

NUKS



الجامعة

توزع مجاناً في الجامعات

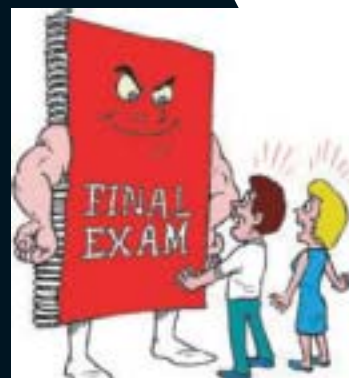
تصدر عن النادي الصحفي JC في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت - العدد 131 - يناير 2008

لجان الطالبات في الاتحاد :
نتفاعل مع القضايا المجتمعية

النادي الصحفي ينظم دورة المقال
الصحفي



**أزمة الاختبارات النهائية في عيون
الطالبة الجامعية**



رزنامة جديدة

نستفتح عددنا مع أوراق جديدة لرزنامة
عامين جديدين
فكل عام هجري وأنتم بخير، وعسى أن
تكون أيام وليالي 1429 هجرية أفراح
وسعادة
وكل عام ميلادي وأنتم صحة وعافية ،
وعسى لحظات وسويغات 2008 ميلادي
تملاً المرح والأمل في حياتكم .

وجاءت مجلة الجامعة في هذه الفترة
ترافق الطالبة وتساندها في فترة
الاختبارات النهائية للفصل الدراسي الأول
لما تتميز هذه الفترة بالحساسية والاهتمام
الخاص من قبل الطلبة ، حيث أن أغلبية
الطلبة قد يمضون فترات متعددة خلال
الأيام الدراسة الجامعية بين انشغالات
وأشطة طلابية والبعض منهم نجدهم في
الكافيهات والمطاعم أو يتمشى في المجمعات،
ولكن عند اقتراب فترة الامتحانات النهائية
نجد الطلبة مجندين للذاكرة ومقيدين بين
كتبهم منتظرين أحسن النتائج وألذ الثمار،
ولكن تبقى هناك الكثير من العواقب
والعراقيل يواجهها الطلبة أثناء تلك الفترة
أو قبلها بقليل وقد تكون هناك أسباب
مختلفة تخلق هذه العقبات ، وجمعنا
آراء الطالبات لنوصلها إلى المسؤولين من
الجامعة حتى نوفر للطلبة البيئة المناسبة
والجو السليم للنجاح والتفوق.

كما أننا في هذا العدد نعرفكم عن قرب
على لجان الطالبات في الاتحاد الوطني
لطلبة الكويت وخططهم للفصل الدراسي
المقبل، ودور كل لجنة من اللجان في خدمة
الطلبة ، كما لديهم أجندة ممتلئة بالأنشطة
والفعاليات الخاصة بالطالبات ستكون
مفاجأة هذا العام بإذن الله

قراءنا الكرام ...

نتمنى لكم إجازة ربيعية ممتعة بعد اجتياز
فترة الاختبارات بتفوق ، آملي أن نلتقاكم في
الفصل الدراسي الجديد ونحن بانتظاركم
والشوق يملؤنا ، لنقضي معا الفصل
الدراسي الثاني حافلا بالانجازات ، فمعكم
نلتقي لكي نرتقي

14

äĖŇdĖĠ ħÉ÷ äĠQĖJR



32

**±óij ...fªJ ...0Ėf "ĥõĠ"
äĠòĠ ħj/fĠJ ¤Ė**



60

øµdh .. ÚLhõĠ ÚĤ Iò"Ġd °Ġf



. مديرة التحرير **سمية الميمني**

. رئيسة التحرير **علياء الدهيم**

الممثل الاعلاني



تلفون: 2422840 - 9703579

فاكس: 2407697 - 9708834

Email: mlegrand59@hotmail.com



Dubai Media City: Thuraya Tower 2, 6th floor - office: 18

Tel: 00971 4 4280672 Fax: 00971 4 3908861

Mobile: 00971 50 6401314

P.O.Box: 500717 Dubai UAE

e-mail: info@mediaelementsme.com

الطباعة:

4Films

Tel: (965) 482 3873 - 482 0150 - 484 5639

نسرين العقيلي - أسماء الميمني

رهام الشاهين - نوف المبارك

هبة الضاوي - طيبة الاستاد

مي الحميان - آسية محمد

حياة الثياقوت - مها العتيبي

سارة المرزوق - إيلاف الريش

خالدة الخرينج

للمراسلات

تليفاكس: 4839462

أو على البريد الإلكتروني:

Email: aljame3iya@nuksq8.com

أو على موقع المجلة:

www.jc.nashiri.net

تصدر الجامعة عن النادي الصحافي JC في الاتحاد
الوطني لطلبة الكويت .

الآراء والمقالات المنشورة لا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة

الإخراج والإعداد الفني

شركة هدية تك للتجارة العامة

Hadiya Tech General Trading

Tel: (965) 571 62 62-Fax: +965 57 38 38 1

«HÓ£dG ÉjÉ† ãdch zhPûdG áÜbÉæY ájQGO£G fãdG á«c ó«ªd IQÉJR ' äÉÑdÉ£dG zÉ÷ äGf°†Y

كتبت أسماء الميمني :



شاكرين إدارة الجامعة والمسؤولين على تعاونهم الدائم مع الاتحاد متمنية أن تلاقي تلك الزيارات محل اهتمامهم .

قامت عضوات لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة جامعة الكويت بزيارة لعميد كلية العلوم الإدارية د.راشد العجمي وذلك لتوثيق أواصر التواصل مع إدارة الكلية ولبحث شؤون طلبة العلوم الإدارية، كما بحثن في مواضيع عدة تمس طالب الإدارية، منها تسجيل مواد الـ by force والتي تتم بطريقة فوضوية وعشوائية بداية كل فصل دراسي، كما تم بحث موضوع توفير خدمة الإختبارات للمواد الدراسية ، حيث رحب د.العجمي بلجان الطالبات وأبدى تعاونه متجاوبا مع كافة الاقتراحات التي قدمتها لجان الطالبات والتي تصب في مصلحة طلبة العلوم الإدارية .

وأكدت لجان الطالبات أن مثل تلك الزيارات المتكررة للكليات ومقابلة المسؤولين هي من أهم مهامنا لما فيها من تواصل مع مختلف الإدارات ومناقشة الأوضاع والقضايا الطلابية مع محاولة جادة لتذليل كافة العقبات التي تواجه طلبة جامعة الكويت وتيسير مسيرتهم الجامعية .

«HÓ£dG ج.ÉÜYch ÉjÉ† ãdG áÜbÉæY á«eÉ÷G IQGO£G™e øªàLG OÉ— ' ÉH äÉÑdÉ£dG zÉ÷

كتبت طيبة الأستاذ :

الوطني لطلبة الكويت فاطمة المير عن شكرها و امتنانها لمدير جامعة الكويت د. عبدالله الفهيد على استضافته الكريمة وسعة صدره وحرصه على تذليل العقبات التي تواجه الطلبة خلال مسيرتهم الجامعية .

و أكدت بأن الاتحاد الوطني لطلبة الكويت حريص جدا على إيصال مشاكل وهموم الطلبة إلى الإدارة الجامعية و تحقيق المطالب الطلابية ، لهذا فان باب الاتحاد مفتوح لأي اقتراح أو استفسار و نحن نقوم بدورنا كممثل شرعي لطلبة جامعة الكويت للعمل على تحقيقه .

التقت لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع الجامعة — بمدير جامعة الكويت د. عبدالله الفهيد و عميد الشؤون الطلابية د. فايز الكندري و عميدة القبول و التسجيل د. شفيقة العوضي ، وتم من خلال هذه اللقاءات مناقشة العديد من القضايا الطلابية من أهمها اقتراح الفصلين الصيفيين و زيادة عدد مواد الإعادة و حل مشكلة الشعب المغلقة ، حيث عرض الاتحاد الوطني لطلبة الكويت خطته لهذا العام التي لاقت تجاوبا واضحا من قبل الإدارة الجامعية .

ومن جانب آخر حرصت لجان الطالبات على تسليط الضوء على أبرز المشاكل التي تعاني منها الطالبات كونهن يمثلن الشريحة الكبرى في الجامعة و من أهم تلك القضايا هي إجازة الوضع و الحضانة الجامعية . و من جانبها أعربت مسؤولة لجنة العلاقات العامة و الإعلام في الاتحاد

أعلن النادي الصحفي JC في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع الجامعة عن تشكيل الهيئة الإدارية للعام الجامعي ٢٠٠٧ - ٢٠٠٨ والتي جاءت بتعيين عبد الحميد المضاحكة المشرف العام وأسماء الميمني رئيسة النادي وسلمان الكندري نائب الرئيس وعبد الله الكندري أمين السر وسلمى منير مسئولة البرامج والأنشطة .



سلمى منير



أسماء الميمني



سلمان الكندري



عبد الحميد المضاحكة

أبرز الجهات وبرعاية شخصيات إعلامية مرموقة ، كما تشمل الخطة على مشاركة النادي في المعارض الاعلامية والطلابية .

تعاون

ومن جانب آخر أكدت مسؤولية البرامج والأنشطة سلمى منير أن النادي الصحفي JC حريص على التعاون مع مختلف الصحف اليومية والأسبوعية والمجلات الشهرية لتأهيل الطاقات الشبابية وممارسة العمل في الميدان الصحفي تحت مظلة JC لتطبيق عمليا ما يتم تعليمه وتلقيه في الدورات النظرية ، كما أن النادي الصحفي على استعداد لفتح باب التعاون مع مختلف الجمعيات والروابط والأندية الطلابية في الجامعات الخاصة لإقامة الأنشطة داخل الجامعة .

إصدارات

ودعت منير طلاب وطالبات كافة الجامعات بالمشاركة في إصدارات النادي الصحفي وهي مجلة الجامعية الخاصة بالطالبات ومجلة الاتحاد التي تصدر من الهيئة التنفيذية بإشراف النادي الصحفي ، حيث نرحب بمقالات الطلبة من مختلف الكليات موضحا أن المجلات من الطلبة وإليهم ، وتهتم بشؤونهم الطلابية وقضاياهم الأكاديمية ، كما نستقبل الاقتراحات التي تساعد على تطوير جودة العمل الطلابي .

وبهذا الصدد أوضحت أسماء الميمني رئيسة النادي الصحفي أهداف النادي والتي تتمثل في فتح آفاق العمل الصحفي والإعلامي وصقل مهارات الطلبة الصحفية والإعلامية ، بالإضافة إلى نشر الوعي الاعلامي بما يحقق المصلحة الطلابية وإبراز أعمال الحركة الطلابية الكويتية في مختلف وسائل الإعلام ، كما يعمل النادي الصحفي على توطيد العلاقات بين الطلبة والمؤسسات الاعلامية ويقوم على تنظيم مختلف الدورات الصحفية وإقامة العديد من الندوات والحلقات النقاشية والمشاركة بجميع المعارض الاعلامية التي تقام في الكويت .

الهدف

وبهذا الصدد أوضحت أسماء الميمني رئيسة النادي الصحفي أهداف النادي والتي تتمثل في فتح آفاق العمل الصحفي والإعلامي وصقل مهارات الطلبة الصحفية والإعلامية ، بالإضافة إلى نشر الوعي الاعلامي بما يحقق المصلحة الطلابية وإبراز أعمال الحركة الطلابية الكويتية في مختلف وسائل الإعلام ، كما يعمل النادي الصحفي على توطيد العلاقات بين الطلبة والمؤسسات الاعلامية ويقوم على تنظيم مختلف الدورات الصحفية وإقامة العديد من الندوات والحلقات النقاشية والمشاركة بجميع المعارض الاعلامية التي تقام في الكويت .

خطة

وأعلنت الميمني عن خطة النادي الصحفي للعام الجامعي الحالي والتي تتضمن على برامج وأنشطة متنوعة أهمها سلسلة الدورات الصحفية التي ينظمها النادي سنويا منها دورة المهارات الصحفية ، المقال الصحفي ، العلاقات العامة ، التصوير الفوتوغرافي ، رسم كاريكاتير ، والصحافة الالكترونية والتي ستقام مع بداية الفصل الدراسي الثاني و بالتعاون مع

»e0'SEÜ0C i óàæe™e çhÉ©àdÉH ' Éë'ÜdG ...OÉædG É j a¶æj ...QÉ÷G 23 »Øë'ÜdG لُقْÏG ' á«ÑjQÓJ lQhO

كتبت أسماء الميمني :



محمد المليضي

، ونوهت بحصول المجتازين من الدورة على شهادة اجتياز الدورة من النادي الصحافي والكاآب المليضي علما بأن التسجيل في الدورة عبر الموقع: www.nashiri.net/ja-maal أو بإرسال الاسم برسالة قصيرة إلى الرقم: 6592091 وسيتم حجز المقعد برسوم رمزية عبارة عن 5 د.ك تشمل الغداء من رويال موفينييك متمنية الاستفادة للجميع .

مسابقات

وأشارت سلمى إلى فعاليات ملتقى الجمال والأدب والذي يحتوي على مسابقات متنوعة وجوائز قيمة منها مسابقة المعلومات العامة في الشعر - مسابقة أفضل لوحة شعرية - مسابقة أفضل قصيدة إنشادية بالإضافة إلى معرض فني عن الشاعر أبي الطيب المتنبى لوحات وملحات شعرية ودورة فن إلقاء الشعر (مع الشاعر والمنشد منذر السرميني) ودورة أسرار التفكير السليم (مع د. أحمد البراء الأميري) ولزيد من المعلومات بإمكانكم التواصل عبر البريد الإلكتروني Jamaal@nashiri.net أو عبر المواقع الإلكترونية التالية www.wasatiaonline.net adab@wasatiaonline.net

ينظم النادي الصحافي JC في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت بالتعاون مع منتدى الأدب الإسلامي التابع للمركز العالمي للوسطية دورة تدريبية في المقال الصحفي يقدمها الكاآب في جريدة السياسة محمد المليضي وذلك في 23 من الشهر الجاري في قاعة المناسبات بحولي .

هدف

وبهذا الصدد أوضحت سلمى منير مسئؤلة البرامج والأنشطة الهدف من إقامة الدورة وهو التشجيع على الكتابة والتعبير عما يجول في خاطر من أفكار وترجمتها على الورق ، وإبراز المهارات الكتابية بتشيط الذكرة في طرح مختلف القضايا المجتمعية ومناقشتها بأسلوب جذاب مبينة أن الدورة تأتي ضمن فعاليات ملتقى الجمال والأدب الذي ينظمه منتدى الأدب الإسلامي في الفترة من 21-23/1/2007 .

محاور

تشمل الدورة محاور مختلفة منها تعاريف متنوعة للمقال والذي يعد تعبير الكاآب عن قناعاته وأفكاره ومعتقداته وتسويقها للناس ، و الفرق بين المقالة والبحث أو الدراسة التي تشر في الصحف ، تداخل الأهداف في مقال واحد ، كيف تكتب مقالا ، فنية المقال ، أمراض الكتابة الصحافية مع شرح مفصل عن كل نقطة وربطه بمواقف وأحداث يومية واقعية ، كما سيتم التطرق إلى عناصر قوة المقال وضعفه مدعما ذلك بأمثلة من مقالات مختلفة

دعوة

ودعت سلمى جميع طلبة الجامعات والمعاهد والثانوية إلى المشاركة في الدورة والاستفادة من طرح المحاضر وخبراته في مجال الكتابة ، مؤكدة أن الدورة مفيدة لكل من يرغب بتطوير هواية الكتابة لديه وصقل مهاراته

zÜÑ'T Éj °µd { QÉ©'T â-™HGôdG »ØbfgD لُقْÏG ' âcQÉ'T áÑ£dG OÉ-G ' äÉÑdÉ£dG لُقْÏG

والذي جاء لخلق شراكة بين الأمانة العامة للأوقاف والشباب من خلال نتائج المناقشة والمبادرات المطروحة وللاستفادة من أفكار الشباب والتعرف على طموحاتهم وآمالهم بشأن مشروع التنمية في المجتمع، ودفع عجلته . حيث شاركت لجان الطالبات في مناقشة حول التنمية ودور الشباب في تنمية المجتمع وأهميتهم وتأثيرهم على المجتمع ، كما أشاروا إلى العمل الطلابي وأثره على المجتمع من خلال العمال التي يقوم بها الطلبة داخل جامعة الكويت وإظهار الاتحاد الوطني كأحد أبرز الأمثلة الناجحة لصورة الشباب الكويتي موضحين أهم العقبات التي تواجههم في المسيرة الطلابية والتي تحد من التنمية أهمها قلة الدعم المادي مما يحدد تنفيذ الأفكار ويجعلها حبيسة الأدرج .

كما تم عرض انجازات الاتحاد الوطني لطلبة الكويت التي خدمت المجتمع الكويتي والعالم الإسلامي في كافة المجالات .



شاركت لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة جامعة الكويت، بالندوة الحوارية ((الشباب ..آمال وتطلعات مستقبلية)) وذلك مع د.طارق السويديان، وأ.بثينة إبراهيم، والتي وقعت ضمن فعاليات الملتقى الوقفي الرابع المقام بواسطة الأمانة العامة للأوقاف، تحت شعار ' لكم يا شباب'،

20

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩

٢٠٠٩



البطاقة الشخصية

نهى حسن الإبراهيم .

٢٢ سنة

طالبة بالسنة الرابعة في كلية العلوم الإدارية

عضوة في المجلس الاستشاري في مركز اللمسة الإنسانية للفتيات

كتبت رهام الشاهين:

"حب العمل والاستفادة وإفادة الغير والسعي وراء هدف كبير هو الدافع الأساسي لتحقيق النجاح"، بهذه الكلمات بينت عضوة مركز اللمسة الإنسانية نهى الإبراهيم سبب استمرارها في العمل التطوعي، في سلسلة لقاءات (الجامعية) مع شخصيات متميزة من أحد مراكز الفتيات كان اللقاء التالي حول (اللمسة الإنسانية) وتجربة إحدى عضواتها:

ما هو الهدف من إنشاء المركز؟

للمركز أهداف كثيرة وعديدة أهمها صقل شخصية قيادية لدى الفتاة الكويتية وصقل المواهب الفردية للعضوات واحتواء الطاقات الفعالة للفتيات من عمر ١٤ عاما فما فوق، وتدريب العضوات نظريا وعمليا، وإقامة وإدارة برامج وأنشطة ثقافية واجتماعية هادفة للفتيات على مدار العام وتطبيق وترسيخ معاني اللمسة الإنسانية مع العضوات كمنهج حياة وذلك وفقا الضوابط الشرعية والأخلاق العامة التي يتمتع بها مجتمعنا الكويتي المحافظ، وتعزيز الروح الوطنية وتصحيح مفاهيم خاطئة بطريقة راقية وممتعة.

من الفتيات في الربع الأخير من العام ١٩٩٨ على عمل شيء مفيد ومسل يشغل وقت الفراغ بصورة إيجابية، فبدأن بنادي قراءة بسيط وبعض الأنشطة الثقافية والترفيهية التي لا تتعدى الأعضاء المؤسسين في ذلك الوقت وبعض الضيوف، ثم كبرت الفكرة وبدأت بالتوسع وزادت معها مهارات وخبرات وقدرات العضوات التي أهلتهم للقيام بعمل برامج وأنشطة جماهيرية حتى تعم الفائدة على الجميع، والآن على مدار العام يقيم المركز نشاطا داخليا لتدريب العضوات ويشمل الجانب النظري في الدورات المتخصصة والجانب العملي من خلال العروض التقديمية والاختبارات العملية من خلال إقامة الأنشطة والمخيمات.

في البداية هل لك أن تعطينا نبذة عن مركز اللمسة الإنسانية؟

مركز اللمسة الإنسانية هو مركز تطوعي تم إنشاؤه بأيادي فتيات كويتيات ويقدم خدماته التدريبية القيادية للفتيات من عمر ١٢ وحتى ٢٢ عاما ويهتم بقضايا المجتمع وخاصة القضايا المتعلقة بحياة الفتاة الكويتية حيث يهتم برصد ظواهرها وأثرها وتأثيرها ويطرح بدائل واقعية لها وذلك من خلال الأنشطة والبرامج والمخيمات الربيعية، وهو المركز الأول في الكويت الذي يدار بالكامل من قبل الفتيات، بإشراف طاقم من المشرفات.

متى وكيف كانت بداية المركز؟

كانت بداية المركز عندما قررت مجموعة

بسيطة ولكن طاقات كبيرة كانت تحاول تقديم الأفضل دائماً، كانت تلك المجموعة تحاول تثقيف نفسها من خلال القراءة والمطالعة وإعداد دورات تدريبية والاستعانة بمختصين لتقديم دورات لهم وكذلك المشاركة في أغلب الفعاليات الثقافية التي تقام في الكويت، ثم حاولت تطبيق ما تعلمت من خلال البرامج التي أقيمت مع بداية ظهور اللمسة، وهنا دخل مركز اللمسة الإنسانية مرحلة جديدة من تاريخه وهي تقديم برامج مجتمعية بالتعاون مع جهات مختلفة مثل المشروع الوطني لمكافحة المخدرات (غراس) وجمعية المعلمين الكويتية والنادي العلمي الكويتي، وفي هذه السنة دخل مركز اللمسة الإنسانية مرحلة جديدة بعد حصوله على ترخيص عمل خاص.

هل لك أن تحدثنا عن بعض البرامج التي أقامها المركز؟

أقام المركز عدة مخيمات ربيعية وهي المخيم الترفيهي (ممتع بكافة الأشكال والألوان) عام ٢٠٠١، والمخيم الوطني) متمتع في مناطق محظورة) الذي تضمن أول دورة أمنية للفتيات بمشاركة ٢٥٠ فتاة، ومخيم (عشرة عمر) الاجتماعي الذي تناول موضوع الصداقة وتضمن أول ورش عمل استطلاعية في مجمع تجاري بمشاركة ٣٠٠ فتاة، ومخيم (بريسم) عن الجمال و (تكنوبنت) الذي ناقش، كما أقام المركز العديد من الأنشطة الأخرى.

هل لك أن تحدثنا ببعض من التفصيل عن آخر أنشطة المركز؟

آخر نشاطاً قام به المركز هو المخيم الربيعي الأخير "غنية و أحب الهدية" الذي تناول موضوع الثقافة المالية وكيف يمكن للفتاة أن تدير مصروفها الشخصي بشكل اقتصادي واع وذلك من خلال عدة ندوات وورش عمل كان أولها الحلقة النقاشية المفتوحة بين جيل الآباء وجيل الحالي وكيف أن لكل منهما وجه نظر مختلفة عن الموضوع، فجيل الآباء يرى كثير من التبذير والصرف

لماذا تم اختيار اسم " اللمسة الإنسانية" ؟

كل حرف من كلمة (Human Touch) - المرادف الإنجليزي لاسم "اللمسة الإنسانية" - يرمز إلى قيمة أساسية داخل المركز وخارجه، قيمة وخلق وسلوك في حياة كل إنسان مهما كان منصبه وعمره ووظيفته وطبيعة حياته، والأحرف ترمز للتالي:

نستمع إليه H Hear him

نفهمه و نفقهه مشاعره

Understand his feelings U

M Motivate him نحفزه

A Appreciate his efforts ننصحه

نمده بالإخبار N News him

نعلمه T Train him

نوسع مداركه O Open his eyes

نفهم تفرد U Understand his uniqueness

نصل به C Contact him

نقدره ونكرمه H Honor him

فلو تصورنا أن كل هذه الصفات والمهارات والقدرات تجسدت وتأسلت في كل فتاة مسلمة عربية وكويتية لكوناً شخصيات قيادية قوية قادرة على صنع تأثير إيجابي حولها وحول محيطها وعلى التواصل مع الذات ومع الآخر بكل حرية وصراحة وتفهم وعلى اتخاذ القرارات الصحيحة بكل ثقة وفي كل مجالات الحياة تقريباً، وهذا باختصار ما يسعى المركز لزرعه في عضواته ومشاركاته.

ما التغيرات التي مر بها المركز منذ إنشائه

وحتى الآن ؟

الأساس ثابت فالأهداف لم تتغير ولكن تغيرت التجارب التي مر بها مركز اللمسة الإنسانية فجعلته يتعرف على مواضع القوة ويطورها ومواضع الضعف ويغيرها، وكما أسلفت فقد بدأ العمل على يد مجموعة من الفتيات اللاتي أردن العمل من أجل خدمة أنفسهن أولاً ثم خدمة المجتمع فبدأ بتجمع عضوات بنادي أسبوعي خاص فيه الترفيه و الفائدة و المتعة والإفادة، ثم قامت هذه المجموعة بإقامة برامج بسيطة تخدم فيها نفسها والمجتمع، مدتها يوم واحد ولا يتعدى جمهورها الخمسين ضيفة، وبإمكانات



ما خططكن المستقبلية ؟

التوسع في البرامج أكثر وأكثر وإقامة أنشطة أكثر على مدار العام، أما في المستقبل القريب فالمركز يعتزم إقامة مخيمه السنوي في نهاية يناير ٢٠٠٨ وهناك مفاجآت كثيرة بانتظار الفتيات ونرجو منهن انتظار إعلاميتنا في الصحف اليومية إن شاء الله.

ما هو الموقف الذي مررت به في عملك بالمركز

و لن تنسيه أبداً ؟

مواقف كثيرة تلك التي تحصل لك خلال عملك في مجال غرس قيم جديدة وتغيير قناعات للأفضل، ونحن في المركز بعد نهاية كل يوم من أيام برامجنا نجتمع كفريق ونروي لبعضنا البعض الأحداث التي مرت على كل واحدة منا وقد تستمر هذه الأحاديث لساعات دون ملل، وشخصياً أثرت فيني كثيراً كلمة ألقته إحدى المشاركات في الحفل الختامي لأحد أنشطتنا و أعطتني فكرة عن حجم التغيير الذي أحدثه بالآخرين فكان ذلك دافع قوي لي للعمل أكثر وبجد أكبر.

كلمه توجهينها للفتيات حول العمل

التطوعي ؟

عندما تتعين أيام و تسهرين ليالي كثيرة لعمل نشاط مفيد للغير وترين بعد ذلك أثر هذا العمل تغمرك سعادة تتسبك التعب كله وتتمنين لو تعيدين ذلك مراراً وتكراراً، و من خلال مجلة الجامعة أدعو كل فتاة للانخراط في أي عمل تطوعي تراه مناسباً لها وليولها واهتماماتها، ومن تجرب العمل التطوعي لا تستطيع أن تبتعد عنه ولو انتقلت من مكان إلى آخر ومن مجال إلى آخر.

كلمه أخيرة

شكراً لكم لمقابلتكم هذه، وأشكركم على تسليط الضوء على المراكز الشبابية، ونتمنى لكل الجامعيات التوفيق والنجاح ونقول لهن: انتظرن مفاجآت اللمسة الإنسانية لعام ٢٠٠٨.

أما دموع المشاركات في كل حفل ختام لبرنامج نقيمه فهي أكبر دليل على نجاح المركز في إيصال أهدافه.

ما المشاكل التي تواجهكن خلال عملكن

بالمركز ؟

كانت مشكلة الإشهار أكبر مشكلة أما الآن و بعد أن نلنا الترخيص بحمد الله فأكبر المشكلات هي عدم وجود مقر ثابت للمركز وكذلك مشكلة الدعم الإعلامي والدعم المالي لأنشطة المركز.

ما الذي يدفعكن للاستمرار رغم وجود تلك

المشاكل ؟

طعم النجاح جميل جداً وطعم النجاح الصعب أجمل بكثير، وحب العمل والاستفادة وإفادة الغير والسعي وراء هدف كبير هو الدافع الأساسي لتحقيق النجاح.

ما الذي استفدته من العمل التطوعي في

المركز ؟

أشياء كثيرة فتواجدي في المركز أثربشخصيتي بشكل كبير وساعدني على معرفة نفسي وتطوير ذاتي، كما أن العمل التطوعي ونشر الخير يشعر الإنسان بالسعادة ويريه كيف أن الله ييسر له أمور حياته كلها ببركة زرع الطيب في كل حين .

كيف يمكنك التوفيق بين العمل التطوعي

وبقية التزاماتك واجباتك ؟

بحمد الله يبارك الله في وقت الخير، وهناك وقت لعمل كل شيء وكل ما علينا هو تنظيم وقتنا، وهذا من الأشياء الرئيسية التي تعلمناها بالمركز، وكذلك من خلال إعطاء كل شيء حقه.

غير المنطقي في الوقت الذي يرى فيه الأبناء أن ذلك ضرورة من ضروريات الحياة و مطلب أساسي لمواكبه المجتمع، وقد كان الحوار بضيافة برنامج (سيرة وانفتحت)، كما احتوى المخيم على ورشة عبارة عن يوم تسوق عائلي قسمت فيه الفتيات المشاركات إلى مجموعات صغيرة تمثل كل منها عائلة معينة لها هدف عليها تحقيقه، وتلا ذلك ورشة عمل عن تدبير المال وكيف أن التسوق اليومي لحاجات بسيطة يمكن أن يكون مصدر استنزاف كبير للمصروف الشخصي.

من الملاحظ أن مسئوليات المركز من الشابات

فكيف اكتسبن الخبرات اللازمة لإدارة المركز و

الإشراف على الفتيات ؟

صحيح إن المركز يعمل بإدارة "فتياتية" ١٠٠ % لكن لا ننكر دور المشرفات على المركز فهن عصب أساسي للمركز ودورهن مهم، أما بالنسبة للخبرات فقد اكتسبناها من خلال الدورات من المتخصصين، ولا ننسى طبعاً الأخذ بنصائح ذوي الخبرة و التجربة وكذلك نقل الخبرات من جيل إلى جيل داخل المركز فأنا مثلاً لا أعتبر من جيل المؤسسين في مركز اللمسة الإنسانية ولكن تعاملتي الدائم معهن واحتكاكي المباشر بهن نقل لي الكثير من التجارب والخبرات وكذلك الحال بالنسبة لجميع عضوات المركز .

هل لك أن تحدثينا عن البرنامج التلفزيوني

الذي أعدته وقدمته فتيات المركز ؟

كانت تلك تجرب في غاية الروعة فقد قامت الفتيات بإعداد وتقديم برنامج حوار هادف وراق على قناة (سمارت واي) الفضائية ناقش قضايا تهتم الفتاة الكويتية خاصة والعربية بصورة عامة، وكانت أصداء البرنامج الذي أسميناه (اللمسة الإنسانية) تيمنا بالمركز مثيرة للغاية، فقد كانت تصلنا آلاف من الرسائل الإلكترونية المشيدة بالبرنامج من دول عربية مختلفة.

كيف كانت ردة فعل الفتيات وأولياء أمورهن

تجاه ما تقدمن ؟

لا أبالغ عندما أقول إن أولياء الأمور ينبهرون بما تقدمه عضوات المركز من خبرات للآخرين، فالمشاركات يتأثرون ويلمسن تغييراً إيجابياً على سلوكياتهم، وبعد كل نشاط تصلنا العشرات من رسائل الشكر والعرفان ونسمع قصص التغيير الكبير في مفاهيم الفتيات،



«الجامعة» ، «الطلاب» ، «الجامعة» ، «الجامعة»

لجان الطالبات في الاتحاد :

«الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة»



حاورتهن طيبة الأستاذ :

لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت .. كثيرا ما نرى إعلانات عن برامجهن التي ينظمونها ، أو لوحات إعلانية توضح ما أنجزته ، وجدنا لهن بصمة لا يستهان بأثرها على مر السنين .. والآن حان الوقت للتعرف عليهن عن كثب ، من هن ؟ وما هي اللجان التي يمسكن زمام أمورها ، ما هي أهداف هذه اللجان ومهامها وطبيعة العمل بها وماذا حققت ؟ كيف يتواصلن مع الطالبات ؟ وما جديدهن والصعوبات التي تواجههن .. كل هذا وغيره ستجدونه في لقاء (الجامعية) بهن .. وفيما يلي نصه :

ما هي آلية تواصلكم مع المستجيدات ؟
إن الطالبة الجامعية المستجدة تحظى باهتمام بالغ وكبير من الاتحاد الوطني لطلبة الكويت؛ لهذا تم إفراد لجنة خاصة تعتني بشؤون الطلبة المستجدين ورعايتهم حتى يستطيعوا إكمال مسيرتهم الجامعية بنجاح .
إن تواصلنا مع المستجيدات يتم بشكل أساسي عن طريق رابطة المستجدين (NCC) التي تكون متواجدة بجميع الفعاليات الخاصة بالمستجدين ، بالإضافة إلي التواجد في الشويخ في أيام تقديم طلبات الالتحاق للجامعة أو التسجيل لامتحان القدرات ، والتواجد كذلك في كیفان و الخالدية أيام امتحان القدرات مع إقامة البرامج والأنشطة التي من شأنها إعداد الطالب المستجد للحياة الجامعية والإجابة عن جميع التساؤلات التي تجول بخاطرهن لتفادي جميع العقبات التي

ما هو هدفكم لهذا العام النقابي ؟
لقد وضعنا في هذا العام النقابي أجندة كانت على رأسها العديد من الأهداف التي ننشدها ، ومنها الحصول على مكاسب طلابية جديدة ، الصعود الإعلامي كأفراد و كعمل ، اتخاذ مواقف تجاه القضايا الطلابية الموجودة في الساحة ، زيادة الوعي النقابي للمجتمع الجامعي ، تطوير قدرات و مهارات الطلبة و الطالبات ، كما نسعى بأن يكون للاتحاد دور جاد تجاه جميع ما يطرح و يتداول في المجتمع الكويتي و الإسلامي و العالمي .

التقينا برئيسة لجان الطالبات علياء الدهيم وسألناها :

كم لجنة للطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت- فرع الجامعة ؟
عدد لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت هو (٤) لجان ، وهم اللجنة الطلابية مسئولتها حنان الطبيخ ، لجنة البرامج والأنشطة ومسئولتها حصة العصفور، اللجنة الثقافية ومسئولتها وفاء الجاسم ، لجنة العلاقات العامة والاعلام ومسئولتها فاطمة المير .

«الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة»

«الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة» ، «الجامعة»

: (áÉûfGh èèGÈdG áæ÷) QfØ°üödg á°üM

(2 á@eÉ÷G °,) GfÑbôJ .. »°VÉjôdg Öfé÷ÉH °àifh ájGf;dGh á°SGQódG ÜH ¿RGff

الطالب الجامعي على الصعيد الأكاديمي وتلبية كافة احتياجات طلبة الجامعة من العمل على حل المشاكل التي تواجه وتعيق طلبة جامعة الكويت ، والسعي إلى تحقيق أكبر عدد من المكتسبات الطلابية .

وما هي المهام التي تختص بها اللجنة الطلابية؟

أهم المهام التي تختص بها اللجنة الطلابية هو حل أكبر عدد من المشاكل التي تواجه طلبة جامعة الكويت ، والعمل على حلها بشكل جذري مثل مشكلة (الباي فورس ، الشعب المغلقة) ، والتحرك على تحقيق مكتسبات تخدم الطالب الجامعي في مسيرته الدراسية ، بالإضافة إلى العمل على إبراز المواهب والإبداعات وتبنيها واستغلالها لخدمة جامعة الكويت للمساهمة في بناء الجيل القادم على خير وجه .

وماذا عن الأنشطة التي تود اللجنة الطلابية تنظيمها ؟

تود تنظيم معرض الكتروني للاختبارات ، وقريبا ، ووضع حضانة جامعية في جامعة الكويت لأبناء الطالبات الأمهات . هناك طلبة يواجهون عقبات أكاديمية (كالتعثر الدراسي ، الإنذارات ، حالات الفصل ، الحرمان من تقديم الاختبارات) .. فما دور لجننتكم في حل المشاكل ؟ تسعى اللجنة الطلابية في لجان الطالبات بالاتحاد الوطني لطلبة الكويت مع الطالب لحل المشاكل الطلابية ، وباب اللجنة مفتوح لمثل هذه المشاكل وتحقيق هدفنا الأمل والأخير وهو السعي لمصلحة الطالب الجامعي .

أما عن تفاصيل لجنة البرامج والأنشطة التقينا بمسئولة اللجنة حصة العصفور :

: (áÉûfGh èèGÈdG áæ÷) ÖYg á°WÉa

á°Mh ¿ÉÉd Èh Î pd 'G °bfYg Ghô¶àfg

»°üödg «á°üàd (ábÓÉfg)

حدثينا عن كتيب (تواصل) ؟

هو كتيب سيصدر قريبا بإذن الله يضم الخطط الإستراتيجية للاتحاد الوطني لطلبة الكويت فرع الجامعة لهذا العام النقابي من أنشطة وبرامج وتحركات طلابية خاصة بلجان الطالبات .



كيف وجدتم تفاعل الإدارة

الجامعية مع متطلبات لجان الطالبات ؟
الاتحاد الوطني لطلبة الكويت يلاقى تجاوبا واضحا ولله الحمد من قبل الإدارة الجامعية ، وهذا ما لمسناه واضحا خلال اجتماعنا مع مدير جامعة الكويت د. عبدالله الفهد وعميد الشؤون الطلابية د. فايز الكندري و عميدة القبول والتسجيل د. شفيقة العوضي ، حيث تم مناقشة العديد من القضايا الطلابية من أهمها إلغاء رسوم التسجيل واقتراح الفصلين الصيفيين مع تسليط الضوء على أبرز المشاكل التي تعاني منها الطالبات كونهن يمثلن الشريحة الكبرى في الجامعة ، ومن أهم تلك القضايا هي إجازة الوضع والحضانة الجامعية ، وبالمقابل كان هناك تفاعل ايجابي مما يدل على حرص الإدارة الجامعية على تذليل العقبات التي تواجه الطلبة خلال مسيرتهم الجامعية .

ما هي المشاكل والعقبات التي واجهتكم ؟
العمل في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت عمل مؤسسي مبني على خطط مدروسة وواضحة يتم وضعها من قبل فريق عمل متكامل يمتلك خبرة واسعة بالعمل النقابي ، فمع وضوح الرؤية و الهدف يسهل تخطي العقبات و إن كان هناك مشكلات فهي لا تذكر .

وعن اللجنة الطلابية التقينا بالمسئولة حنان الطيخ :

ما هي أهداف اللجنة الطلابية ؟
تهدف اللجنة الطلابية إلى الارتقاء بمستوى

يمكن أن تواجهه خلال مسيرته الدراسية .

وماذا عن التواصل مع الطالبات المستمرات ؟

لجان الطالبات على تواصل دائم مع الطالبات المستمرات عن طريق الموقع الالكتروني للجان الطالبات والمقر الخاص بلجان الطالبات في كلية الآداب ، بالإضافة إلى أرقام الهواتف والبريد الالكتروني الخاص بعضوات لجان الطالبات .

ما هو دور لجان الطالبات في أنشطة المجتمع خارج أسوار الجامعة ؟

لجان الطالبات تتفاعل مع قضايا المجتمع الخارجي ، ودورها يظهر في إبراز رأي شريحة طالبات جامعة الكويت اللاتي يمثلن لجان الطالبات بالاتحاد الوطني لطلبة الكويت .

ما هو الجديد الذي تودون إضافته للطالبات في هذا العام النقابي ؟

اعتاد الطلبة و الطالبات في جامعة الكويت أن يقدم لهم اتحادهم الجديد دائما ، سواء على الصعيد الطلابي الذي يتمثل بالتحركات الحالية بخصوص إلغاء رسوم التسجيل وغيرها من المشاريع التي ستساهم في الحد من مشكلات تسجيل المواد الدراسية منها معرض الامتحانات و المواد الالكترونية ، أو على الصعيد الأكاديمي مثل إقامة العديد من الفعاليات والدورات التدريبية والمسابقات الثقافية التي تسهم في تطوير قدرات ومهارات الطالب الجامعي ودعمه في حياته الأكاديمية .

: (á«HÓÉdG á«é«dG) ĩ«ÑÉdG ĞÉ«M

.. äÉjeG äÉÑÉÉ«dG á«@é÷G áfé«†«Gh äGQÉÑàNÓd Êh Ĩµd 'G ÇVô©Yg ÇfÑbôJ

إيماننا منا بأهمية الإعلام و دوره الفعال في خدمة المجتمع .

وكيف نتواصل لجننتكم مع المؤسسات الإعلامية المختلفة ؟

إن للإعلام تأثير فعال على المجتمع ، و من خلاله يتم توصيل صوت الطالب الجامعي ، فالتواصل مع المؤسسات الإعلامية مهم جداً ، لهذا فإن لجنة العلاقات العامة و الإعلام تتفاعل دائماً مع الوسائل الإعلامية المختلفة من خلال نشر التصاريح و الإعلان عن آخر التحركات الطلابية و الأنشطة المختلفة .

حديثنا عن موقع لجان الطالبات ، وعلى ماذا يحتوي ؟

في موقع لجان الطالبات سوف يتم وضع أخبار اللجان أول بأول ، وأيضا من خلاله يتم التواصل مع الطالبات ، و به العديد من الخدمات كحساب المعدل و معلومات جامعية .. وغيرها من الأمور التي تفيد الطالبة الجامعية .

ولماذا لم نجده يحظى بصيت بين الطالبات ؟
الموقع لم يفتح بشكل رسمي بعد ، ولم تتوفر وتكتمل فيه المعلومات الكافية ، وعندما يكتمل الموقع سنعلن عنه .

كونها تشارك في اللجان الأخرى خاصة لجنة البرامج و الأنشطة ، فهي وإن كانت لها أنشطة خاصة بها ، إلا أنها تشكل أهمية ملحة للجان الأخرى كما ذكرت ، وهو ما يعطيها توسعاً من حيث التنوع في العمل و طبيعته .

وماذا عن أبرز أنشطتكم في اللجنة ؟

ستكون هناك دورات تدريبية تحت شعار (تحب نفسك .. طورها) بالتعاون مع الأكاديمية العالمية للاتزان البشري في شهر ديسمبر ، والمشاركة في الفعاليات المشتركة كبرنامج ثقفا و مؤتمر وطن واحد ، بالإضافة إلى إقامة محاضرات متنوعة .

وأخيراً كان لنا لقاء مع مسئولة لجنة العلاقات العامة والإعلام فاطمة المير فأسألناها :

ما هي أهداف و مهام لجنة العلاقات العامة والإعلام ؟

تهدف لجنة العلاقات العامة والإعلام في الاتحاد الوطني لطالبة الكويت لإبراز دور لجان الطالبات في الاتحاد الوطني لطالبة الكويت ، التواصل مع وسائل الإعلام المختلفة ، التواصل و التفاعل مع طالبات الكليات في جامعة الكويت ، وإبراز الطاقات الإعلامية الموجودة في جامعة الكويت .

حديثنا عن أبرز الأنشطة التي تقوم لجننتكم بتنظيمها ؟

هناك العديد من البرامج و الأنشطة اللجنية بصدد القيام بها ، ومنها الموقع الإلكتروني ؛ فبما إننا نحن في عصر السرعة والمعلوماتية كان لا بد للجان الطالبات أن تواكب هذا التطور من خلال تدشين موقعها الإلكتروني الذي نعزم افتتاحه رسمياً في

هذه السنة النقابية ، كما أننا بصدد القيام بحملة انطلاقة ، وهي حملة لتشجيع الطلبة و الطالبات على التحصيل العلمي والجد والاجتهاد ورفع الهمة للوصول إلى الأهداف و تحقيقها ، كما نتحرك في هذا العام النقابي على عمل إذاعة تنبثق من جامعة الكويت؛ وذلك

ما هي أهداف لجنة البرامج والأنشطة ؟

عمل لجنة البرامج و الأنشطة يفيد الطالب من جميع النواحي الثقافية و الاجتماعية والدينية و العملية ، كما نعمل من خلال هذه اللجنة على كسر الروتين المعتاد للدراسة ببرامج تلطف الجو الدراسي ولا تخل بالعملية التعليمية في إطار أكاديمي .

وماذا عن مهام لجننتكم ؟

نحن في لجنة البرامج و الأنشطة وضعنا نصب أعيننا أهمية الموازنة في الحياة الجامعية من دراسة و ممارسة الهوايات ، فمن أهدافنا لهذه السنة أن نهتم بالجانب الرياضي للطلبة و تنمية و إبراز المواهب الرياضية للطلبة و الطالبات ، كما أن لنا تعاون مع الجمعيات والروابط لدعم برامجهم .

حديثنا عن البرامج التي ستقيمها لجنة البرامج والأنشطة في هذا العام النقابي ؟

في هذه السنة إن شاء الله تضافرت جهود أغلب اللجان في الاتحاد ، و قمنا بمشروع عبارة عن سلسلة أسابيع تحكي مواضيع متنوعة في جوانب صحية و ثقافية و دينية ، كما أننا في صدد إعادة برنامج (نجم الجامعة) و ذلك للنجاح و الصدى الطيب الذي حصده البرنامج في العام السابق بالوسط الجامعي .

والتقينا بالطالبة وفاء الجاسم مسئولة اللجنة الثقافية :

ما هي أهداف اللجنة الثقافية ؟

يسير عمل اللجنة الثقافية واضعاً نصب عينيه عدة أهداف وهي غرس المفاهيم النقابية في نفوس طلبة الجامعة و الاهتمام بالوعي النقابي لديهم ، العمل على إيصال المفاهيم الحضارية و القيم الثقافية عن طريق وسائل مختلفة ، التوعية بأهمية الثقافة بالنسبة للطالب الجامعي ، والاهتمام بالجانب التطويري و التدريبي للطالب الجامعي .

وما هي المهام التي تختص اللجنة بالقيام بها ؟

تعتبر اللجنة الثقافية لجنة مهمة للغاية

: (á«aÉä«dG á«é«dG) °°SÉ÷G AÉ«h

á«HÉä«dG °°gÉØYg ÇSôZ µY ÇUôëf

.äÉÑÉÉ«dG 'Éä«dG »YfdÉH É«àg ' Gh



أزمة الاختبارات النهائية في عيون الطالبات الجامعيات



فايزة العنزي



نوف ثابت المهنا



شيماء الكندري



سلمى عرب



عايشة العبدالله

أجرت التحقيق : أسماء الميمني

رجفة ، خوف ، قلق ، أرق ، اكتئاب ، بكاء وغيرها من الحالات تسببها أحيانا ورقة الامتحان والتي لها تأثير خاص على قلب الطالب أو الطالبة ، فعندما تدق ساعة الاختبار تتوجه عقارب الطلبة إلى كتبهم ولا يعرفون غير طريق المذاكرة والدراسة، لأن هذه الأوراق وما سيسجل عليها من درجات هي ثمرة الجهود التي تبذل لأجل الوصول إلى الشهادة العليا بعد التخرج ، ولهذا يقال يوم الامتحان يكرم المرء أو يهان.

جالت الجامعية بين الطالبات وهن في لجنة الاختبارات ، ورصدت الكثير من الآراء وركزت على أهم العقبات التي تواجهها الطالبة قبل الاختبارات وأثنائها ، فاشتكت البعض من ضيق الوقت للدراسة ، والأخرى يضايقها صعوبة الاختبارات وحدتها خصوصا إن كان اختبارين في يوم واحد ، وغيرها من المشاكل التي يكون البعض مسؤول عنها الطلبة أنفسهم ، والبعض الآخر بيد الإدارة الجامعية أو إدارة الكلية، ولا ننسى دور الأساتذة الكبير للتخفيف على الطلبة وتوجيههم ومساندتهم ، فكانت لنا هذه اللقاءات نترككم معها :

١ ód QémaC ' âà°uàdG ÖÑ°ùJ äGQÉÑàN ' G ÉJQVQÉ@J
ÖdÉEdG

تعارض

ومن جانب آخر شاركت الطالبة فايزة العنزي : فترة الاختبارات هي أكثر الفترات الحساسة والمهمة في حياة الطالب، وأنا أحرص دائما على الاستعداد لها مسبقا، ولكن ما يزعجني هو تعارض أيام الاختبارات فنجد اختبارين بيوم واحد وأحيانا ثلاثة مما يسبب الكثير من التششت في الأفكار وعدم القدرة على التركيز، وأشارت إلى أننا نحن الطلبة نضطر إلى التسجيل بأكثر عدد من الوحدات والمواد ليسهل علينا التخرج ولكن يصدمنا تعارض الامتحانات في يوم واحد مما يسبب الكثير من القلق للطلبة ويؤثر على درجاتهم .

٥hQóQ ' lòJé'SG Çt@Hh .. É#zjÉ°tj âbfDG
ÉfóJL

ضيق الوقت

فقالت الطالبة عائشة العبد الله : أكثر ما يضايقنا فترة الاختبارات هو ضيق الوقت ، فصعوبة المواد وكثرتها ودسامتها تحتاج منا وقتا للدراسة والحفظ والمراجعة ، وللأسف بعض الأساتذة لا يقدرون هذا الأمر ويطلبون منا الحضور إجباريا قبل الامتحان بيومين أو ثلاثة مما يضع الكثير من الوقت والجهد من الطلبة ، الأمر الذي لا يسمح لنا التركيز على الجزئيات الدقيقة في المقرر التي يركز عليها بعض الأساتذة في الاختبارات، وطالبت العبد الله الإدارة الجامعية بتحديد إجازة يوم على الأقل قبل كل اختبار نهائي لضمان نجاح وتفوق الطلبة .

تجاوز عقبات فترة الاختبارات التي يعاني منها معظم الطلبة وذلك عن طريق تنظيم الوقت وتحديد الأولويات من خلال جدول زمني منظم يساعد في ترتيب أوراق الطالب ، كما أشارت الكندري إلى انه على الطلبة تلخيص المواد التي هي من إحدى الوصفات المجربة لتنظيم الوقت وتساعد على سهولة الفهم والمذاكرة .

âbƒdG °«Ŧæàð áHôéŸG äÉØ°UfdG i óME»g OGfŸG Çü«ÎJ

اشتكت الطالبة هنادي الزيد من ظاهرة الغش فقالت: يجب على الأساتذة أن يكونوا حريصين أشاء مراقبة لجان الاختبارات ، فهناك الكثير من حالات الغش الواضحة أمام العيان لا يوقفها أحد ، فالطلبة لديهم أساليب ملتوية ومحترفة للغش أحيانا لا ينتبه لها الدكتور ، وبهذه الطريقة يظلم الطالب الشاطر الذي يدرس ويبذل جهودا كبيرة في المذاكرة ثم يرى زميله الذي يتسكع في المجمعات يأتي بدرجات مثله ، وهذا خطأ كبير ، تلام عليه الإدارة الجامعية التي بدورها عليها

QfàcódG êGœe œe çÉèàè ' G áÄ°SŒfµJ çQó@dG Çü«d

مزاج الدكتور

كما أوضحت الطالبة نوف ثابت المهنا نعاني قبل الاختبارات من ضيق فترة الإجازة المخصصة للمذاكرة ، ومن أهم الأمور التي تصعب علينا الامتحان هي عدم اعتماد الأستاذ على كتاب المقرر أثناء وضع الأسئلة ، فنجد على ورقة الامتحان أسئلة غير مفهومة وكأنها من مقرر لم ندرسه من قبل، مما يؤدي إلى شعور الطالب بالصدمة والإحباط ويولد الخوف والقلق فيؤثر على الاختبارات الأخرى بشكل كبير ، وأضافت أنني أتمنى من إدارة الكلية مراجعة أسئلة الاختبارات التي يضعها الدكتور وإلزامه بعدم الخروج عن إطار المادة والكتب التي ندرسها، فالطالب يضيع الكثير من وقته وجهده لحفظ الكتاب وما يحويه من معلومات وليس من العدل أن تكون الأسئلة من مزاج الدكتور .



تشديد المراقبة في اللجان بجميع الكليات ، كما أكدت أن بعض الأساتذة يغضون بصرهم عن الطلبة رغم علمهم بغشهم وقد يكون ذلك لمصالح شخصية ، ولكن هذه التصرفات تدل على ضياع المسؤولية ، وتشوه سمعة الجامعة بشكل كبير

ÉjLPÉ% ÊóqJh äQÉÑàN ' G ÇVô@e °«ŦæJ çü«àf áÄ°S

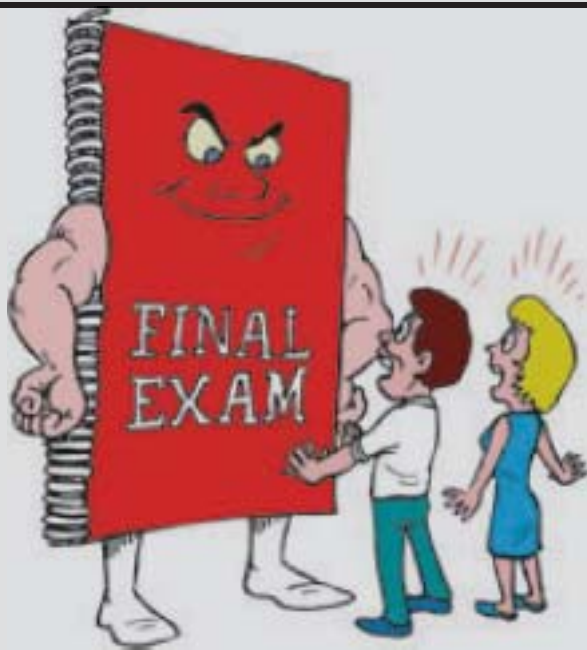
á@eÉ÷G á@a°S f°ûJ Gó°Y ÉjæY äµ°ùdGh Çü«dG ä ' ÉM

معرض الاختبارات

وأكدت الطالبة سلمى عرب على أهمية نماذج أسئلة الاختبارات فقالت : أتمنى من اتحاد الطلبة ومن جميع الجمعيات والروابط العلمية الاهتمام والتركيز على تنظيم معرض الاختبارات ونماذجها للطلبة ، فهذا الأمر يساعد الطالب كثيرا على المذاكرة والمراجعة ويقلل من هدر الوقت لدى الطالب ، وأرى بعض الكليات لا تهتم بهذه المعارض ولا تلتزم بتنظيمها مما يجعل الطلبة في حيرة من أمرهم .

تنظيم الوقت

وكان للطالبة شيما الكندري رأي مخالف عن زميلاتها فقالت : يمكننا



من هم الفئة المستهدفة ؟

جميع الفئات العمرية تقريبا من الفتيات ماعدا الأطفال

ما هي رسالة النادي ورؤيته ؟

رسالة النادي : تقديم أفضل تدريب مختص في التنمية البشرية في بيئة ايجابية .
والرؤية المستقبلية للنادي : انطلاقة جادة نحو التغيير للأفضل بمشيئة الله .

وما هي أهم أهداف نادي كيزن ؟

من أهداف النادي تقديم دعم كامل للعضو لتطوير مهاراته القيادية ، وتنمية قدراته على التواصل مع الآخرين بفعالية وإيجابية ، وعمل مخطط شهري لكل عضو متدرب لأنشطته ومهامه ، بالإضافة إلى اكتساب مهارات الحوار المثمر والتفكير الإبداعي والإنصات،
وأيضا يهدف النادي إلى تدريب الأعضاء على ممارسة الخطابة ، وتنظيم الاجتماعات،
و توفير بيئة إيجابية مرحة تساعد على التعلم الذاتي والرقى الفكري ، ومنح فرصة للعضو لتطوير ذاته ؛ ورفع ثقته بنفسه ، ورفع مستوى إنجازاته ، بما يحقق الارتقاء بنفسه وبمجتمعه.

ما الذي يتميز به نادي كيزن عن بقية الأندية في نفس الميدان ؟

يتميز النادي بتقديم متابعة للمتدربات بعد تدريبهم، ومساعدتهم على تجاوز العقبات فعليا .

كيف يتم الحصول على العضوية في النادي ؟ وما مميزات العضوية ؟

يتم الحصول عليها بالتنسيق معنا وطلبها من الموقع ، وأما مميزاتها فتتمثل بالحصول على خصومات في عدة مراكز ومكتبات ، بالإضافة إلى تقديم استشارات للعضو طوال فترة العضوية

ما الإنجازات التي حققتوها حتى الآن ؟

من الإنجازات التي حققناها منذ انطلاقة النادي افتتاح المجلس الإيجابي ، وهو الأول من نوعه في فكرته ، وتدريب مجموعة فتيات كوبيات ، وقد تم انتهاء الكورس التدريبي بنجاح ،
ومازلنا في طور التخطيط والإعداد لبعض الأفكار التي سوف نعلن عنها بالموقع عند الانتهاء منها .

ما الصعوبات التي يواجهها النادي مع بداية انطلاقتها ؟

بلا شك يواجه أي مشروع مبتكر وجديد من نوعه وغريب نوعا ما على المجتمع ؛ قلة الدعم الكافي ماديا ومعنويا ، فالنادي بحاجة لوقت أطول حتى يثبت تواجدته على الساحة التطويرية .

ما هي طموحاتكم ومخططاتكم المستقبلية ؟

أطمح لتدريب الكثير من الأفراد في مجال التطوير والتغيير، كما أطمح في خططي طويلة المدى إلى

افتتاح أفرع للمجلس الإيجابي في بعض دول الخليج ، وأن أجعل عضوية بطاقات كيزن على مستوى الوطن العربي ، لمن يرغب في الانضمام إلينا والحصول على خدمات مميزة في كل بلد نتعاون معه . وبلا شك فإن هذا التخطيط يحتاج لسنوات طويلة . والفكرة تُدرَس من الآن، ونحاول أن نطبق جزءا صغيرا منها ، وقد تم مبدئيا تدريب بعض الخليجيين عبر شبكة الإنترنت ، وتم إرسال شهادات لهم عبر البريد . ومثل هذا التجارب يشجعنا على توزيع نشاطنا للخليج مستقبلا .

كيف يمكن التواصل مع النادي ؟

عن طريق موقعي : <http://www.al-nof.com> ، أو عن طريق الاتصال ٠١٠٤١٠٧١٠
هل هناك شروط معينة للانضمام لكم في نادي كيزن ؟
نعم وهي الرغبة الصادقة في التطوير، والروح الإيجابية والمشاركة الفعالة أثناء ورش العمل والحضور بالموعد المحدد لاجتماعات النادي والالتزام بمتطلبات البرنامج التدريبي وتطبيقه.

«HÉÉJÉ Çùléªd´ôaQ Éààa´» SENC i fà°ùe ىY ُõ«c ázf°+Y íªWæ, è«ÿG jh0 »Hô©dG øWfdG

البطاقة الشخصية :

نوف المبارك

- باحثة في إدارة الحياة

- مديرة نادي كيزن المبتكر للتطوير المستمر

- محاضرة معتمدة دوليا من منظمة توستماسترز العالمية

- محكمة دولية لتقييم الخطباء

- ممارسة معتمدة مرخصة دوليا في علم البرمجة اللغوية

العصبية NLP باعتماد المجلس الأمريكي ABNLP

- كاتبة مقالات مختصة في التنمية البشرية في العديد من المجالات

- مستشارة في nlpnote



ما أجمل أن نلتقي من جديد ... بعد تلك الرحلة التي تغيب فيها ... احتقدنا الخيايا مما زاد اشتياقنا للعودة ... اشتياقنا لعناق الحروف ... التي شكل من خلالها الوجدان ... وبها تقيس الشاعر ... عبر هذه الصفحات ... لتكشف شرايا مختلف أنواده ... من فاكهة متجددة في بساطين الشاعر والأحاسيس ... التي تجيش بها أرض القلب ... وتحكمها الأقالم ... فاستمتع بمناق الشاعر

للمشاركة والاستفسار يرجى المراسلة على البريد الالكتروني التالي :

al-jame3eya@hotmail.comm

المعدة : هبة الموزري

á'ù^g

يا قلب ... كم آلتك تلك الحرب الطاحنة التي وجهت لأغلى أحبابك ... و كم انتشيت بنصرتهم غالبين ... ألم أقل لك ؟؟؟ في أكثر من مناسبة ... لا تقلق ... فكما كانوا قادرين على حمايتي بفضل الله ... فهم قادرون على حماية أنفسهم بعونه ... و ها قد استمتعت بحلاوة نصرهم ... كما و لو كنت أنت المنتصر المنتشي بنول الغنيمة ... أفرح و ابتسم يا قلب ... فلا زال أحباؤك يحيطون بك ... يرغبون بك و ترغب بهم ... و لا فرار لك منهم و لا لهم منك فرار ... فابتهج و اطلق لفرحك العنان يا عزيزي الصغير ...

بتريغيب جميل ... للعودة إلى رب العالمين ... من ضيفة الصفحة الجديدة خالدة بشير نستهل الإبداعات ...

لِقَة'U

تقرب إلى الله يتقرب إليك أكثر
وازد منه قربا يُحبك ويتولاك
تعرف عليه في أحوالك العادية
يتعرف عليك في أحوالك الشديدة،
فهل من سعادة أعظم من هذا
الشعور؟!

.....

إذا فتحت الدنيا ذراعيها لك،
وكان بإمكانك أن تحصل منها على ما تشاء،
فلا تخدعك بزخرفها، وتبهرك بجمالها،
وخذ منها ما تتقوى به على طاعة الله،
وضعها في يدك ليسهل التخلص منها،
ولا تضعها في قلبك فتملكه وتوجهه.

خالدة بشير
كلية التربية

بعد غيبة طويلة ،، من مشاركة و متابعة أتحدثنا فيما سبق بمشاركة رائعة ... تعود لنا روح الاجتماعية ... بمشاركة تبحر بنا في غياهب النفس ... فكونوا معها و استمعوا لحروفها ...

Ê QOÉZ

يا رجائي ...
يا من بك الرجائي تحققت ...
بلغني ...
رمضان القادم ...
بالحسنات و الاحساني ...
إلهي ...
و لا تجعلني ممن ...
أعمالهم حبطت ...
فرمضانك ...
راحة الظمائي ...
القلوب عطشى ...
و لرحمتك ترتقب ...
ومن غيرك !!!
نطلب العفو يا رحيم يا رحماني ...
إن كانت الأدوار و القلوب قلبت ...
فأسألك الثبات ...
إلهي على الدين السماوي ...

روح الاجتماعية
كلية العلوم الاجتماعية

بكلمات بسيطة ... معبرة ... صادقة ...
تخط لنا سارة عبدالله مشاركة جميلة من
أنامل أجمل وقلب أكبر ... قلب سارة الذي
يدعوه النجاة ... فكونوا معها ...

» idE

إلهي ...
كم كنت أعدو في الحياة و أعدو ...
إلهي ...
من لي سواك ملجأ ...
إلهي ...
كم غرقتي الحياة و أسهتني عن ذكرك ...
إلهي ...
اغفر لي ذنبي ...
إلهي ...
فرج عني كربتي ...
يا حبيبي من غيرك أناجي ...
لك الرضا ...
إلهي ...
لم أعلم ما حياتي ...
يا حبيبي حتى أذنت أن جاء هداك ...

سارة عبدالله
طالبة في المرحلة المتوسطة

مشاري ... بلسم لجروح الزمن ... درع يقيني
... وقفاته معي لا تنسى ... شجاع ... كريم
... صديق صدوق ... أسأل الله أن يحفظه
لي ... نبراساً مضيئاً في حياتي ... فكلما تي
هذه لم و لن تعبر عن غالبي مشاري ...

...QÉ°ûe » JhõY

جيت اكتب به و افتخر هو فرحتي هو دنيتي
غالي شجاعن كريم و ارفع لأعلى سما هامتي
جيت افتخر به و ارفع لأعلى سما هامتي
عزوتي قدن لها و اهي له ما هي بقدود
افخر باسمه انطقه عزمن يقويني فحيرتي
يجيني و بخيره و بعزمه الكريم يجود
يبغي رفعة راسي و صفوتي و راحتي
يبغيني و السعد حولي بسبابه موجود
أبغى قربه و أشهدكم انه تقده دنيتي
كبير سايد بالمرجلة غصين بالمراجل يسود
افخر به في النوايب هو فزعتي هو عزوتي
وقت الشدايد للحق اللي انسلب حرب يقود
الردا لمن على حقن من حقوقنا يعتدي
دام مشاري عزوتي اشهد ان الهنا موجود
راعي المراحل الشهم وقت الشدايد فرجتي
والخلاق بالقوافل نياما و الضبا رقاد
ما بغا شكر و اسم و لا تحلي بالشهرتي
كريم و الكرم منه يستقي بحور و زايد بزود
ازهليها و ابشري ياخوج بفزعتي و بوقفتي
كلمته دايماً لا ضاقت بي الدنيا يقولها و
تسود

اخوي يا فديته له روعي هو دنيتي هو
عزوتي
ومن غيرك يا بو ناصر بفزعتي الشر عنا
يجود
العدو ما يبادر و على دخيل مشاري يعتدي
سندي شيخ المراحل حرب على عدوي شنها
يقود

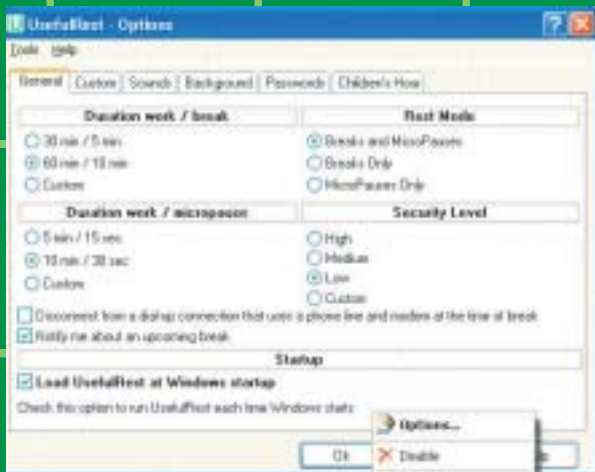
هبة المويصري
كلية العلوم الاجتماعية

ها قد غادرت ...
حبيبي ...
و ابتعدت ...
بعدك ترك الأثر في ...
ها أنا بكيت موادعتك ...
على أمل اللقاء ...
اسمك كم أحببته ...
أجواؤك كم عشقتها ...
بصماتك في حياتي ...
أحدثت الأثر ...
فمتى يعود لقاؤنا ؟؟؟
أخاف ألا يطول العمر ...
لألقاك من جديد ...
لكنني سأعد نفسي ...
لاستقبالك مرة أخرى ...
أدعو إلهي ...
بأن يمتد عمري ...
لأدركك ...
لأستقبلك ...
لأفرح برؤيتك ...
فليت الأمد لا يطول ...
حتى لا يزيد شقائي ...
نعم ...
بك ...
راحة النفس ...
بك ...
شياطين صفدت ...
بك ...
الرحمة ...
المغفرة ...
والعق من النار ...
بك ...
ليلة القدر ...
قد ربح من عليه أشرقت ...
نورا يستجاب به كل دعائي ...
فمالي ...
لا أشعر بالشوق لرؤيتك !!!
فبك الأمل و راحة البال ...
سأعد ليلتك ما استطعت من عمل ...
فيا هنائي ...
إن بلغت مرادي ...

الجامعة العربية المفتوحة

!!!á > óŸG ϕUGôbCG øe ó@Ze

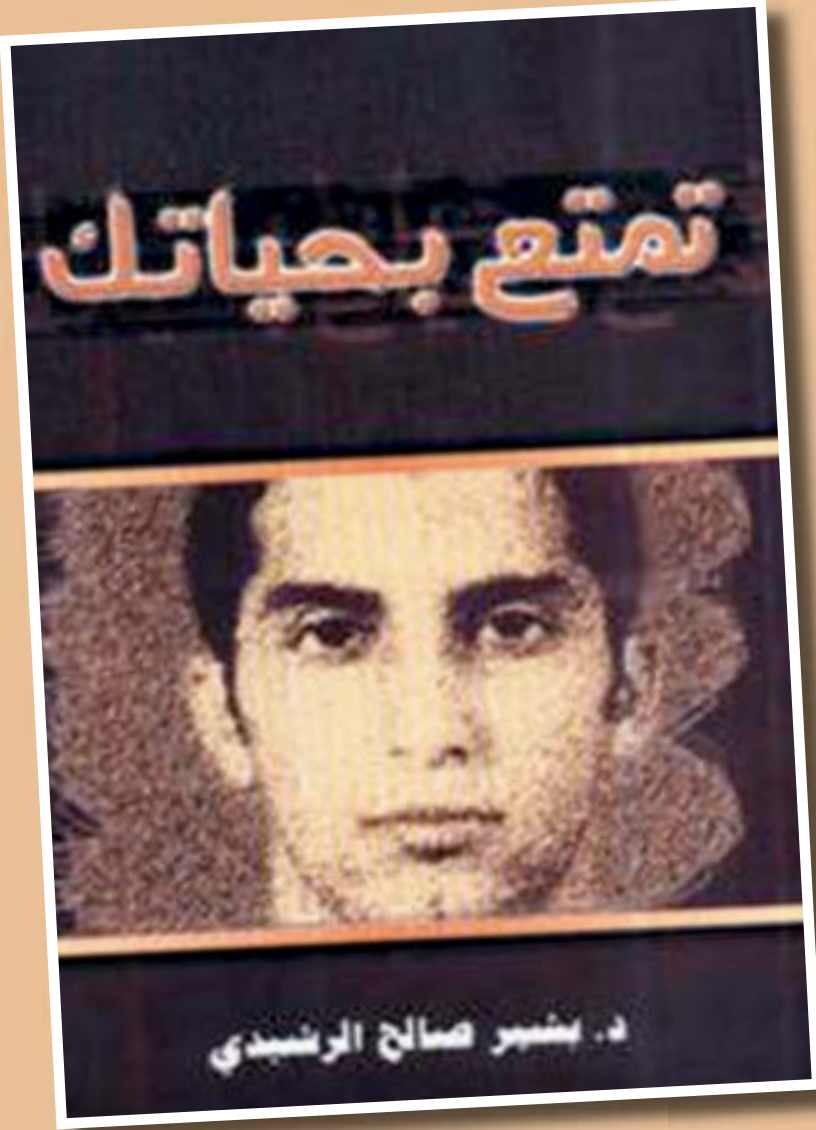
قام المصمم (بيلين هيرموسا) بجمع آلاف الأقراص المدمجة ليكون هذا المقعد المصمم بطريقه مبتكره رغم كونه غير مريحاً إلا أنه غاية في الابتكار وقام بتسمية هذا المقعد بـ "مقعد الباندا" وهو مكون من ١٠ صفوف من الأقراص المدمجة!!



ôJf«ÑªµdG á°TÉ°T øe ك«æ»Y لىY ßaÉëj èeÉfôH UsefulRest 2.7 èeÉf È dG °°SG UsefulRest 2.7

يعتبر هذا البرنامج من أفضل البرامج في أنه يحافظ على عينيك من شاشة الكمبيوتر، إذا كنت من الأشخاص الذين يجلسون أمام شاشة الكمبيوتر لمدة طويلة من الوقت فعليك باستخدام هذا البرنامج لحماية عينيك من الإشعاعات التي تصدر من شاشة الكمبيوتر.

والفكرة العامة لهذا البرنامج: هي عمل فترات راحة للعين بإطفاء الشاشة أو شاشات SCREEN SAVER أو فترات توقف وذلك بدون التأثير على عمل الجهاز بالتأكد، ولكن الأروع في ذلك أنك ممكن أن تترك الأطفال وهو يقوم بغلق الشاشة....



تحصدها لكم : سارة الهندي

" من جد وجد، و من زرع حصد " مثل عربي لطالما كان صده مدوياً في كتب الأمثال والحكم و الأقوال إلا أننا اليوم اخترناه شعاراً لأرشف الثقافة و المعرفة هنا في مجلة الجامعية ، و لأن حصاد الرفوف أتى لإيماننا التام باستعارة نهج الآخرين و خبراتهم السابقة و عقولهم الكادحة ، فقد كانت لنا وقفة مع خلاصة تجاربهم و خبراتهم و نتاجهم المعرفي و الثقافي ، إذ يقول تريسي : " تعلم من الخبراء فإنك لن تعيش طويلاً بشكل كاف لتتعلم كل شيء بنفسك "

ك'ج'«ë'H™à'a''J..ÜÉ'à''c

الكتاب: تمتع بحياتك

الكاتب: د. بشير الرشدي.

معلومات عن الكاتب :

استاذ علم نفس تربوي - جامعة الكويت ، حاصل على الدكتوراه من جامعة أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية، مؤسس أول مكتب للاستشارات النفسية و التربوية و الاجتماعية بالكويت 1984، له العديد من المؤلفات والخبرات المتخصصة في الإرشاد النفسي و شئون الأسرة و اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة، عضو في العديد من المنظمات الدولية المعنية بالإرشاد النفسي و الصحة النفسية.

ملخص الكتاب :

تحت شعار " الحياة رحلة لطيفة " كان الدكتور بشير الرشدي مع القارئ في رحلة حياتية و حوارية لطيفة حول التمتع بالحياة و أساليب الاستمتاع بها و كيفية تحويل المحن إلى منح ، و أساليب برمجة الذات و محاسبتها و تصويب أخطاءها و تعزيز مميزاتها ، و الإقلاع عن العادات السيئة بالإضافة إلى رسائل متفرقة يجد بها القارئ ردود منطقية و أساليب ذكية للتمتع بالحياة.

نجد في أولى صفحات الكتاب إهداء " لكل من أراد أن يغير ما في نفسه ليعيش حياة طيبة بغض النظر عن ما يحيط به من أحداث "

من أهم فصول الكتاب :

خصوصية الرسالة، التمتع بالرحلة، انفعالك من اختيارك، كيف تضبط مشاعرك السلبية، قواعد الانطلاق، تقدير قيمتك، أفكار تطبيقية للتمتع بالحياة.

اقتباسات من الكتاب :

" إن الوعي بأهمية ما عندك يدفعك لكسب المعلومات و المهارات للمحافظة على الذات "

" إن محور تقدير ذاتك هو نظرتك إلى نفسك "

" الواقع يثبت لنا أن الاستمرار في مقاومة الظلم يؤدي بالنهاية إلى إزالة هذا الظلم، و أسمى مقاومة للظلم هي مقاومة ظلم الإنسان لذاته "

" أقم علاقة ود مع ذاتك و اطلب ودها في كل أوقاتك و قراراتك "

" إن من عرف ذاته و قدرها جعل لها امتداداً بالآخرين "

" فرق بين الدنيا و حياتك التي منحها الله لك، فكثير من الناس من يلعن الدنيا و ما فيها و هو يخلط بين الدنيا و حياته ! "

" النقص دافع للحركة و ليس هناك حركة دون الإحساس بالحاجة، و ليس هناك حاجة دون نقص في جانب من جوانب الحياة "

" إياك و تضخيم سلبياتك فإن ذلك عيب يمارسه بعض الناس فتجنب جلد ذاتك "

" إن التمتع بالحياة عادة يخلقها الإنسان لنفسه ، و الضجر من الحياة كذلك عادة يصنعها الانسان بنفسه ! "

" إنك تعيش فترة زمنية محدودة فلا تضيعها بكثرة التألم على ما فاتك أو كثرة التأسى على ما لم يكن من نصيبك "

– JÓX â AGÔ^{am} J °""° SG Ôà °""° SQ °""° dÉ °""° á

عزيزي..

هذه المرة أريد أن أكتب لك شيئاً غير الحب وغير الألم.. غير الحزن وغير الشكوى.. أريد أن أكتب عن شيء آخر... مميز جدا.. مجرد التفكير فيه يبعث السعادة الى حي قلبك.. شيء لا يستطيع أن يكتبه إلا إذا عشته ولن أعيشه وأنا بهذه القيود.. شيء أعظم من السعادة.. وأعذب من الماء وأرق من هذا النسيم، قد أستغرق وقتاً وأنا أصفه وفي حقيقة الأمر لن أبلغ ذراه..

عزيزي..

أريد أن أحدثك عن الحرية...

أوتعلم ماهي الحرية وماتحمله هذه الكلمة من عالم اوسع من البسيطة ومن المجرة ومن هذا الكون أيضاً..

أوتعلم أيها الغالي ما معنى "أن تفكر بما تريد"... وان يكون بين حناياك العالم كله وان كانت يداك وقدماك مكبلت.. إنها هي الحرية.. إنها حقاً حرية وحرية الحرية أن "تفعل ماتريد"... لا أقصد ما نفسك تريده من أشياء محسوسة أو ملموسة إنما أقصد.. ماروحك تريده ونفسك الظالمة تقيدها..

قد تجهل حزني وأنا أسير بين طرقات وأرى هذه الأجساد تتحرك كالدمى وترفع يديها وقدميها وتتمايل وتتعالى قهقهاتها لتبين أنها حرة وفي الواقع عندما تنظر الى ما بين كتفيهم في منتصف صدورهم تجد (قلبا مكبلا) وقيودا كادت تصدأ لطول عمرها..

لا تعترض أرجوك عما أقوله، لا تحتج ولا تتمت غاضبا فاني حتما - كالعادة - سأفهمك..

أي حرية وهم يفكرون بما لا يريدون ويفعلون ما لم يفكروا به :

يريدون السعادة ولا يعيشونها وان تضاهروا بها.

يريدون الابتسامة وأفكارهم لا تكف عن البكاء والشكوى .

يريدون الامل ولم يفكروا به.

يريدون الحب وقد تمكن الكره منهم.

يريدون مستقبلا مميزا وأجسادهم رهينة الفراش.

يطمحون إلى التميز وهم في حل التبعية.. والانقياد خلف القطيع!!

يريدون النهاية ولم يقتحموا بعد البداية تكاسلا وتسويفا..

أرايت كم هم مقيدون عن فعل ما يريدون وعن التفكير بما يريدوا أن يفعلوا؟؟

إنه قيد حقيقي.. عندما تتغلب النفس السوداء داخلنا على السعادة التي تتطلبها روحنا.

وهم بهذا القيد الصارم يظهرون عكس ما يلاقونه.. فيتحركون على خشبة المسرح بكل انطلاقة ويتحدثون بكل جرأة ويعترضون ويتهمون ايضا.. ظنا منهم انهم أحرار وهم يدركون انهم سجناء النفس ضعفاء أمام جبروتها القاسي..

عذرا عزيزي أطلت بالحديث معك ولا أعلم حقيقة لماذا أتحدث معك بهذه الصراحة المطلقة دون غيرك.. لذا سأفشي لك سرا: أنني أنا أيضا "مقيدة" ومن ضمن المعتقلين.. ويؤسفني منظر نفسي وهذا القفل على صدري أكثر من غيري..

لذا ...

أريد أن أعلم كيف أحطم القيود .. وأطلق صراح نفسي..

ان كنت تعلم .. فاني أنتظر منك الرد.. واتحرى رنين رسالتك على هاتفي..

تحياتي

روحك الغالية

للشاعر عبد الرحمن العشماوي

عجبا لقلبك كيف لا يتفطر وأسود حزنك في فؤادي تزار
عجبا لعينك كيف لا تبكي دما والحق يسلب والكرامة تهدر
عجبا لشعرك كيف لا يغدو لظى يشوي الوجوه وأنت فيه مجمر
عجبا لقومك يخفضون رؤوسهم والذل فوق رؤوسهم يتبخر
قالوا بأنك سوف تنطق جهرة باسم الحبيب وليس مثلك يجهر
قالو بأنك سوف تكتب أحرفا من كل قيد في الهوى تتحرر
قومي يثيرون الكلام قنابلا كم يشتكي مما نقول المنبر...

عندما يخلو صندوقنا الصادر ورسائلنا المرسله من رسالة واحدة الى "أمتنا" يأتي هذا الديوان ليكتب الكثير الكثير للأمة..
الشاعر المبدع عبد الرحمن العشماوي غني عن التعريف... شاعر تألق في سماء الشعر الاسلامي -الاصلاحي- إذ صبح التعبير.. واقعية قلمه تجبر
النفس على الاعتراف.. وسلاسة لفظه تجبر العين على المتابعة في القراءة.. له دوواوين عدة منها : الى حواء - عناقيد الضياء - رسائل شعرية
- شموخ في زمن الانكسار.

«f»ك f«ف

مجرد النظر اليك يأسر القلب جمالك... وان لم تكوني جميلة جدا... ولكنك دون مجاملة... بهذه المشية
الهادئة... والنظرات الخاطفة التي تحجزينها بين اهداب رائعة وقد تخفينها تحت نظارة زادتك جمالا
وجذابية... حقا تبدين ملكة بين حنايا القلب... حقا انك خبيرة بأدق الأمور التي قد تضيف سحرا على
سحرك...

حتى في ذوقك باختيار عطرك ولون ثيابك.. ولمعتها.. وقمة رأسك الشامخة... تلك القمة التي كلما
تمايلت تمايل قلبي معها... كم كنت أستغرب من شكلها.. وعن السبب الذي يجعلك تضخمين رأسك
أو حتى كيفية عملها...

لكن لا يهم.. فهي بلا شك تجذب... وتجذب... وتجذب.....

حتى تقع عيني على كلام لم أقرؤه أو اسمعه من قبل...
(سيكون في آخر أمتي نساء كاسيات عاريات على رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة إلغوهن
فانهن ملعونات)

ذهبت أبحث عن القائل... وعن معنى ما قرأت.. بدأ قلبي ينبض... ويضطرب شهيق
وزفير.. هل المقصود في هذا الكلام انت...

علمت انه حديث شريف.. صحيح رواه أحمد ابن حنبل... وعلمت أن الأسنمة هي
تلك القمة فوق رأسك التي تتمايل.. ولكن

لماذا كـ... ل هذا الرفض لها.. ولماذا يخصها النبي دون غيرها من زينة في
التحذير والعقاب... لأنه -صلى الله عليه وسلم- علم ما تفعله هذه الأسنمة،
القمة بالقلوب الضعيفة والنفوس الهشة، لأنه صلى الله عليه وسلم ملهم
من الله.. وأعلم بحال امته مني ومنك...

وقرأت أيضا

(صنفان من أهل النار لم أرهما.. ونساء كاسيات عاريات مميلات
مائلات رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة لا يدخلن الجنة ولا يجدن

ريحها وإن ريحها ليوجد من مسيرة كذا وكذا)

ما أشده من عقاب، الطرد من الجنة ومن رحمة الله أيضا
وهذا كله من أجل رأسك المتضخم.....

كفى، لا نريد هذه الزينة، ولا هذا الجمال ليس خوفا على
أنظارنا ان يحقها الذنب، ولكن لا أريد أن أراك محجوبة
من النعيم الأبدي وأنا أتمنى لك السعادة الأبدية..

أذكرك..

بأن التوبة تمحو الخطايا... فلا تنظري الى صغر
الخطيئة و انظري الى عظمة من عصيت...

م ÓMC «M» لك

يقال أن الشئ الذي يحتاج إليه العالم هو مكبر صوت جيد للصوت الصغير الساكن في أعماق كل إنسان، فكل إنسان لديه أحلامه الخاصة ولكن ليس كل شخص مؤمن بقدراته على تحقيق تلك الأحلام نتيجة لهواجسه ومخاوفه، فإذا قمنا بطرح سؤال على أفراد المجتمع عن أحلامهم وقدرتهم على تحقيق تلك الأحلام برأيي سينقسم المجتمع لقسمين:

القسم الأول سيرد علينا : "عائقي ظروفه - يلومون ظروفهم بعدم قدرتهم على تحقيق أحلامهم !! و المحزن بالأمر أنه في أغلب الأحيان تكون هذه الظروف بسيطة يمكن تجاوزها بمرونة ، و لكن بنظر الشخص تبدو كعقلاق من الصعب الاقتراب منه أو تجاوزه و كل هذا نتيجة للمخاوف التي يخزنها أو يثبتها العقل و يطبعها بقلبه . و لكن فليعلم كل شخص منهم أن الانسان هو الذي يستطيع أن يسيطر ويتغلب على ظروفه و ليس الظروف هي المسيطرة علينا، ما وإن كانت مخاوفنا التي نترجمها لظرفنا هي الغالبة والمسيطرة و لم تحكمت بقلوبنا وعقولنا

فما هي فائدة العقل ؟؟ أليس من أجل التفكير بحياة أفضل ؟؟ فبالعقل الإنساني نفكر .. وإذا كان تفكيرنا مبني على أسس سليمة صحيحة فباستطاعتنا التغلب على ظروفنا بسهولة و تحقيق أحلامنا .

وأيضا يجب علينا أن لا ننسى المرونة و كلما كان الانسان مرنا بتفكيره و سلوكياته اتجه عوائقه وظروفه زادت الفرصة للوصول لمرحلة القدرة والقوة على تحقيق أهدافه و أحلامه .

أما عن رد القسم الآخر من المجتمع سيكون ردهم : " أنا صنعت ظروفه " بمعنى أن الإنسان الحالم الناجح المتفائل هو الذي يسيطر على ظروفه كما ذكرت سلفاً ، وأنه متى ما سعى الانسان للظروف التي يشاؤها حتى إذا وجدها صنع منها ما يريد .

إيمان الهاجري



يدعو مشروع غراس الطلابي

التابع لمشروع غراس التوعوي الوطني للوقاية من المخدرات جميع الطالبات في جامعة الكويت والجامعات الخاصة والمعاهد للمشاركة في مسابقة غراس الطلابي لأفضل (مقال) في مجلة الجامعة

التي تصدر عن النادي الصحافي JC في الاتحاد الوطني لطلبة الكويت NUKS وقيمة الجائزة للمقالة الفائزة

الجائزة الأولى

٥٠ د.ك

الجائزة الثانية

٣٠ د.ك



شروط المشاركة :

- أن تكون المقالة مطبوعة.
- يرفق مع المقالة معلومات عن المشاركة (الإسم الكامل والجامعة والكلية وأرقام التواصل)
- فعلى الراغبين في المشاركة بهذه المسابقة يرجى إرسال المقالات على ايميل المجلة aljame3iya@nuksq8.com
- أو على ايميل مديرة التحرير alhind@maktoob.com
- كما يمكن إرسال المشاركات في مقر الاتحاد الوطني لطلبة الكويت في الخالدية كلية الهندسة مبنى 20 خ الدور الأول
- سيتم الإعلان عن الفائزة في العدد المقبل من مجلة الجامعة

أَعْلَمُكَ إِنْ هُوَ ' فَكُلْ إِيَّاهُ

لتلطم و جهك عواصف الريح ولتقطع بمخالبها الذهبية صدرك المتعالي لتمزق الرحمة من فؤادك، وترميك إلى حافة الهاوية لتجردك من إنسانيتك إلى مطلق الوحشية ما جنيت بعد ذلك ؟
جزيت بما فعلت، قد وصلت إلى دناءة النفس تتساءل ماذا اقترفت ؟؟ فقط قد ظلمت جارك .. قطعت رحمك .. زرعت الشك بمن حولك .. اتهمت هذا وذاك .. رميت بخطاياك وذنوبك على من يجلس بجانبك .. ترى العالم حشرة وأنت أسد الغابة، تجعل الدين ستارا لك وقد لازمتك النميمة، وصاحبك النفاق، ماذا اقترفت أمك لتلدك وتثقل على الأرض كما ثقلت في أحشائها ؟ وبهذا تحسب نفسك قد وصلت إلى الجبروت أم ملك الفهم ، ولكن دون عرش .. لا والله لن تمنحك الحياة وسام الشرف لأنك وصلت إلى الدنيوية بما تحمل من خطايا، فانظر إلى من حولك قد هربوا منك، قد خسرت أفضل صديق ، حرمت من الصديق وحتى الحب بليت بنفس جعلتك في أسفل طبقات الأرض، فعلمك قد ملل من تخزينه، ولسانك قد قطعه علاقاتك الإنسانية فماذا تريد بعد هذا ؟ وإلى متى ؟ ولكن أنصحك بكلمات تنفعك ولا تضرك :

"كما تدين تدان " ﴿ربك ليس بظلام للعبيد﴾ إن افترت اليوم فستلقاه غدا انقلب عليك، فتذكر قبل رقودك كل كلمة .. كل فعل .. كل عبارة .. كل حركة قد سببت فيها جروح لمن حولك ، حاسب نفسك قبل أن يجاسبوك في حفرة لا تكاد أن تلتفت أو تمتد يدك على الآخرين، أمامك الحساب وملائكة غلاظ يوم شديد لم يسلم منه الأتقياء . فما استخلفك ربك لكي تفسد فيها وتظلم العباد فأين أنت من الإسلام ؟ فما زالت أنفاسك تخرج وقلبك ينبض، فاهلم إلى التوبة لترفع نفسك إلى قمة الجبال وأضمن لك بقاء النبلاء .. بقاء تزيد فيه كل ليلة ميزان الحسنات

قد تتساءلون من ذلك الشخص الغليظ ؟ هو من يحمل تلك الشخصيات : النفاق، الكذب، الغيبة، الافتراء، الظلم ، القذف ، فحش اللسان ، الكبر، الأنانية، الفجور، العاصي .. فلا نستهن بهم قد يدمرون إمبراطوريات عظام فإن صادفته قدم لهم هذا النداء و إن صادقتهم سيصيبك الأذى لا محال

فتحية العتيبي

كلية العلوم الاجتماعية

لا تصدقي إن زواجاً سوف يتم عن طريق مكالمات هاتفيه عابثه ولو تم فإن مصيره إلى الضياع والفشل والشك والندم لا تصدقي أن شاباً مهماً يتظاهر بالحب والإخلاص يحترم فتاه تخون أهلها وتحدثه عبر الهاتف أو تتصل به أو تخرج معه ، مهما أظهر لها من الحب وقال لها القول، فهو إنما يفعل ذلك لأغراض في نفسه لا تخفى على عاقل يقول الدكتور محمد الصغير استشاري الطب النفسي أكثر ما رأيت ممن تزوجوا بعد تعارف سابق كانت حياتهم مليئة بالشكوك والظنون هذا إذا بقيت الرابطة الزوجية إما الذين انفصلوا فكثير احذري ثم احذري المكالمات الهاتفية فإنها تسجل عند الله تعالى، كما يسجلها شياطين الإنس أدعياء الحب ثم يستخدمونها سلاحاً للضغط عليك أو للنيل من سمعتك وعرضك

احذري كتابه الرسائل الغرامية فهي أيضاً من وسائلهم في التهديد والضغط احذري المسلسلات والأفلام الهابطة المضلة التي تقتل الحياء وتقضي على الفضيلة وتسعى إلى هدم الأخلاق والقيم احذري جميع المعاصي والذنوب فإنها سبب للشقاء والتعاسة وزوال النعم وحلول النقم ونزول المصائب

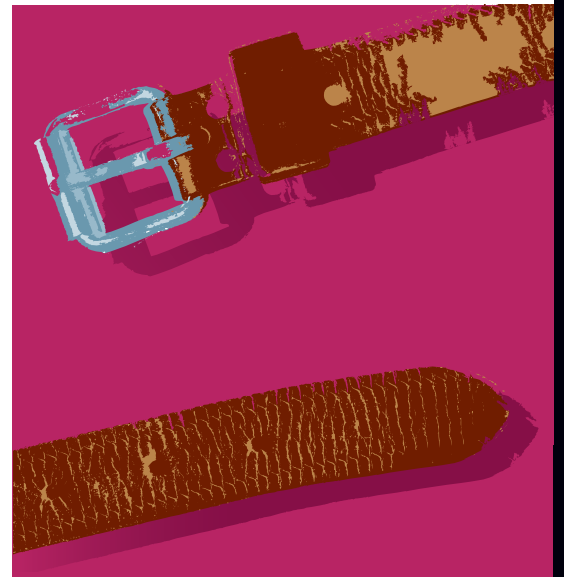
فرح شريف الهاشمي
ثانوية ماري القبطية



Yhò'ue áÉ«N

أنا مقتنعة تمام بأن الناس جميعهم يولدون سواسية متمتعين بفطرة واحدة ولكن عوامل البيئة المختلفة هي التي تحدد سلوكهم ولهذا فإن الناس مشابهي بالشكل والحركات ولكنهم مختلفين بالتصرفات والتعاملات فنجد هناك أناس راقين بتصرفاتهم وآخرون همجيين وهناك الطيبون والخبثون وهناك أيضاً الأقوياء والضعفاء .

وأنا هنا أردت تسليط الضوء على طبع الخيانة الذي يتصف به بعض أصحاب النفوس الضعيفة والدينئة ، الخيانة بكل أشكالها ، خيانة الأمانة وخيانة الصديق وخيانة الحبيبة وخيانة المعروف وخيانة الوطن شعور جداً مؤلم عندما يخوننا صديقنا الذي طالما ما اعتبرناه بئر أسرارنا، ومخفف ألمنا الذي جلسنا بجانبه بمقاعد الدراسة ، ومن ثم الجامعة ثم انتقلنا إلى حياتنا العملية سوياً وبالنهاية يخونك !! ويأخذ منك حبيبك التي لم يمر على معرفتك بها سوى بضعة أشهر، يضحي بسنوات العمر والصداقة والوفاء والجمال من أجل شيء بهذه التفاهة.. وآخر وقفت بجانبه عندما تخلى عنه كل من حوله وساندته وساعدته واستطعت أن تجعله يقف على رجليه من جديد ويستشيق نسيم الأمل وبالنهاية.. ينسى كل هذه التضحيات ويتخلى عنك عندما تحتاجه، ويتكلم عنك من ظهره ويطنع خاصره بسيوف غدره ، وآخرون يخونون وطنهم من أجل المقابل المادي أو ما شابه ويستحلون على أنفسهم وأولادهم فلوس الحرام التي هي كما النار أو الحجارة القاسية في نفوسهم . أستغرب كيف يستطيع الإنسان أن يشوه صورته وضميره ومبادئه بالخيانة وكيف يستريح له بال ويهنأ له جفن وهو بهذه الخساسة .. أشكال عديدة وتصرفات غريبة لأناس اقرب ما يكونوا لأكلي العلف والحشيش المتواجدين خلف الأسوار .



١٤٤٤ هـ

لا تحسبن المجد تمرا أنت أكله
فاملاً الدنيا همة وكفاحا
لن تبلغ المجد حتى تلعق الصبر
في حياة يشقى بها كل

طعم النجاح يذوق حلاوته الواقون من أنفسهم، ويشم شذى النجاح المتفائلون ، ويرى زهور النجاح الندية المكافحون بهمة وإصرار وعزيمة ، فسعادة النجاح لا يحسها إلا الذين بدءوا من الصفر ، فكونوا أنفسهم ولم يدعوا الأيام تفعل لهم ما تشاء، ولا مجال لسوء الحظ عندهم فهم الذين يصنعون الحظ بأيديهم ، فالنجاح إذن لا يأتي لأحد بالصدفة أو بالحظ لسوئه وحسنه، النجاح الحقيقي هو أن نوازن بين المظهر الداخلي والمظهر الخارجي ، فأما المظهر الداخلي هو الأساس والجوهر ولا بد أن نثق بأنفسنا ومن حققوا النجاح ليسوا بأفضل منا ؟؟

فالثقة بالنفس كفيلا بأن تجعلنا بفضلها نتسلق إلى أعلى الجبال بهمة فنصل إلى القمة، وعلينا أن لا نياس عندما نواجه المشاكل والصعوبات وعندما يعترينا الهموم ولكن أن نثبت أقدامنا على مرادنا ، ودائما يكون في مخيلتنا النجاح وما وراءه النجاح، فعندما يتخيل الإنسان أنه حقق النجاح يستطيع أن يهدم الصعوبات والعقبات ويخترقها ، ومن أهم عوامل النجاح الأمل... فهو الذي يولد العمل، والعمل يولد النجاح، والتفاؤل يزرع الدنيا وردا، أما التشاؤم فيزرعها شوكا، والمتفائل دائما يرى نقطة النور في الظلام أما المتشاؤم يرى الظلام على الرغم من إحاطة النور به ، فالنجاح غاية كل إنسان على وجه الكون ، فإذا أردت النجاح ابدأ من الآن ولا تؤجل عملك إلى الغد ، وضع هدفك في الحياة وارسم خطتك بنفسك، فإذا كنت طالب جامعي ضع في ذهنك النجاح في دراستك والأربع سنوات المقبلة سوف تمر لا محالة، فلماذا لا تضع إلى جانبها تنمية مواهبك وقدراتك فأكتشف نفسك إذا كنت تحب الرسم فالتحق بمعهد الفنون للرسم ، وإذا كنت تحب الشعر فتعلم أصول الشعر وأحفظ الأشعار وكن شاعرا، وغيرها من الهوايات المتعددة، وأعلم بأن اليأس لا مجال له في حياة الناجحين وأعلم أن النجاح له عمر فكم من عالم في السبعين وكم من ناجح في العشرين، وأعلم إن نقص عضو من أعضائك فإن الله سوف يعوضك بغيره وكم من عميان وصم وبكم وعاجزين عن الحركة حققوا نجاحات ،وأعلم أن الفشل بداية النجاح حي أن أردت تقدما ونجاحا فاملاً الدنيا همة وكفا حارى الفساد صلاحا

ندى السلطان



١٤٤٤ هـ

استوقفني هذا الموقف واستبشرت به خيرا، وسئلت نفسي...هللنا ان نعود؟

ونصلح حالنا؟ هل لنا أن نحافظ على قيمنا؟

نعم....بقوة إيماننا وتربية أبنائنا ومراقبة أنفسنا نستطيع أن نرجع أمجادنا...

وما يشجعنا قول الله تعالى:

(كنتم خير امة اخرجت للناس تأمرون بالمعروف وتنهون عن المنكر)

نجوى محسن العنزي
كلية التربية

مشهد رأيته ويا له من مشهد رائع، ممتع، يثير كل ما في الإنسان من سعادة ، وأجمل من مناظر الطبيعة كلها، وبشرى لكل الأمة الإسلامية التي

كثرت فيها الفتن والمصائب وقلة الإيمان والله المستعان.

سأروي لكم هذا المشهد..وليحاول الجميع أن يتخيله معي.....

رجال لا يتعدى أعمارهم الـ ٢٣ ولا تقل عن ١٦ يرتدون اللباس

الذي افتقدناه، الثوب الأبيض المرتفع عن الكعبين ، والغترة الحمراء المبرزة

للنور الذي في وجوههم، ويحملون أعظم ما في الكون(القرآن الكريم)

وهم يزيد عددهم

عن ثلاثون شابا..

تذكر... - ٢٥

عندما تحزن تذكر...
أن لديك أشياء تنعم بها حرم منها غيرك
(صحتك، مالك، أحبابك، عملك، دراستك،
ثقتك بنفسك)

عندما تحزن تذكر
الأشياء الايجابية التي في حياتك سواء
كانت حاله

واقعية أو مستقبلية ولكن للذكر لا
للحصر.. وجود أم أو أب حنونين عليك
ينتظرك كل يوم بعد

رجوعك من عملك ويتواصلون معك
باستمرار، وجود من يتذكر تفاصيل حياتك
ولو

كانت دقيقه أو خاصة مثل يوم عيد
ميلادك فيفاجئك بعلمه به، وجود من
يسأل عنك بعد

انقطاع طويل لخدمه قدمتها له فأحب
أن يشرك مجددا عليها، تذكر أن هناك
فرحة

التخرج من الدراسة وعمل ينتظرك
ووظيفة ستبدع بها وحياة مختلفة في
انتظارك... والاهم أن تتذكر أن الدنيا
ما زالت بخير بوجودك

أمثال حمد العريضان
كلية التربية
جامعة الكويت

تذكر...
منذ أن وجد الإنسان على هذا الكوكب ،
أحيطت به أمور وخبرات ومهام وحقوق
وواجبات، يجب أن يتعامل معها وان كرهها
أو حزن منها، فتراكمت عليه المسؤوليات
منها

المملة ومنها المحبة، ولكن نرى أن أكثرها
مملة سواء كانت مشكلات تعايشنا معها
من عائلته، ماله، اجتماعيه وحتى داخله
نفسيه مثل عدم الثقة بالنفس وعدم النظرة
إلى الأمور من جانبها الايجابي، والأهم عدم
وجود نظرة مستقبلية يعيش
لتحقيقها، فيعيش الإنسان حزين كئيب وكأن

جبال الدنيا على عاتقه وكأن موته غدا، لا
يعمل ليومه ولا لغده، فتصبح لي ولكم...

أن لا تحزن.. وتذكر أن (الله) موجود وهو
الحكيم المدير والمقدر الذي قدر لك أن تكون
في هذا الموقف وهذه الحالة لحكمه إلهيه لا
يعلمها إلا هو.



«...HÓÉdG CSôZh á«œÉ÷G áú > ázHÉ'ue ' ÊÉädG ôcôYÉH ôFÉôdG JÉzYg

???'É y G Gò;H â©bh GPÉY

سؤال لا بد من الكل أن يسأله لنفسه حال وقوعه في الخطأ، والجميل في الأمر من ينتبه لنفسه ويعرف مغزى هذا السؤال ويفهم جوهره لأن من جوهر هذا السؤال تتحتم عليه الأمور الأخرى، والقليل منا يطرح على نفسه هذا النوع من الأسئلة خصوصاً إذا كان متعمداً هذا الخطأ وهو عالم بعاقبته، فالأخطاء متكررة منذ عهد سيدنا آدم وهو أبو البشر، وكان أول من أخطأ بأكمله التفاحة التي نهاه الله عنها مع علمه بهذا الخطأ فذلك يدل على أن الإنسان عرضة للأخطاء، ونحن لسنا معصومين منها ولكن العبرة في من اعتبر من الخطأ وعلم أين مكان الخطأ وقام بإصلاحها وأعاد بناء خطئه من جديد، ولكن بدقة لأن كلما عرف الإنسان مكان الخطأ وأصلحها قلت نسبة الفشل وزادت نسبة النجاح.

البعض منا يعتبر الخطأ فشل كبير ويدخل نفسه في صراع ويسأل نفسه لماذا ولماذا ويتوقف عند هذه النقطة ويغلق أبواب الأمل ويضيق أبواب اليأس وبعدها يصاب بإحباط شديد يمنعه من الوقوف على قدميه، ومعاودة الكرة ولكن لا يسقط بنفس حفرة الخطأ التي وقع فيها فإذا سقط فيها مرة أخرى يدل على غباءه، فلقد قال اينشتاين "الغباء هو أن تكرر نفس العمل عدة مرات وتتوقع نتائج مختلفة".

الإصرار على الخطأ هو الخطأ بعينه، وبه يضيع وقته، فلو كنا نعتبر من القصص التي كنا نسمعها من أجدادنا أو أمهاتنا فنحن نعتبرها قصص فقط تروى للأطفال قبل النوم حتى يشعروا بالنعاس ويناموا، ونسينا جوهر القصة التي يمكن أن تتكون من عدة أسطر ولكن مضمونها كبير ملئ بالحكم والمواعظ والعبر، أو حتى نصائح غيرنا، فالبعض منا لا يأبه بالنصيحة ويتجاهلها وحين يقع في الخطأ يتذكر النصيحة فلماذا لا نطبقها قبل وقوعنا بالخطأ؟ حتى نتجنب أشياء كثيرة قد تضرنا، كذلك الخوف من الوقوع الخطأ قد يسبب أحياناً الوقوع فيه، فأنا لا أقول انه لا يجب علينا الخوف بل يجب علينا الحذر، والخوف من الوقوع في الخطأ سواء في حياتهم الشخصية أو المهنية يدل على حياة ضميرهم وهذا شيء جميل يتصف فيه الإنسان، ولكن في زمننا هذا لم تعد هذه الصفة موجودة بل أصبح الخطأ وارد وشيء عادي لا احد

يريد أن يصححه، فبعض الآباء يعلمون بأخطاء أبنائهم ولا يكثرثون كذلك الأصدقاء وخصوصاً أصحاب السوء فهم لا ينهاه بل يشجعونه على الإكمال بخطئهم فهم ضعاف الشخصية والجهل المسيطر عليهم وغياب العامل الأسري وهو المسئول عن التوجيه والإرشاد.

والوقوع بالخطأ يؤدي إلى إحباط نفسي والوقوف عند هذه النقطة وعدم التحرك بعدها سوف يؤدي إلى الفشل واليأس الحقيقي، ويدخل الإنسان في صراعات بينه وبين نفسه وإذا ساء الأمر فالخروج منه صعب جداً، أعجبتني مقولة وهي تقول: "أجمل هندسة في الحياة أن تبني جسر من الأمل فوق بحر من اليأس".

فمن هذه اللحظة أشكر أخطائك لأنها هي التي سوف تبعدك من الوقوع فيها مرة أخرى وتساهم بالنجاح..

معالي ضيدان العجمي
جامعة الكويت كلية العلوم

Hand Crafts

الحرف اليدوية

حافظ الأقراص الممغنطة

كما سبق أن تعودنا في هذه الصفحة أن نكون لنا أعمالنا من صنع أيدينا فها نحن مرة أخرى و بفكرة أخرى مبتكرة من صنع أيدينا.

أقراصك الثمينة

كي تحافظي على الأقراص الممغنطة ال (CD-DVD) بدون خدوش أو تلف وتبذريها في مكان واحد بسهل الرجوع إليها عند الحاجة مع شكل جميل على سطح المكتب.
نعالي معي نقوم بعمل حافظ لأقراصك :



قومي بتغليف الطبقة السفلى من حامل الأقراص بأوراق ملونه أو بطبقة من الأسفنج المضغوط لكي تثبت على الأسطح اللساء.

الآن استطعت حفظ الأقراص الممغنطة مع بعضها و كذلك أضفتي شكلا جمالياً للمكان

أشئى أن تكوني استمتعت بذلك

حظاً موفقاً...

اعداد و تصميم

سارة المرزوق

Salwarzuq@hotmail.com



1 أحضري قطعة من الكرتون القوي أو قرص ممغنط CD، ثبتيه على قطعة الكرتون ثم قومي بأخذ قياسه من الخارج بقلم رصاص .

2 اختاري الشكل الذي تريد تنفيذ، و ارسميه على الكرتون، بمنتصف الـ CD.

3 قومي بقص الكرتون على حدود الشكل الذي رسمته بالمقص أو الكتر.

4 أحضري عدد 3 أو 4 من أعواد المصاص بطول مناسب للشكل (لا تستخدم القصير) قومي بتثبيتها مع بعضها باستخدام الصمغ الحار، و حذاري من حرق أصابعك .

5 قومي بثنى أطراف أعواد المصاص ثم تثبتها في منتصف الشكل و تأكدي بأن تكون بطول مناسب يسمح بدخول فتحة الـ CD.

6 قومي بتكوير أوراق الصحف و تثبتها على الكرتون بحيث تأخذ الشكل المرسوم و تغطي شكلاً بارزاً (تثبتها جيداً).

7 اخلطي غراء الخشب مع ماء ينقص المقدار و قطعي كمية من أوراق الصحف إلى مربعات صغيرة، الآن و باستخدام الفرشاة قومي بتوزيع خليط الغراء على الشكل ثم ضعي قطعة من أوراق الصحف و وزعي الخليط عليها من الأعلى ثم ضعي قطعة أخرى من الورق و هكذا حتى تتم تغطية الشكل بالكامل.

8 أعيدي الكرة باستخدام مطاحن ورقية . ثم اتركها حتى تجف تماماً.

9 الآن لوني . لوني الشكل باللاك بالأكوان اللتي تجدتها مناسبة . و يمكنك استخدام أي نوع من الألوان (الأكريليك أو اللؤلؤ أو حتى الزيتي)

10 أخيراً قومي بتزيينها التزيين اللغائي و يمكنك كتابة بعض الكلمات عليها كي تفرزي النواتج الـ CD.





MRS



ك`dÉ`a`L *

AÉ`à`û`dgh ك`dÉ`a`L

á`«`LhR äQÉ`j`e *

!! ???..... øµdh ÚLhõdG ÚH I Ò`¸d °©f

كô`«`U *

ÉeCG x Eä@aGódG I fädG ..™«é°ûàdG

- الاستحمام بالماء الدافئ بدلاً من الساخن.
- يمكن ترطيب البشرة بالزيوت الطبيعية مع القيام بعملية التدليك ومن الزيوت المفيدة والتي تعمل على العناية بالجلد والبشرة الجافة زيت اللوز من المواد الطبيعية التي فهو غني بالبروتينات والأحماض الدهنية والسكريات ومفعوله مضاعف يرطب البشرة الجافة ويغذيها بالإضافة إلى مفعوله المنقى الذي يخلص البشرة من خلاياها الميتة، كذلك زيت الزيتون وزيت الخروع من الزيوت المفيدة جداً لعلاج جفاف البشرة.
- تجنب الحرارة العالية في الغرفة؛ فالحرارة الزائدة تزيد من جفاف البشرة لأنها تعمل على تبخير الماء من الجسم، وقد حذرت دراسة علمية جديدة من أن الاحتفاظ بالدفع في الأجواء الباردة والممطرة، قد يؤثر على الجلد ويسبب جفافه وتهيجه ويثير الحكة، وقال أخصائيو الجلد في كلية الطب بجامعة مينيسوتا الأمريكية، إن الهواء الساخن داخل المنزل أو المكتب خلال فصل الشتاء يؤدي إلى الجفاف ويسبب تضرره أكثر من الهواء البارد في الخارج، وحيث أننا لا نستطيع الاستغناء عن التدفئة في فصل شديد البرودة كفصل الشتاء فيمكن أن تقلص من المشكلة بوضع وعاء فيه قليل من الماء على المدفأة فذلك من شأنه أن يرطب جو الغرفة.
- إتباع نظام غذائي متوازن، فالتغذية الجيدة السليمة مهمة لأجل الصحة العامة والجلد خاصة.
- الإكثار من شرب السوائل (مياه وعصائر وغيرها) بما لا يقل عن ٨ كاسات يومياً.
- الإقلال - قدر الإمكان - من الوقوف أمام أي مصدر للحرارة مدة طويلة.

أكياس الشاي، واغسلي وجهك بالماء البارد.
- وزعي الهلام المنعش المخصص للعينين، والمضاد لاحتقان الجفون عند محيط عينيك بطريقة الترييب اللطيف مستعينة بإصبعي البنصر لأنها أخف وطأة على البشرة من الأصابع الأخرى.
- اختاري كريم العينين الذي يحتوي على مستخلصات ملطفة ومعالجة كالبابونج والخيار والشاي أو الشاي الأخضر أو الكافيين .
- بعد التأكد من تسرب الهلام المنعش داخل مسامات الجلد الرقيق المحيط بالعينين، وزعي بلطف الكريم المرطب المخصص لهذه المنطقة الحساسة من الوجه.
- وأخيراً تجنبي استعمال الكحل المائي لتحديد العينين لأنه يبرز احتقان الجفون.
مشكلة اعتدت على مواجهتها كل شتاء.. جفاف الجلد و البشرة، تقشير وتشقق، يفقدك ذلك الكثير من النظارة والبرونق خاصة في منطقة الوجه و اليدين حيث أنهما أكثر مناطق الجسم عرضة للجفاف... تحارين كيف تواجهين برد الشتاء بقلب من حديد إليك عرض لبعض الأسباب المساعدة في حصول الجفاف لبشرتك والحلول التي يمكن أن تجنبك قدر الإمكان هذه المعاناة الموسمية..

هل من أسباب أخرى لهذا الجفاف؟

نعم هناك عوامل أخرى تزيد من حدة الجفاف مثل:
- نقص فيتامين أ وسوء التغذية بشكل عام.
- كثرة الغسيل بالماء والصابون أو استخدام أنواع رديئة من الصابون.
- عدم تجفيف اليدين والوجه جيداً بعد الغسيل أو الوضوء.
- كثرة التعرض لتيارات الهواء وأشعة الشمس.
- الرجيم الذي لا يراعي القواعد الغذائية الصحية.
- التعرض لمدة طويلة لمصادر حرارة مثل الوقوف أمام موقد الغاز أو المدفأة لمدة طويلة.

العلاج :

- الابتعاد عن المسببات التي ذكرناها
- استخدام الصابون الذي يحتوي على الزيوت ولعل أفضلها (صابون الغار والصابون المغربي) .
- تناول فيتامين أ، ج، د والأفضل الإكثار من الخضار والفواكه التي تحتوي على هذه الفيتامين مثل (الجزر والسبانخ واليقطين، الفلفل الأخضر والملفوف واللوز والجوز.
- المواظبة على ترطيب البشرة بمرطبات وكريمات تلاءم نوعية كل بشرة (الجلسرين مع القليل من الليمون مفيد جداً)، والتأكد من تشرب البشرة لها بالتركيز على فردها على بشرة الوجه بأطراف الأصابع بحركة دائرية، وينصح خبراء الجلد والبشرة باستخدام مرطب البشرة مباشرة بعد الخروج من الحمام لتجنب جفافها.
- عند استخدام المنظف يفضل استخدام الماء الدافئ ولكن عند غسل الوجه بعد ذلك استخدم الماء البارد حيث تقوم هذه العملية بتنشيط الأوردة الدقيقة الموجودة في الوجه كما أن استخدام الماء البارد لغسل المنظف لا يؤدي إلى زوال المواد المغذية التي يضيفها المنظف إلى وجهك.

كل عام وأنتن بخير ذهب فصل الصيف بحره وجوه المتقلب من جفاف وأثره وجاء فصل الشتاء ذات الجو البارد ، وكلنا نعلم أن كل هذه التغيرات الجوية من تغيير في الفصول تؤثر على البشرة والجلد لذا سنحاول أن نسرد بعض النصائح لكي تحافظي على جمال ورونق بشرتك خلال هذا الجو البارد فكوني معنا :

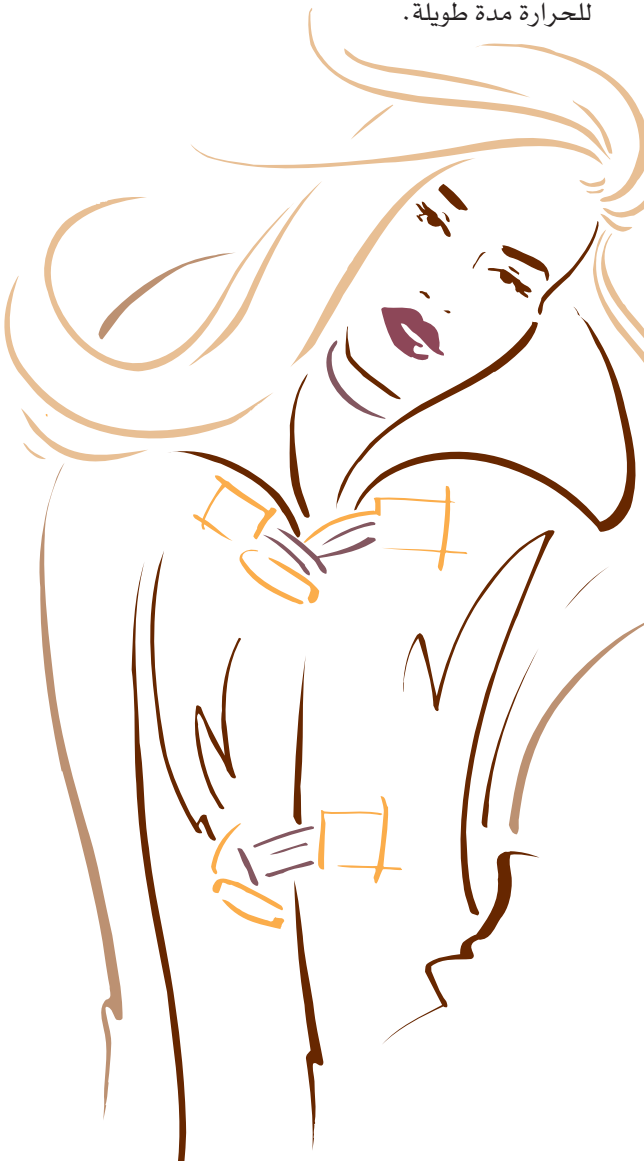
فمن أكثر الأمور التي تجعل البشرة جافة ومتشققة هي هواء الشتاء البارد والتدفئة الداخلية الشتوية ومن أفضل الطرق لمعالجة هذه الأعراض هي الوقاية والتشهير المستمر للجلد بقبض النظر عن برودة الجو في الخارج حاولي مقاومة رفع حرارة ماء الحمام، كذلك الاسترخاء في الماء الساخن تزيد من احتمالات جفاف الجلد ، لذلك قومي باستخدام الماء الفاتر قدر الإمكان و قللي من تعريض بشرتك للماء الساخن قدر الإمكان .

قشري الجلد باستخدام المستحضرات المخصصة لذلك كلما استطعت، لأن ذلك يساعدك في التخلص من الخلايا الميتة، لكن احرصي على أن لا تفركي بشرتك بشدة لأن ذلك سيؤدي إلى الإضرار ببشرتك بدل العناية بها ، وكما هو معروف هناك العديد من طرق تقشير البشرة، مثل استخدام فوطة ليفه مع الصابون الطبي والماء الفاتر، وبما أنه يمكن القيام لهذه العملية في المنزل، ننصح المرأة بالضغط بلطف على الأماكن المستهدفة بعد ترطيبها بالصابون وتجنباً لإثارة الجلد، يمكن تكرار العملية مرة واحدة في الأسبوع، مع الحرص الشديد على عدم تعريض البشرة لأشعة الشمس المباشرة، لذا البشرة فإن الوقت المفضل لإجرائها يكون في الليل وقبل الذهاب للنوم، وحين الانتهاء منها يفضل استخدام كريم مرطب وتتوافر في الأسواق الآن مستحضرات تجميل ومحاليل لغسل البشرة وتعمل على تقشير الخلايا الميتة، لاحتوائها على مادة حمضية مكونة تعمل على إظهار طبقة حية ونقية من البشرة، وقبل اللجوء إلى أي من هذه المستحضرات، يجب قراءة النشرة المرفقة للتأكد من عدم وجود أية مواد مثيرة للجلد قد تسبب الحساسية المفرطة وهناك خيار ثالث يتمثل بقطع قماش مشبعة بمواد خاصة لغسل البشرة، وتضمن هذه الطريقة التخلص من طبقات الخلايا الميتة بسرعة كبيرة وبشكل مريح، في الوقت الذي تقوم به المرأة بكشط هذه الطبقة المزعجة من الخلايا المتراكمة والأوساخ والمكياج، يجب التعامل مع البشرة بعناية فائقة في حال وجود حب الشباب وغيرها من الأمراض الجلدية الظاهرة استخدام المواد المغذية أحياناً تصاب العينان بالتهيج والاحمرار لعدة أسباب منها الغبار والعوامل المناخية ومنها أيضاً سوء استخدام مكياج العيون أو النوم دون مسح المكياج فإذا أصيبت عينيك بهذا التهيج،

عليك إتباع التعليمات الآتية لعلاجها :

اختاري أكياس الشاي التي تحتوي على زهرة البابونج الملطفة، أو أوراق الشاي الأخضر المضادة للالتهابات، واستعمليهما لمعالجة انتفاخ الجفون .

- بعد نقع أكياس الشاي بالماء وتجميدها مدة ١٥ دقيقة في الثلاجة، تمددي على أريكة مريحة واستدي رأسك فوق وسادة عالية لتسهيل عملية التصريف اللمفاوي - أغمضي عينيك، وضعي أكياس الشاي الثلجة فوقهما في شكل يغطي الجفون العليا والسفلى معاً . - استرخي لمدة ١٠ أو ١٥ دقيقة، ثم انزععي



LhõdG ÚH I Ò "·~d °@f



لعل الخوف من فقدان الزوج أو الزوجة، والرغبة في استمرار العيش مع الطرف الآخر مدى الحياة ، أو الحب الذي يصل إلى المراتب العليا ، كلها مشاعر تؤدي إلى ظهور ما يسمى بالغيرة التي تعد من المشاعر التي تحتوي على العديد من المتناقضات لتكون من أذكى وأرق المشاعر في حال و من أسوأها وأخطرها في حال أخرى، كيف ذلك .. هذا ما سنراه خلال السطور التالية :

الغيرة من الناحية الشرعية :

لم يثبت أن الإسلام قد أتى بما ينال في الفطرة البشرية فكل ما سنه الشرع خير خاصة إن تم الأخذ به وتطبيقه على الوجه الأكمل، وهذا ما يمكن إسقاطه على الغيرة، فالإسلام حينما تكلم عنها وضع ووضع حدودها، وذكر سلبياتها وإيجابياتها ، فعن جابر بن عتيق: (أن النبي صلى الله عليه وسلم) كان يقول: "من الغيرة ما يحب الله ، ومنها ما يبغضه الله ، فأما التي يحبها الله فالغيرة في الريبة، وأما التي يبغضها الله فالغيرة في غير ريبة ، والواضح من قوله صلى الله عليه وسلم أن الغيرة شيء مطلوب في العلاقات الزوجية بحدود إذا تم تجاوزها فستؤول إلى ما لا يحمد عقباه .

للغيرة سلبيات :

مما لا اختلاف فيه أن الفطرة البشرية تقتضي غيرة الشريك على شريكه سواء كانت العلاقة بينهما علاقة قرابة كالإخوة مثلاً أو علاقة ميثاق غليظ كالزوج مع زوجته ، لتكون برهاناً على المحبة التي تجمعهم ولتتقوى بها أواصر الود الذي يربطهما ، إلا أن هذا الإحساس الحميد قد يؤدي إلى الانفصال إذا ما تخطت الغيرة حدودها المسموح بها شرعاً وواقعاً ، فغالبا ما تبدأ في البداية بالغيرة الممودة النابعة من حب الأزواج لبعضهم البعض لتتحول إلى الغيرة التي يغلب عليها الشك إذا كانت الظروف المحيطة بهم تساعد على ذلك إلى أن تصل إلى الغيرة المدمومة لتنعكس على حياة الطرفين وتنتهي بارتكاب ما لا يمكن أن يخطر على بال .

وعلى سبيل المثال لا الحصر أثبتت التجارب العلمية أن تأخر الحمل عند بعض السيدات نابع من كثرة الغيرة لديهن مما يسبب لها نوع من عدم الارتياح .

علاج الغيرة :

ومن أنواع الغيرة ما يمكن أن يتطور ليصبح

مرضا يأتي بالويلات لصاحبه و لمن حوله ، لتتحول حياته إلى جحيم يحيط به أينما حل وارتحل، فتستدعي بذلك تدخل المختصين وروية العارفين وتدخل الأهل الذين لديهم الرغبة في جمع الشمل وإيقاف نار الفرقة ، لكن قبل ذلك لا بد من محاولة الشخص نفسه التريث قدر المستطاع ومجاهدة نفسه ما أمكن حتى لا يقع في سوء الظن بصاحبه وذلك من خلال الخطوات التالية :

– لا بد من معرفة الأسباب التي أدت إلى تطور الغيرة إلى مستوى الغيرة المدمومة لأن معرفة السبب نصف العلاج .

– الابتعاد عما يثير نار الغيرة من مسببات من طرف الزوج أو الزوجة رفقا بشريكه واعتبارا لحاله التي توجب التماس العذر له، لأن المحب غيور بطبعه .

مثال على ذلك عن أسماء بنت أبي بكر قالت: وكنت أنقل النوى من أرض الزبير التي أقطعها رسول الله (صلى الله عليه وسلم) على رأسي، وهي مني على ثلثي فرسخ ، فجئت يوماً والنوى على رأسي، فلقيت رسول الله (

– ربط واقع الشخص بتاريخ طفولته فقد يرجع ذلك إلى غيبرته من إخوته في صغره ليؤثر عليه في كبره .

– لا بد من تبادل الثقة بين الزوجين لأنها صمام الأمان في مثل هذه الحالات .

– بعد الأخذ بما سبق ذكره، ولم يسجل أي تطور أو أي نقص في هذه الغيرة الزائدة عن حدها لا بأس من متابعة العلاج مع متخصص في علم النفس والتربية، لأن الغيرة يمكن

فنون التعامل مع الزوج

وخلاصة ما سبق أن للغيرة فوائد وأضرار ولا بد أن يعرف الزوجين هذه الفوائد وهذه الأضرار وإن كنا نخص هنا بالأكثر الزوجة أو المرأة بصفة عامة لأنها هي الأكثر غيرة ، ولكن ننصح كل زوجة بالتفطن في التعامل مع زوجها وإن لا تجعل أي مجال للغيرة أو الشك وإن تجعل حياتها مع زوجها متجددة ومشوقة وإليك بعض التجارب التي قام بها بعض الزوجات للتجديد والترويح :

تقول زوجةكنت إذا أردت إيقاظ زوجي من النوم للصلاة أغسل يدي بالماء حتى تكتسب نوعاً من البرودة وأعطرها بالعطر المفضل لديه فإذا لامست برودة يدي جسمه الدافئ واستنشقت أنفاسه عبير ذلك العطر استيقظ من نومه وإن كان يغط في سبات عميق!!! وتقول أخرى...قال لي بغلظة سوف أذهب للغداء مع أصدقائي..هل تريدين شيئاً...؟ فقلت له: لا تتأخر فسوف تنقطع الكهرباء.. استدار نحوها في تعجب..ومن قال إن الكهرباء سوف تنقطع....؟ فأجابته بقولها أنا أقول لك ذلك بمجرد خروجك من البيت يظلم كل شي....وبمجرد دخولك يضيء كل شي....فتبسم بعدما أدرك ما ترمي إليه وذهب وكله شوق للعودة إلى البيت..!! وهذه أخرى أرادت أن تمارح زوجها..فقالت له...إفتح فمك وأغمض عينك!!! ففتح فمه في تردد وأغمض عينه!! فإذا بها تلقمه حلو لذيذ وعندما أراد الذهاب قالت له مره أخرى إفتح فمك وأغمض عينك... فأغمض عينيه وفتح فمه دون تردد وكله شوق إلى الحلوى فإذا بها تلقمه ورقة تلك الحلوى التي وضعتها في المرة الأولى تقول أخرى...وقت دخول زوجك البيت تفنني في استقباله..حاولي أن تمحي الغضب من قاموسك...تعطري...تدلي...تفني في لبسك مهما كان بسيطاً...استقبله بكلمات الشوق.. المواطن الثاني:وقت الطعام لا تجعل مائدة الطعام روتيناً مملاً..بل تفنني بأن تجعل مائدة الطعام غذاء حب وجسم..تقول إحدى الزوجات..قبل أن يأتي زوجي من العمل كنت أعد له الطرائف فإذا اجتمعنا على المائدة أقوم بسرد النكت عليه فإذا به يضحك حتى يحمر وجهه...وكن أحتسب في ذلك الأجر. أما المواطن الثالث والأخير..فهو وقت النوم... في البداية تفنني في ديكور غرفة النوم فإنه يمثل الجو العاطفي بينكما...من حيث الإضاءة والأثاث والترتيب..ثم اهتمي باختيار ملابسك ورائحتك وعطرك داخل غرفة نومك..ولا تنسي حوار ما قبل النوم بينكما فإنه يزرع الوداد على فراشكما...

!! ???.....øµdh Ú L

- الغيرة إحساس مر فتجنب أن تحتسيه أو تسقيه لغيرك .
- انتبه لا تعبر عن حبك لهم بالغيرة إذا كنت غير متأكد من إحساسهم تجاهك فقد تكشف لحظات ضعفك لمن لا يستحق .
- ما أكبر الفرق بين الحب و الغيرة ، فالحب الكبير يولد الغيرة والغيرة الشديدة تقتل الحب .
- ما أعظم الفرق بين الغيرة و الشك .
- معظم حالات الغيرة في الحكايات العاطفية يكون مصدرها الشك .
- إذا ضبطت نفسك متلبساً بالغيرة على إنسان ما ، فتفقد أحاسيسك جيداً . فقد تكون في حالات حب وأنت لا تعلم .
- إذا ضبطت نفسك متلبساً بالغيرة من إنسان ما ، فظهر أحاسيسك جيداً فقد تكون في حالات إثم وأنت لا تعلم - انتبه لا تخنقهم بغيرتك إذا كنت تحرص على بقائهم معك فقد تخسرهم للأبد وأنت لا تعلم .

تصنيفها ضمن الأمراض النفسية وليست العضوية.
وقد قيل عن الغيرة :
- عندما تغار المرأة تبكي: وعندما يغار الرجل يصمت .
- عندما تغار المرأة تكره: وعندما يغار الرجل يكره نفسه .
- أحياناً يغار الرجل على امرأة تحبه حتى لو لم يكن يحبها .
- وتغار المرأة على رجل يحبها حتى لو لم تكن تحبه .
- أجمل أنواع الغيرة الحب : وأسوأ أنواع الغيرة الحقد .
- من بواذر الغيرة إشعال المرأة وانطفاء الرجل .
- تسعد المرأة بغيرة الرجل الذي تحبه .
- وتختنق بغيرة الرجل الذي لا يحبها وتحبه .
- نحن نغار على الذين نحبهم لأننا نحبهم .
- ونغار على الذين يحبوننا لأننا نحب أنفسنا .



«é°ûàdG .. fzdG I fzdG «Eá@aGódG x ÉeCG Ò°üüd ك

السلوك المنضبط أو العادة الحسنة .
كما أن للتشجيع دوراً قوياً عند محاسبة الأولاد خلال تقصيرهم في واجباتهم الدراسية أو أثناء ضبط سلوكياتهم ، حيث إن المسافة التي يشعر الأولاد أنهم فقدوها تكون كبيرة في تقديرهم، لأن التشجيع وضعهم في مواقع عالية لكنهم نزلوا منها وهبطوا بعض الدرجات ولذلك فإنهم سيعالجون وضعهم غالباً بدون محرّك خارجي بل بدافع من داخل أنفسهم ، إن هذه الطريقة وهذا الأسلوب يقود الأولاد إلى المسالك الجيدة ويبحث فيهم العزم والتصميم وملازمة الصفات الجميلة التي يسعون إلى إثبات وجودها في شخصياتهم من خلال عطائهم وتعاملهم .
ولقد أثبتت التجارب التربوية أن ابنك يسير حسب القالب الذي تضعه أنت فيه فإذا قلت له: "أنت غبي" أحس بالغباء وأخذ يتلمس الجوانب التي تضعه على حدود هذا الوصف، ولاسيما أنه يتصور أن حكم الكبار صائب وقطعي، وإذا قلت لابنك: "أنت ذكي"، ذهب لكي يستثمر كل إمكانيات الذكاء لديه ليثبت أنه كذلك ولكي يحافظ على هذا الثوب الحسن الذي ألبسته إياه ويستمر في لبسه ويشعر أنه ملكه وأنه لابد أن يحافظ عليه .
وهكذا أعزائي الأمهات و الآباء إنّ كلاً منا يتمنى ويسعى لأن يبنى في أولاده كل صروح الأخلاق والفضيلة والاستقامة على الدين والأخلاق والتفاعل الجيد مع مجتمعاتهم.

العطاء والإنجاز عبر شذى التشجيع وعبيره ؟ إن عقولهم النامية وأنفسهم الواعدة تحتاج بشدة إلى هذا النوع من الغذاء الذي يولد فيهم الحماس ويرفع مستوى قدراتهم في أداء المطلوب منهم فإذا كان لديك -عزيزتي الأم عزيزي الأب - ولد مهممل وأردت أن تغرس فيه عادات النظام والترتيب وأن تدفعه إلى الأمام ليطبّقها حتى تصير له عادة فلتمدح محاولاته المتواضعة وجهوده الضعيفة في أن يكون منظماً، لكي تقوي الحافز لديه عن طريق إشباع حاجته من الكلمات الدافعة الموقية لعزائمه ، فالولد في معظم الأحوال يتقمص الدور الذي يعطى له والموقع الذي يوضع فيه والفكرة التي تصل إليه عن نفسه وذاته، فإذا أردت دفع الولد إلى الأمام افترض أن سلوكه حسن وأنه مجتهد وأنه متعاون ولديه استعداد لأن يكون منظماً، وابدأ في بثه العبارات التي توصل له هذه الفكرة الإيجابية عن نفسه وذاته.....

مثال : فتقول له : (من الصفات الطيبة فيك يا أحمد حرصك على أداء الواجبات مبكراً وإنهاء المذاكرة أولاً بأول ولو أنك أضفت إليها العناية بترتيب حجرتك ستكون حقاً ولداً رائعاً، إن ذلك يهيئ لك جواً مريحاً لمذاكرتك!) ثم بعد محاولة أحمد العملية يأتي دور التشجيع مهما كانت محاولة الابن ضعيفة في نتائجها، فينبغي تشجيعه وتدعيمه المرة بعد المرة حتى يزول السلوك أو العادة الخاطئة ويحل محلها

أعزائي الأمهات والآباء :

من منا لا يحب أن يرى أبنائه ناجحين موفقين في دينهم ودنياهم وفي جميع مجالات حياتهم..... ؟
كلنا بالطبع يحب ذلك، بل هو هدفنا الأول تجاه أبنائنا، ولكن لا يمكن أن نصل إليه من خلال التمني والأحلام فقط أو التحدث فقط ، فلا بد من الاهتمام بعملية التنفيذ وذلك بالتربية ومراجعة النفس في الأسلوب التربوي الذي ينتهجه كل منا... هل هو بناء أم هدام ؟ هل هو صواب أم خطأ ؟ هل جربنا أن نعتد بأسلوب التشجيع في تربيتنا لأبنائنا ؟ إنه أسلوب فذ، ولذلك نيسط الحديث عنه اليوم إن شاء الله فكونوا معنا .
إن النفس البشرية تميل بطبعها إلى الراحة وتؤثر السلامة وتتحوف من التضحية، بينما الحياة الطيبة لا بد لها من كفاح ومعاونة، ومن أفضل ما يدفع المرء إلى المعالي: أسلوب التشجيع، بل هو الذي يعتبر وقود الحياة والحافز الأساسي وراء كل ابتكار أو عمل مفيد ونافع ، ولكلمات التشجيع أثر قوي في تحريك وفعالية المجتمع كاملاً بمختلف فئاته وأعمارهم للصغير والكبير ، ودفعهم لتحقيق الغايات المطلوبة منهم، إنها تولد في النفس الرغبة والاستعداد للعمل كما تمنح الفرد - صغيراً كان أو كبيراً العطاء السخي والقوة والطاقة، ولها أثر كالسحر في حفز الهمم والارتفاع بها وتفجير الطاقات الكامنة في نفس الإنسان فيعمل التشجيع على شحن الإنسان بقوة كهربائية تحركه دون أن يدري، ولقد خاطبنا الله تعالى نحن المكلفين بأسلوب الحفز والتشجيع في مواطن عدة من كتابه العزيز: قال تعالى: (وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ، وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ، وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ)

ولو تأملنا في روعة الخطاب القرآني وقوة تأثيره، فنجد في الآية يخاطب المسلم الذي بينه وبين أخيه عداوة فيسير معه ويعلمه كيف يقلب هذه العداوة إلى محبة حميمة ويعرفه فضل هذه المنزلة وأنها تحتاج إلى صبر وقوة تحمل وبالتالي النتيجة ستكون مربحة في الدنيا وعند الله سبحانه وتعالى .

ولقد أضافه الحكماء -أي التشجيع- على قائمة القوى المحركة مثل المال والذهب والقوة البشرية، وأمن عليه القادة والزعماء والولاة والأمراء والآباء والمربون مع من هم تحت قيادتهم وولايتهم، فكلما الشكر أو عبارة الإطراء أو خطاب الشكر والتقدير تجعل الإنسان يكاد يقتل نفسه ليعطي وينتج، وإذا كان الكبار يموتون حماساً وهمّة بدافع التشجيع فكيف بالأطفال الصغار أصحاب القلوب النقية الخضراء ؟ لماذا لا ندفعهم إلى





معكرونة بالجبنه والبادنجان

× المقادير :

- ١ - حبة بادنجان مقطعة شرائح أو قطعاً صغيرة .
- ٢ - ملعقة كبيرة زيت زيتون .
- ٣ - ٤٠٠ جم معكرونة .
- ٤ - ٤٠٠ جم صلصة ثوم والبصل والطماطم .
- ٥ - ٢ باكيت جبنة موزاريلا مقطعة قطعاً صغيرة .
- ٦ - ٢٠ جم ريحان .
- ٧ - ٥٠ جم صنوبر محمص .

× الطريقة :

- يقلق الباذنجان بالزيت إلى أن يصبح بني اللون .
- تسلق المعكرونة في الماء مع القليل من الملح لمدة ١٢ دقيقة (أو حتى تطهى جيداً) .
- تضاف الصلصة إلى الباذنجان .
- ثم تضاف المعكرونة على بقية المكونات وتطهى على نار هادئة .
- ثم تترك حتى تبرد وتقدم بعد رش الجبنه والصنوبر على الوجه ، وبالهناء والشفى .

كيكة الأناناس والزعر

× المقادير :

- ١ - ١٥٠ جم زبدة غير مملحة .
- ٢ - ١٥٠ جم سكر ناعم .
- ٣ - ٣ بيضات مخفوقة .
- ٤ - ٧٥ جم دقيق ذات الاختمار .
- ٥ - ٧٥ جم سميد .
- ٦ - ٢ ملعقة صغيرة بيكنج بودر .
- ٧ - ٢٥٠ جم أناناس معلب ومفروم بالخلاط .
- ٨ - ملعقة صغيرة فانيليا .
- ٩ - سكر ناعم لتغطية الكيكة (اختياري) .

× الطريقة :

- توضع الزبدة والسكر في وعاء وتمزج جيداً .
- يضاف البيض تدريجياً .
- يضاف الدقيق والسميد والأناناس مع الزعر والفانيليا والبيكنج بودر ويخلط المزيج جيداً .
- تطهى الكيكة لمدة ٣٠ دقيقة أو حتى يكون لونها ذهبياً ، مع مراعاة النضج من القلب .
- تترك حتى تبرد .
- ترش بالسكر الناعم (حسب الرغبة) وتقدم مع الشاي أو القهوة .





الصهيونية إلى المسجد الأقصى المبارك:

عن ميمونة مولاة النبي صلى الله عليه وسلم قالت: "قلت يا رسول الله: أفتنا في بيت المقدس"، قال: "أرض المحشر والمنشر، أتوه فصلوا فيه، فإن صلاة فيه كآلف صلاة في غيره، قلت: أرايت إن لم أستطع أن أتحمّل إليه؟ قال: فتهدّي له زيتا يسرج فيه، فمن فعل فهو كمن أتاه".

أخبار الأقصى

قام عدد من الضباط الصهيونية ظهر الخميس (٢٢/١١/٢٠٠٧م) باقتحام باحات المسجد الأقصى المبارك. وذكرت مصادر خاصة أن الضباط وعددهم حوالي ثلاثين ضابطاً دخلوا فور انتهاء صلاة الظهر في المسجد الأقصى المبارك وهم يحملون خرائط يتدارسونها فيما بينهم. وأشارت المصادر أن الخرائط، كما يبدو، تشير إلى تعليمات أمنية صهيونية حول كيفية التصرف واقتحام الأقصى عند حدوث مسيرات ومظاهرات داخل باحات الأقصى!!

وأكدت مؤسسة الأقصى لإعمار المقدسات الإسلامية أن مثل هذه الاقتحامات والجولات باتت تزداد وتكرر أكثر يوماً بعد يوم وتمثل "مساءً خطيراً بالمسجد الأقصى، ودلالة على تصاعد مسعى الاحتلال للسيطرة المطلقة التدريجية على المسجد الأقصى ولزيد من العدوان عليه".

وتقوم سلطات الاحتلال منذ فبراير ٢٠٠٧ بهدم تلة طريق باب المغاربة الملاصقة للجدار الغربي للمسجد الأقصى المبارك وغرفتين من المسجد تقعان أسفل التلة، فيما اعتبر خطوة في مخطط خطير للتقسيم يهدف إلى فتح باب من ساحة البراق يؤدي إلى ساحات المسجد الأقصى ل يتيح إدخال أعداد كبيرة من الشرطة والمحتلين

الصهيانية إلى المسجد الأقصى المبارك لفرض واقع جديد داخل البيت المقدس!

وقد كشف الشيخ رائد صلاح رئيس الحركة الإسلامية في فلسطين ٤٨ عن هذا المخطط الذي استقاه من مستندات صهيونية حيث أنه مرتبط بإنشاء نفق آخر يصل إلى المنطقة الواقعة بين المصلى القبلي وقبة الصخرة داخل المسجد الأقصى المبارك لتحقيق حلم صهيوني بإقامة مبنى لـ "الهيكال" المزعوم بالتوازي مع المسجد الأقصى المبارك وأكبر مصليين فيه. مؤكداً أن الحفريات الحالية ستنتهي إلى إزالة طريق باب المغاربة بشكل نهائي!

كما وأشار إلى أن هناك أنفاقاً تحت المسجد الأقصى أصبحت مكشوفة رغم محاولة الاحتلال التغطية عليها، إضافة إلى أنفاق أخرى لم يتم الكشف عنها حتى الآن ، وأن سلطات الاحتلال تخطط لاقتطاع جزء من مقبرة الرحمة الملاصقة للصور الشرقي للمسجد الأقصى المبارك والمدفون بها عدد من الصحابة ليشيدوا مكانها محطة تليفريك

هذا وقد احتل الكيان الصهيوني الغاصب شرقي القدس، حيث المسجد الأقصى المبارك، في ١٩٦٧/٦/٧م، ويسعى من ذلك الحين لطمس معالم المدينة العربية الإسلامية، وعلى رأسها المسجد المبارك، في إطار سعيه لتهويدها، وإلغاء الحق العربي الإسلامي فيها.



قد لا تكون أقدم المدن في التاريخ البشري، لكنها دون ريب أكثرها تأثيراً وتأثراً في الحضارات الإنسانية عبر التاريخ، بل وستبقى محط أنظار الدنيا حتى يرث الله الأرض ومن عليها. فعلى عتباتها تحطمت مجاديف الطامعين بالمجد الدنيوي بدءً بشعوب ما قبل التاريخ المكتوب ومروراً بجحافل الإغريق والرومان وانتهاءً بالهكسوس والحملات الصليبية. ومن رحمها ولدت شرائع الله المتعاقبة، رحمة بالعباد وإعماراً للبلاد وتحقيقاً لسنة الله في الخلق بخلافة الإنسان على الأرض. على أديمها مر آدم عليه السلام، وفي مناكبها سعى أبو الأنبياء خليل الرحمن في طريقه إلى بيت الله العتيق، وفيها أورث سليمان عليه السلام ملكاً لم يكن لأحد من قبله ولا لأحد من بعده. وإليها حمل "الذي عنده علم من الكتاب" آصف بن برخيا عرش بلقيس في طرفه عين، لتسلم أمة بأكملها وتهتدي إلى الصراط السوي. وفي كنفها شعت كلمة الله وروحه لمقارعة ظلم الذين انحرفوا عن شريعة موسى عليه السلام، فازدهرت كنيسة المهدي بهاء وتالقت رونقا. وبين أزقة درب الآلام حمل شبیه عيسى صليبه على كتفيه، وبين جنباتها كنيسة القيامة حيث رفع عيسى عليه السلام إلى السموات العلى.

ولعل أعظم مفخرة أسبغها الله على القدس تجلت في إسراء الرسول الأعظم عليه وعلى آله أفضل السلام إليها، فكانت الصلاة جامعة بإمامته وحضور أنبياء الله قاطبة. ولتتبع الصلاة معراجة عليه الصلاة والسلام إلى ملكوت السموات حتى يصل سدة المنتهى فيضحي من العرش قاب قوسين أو أدنى. وعلى إثر المعراج المبارك بدأت الهجرة المباركة لتعاد صياغة التاريخ البشري من جديد في إطار رحمة الله، ولينتشر العدل الرباني بين بني البشر رداً من الزمن وليشع نور السلام من مدينة النور إلى مدينة السلام.

واليوم تعود مدينة السلام وزهرة المدائن مكبلة بأغلال القهر وسلاسل الظلم بعد أن انحرفت الأمة عن النهج القويم، فالسنة الربانية "أن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم". اليوم وتحت مظلة المؤتمرات الدولية، ماضيها والقادم منها، تنحدر عروس المسلمين والأثيرة إلى قلوب المسيحيين والمفدسة عند اليهود، وتغتصب جهارا نهارا على مرأى الجميع ومسمعهم، بحسب تعبير الشاعر البوهيمي مظفر النواب. اليوم يحلوك ليل القدس وتتراكم غيوم الهون والضعف في الأمة. بيد أن الليل لا بد له أن ينجلي والقييد لا بد له أن ينكسر، وحتمية التاريخ في المفهوم الإسلامي أن يعود عيسى عليه السلام مبشراً بدين محمد من جديد ليتبعه مهدي هذه الأمة "ليملأ الأرض قسطاً وعدلاً بعد أن ملئت ظلماً وجوراً". والحتمية الربانية تقتضي أن "ولقد كتبنا في الزبور من بعد الذكر أن الأرض يرثها عبادي الصالحون" (الأنبياء ١٠٥).

د. مصطفى معرفي

٠übcg ' fÑ'sDœe

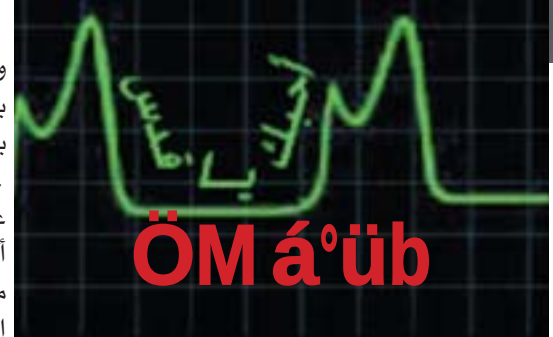


وحدي أنا هنا .. في غرفتي لا معنى للحياة .. سواد الليل يلسع بسياطه أجزاء جسدي .. ليملاً قلبي بصدى الألم .. يغريه بالاستسلام .. عيناى تحنان للنور .. تبجثان عنه في كل مكان .. وتأبى أن تزحفا خارجاً .. لجسدي رعشات عاشق غاب عن حبيبته دهرًا طويلاً .. نعم .. عاشق أساء فهمه القدر .. أو لعله ظلمه .. أنا عاشق وما أدري العالم من أنا .. أحببتها من كل قلبي .. في عينيها مقاليد الحياة .. ولبسمتها معنى الوجود .. لا عجب إذا أني ميت هنا .. فأنا عنها بعيد .. بين جنبي روح تأبى السكون ..

تدفعني لها .. تعاتبني لعلني أثور .. فلا مفر .. سأخرج لها .. من بين ركام وأطلال يأسى سأرحل .. لأعلن لها عن حبي .. وإن كنت لا أعرف من أين أبدأ .. ولكن شيئاً بداخلي يخبرني أنها ستعرف ما أود القول من عيني .. ستقرؤه حرفاً حرفاً ... تفكيري هذا يخدر قلبي .. فيا نفس هبي قد مل الانتظار .. وتخلني عن مجالستي الصبر .. شدي الرحال لها .. ودعي الرثاء .. فالיום قد ابتسم القدر .. ها أنا جعلت ألمم دفاتري وثيابي .. أنوي الرحيل .. بل لعلني أقصد الحياة .. جعلت أودع أقربائي وكل يسألني .. أذاهب أنت لها ؟ .. فإن عرفوا ذلك عذروني .. وببسمه ودعوني .. ها أنا اليوم ودعت آلامي وأتيتك .. لا من أجلك فقط .. بل من أجلنا معا .. أنت وحدك تجعليني أبتسم .. ترسمين في خيالي مشاعر رائعة .. تشكلين بكل هذا دمة عاشقة مقيمة .. نعم أحبك .. سأجلجل بها أركان الدنيا .. لأنك قدسي وعزتي وعشقي معا .. لأنك بكل بساطة .. أنتي كل شيء .. لأرضك جاذبية لا تقاوم .. وفي سمائك يذوب الألم .. ها أنا أرى مشارفك تطل علي من بعيد .. وفي كل خطوة تجرني إليك أرى القلب يرتعش ..

وعندما وصلت .. جعلت أرى سماءك يعلوها شفق أسود .. ولأمطارك صوت الغضب .. لشمسك أسنة لاهبة .. ونيران .. نيران هنا وهناك .. على السطوح المهملة وفوق أحواض الزهور .. على الشبايبك العتيقة حيث يحلو لليمام أن يغازل النور ..

ومن بين النيران تختارني رصاصة .. ليكون قلبي العاشق من بين كل القلوب سكناً لها .. جاءت الرصاصة لتحرم عيناى رؤية ما كان في الرؤيا أعواماً .. أما سمعتي آخر نبض لقلبي .. إنها تهتف باسمك .. تتأشد روعي العودة .. بينما تحتضنه أرضك بكل حب وشوق .. وما زال القلب ينادي .. أحبك .. أحبك يا قدس



نافذة أولى :

اللغة هي المداد الذي لا ينفذ مهما
كتبت به الأقلام ، ونطقت به الشفاه
، وباحت به المشاعر ، وعبرت به
الأحاسيس ، هي الفيض المتدفق من
الأحرف والكلمات والذي يروي ظمأ
الروح ويسكن وحشة القلب ، ويثري
فكر العقل ..

هي السحر الحلال السالب للألباب
والمحيّر للقلوب ، رغم مرور السنين
والقرون الكثير ، تبقى خالدة لتتقش
الحس الروحي الإبداعي لدى
الإنسان على واجهة التاريخ ..

فلست أستغرب من كثرة عدد
الشعراء والكتاب والمبدعين على
مر العصور ، وانتشارهم في أرجاء
الأرض الفسيحة ، وتعبيرهم عما
يخالجهم ويدور في خلداهم من حس
وشعور ، ولست أستغرب من كفاية
الكلمات لكل هؤلاء واستيعابها لكل
ما يكتبون عنه ويعبرون به ، من شعرٍ
وقصصٍ ونثرٍ وشتى فنون الأدب ..

قرأنا كثيراً واستمتعنا كثيراً
بالمفردات التي سطرها المبدعون
ونظموها ، وبالرغم من كثرتهم
وامتدادهم على صدر السنين إلا
أننا مازلنا نستمتع بكل جديد وقديم
، ولكن كثيراً ما كنت أتساءل هل
ستنفذ الكلمات في يومٍ ما ؟

هل ستنتهي التعبيرات البلاغية
والتشبيهات والصور المجازية ؟

هل سيأتي جيلٌ من الكتاب لا يجد
مفردةً جديدةً يكتب بها ؟

أم هل سيتشبع القارئ من اللغة ،
ولا يجد جديداً في ما يقرأ ؟

بالتأكيد لن يأتي ذلك اليوم ، فلغتنا
العربية مترامية الأطراف ، وواسعة
المساحة ، ومتعددة الألفاظ ، تتشكل
بتشكل الكاتب وأطروحاته وطريقته
بالتعبير ، هي لبنة سلسلة يطوعها
المبدع كما يشاء ويعرج بها في السماء
الذي يريد ، لا تبخل على أحدٍ
بالمزيد والجديد ..

رحمها المعطاء ما زال يدفع لنا
البُلغاء والأدباء ، وينجب لنا
القصاص والشعراء ، ويعمر دنيا
الأدب بلا انقطاع ..

بِقلم: ايلاف الريش

اللغة هي المحضن الكبير المتسع للجميع ، للمبتدئ والهاوي والمحترف ، للكاتب المبدع والقارئ المتذوق والناقد الخبير ، للفكر المستتير والقلب النابض والروح النقيّة المستلذة بروائع الكلم ..

وهذه دعوة أقدمها لكل من يفخر لسانه بنطق حرف الضاد ، ويزيّن كلامه باللغة العربية الفصيحة ، لا تمنع نفسك من البوح ، ولا تشل يدك عن الكتابة الأدبية ، استمتع بكل ما يمليه عليك فكرك وقلبك ، وإنقشه على صفحاتك ، وعبر بلغتك كيف تشاء ، لا تحرم نفسك متعة الأدب ، وأطلق لنظرك العنان ، ودعه يتجول في رحاب المبدعين من شعراء وكُتاب ، إن للأدب لذة لا يشعر بها إلا من يتذوقها ،، فكن منهم ..

نافذة على الذاكرة :

ذاكرة الأدب تعج بأسماء فذة أشعلت الكلمات وطوّعت العبارات وأبدعت الصياغة الأدبية ، فسادت في ميادين الشعر والأدب وخُلدت ذكراها ، من تلك الأسماء ننتقي لكم أجمل الأزهار :

نافذتنا الثانية من النوافذ الأدبية سنطل من خلالها على شاعر عظيم من شعراء الأمة الإسلامية ، والذي له دور كبير في نصرة الإسلام وُرفع شأنه ، وهو حسان بن ثابت شاعر الرسول صلى الله عليه وسلم ، ومن منا لا يعرفه ؟

عاش عسان بن ثابت زمناً طويلاً في الجاهلة ، وأدرك الإسلام واعتنقه وآمن به ، كان من الصحابة المقربين من الرسول صلى الله عليه وسلم والمدافعين عنه دوماً ضد هجاء المشركين والكفار .

وكتب العديد مكن الأشعار التي مدح بها الرسول صلى الله عليه وسلم ، وننتقي لكم هذه الأبيات

نبي أتانا بعد يأس وفترة من الرسل والأوثان في الأرض تعبد

فأمسى سراجا مستتيراً وهادياً يلوح كما لاح الصقيل المهند

وأذنرنا نارا وبشر جنة وعلمنا الإسلام ، فالله نحمد

وأنت إله الخلق ربي وخالقي بذلك ما عمرت في الناس أشهد

كما دافع عن الرسول ورد على هجاء أبي سفيان بن الحارث فقال :

هجوت محمد فأجبت عنه وعند الله في ذاك الجزاء

وجبريل أمين الله فينا وروح القدس ليس له كفاء

فإن أبي ووالده وعرضي لعرض محمد منكم وقاء

أتهجوه ولست له بكفاء فشركما لخيركما الفداء

وأما من أشعاره التي وجهها للكفار ، وعيّرهم بهزيمتهم يوم بدر ، فننتقي لكم هاذين البيتين :

فينا الرسول وفينا الحق نتبعه حتى الممات ونصر غير محدود

مستعصمين بحبل غير منجذم مستحكم من حبال الله ممدود

وله العديد من القصائد التي يفتخر فيها بالإسلام والنصر ، والقصائد القبلية

نافذة على المعجم

التي يمتدح بها الغساسنة بالإضافة لقصائده في رثاء الرسول صلى الله عليه وسلم بعد وفاته ، عاش حسان بن ثابت بقية حياته في المدينة المنورة ومات فيها بعد أن فقد بصره رحمه الله ورضي عنه .

لغتنا العربية الفصحى تواجه الجفاء والإعراض من أبنائها ، فباتت بحال يرثى له ، فهجرها العرب إلى غيرها من اللغات وأدار لها اللسان العربي ظهره !

في نوافذنا الأدبية سنفتح إحداها ونطل على المعجم لنحاول إنقاذ بعض المفردات العربية الفصيحة التي أوشكت على الاندثار ..

- الوصب : وهو المرض ، ويقال أوصبه الله ، أي أمرضه الله .

- الرمض : يقال رمض اليوم ، أي اشتد حره ، فالرمض هو شدة الحر .

- الرهط : وهو أسم يطلق على الجماعة من ثلاثة إلى تسعة ، أي الجماعة التي لا تقل عن ثلاثة أفراد ولا تزيد عن تسعة أفراد .

- الحداء : يطلق الحداء على الغناء في الصحراء ، وهو أصلاً للإبل ولكنه أخذ مفهوم الغناء الحزين .

وفي ذلك قال الشاعر :

رحلَ الخليطُ جمالهم بسوادٍ وحدا على إثر الحبيبةِ حادٍ

والحادي هو من يقوم بالحداء ، أو الغناء الحزين

أجمل تعليق

تعدّها: أسماء الميمني
Musabaqa11@hotmail.com



تصوير: رائد دشتی - عضو نادي بيت لوزان للتصوير الفوتوغرافي

جوائز قيمة نقدية لأفضل ثلاثة تعليقات

١٠٢٤٥٦٧٨٩١٠١١١٢١٣١٤١٥١٦١٧١٨١٩٢٠٢١٢٢٢٣٢٤٢٥٢٦٢٧٢٨٢٩٣٠٣١٣٢٣٣٣٤٣٥٣٦٣٧٣٨٣٩٤٠٤١٤٢٤٣٤٤٤٥٤٦٤٧٤٨٤٩٥٠٥١٥٢٥٣٥٤٥٥٥٦٥٧٥٨٥٩٦٠٦١٦٢٦٣٦٤٦٥٦٦٦٧٦٨٦٩٧٠٧١٧٢٧٣٧٤٧٥٧٦٧٧٧٨٧٩٨٠٨١٨٢٨٣٨٤٨٥٨٦٨٧٨٨٨٩٩٠٩١٩٢٩٣٩٤٩٥٩٦٩٧٩٨٩٩

.ájʃfɛáðɕh ógɛv̥ɕh áóé÷÷ǵ äññéñd ááñéúv̥ǵ : ملاحظة
 .ááñéúv̥ǵ ‘ áóé÷÷ǵ áóé÷÷ǵ > ägðöýǵ : زج
 .lèéé ááL ‘ ää 8 : رجي

اجلسي في لحظات التأمل .. وتمعني بالمشهد الذي أمامك .. ثم انسجي من خيوط أفكارك .. تعليقاً يليق بالقطعة المختارة .. ثم انثري حبر كلماتك للإجابة عن «أجمل تعليق» وقد تحظين بحصولك على إحدى الجوائز المذكورة .. فنحن بانتظارك:

: 130 0ó©dGá:هÉ'ùe ‘ lǒFÉØdG äÉ:«1©àdG

التعليق الفائز بالمركز الأول :

...fJôf 'h QfëÑdG øe Üô°ûf ób
...hôj ' TMaEdG áXقىÑjh

التعليق الفائق بالمركز الثاني :

ΑΕ£©dG ‘ ΑΕΨΈC øC
 ΙΈ«جG ίæÁ

التعليق الفائز بالمركز الثالث :

ÉgQó;j Óa

الجوائز برعاية : المركز الأول 40 د.ك المركز الثاني 30 د.ك المركز الثالث 20 د.ك



التعليقات المشاركة:

راضيا بقطرة ماء !فهل أنت راضي؟
يرتوي بالماء عطشا و يرتوي بالإيمان
حبا

إذا كان الماء سراً للحياة فالطاعة سراً
للنجاحة

عند التأمل في عيون الطائر ترى ابتسامة رضا

«*«*»HÔG OÉ^aM QGff

حبك أعطاني السعادة .. وأنور حياتي
بعضيم عطاءه

نورة جديع علي الجديع

عطشان أرويک ، زعلان أراضیک ، أنا
کلی أشواق تحویک

áj/fÉK áÑÉW - ...ô^{ao}ûdG °«©f AGf°VC

مهما كنت عطشانتتضور

لا تسرق جهد غيرك... فتتجور
áj/féãdġ áMÔYĠ ‘ áNđEW – Ó«NŸ °«@f QĠ/fġC



تصوير: رحيله الكندري

.. äÉYÉæqdg É;fE

في أحد الجامعات في كولومبيا حضر أحد الطلاب محاضرة مادة الرياضيات وجلس في آخر القاعة ونام بهدوء وفي نهاية المحاضرة استيقظ على أصوات الطلاب ونظر إلى السبورة فوجد أن الدكتور كتب عليها مسألتين فنقلهما بسرعة وخرج من القاعة وعندما رجع البيت بدء يفكر في حل هذه المسألتين ..

كانت المسألتين صعبة فذهب إلى مكتبة الجامعة وأخذ المراجع اللازمة وبعد أربعة أيام استطاع أن يحل المسألة الأولى وهو ناغم على الدكتور الذي أعطاهم هذا الواجب الصعب !!

وفي محاضرة الرياضيات اللاحقة استغرب أن الدكتور لم يطلب منهم الواجب فذهب إليه وقال له يا دكتور لقد استغرقت في حل المسألة الأولى أربعة أيام وحللتها في أربعة أوراق ..

تعجب الدكتور وقال للطلاب ولكني لم أعطيكم أي واجب !!

والمسألتين التي كتبتها على السبورة هي أمثلة كتبتها للطلاب للمسائل التي عجز العلم عن حلها ...!!

ان هذه القناعة السلبية جعلت الكثير من العلماء لا يفكرون حتى في محاولة حل هذه المسألة ولو كان هذا الطالب مستيقظا وسمع شرح الدكتور لما فكر في حل المسألة ولكن رب نومة نافعة ...

وما زالت هذه المسألة بورقاتها الأربعة معروضة في تلك الجامعة .

حقاً إنها القناعات ..

قبل خمسين عام كان هناك اعتقاد بين رياضي الجري أن الإنسان لا يستطيع أن يقطع ميل في أقل من أربعة دقائق وان أي شخص يحاول كسر الرقم سوف ينفجر قلبه !!

ولكن أحد الرياضيين سأل هل هناك شخص حاول وانفجر قلبه فجاءته الإجابة بالنفي ...!!

فبدأ بالتمرين حتى استطاع أن يكسر الرقم ويقطع مسافة ميل في أقل من أربعة دقائق .. في البداية ظن العالم انه مجنون أو أن ساعته غير صحيحة لكن بعد أن رأوه صدقوا الأمر واستطاع في نفس العام أكثر من ١٠٠ رياضي أن يكسر ذلك الرقم ...!!

بالطبع القناعة السلبية هي التي منعتهم أن يحاولوا من قبل فلما زالت القناعة استطاعوا أن يبدعوا ..

حقاً إنها القناعات ..

في حياتنا توجد كثير من القناعات السلبية التي نجعلها شناعة للفشل فكثيراً ما نسمع كلمة : مستحيل ، صعب ، لا أستطيع ...

وهذه ليس إلا قناعات سلبية ليس لها من الحقيقة شيء ...

والإنسان الجاد يستطيع التخلص منها بسهولة ...

فلماذا لانكسر تلك القناعات السلبية بإرادة من حديد

نشق من خلالها طريقنا إلى القمة <>

القلق هو أعدى أعداء القرار السليم .

ومن الأقوال المأثورة أن القلق مثل الكرسي الهزاز، سيجعلك تتحرك دائماً لكنه لن يوصلك إلى أي مكان .

!!!ô'ûÑdg ÖFôZ

توجهت إلى حكيم لأسأله عن شيء يحيرني فسمعتة يقول : "عن ماذا تريد أن تسأل؟"

قلت : "ما هو أكثر شيء مدهش في البشر؟"

فأجابني : "البشر! يملّون من الطفولة ، يسارعون ليكبّروا ، ثم يتوقون ليعودوا أطفالاً ثانية"

" يضيّعون صحتهم ليجمعوا المال ،ثم يصرفون المال ليستعيدوا الصحة"

" يفكرون بالمستقبل بقلق ، وينسّون الحاضر، فلا يعيشون الحاضر ولا المستقبل"

" يعيشون كما لو أنهم لن يموتوا أبداً ، و يموتون كما لو أنهم لم يعيشوا أبداً"

مرّت لحظات صمت

ثم سألت : "ما هي دروس الحياة التي على البشر أن يتعلّموها؟"

فأجابني:

" ليتعلّموا أنهم لا يستطيعون جعل أحد يحبهم، كل ما يستطيعون فعله هو جعل أنفسهم محبوبين"

" ليتعلموا ألا يقارنوا أنفسهم مع الآخرين "

" ليتعلموا التسامح ويجربوا الغفران "

" ليتعلموا أنهم قد يسبّبون جروحاً عميقة لمن يحبون في بضع دقائق فقط، لكن قد يحتاجون لمدواتهم سنوات طويلة"

" ليتعلموا أن الإنسان الأغنى ليس من يملك الأكثر، بل هو من يحتاج الأقل"

" ليتعلموا أن هناك أشخاص يحبونهم جداً ولكنهم لم يتعلموا كيف يظهروا أو يعبروا عن شعورهم"

" ليتعلموا أن شخصين يمكن أن ينظرا إلى نفس الشيء و يَرَيَانِه بشكل مختلف"

" ليتعلموا أنه لا يكفي أن يسامح أحدهم الآخر، لكن عليهم أن يسامحوا أنفسهم أيضاً"

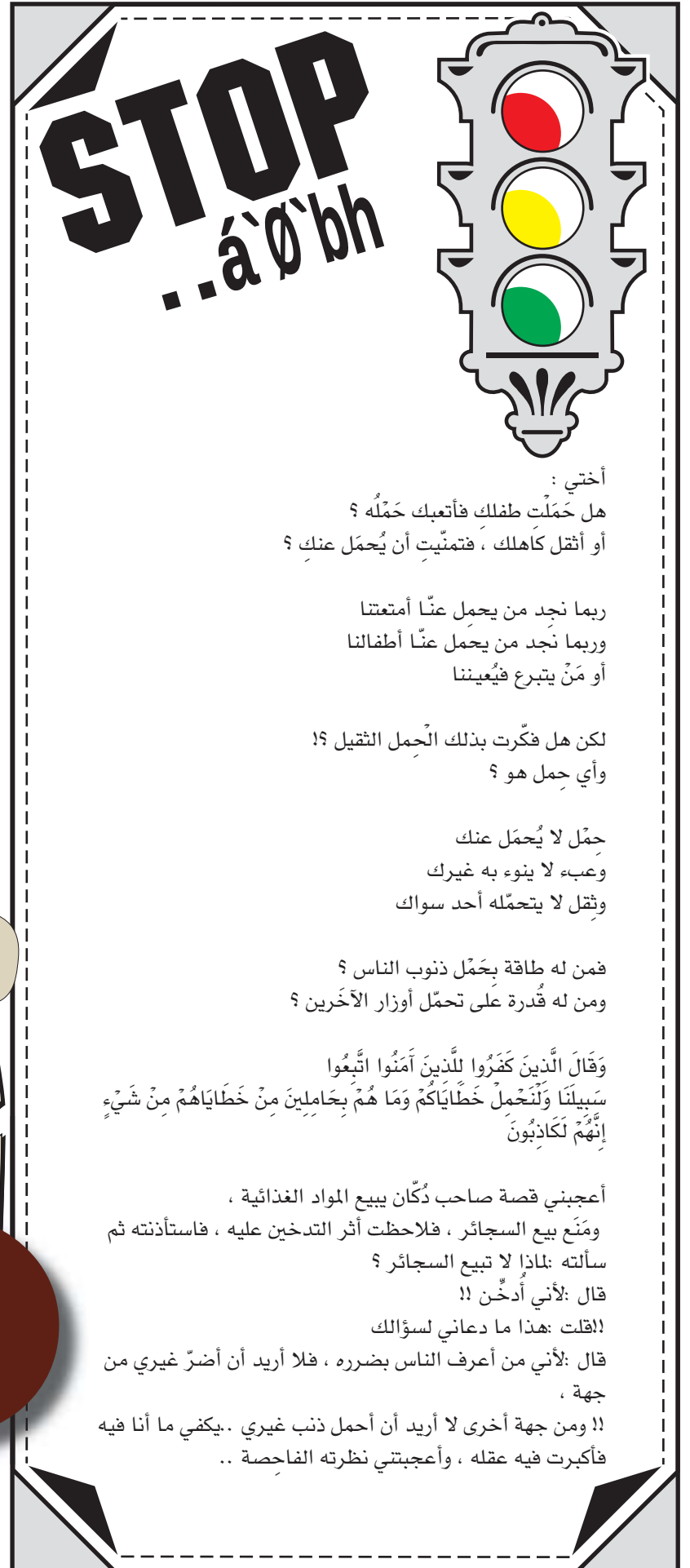
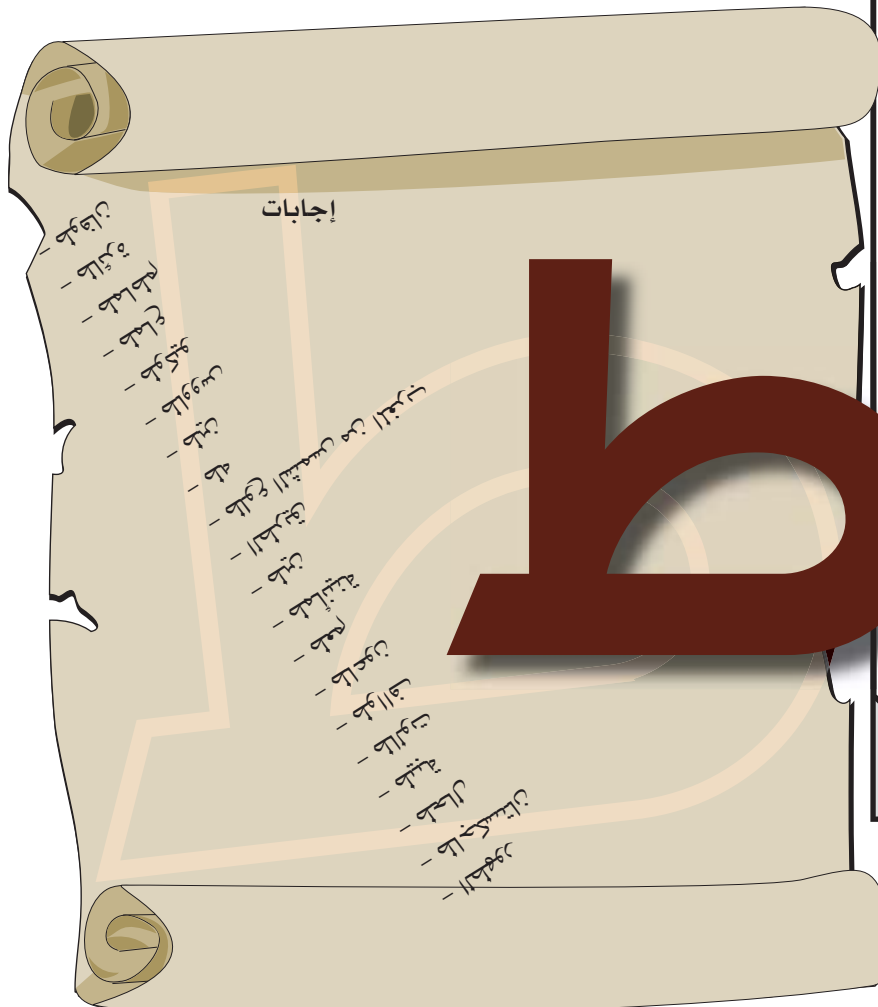
قلت بخضوع : "شكراً لك ..

جاءك ... عاقل

حرفنا في هذا العدد هو حرف (الطاء) .. حاولي عزيزتي القارئة أن تكون جميع إجاباتك بحرف « ط » :

الأسئلة :

- الماء الطاهر في نفسه المطهر لغيره مثل مياه العيون؟
- من الجمهوريات الإسلامية في الاتحاد السوفيتي ؟
- عضو من أعضاء الجسم يساعد على مكافحة التلوث ، وظائفه إنتاج خلايا الدم ؟
- من أسماء المدينة المنورة؟
- قصة نبي قتل جالوت ، وردت في القرآن ؟
- من أركان العمرة ؟
- وباء خطير وقاتل يسمى الموت الأسود ؟
- ما يلقي للسّمك لاصطياده ؟
- سكون النفس وراحته تسمى ؟
- ما معنى صلصال في سورة الرحمن ؟
- الرفيق قبل ؟
- من أشراف الساعة الكبرى ؟
- من سور القرآن الكريم كانت السبب في إسلام عمر بن الخطاب ؟
- بمعنى اللين والناعم والفض ؟
- طائر جميل؟
- عاصمة اليابان ؟
- الرجل الذي يأخذ كل شيء لنفسه ؟
- خضار يستخدم كثيرا في السلطات ؟
- من وسائل النقل السريعة ؟
- الماء العظيم المفرق ؟





ناصر بدر



علي الكندري



دانة الكندري



ريان الكندري



سالم الشطي



مريم دشتي - معدي الصباغة



فرح الرميح



شوق الكندري



فواز المطيري



أوضح وعبد العزيز العنزي



بدنوري العنزي

severe climate.

This practise can be noticed in all desert areas and only in Arabia, and it is an undeniable fact that any anthropologist can confirm. We should notice however that Allah Almighty commanded the Muslim women to draw their head covers to cover their bosoms too and did not command them to cover their bosoms only. In the period of ignorance (the period that preceded Islaam) women used to show the upper part of their bosoms as a compensation for their lost attractiveness due to their environmentally forced covering of the heads.

Actually a woman in that period would take a piece of cloth, cover her head with it and tie it at the back of her neck, exhibiting her neck and bosom and covering only the part of her skull that is sensitive to the sun. There was thus no need to tell them to cover their heads for covering the head was the status quo then, and had Allah told the believing women "cover your heads" they could have all apostatised! The real Creator should know that they all – for climatic necessities - cover their heads and thus does not need to ask them to do something they all already do.

The Qur'an then tells them that covering the head is not enough and that it should be extended to include the bosom and normally the neck. Women also used to shorten their dresses as not to get dirty with the desert sands, and that's why the Qur'an commanded the Muslim women to cast down their garments or make them longer.

Logically speaking, what can be more attractive in a woman more than her hair? A statistical look at the number of beauty salons in the world and the profits of hair product manufacturers all over history tells us that the hair is a thing a woman brags with and attracts the attention with the most.

Now can Allah command the believing women to cover the

upper part of their bosoms and allow them to uncover a more attractive part of their bodies? Or I should say the most attractive part. Allah even forbids women from attracting the attention to their hidden or potential "zeenah" or beauty (a thing discussed in detail in the last article of this series), let alone allowing them to explicitly show the most alluring part of their bodies.

The hijab is thus a perfecting addition to what societies practised rather than being an extension to social and historical practises as some suggest.

3- Enslaved Mentalities

"The hijab was a means to discern between free women and enslaved ones. Slavery has been abolished and there is thus no need to wear it"; Fortunately enough, there is no "text" neither from the Qur'an nor from the hadeeths that corroborates this claim. Fortunately enough too, logic refutes it; had Allah wanted to discern enslaved women from free ones (although there is no logical reason for that), would He burden the free (the majority) or the slave (the minority) of the trouble of covering herself?

Some argue that the verse

"at least by this they would be recognised [as chaste] and not molested" means that the hijab was to protect free women from molestation. This opinion is simply catastrophic, because it claims that Islaam does not mind that enslaved women are molested! The meaning of the verse is totally different; the phrase "at least" is very significant because it tells us that the least benefit of the hijab is that everybody would know that they are Muslims and are chaste. It's a value-added benefit economically speaking. Not being molested is the minimum that hijab grants women and is not the only reason. More details on the philosophy of hijab will come later in this series.

4- Puffed Illogicality

"The hijab is a spiritual state; it has nothing to do with clothing. Why don't you people let us breathe?"

If we follow that paradigm of thinking, then there is no need to pray or fast. Deeds are louder than words, and Allah asked us to demonstrate our love and obedience to him intrinsically and extrinsically. Embracing a religion is a free yet a difficult choice. Let us all breathe, but please let us all make sure that when we breathe we do not puff subjectivity and illogicality.



hijaab Scrutinised: The Four Fallacies of hijaabophobia (Part 1 of 4)

Hayat Alyaqout
hayat@i-mag.org
www.i-mag.org

In this series, Hayat Alyaqout scrutinises the hijaab and touches upon several themes such as the religious authenticity of the hijaab, the overlap between the hijaab as a religious practise and the hijaab as a social practise, how men have their own hijaab too, and the philosophy of the hijaab in relation to the social notion of beauty.

In the first part, she talks about the four main challenges raised against the authenticity of hijaab in Islaam and refutes them.

Some Boringly Repeated Statements:

1- "Only the wives of the Prophet – peace be upon him - were required to don the hijaab";

2- "Donning the hijaab means that a woman covers her bosom as stated in the Qur'an; covering the head was a social practise that dates back to ancient civilisations";

3- "The hijaab was a means to discern between free women and enslaved ones. Slavery has been abolished and there is thus no need to wear it";

4- "The hijaab is a spiritual state; it has nothing to do with clothing. Why don't you people let us breathe?"

Are you bored with these statements that keep recurring every now and then? What is even more boring and aggravating is the mindset that produces them; a mindset that reads the religious text partially and selectively. This way of thinking is not different than taking scissors and cutting pages of the Holy Qur'an in order to reach to a pre-determined aspired conclusion.

The first command in the Holy Qur'an is "Iqra!" or "Read!" So let's try to fair-mindedly read about the hijaab since there is no other way to get rid of this hijaabophobia-generated

fears and fallacies save by enlightened discourse.

Surviving the Mess of Terms
The terms can be intriguing; there is hijaab, khimaar, veil, headscarf and many others. hijaab is the commonplace term although it is not the most precise one.

hijaab and khimaar are two Arabic words that both mean concealing; hijaab implies a complete covering, while khimaar is more precise and refers to the cloth the women of Arabia used to cover their heads with. Although the Qur'an commands only the wives of the Prophet to put a complete "hijaab" between them and between non-mahrams, and commands the rest of Muslim women to pull down their khimaars (head covers) to cover their bosoms too and not only their heads, the term hijaab is now the de facto term and is used generically.

I should stress here that the hijaab is not merely a way of dressing as some people think, it also incorporates a code of behaviour. hijaab requires that a balance is stricken between the inward and the outward as will be explained in the last article of this series. Below is an analysis of the above-mentioned fallacies:

1-Misinformation

vs. Malignance Theory?

- Only the wives of the Prophet P.B.U.H. were required to don the hijaab;

There is either a great deal of misinformation or a great deal of malignance in this statement. In the matter of wearing the hijaab, both the Qur'an and the sunnah (hadeeths) address Muslim women in general. This is evident in these two verses of the Qur'an:

"And say to the believing women that they should lower some of their gaze [when necessary] and guard their modesty; that they should not display their beauty except what (must ordinarily) that

appear of it; that they should draw their khimaars [covers] over their bosoms and not display their beauty except to their husbands, their fathers ... and that they should not strike their feet in order to draw attention to their hidden zeenah [beauty or ornaments.] And O ye Believers! Turn ye all together towards Allah, that ye may attain Bliss." (THE HOLY 'QURAAN, 24:31)

"O Prophet! Tell your wives and daughters, and the believing women, that they should cast down their clothes over them, at least by this they would be recognised [as chaste] and not molested. And Allah is Ever-Forgiving, Most Merciful." (THE HOLY 'QURAAN, 33:59)

The same notion is affirmed in the sunnah too. It is narrated that Asmaa' the daughter of AbuBakr-may Allah be pleased with them both - came before the Prophet in a thin dress that showed her body, the Prophet then evaded looking at her and said, "O Asmaa'! When a woman reaches puberty, she is not supposed to show any part of her body except this and these" and then he pointed to his face and his hands.

Since Asmaa' was not a wife of the Prophet P.B.U.H. and since the above-mentioned verses of the Qur'an address the believing women in general, I'm afraid I have no choice but to assume that the theory of malignance is valid.

2- Completing Customs vs. Complying with Them

"Donning the hijaab means that that a woman covers her bosom as stated in the Qur'an; covering the head was a social practise that dates back to ancient civilisations."

Taking into consideration the cultural and environmental circumstances is a must for a sound understanding; the desert climate has always necessitated that both men and women cover their heads to avoid sunstrokes and other undesirable effects of the



in remembering, saving and re-remembering things.

*Stop thinking about the problem if you can't solve it, just relax and do some thing else.

*Don't repeat your mistakes, just take your lessons.

*be excited your ideas and learn how to do it.

*Challenge your self by doing the hard mission and learn how to pass the difficulties and failures

*Prevent waste your time in showing your smart facilities to others, because you'll ignore improving it

*Be ambition, serious about your goals and work hard to achieve it.

Let's learn English...new word and nice info

- Flowers name

Did you ask your self before what is the meaning of the English names? Ok... some of them are flowers or roses ... read the words below and you'll understand the meaning...

Jasmine زهرة الياسمين

Camellia rose زهرة الكاميليا

Daffodil النرجس

Lily Rose زهرة الزنبق

Iris Rose زهرة السوسن

Daisy زهرة الربيع

Tulips زهرة التوليب

Arabian jasmine الفل

How Can I Be Bright Lady?

By : Mai Al humaiyan

*Look for new resources to have creative ideas. And improve your ability to understand all the experience around you.

*Try to learn and understand all the changes around you, which it helps to create smart ideas.

*Don't stop looking for more info and get it from its own resources.

*Pick the perfect time to think.

*If you get an idea, let it improve automatically, don't lose your time in complicated thinking.

*Pick the suitable chance to create new plane.

*Record your ideas don't worry about losing it.

*Be independent, don't follow others and it's better for you to work alone, because many ideas comes when you are alone.

*Don't negotiate your ideas in its first levels with others whom always evaluate and Don't care about others opinions.

*Have an imagination to help you in discover new relations, careers and jobs.

*Focus on the creative thinking and don't exhaust your mind





سمية محمد الميمني

alhind@maktoob.com

الحجز قبل العجز

ليست أكثر من إسرافنا في كماليات وزينة الحياة ، فلنكن أشطر وأدكى من أي وساوس شيطانية لاهية ولنحجز أنفسنا للحج المقبل قبل أن نعجز، وتوكلوا على الله وما توفيقي إلا بالله .

إبداعات اتحادنا

كل عام واتحاد الطلبة يفاجئنا بإبداعات جديدة على الساحة ، وبعد أن تعودنا على العمرة السنوية المميزة للطلبة ، أطل علينا هذا العام برحلة الحج تحت شعار حملة (لبيك) لتشجيع الطلبة على الحج ، فليست الأنشطة والخدمات الطلابية هي أساس العمل فقط بل يبقى الجانب الإيماني من أهم وأكبر أهداف الاتحاد ، وبارك الله بهذه الجهود الطيبة وجعلها في ميزان أعمال القائمين عليها، بوركتكم وبوركت خطواتكم .

ربيع العمر هي فترة الشباب، هي أجمل المراحل العمرية في حياة الإنسان، هذه السنوات الثمينة هي كنز نمتلكه فالبعض يستغله والآخر يهدره هباء ، وأيام الشباب لها طعمها الخاص لما تتميز بالقوة والحيوية والابتكار، لهذا كان العرف المعتاد أن يؤدي الإنسان أهم مهامه في الحياة في تلك الفترة التي تضم الدراسات الأكاديمية والوظيفة في الحياة العملية والزواج والإنجاب والأعمال المجتمعية المتنوعة في مجالاتها المختلفة ، ونسمع كثيرا من آبائنا وأجدادنا يقولون : عندما كنا بأعماركم فعلنا كذا وكذا ... الآن كبرنا وجاء دوركم لتعجزوا وتبدعوا .

قرائي الكرام ... فكرة الكتابة حول استغلال طاقتنا في الفترة الشبابية راودتني وأنا على الأراضي المقدسة هذا العام أقضي فريضة الحج بفضل من الله ، حين وجدت عدد كبير من الرجال والنساء يأتون من مختلف بلدان العالم وأنحاء الأرض لأداء هذه الفريضة ولكنهم فقدوا القوة الشبابية وترسم على ملامحهم خربشات الزمن ، فنسمع بصوتهم الآهات ونلتهم بمشيتهم الضعف والانكسار، فكم تصعب الحركات والسكنات في هذا العمر، ويصبح الإنسان رفيق العصا التي يتوكأ عليها ، وأسير الآلام التي تلازمه ليل نهار ، ومع هذا تبقى هذه الفريضة التي هي من أهم أركان الإسلام عالقة في ذهن المؤمن حتى يؤديها على أكمل وجه .

كم حمدت الله وأنا أطوف وأسعي بنشاط وهمة ، وكم شكرته وأنا أتحمّل أشعة الظهر في ميدان العرفة ، وكم تضرع قلبي حمدا أكثر وأنا بين زحام الناس أقطع مسافات ومسافات لأرمي بالحصى وألعن الشيطان ، فالحمد لله على نعمة الصحة والعافية .

ثم ناقشت مع بعض الأخوات اللاتي تعرفت عليهن هناك وهن أيضا طالبات جامعات حول أهمية وعي الشبان والفتيات لأداء مناسك الحج في هذا العمر، ومن خلال حديثنا وجدنا عدة نقاط متشابهة واجهناها جميعا أهمها سؤال الكثيرين : لماذا الحج الآن ؟؟ تو الناس ؟؟ أهم شروط هذه الفريضة هو الاستطاعة من المال والصحة ، ونحن بفضل من الله ومنته نعيش في دولة لن يكون المال عائق أمامنا، أما فترة الشباب فهي أفضل أيام وسنوات يتمتع بها الإنسان بصحة جيدة ، ولكن ما يقيدنا هو انتشار مفهوم خاطئ توارثته الأجيال ينص على أن الحج لمن تجاوز الخمسين أو الستين ، فهو ركن مفروض على كبير السن فلما الاستعجال ؟؟ وارتبط لفظ (الحج) أو (الحجبة) باللهجة الكويتية والخليجية على الأجداد لما له تأثير سلبي على نفوس الشباب.

يا جماعة الخير ... أخواني الطلاب وأخواتي الطالبات ما في أحلى من لقب الحجّي والحجّية إن كان يرافقه طهارة النفس من المعاصي وغفران جبال الذنوب التي تحملها على أكتافنا ، فالسعي لمرضاة الله وإتمام أحكامه على أكمل وجه له طعم خاص ، ويحمل في طياته مفاتيح الخير والنجاح لا ندركها ولا نعلم عنها . وساوس كثيرة قد تفرقك ، فالشيطان فنان شاطر في رسم العراقيل أمام إرادتنا ، يتعذر بالسفر والمشقة فهي تزداد في رحلات السياحة والاستجمام ، وعذر آخر يذكرنا بمواعيد وارتباطات وانشغالات فهي لن تنتهي أبدا ما دمنا نعيش ونتنفس ولا ضرر من تأجيلها لأجل الله تعالى ، عذر وهمي بأن الحج مصاريفه كثيرة فتأكدوا أنها