

نبض الأمل نبض الأمل نبض الأمل نبض الأمل نبض الأمل



مجلة شهرية تصدر عن قسم الإصلاح والتأهيل بالمؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة

العدد الأول | يوليو ٢٠١٦م | ذو القعدة ١٤٣٧هـ

العدد الأول
من مجلة
نبض الأمل

سمو الشيخ سلطان القاسمي يزور المبني
الجديد للمؤسسة العقابية والإصلاحية

اسلاميات | أدبيات | ركن القانون
المروءة | سهر | علم الجريمة

حِمِيقَةُ نَبْضُ الْأَمْل



يقول الإمام مالك رحمه الله:
(من أحب أن تُفتح له فُرجةٌ في قلبه فليكن عمله في السر أفضل منه في العلانية)
(نقاء الثوب وحسن الهمة وإظهار المروءة جزء من بعض وأربعين جزءاً من النبوة)
(عليك بمحالسة من يزيد في علمك قوله، ويدعوك إلى الآخرة فعله، وإياك ومحالسة من يعلّلك قوله،
ويعييك دينه، ويدعوك إلى الدنيا فعله).

لا شك أنها لحظة غير اعتيادية تلك التي يتاح فيها للمرء وعاشق القراءة وخاصة، ان يقف أمام مئات العناوين الجديدة التي تطلق على المجلات والمنشورات والإصدارات وغيرها، فتشعر بتلك الحيرة في انتقاء العناوين واختيار زوادته منه.

مجلة نبض الأمل والتي يكتبها نزلاء المؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة قد تحولت من نشرة إلى مجلة شهرية بفضل رؤية مدراء المؤسسة لإتاحة الفرصة أمام النزلاء لاكتشاف مواهبهم وتنمية قدراتهم.

فعند كل موعد لإصدار نشرة تعتبر مناسبة تشبه الاحتفال، غير أن لكل إصدار نكهته الخاصة، ولقد تعودنا على أن يكون كل اصدار مميزة بمحاتوياته وموضوعاته المتنوعة والتي تعبر عن قدرة النزلاء على الإبداع وإضافة المزيد.

يأتي هذا التحول في إطار الحديث عن دور الإعلام والثقافة عموماً ومن خلال اصدار الكتب والمجلات بشكل خاص حيث بات معروفاً أن دولتنا أولت منذ عقود أهمية استثنائية للثقافة في بناء الإنسان، وتمكنت من تأسيس وترسيخ المؤسسات الثقافية والإعلامية والتي باتت ممتدة في كافة أرجاء الدولة ويستفيد منها المواطن والمقيم على حد سواء. كما جاء متزامناً مع مبادرة عام القراءة التي أطلقها صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة حفظه الله، وهو ما يؤكد من جديد على المكانة التي تأخذها المعرفة والثقافة في مسيرة التنمية المستدامة داخل الدولة التي تأسست على أجيال محبة للقراءة.

وفي هذا المقام نذكر بأن صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة منذ زمن بعيد وهو يعمل على بناء الإنسان ثقافياً واجتماعياً وتراثياً من خلال «الكتاب» وما يصاحبه من تنظيم المهرجانات وإقامة المعارض بالإضافة للجامعات التي أصبحت مصانع تخرج الرجال، ويحرص سموه دائمًا على تواجده في كافة المناسبات الثقافية ودعمه لها والقائه للخطب والكلمات والتي دائماً ما يكون لها الأثر الكبير في نفوس الحاضرين والمشاركين.

إشراف

المقدم / عبد الله إبراهيم حسن
الملازم أول / خلفان سالم العيلي
المساعد / سالم أحمد النمر
الرقيب أول / عدنان يوسف الهرمودي
شرطى أول / محمد يوسف الهوي
شرطى أول / إبراهيم محمد أول رحمة

أسرة التحرير

مهند إبراهيم إبراهيم
سعيد بن محمد بن ضاحي
هيثم إبراهيم محمد
علي همايون ناصر
عماد محمد نعمت

عناوين المؤسسة

الإمارات العربية المتحدة
الشارقة- الرمثاء
هاتف: 00971-6-5989999
فاكس: 00971-6-5383140

www.shjpolice.gov.ae

18	الرياضة الملاكمة	5-4	الأخبار الداخلية
19	مشاهير الرياضة محمد علي كلاي	7-6	النشاطات الداخلية
20	شخصية العدد أم الإمارات	8	صحتك بين يديك..... أثار التدخين
21	شخصية العدد أم الإمارات	9	صحتك بين يديك نصائح طبية
23-22	تسالي	10	أدب وأدباء الشاعر العربي سمهر
24	YOUR CONTEST	11	أدبيات منوعات شعرية
25	YOUR HEALTH	12	ركن القانون عالم الجريمة
26	ISLAMIC	13	ركن القانون الاحتجاز الأسري
28	اردو زبان	14	قصة وعبرة الانحراف والتوبة
29	اردو زبان	15	قصة وعبرة الزنازين الإنفرادية
	آخر المشوار	16	الدين والحياة المرأة
		17	الدين والحياة حروف من نور



المؤسسة الإصلاحية والعقابية

خِبْضُ الْأَمْلَ خِبْضُ الْأَمْلَ

فرع التأهيل والتدريب

خِبْضُ مُنْتَجَاتِ النَّزَلَاعِ

المنجرة



إعلان

يعلن قسم الإصلاح والتأهيل عن تشكيل لجنة لاستقبال الاسترحams المقدمة من النزلاء بخصوص الاستثناء من الإبعاد الإداري، ويتم استلام الاسترحams من خلال المقابلات الأسبوعية مع رئيس القسم.

مهارات التفكير الابداعي

في إطار تدعيم الشراكات المجتمعية بين المؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة والمؤسسات المجتمعية ذات



الصلة، وفي سبيل تطوير برامج التأهيل المقدمة للنزلاء، وبرعاية كلية المجتمع - يجامعة الشارقة، قام المحاضر الاستاذ بالبدء بدورة تدريبية في (مبادئ استخدام الحاسب الآلي - ومبادئ استخدام مايكروسوفت باوربوينت- مهارات التفكير الإبداعي) ومن ثم تعريف كل نزيل بنفسه وبخبراته العلمية والعملية. ومن ثم بدأ بتعريف عنوان الدورة (التفكير الإبداعي) واستمر في شرح المادة. وسؤال النزلاء والتفاعل معهم، وأبدى النزلاء تفاعلاً وتجاوزاً جيداً كما كانت نسبة استيعابهم جيدة.



افتتاح الفعاليات الرمضانية

قام سعادة نائب القائد بمشاركة النزلاء في الفعاليات الدينية التي كانت تحت رعاية مؤسسة القرآن والسنة بالشارقة ومركز الدعوة والإرشاد بدبي بالتعاون مع المؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة ومن خلال الزيارة قام سعادة العقيد/عبد الله مبارك بن عامر بالحديث مع النزلاء والتفاعل معهم واستماع طلباتهم ثم قدم سعادته الشكر والامتنان لمدير المؤسسة العقابية والإصلاحية وكل من ساهم بإنجاح الفعاليات والمشاركة من السادة الضباط والنزلاء.....

تحت رعاية القيادة العامة لشرطة الشارقة والمؤسسة العقابية والإصلاحية وبحضور سعادة العقيد/عبد الله مبارك بن عامر نائب قائد عام شرطة الشارقة وسعادة العقيد/ خليفة محمد المري مدير المؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة وسعادة العقيد/ أحمد العزيز شهيل نائب مدير



المؤسسة والمقدم/عبد الله إبراهيم حسن رئيس قسم الإصلاح والتأهيل وعدد من السادة الضباط تم افتتاح فعاليات شهر رمضان المبارك والمتمثلة بالفعاليات الرياضية والثقافية والدينية وخلال الافتتاح

افتتاح الفعاليات الرياضية

حافظاً على صحتهم وإعادة تاهيلهم لدنيا عملاً بمقدولة ((العقل السليم بالجسم السليم)).

تحت رعاية المؤسسة العقابية والإصلاحية وبحضور سعادة العقيد/ أحمد العزيز شهيل نائب مدير المؤسسة والسداد الضباط تم افتتاح الفعاليات الرياضية ضمن المؤسسة بمناسبة شهر رمضان المبارك وإقامة الأنشطة الرياضية ومسابقة كرة القدم التي فاز بها فريق عنبر افوق، و مباراة كرة الطائرة والتي فاز بها عنبر ٦ تحت، و مباراة شد الحبل وفاز بها عنبر ٣، وللسنة الثانية تم تفعيل مسابقة البلياردو والتنس طاولة والببيسي فوت.

وبنهاية الفعاليات قامت إدارة المؤسسة بتسليم الفائزين جوائز تقديرية لتشجيع النزلاء على ممارسة الأنشطة الرياضية

الأخبار الداخلية

حاكم الشارقة يزور المبني الجديد للمؤسسة العقابية والإصلاحية

وصل إلى المرحلة النهائية وهي التأثيرات ووضع اللمسات النهائية والأجهزة الأمنية وكاميرات المراقبة. وأن المشروع يحتاج إلى ٣٥ يوم لاختبار النهاي لكفاءة المبني نظراً لحساسية المشروع وأفاد أن "مبني الرجال يتكون من ٣ طوابق ويحتوي على مكاتب إدارية وعيادة صحية وغرفة لاستقبال الزوار

وغرفة تحكم، وهناك مبني يحتوي على قاعة للمحاضرات ومكتبة ومكتب لتقديم الخدمات الخارجية. فضلاً عن مبني لخدمة النزلاء يتكون من طابقين يحتوي على ورش ومنجرة و ٤ قاعات للياقة البدنية ومخلصة ومكاتب ادارية.. ومبني للعزل الصحي لعزل المرضى من النزلاء المصابين بأمراض معدية.. وهناك مبني لسكن الحراس يستوعب ٣٢ شخصاً. وأشار السويدي إلى أن صاحب السمو حاكم الشارقة وجه بتقديم كل سبل الراحة والأمان للنزلاء ومعاملتهم معاملة كريمة كأفراد المجتمع العاديين.



بإنشاء مرفق للعزل الصحي للنساء أسوة بمرافق العزل الصحي الخاص بالرجال، كما وجه بتوفير سبل الراحة للنزلاء للأمهات وتوفير العناية الكاملة لأطفالهن، مؤكداً على ضرورة التركيز على إصلاح النزيل قبل الحقوقية وتطوير البرامج المتعلقة بتأهيله وتوجيهه وتنقيمه النزلاء حتى يعودوا أفراداً صالحين إلى المجتمع.

وكشف رئيس دائرة الأشغال العامة بالشارقة المهندس علي بن شاهين السويدي أن مشروع مبني المؤسسة العقابية والإصلاحية الجديد بمنطقة الرمثا بالشارقة يحتوي على مبني لسجن الرجال بمساحة ١٧ ألف متر مربع، ويكون مبني سجن الرجال من جنادين وكل جناح يتكون من ١٦ زنزاناً، مؤكداً أن المشروع

اطلع صاحب السمو الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة خلال زيارة له على المراحل التي تم إنجازها من مشروع مبني المؤسسة العقابية والإصلاحية الجديد بمنطقة الرمثا بالشارقة، ووقف على الأعمال الجارية في تطوير منشآت ومرافق المبني ومتطلباتها للمعايير الدولية المستمرة مع مبادئ حقوق الإنسان المستمرة في التعاليم الدينية والشريعة الإسلامية، ووجه سموه بإنشاء سجن للمرحلة الثانية للمشروع بتكلفة ٢٢٥ مليون درهم،

وقد أطلع صاحب السمو حاكم الشارقة على خارطة المبني الجديد للمؤسسة العقابية والإصلاحية، ومراحل إنشائه حيث تشمل المرحلة الأولى استيعاب ألف نزيل، بالإضافة إلى سكن العاملين والعزل الصحي للرجال ومباني التشغيل الخاصة بتأهيل وتدريب النزلاء، والمراحلة الثانية التي تشمل سجن النساء ومبني الإدارية، أما المرحلة الثالثة فيتم من خلالها استكمال بناء كافة المرافق لتتسع لألفي نزيل وصولاً للطاقة الاستيعابية الكاملة للمبني التي تبلغ ثلاثة آلاف نزيل ونزلة، حيث تم إنشاء المبني وفق أحدث المعايير الدولية المعتمدة في هذا المجال.

وبتابع سموه بجولة شملت عنابر النزلاء ومرافق الحبس والأقسام المختلفة، ووجه



من جهته قال قائد عام شرطة الشارقة سعادة العميد سيف الزري الشامسي إن صاحب السمو حاكم الشارقة طلب عدم الاعتماد على مدة المحكومية بل على حسن سيرة وسلوك النزيل، وضرورة العمل على إعادة تأهيل النزيل لأنه فرد في المجتمع وسيعود للدمام في المجتمع من جديد بعد انتهاء فترة عقوبته.

وأضاف الشامسي أن النزلاء المواطنين سيكون لديهم الفرصة لاستكمال دراستهم، أما غير المواطنين فسيتم توفير مهن لهم داخل المؤسسة العقابية، لافتاً إلى أنه تم إنشاء مبني توقيف جديدة في مراكز الشرطة بالإمارة في مراكز الغرب والسيوط وواسط والصجعة وقرباً في التعاون.

النشاطات الداخلية

نيلم ٤٨

دورة الخط العربي

في إطار تطوير التأهيل الثقافي والارتقاء بالعملية التأهيلية وبالتعاون بين المؤسسة العقابية والإصلاحية ومتاحف الشارقة تم افتتاح دورة الخط العربي للنزلاء من أجل تحسين مستواهم الثقافي والعلمي. وقدم الأستاذ عدنان نور الشريفي دورة لمدة شهر لعدد من نزلاء المؤسسة تضمنت شروحات نظرية وعملية تضمنت من خلال سائل الإيضاح والتدريب العملي للخط العربي وأنواعه وطرق كتابته.



دورة التصميم الاحترافي

تحقيقاً للاهداف المؤسسة في تأهيل النزلاء، وفيما يتعلق بهدف نقل المعرفة اقام فرع التدريب والتأهيل دورة تصميم احترافي في برنامج انديزاين لتصميم المجالات قام النزيل /مهند إبراهيم بشرح المبادئ الأساسية للبرنامج لمجموعة من النزلاء، وكان الهدف من الدورة نقل المعرفة المكتسبة من خلال الدورات في المؤسسة إلى النزلاء الجدد..



الوقاية من مرض السل

من خلال التعاون بين إدارة الطب الوقائي بالشارقة والمؤسسة العقابية والإصلاحية أقام الدكتور عبد الرحمن رافت محاضرة بعنوان مرض السل وكيفية العلاج منه وما هي أسباب إنتشار المرض، وتحدد المحاضرة إلى تحذير النزلاء للوقاية من الأمراض المزمنة وتعزيز فهمهم لمرض السل، وإيجاد السبل المفيدة التي يستطيعون من خلالها الاستفادة من الوقاية وإظهار الدور الصحي الوقائي الذي تضطلع به المؤسسة.



دورة خلوة القراءة

استناداً إلى توجيهات صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة، حفظه الله بتسمية عام ٢٠١٧ (عام القراءة)، وتنفيذآ لخطة فرع التأهيل والتدريب في القسم، تم بحمد الله ورعايته وبحضور سعادة العقيد / أحمد عبد العزيز شهيل نائب مدير المؤسسة وسعادة المقدم / عبد الله إبراهيم رئيس قسم الإصلاح والتأهيل إفتتاح برنامج (خلوة القراءة) في مركز التعليم المستمر. ويقوم مجموعة من النزلاء باختيار مجموعة من الكتب لقراءتها لمدة ثلاثة ساعات يومياً في جو هادئ داخل المكتبة الداخلية في المؤسسة.



دورة السلوك والتعامل

المباشرة أي دراسة نشاط الإنسان القابل للملاحظة والقياس ثم التعميم ليكون القياس دقيقاً وموضوعياً. وكان ذلك من خلال التعامل مع السلوك على أنه هو المشكله وليس مجرد عرض لها من خلال أي معالجة الأسباب النفسية الخفية والسلوك سيتغير تلقائياً. وقد استفاد النزلاء من المحاضرة التي امتدت على مدار يومين وقادت إدارة المؤسسة بتقديم بطاقات شكر وامتنان للأستاذة المحاضرين مثمنين جهودهم المبذولة.



مبادرة قام مركز طب الأسنان بالشارقة وبالتعاون مع المؤسسة العقابية والإصلاحية بالشارقة الأستاذة / منى محمد الهديدي والأستاذة / نورة سعيد الغفلي ببرنامجاً بشرح كيفية تعديل السلوك بمبادرة توعوية قدمت خلالها، كيفية تعديل السلوك، والمبادئ الإنسانية في تعديل السلوك من خلال التركيز على السلوك القابل للملاحظة



النشاطات الداخلية

مسابقة القرآن الكريم على مستوى الدولة

مبادرة من الهيئة العامة للشؤون الإسلامية والأوقاف بأبوظبي وبالتعاون مع الإدارة العامة للمؤسسات العقابية والإصلاحية تقرر فتح الباب أمام النزلاء في المؤسسات العقابية في الدولة للمشاركة في المسابقة السنوية للهيئة لحفظ القرآن الكريم من خلال تخصيص فئة لهم هي فئة نزلاء المؤسسات العقابية والإصلاحية حيث كان ذلك ثمرة للعمل والجهود المبذولة في مؤسسات الدولة التي تتضمن جهودها لتحقيق هدف إصلاح النزلاء وإعادة دمجهم في المجتمع كأفراد صالحين من خلال الاعتماد على الجانب الروحي الذي له أساس واحد وهو كلام الله تعالى.



وتم ترشيح سبعة نزلاء من فرع الرجال وزميلتين من فرع النساء، وبحمد الله تعالى صدرت النتائج النهائية من التصفيات. حيث فاز أربعة نزلاء وتم تكريمهما من قبل الهيئة وإدارة المؤسسة العقابية.



المسلمين الذين شاركوا فيها التعرف على المناسبات والوقائع الدينية وقام بتقديم الندوة الداعية/ محمد احمد السويفي من دائرة الشؤون الإسلامية والأوقاف بالشارقة، والواعظ عبد الحكيم عبد الغني مركز المعلومات الإسلامي بدبى. النزيل/ احمد منال زيدان مترجم باللغة الإنجليزية وتخللت هذه



الندوة الدينية مأدبة عشاء للنزلاء المستهدفين منها، وفي ختام الندوة اعتنق أحد النزلاء من الجنسية الهندية الإسلام، وتم تسليم شهادات إشمار الإسلام للنزلاء الذين اعتنقوا الإسلام مؤخراً من سعاده رئيس القسم.

الإسراء والمراجعة معجزة الرسول الأعظم

في إطار مبادرة تأهيل النزلاء المسلمين الجدد وغير المسلمين الراغبين في التعرف على الإسلام



أقام قسم الإصلاح والتأهيل وبحضور سعاده المقدم / عبد الله إبراهيم حسن رئيس القسم ندوة دينية تحت شعار (الإسراء والمراجعة معجزة الرسول الأعظم) لتعريف النزلاء المسلمين الجدد بهذه المعجزة الربانية التي خص الله سبحانه وتعالى بها نبيه محمد ﷺ، وأتاحت هذه الندوة الفرصة لغير

الإسلام دين تعاليش إفطار غير المسلمين

تحت شعار (الإسلام دين التعاليش) أقيمت المؤسسة العقابية والإصلاحية مأدبة إفطار جماعي للنزلاء غير المسلمين الراغبين في التعرف على الإسلام ضمن فعاليات شهر رمضان في المسجد الداخلي بحضور سعاده رئيس قسم الإصلاح والتأهيل بالمؤسسة المقدم / عبد الله إبراهيم حسن .

وسيدة رئيس فرع التدريب والتأهيل الملازم أول/ خلفان العلياني، وتخلل الفعالية مسابقات ثقافية حول الإسلام والمناسبات الإسلامية قدم المشايخ يعقوب محمد (منتدب من مركز المعلومات وعلاء الدين لقمان) (منتدب من دار زايد) الندوة باللغة الإنجليزية والأوردو وتمحورت حول التعريف بالإسلام، والمناسبات الدينية في الإسلام، واهتمام الإسلام بغير المسلمين، وقد اعتنق الإسلام ثلاثة من النزلاء غير المسلمين.



نصائح طبية نصائح طبية نصائح طبية نصائح طبية
نصائح طبية نصائح طبية نصائح طبية نصائح طبية

الحلوى مفيدة للصحة!

صدق أو لا تصدق، الحلوي قد تكون مفيدة للصحة، وليس لها تأثير سلبي على قوام جسم الإنسان. هذا ما توصل إليه علماء، بعد دراسة للمؤشرات الإحيائية لأكثر من ٤٠ ألف شخص، استمرت خمسة أعوام، اتضح أن الذين تناولوا الحلويات بانتظام، كانت حالتهم الصحية أفضل من الآخرين، ولم يلحظ العلماء حدوث أي تغيرات في قوام أجسام المسترتكين في الدراسة. يؤكد العلماء أن الحلويات لا تؤثر سلباً على الحالة الصحية للشخص مادام يتبع نمطاً حياتياً نشيطاً، ولكن مفتاح الصحة الجيدة ليس في الحلوي، بل في تناولها بصورة معتدلة. وبعقل.

٤ خطوات وتخليص من الأرق

إذا كنت فمن يعانون من الأرق، فلا داعي للقلق. كل ما عليك هو اتباع الخطوات التالية:
١ـ أعط جسمك وعقلك ساعة من الراحة قبل النوم، للتخفيض من أعباء الدراسة أو العمل بعد يوم طويل وشاق.
٢ـخذ حماماً دافئاً قبل النوم، فالاستحمام يساعد على خفض درجة حرارة الجسم، مما يؤدي إلى النعاس، بسبب تباطؤ معدل ضربات القلب، والهضم.
٣ـاستنشق النفس، عبر الأنف، لمدة أربع ثوان، واعقد أنفاسك لسبعين ثوان.
٤ـأوقف التحديق في الساعة، حتى إذا كنت بحاجة إلى استخدام المنبه الخاص بك أو الهاتف للتأكد من الوقت.

تناول البيض للوقاية من السكري

إذا كنت تخشى الإصابة بمرض السكري، فبادر إلى تناول البيض بانتظام. هذا ما تنصحك به دراسة حديثة. أجريت الدراسة على أكثر من ألفي شخص، تتراوح أعمارهم بين ٤٠ و٦٠ عاماً وبتحليل عاداتهم الغذائية اتضح أن الذين يتناولون أربع بيضات فقط أسبوعياً تنخفض فرص إصابتهم بمرض السكري من النوع الثاني بنسبة ٧٣٪ مع الأخذ في الاعتبار عوامل النشاط البدني، ومؤشر كتلة الجسم، والتدخين واستهلاك الفاكهة والخضروات. ارجع الباحثون ذلك إلى احتواء البيض على عدد من العناصر الغذائية التي تعمل على تقليل مستوى السكر في الدم.

٥ أساليب لتناول الأفوكادو يومياً

الأفوكادو فاكهة غنية بالعناصر الغذائية، وفيما يلي خمسة أساليب تدفعك لتناولها يومياً:
١ـ يوجد تحت قشرتها أكثر من ١٤ نوعاً من المعادن، غير البروتينات التي تشمل الأحماض الأمينية الأساسية. ٢ـ غنية بالألياف، مما يجعلها تعطي شعوراً بالشبع بسرعة ولمدة أطول.
٣ـ تساعد في تقليل نسبة الدهون بالدم، ومحاربة تراكم الكوليستيرول في الأوعية الدموية، وتقوية صحة القلب. ٤ـ غنية بمضادات الأكسدة التي تحارب الشوارد المضطبة للسرطان. ٥ـ غنية بزيوت "ألي أوميجا-٣" التي تعزز النشاط الذهني، وتساعد على التركيز

آثار التدخين على الصحة

فيما يلي مضار التدخين على المدخنين بمختلف فئاتهم العمرية.

مضار التدخين على النساء، والأمهات والحوامل:

يؤدي إلى زيادة احتمالية الإصابة بأمراض القلب والسرطانات خصوصا سرطان الثدي. يؤدي إلى زيادة احتمالية حدوث الإجهاض وحالات النزف وانزلاق المشيمة والولادة المبكرة وتسمم الحمل.

يؤدي إلى تناقص وزن الجنين.

يحدث تغيراً في نبرة الصوت ويزيد تجاعيد الوجه ويؤثر على نضارة الوجه.

انبعاث رائحة كريهة من الفم والملابس.

يزيد من إمكانية حدوث هشاشة العظام.

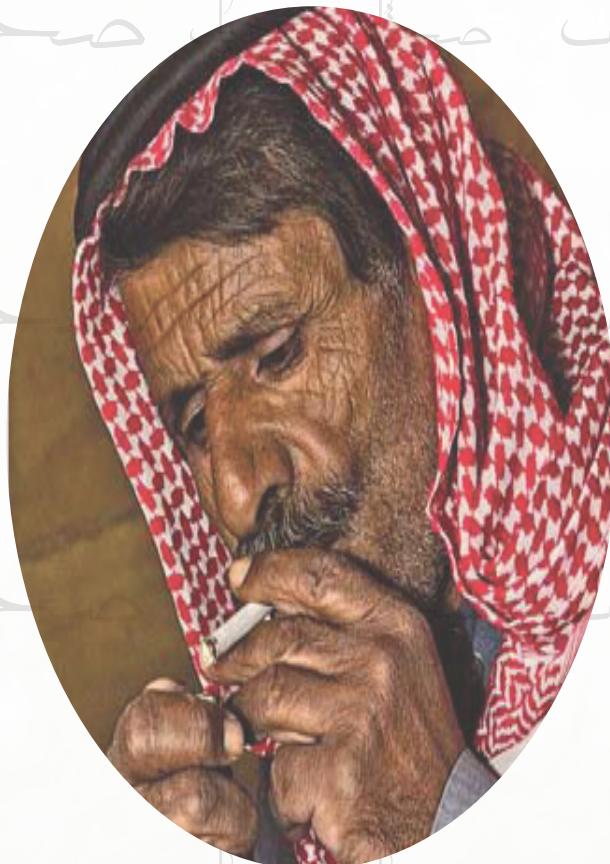
تؤثر على انتظام الدورة الشهرية وعلى خصوبة المرأة.

مضار التدخين على كبار السن:

حدوث سرطانات الفم والرئة والمريء والمعدة. يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين والسكريات القلبية. يزيد من نسبة انتشار التدرين الرئوي عند مستخدمي الشيشة. يؤدي إلى الإصابة بأمراض تنفسية كالتهابات القصبات المزمن والربو والسل وانسداد المجاري التنفسية، علما بأن ٥٧٪ من المصابين بارتفاع الرئة هم من المدخنين. يورث القلق والتوتر والعصبية والشعور بالتعب والإرهاق.

بات التدخين مشكلة عالمية عامة تسبب آثاراً سلبية في شتى المجالات: الصحية والنفسية والاقتصادية والاجتماعية والحضارية ... حيث يقضي هذا الوباء على أكثر من خمسة ملايين إنسان سنوياً، ومهم ما اختلفت أشكال التدخين أو أعمار المدخنين، فإنه يؤثر على أجهزة الجسم المختلفة و يؤدي إلى الإدمان.

يؤدي التدخين إلى الإصابة بالعديد من الأمراض والأرمات الصحية كالسكتة القلبية والجلطة الدماغية وأمراض الجهاز التنفسى والسرطان (سرطان الرئة بشكل خاص) بالإضافة إلى مشاكل صحية أخرى وبالتالي الوفاة المبكرة. وبالإضافة لذلك فإن الأعراض التي تنتج عن الإصابة بأحد الأمراض الناتجة عن التدخين تؤدي إلى زيادة الضغط العصبي والنفسي وبالتالي تؤثر سلباً على نوعية الحياة منذ سن مبكرة.



هو عبارة عن استنشاق دخان التبغ من المدخنين. إذا قررت مواصلة التدخين فإنك تعرض أفراد عائلتك وأصدقائك للإصابة بأنواع متعددة من السرطانات بالإضافة لأمراض القلب والرئة. ويؤثر التدخين أيضا على الأطفال ويعرضهم بشكل أكبر للإصابة بالأمراض مثل تشمع الأذن والربو. والجدير بالذكر هنا أن الأطفال المدخنين هم أكثر عرضة بـ ٣ مرات عنأطفال غير المدخنين لإدمان التدخين في المستقبل.

النَّزِيلُ

إن النَّزِيلَ إِن سَأَلَهُ عَنْ حَالَةٍ لِأَجَابَكَ

بَعْدَ الْحَمْدِ مُتَشَافِلًا فِي فَتُورِ

فَهُوَ الَّذِي كَانَ بِالْأَمْسِ حَرَّ نَفْسَهُ

وَأَضْحَى الْيَوْمَ لِدُنْيَا جَنَاحَهُ مَكْسُورٌ

وَلَوْ تَنَامَ لِسْمَعِهِ دَنَوْ خَبْرُ خَرْوَجِهِ

لَوْجَدَتِهِ بِاسْمِ الشَّغْرِ مُتَهَالِلًا مَسْرُورٌ

فَكُلُّ أَمْرٍ تَشِيدُ دَوَامُ الْعَزِّ وَالنَّعْمَ

وَإِنْ بَارَحْتَهُ وَجَدَتِهِ مُتَنَكِّرًا وَقَتُورٌ

فَتَارَةً تَجِدُهُ وَاجِمًا شَارِدًا مُتَجَهِّمًا

وَأَخْرَى يَدْعُوا إِلَهَهُ مُتَحَسِّرًا مُجْبُورٌ

وَكُمْ نَسِيَ أَنْ أَيْ حَالَ لَا بَدَّ أَنْ يَتَغَيِّرَ

لَوْكَانٌ لَرِبِّهِ حَامِدًا وَشَكُورٌ

فَنَبِيُّ اللَّهِ يُوسُفُ الصَّدِيقُ قَبَعَ فِي السَّجْنِ لِسَبْعَ

وَهُوَ الَّذِي فَاقَ جَمَالَهُ بَدْرُ الْبَدْوِرِ

فَلَلَّهُ حِكْمَةٌ فِي دُخُولِ نَبِيِّهِ

وَرَغْمَ إِطَالَةِ الْأَمْدِ عَلَيْهِ لَمْ يَدْعُوْ فِي ثَبُورِ

لَذِكْرِ إِخْوَتِي لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ الْبَارِيِّ

فَعَلِيهِمْ بِالدُّعَاءِ لَهُ مَذْعُونَ فِي الغَيَابِ وَحْضُورِ

وَأَخْتَمُ قَوْلِي بِالصَّلَاةِ عَلَى مُحَمَّدٍ

الَّذِي فَاقَ حَسْنَهُ يُوسُفَ الْمَذْكُورَ

وَأَدْعُوكَ اللَّهَ رَاغِبًا مُتَرْهِبًا أَنْ يَمْنُ

عَلَيْنَا بِلَطْفِهِ الْكَثِيرِ وَنَحْنُ حَبُورٌ

وَيَتَفَضَّلُ عَلَيْنَا بِكَرْمِهِ فَرْجًا قَرِيبًا

فَالَّلَّهُمَّ مَنْ مُثْقَلًا بِجَرَاهِهِ يَرْغِبُ خَارِجًا بِالْعَبُورِ

سَاحِرُ الْبَابِيِّ

- ❖ التضحية الحقيقية هي أن نتخلى عن الأشياء التي لها قيمة لدينا لصالح الآخر، أشياء لا تهمنـ.
- ❖ اثبت لنفسك قبل الآخرين من تكون ..آمن بنفسك يؤمن بك من حولك.
- ❖ لأول مرة أشعر بأنني وحيد، وبأنني أملك مصيري بيدي. شعور بالفزع انتابي حين شعرت بألا ملجاً إلى ..سواء.
- ❖ في أذني اليمنى صوت الأذان يرتفع، في أذني اليسرى قرع أجراس الكنيسة. في أنفي رائحة بخور المعابد البوذية تستقر. انصرفت عن الأصوات و الرائحة والتفت إلى نبضات قلبي المطمئنة فعرفت أن الله.. هنا.
- ❖ ليس المؤلم ان يكون للإنسان ثمن بخس ولكن الألم كل الألم ان يكون للإنسان ثمن المصدر.
- ❖ كل شيء يحدث بسبب ولسبب
- ❖ السعادة المفرطة كالحزن تماماً . تضيق بها النفس إن لم نشارك بها أحد.
- ❖ الكلمات الطيبة لا تحتاج إلى ترجمة . يكفيك أن تنظر إلى وجه قائلها لفهم مشاعره وإن كان يتحدث بلغة تجهلها .

السميري، تسمى ردينه، وكان له
يقومان القنا بخط هجر، وقد احترز
ابن منظور فقدم لهذا القول بقوله:
«زعموا»، وفي مادة «سمهر»

ينقل ابن منظور عن التهذيب أن سمهرأ
«أمراته ردينه»، وقال مثل ذلك شارح ديوان
الشما خنقاً عن صحاح الجوهرى (مادة
ردن)، شرعاً لقول الشماخ:

رماح رَدِينَةٍ وَبِحَارْلَجْ
غُوازِّرُهَا تَعَادِفُ بِالسَّفَيْنِ
ولكنه قال: «زعموا».

سمهر باعتباره بلداً:

وهو رأى لاجده في الدواوين إلا عند شارح
ديوان الأعشى، شرعاً لقوله:

جَبَهُنَاهُمْ بِالْطَّعْنِ حَتَّى تَوَجَّهُوا
وَهُزُّوا صُدُورَ السَّمْهُرِيِّ الْمُقْوَمِ
قال: «السميري الرمح الصلب منسوب
إلى سمهر زوج ردينه اللذين كانا يثقان
الرماح، أو إلى قرية في الحبشة».

وأغرب من هذا الذي يجعل سمهرأ وردنه
حرفيين من الحبشة، اختلاط الحابل
بالنابل في «معجم البلدان» لياقوت
السميري، حتى لنجد أن منبع النيل في بلاد
الهندي! قال ياقوت في مادة «سمهر»:
«قرأت بخط أبي الفضل بن علي الصولي
المعروف بابن برد الخيار قال: حدثني
سليمان المدائني، قال حدثني الزبير بن
بكار، قال: الرماح السميري نسبة إلى
قرية يقال لها سمهر بالحبشة، قلت أنا:
وحدثني بعض من يوثق به أن هذه القرية
في جزر من النيل يأتي من أرض الهند
على رأس الماء كثير من القنا فيجمعه
أهل هذه القرية ويستوقدون رذاه
ويبيعون جيده، وهو معروف بأرض
الحبشة مشهور».

ونحن نحسب أن هذا الاختلاط مرده إلى أن
أنابيب الرماح أتت بها السفن من الهند
ومن الحبشة، إلى مرفأ الخط بالبحرين، إذ
ثقفت وركبت لها اسنة، وكانت جيدة،
وكانت صلبة وهذا معنى أنها «سميري»

الخطي، يربد سمهرأ، وجراه في ذلك
شارح ديوان عمرو بن كلثوم،
ولم يقل ذلك أبو زيد

القرشي في جمهرته والأنباري في «شرح
القصائد العشر الطوال الجاهليات»
غير أن القرشي يجعل سمهرأ رجلاً
ويجعله من أهل اليمن، في شرحه قول
لبيد بن ربيعة يصف بقرة وحشية:
فَلِحْقَنْ وَاعْتَرَتْ لَهَا مَدْرِيَّةٌ

كَالسَّمْهُرِيَّةِ حَذْهَا وَتَمَافِهَا

قال القرشي: «والسميري الرماح
المنسوبة إلى سمهر وهو رجل كان يقوّم
الرماح باليمن» بخلاف الزوزني الذي اعتبره
رجلاً ولكن من الخط، قال: «والسميري
من الرماح منسوبة إلى سمهر رجل كان
بقرية تسمى خطأ من قرى البحرين، وكان
مثقفاً ماهراً فنسبت إليه الرماح الجيدة»،
وجعله شارح ديوان كعب بن زهير رجلاً
كان يقوّم الرماح أو يبيعها بالخط،
شرعاً لقول كعب

يَعْضُضُهُنَّ عَضِيْضَ الْثَّقَافِ

بِالسَّمْهُرِيَّةِ حَتَّى تَلِينَا

وأشبه ذلك كثير في شروح الشعر
الجاهلي.

سمهر باعتباره زوج ردينه:

ونختصر القول في هذا الباب، ما دمنا قد
ناقشناه في الحلقة السابقة، عند حديثنا
عن ردينه باعتبارها زوج سمهر.

تممة ما اقتبسناه قبل قليل من (كتاب
جواد علي) أن سمهرأ «كان صانعاً يصنع
الرماح، وكانت امرأته ردينه تبيعها»
(جواد علي ينقل عن «الروض الأنف
و«العمدة»).

وفي لسان العرب (مادة: ردن) أن الرمح
الرديني «منسوب إلى امرأة

سمهر

هو شخصية أسطورية عربية تنسب إليه
الرماح السميري، كان رجلاً يقيم في
الخط، وإن ذكر - على ندرة - أنه من
الحبشة أو أنه امرأة، نقرأ ذلك في ما أورده
ياقوت الحموي في «معجم البلدان» وشك
فيه، قال: «وقول من قال أن سمهر اسم
امرأة كانت تقوّم الرماح فإنه كلف من
القول وتخمين».

وسمهر رجل في كتب التاريخ وكتب
اللغة والدواوين الشعرية على السواء؛
ينقل جواد علي - رحمه الله - في كتابه
«المفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام»
أن الرماح العربية المشهورة نوعاً
«عرف بـ (الرمح السميري) والجمع (الرماح
السميري)، ذكرها أنها منسوبة إلى
سمهر، وكان صانعاً يصنع الرماح».

وفي «المخصص»: «أبو عبيد: والسميري
منسوبة إلى سمهر وهو رجل»، وفي
«لسان العرب» لابن منظور (مادة سمهر)
أن الرماح السميري - كما يقال -
«منسوبة إلى سمهر رجل كان يقوّم
الرماح يقال: رمح سمهرى ورمح سمهرة.
التهذيب: الرماح السميري تنسب إلى
رجل اسمه سمهر كان يبيع الرماح بالخط».
وقد مر معنا في الحلقة السابقة قول
عمرو بن كلثوم:

نُطَاعِنُ مَا تَرَأَخَى النَّاسُ عَنَّا
وَنَضْرِبُ بِالسُّبُّيوفِ إِذَا غَشِّيَنَا
بِسْمِرٍ مِنْ قَنَا الْخَطَّيِّ لِدْنِ
ذَوَابِلْ أَوْ بِبِيْضِ يَخْتَلِينَا

والبيتان من معلقتنه، وشارحوها كثيرون
منهم الزوزني الذي قال في «شرح
المعلمات السبع»: «يقول: نطاعنهم
برماح سمر لينة من رماح الرجل

ركن القانون

الناتج:

أولاً: توفير البيئة الصالحة ل التربية الطفل وتنشئته على أسس إسلامية صحيحة وأخلاق فاضلة، ومساواته في المعاملة مع أفراد الأسرة.

ثانياً: عدم نسب الطفل والالتزام بعدم تغيير بياناته الواردة في الوثائق الرسمية.

ثالثاً: توفير كافة الاحتياجات الأساسية للطفل كالأكل والمشرب والمسكن والملبس وغيرها وفق مستوى معيشي ملائم لنموه البدني والعقلي والعاطفي والاجتماعي.

رابعاً: الاستمرار بتوفير التعليم المناسب للطفل من خلال تهيئه البيئة والحاقة بالمؤسسات التعليمية المناسبة.

خامساً: توفير الخدمات الصحية والوقائية والعلاجية وتغذيته بالغذاء الصحي المناسب.

سادساً: توفير الحماية والأمان للطفل وعدم تعريضه لأي نوع من أنواع الإساءة.

سابعاً: عدم تسليم الطفل لأي أسرة أو شخص آخر ولو مؤقتاً دون الرجوع إلى الدائرة.

ثامناً: تربية وتنشئة الطفل على أنه يتيم ويجب إخباره بواقعه الاجتماعي في وقت مناسب بطريقه لا تؤدي مشاعره.

تاسعاً: يتم تزويج الطفل في حال بلوغ سن الزواج بناء على موافقته وحسب القوانين والأنظمة المعمولة بها في الدولة كما ويراعى في حال تزويج البنت تكون بولالية القاضي المختص وبعد الرجوع إلى الدائرة.

عن سهل بن سعد ﷺ، عن النبي ﷺ قال:
(أنا وكافل اليتيم في الجنة هكذا).

وقال بإصبعيه السبابة والوسطى. رواه البخاري

الاحتضان الأسري

الرؤية:

● ضمان تمتع الأطفال فاقدي الرعاية الأسرية بحياة كريمة ومستقرة اجتماعياً ونفسياً.

الرسالة:

● نعمل على تأمين حاضنة بديلة للطفل لضمان تتمتعه بالرعاية الأسرية وفقاً لأفضل الممارسات في مجال الرعاية الاجتماعية.

تعريف الاحتضان الأسري:

● هو إسناد طفل فاقد للرعاية الأسرية إلى أسرة تت肯ل بتربيته ورعايته وتمتعه بكافة حقوقه التعليمية والصحية والنفسية والاجتماعية وفقاً لقرارات اللجنة المختصة بهذا الشأن.

الخدمات المصاحبة للاحتضان الأسري:

● متابعة تأمين حقوق الأطفال المحاضن وأوراقهم الثبوتية
● تأمين العلاج والرعاية الصحية للأطفال المحاضن.

● التنسيق مع المحكمة المختصة لتنظيم العلاقة بين الحاضن والمحاضن.

● التسليم المرحلي للطفل لضمان اندماج سليم.

أهداف الاحتضان الأسري:

● تمكين الأطفال المحروم من الرعاية الاجتماعية بالحياة الكريمة.

● توفير بيئه أسرية صالحة ترعى الطفل اجتماعياً ونفسياً

● إدخال السعادة على الأسر الحاضنة بتربية الأطفال.

● الحد من الانحراف والجريمة في المجتمع.

خدمات ما الاحتضان الأسري:

● عقد اتفاقية الاحتضان الأسري بحيث تشمل توفير أفضل الفرص لنمو الطفل من الناحية الجسدية والعاطفية والأخلاقية والاجتماعية والصحية والفكيرية.

● المتابعة المستمرة للأطفال وتقديم الدعم اللازم للحاضن والمحاضن.

● إعداد برامج ودورات توجيهية للأسر الحاضنة.

النتائج:

● أطفال أصحاء اجتماعياً ونفسياً ومتخطفين واقعهم الاجتماعي.

مقومات وشروط الاحتضان الأسري

ركن القانون حلم الجريمة

وهناك تقسيم آخر للجرائم يلجأ إليه عادة في الإحصائيات الرسمية للجرائم وهو تقسيمها إلى:

- ❖ جرائم ضد الأشخاص
- ❖ جرائم ضد الملكية
- ❖ جرائم ضد الآداب
- ❖ جرائم ضد الإنسانية

ولكن وجد الباحثون أنه من الأفضل تقسيم المجرمين أنفسهم بدلاً من تقسيم الجرائم، لأن كل طائفة من المجرمين لها طريقتها في تنفيذ الجرائم وتم تقسيم المجرمين حسب درجة احترافهم للجريمة إلى أربعة أقسام وهي:

- ❖ مجرمون محترفون
- ❖ مجرمون عرضيون
- ❖ مجرمون عصابيون
- ❖ مجرمون ذهانيون

الوقاية من الجريمة

اهتم كثير من الباحثين ببرامج الوقاية وتنوعت أساليبهم وبرامجهم ومن أشهر هذه الطرق:-

❖ نظرية بنثام : اهتم بنثام بالعمل على الحد من سبل الإغراء والاهتمام بالتربيّة ورفع مستوى الأخلاق وتحسين الظروف الاجتماعية.

❖ طريقة التعميق: حاولت بعض الدول تحقيق العناصر غير المرغوب فيها مثل المجرمين حتى لا تنجي أجساداً مثلها منحرفة.

❖ طريقة تشديد العقوبة: اقترح بعض الباحثين تشديد العقوبة على المجرمين لأنها تؤدي إلى ارتفاع الكثرين، بينما التسامح في العقوبة

النظرية البيولوجية

أحدثت هذه النظرية دوياً كبيراً في عالم الدراسات الإجرامية، فهذه النظرية وضعها العالم الإيطالي لمبروسو في الرابع الأخير من القرن التاسع عشر وبين فيها الطراز الجسمي المميز لمرتكبي الجرائم، كما بين أثر الوراثة في انتقال الإجرام، وقال أن هناك بعض الخصائص التي تميز المجرمين عن غيرهم وأهمها عدم تمايل نصفي الجمجمة، ضخامة الفك السفلي، فطيس الأنف، قلة شعر الذقن، وقلة الحساسية للألم.

سمات المجرمين

الجريمة والوسط الاجتماعي

لللحالة الاجتماعية أهمية كبيرة في إحداث الجريمة بدليل أن السلوك الإجرامي يتزايد عند المطلقين والعازب منه عند المتزوجين، كما أنه يكثر في المدن الصناعية عنه في الأرياف.

الجريمة عند الرجال والنساء

لُوِظَ أن الغالبية العظمى من الجرائم هي للرجال، لأن الظروف الاجتماعية التي تحبط بالرجل كثيرة ما تدفعه إلى اتخاذ مسلك عدواني

تقسيم الجريمة

حاول الباحثون أن يقسموا الجرائم حسب نوع الباعث إليها فقسموها إلى أربع أنواع :

- ❖ جرائم اقتصادية
- ❖ جرائم جنسية
- ❖ جرائم سياسية
- ❖ جرائم الانتقام

الجريمة في القانون هي كل انحراف عن المعايير الجماعية التي تتصف بقدر هائل من الجريمة والنوعية والكلية، ومعنى هذا أنه لا يمكن أن تكون جريمة إلا إذا توافرت فيها القيمة التي تقدّرها الجماعة وتحترمها، وانعزّال حضاري أو ثقافي داخل طائفة من طوائف تلك الجماعة، فلم تعد تقدر تلك القيمة ولا تصبح مهمة لهم، واتجاه عدائي والضغط من جانب أولئك الذين يقدرون تلك القيمة الجمعية، ضد الذين لا يقدرونها.

وتختلف الجريمة عن الجنحة في التصنيف لأنّها بحسبها الجريمة الخطيرة وتكون عقوبتها الحبس لمدة طويلة وربما يستحق مرتكبها عقوبة الإعدام، أما الجنحة فهي جنحة أقل خطورة ، ويكون الحكم على مرتكبها بالسجن لمدة أقصر.

نظريات الجريمة

يوجد العديد من النظريات التي تفسر أسباب حدوث الجرائم ومن هذه النظريات.

نظرية المدرسة الجغرافية

ووهذه النظرية تفسر أسباب الجريمة بأنّها أسباب جغرافية وبيئية لأن المناخ والفصل والحرارة تؤثّر على الأفراد

وهي نظرية تنادي الطبيعة حيث أن الإنسان يقف حاجزاً أمام الطبيعة.

نظرية المدرسة الاقتصادية

تفسر هذه النظرية الجريمة على أنها وليدة الظروف الاقتصادية مثل الفقر والبطالة، وقد أستند أنصار هذه الجريمة على الإحصائيات التي تبيّن كثرة الجرائم أثناء الأزمات الاقتصادية

الزنادقة الانفرادية



وفي صباح أحد الأيام تلقينا خبر وفاة أحد المساجين في أحد العناصر نتيجة سكتة قلبية، ولم يدر بخليه أن المتوفى الشخص الذي يتربّق ساعة الافراج عنه، ولكن صدمت عندما علمت انه هو الذي كان بالأمس يقف معه ويحدثني عن آخر اسبوع له خلف القضبان وبعده سيخرج إلى حيث الحرية، إلى حيث ابنه الذي كان يموت شوقاً لاحتضانه. ها هواليوم يذهب اليهم جثة هامدة لا يستطيع بث أشواقه ولا التعبير عن ندمه حول ما اقترفه في حقهم.

ولكن لا اعتراض على قضاء الله..
”تعددت الأسباب والموت واحد“.



موعد وجبة الطعام حيث كان يفتح علينا الباب لنتسلم وجباتنا ثم نعود مرة أخرى إلى زنازيننا وكنا أنا وصاحبِي نقضي النهار كله بالنوم والليل بتبادل الحديث. حدثني عن نفسه وقال: كنت أعمل في وظيفة مهمة وفي لحظة غصب قتلت رئيسي في العمل جراء مشادة كلامية بيني وبينه وتم الحكم عليّ بـ ١٥ سنة ولم يبق لي غير سنة واحدة وسأخرج بعدها إلى حيث أسرتي، إلى حيث مملكتي الخاصة والتي دمرتها بلحظة غصب سأذهب إلى طفلِي الوحيد الذي كان عمره حينها ٣ سنوات وألان هو في ريعان شبابه.

انتهت رحلتي بعد هذه المحادثة بأيام ورجعت إلى حيث الحبس الجماعي وكان صاحبي لا يزال في زنازته ينتظر الأسبوع حتى ينهي عقوبته ويرجع إلى عنبره أو القسم الذي يتبع له.

مضت الأيام وأنا وصاحبِي نلتقي على فترات محينة وكان في كل مرة يخبرني عن المدة التي تبقيت له وكيف أنه يحس أن الأيام أصبحت بطيئة وكانت أصبهِه وأرفع من معنوياته.

تعتبر الزنازين الانفرادية من أسوأ الأقسام داخل السجون وقد خصصت لحبس المخالفين لأنظمتها ولوائحها الداخلية، وتحتبر محطة ترانزيت أختيرة للمحكومين بالإعدام والذين دنت آجالهم حيث يقضون فيها الساعات الأخيرة من حياتهم ثم يساقون إلى حيث القدر لتنفيذ حكم الإعدام بحقهم، وقد قدر لـ عدد مرات أن أهل ضيفاً على هذا القسم ولمدة تتراوح ما بين الأسبوع والشهر حسب نوع المخالفة، وبخضع لهذا القسم لقوانين صارمة جداً حيث يحبس كل سجين بمفرده ولا يفتح عليه باب الزنزانة إلا للضرورة فقط وحسب مواعيد منتظمة، ويبمنع على المخالف أثناء فترة وجوده الاتصال الهاتفي والزيارة وكذلك الالتقاء مع أي من المساجين الآخرين أي انه يعزل نهائياً عن العالم الخارجي.

وفي إحدى هذه الرحلات تقابلت مع سجين آخر كان يقبع في الزنزانة المجاورة لي وكنا نتبادل الأحاديث فيما بيننا من دون أن يرى أي منا وجه الآخر، وكنا نرى بعضنا فقط عندما يحين

من قصص النزلاء

وكان وقع كلمة القاضي قوياً في أذنه، يشبهه الصاعقة التي جعلته أكثر وعيًا؛ فصحاً من غفلته. فقد كان سبباً في تعب أهله معه، وأضاع مستقبل أخيه بنكاشة وكذبة، وأحرجه مع المجتمع ومع زملائه. والآن يتطلب منه أن يسامحه، وهو نادم على ضياع زوجته الصالحة.

والاليوم ، أتصح كل شخص من داخل هذا السجن بحسن اختيار الصديق، ولو عادت بي الحياة، سأكون مولوداً من جديد، وسأحسن اختيار الصديق.

راصة غضب

يروي السجين (ر.ع) قصة قتله لشخص بريء، فقال: «عندما كنت في سن المراهقة، نشب خلاف بيني وبين أحد الأشخاص، وبسبب إهانته لي وإحساسه بالضعف، قررت الانتقام منه، لأنني شاهدته في قوطها. وذات يوم شاهدته في مكان عام فتشاجرت معه، وبسبب قلة الواقع الديني والتفكك الأسري كنت أحمل مسدساً في جيبي، فأطلقت عليه رصاصات أودت بحياته، وقبض علىّ، وصدر الحكم القضائي في حقي بالقصاص أو التنازل. وأنا أعيش الآن في هذا السجن، وأأمل بالله سبحانه في تنازل أهل الدم، وأخرج لأكمل حياتي إلى الأفضل، فقد تخرجت في الجامعة وأنا في السجن، والآن أحضر حلقات تحفيظ القرآن الكريم».

يتآلم قلبي لما حصل له، وأحسست بالراحة في المنزل، رغم شك الجميع فيّ. وقررت والدتي تزويجي، واختارت لي زوجة صالحة، لعلها تكون السبب في إصلاحي. ولكن إدماني للمخدرات جعلني أسرق ذهبها وأبيعه، فقد كان الحشيش يجعلني دون شعور. وكانت والدتي تحاول دائمًا منعى من الخروج من المنزل من أجل البقاء بحوار زوجتي، ولكنني كنت أدفعها بالقوة حتى أنها في إحدى المرات لحقت بي فدهستها سيارة، وتركتها دون الشعور بالذنب.

تنوعت حكايات وقصص السجناء الذين قادتهم لحظة انفعال إلى القصاص، وتورطوا مع رفقاء السوء في جلسة حشيش وسرقة كل ما خف وزنه وغلا ثمنه. الحكايات اتفقت جميعها على وجة واحدة وهي تعدد رفقاء السوء ولحظة انفعال والتفكك الأسري.

أوضح

أعيش وسط أسرة محافظة ومتكاملة ومتقدمة دراسياً، وفي مراهقتي تعرفت على شخص قادني إلى التدخين، وتصادقنا معاً، وأصبحت علاقتنا قوية، وقدم لي سيجارة الحشيش مجاناً، وعرفني على مروجين، وأنقعني أن الحشيش لا يقود إلى الإدمان، بل لتعديل المزاج، والبعد عن التفكير، وبإمكانك تركه متى أردت.

السجن ١٥ عاماً

ويواصل السجين حكاية فصول سجنه؛ وبعد القبض عليه حُكم عليه بالسجن مدة ١٥ عاماً، للتعاطي والترويج، وتم حجزه في مستشفى الطب النفسي حتى انتهاء العلاج من الإدمان، وبعدها تم نقله إلى السجن، وطلبت زوجته الطلاق، وأمضى مدته في السجن. وحفظ من القرآن سورة كثيرة، وكان ينتظر ما تبقى عليه من السنوات.

حكم جديد بالمؤبد

بعد خروجه من السجن عاد ثانية إليه بالقضية نفسها، بعدما ارتبط برفقاء سوء جدد. وعندما عاد السجين (ع.ح) إلى السجن والمحاكمة، أخبره القاضي أنه سيصدر بحقه حكم المؤبد،

لم أصدق رواية المروج، فالدخول في هذا العالم سهل، ولكن الخروج صعب جداً، حتى تورطت في بحر المخدرات، وكان ثمن النجاة من الغرق هو سرقة لوازم المنزل، وأمتعة أهلي ومجوهراتهم، لأبيعها من أجل الحصول على قطعة حشيش. وعندما اكتشفني أخي الأكبر الذي يعمل في القطاع العسكري، قررت الانقسام منه، فوضعت الحشيش في جيبيه، واتصلت بالشرطة للإبلاغ عنه، فتم القبض عليه والحكم بحبسه وفصله من عمله. ولم

الدين والحياة

دعا

استغفر لله العظيم الذى لا إله إلا هو أتوب إليه، اللهم يا جامع الشتات ويا مخرج النبات ويا محيي العظام الرفات ويا مجيب الدعوات ويا قاضي الحاجات ويا مفرج الكربات ويا سامع الأصوات من فوق سبع سماوات ويا فاتح خزائن الكرامات ويا مالك حوائج جميع المخلوقات ويا من ملأ نوره السموات ويا من احاط بكل شئ علماً وأحصاه عدداً يا عالماً بما مضى وما هو آت.

اسألك اللهم بقدرتك على كل شئ وباستغنانك عن جميع خلقك وبحمدك ومجدك يا إله كل شئ وأسألك اللهم أن تجود على بقضاء حاجتي إنك قادر على كل شئ يا رب العالمين يا عظيماً يرجى لكل عظيم يا عليماً انت بحالنا عليم اللهم أصلاح لنا شأننا بما أصلحت به شأن عبادك الصالحين ولا تكلنا لأنفسنا طرفة عين ولا أقل من ذلك.

اللهم اقض حاجتي ونفس كربتي وما نزل بي من حيرتي (ثم يسمى الحاجة) وصلـ وسلام على سيدنا محمد وسلام على آل الله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً.



أحاديث الرسول الكريم

١. عن عبادة بن الصامت ﷺ يقول: (خمس صلوات كتبهن الله على العباد من أتى بهن لم يضيع منها شيئاً استخفافاً بحقهن كان له عند الله عهد أن يدخله الجنة، ومن لم يأت بهن فليس له عند الله عهد، إن شاء عذبه، وإن شاء غفر له) الترمذى
٢. عن علي ﷺ قال: ((كان رسول الله ﷺ يوقظ أهله في العشر الأواخر ويرفع المئزر)) رواه الترمذى
٣. عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: ((يتقارب الزمان ويقبض العلم وتظهر الفتن ويخلق الشه ويكثر الهرج)) قالوا: وما الهرج قال: ((القتل)) رواه الشيخان

٤. وعن أبي هريرة ﷺ قال: أن النبي ﷺ قال: ((أسعد الناس بشفاعتي يوم القيمة من قال لا إله إلا الله خالصاً من قلبه أو نفسه)) البخاري
٥. عن جابر ﷺ قال: قال رجل: يا رسول الله، عن عبد الله بن عمرو ﷺ قال: أرأيت إن أدى الرجل زكاة ماله؟ فقال رسول الله ﷺ: ((من أدى زكاة ماله ذهب عنه شره)) رواه الطبراني.

٦. عن عبد الله بن عمرو ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: ((من جر ثوبه لم ينظر الله إليه يوم القيمة)) البخاري
٧. عن عبد الرحمن بن سمرة ﷺ قال: قال النبي ﷺ: ((يا عبد الرحمن بن سمرة لا تسأل الإمارة، فإنك إن أعطيتها عن مسألة وكلت

إليها، إن أعطيتها عن غير مسألة أعتنت عليها)) البخاري

٨. عن طارق بن سويد الجعفي ﷺ انه سأله رسول الله ﷺ عن الخمر، فنهاه عنها فقال الجعفي: ((إنما أصنعها للدواء)) فقال ﷺ: ((إنه ليس بدواء، ولكنه داء)) مسلم

٩. عن سعد بن أبي وقاص ، قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من شعادة ابن آدم ثلاث ، ومن شقوة ابن آدم ثلاث ، فمن شعادته: المرأة الصالحة ، والممسك الصالحة ، والمركب الهنيء ، ومن شقوة ابن آدم : المرأة السوء ، والممسك السوء ، والمركب السوء " رواه أحمد

١٠. عن أبي سعيد ﷺ أن النبي ﷺ قال: ((استكثروا من الباقيات الصالحات)) قيل: وما هن يا رسول الله؟ قال: ((التكبير، والتهليل، والتسبيح والحمد لله، ولا حول ولا قوة إلا بالله)) رواه الحاكم والنسائي

١١. قال رسول الله ﷺ : ((من جلس مجلساً فكثر فيه لخطه فقال قبل أن يقوم من مجلسه: سبحانك الله وبحمدك،أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك أثوب إليك، إلا كفر الله ما كان في مجلسه ذلك)) البخاري.

الدين والحياة

المروءة

فمروءة اللسان: حلاوته وطبيبه ولينه.
ومروءة الخلق: سعته وبسطه للحبيب
والبخيس.
ومروءة المال: بذله في الموضع المحمودة
شرعًا وعقولًا وعرفًا.
ومروءة الجاه: بذله للمحتاج إليه.
ومروءة الإحسان: تعجيله وتيسيره، وعدم
رؤيته، وترك المنة به.
وهذه هي مروءة البذل والعطاء، أما
مروءة الترك فتعني ترك الخاص
والمحاتبة، والتغافل عن عثرات الناس.

أهمية المروءة

* قال رسول الله ﷺ (إن الله تعالى كريم يحب معالي الأخلاق ويكره سفسافها) [ابن ماجة]
قيل لسفيyan بن عييّنه "قد استنبط من القرآن كل شيء فأين المروءة في القرآن" قال في قول الله ﷺ (خُذ العَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُزْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ) [الأعراف: ١٩٩] وفيه المروءة وحسن الآداب ومكارم الأخلاق، فجمع صلة القاطعين والعنو عن المؤمنين والرفق بالمؤمنين، صلة الأرحام وتقوى الله في الحال والحرام، الحض على التخلق بالحلم والإعراض عن أهل الظلم والتنزه عن منازعة السفهاء ومساواة الجهلة وغير ذلك من الأفعال الحميدة والأخلاق الرشيدة.
قال ﷺ إنما بعثت لأنتم صالح الأخلاق" احمد قال ﷺ من حسن المرء تركه ما لا يعنيه" مسلم وقال ﷺ : (إذا لم تستح فاصنع ما شئت) أبو داود

مروءة النبي

أرسل رسول الله ﷺ سرية إلى نجد، فأسررت رجلاً، وأتت به إلى المدينة فيسأله عما عنده لعله يسلم، فيجيب الرجل بثبات وإصرار بغير ذلك، فتتجلى مروءة النبي الكريم ﷺ بعدها رأى من ثبات الرجل وتمسكه، فأمر بإطلاق سراحه، فما كان من الرجل إلا أن أسلم لما عاين من هذه الشمائل والصفات للنبي.

عبدالله بن عمر ﷺ المروءة حفظ الرجل نفسه".

٤. حسن التدبير وإتقان الصنعة من المروءة والأخلاق المحمودة لأن الآخر الذي لا يتقن ما يصنعه مذموم عند الناس قال رسول الله ﷺ "إِنَّ اللَّهَ يَحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلاً أَنْ يَتَقَنَّهُ" [البخاري]

٤. حسن الممانعة والكرم في الخصومات فهي من صفات الرجل الحليم ذي المروءة "التابة والإيمان الكامل قال رسول الله ﷺ "مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يَنْفَذَهُ دُعَاهُ اللَّهُ عَلَى رُؤُوسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخْيِرَهُ فِي أَيِّ الْحُورِ شَاءَ" [ابن ماجة].

٥. اجتناب الأمانة التي تشوبها الريبة والفساد والابتعاد.

٦. إصلاح المال والقيام على الممتلكات بالرعاية والاهتمام حتى يكون المسلم عزيزاً رفيعاً لا تذله الحاجة ليريق ماء الوجه من أجلها بالطلب أمام الآخرين ، يقول عبد الله بن عمر ﷺ "نَحْنُ مُعْشِرُ قُرْبَيْشَ نَعْدُ الْعَفَافَ وَإِصْلَاحَ الْمَالِ مِنَ الْمَرْوِعَةِ" .

أنواع المروءة

١. المروءة مع الله تعالى
بالاستحياء منه حق الحياة وألا يقابل إحسانه ونعمته بالإساءة والكفران والجحود والطغيان ، بل يتلزم العبد وأمره ونواهيه ويخاف منه حق الخوف .

٢. المروءة مع النفس
بحملها على ما يحملها ويزينها وترك ما يدنسها ويُشينها فيحرص على تزكيتها وتنقيتها قال تعالى ﷺ (قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَاهَا) [٩] وَقَدْ خَابَ مَنْ ذَسَّاهَا [١] [سورة الشمس]

٣. المروءة مع الخلق
بإيفائهم حقوقهم على اختلاف منازلهم والسعى في قضاء حاجاتهم وبشاشة الوجه لهم ولطافة اللسان معهم وسعة الصدر وسلامة القلب تجاههم .

إذا علمنا أن المروءة هي استعمال كل خلق حسن، واجتناب كل خلق قبيح؛ فإن لكل عضو من الأعضاء مروءة على ما يليق به:

مما لا شك فيه أن الإسلام جاء لنشر كل فضيلة ونبذ كل رذيلة ، ومن أهم ما جاء به الإسلام لتمييز شخصية المسلم عن غيره والأخلاق والأدب والعقائد والآحكام، والمروءة حُلْق جليل وأدب رفيع تميز بها الإنسان عن غيره من المخلوقات وهي خلّة كريمة وحُصْلَة شريفة وصدق في اللسان، واحتمال للعثرات، وبذل للمعروف، وكف للأذى، وكمال في الرجولة، وصيانة للنفس، وطلاقة للوجه والمروءة من خصال الرجاله فمن كانت رجولته كاملة كانت مروءته حاضرة، والمروءة من أخلاق العرب التي يقيسون بها الرجال ويزنون بها العقول .

المروءة هي أدب نفسي تحمل مُراعاتها الإنسان على الوقوف عند محاسن الأخلاق وجميل العادات، وهي كمال الرجولة، واتصاف النفس بصفات الكمال الإنساني التي فارق بها الحيوان البهيم، وهي غلبة العقل على الشهوة، وحد المروءة: استعمال ما يحمل العبد ويزينه، وترك ما يدنسه ويُشينه، سواء تعلق ذلك به وحده، أو تعلق إلى غيره. خلق الله الملائكة عقولاً بلا شهوة، وخلق البهائم شهوة بلا عقول، وخلق ابن آدم وركب فيه العقل والشهوة، فمن غالب عقله شهوته التحق بالملائكة، ومن غابت شهوته عقله التحق بالبهائم.

عوامل تحقيق المروءة

* علو الهمة والتطلع إلى أصحابها.
* شرف النفس واستحفافها ونراحتها.
* اختيار الزوجة الصالحة مما يعين على تحقيق المروءة فهي مع الزوج حرصاً منها على سمعته ومصلحته قال ﷺ "فاظفر بذات الدين تربت يداك" [البخاري]

* مجالسة أهل المروءات ومجانية السفهاء وأهل السوء .

مجالات المروءة

١. رجاحة العقل ورزانته، يقول ابن الخطاب "حسب المرء دينه ، وكرمه تقواه ، ومروءته عقله" .
٢. صون النفس عن كل ما يعييها أمام الخلق ولو كان الأمر حلالاً، يقول

محمد علي كلاي

سحب اللقب

وفي عام ١٩٦٧ في قمة انتصاراته في عالم الملاكمه، والاثنين يسعون للفوز بالبطولة ففريزر استطاع الفوز بلقبه قوية وبهذا الحق بكلاي أولى هزائمه لكن كلاي فاز بالعديد من المباريات بعد ذلك في عام ١٩٧٣ وبعد هزم كين نورتون أقوى ملاكم في الوزن الثقيل في وقتها انطلق لمواجهة فريزر في البطولة مرة أخرى لكن هذه المرة استطاع كلاي الفوز والحصول على لقب البطولة.

المواجهة في الغابة

The Rumble in the Jungle

في واحد من أقوى مباريات في تاريخ الملاكمه استطاع محمد علي كلاي الانتصار على الملاكم القوي جو فورمان في زاير ١٩٧٤ وكانت في غاية لذا سميت بـ"الملاكمه أو مواجهه الغابة". في الواقع لم يتوقع أحد انتصار محمد علي على فورمان بسبب قوهه فورمان والذي استطاع الانتصار على فريزر بنتيجة ساحقة وفي اجمالي الإحصائيات فإنه اوقع به بلقبه واحدة ٦ مرات في ٤ دقائق و ٣ ثانية. لكن وبكتيك مدحش استطاع محمد علي كلاي الانتصار على فورمان والحصول على اللقب وكانت مواجهه الغابة الموضوع الفائز للافلام الثقافية في عام ١٩٩٦ وصنفت المباراه بأنها سابع أعظم لحظه رياضية في التاريخ.

الرصيد الرياضي

رصيد محمد علي ٦٦ مباراه منها ٥٦ انتصارا (٣٧ بالضربيه القاضيه) و ٥ خسارات أولها أمام الملاكم جو فريزر عام ١٩٧١/٣/٨، وثانيها أمام كين نورتون عام ١٩٧٣/٣/٣، وثالثها أمام ليون سبينكيس عام ١٩٧٨/٢/١٥، ورابعها أمام لاري هولمز عام ١٩٨٠/١/٢، وخامسها أمام تريفور برييك عام ١٩٨١/٢/١٢.

مرضه

أصيب محمد علي بمرض الشلل الرعاشي، وأثناء مرضه كان صابراً لأقصى درجة إلى أن توفي بسببه في المستشفى. والجدير بالذكر ان ابنته ليلي محمد على احترفت الملاكمه النسائية مثل والدها.

من أشهر ملاكماته

ملاكمه القرن

The Fight of the Century

في عام ١٩٧٦ سمح لمحمد علي بالملاكمه مرة أخرى للحصول على لقب البطولة ضد جو فريزر الذي صنف بأنه لا يهزمه علي وفريزر تواجهوا في عام ١٩٧٦ في حلبة مديسون وكانت تدعى مواجهه القرن لأن الملاكمين لم يهزموا قبل

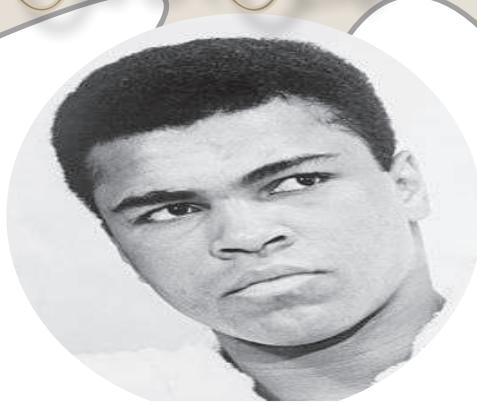
محمد علي كلاي

ملاكم أمريكي ولد في ١٧ يناير ١٩٤٢ لأسرة مسيحية في مدينة لويفيل بولاية كنتاكي، فاز بطولة العالم للوزن الثقيل ثلاث مرات على مدى عشرين عاماً في ١٩٦٤ و ١٩٧٤ و ١٩٧٨، وفي عام ١٩٩٩ توج محمد علي كلاي بلقب "رياضي القرن". وهو صاحب أسرع وأقوى لكمه في العالم حيث تعادل قوتها حوالي ٥٠٠ كيلو غرام اعتزل الملاكمه عام ١٩٨١ وقد كان عمره ٣٩ عاماً. وتوفي في تاريخ ٢٠/٦/١٧ في ولاية كنتاكي

اعتنقه الإسلام

وفي عام ١٩٧٤ استطاع محمد علي إقصاء الملاكم سوني ليستون عن عرش الملاكمه وكان عمره لا يتجاوز ٢٢ عاماً آنذاك، وبعد انتصاره أعلن اعتناق الإسلام عام ١٩٧٥ وتغيير اسمه إلى اسم جديد وهو محمد علي فقط دون اسمه الأخير "كلاي" لأنه كان اسم العبودية المطلق عليه ويعني الطين باللغة الإنجليزية، وكان وراء تلك الدركة المفكر الأمريكي مالكوم إكس وهو كان صديق مقرب وحميم لمحمد علي. لقد اعتنق الإسلام ولم يضع اهتماماً لما سيحدث من انتقاص لشعبته، ولكن شعبته وحب الناس له زادت واكتسحت الآفاق. ويدهب سبب اختيار (محمد علي) الانتقام إلى جماعة أمّة الإسلام إلى إيجاه محمد. فإن إيجاه محمد ولد في جورجيا في عام ١٨٩٨، وبعد ثمان سنوات من استقراره في ديترويت زاره تاجر من الشرق وهو نصف أمريكي ذو أصل أفريقي ونصف أبيض، واستطاع ارن يكون مقبولاً لدى الأمريكيين ذو الأصل الأفريقي في الولايات المتحدة ويصبح قائداً لهم. وعلم فراد إيجاه محمد مبادئ الدين الإسلامي. وهناك قصص وأساطير تروي عن أصل فراد وعن إسلامه، وأنه تلقى إسلامه من رجل أسود في مكة المكرمه اسمه يعقوب. ونخلص إلى أن كلاي بدأ يتعدد سراً على الياجا محمد، ويفضر دروسه الدينية في مطلع السبعينات. واستمر في أعماله الخيرية والدعوية محاولاً تصحيح الصورة الخاطئة التي رسمت في أذهان الغرب عن الإسلام والمسلمين.

نيلوفر ٢٠١٨



الملاكمه، والاثنين يسعون للفوز بالبطولة ففريزر استطاع الفوز بلقبه قوية وبهذا الحق بكلاي أولى هزائمه لكن كلاي فاز بالعديد من المباريات بعد ذلك

في عام ١٩٧٣ وبعد هزم كين نورتون أقوى ملاكم في الوزن الثقيل في وقتها انطلق لمواجهة فريزر في البطولة مرة أخرى لكن هذه المرة استطاع كلاي الفوز والحصول على لقب البطولة.

المواجهة في الغابة

The Rumble in the Jungle

في واحد من أقوى مباريات في تاريخ الملاكمه استطاع محمد علي كلاي الانتصار على الملاكم القوي جو فورمان في زاير ١٩٧٤ وكانت في غاية لذا سميت بـ"الملاكمه أو مواجهه الغابة". في الواقع لم يتوقع أحد انتصار محمد علي على فورمان بسبب قوهه فورمان والذي استطاع الانتصار على فريزر بنتيجة ساحقة وفي اجمالي الإحصائيات فإنه اوقع به بلقبه واحدة ٦ مرات في ٤ دقائق و ٣ ثانية. لكن وبكتيك مدحش استطاع محمد علي كلاي الانتصار على فورمان والحصول على اللقب وكانت مواجهه الغابة الموضوع الفائز للافلام الثقافية في عام ١٩٩٦ وصنفت المباراه بأنها سابع أعظم لحظه رياضية في التاريخ.



الملاكمة

(اليونانيون القدماء كانوا يدعونها "بيجم" أو "بيجاماتشيا") في ٦٨٨ قبل الميلاد، والمشاركون في الألعاب القديمة كانوا يتدرّبون على ضرب الحقائب، كان المقاتلون يبقون أصابعهم محرّرة، يلبسون أشرطة جلدية على أيديهم، وأرساغهم، وأحياناً على أذرعهم، لحمايتهم من الجروح. في روما القديمة، المقاتلون كانوا عادة مجرمين وعبيداً. تمنوا أن يصبحوا أبطالاً وبنالوا حرتيهم. على أية حال، الرجال الأحرار كانوا يقاتلون أيضاً. في النهاية، الملاكمة أصبحت شعبية جداً بحيث حتى الأرستقراطيين بدؤوا بمارسها، ولكنها منعت من قبل الحاكم أوغسطس. في ٥٠.. بعد الميلاد،

التاريخ الحديث

حتى القرن السادس والسابع عشر هناك دلائل أنها كانت تمارس بشكل ضعيف حيث لم تشغل اهتمام الناس في بداية القرن الثامن عشر.. ١٧٣م-١٧٤م قام السيد جمس فيج بتاسيس أول مدرسة أهلية للملاكمة والمصارعة والبارزة بإنجلترا ثم بعد ذلك عاد تلاميذه وطوروا المدرسة بعد ما مات جمس فيج برع تلميذه (جاك بروتون) لاستكمال المشوار الذي بدأ به استاذه جيمس فيج وطور قوانين الملاكمة حتى عام ١٨٦٥ تم وضع ضرورة ارتداء قفازات للملاكمين كما تم تحديد مدة الجولة ٣ دقائق وراحة دقيقة بين كل جولة ووضع ٣ فئات وزنية الخفيف دون ٦ كيلو والوسط دون ٧. كلغ والثقيل ما زاد عن ذلك ، حتى عام ١٨٨٨. تأسس أول اتحاد للملاكمة بإنجلترا وفي ١٨٨١ اقيمت أول بطولة رسمية للملاكمة وهي دورة الألعاب الأولمبية الصيفية الثالث عام ١٩٠٤ ام بسان لويس أمريكا أدخلت الملاكمة ضمن الألعاب الأولمبية

المحترفين والهواة وتنغير أوزان الهواة كما تختلف فئات الوزن للسيدات

لباس رياضة الملاكمة

يرتدى اللاعبون في رياضة الملاكمة أحذية خفيفة خاصة ويلفون أربطة وافية من التبليغ حول قبضاتهم قبل أن يلبسوا فوقها قفازات ضخمة من الجلد محسنة بالاسفننج

وقد حدّدت أوزان القفازات كما يلي: من وزن ٤٩ إلى وزن ٦٤ قفار مقاس .اونص من وزن ٦٩ إلى وزن ٩٤ قفار مقاس ٢٢ اونص

حلبة الملاكمة

تجري لعبة الملاكمة فوق حلبة مربعة الشكل ومحاطة بالحبال وأبعادها من ٤.٣٥ م على الأقل إلى ٦ أمتار لكل جانب وأرضيتها مصنوعة بطبقية من اللباد بسمك ١-٢ سم ومحاطة بقماش من التبليغ وذلك لكسر حدة السقوط فوقها "كتاب الملاكمة الحديثة " للأستاذ الدكتور إسماعيل حامد عثمان - رئيس لجنة الحكام الدولية ورئيس الاتحاد المصري للملاكمة .

تاريخ

ظهرت صور قتال القبضات في منحوتة سومورية في ألف الثالث قبل الميلاد، في حين أن هناك منحوتة مصرية تعود لآلف الثاني قبل الميلاد تصور كل من المقاتلين والمتفرجين، وأقدم دليل يظهر قفازات الملاكمة يعود إلى جزيرة كريت في فترة الحضارة المينونية من ٩٠.. إلى ... قبل الميلاد.

حاكم يوناني يسمى ذيسوس، الذي حكم عام ٩٠.. قبل الميلاد، كان يتسلّى بمشاهدة الرجال الذين يجلسون أمام بعضهم البعض ويضربون بقبضاتهم حتى يقتل أحدهم. مع مرور الوقت، واصل المقاتلون الكفاح على أقدامهم ولبسوا القفازات (ليست مبطنة). قبلت الملاكمة أولاً كرياضة أولمبية

الملاكمة، الملقبة أيضاً "برياضة الملوك" أو "فن النبيل، هي رياضة يهاجم فيها اثنان من الرياضيين ذوي الوزن المماثل بعضهما البعض بقبضاتهم في سلسلة فترات تتراوح من إلى ٣ دقائق تسمى "الجولات". في كل من الانقسامات الأولمبية والمدورة، المقاتلون (الذين يدعون الملاكمين أو المقاتلين) يتقدّمون لكمات خصومهم بينما يحاولون تحقيق لكمات بأنفسهم. النقاط منوحة للضربات الصلبة النظيفة في المنطقة القانونية على جهة جسم الخصم فوق الخصر، والضربات إلى الرأس والجذع يعتبران أثمن. إن الملاكم الحاصل على أكثر النقاط بعد العدد المحدد من الجولات يعلن فائزاً. النصر يمكن أن ينجز أيضاً إذا سقط الخصم وأصبح غير قادر على النهوض قبل أن يحسب الحكم إلى عشرة (وتسمى الضربة القاضية، أو OK) أو إذا الخصم كان مصاباً جداً ولا يمكنه أن يستمر (وتسمى الضربة القاضية التقنية، أو OKT).

الأوزان في الملاكمة

لتحقيق المساواة التامة بين الملاكمين فقد تم تقسيم الملاكمين إلى عشر طبقات حسب أوزانهم وهذه الأوزان هي:

وزن ٤٩ : خفيف الذبابة وزن من ٥٢ : الذبابة وزن من ٥٦ : الديك وزن من ٦٠ : الريشه وزن من ٦٤ : الخفيف وزن من ٦٩ : خفيف الوسط وزن من ٧٥- الوسط وزن من ٨١ - المتوسط وزن من ٩١ : الثقيل وزن من ٩٤ : قوّق الثقيل أيضاً تختلف أوزان الملاكمة ما بين



فاطمة بنت مبارك

طفلها الله ورعاها

لبلطفه اجمل

- الموطنات والخدمات الاجتماعية.
- ٧- رئاسة لجنة تنسيق العمل النسائي في الخليج والجزيرة العربية.
- ٨- رئاسة نادي أبوظبي للسيدات.
- ٩- إنشاء منتظره ومسبح الشريعة للسيدات تابع للاتحاد النسائي العام.
- ١٠- إنشاء شاطئ الراحة للسيدات التابع للاتحاد النسائي العام في أبوظبي.
- ١١- تأسيس صندوق المرأة اللاجئة بالتعاون والتنسيق مع المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين.
- ١٢- تأسيس المركز الثقافي الاجتماعي التابع للاتحاد النسائي العام في مدينة الضباط بأبوظبي.
- ١٣- تأسيس مكتب توظيف الخريجات المواطنات في الاتحاد النسائي العام.
- ١٤- تأسيس مركز المعلومات للتدريب التقني في الاتحاد النسائي العام.
- ١٥- مكتب الرؤية والتواافق الأسري في الاتحاد النسائي العام.
- ١٦- عضو مؤسس لمنظمة المرأة العربية.
- ١٧- تأسيس ورئاسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة.
- ١٨- تأسيس مركز تدريب وتطوير الكوادر النسائية في الاتحاد النسائي العام.
- ١٩- تأسيس ورئاسة مؤسسة التنمية الأسرية رئاسة منظمة المرأة العربية خلال الفترة ما بين (٢٠٠٧ - ٢٠٠٩).

(العرب) من جامعة الدول العربية خلال عام ٢٠١٥ بمنزلة تقدير لدورها الرائد في الاهتمام بالمرأة والطفل والشباب العربي ولعل جائزة سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك للشباب العربي العالمية والأهداف السامية التي تنتطوي عليها، والتفاعل الكبير من شباب العرب معها فمنذ بدايتها تكشف بوضوح عن الرؤية التنموية الشاملة لسموها التي لا تتوقف عند المرأة فحسب وإنما تعتمد على العمل من أجل الاستثمار الأمثل لل Capacities البشرية العربية وتوظيفها في خدمة مجتمعاتها ، من خلال بنائها البناء الصحيح، وإعدادها الإعداد الذي يمكنها من التفاعل الإيجابي والواثق مع العالم، عبر تعليمه كل مواردها وامكاناتها البشرية، سواء تعلق الأمر بالرجل والمرأة أو الشباب أو الطفل، حيث تؤمن سموها بأن المجتمعات التي تريد تحقيق النهضة الحقيقية والمنافسة الجادة في مضمار التقدم العالمي لا يمكنها أن تعطل أي جانب من جوانب قوتها تحت أي ذريعة أو مبرر.

رئاسة الجمعيات

- تولت سمو الشيخة فاطمة تأسيس ورئاسة جمعيات محلية وإقليمية وعالمية عديدة منها:
- ١- تأسيس جمعية نهضة المرأة الطبيعانية، إضافة إلى تأسيس الفروع.
- ٢- تأسيس الاتحاد النسائي العام.
- ٣- تأسيس مركز الصناعات اليدوية والبيئية في الاتحاد النسائي.
- ٤- إنشاء شاطئ السيدات التابع للاتحاد النسائي العام في أبوظبي.
- ٥- رئاسة دار زايد للرعاية الشاملة.
- ٦- تأسيس ورئاسة مكتب سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك لشؤون

يوم الثامن والعشرين من أغسطس من كل عام وهو تاريخ إنشاء الاتحاد النسائي العام عام ١٩٧٥ يوماً للمرأة الإماراتية . وما يميز هذه التجربة الفريدة في مجال العمل النسائي التي أصبحت أحدى أبرز التجارب العالمية. حرصها على المحافظة على أصلالة المجتمع الإماراتي وقيمته الدينية والثقافية، والافتتاح على معطيات العصر وأدواته، وذلك ضمن رؤية استراتيجية متوازنة تراعي خصوصيات الماضي التليد، وتلبى طموحات المستقبل الواعد.

وأن القناعات لا تتجزأ، وأن الطموحات لا تنتهي ، فقد امتدت رؤية سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك إلى تحسين واقع المرأة والن هو سببها ورفع أوجه المعاناة كافة عنها، خارج نطاقها الجغرافي في دولة الإمارات العربية المتحدة، لتشمل المرأة في الدول الخليجية والعربية والإسلامية، وفي دول العالم كلها من خلال كم كبير من المبادرات الإنسانية وتعزيز التعاون العالمي، ودعم القيم الإيجابية المرتبطة بقضايا المرأة والطفل والأسرة بشكل عام، فضلاً عن الاهتمام الاستثنائي الذي توليه سموها لشراحت ضعيفة في المجتمعات، مثل ذوى الاحتياجات الخاصة والم SENIERS، وغيرهم من الفئات التي تدرج ضمن اهتمامات النشاط الإنساني لسموها الطبيعانية، إضافة إلى تأسيس الفروع. ٢- تأسيس الاتحاد النسائي العام. ٣- تأسيس مركز الصناعات اليدوية والبيئية في الاتحاد النسائي. ٤- إنشاء شاطئ السيدات التابع للاتحاد النسائي العام في أبوظبي. ٥- رئاسة دار زايد للرعاية الشاملة. ٦- تأسيس ورئاسة مكتب سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك لشؤون

أم الإمارات

طمومات القائد المؤسس المغفور له بإذن الله تعالى الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه، الذي كان يمتلك قناعة راسخة ورؤى حضارية، وإنسانية عميقة بدور المرأة الإماراتية، مؤمناً بأن هذا الدور هو شرط لازم لتحقيق الطموح في بناء دولة عصرية حديثة، فأسهمت سموها في بدء رحلة المرأة الإماراتية لإرتياز آفاق التطور والتقدير مواكبة إطلاق الحلم الإماراتي الذي غدا مثالاً ومحسداً بكل أبعاده ومعالمه الباهرة. أمام أعين العالم أجمع، وградت تجربة تمكين المرأة في دولة الإمارات نموذجاً متميزاً، ليس على المستوى العربي فقط، وإنما على المستوىين الإقليمي والعالمي أيضاً، وقد عبرت سموها خير تعبر عن موقع المرأة في فكر المغفور له بإذن الله تعالى الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان بقولها: ((لقد كان زايد نعم الابن لخير أم .. كانت بحزمها وحنانها الكبير بشخصيتها وحكمتها مثلاً أعلى في حياتها)).

ولهذا فإن ثقته بالمرأة بلا حدود. وهو يراها نصف المجتمع. ويراهما شريكة ورفيقه جنباً إلى جنب مع الرجل، ولو لا هذه القناعة من رئيس الدولة ما تحقق للمرأة في بلادنا ما تحقق من إنجازات... ولا يختلف اثنان على أن واقع حال المرأة الإماراتية اليوم مختلف جذرياً عن نظيره قبل أربعة عقود من الزمان بأن أحد أبرز مظاهر التنمية والتحضر التي شهدتها دولة الإمارات العربية المتحدة نراه مجسداً في تلك النقلة النوعية الحضارية الرائعة لدور المرأة على المستويات المختلفة، السياسية، والاقتصادية، والاجتماعية، وغيرها، بحيث غدت وزيرة ونائبة في البرلمان وسفيرة وقاضية وصاحبة موقع مميز ومؤثر في كل مجالات العمل الوطني، ولها يومها الوطني الذي يحتفل الإماراتيون به كل عام، حيث قررت سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك أن يكون

العمل النسائي الإماراتي التي تقف وراء كل ما حققه المرأة الإماراتية من إنجازات ونجاحات على طريق التمكين. الشخصية التي تشرف بالكتابة عنها في هذا العدد الأول من مجلة نبض الأمل ويغمر مداد قلمي بخط الكلمات حول إنجازاتها ورؤاها وموافقتها، هي سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيس الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية رئيسة المجلس الأعلى للأمومة والطفولة (أم الإمارات) التي أضافت سمات جديدة إلى محايير الشخصية القيادية المتعارف عليها عالمياً، حيث سيقف عندها الباحثون طويلاً بالبحث والدراسة واستخلاص الدروس والعبر. لقد نالت سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك، أكثر من خمسين وساماً وجائزة وشهادة تقدير، قدمتها سموها جهات محلية وعربية وإسلامية ودولية تتلألأ بها قاعة (الجوهرة) في مقر الاتحاد النسائي العام بأبوظبي. ومع هذا العدد الكبير من الأوسمة والجوائز، فإنني أجزم بأن أكثر التكريمات قرابة إلى قلب سموها، كان حصولها على لقب (أم الإمارات) بإجماع إماراتي منقطع النظير، ولا أبالغ في ذلك، فهذا اللقب ولد بقوه دفع شعبية ذاتية عارمة، متوجاً مسيرة كفاح سموها، من أجل تمكين المرأة ونهضتها ووضعها في مكانها الذي تستحقه في مسيرة كفاح سموها، من تستحقه في مسيرة كفاح سموها، من أجل تمكين المرأة ونهضتها ووضعها في مكانها الذي لا يتوقف عند حدود دولة الإمارات العربية المتحدة، وأما يمتد إلى كل ربوع المعمورة، وإنسانيتها التي تسع كلحتاج إلى دعم أو مساندة، والرمز المضيء الذي تمثله لكل امرأة في العالمين العربي والإسلامي، فهي فخر نساء العرب من دون منازع، وهي التي أعادت الاعتبار إلى صورة المرأة العربية والمسلمة في العالم، بعد أن شوهتها قوى الظلم والتطرف، وأساعات إلى ديننا وحضارتنا وثقافتنا، وهي قبل هذا وذاك رائد

سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك

أم الإمارات هي زوجة المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، وأم سمو ولي عهد أبوظبي الحالي الشيخ محمد بن زايد. من مواليد منطقة الهير في العين في إمارة أبوظبي. تلقب في وسائل الإعلام الرسمية الإماراتية بلقب أم الإمارات.

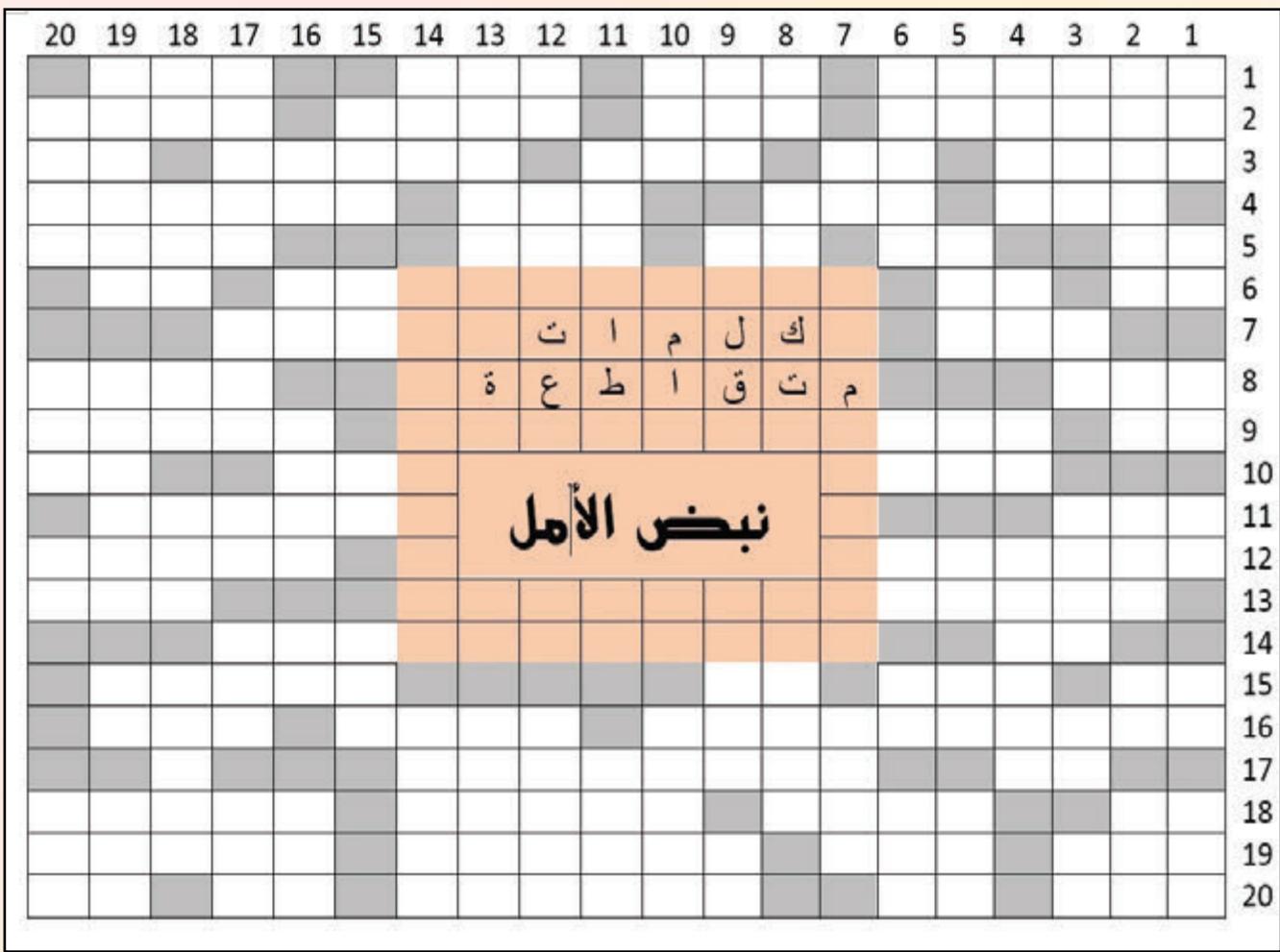
النساء الميمونة

أدت الولادة الميمونة لسمو الشيخة فاطمة بنت مبارك الكتبى ... وهناك حيث الخضراء والهدوء والأصالة عاشت طفولتها في كنف قبيلة (بني كتب) العربية وداخل أسرة بدوية محافظة متدينة. البساطة والأصالة والبدوة العربية العريقة انعكست على حياتها فhusقت سموها بساطة حياة البداوة وقيمهما، وتشكلت شخصيتها وثقافتها. ورفرت السعادة على مدينة العين حين تزوجت سموها المغفور له بإذن الله تعالى من الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه وعندما تقلد الشيخ زايد الحكم في إمارة أبوظبي كانت له نعم الرفيق فانتقلت معه للعيش في مدينة أبوظبي. تفرع الخصن الأخضر وأثمر هذا الزواج الميمون ستة أبناء وابنتين.

أم الإمارات

هي (أم الإمارات)(أم العرب)(أم الإنسانية) جماء، بعطائها الذي لا يتوقف عند حدود دولة الإمارات العربية المتحدة، وإنما يمتد إلى كل ربوع المعمورة، وإنسانيتها التي تسع كلحتاج إلى دعم أو مساندة، والرمز المضيء الذي تمثله لكل امرأة في العالمين العربي والإسلامي، وهي فخر نساء العرب من دون منازع، وهي التي أعادت الاعتبار إلى صورة المرأة العربية والمسلمة في العالم، بعد أن شوهتها قوى الظلم والتطرف، وأساعات إلى ديننا وحضارتنا وثقافتنا، وهي قبل هذا وذاك رائد

تسالي



٧. أحد أبناء نوح عليه السلام_ جهاز لإشعال النار
٨. نعاتب(m)_رُق وضعف(m)
٩. لاستهلال الكلام_ أعلى البناء من الداخل(m)
١٠. طليق (m)_ثلاثي كيد_ هجوم
١١. مدينة فلسطينية تاريخية_ أمنيات(m)
١٢. حضارة يمنية قديمة_ متشابهات
١٣. ضمير متصل(m)_رقم بالإنجليزية_ فعل مضارع من صوت الحصان
١٤. الحيوان المتنشعب القرون (m)_الجزء من الأسبوع (m)
١٥. هيئه_ مرض صدري (m)_طماميننة_ مساندة(m)
١٦. عزائم (m)_غير متعلم_ من المواد الغذائية(m)_حقد_ مضغ
١٧. دولة في منطقة الكاريبي (m)_قطع النفس(m)_مذنب فضائي(m)
١٨. يرغم_ يحوز(m)_مدينة سويسرا_ يعبثون
١٩. جزء من عملة عربية_ أصر صبيان(m)_التآمر
٢٠. أشد عداوة_ للتفسيير_ الاسم الأول لأحد رواة الحديث (m)_قوة وجلد (m)
١٦. الاختلاف_ من أجزاء اليد(m)_ظاهرة طبيعة_ جزيرة إمارانية
١٧. كتاب للإمام الشافعي(m)_متسابهان_ سهد(m)_للتعجب(m)_من أجزاء اليوم(m)
١٨. دولة عربية_ يصر ويلاح(m)_التبذير
١٩. من أجزاء الثوب(m)_مادة صحيفـة_ أعطي فرصة_ أداة لتنظيف الأسنان(m)
٢٠. قبيلة عربية (m)_السائل الحيوي(m)_من فواتح السور(m)_ضمير منفصل
- أفقياً**
- . الإجابة_ سد تاريخي_ من الحواس_ بحر
 - . وجبة رمضانية(m)_تزول مرارته(m)_متبن(m)
 - . ثوب(m)_واسع الصدر(m)
 - . مخلوقات ذهبية_ مدينة مصرية_ عاصمة آسيوية_ يبسط
 - . نكبح ونسكت_ المحب لنفسه(m)
 - . بهتان(m)_للتعريف_ اليوم السابق
 - . تدو وظهور(m)_العزيز النفس(m)
 - . يفتش ويبحث_ يعطف ويرعى (m)
 - . النجاح_ آخر الدواء
 - . حرس ليلاً(m)_أطوال النظر(m)_دماغ_ حاجز(m)
 - . عطب(m)_ركام رملي_ وهج_ تألم بصوت خافت
 - . حرف نصب_ أطراف الأصابع(m)
 - . من العمليات التجارية_ وكالة أبناء خليجية(m)
 - . من أخوات كان جواهر(m)_من المتفجرات(m)
 - . متسابهان_وثاق_ سما وارتفاع
- عمودياً**
- . رائحة طيبة_كشط(m)_ندم_ المادة قبل التصنيع_ متسابهان
 - . هبوط(m)_من الأسماء الخمسة_ للترجي_ محفود بنواصيها الخير(m)_حرف نصب
 - . قيظ (m)_مستأنس_ تكتسي_ نوع زهور_ أداة جزم
 - . منطقة في الشارقة_ الشبكة العنكبوتية(m)_غير مطبوخ_ أكثر نعومة(m)_قادم
 - . الماء المتذدق(m)_خاشع_ أصيل وقديم
 - . الخوف_ الواسع(m)_متسابهان_ مكمـل

تسالي

تطابق الكلمات

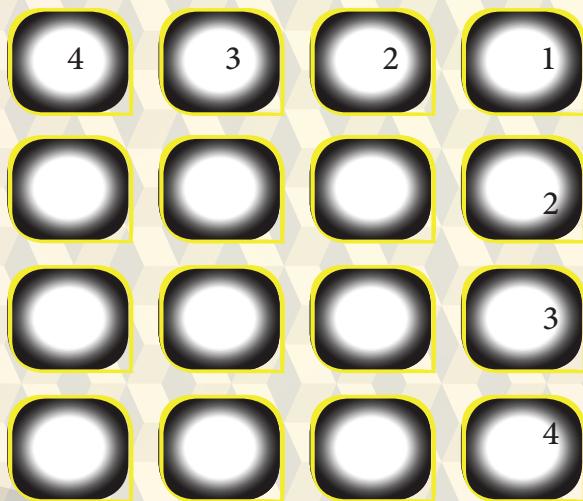
مسابقة العدد

هل تقرأ المجلة بتركيز وانتباه؟
كل عدد ساختار خمس كلمات أو جمل من صفحات
العدد وعليك ان تذكر رقم الصفحة التي وردت فيها..

اسئلة العدد

- ١- أم العرب
- ٢- كنتاكي
- ٣- سهل بن سعد
- ٤- حروف من نور
- ٥- سمهر

قراءة ممتعة وحظ سعيد



اكتب المرادفات ومعاني الكلمات التي تقرأ وتكتب أفقياً عمودياً في الوقت ذاته:-

- ١- من أنهار الجنة.
- ٢- مخبأ السري.
- ٣- غنى فاحش.
- ٤- بارع في الأداء(م).

أسئلة ثقافية

السؤال الأول: من هو (ذو النون)؟

ـ أيوب عليه السلام

ـ يونس عليه السلام

ـ عيسى بن مريم عليه السلام

السؤال الثاني: من هو الذبيح؟

ـ عبد الله بن عبد المطلب

ـ عبد الله بن العباس

ـ عبد الله بن عمر

السؤال الثالث: من أول من يدخل الجنة من المسلمين؟

ـ الشهداء

ـ العلماء

ـ فقراء المهاجرين

سودوكو

تحتوي هذه الشبكة على 9 مربعات كبيرة كل منها مقسم إلى 9 مربعات صغيرة. عليك أن تملأ الخانات بالأرقام اللازمية من ١ إلى ٩، شرط عدم تكرار الرقم أكثر من مرة واحدة في كل مربع كبير، وفي كل خط أفقي أو عمودي.

1	4	5		2				8
	3			5	4		2	
6		2		1			4	3
	9				5			
2	1	8			3		5	6
	5			9	6			1
3			5					1
9		4		6			3	
5			3	9			6	4

HEAT EXHAUSTION

Heat exhaustion occurs due to practicing strenuous physical activities in hot weather and losing large amounts of body fluids and salt through sweating.

Heat exhaustion might occur even if you are not directly exposed to sunlight. It might occur due to staying in shaded areas our outdoors for long periods of time during hot weathers.

SYMPTOMS

- Fatigue and exhaustion
- Thirst
- Leg muscle cramps.

TREATMENT

- Move to a cool place, like a shaded or air-conditioned area.
- Massage the affected muscle
- Drink plenty of water or fluids containing electrolytes, if available
- If the symptoms persist, seek medical attention immediately.

HEAT STROKE

- Heat stroke is medical emergency condition that may occur suddenly. It requires an urgent medical care.
- Heat stroke occurs when you are exposed to hot weather for long periods of time and when your body loses large amount of fluids and salts through sweating without compensation.

RISK FACTORS

- Elderly
- People suffering from diarrhea
- People having chronic diseases as diabetes or kidney diseases
- Obese people

SYMPTOMS

- High body temperature
- Hot, flushed and dry skin
- Headache
- Dizziness
- Muscle cramps
- Unconscious.

Measure Used To Treat Heat Stroke

- Move to a cool place, like a shaded or air-conditioned area and, if possible, raise

the feet above the level of the body.

- Loosen or remove clothing.
- Apply cool water to skin specially to the head, neck and limbs.
- Ventilate the patient by hands or an electric fan
- Take the patient directly to the nearest hospital or medical care center to continue the Treatment measurements

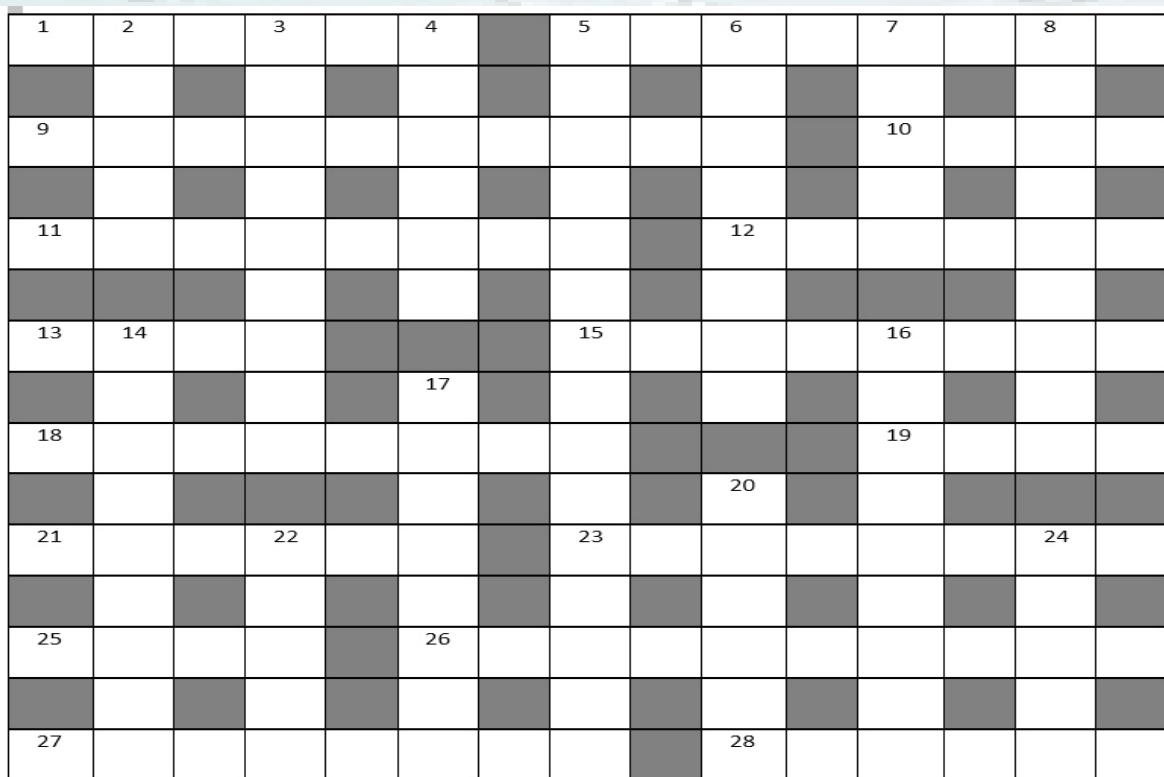
PREVENTION

- Drink plenty of fluids
- Wear loose-fitting, light-weight, bright color clothing
- Wear sun hats
- Avoid staying inside a car for long time during the hot weather
- Avoid practicing strenuous activities in hot humid environments and during the peak hours of the day.

PRECAUTIONS

- If the patient is unconscious, do not give him any fluids by mouth in order to prevent the entry of fluids into the lungs.
- Be aware of the early signs of heat stroke and try to treat immediately.

Crossword



Across

- Daughter by cliff-face rocks writing (6)
 This person in shock, I suspect, is longing to be elsewhere (8)
 Girl gone to find success in a particular field (6, 4)
 Composer showing merit, first to last (4)
 I'm so excited with a bar offering wonderful food (8)
 The distinctive style with which we introduce our newspaper (6)
 Set down passage to be read out (4)
 Coming down to provide illumination (8)
 Maybe ghost getting to storm angrily around flat (8)
 Leave social event that finishers early (4)
 Walked with head invisible being bent (6)
 Relinquished and put into store (4, 4).
 Woman to have a meal sent back (4)
 Impede leaders viewed as idiots (10)
 Asian person seen wandering across enclosure (8)
 Notice someone using a red box? (6)

Down

- Goldfinches' about to come to grief (5)
 Coming to finish see acc run freely, demonstrating staying power (9)
 Vessel has a name inscribed in a foreign language (6)
 Be slightly deranged and need to go up on the roof?
 (Four, one, five, 5)
 Loan gives male good time-nothing right in that (8).
 Set up talks on reducing arms, in short (5)
 Person sending things? Tricks to disregard for the most part (9)
 Lincoln rector originally managed church going in the wrong direction (9)
 Speed is not bad. There less than total enthusiasm (9)
 Worthy archbishop joining bishop in drink (8)
 Get better sort of truck (4-2)
 Monster lurking in filthy drains (5)
 Ram the first thing you see on welsh border (5)

Allah As_Samad

As_Samad:

The self-sufficient master

Verse from the Qur'an

﴿say (O Muhammad): He is Allah, the One. Allah - u□ - □amad (The self-Sufficient Master, Whom all creatures need, He neither eats nor drinks). He begets not, nor was He begotten; and there is none co-equal or comparable unto Him.﴾(Qur'an 112 :) 1-4

Tafseer

Allah (ﷻ) is the One Who is perfect and Self-sufficient, Whom all creatures need. Ibn katheer mentioned:

'Ikrimah reported that Ibn 'Abbas said, "This means the One Who all of the creation depends upon for their needs and their requests." Ali ibn Abe Talhah reported from Ibn 'Abbas, "He is the master Who is perfect in his sovereignty, the most noble who is perfect in nobility, the most magnificent who is perfect in his magnificence, the most forbearing who is perfect in his forbear-

ance, the all-knowing who is perfect in his knowledge, and the most wise who is perfect in his wisdom. He is the one who is perfect in all aspect of nobility and authority. He is Allah, glory be unto him. These attributes are not befitting anyone other than him. He has no coequal and nothing is like him.....As-samad is the master whose control is complete."94

He also mention that: As-samad is the one who does not give birth, nor was he born, because there is nothing that is born except that it will die, and there is nothing that dies except that it leaves behind inheritance, and indeed Allah does not die and he does not leave behind any inheritance."95

Abu Hurayrah (رض) narrated that the Messenger of Allah (ﷻ) related :<< Allah (ﷻ) said I am so self-sufficient that I am in no need of having an associate. Thus he who does an action for someone else's sake as well as mine will

have that action renounced by me to him whom he associated with me. >> (Muslim)

Application

Knowing that Allah (ﷻ) is the self-sufficient master brings awe and humbleness to the hearts of his servants. Their hearts long for the meeting with Allah, the great and self-sufficient one. Their actions are humble toward Allah (ﷻ) in obedience and submission at the recognition of their own weakness and neediness.

Supplication

Narrated Buraydah ibn al-Hasid :<< the Messenger of Allah (ﷻ) heard a man saying: O Allah, I ask you, I bear witness that there is no god but you, the one, self-sufficient master, who has not begotten, and has not been begotten, and to whom no one is equal. He (ﷻ) said: you have supplicated Allah using his Greatest Name, when asked with this name he gives, and when supplicated by this name he an-

swers.>> (A sound hadith recorded by Abu Dawood and at-Tirmidhi)

Supplication to be said at the end of prayer, before the tasleem :<< O Allah I ask you O Allah, I ask you O Allah, as you are the one (Al-ahad), the one (Al-Wahid) the self-sufficient master, the one who begets not nor was he begotten, and there is none like unto him, that you forgive me my sins, for verily you are the forgiving, the most merciful, >> (a sound hadith recorded by Abu Dawood and at-tirmidhi).

The following was narrated by Abdullah ibn khubayb ;<< we grew thirsty and it had become dark while we were waiting for the Messenger of Allah (ﷺ) to lead us in prayer. Then, when he came out he took me by my hand and said; say then he was silent. He said again; say. So I asked; what should I say? He said; say; (say he is Allah the one) (soorat al-ikhlas) and the two chapter of refuge (al-falaq and an-Nas) at the beginning of the evening and the morning, three time (each). They will be sufficient for you two times every day.>> (a reliable hadith recorded by at-Tirmidhi and an-Nasa” I)

Chapter Purification

The Ruling on Pronouncing the Intention with the Tongue

What Is The Ruling On Uttering The Intention For The Prayer And Ablution With The Tongue? Its Ruling Is That It Is A Bid Heresy This Is Because It Was Not Related By The Messenger Of Allah Blessing And Peace Be Upon Him Or From His Companions So It Is Obligatory To Leave It The Place Of The Intention Is The Heart Thus There Is No Need Whatsoever To Utter It With The Tongue .And Allah Is The Source Of Success.

Shaykh Abdul Aziz Ibn Baaz

Ruling Concerning a Toddler Vomiting On Its Mothers Clothes Is It Permissible To Pray Wearing Clothes Upon Which A Suckling Baby Boy Has Vomited?

The Clothes Are To Be Cleaned By Sprinkling Water On The Area That Became Affected. This Ruling Applies As Long As The Boy Is Still In The Breast Feeding Stage And Has Not Started Eating Food Yet. This Is Similar To A Baby Boys Urine The Boy Is Still Under Breast Feeding And Has Not Started Eating Food Yet) That Is Also To Be Washed Away By Sprinkling Water Upon It And Then It Is Permissible To Pray In Those Clothes. It Is Not Permissible To Pray In Them Before Sprinkling Them With Water. And Allah the Exalted Is the Source of Success

Shaykh Abdul Aziz Ibn Baaz

Applying The Henna On The

Head Does Not Nullify A Persons Wudoo So Long As She Has Finished Performing The Wudoo So If She Makes Wudoo While The Henna Is On Her Head Or Something Else Similar Like A Bandage That She Has To Have On, Then It Is Ok To Wipe Over It In The Smaller Purification. As For The Greater Purification Bathing From State Of Janaabah Then She Has To Pour Water Over It Three Times And Wi8ping Is Not Enough This Is Because Of An Sauthentic Narration Recorded By Muslim On The Authority Or Umm Salamahj Amy Allah Be Pleased With Her That She Saisd O Messenger Of Allah I Am A Women Who Has Close-
ly Plaited Hair On My Head Should I Undo It For Taking A Bath Resulting From Sexual Intercourse Or Menstruation? The Messenger of Allah Said No It Is Enough For You To Throew Three Handfuls Of Water On Your Head Making Sure That All The Hair And The Scalp Become Well And Then Pour Water Over Yourself And You Shall Be Purified

How ever If She Undoes The Plaits When Washing From Menstruation It Is Better Due To Other Narrations That Have Been Reported On Thid Issue And Allah Is The Source Of Success

Shayk Abdul Aziz Ibn Baaz

نیض الامل

نعت شریف

حمد باری تعالیٰ

اے کائنات حسن، عرب کے مّ تمام
پہنچے عجم کے ایک گنہگار کا سلام
گونجا ہے چار دانگ فقط آپ ہی کا نام
ورنہ جہان فانی میں حاصل کسے دوام
امت کو یہ شرف بھی ملا آپ کے طفیل
جائے نماز کر دی گئی یہ ذمیں تمام
اس سا کہاں جہاں میں کوئی راز دار غم
جس سے کرے کھجور کا سوکھا تنا کلام
ہم اپنے ہی لہو کے سمندر میں غوطہ زن
اے چارہ سازساز ڈوبنے والوں کا ہاتھ تھام
ان کے لغت میں لفظ، معافی بدل گئے
بدلہ ہے عفو اور معافی ہے انتقام
ان کے لئے تو وقت بھی اللہ قدم چلا
اقصی میں مقتدى تھے نبی اور وہ امام
محشر میں ایک اک سے کہوں گا میں خفر سے
میں نے کہیں ہے نعت کہ علی ہے میرا نام

صداؤں کا غبار بے امام میں ساتھ ہے میرے
خدا اس خاک کے بے درمکاں میں ساتھ ہے میرے
مرا ہمزار ہے وہ خوف کے تاریک لمحوں میں
کڑے موسم میں، سہر بدگماں میں ساتھ ہے میرے
مری بے خواب آنکھوں کی دعائیں سن رہا ہے وہ
مری دہلیز سے لپٹی خزان میں ساتھ ہے میرے
سماعت میں جاگنا ہے تئی خوشبوں کی آوازیں
دھنک لفظوں کے بھریکران میں ساتھ ہے میرے
دکھوں کی زرد شاموں، درد کی تپتی دوپہروں میں
مرے خالق کی رحمت اس جہاں میں ساتھ ہے میرے



اسلامی بھائی چارا

جنت پسند ہے انہوں نے کہا جی ہاں! تو آپ ﷺ نے فرمایا "أَحُبُّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ"، جو تم اپنے لیے پسند کرتے ہو وہی اپنے بھائی کے لیے بھی پسند کرو۔ خود نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا اسوہ حسنہ بھی یہی تھا کہ آپ اپنے لیے جو پسند فرماتے دوسروں کے لیے بھی وہی پسند فرماتے تھے۔ یہ حدیث اسلام کے نہایت اعلیٰ اصولوں میں سے ہے اس پر عمل کیا جائے تو معاشرے سے ہر برائی ختم ہو سکتی ہے آج کے معاشرے میں افراتفری اور ابتری کے اسباب میں ایک بڑا سبب یہ بھی ہے کہ آج ہر شخص اپنے حقوق کا مطالبہ تو کرتا ہے لیکن دوسروں کو ان کے حقوق دینے کے لیے تیار نہیں جو شخص چاہتا ہو کہ لوگ میری عزت کریں اسے چاہیے کہ وہ بھی دوسروں کی عزت کرے اگر یہ دوسروں کو عزت و توفیر کرے گا تو یقیناً دوسرے بھی اس کا احترام کریں گے اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے جب اسلامی معاشرے کی بنیاد رکھی تو یہی اصول سمجھایا اس کی برکت سے معاشرے میں ہر طرف امن ہی امن ہو گیا اور مسلمان اس حد تک ایک دوسرے کا خیال رکھنے لگے کہ جب ہجرت کے بعد مدینہ منورہ میں مسلمانوں کے ما بین سلسلہ مؤاخات قائم کیا گیا تو انصار نے مهاجرین کو اپنی جانبیاد اور مکانات وغیرہ میں بھی شریک کر لیا تاریخ اسلام کا مطالعہ کریں تو ایسے بہت سے واقعات ملتے ہیں کہ امت کے اسلاف دوسروں کی ضرورت پر ترجیح دتے اور مسلمان بھائی کی ضرورت کو پورا کرنے کی خاطراپنی ضرورت اور خواہش کو قربان کر دتے تھے آج کے مسلمانوں میں اس جذبے کا فقدان ہے اکر ہم صحیح طور پر مسلمان بن جائیں اور اس ایمانی تقاضے کو پورا کریں تو معاشرے کی اصلاح ہو سکتی ہے اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس وصف کے اختیار کرنے کی تو فیق سے نوازے۔

الحمد لله ونحمده ونستعين ونستغفره ونؤمن به وننوكل عليه ونوعذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا وأشهد ان لا اله إلا الله وأشهد ان سيدنا محمد عبده ورسوله أما بعد: عن أبي حمزة انس بن مالك رضي الله عنه أن الرسول ﷺ قال: ((لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه)) البخاري رسول الله ﷺ ك خادم ابو حمزه سيدنا انس بن مالك رضي الله عنه سے روایت ہے وہ نبی علیہ السلام سے بیان کرتے ہیں کہ آپ نے فرمایا تم میں سے کوئی شخص اس وقت تک مکمل ایمان دار نہیں ہو سکتا جب تک کہ اپنے مسلمان بھائی کے لیے وہی نہ پسند کرے جو اپنے لیے پسند کرتا ہے،،، قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے قال تعالیٰ: {إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِحْوَةً} الحجرات ۱۰ تمام مسلمان بھائی بھائی ہیں اس کا مطلب یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ابل ایمان کو کلمہ کی بنیاد پر آپس میں بھائی کار دیا ہے۔ لہذا ایمان کا ایک بنیادی تقاضہ ہے کہ ایک مؤمن دوسرے مؤمن کے لیے انتہائی مخلص ہو اور اس کے حق میں ہمدردانہ جذبات رکھے اگر کسی میں یہ وصف مفقود ہوت اس کا ایمان نا مکمل اور ناقص ہے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے مختلف احادیث میں امت کو اسی بات کی طرف توجہ دلائی ہے۔ چنانچہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت ابو هریرۃ رضی اللہ عنہ کو خصوصی ہدایت دتے ہوئے منجملہ دیگر باتوں کے ایک بات یہ بھی ارشاد فرمائی: قال ﷺ ((وَأَحَبُّ لِلنَّاسِ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ، تَكُنْ مُؤْمِنًا)) لترمذی ترجمہ تم جو کچھ اپنے لیے پسند کرتے ہو وہی دوسروں کے لیے بھی پسند کرو تو مسلمان ہو گے۔ نبی علیہ نے بیزید بن اسد سے فرمایا (أَتَحِبُّ الْجَنَّةَ) کیا تمہیں

Business Center

مركز
الكفالا

كافيتريا
مركز الأعماد



جائزة القرآن والسنة
مركز الأعماد



الحلوة المكتبية
مركز الأعماد



ستديو
مركز الأعماد



مركز التعليم المستمر
مركز الأعماد



المكتبة الداخلية
مركز الأعماد



إخوتي النزلاء....

لم أجد بُدًّا من أن أشارككم بعجة بزوج فجر جديد في عمر إبداعاتكم التي تدفقت أولى قطراتها عندما شقت أقلامكم طريقاً أنارت به درباً هو ملذ لبنات أفكاركم ومواهبكم، تطرون به رأيكم وتوصلون به كلمتكم وتقدون به ثقافة وعلوماً ولا تخلون أيضاً بخالص الأهلية لزملائكم حتى يتذبذبوا المهالك.

منذ انطلقت نشرة نبض الأمل لأول مرة قبل عدة سنوات مثلت شعلة منيرة في العلم الإصلاحي فهي الوحيدة على مستوى مؤسسات الدولة التي يقوم النزلاء بكتابتها وتصحيفها واستمرت هذه الشعلة بالاتقاد لتصل إلى مرحلة جديدة خطتها أياديكم المبدعةاليوم ليتم إصدار باكورة إعداد مجلة نبض الأمل التي تحوي العديد من الإضافات المفيدة وبعدة لغات ولتضم بين دفتيها جل إبداعاتكم وتصبح منبراً واسعاً لكم ومنكم.

إخوتي النزلاء....

لقد رسم سيد صاحب السمو رئيس الدولة حفظه الله ورعاه من خلال مبادرة الإمارات تقرأ طريقاً يهدف إلى تكريس حب القراءة لدى الإماراتيين باعتباره نهجاً يؤسس لبناء جيل واعٍ متحمل للمسؤولية ومتثقف قادر على حمل راية الإمارات والإبقاء عليها مرفوعة وخفقة في كبد السماء، وإن المؤسسة ممثلة بقسم الإصلاح والتأهيل تسير بخطى ثابتة في هذا النهج من خلال إطلاق العديد من مبادرات التأهيل المرتكزة على القراءة والتثقيف فتم تطوير المكتبة الداخلية لتصبح مركزاً للتعليم المستمر وتم تزويدها بالمراجع الإلكترونية وتوفير كافة التسهيلات لكم لتخтарوا عبر طريق الإصلاح برقة خير جليس. وفي الختام أرجو أن تسمحوا لي وبكل فخر أنأشكر جميع من ساهم في هذا العمل الإبداعي سواء كان بالكتابة أو التحرير أو التصميم كما أوجه الشكر الخاص لقسم الإصلاح والتأهيل بالمؤسسة على مجدهم العظيم الجبار وعملهم الدؤوب وبارك الله لكم وفيكم جميعاً.



بعلم العقيد / خليفة محمد المري
مدير المؤسسة العقابية
والإصلاحية