا أن ندرك قيمتها.
لذا أحسنوا إليهم كي يتعلموا معنى
الإحسان. ...



لہذا
جس
کے



شو یلی میٹیک تکر
انی مع استم
الکیمیو صر
ہا شعب
اٹا بیون