

قال تعالى :

(وَهُوَ الَّذِي يُرْسِلُ الرِّيَّاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ حَتَّى إِذَا أَقْلَّتْ سَحَابًا ثِقَالًا سُقْنَاهُ لِبَلَدٍ مَّيِّتٍ فَأَنْزَلْنَا بِهِ الْمَاءَ فَأَخْرَجْنَا بِهِ مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ كَذَلِكَ نُخْرِجُ الْمَوْتَى لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ) الأعراف ٥٧



حديث شريف

«عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بَاعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا»

استراحة

كلام الصمت

أ. سامية عبد المنعم حمد الملك



قال الرسول صلى الله عليه وسلم : (من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا أو ليصمت) . إذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب . كلام الصمت : هو سلوك معبر عن حال معينة ووصف دقيق لمحتويات النفس الداخلية فهو عبارة عن تقلب مزاجي يحكي عن الفرح والمرح من جهة والحزن والأسى من جهة أخرى. وكما يوجد فاصل تحكم يدير عمليات الفرح والحزن حسب وجود ما يفرح أو يحزن . شريط الذكريات والرجوع للماضي الذي يعتبر المصباح الذي يضيء الحاضر والمستقبل ودائما ما يتحدث عن الماضي التليد والاستفادة منه وتصحيح الأخطاء وعدم الوقوع في غير المفيد مرة أخرى كما تستعيد أرواحك حياتك والحنان لكل ما هو جميل وغالبا ما يتم استرجاع الذكريات في أوقات متأخرة من الليل أو عند لقاء الأصدقاء أو حدوث أشياء حدثت من السابق . تختلف الطبيعة البشرية من شخص إلى آخر

ولا يوجد مقياس محدد لمعرفة نوعية العنصر المؤثر من التكوين الذاتي حيث كل فرد لديه طريقته الخاصة من التعامل مع الآخرين وكيفية تقبل ما عند الآخرين . ولكن أغلب النفس البشرية تميل إلى تحقيق أهدافها وتعيش دائما على أمل أن الغد مشرق دون التفكير في المستقبل بطريقة مدروسة فهذا ليس عدم تفاؤل ولكن لا بد من وضع خطة تجاه نفسك يتم فيها تجديد أهدافك ثم التحليل اللازم لوضع مستلزمات الخطة ثم وضع جدولتها تناسب تحقيق الرغبات فهذا يتم على المستوى الشخصي وأن تبني من شخصك مؤسسة شخصية قائمة على المستوى الشخصي مع الذاتية الشخصية ، وتجعل من ذاتك منسقا للبرامج ورئيسا، ومخططا ، وقانونيا ، وأهم شخص يتم تعيينه على هذه المؤسسة . لا يسمح ولا يغفر بتابع أخطائك ويقف عليها دون استثناء وهذه طريق تمكنك من تنفيذ خطة تحقيق الهدف والوصول للمستقبل .

وفق ما خطط له أو حسب الجدولة التي وضعتها لذلك فالتحدي الذاتي ومخاطبة النفس تعني التحرر التام تجاه شخصك وقدرات مخاطر التأمل النفسي للوقاية من مصائب الطمع الحثاثة فلذلك لا بد من محاسبة النفس عن طريق المؤنب الذي يعمل داخل مؤسسة نفسك وبذلك تكون جعلت لذلك واقيا تجاه نفسك الأمانة بالسوء وتكون سيرت على نفسك بنفسك وهذه تعتبر واحدة من تحقيق الإرادة الذاتية التي تدور محاورها في تحقيق الكينونة الشخصية في مخاطبة العقل الباطن وبهذا تتضح الصورة أمامك ويتم الإدراك الصحيح لكل ما يتعلق بذاتك والتركيز التام على وضع الخطة ودراستها وتحقيقها وفق الجدولة المناسبة ثم التنفيذ . النجاح في أغلب الأحيان يأتي عندما تكون تعمل لأجله ولكن عندما يأتي مصادفة فهو ذاهب لا محالة .

بضع كلمات



د. سر الختم عثمان

استبصار للشارة الخضراء

لم يكن علم التجويد مجهولاً في السودان منذ بواكير دخول الإسلام إليه ، ولكن ظل حبيس صدور الأشياخ الفحول في الخلاوى والمعاهد .

وكانت لهم فيه مخطوطات ذات قيمة شعراً ونثراً . وكان غاية مقصود طلاب الخلاوى بعد حفظ القرآن الكريم هو السفر إلى الأزهر الشريف لتلقي العلوم الإسلامية الأساسية . وجاء حين من الدهر أهمل فيه الاستعمار هذه العلوم حين أدخل نظام التعليم المدني بديلاً عن نظام التعليم الأصلي في بلادنا . وتمكن النظام المدني للتعليم منذ خطاب اللورد كرومر الشهير على أهالي أم درمان سنة ١٩٠٨ م ، الذي مجد في نظام التعليم البريطاني وعد أفضاله على بقية النظم الأوربية للتعليم . وللحقيقة فإن النظام البريطاني للتعليم لم يكن سيئاً أبداً ولكن أكبر سؤاؤه أنه لم يعر التعليم الإسلامي اهتماماً وهذا أمر بدعي ، لأن الاستعمار لم يأت أصلاً لتمكين الثقافة الإسلامية وإنما لتوطين ثقافته بدلاً عنها . فالتربية الدينية التي أدرجت في التعليم الأولي والأوسط والثانوي لم تعط قدراً ولو يسيراً لتجويد القرآن الكريم أو مدخلا مبسطا للقراءات أو تعريفا للروايات . واكتفت كتب بخت الرضا بآيات مختارة في كرائم الأخلاق وتفسيرها تفسيراً مجملاً مع شرح المفردات .

وبذلك هدمت التربية الدينية الاستعمارية قواعد أساس في تعليم القرآن الكريم تنقل أصول تلاوته الصحيحة ، ومخارج حروفه وصفاتها ، واختلاف القراء وتعدد طرق الرواية ، وأساليب توجيه قراءاته ، وهي أساليب راقية تمثل المدرسة البحثية في لغة القرآن وأحرفه السبعة ، والثلاثة المتبقية . كما أن الاستعمار لم يكن يعنى بتعليم علم التفسير بأصوله ومدارسه ومناهجه ورواده ويعرف بشيوخ هذا العلم ومدرسة الآثار منه والتفسير بالرأي أو الإعجاز العلمي أو التفسير البياني في مدرسته اللغوية .

وكذا نلاحظ أن التربية الدينية لم تقدم علم الحديث ، وإنما قدمت فقط أحاديث نبوية مع الشرح المبسط وغالبيتها في الأخلاق والأسرة والمعاملات الاجتماعية . وأهملت علم المصطلح ، والدراسة بالحديث والرواية له ، وتجاهلت علم الرجال ، والسند والمتن . وعلى ما سبق يمكن أن نستقرئ أن المستعمر كان يعمد إلى هدم المنهجية البحثية وملكية المعرفة بأصول الكتاب والسنة وقواعدهما وفهمهما ونقلهما إلى الأجيال . فقد كان إحلال التعليم المدني مكان التعليم الأصلي خدمة ممنهجة في الإحلال والإبدال لحضارة معرفية يراد لها أن تزول ، وحضارة أخرى يرجى لها أن تسود وتبقى .

ولم يكن الأمر متعلفاً فقط بعلوم القرآن وعلوم الحديث فحسب ولكن ذكرناهما لأنهما مصدر التشريع ولكن أيضاً لم يعر الاستعمار التعليمي اهتماماً بكتب التراث ، والفقه باعتباره الفلسفة العقلية الإسلامية والمنهجية على قراءة أدلة النقل إذ الفقه في الأصل هو الفهم . وبذلك تعطلت مكتبة التراث الإسلامي بكاملها فصارت غير مطروقة من التلاميذ والطلاب إلا قليلاً .

ولم تعر الدراسات النفسية والسلوكية والاجتماعية الجديدة الوافدة أي اهتمام لعلوم الأخلاق الإسلامية عند الأولين . فغاب عن أبنائها أبو حامد الغزالي ، وابن رشد ، والغرابي والكندي ، وابن الجوزي ، وابن خلدون ، وابن عبيد ربه ، حتى المطالعة الأولية لم تأخذ شيئاً من (نثر الدر) أو الأصفهاني . فغابت على أجيالنا معارف عظيمة ، وعلوم كثيرة ، ونفائس ذاخرة ، فكان ما كان حيث استحکم على عقول أبنائنا الدخيل بدلاً من الأصيل .

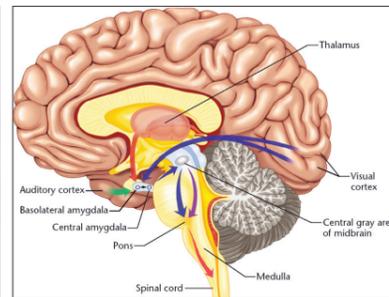
بقي أن نقول : إن الجامعات الإسلامية لم تقصر في خدمة الإسلام ولكنها لم تقدم البديل الذي يجعل الطلاب ينصرفون عن التقديم للجامعات المدنية والافتتان بها وهي التي اعتبرت نفسها محايدة من قضية (الدين في الحياة) وأجازت لنفسها أن تستسغ في رحبات العلم اختلاطاً غير منتظم الحال بين الشباب والشابات ، وقدست المعرفة العلمية التجريبية في العلوم الإنسانية التي تشكل وجهات نظر في الحياة للأجيال الجديدة ، وتؤسس تكوين الباحثين وهي تنظر إلى مقولات الدين والمتدينين بعين الريبة العلمية ، وتقدم مقولاتهم وكأنها خرافة . فالعلوم السلوكية كلها والمعارف الثقافية جميعها تخضع عندهم لنظريات التعلم ، والاستجابة والأثر والعقل الباطن لا الإيمان وسطوة الغرائز الماسخة .. لا الفضائل والقيم الراسخة .. فابن الشارة الخضراء .. فكنا في مفترق طرق ؟ هل عجزت مراكز البحث في الجامعات عن إنتاج نسق معرفي يوائم بين الدين والدنيا والأصل والعصر ، والشرع والعقل ، والنقل والتجربة ؟ لا أظنها تعجز إن صح منها العزم الذي على قدره تأتي العزائم .



اجتماعيات نور المثاني

- تتمنى صحيفة (نورالمثاني) أن تتحسن بصفة مستمرة صحة الشيخ أ.د. احمد على الإمام الذي أقيمت له يوم الخميس صلاة شكر ودعاء وتضرع بمسجد مجمع الفقه الإسلامي بمناسبة .
- تتمنى إدارة شؤون العاملين الشفاء العاجل أ.احمد محجوب ابن عوف مساعد الوكيل لشؤون العاملين الذي غادر الى القاهرة المعز لتلقي العلاج نسال الله له العود الحميمين
- تهني أسرة كلية الدعوة والإعلام د.طارق ميرغني محمود عميد كلية الدعوة والإعلام الذي غادر إلى الأراضي المقدسة لأداء مناسك العمرة وتهنئة له من أسرة الجامعة وعمرة مقبولة ، والتهنئة موصولة إلى د.غادة محمد عثمان علي زواج شقيقتها.
- تحتسب أسرة مركز الإنتاج الإعلامي والتدريب عم زميلهم أحمد عبد الله جمام وتدعو الله أن يسكنه فسبح جنازة مع الصديقين والشهداء وحسن اولئك رفيقا.
- تحتسب صحيفة (نور المثاني)انتقل الي رحمة مولاة شقيق أ. عبد الصمد ابركانب مساعد الوكيل لشؤون العاملين نسال الله له الرحمة والمغفرة.
- بمزيد من الحزن والأسى تشاطر أسرة كلية الدعوة والإعلام د. صالح محمد بشارة الأحران في وفاة عمها نسال الله له القبول والمغفرة.

نصائح غذائية لتنشيط خلايا الدماغ



الكثيرون منا لا يهتمون بما يأكلون، ولكن هناك العديد من الدراسات أثبتت أن تنشيط خلايا الدماغ وتقوية الذاكرة تعتمد بشكل أساسي على ما يتم تناوله، ويسوق خبراء التغذية بعض النصائح البسيطة وينصحون بالالتزام بها للحفاظ على الدماغ وتنشيطه وهي: التقليل من تناول الملح، واستبدال الأطعمة والمخبوزات المصنوعة من الدقيق الأبيض (والتي تتم معالجتها)، بالحبوب مثل القمح والحبوب الكاملة، وشرب الحليب وأكل الجبن قليل الدهون أو الخالي من الدهون، والتقليل من أكل اللحوم الحمراء وتناول المزيد من الفاكهة والخضار، والابتعاد عن الأطعمة الدهنية مثل صفار البيض والزبد، وشرب

الكثير من الماء، فهي أكبر طارد للسموم من الجسم، والتأكد من وجود بعض مصادر البروتين في كل وجبة خلال اليوم، وتناول الكربوهيدرات المعقدة بدلاً من بدلا من الكربوهيدرات البسيطة، وهذا يعني بدلا من تناول الكربوهيدرات البسيطة مثل الحلوي ومنتجات الدقيق الأبيض، والصودا والشوكولاتة نستبدلها بتناول الكربوهيدرات المعقدة مثل تلك الموجودة في الخضار والأرز والنخالة والشوفان والفواكه، وأخيرا تناول وجبة الإفطار بشكل جيد.