

# النوبة تكتسح النخبة برباعية

**صندوق دعم المرضى**  
منطقة النوبة  
تحت شعار  
ما نقص مال من صدقة  
3366912  
احمد الختم عبد السلام  
0993130757: الاشارة هاتف  
خوجلي الامين سليمان

## النوبة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
قيادة وريادة  
اسبوعية شاملة

تصدرها رابطة شباب النوبة - ريفي شمال ام درمان

رئيس التحرير  
حمد الهادي ابو الحسن  
نائب رئيس التحرير  
ياسر رحمة الله  
مدير التحرير  
هبة الطيب السنوسي  
سكرتير التحرير  
عماد الدين إبراهيم يوسف

العدد 52

الخميس ٣ شعبان ١٤٤٧ هجري الموافق ٢٢ يناير ٢٠٢٦ م

السنة الثانية

### كلمة التحرير

#### شكراً مقدماً

٥٢٠ صفحة هي متوسط عدد الصفحات التي عكف أخونا إسلام على تصميمها طيلة العام المنصرم في التزام أشبه ما يكون بعقارب الساعة هذا غير صفحات الأعداد الخاصة التي تواكبت مع أحداث لها وقعها في نفوس متابعي هذه الصحيفة من بينها تحرير بعض المدن والنجاحات التي حققتها بعض المدارس وذكرى رحيل فقيدها محمد عوض الله وفي كل ذلك عملنا على خلق حراك ثقافي إجتماعي شهد به القاصي قبل الداتي .

كل ذلك وهو يقوم بتصميم تلك الأعداد والصفحات على جهاز تلفون يسهر عليه الساعات والساعات الطوال طيلة أيام الإسبوع في التزام لا نظير له في ظل تقطعات الكهرباء وفي كثير المرات ضعف الشبكة وربما إنقطاعها ومع ذلك كل فجر خميس نطالع إصدارتنا معانقة الأسافير..

تحمل لنا صوراً متباينة تعكس لنا كثيراً من الحراك الإجتماعي والثقافي والرياضي على مستوى المنطقة عامة مما جعل أفئدة الناس تجتمع حول الصحيفة في حميمة أشبه ما تكون بروح أبنائنا في بص العمال في ذلك الزمن الجميل . فوجئ الجميع بان كل تلك الأعداد بصفحاتها الزاهية الجمال يتم تصميمها عبر تلفون مما أثار إستغراب كثير منهم وكان نتاج ذلك أن تصدى البعض بدول الإغتراب والمهجر منهم لفكرة توفير جهاز حاسوب يقلل من الجهد المبذول ويعمل على دفع مسار الصحيفة وذلك

بتذليل كل صعابها.

علمنا أنهم قطعوا في مسعاهم هذا شوطاً طويلاً في ظل ظروف نعلمها جميعاً فهم ذاتهم أبنائنا الذين حملوا عنا كثيراً من هموم الدواء والغذاء والكساء والتعليم لعديد الأسر لم يتقاعسوا يوماً عن حمل أعبائنا في كل أشكالها برغم ظروفهم المقدرة فمن باب من لا يشكر الناس لا يشكر الله فنجد أنه يتوجب علينا أن نشكرهم على مسعاهم هذا ونعاهدهم على بذل كل الممكن وفوقه في محاولة منا لأن نداني ما يرضي فضولهم ويلامس قضايا مجتمعنا في كل متطلباته من صحة وتعليم وسبل حياة لينعم إنسان منطقتنا بكل ما يستحقه ونعلم أنه لن يتحقق ذلك إلا بمزيد من إتحادنا وتعاوننا في شتى المجالات..

نكرر لكم إخواننا بدار المهجر كثير شكرنا لمسعاكم ونسال الله التوفيق لكم في كل خطوة لكم ولنا .

أسرة التحرير



الثاني.

لينتهي الشوط الأول على هذه النتيجة.. مع إنطلاقة الشوط الثاني عادل اللاعب محمد نصرالدين (فرفور) لفريق النوبة ثم أحرز اللاعب أسامة (الأفانتي)الهدف الثالث وقبل نهاية المباراة أحرز اللاعب همام عباس نجم المباراة الهدف الرابع..

لتنتهي المباراة بعرض قوي ومثير وملئ بالحماس من فريق النوبة تتواصل الدورة في مقلب الأيام ويقابل فريق النوبة في المباراة القادمة فريق نجوم ال ٧٣ (أصدقاء سيف مساوي)يوم الجمعة ٢٣ يناير ٢٠٢٦م..

#### تقرير : خوجلي البشير

في أولى مباريات دورة شهداء الكرامة المقامة بملعب الشبيبة بالجزيرة إسلاج والتي لعبت يوم الإثنين ١٩ يناير الماضي فاز فريق النوبة حيث فاز على فريق النخبة بأربعة أهداف مقابل هدفين..

بكر فريق النوبة بالهدف الأول في الشوط الأول عن طريق اللاعب أسامة محجوب (الأفانتي) وعادل فريق النخبة بهدف سريع..

وقبل نهاية الشوط الأول بدقائق أحرز فريق النخبة الهدف

### إتحاد شباب السودان ولاية الخرطوم



تم تكريم معالي الفريق / أحمد امام محمد التهامي لما بذله من جهود عظيمة وفعالة في خدمة قضايا البلاد، وما زال يقدم ويستمر عطائه بإذن الله، ويعتبر الفريق التهامي واحد من الرموز الوطنية المخلصة للدين والوطن، حيث تم التكريم بمنزله وسط حفاوة الأهل وإستقبال الأسرة متعكم الله جميعاً بالصحة والعافية وكل عام وأنتم بخير بمناسبة الذكرى السبعون لإستقلال السودان المجيد.. \*تهانينا القلبية المخلصة لمعالي الفريق / التهامي لهذا التكريم المستحق، حيث يكرمك شباب السودان وأنت رمز من رموز هذا الوطن الشامخ .. دمت فخراً للسودان..

أعلام الأتحاد

### دورة الأمل للصناعات المنزلية



تنفيذاً للشراكة التي تمت بينهما أقام مركز الشهيد الصادق عبد الجبار دورة الأمل للصناعات المنزلية بالتزامن مع جمعية التربية الخيرية الطوعية بالسروراب جنوب والتي إشتملت على طريقة تصنيع الصابون بالمنزل.

وقد شارك في الدورة عدد من ربوات البيوت.. من جهة أخرى أكدت إدارة المركز أنها ستواصل في تنظيم وإقامة مثل هكذا دورات وذلك من أجل تحويل الأسر من مستهلكة لأسر منتجة. أفادنا بذلك عاصم عوض المسؤول المالي لمركز الشهيد الصادق عبد الجبار

### حمداً لله على السلامة



عاد إلى أرض الوطن الأخ محمد سعيد محمد الأمين بعد رحلة إستشفاء بدولة الهند إستمرت لعدة شهور كُلت بالنجاح. أسرة الصحيفة تهنئه بسلامة الوصول لأرض الوطن وتتمنى أن يمن الله عليه بتمام الصحة، العافية

## أفاق

أفاق عبد الوهاب



التعليم هو أساس بناء المستقبل، ولا أحد يخفي عليه أهميته للفرد والمجتمع فهو يساعد على تطوير المهارات والقدرات، والطريق إلى تحقيق الأهداف والطموحات.

فدعمه مسؤولية مشتركة بين الأهل والمدرسة والمجتمع. في هذه المساحة سنتحدث عن كيف يمكننا أن نكون قوة مشتركة لدعم التعليم، ونقدم بعض الأفكار والإقتراحات لتحقيق ذلك. أولى تلك الإقتراحات هي إنشاء مجلس أمهات لكل مدرسة بجانب مجلس الآباء، وذلك لما للأُم من تأثير مادي ومعنوي علي تحسين العملية التعليمية للطفل.

إنشاء مجلس أمهات قد يساهم في تعزيز التواصل بين الأمهات والمدرسة وتعزيز المشاركة المجتمعية في التعليم وتحسين تجربة التعليم.

علي أن تكون مهام المجلس:

التواصل الفعال مع إدارة المدرسة والمعلمين ومتابعة أداء التلاميذ وتقديم الدعم اللازم والمشاركة في صنع الخطط المتعلقة برفع المستوى الأكاديمي للتلاميذ، حيث يمكن للمجلس متابعة أداء التلاميذ وتقديم الدعم اللازم لتحسين مستواهم. فضلاً عن تشجيع المشاركة المجتمعية في التعليم من خلال توفير الموارد لدعم المدرسة مما يعزز البيئة

## قوة مشتركة لدعم التعليم



\*دروس إضافية في المواد الأساسية..  
\*أنشطة رياضية وفنية  
\*لقاءات مع متخصصين في التربية والتعليم فكل هذه المهام قد تكون بالتعاون مع لجان القرية بمختلف مسمياتهم، فالهدف الأساسي أن تكون الأسرة حاضرة في كل النشاط وأن يولي لها اهتمام في المشاركة والحضور. فالتواصل الفعال بين المعلمين والمدرسة بشكل منتظم. والتخطيط المشترك للأنشطة والمشاريع التي تدعم التعليم. والمشاركة الفعالة في الأنشطة والفعاليات التي تنظمها المدرسة. والدعم المادي والمعنوي للطلاب والمعلمين. كل ذلك من شأنه أن يحقق قوة كبيرة داعمة للعملية التعليمية. وذلك مع التقييم المستمر للأداء والعمل على تطويره بشكل مستمر.

## معلومة مهمة

## ما هو التطعيم؟



التطعيم هو إعطاء جرعة من اللقاح (الذي يحتوي على فيروس أو بكتيريا ميتة أو ضعيفة) لتحفيز جهاز المناعة في الجسم ليكون قادر على مقاومة الأمراض.

\*أهمية التطعيم بالنسبة للأطفال:\*

1. \*حماية من الأمراض الخطيرة\*: زي الحصبة، الجدري، والسُّل، اللي ممكن تسبب مضاعفات خطيرة أو حتى الوفاة.

2. \*مناعة المجتمع\*: لما عدد كبير من الناس بيتلقوا التطعيم، بيقل انتشار المرض في المجتمع (مناعة القطيع).

3. \*تجنب المضاعفات طويلة الأمد\*: زي التأخر العقلي أو الشلل بسبب بعض الأمراض.

4. \*حماية الفئات الضعيفة\*: زي الأطفال الرضع أو الناس اللي مناعتهم ضعيفة.

\*التطعيمات الأساسية للأطفال:\*

- تطعيم ضد الحصبة والحمى الصفراء
- تطعيم ضد الشلل
- تطعيم ضد السعال الديفي
- تطعيم ضد التهاب الكبد الوبائي
- تطعيم ضد المكورات الرئوية وغيرها...
- \*نصيحة\*: لازم تتابعي جدول التطعيمات مع طبيب الأطفال عشان تضمني حماية طفلك بشكل كامل.

## بقايا كلام

عفره علي



## أهدرمان

ولي في أم درمان صولات وجولات، وفي دروبها العريقة حكاياتي ..  
شارع الوادي، ودنوباوي، الهجرة

، الثورات أتفسي عبق التاريخ بين الطابية وبيت المال.. وأصغي لصوت المآذن في حيننا وقت الغروب، كأن المدينة تصلي للحنين.  
سوق أم درمان .. الإذاعة القديمة سمعت صدى أغنيات شكلت وجدان الوطن.  
بوابة عبدالقيوم حافظة المجد، والنيل هناك يمر هادئاً كأنما يريّت على كتف المدينة ليطمئنها.  
وفي بيت أمي وأبي استقرت روحي، دفء

المساء، ضحكاتنا، ورائحة الخبز من ناصية الشارع، كل ذلك جعل أم درمان تسكنني أكثر مما أسكنها.  
أم درمان مدينة اصبت بسحرها، غادرتها ولم اغادرها، غائبة حاضرة.  
وإن عدت ..  
لم تكن المدينة تلك المدينة .. ولا تلك الوجوه حاضرة، فقط قبر أبي وكثير من حنين وأسى ربما لا يحتمله القلب ..  
فهل أعود؟؟

## رحلة الطفل من عامه الثالث إلى الخامس

## المكتشف الصغير



الآخرين. "اليوم في العمل، شعر صديقي بالقلق، فحاولت مساعدته."

\*الفصل الثاني: الانفجار اللغوي والإدراكي:  
"لماذا؟ وكيف؟ ومتى؟"

يُطلق على هذه المرحلة "عصر الأسئلة"، حيث يصبح الفضول محركه الأساسي، وتنمو مفرداته من بضع مئات إلى آلاف الكلمات.

\*تطور اللغة والتفكير:\*

· أسئلة لا تنتهي: "لماذا السماء زرقاء؟ أين تذهب الشمس في الليل؟" هذا الفضول هو ذهب خام لعقله النامي. تحلي بالصبر وحاولي الإجابة بإجابات بسيطة وصحيحة، أو ردي السؤال: "رأيتك الجميل؟ دعنا نبحث عن صورة في الكتاب."

· الحكايات والسرد: سيبدأ في ربط الأحداث بسرد قصصي، حتى لو كانت غير مترابطة. استمعي له باهتمام وشجعيه: "وماذا حدث بعد ذلك؟ هذه قصة رائعة!"

· الفهم السببي والزمني: يبدأ بفهم مفاهيم مثل "الأمس، اليوم، غداً"، و"إذا فعلت كذا، فسيحدث كذا". استخدمي ذلك في روتينه: "بعد أن ننتهي من العشاء، سنقرأ قصة قبل النوم."

\*أنشطة محفزة للعقل واللغة:\*

· القراءة التفاعلية: اطرحي عليه أسئلة أثناء القراءة: "ماذا تعتقد أن الثعلب سيفعل الآن؟" دعيه يخمن نهاية القصة.

· ألعاب التصنيف: اطلبي منه ترتيب ألعابه حسب اللون أو الحجم أو النوع. هذا ينمي مهارات التفكير المنطقي.

· الطبخ البسيط: دعيه يساعدك في خلط المكونات أو تشكيل العجين. تحدثي عن الأسماء، الروائح، والتغيرات ("انظر كيف أصبح العجين يابساً بعد الخبز!").

\*الفصل الثالث: الاستقلالية والسيطرة على المشاعر: "أنا أستطيع فعلها بنفسني!"\*

تظهر أولى ملامح الشخصية المستقلة، مصحوبة بمشاعر قوية ومتقلبة أحياناً. نوبات الغضب قد تخف، لكنها تتحول إلى حجج ومقاومة ذكية.

\*بناء الاستقلال والمسؤولية:\*

· مهام بسيطة: أعطيه مسؤوليات تناسب سنه: ترتيب ألعابه في السلة، وضع الملعة على المائدة، مسح انسكاب بسيط بإسفنجة. امدحي المجهود وليس النتيجة فقط.

· خيارات محدودة: بدلاً من الصراع على

## روائع الألوان

رحال محمود محمود



بعد أن غادر طفلك سنوات الرضاعة بسلامة وأسس قوية للحواس، يقف الآن على عتبة مرحلة جديدة مذهلة: مرحلة الطفولة المبكرة (3-5 سنوات). هنا يتحول من رضيع يعتمد عليك في كل شيء إلى مستكشف مستقل يملك إرادته وكلمته، وينطلق لاكتشاف العالم الاجتماعي من حوله. هذه السنوات هي فترة الانفجار اللغوي، وتكوين الصداقات الأولى، وبناء الشخصية، واللعب الإبداعي الذي لا يعرف الحدود.

\*الفصل الأول: عالم العلاقات الاجتماعية:\*

"أنا وصديقي"\*

لم يعد عالم الطفل مقتصرًا على العائلة المباشرة، بل يبدأ في التوسع ليشمل أقرانه والبالغين خارج دائرة المنزل.

\*تطور التفاعل الاجتماعي:\*

· من اللعب المتوازي إلى اللعب التشاركي: في عمر 3 سنوات، قد يلعب الأطفال بجانب بعضهم (متوازيًا) دون تفاعل كبير. مع بلوغ 4-5 سنوات، يتحول اللعب إلى تعاوني: "أنت تكون الطبيب وأنا المريض"، يشركون الألعاب ويضعون قواعد للعبة ويتفاوضون.

· الصداقات الأولى: تظهر مشاعر الصداقة الحقيقية. قد يعلن أن "سارة هي صديقتي المفضلة". هذه العلاقات تعلمه التعاطف، المشاركة، الانتظار، وحل النزاعات البسيطة.

\*دور كمرشد اجتماعي:\*

· مساعدته على تفسير المشاعر: "أرى أنك أخذت اللعبة من أحمد، انظر إلى وجهه، إنه حزين الآن. كيف يمكننا جعله سعيداً من جديد؟"

· شجعي اللعب التوافقي: ادعُ أطفالاً للعب في منزلك، ووفري ألعاباً تشجع على التعاون (مكعبات البناء الكبيرة، ألعاب التمثيل، اللعب بالرمل).

· قدمي نموذجاً للتعاطف: دعيه يسمعك تعبيرين عن مشاعرك وتسألين عن مشاعر

التخيل" من خلال توفير أدوات بسيطة: صندوق كرتون يتحول إلى قلعة، أغذية قديمة للتكر، أدوات مطبخ بلاستيكية. انضمي إلى لعبه دون توجيه: "حسناً يا سيدي النادل، ماذا يوجد في القائمة اليوم؟"

· الفنون والحرف: قدمي له مواد آمنة للرسم، التلوين، التشكيل بالصلصال أو المعجون. ركزي على المتعة والعملية وليس على إنتاج قطعة فنية "مثالية". اسأليه عن رسمه واستمعي لتفسيره السحري.

· الطبيعة كملعب: اصطحبيه للحديقة، دعيه يتسلق الصخور المنخفضة الآمنة، يجمع الأوراق، أو يبني بيتاً للحشرات. الاستكشاف الحسي في الطبيعة يغذي خياله وهدوءه الداخلي.

\*الفصل الخامس: السلامة في عالم أوسع: تحديات جديدة\*

بينما يكتسب الطفل استقلالاً، تتغير طبيعة المخاطر التي تحيط به.

· السلامة خارج المنزل: علميه أساسيات السلامة في الأماكن العامة: "يجب أن تمسك بيدي في موقف السيارات"، "إذا فقدتني، ابقى مكانك واطلب المساعدة من امرأة لديها أطفال أو من رجل الأمن".

ارتداء الملابس، قدمي له خيارين مقبولين: "هل تريد ارتداء القميص الأحمر أو الأزرق اليوم؟". هذا يعزز شعوره بالتحكم ويقلل من المقاومة.

\*إدارة المشاعر الكبيرة:\*

· التعرف على المشاعر وتسميتها: ساعديه على وضع كلمة لما يشعر به: "أرى أنك تشعر بالإحباط لأن البرج انهار"، أو "تبدو متحمساً لزيارة الجدة".

· علميه أدوات التهدئة: عندما يغضب، علميه تقنيات بسيطة مثل: أخذ ثلاثة أنفاس عميقة، العد إلى عشرة، أو الذهاب إلى "ركن الهدوء" المخصص له ليحتوي مشاعره.

· كوني نموذجاً للتعامل مع الإحباط: دعيه يرى كيف تتعاملين أنت مع موقف محبط بهدوء: "أوه، لقد انسكب الحليب. هذا محبط، لكن لا بأس، سننظفه معاً."

\*الفصل الرابع: اللعب الإبداعي والخيال الواسع: "لنخترع عالماً!"\*

يبلغ الخيال ذروته في هذه المرحلة. قد يكون الطفل طياراً، أو وحشاً لطيفاً، أو بطلاً خارقاً خلال دقائق. هذا اللعب ليس لهواً فحسب، بل هو عمل الطفل الجاد وطريقته لفهم العالم.

· اللعب التمثيلي (التخيلي): شجعي لعبة

## الحرب في زمن الحُب



كأي عاشقة تسخر من ماثرة كاتب ما:  
«الحب في زمن الحرب»  
فأقول لك: بل الحرب في زمن الحب  
.....«5»

سأعيد لك قراءة الحكايا  
كي تفيقي ولا تلعني الأوراق  
سأعني لك لو استدعى الأمر  
اروي قصة مضحكة  
واعتمد اصغائك العارم:  
بأنها محاولة جيدة للغاية  
محبوكة التأثير  
ولن تدريكي بأنها تخمة لغوية كاذبة  
جعلتها تبدو ملحمية للغاية  
وربما أعيد تفاصيلها واتناساها كورطة  
قلبي مرارا..  
ومواقيت لقائنا القديري  
إلخ..

حتى يحين ذلك اللقاء المنتظر  
تقولين لي:  
كُف عن حكاياك المكرونة  
عن الحرب..  
ولنشرع في الحب حتى مأزق آخر

بهتض صبري وارخي ستارة القلب  
أنت نحيلة مثل البرد، ونادمة مثل وردة  
في الظهيرة  
ومزهرة كطفلة غمستها القلائد في النهر  
.....«3»

بعد الحرب:  
أحراش نظرتك الجافة  
تركتها وتعلقت للشجر، الشجر الحي جسر  
إلى الله  
والنهر غلالة فوق كفيك  
يداك غمامتين لاطفال النسمة  
ومطر يافع في شهد الوهلة  
«4»

وقت الحرب..ملتاعة/ساخرة، حزينه/  
يائسة  
وحضني خال في هدير النار  
وكما صرت بألحع "ضاحكة مستبشرة"  
اهدئك، وتسأليني عن أسباب الحرب  
اسميتها صراع شيطاني للجنرالات  
مبعته الخوف ولن تحفل باللقاء حتى  
الجملاء  
هل سبقي يمثل هذا اليوم "عشاق  
، عشاق"؟

## أوتار

منتصر منصور



بعد الحرب  
نغسل اوزار القوم..  
وعند ذاك الهيكل الأثيري الذي أقمناه  
بالحرب  
قد نلتقي بلهفة سحابة..  
كأنني أسمع طفلة تقول بعد الحرب:  
"سأنام اليوم ولن اختبئ مع دميتي تحت  
السريير"  
تقول مراهقة بعد الحرب: أين سذهب  
في هذا النيل؟  
تقول القبلية بعد الحرب:  
"فيما كنتُ بعيدة.. عادت لشفاهي  
الأنفاس"

بعد الحرب يا فتاتي  
جدائل شعرك/ أغنياتي لك بالليل/  
المشاوير/القهوة  
غسيل الأواني/ قناع الشعير/أقداح  
الشاي الأخضر  
كل هذه التفاصيل لن يأويها نزوح  
وبرغم أن الوقائع منتفخة الأحساس..  
لم نفتح علبة صودا واحدة  
تكفيها الضحكات  
.....«1»

بعد الحرب  
قبالة شارع «عبدالله الطيب» -إن بقي  
طيباً- أنفض رمل حدائي بأسفلت  
انتظارك

أخبئ داخل النبرة مفاتيح عشقي داخل  
جراب نظارتك (البيرسول)  
انتفخ الهواء الإلهي وأقزق جوز اللهفة،  
لنحيا في قهوة مقتولة وقده فشار شارد  
وبلا غسل عينيك  
كسهو خيط يتنسل من الإسكارف..  
وأعلم بأنه في محباً في حقيبة يدك ولن  
ترتيده  
ضمن أشياء كثيرة..

انت ناعسة لكن يبدو أن بعد الحرب لك  
طقس خاص بالنوم مع إزعاجي المستمر  
.....«2»

بعد الحرب: تضعين الكثير من المساحيق  
ودون أن تعبّري بحار ضجرك أشعلت  
عاصفة،

## بلاغة الأوائل

حسن إبراهيم الأنفدي



إزدهار المعرفة في

العصر الجاهلي

يعتقد كثير من البشر أن العصر الجاهلي يعني  
عصر الأمية وعدم المعرفة، وليس الأمر كذلك؛  
فالجهل يعني الحمق، والعصر الجاهلي يعني  
(عصر الحماقة). وليس أدل على ذلك من حروب  
امتدت لسنوات من أجل ثأر أو ناقة أو قتل،  
مثل قتل عمرو بن كلثوم لعمر بن هند لسبب  
تافه.

ولعل سبب تسمية العصر بالجاهلي هو عدم  
وجود شرعة أو دين يسري ويسود بين أمة ذلك  
العصر، فالحماقة سنة ذلك العصر في الغالب.

المعرفة والثقافة في العصر الجاهلي  
أما عن المعرفة والثقافة، فقد كان مفكرو  
وشعراء العرب في ذلك العصر على وعي كبير  
ومعرفة ب:

• الحرب والسلام.  
• الغيبيات.

• المراكز الثقافية العجيبة (كسوق عكاظ) الذي  
يتبارى فيه عليّة القوم بشعر يزخر بالمعارف.

ولا أسوق في هذا المقام وما يأتي من مقالات  
إلا بمثال واحد يدل دلالة واضحة على ما  
رأيناه؛ خذ مثلاً قصيدة لببب في رثاء أخيه أربد:  
بلينا وما تبلى النجوم الطواع \*\*\* وتبقى  
الجبال بعدنا والمصانع

تأملات في شعر لببب بن ربيعة  
فقد استوقفني بشكل خاص بيته:

وما المرء إلا كالشهاب وضوئه \*\*\* يحور رماداً  
بعد إذ هو ساطع

وجاء القرآن الكريم ليؤكد أن عنصر الحديد لم  
يكن من مكونات الأرض وإنما أنزله الله..  
وجاءت "ناسا" بعد أربعة عشر قرناً من قول  
لببب لتؤكد أن الشهب المحترقة تمد الأرض  
بعنصر الحديد.

ألا ترى معي أن لببباً كان على علم ومعرفة  
ودراية؟ أليس هو القائل:

ألا أكل شيء ما خلا الله باطل \*\*\* وكل نعيم لا  
محالة زائل

وهل هناك أرفع وأسمى من المعرفة بالله الملك  
الحق؟

مداخلة مع عالم ناسا

قلت في مداخلة لي على فضائية الشارقة وهي  
تستضيف عالم ناسا المعروف أسامة الباز:

"من علم لببباً بذلك؟"  
فأجاب: "القطرة".

## مطبات و متاعب العرس!!



نحن جعانيين حب نمشي نشبع الغنم؟ قتلنو  
طيب القرطاس دا شنو الليلة؟ بقيت فكي  
بخرات و لا شنو؟ قال لي بخرات شنو؟ و  
الله قاعد كدي قلبي رفرق و حلق حوالين  
بيت ناس فلان بدور بتو، أها قلت  
المواجهات و الشواكيش دي آ بقدر عليها، و  
قلت أخير أرسلها رسالة عديل، لكن أي  
رسالة أكتبا بعد أقراها ما بتعجبني بكرفس  
الورقة و بجدعا، المهم سمكرنا الرسالة و  
رسلناها ليها، بالله جانا الرد أنا قايل قبال  
رسالتنا توصلنا ذاتو ! الرد كان في ثلاثة  
كلمات (البورة، و لا، أعرسك) هنا طوالي  
قررت أوديهو السناهيم أربطو شهرين و  
أجيبو، و في النهاية زولي دا عرس أجمل  
عرس و ولد أولاد و بنات،

كسرة/ العكارة دي طبعاً لغير الناطقين بها  
هي الموص البسونو النسوان بي الكسرة  
والموية والسكر والطحنية، واحدة قالت  
لي يومياً بشرب لي منها صفيحة ! و  
الكوفار دا الغياب من أكل الكسرة فترة  
طويلة للزول المتعود عليها. يكون خرمان  
ليها شديد.  
فتكم عافية،،

زي كورة هلال مريخ و وصيناها تكلمنا و ما  
تتأخر علينا بي الرد. و قلنا ليها أهم شي  
الكتمان و السرية، باكر صاحبي في الجزر  
لاقتو واحدة من النسوان قائلنو بالصح يا  
جنا بدور فلانة بت فلان، إنت يا جنا ما  
بتوب من الوهوهة دي؟ يا عيني علي  
السرية، المهم قدر إتحارج منها و نحن بقينا  
في عجلة من أمرنا ، الزمن طال إسبوع و  
إسبوعين و المرا الموسطنها ما جابت لنا  
خبر! يلا قلنا نتوكل و نمشي نسأل المرا دي  
من الرد. فإذا بالمرا تتبسم و تتهرب من  
الرد. وكتين عصرناها قائلنو والله البت دي  
قالت لي أكان بقيت مكوفة والعريس دا  
بقي لي عكارة ما أجعمو!! أبو الزفت المرا  
جابت لنا الرد بي ضبانتو. دبلوماسية مافي  
كلو كلو. المهم غايتو ضحكنا كدي و زولي  
قال لها البت دي متخلفة ولا شنو عكارة  
شنو و كوفار شنو؟ أنذكر مرة مشيتلو في  
البيت عشان نجيب قش الغنم ، لقيت  
قدامو كوم من الأوراق المبعثرة، و بعضها  
مكرفس على الأرض ، و حالتو بي البلاء  
وعرقو يخر، قال لي أقعد الغنم طائرات،

## وتلك الأيام

أسامة عوض احمد



طبعاً العرس مطباتو كتيبييرة، فإذا كان  
علي السيارة أن تعبر تلك المطبات الكثيرة  
التي على الشارع لكي تصل إلى وجهتها،  
كذلك على العريس أن يعبر تلك المطبات  
التي أمامه ، من تشطيات البيت و تحضير  
لوازم العرس، و حسن الإختيار فيه، لكي  
يصل إلى هدف حياتو عشان ما يطلع  
تسلل، في حين تلقى العروس قاعدة و  
مرتاحة في خدرها و حوالها مها بيض  
التراق و آراء و غزلان رفود (صويحاتها) و  
نحن متشاققين و في جري و تلتلة عشان  
نشيل كاس الدوري (العروس) و من تلك  
المطبات التي واجهتني أنا شخصياً و كدت  
أن أروح فيها قبال أبلغ المراد، أنذكر لما  
أكت داير أعرس طالع في رأس الحمام في  
عيدان زائدة بقطع فيها بالمنشار (شقاوة  
شديدة خلاص) و هن تاليها فوق العز و  
النفل ، قطعت الأول تمام قطعت الثاني  
تمام لما جيت لي التالت أثناء ما بنشر فيهو  
يدي تعبت قلت كدي النشوفو فضلو كثير؟  
نحن تعبانين و هن مرتاحات ! دُست عليهو  
بي كراعي بس العود إنكسر و عيني ما  
تشوف إلا النور، و زولكم إجي طابير من  
راس الحمام و تحتي بلاعة أسمنت  
جديبيبيدة و أنا جايي علي الواطا و اتقلب  
في الهواء لا إرادياً أدعو و أقول إن شاء  
الله ما أقع علي راسي عشان ما أموت قبال  
أعرس، الحمد لله ربنا ستر و وقعت علي  
صفحتي لامن نفسي إنكتم و فعدت أجي  
لحدي ما وصلت لي كوم رملة جوة المطبخ،

هو وينو المطبخ دا؟ يعلم الله مرقو طالع  
برة مترين زي مدفع الدبابة، و داير قطع  
لكن بعد الشوفتو ثاني التوبة، (غايتو عرس  
كلفتة ساهي) المهم رقدت في الرملة دي  
لحدي ما إستجمعت قواي المنهارة، حرم  
اكت اموت موة هملة و ده كلو بي دربكن  
يا نسوان، لكن بيني و بينكن تستاهلن  
نموت من أجلكن، فأنتن الرعاة و نحن  
الرعية، ما سمعتو الشاعر بقول: في هواك  
يا جميل العذاب سراني ؟ طبعاً المنشار  
خليتو في راس الحمام لحدي ما جبت بكري  
الأول . والله أيام يا زمان، و كذلك من  
متاعب الزواج الإختيار، زمان عندي  
صاحبي أوعا يكون دا (ياسر) محل ما  
إدورلو بت البت ترفض بي أسباب مختلفة.  
طبعاً هو زول ممتاز جداً بس مشكلتو ما  
بعرف دروب الحب. غايتو قرب إجن المهم  
آخر حاجة إختارلو بت و إتيقن تماماً إنها  
حا ترضى. فقام جاني و طلب مني إنو  
أمشي معاها، فقلت ليهو ما بلاش ياخي،  
قال لي لازم تمشي لأنه أنا ما بقدر أتكلم مع  
البنات ! قلت ليهو بي طريقتك عاوز أبوظ  
أعصابو، قلت ليهو طيب لو مشيت معاك  
بتتحمل النتيجة ؟ لانه أنا نذير شوأم عليك،  
قبل كدا مشيت معاك لي خطوبتين و  
طرشقن، هنا صاحبي خاف و التالتة واقعة،  
المهم إقترحت ليهو إنو نشوف وسيط  
عشان الشاكوش إكون عليهو بارد المرة  
دي! فطوالي قال لي أسرع عشان جمر  
الحب دا ولع و حفيان ماش علي، كما قال  
الشاعر (علي المساح) قمنا شوقنا لينا مرة  
كدي من النسوان اللآئي يفتقرن  
للدبلوماسية و حسن التصرف، لأنه مافي  
غيرا، الباقيات بذيعنو علي الهواء مباشرة ،

## استوديو الجودة

محمد عبد الوهاب



## الجودة في الإسلام (1)

إن خير بادئة لمقالنا هذا قوله تعالى (صُنِعَ اللَّهُ الَّذِي أَنْقَضَ كُلَّ شَيْءٍ) النمل: (88). وقوله تعالى (الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا) الملك: (2). لقد حثنا ديننا الحنيف على الاتقان والاحسان والجودة في العمل والحياة العامة، قوله: تعالى (وَقُلْ اغْمِلُوا فَمَنْ سَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ).

إن الله تعالى استخلف الانسان في هذه الأرض ليعمرها ويحييها، وإذا كان العمل هو وقود الحياة فإنه لا يستقيم الا بالاتقان.

رحم الله امرئ عمل عملاً فأتقنه، الاتقان هو ان تؤدي عملاً ما بأحكام دون خلل ، و عليه تقوم الحضارات و يعمر الكون و تثري الحياة - و من صور الاتقان التي تتجلى في فعل الصحابة الكرام كانوا يتعلمون التجويد والقرآن من النبي صلى الله عليه وسلم شفاهة، وكانوا يطبقون أحكام التجويد (مثل الترتيل وإعطاء الحروف حقها) كجزء أساسي من قراءة القرآن، وهو ما كان يُعرف بـ التلقي بالسماع، واعتبروا إهمال ذلك نفاقاً في بعض الأحيان، وكانوا يهتمون بإعراب القرآن أيضاً لتصبح اللحن، فقد كان التجويد هو الطريقة التي أخذوا بها القرآن، كما عُرف عن علي بن أبي طالب رضي الله عنه، فكان التجويد هو الأصل ، و هو ما يقودنا إلى الجودة الشاملة كما تعرف اليوم

(Total Quality Management) لأنها تتجسد في القرآن الكريم الذي هو المنهج و دليل للحياة الطيبة- و من القصص التي تحت علي الجودة و الاتقان حتى في احلك الظروف عند وفاة إبراهيم ابن رسول الله صل الله عليه و سلم-هذا القول المأثور عن النبي محمد صلى الله عليه وسلم: "إنها لا تضر ولا تنفع ولكنها تقر عين الحي" جاء في سياق دفن ابنه إبراهيم، عندما أمر النبي بسد لبنة في قبره، وأوضح أن هذا الفعل لا يغير من قدر الله، ولكنه يريح قلب وعين الحي (أي الشخص الحي) الذي يحب أن يرى عمله متقناً ومُرتباً، وأن الله يحب إتقان العمل. قال صل الله عليه و سلم "إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يُتَقَّنَهُ"

حكمة تنسب لسيدنا علي رضي الله عنه (ان قيمة كل امرئ ما يحسنه). فما قيمة المرء في الحياة عندما لا يحسن عمله ولا يطروره ويبدع فيه.

اتقن عملك فالناقد بصير.

اتقان العمل إشاعة الخير بين الناس.

اتقان العمل تقدير لذاتك.

علم جيداً على الأيام هي فرصة لإتقان اعمال ستعرض غدا على الله ورسوله.

فوائد إتقان العمل:

- ينال محبة الله وتوفيقه.
- يؤدي إلى النجاح والتوفيق في الدنيا والآخرة.
- يرفع من جودة الإنتاج ويحقق المنفعة للمجتمع.
- فلنعمل جميعاً ولنجعل الاتقان شعار حياة، ونجعله لأجل الله تعالى.

## تربية البنات

بمزيد من المنع، وتهديد دائم بالفضيحة، وحديث عن «العار» أكثر من الحديث عن الحماية والرحمة.

التربية الناضجة للمراهقة تعني:

- حوارًا صريحًا عن الجسد، والحيض، والحدود الشرعية والأخلاقية للعلاقات، بلغة تحترم عقلها ولا تستهين بدينها.

- وضع قواعد واضحة للخروج، واستخدام الهاتف والإنترنت، مع شرح أسبابها حتى تفهم أن الهدف حماية لا إهانة.

- الاعتراف بمشاعرها: غضبها، إعجابها، غيبتها، حيرتها، بدل إنكارها وإشعارها بالذنب لمجرد أنها تشعر.

في هذه السن، إن لم تجد البنت أمًا وأبًا يُصغيان، ستبحث عن إجاباتها عند صديقات أو غرباء، أو في فضاء إلكتروني لا يرحم أخطاءها.

★ بين الحماية والسيطرة: متى يؤدي خوف الأهل؟

الخوف على البنات مفهوم في بلد يعاني من العنف، والتحرش، والنزوح، وعدم الأمان في الطرق والأسواق والمدارس. لكن هذا الخوف حين يتحول إلى سيطرة خانقة - منع من التعليم، حبس في البيت، مراقبة مَرَضِيَّة لكل حركة - يصبح هو نفسه سبب الأذى.

الفرق بين الحماية والسيطرة:

الحماية:

- تضع حدودًا واضحة، لكنها تعترف بإنسانية البنت وقدرتها على التعلم من الخطأ.

- تعطىها مساحة تُعبّر فيها عن رأيها، وتشارك في قرارات تخص حياتها ومستقبلها.

- السيطرة:

- تبني علاقتها معها على الخوف والتهديد: «لو عملت كذا حنقتك / نظردك / نفضحك».

- تراقبها دون ثقة، وتمنعها دون شرح، وتحتزلها في سمعة العائلة فقط.

البنت التي تُربى على الحماية المتوازنة تتعلم أن تحمي نفسها حتى في غياب أهلها، أما التي تُربى على السيطرة العمياء فإما أن تنكسر، وإما أن تتمرد في الخفاء.

★ الزواج المبكر والجسد المكسور

لا تزال كثير من الفتيات في السودان يُرَوِّجن في سن المراهقة، تحت عن اوين «الستر» أو «الخوف عليها» أو «العريس ما بتفوت». هذا الزواج المبكر يعرضها لمخاطر صحية أثناء الحمل والولادة، ويقطع تعليمها، ويحرمها من نضج نفسي ضروري لبناء علاقة متوازنة.

تربية رحيمة للبنات تعني أن تقول الأسرة «لا» لزواج ابنتها قبل نضجها الجسدي والنفسي، حتى تحت ضغط المجتمع:

- لأن الزواج مسؤولية، لا مكافأة سريعة ولا وسيلة للهروب من الفقر.

- ولأن البنت إن تعلمت ونضجت، زادت فرصها في اختيار شريك مناسب، وبناء بيت أكثر استقرارًا لأطفالها.



عبد الهادي ودغة الله

تربية البنات في السودان اليوم ليست مهمة عادية، بل مسؤولية ثقيلة تجري فوق أرض مليئة بالحرب، والفقر، والعادات المتراكمة، والأحلام الموبّلة. البنت السودانية تكبر في عالم يطلبها أن تكون مطيعة، صابرة، «ست بيت» مستقبلية، وفي الوقت نفسه تتعرض لمخاطر العنف، والزواج المبكر، وحرمان التعليم، وضغط السمعة في كل خطوة. هنا تصبح التربية فعل حماية ووعي، لا مجرد أكل ولبس وتعليمات محفوظة.

★ البنت السودانية بين البيت والمجتمع البنت في السودان كثيرًا ما تُعامل من صغرها كـ«مشروع زوجة» أكثر من كونها إنسانًا كاملًا له أحلامه ومساحته في الاختيار. يُراقب جسدها، ولبسها، وخروجها، وكلماتها، بينما يُفسّر أي خطأ صغير باعتباره تهديدًا لشرف العائلة واسمها. هذا الضغط المتواصل يخلق داخل كثير من الفتيات خوفًا عميقًا من الخطأ، وشعورًا بالذنب لمجرد الرغبة في الحرية البسيطة.

في المقابل، تحتاج الأسرة أن ترى البنت كما هي:

إنسانة لها عقل وقلب، ليست كائنًا هشًا يُغفّل بالخوف، ولا «عارًا محتلمًا» يجب تطويقها من كل الجهات. عندما تُعامل البنت باحترام من أهلها، يصبح المجتمع الخارجي أقل قدرة على كسرها أو استغلالها.

★ التعليم... بوابة القوة لا بوابة «العب» كثير من بنات السودان، خاصة في الأرياف والمناطق الهشة، يُحرمن من التعليم الكامل بسبب الفقر أو بُعد المدرسة أو تزويجهن في سن مبكرة. الانقطاع عن المدرسة لا يعني فقدان شهادة فقط، بل فقدان لغة، وصوت، وثقة، وفرص لاحقة في العمل واختيار شريك حياة مناسب.

الأسرة الواعية تجعل تعليم البنت أولوية لا خيارًا ثانويًا:

- تدافع عن بقائها في المدرسة أمام ضغط الأقارب والرغبة في تزويجها مبكرًا.

- تساندها في صعوبات الطريق والالتزامات المنزلية، فتوزّع الأعباء بعدل بين الأبناء والبنات.

- ترى في نجاحها الدراسي شرفًا للأسرة لا تهديدًا لسلطة أحد.

كل سنة تعليم إضافية للبنت تزيد قدرتها على حماية نفسها صحيًا، وتربية أبنائها مستقبلاً بوعي، والمساهمة في دخل الأسرة والمجتمع

★ المراهقة: مرحلة الإنصات لا مرحلة القمع

حين تدخل البنت مرحلة المراهقة، يبدأ جسدها في التغير، وتزداد أسئلتها عن نفسها والعالم والعلاقة مع الجنس الآخر. في كثير من البيوت، يُقَابَل هذا التحول

## رأي علم النفس في الطلاق الصامت



٤/ إعادة تعريف العلاقة وصيانتها

الحل الثاني في حالة إستحالة الأول :

\* طلاق وإفصال كامل متزن

\* إحترام وتقدير متبادل بين الطرفين..

\* شراكة أبوية واعية في حالة وجود أطفال..

التفكير الإيجابي أساس الحياة الإحساس

الإيجابي يعقبه تفكير إيجابي ويعقبه

سلوكيات إيجابية وحياة إيجابية مديدة

إذا حياتنا من صنع أفكارنا..

مع وافر الشكر والتقدير

قدمه إختصاصي العلاج النفسي

د/معاوية عباس مساعد

بلا روح حيث يكون :

\* الأب حاضر جسدياً وغائب نفسياً..

\* الأم تؤدي دورها دون إحساس

بالإحتواء..

\* الأبناء يعيشون تناقضاً داخلياً

\* ويحصل إغتراب نفسي كامل

هل تستمر الأسرة رغم هذا؟

وما هو الحل؟

الحل الأول :

١/ يجب جلوس الطرفين مع أخصائي

نفسى

٢/ الإعتراف بالمشكلة والخضوع للتدخل

العلاجى النفسى..

٣/ يجب إعادة بناء الثقة بين الطرفين

## تعقيب

د. معاوية عباس مساعد

إختصاصي الطب النفسي

كتبت الأستاذة آفاق عبدالوهاب في العدد السابق مقالاً تتحدث فيه عن الطلاق الصامت وآثاره، ردود افعال كانت إيجابية وسط كتاب الصحيفة وطالبوا بمعرفة دور الطب النفسي في هذا المجال .

رأي علم النفس في الطلاق الصامت ويسمى بالإنفصال العاطفي ، وهو حالة يعيشها الزوجان في منزل واحد وتحت سقف واحد دون مودة ودون رحمة ودون سكن وهو غياب الهدف الرئيسي للزواج . أي علاقة يسودها التجنب الجنسي ، وإنعدام الحوار ويكون فيها التعامل الرسمي المتعمد .

علامات الإنفصال العاطفي بين الزوجين :

\* الشعور بالوحدة رغم الشريك

\* فقدان الشوق والحنين

\* إنطفاء مشاعر الإهتمام والتقدير..

\* غياب الإصغاء والتعاطف

\* الإحباط والفراغ الداخلي

\* الإنشغال الزائد بالهاتف والعمل

والآخرين..

\* إنعدام العلاقة الحميمة

\* توتر وعصبية وحزن صامت وبكاء

داخلي..

يجب أن نعلم أن الأسرة ليست بيتا فقط

ولا نفقة فقط ولا أدوار إجتماعية فقط .

كيان الأسرة منظومة أركانها أمان نفسي ،

وإرتباط عاطفي، ومعنى مشترك للحياة .

هذه الأركان الثلاثة إذا انهار أحدها سقط

الكيان ،

عندما تتحول الأسرة إلى مؤسسة



أ. خالد حاد

صاحبي .. فقط أنتبه .. في ماتقول وتنترح .. ما الحكم إلا جملتين .. فكر بعقلك مرتين ..

قرر بلا ..

أو أستجب ..

لا تنسحب ..

فالرأي زين ..

والوقت ظل لا يدوم ..

والأرض تشقى بالهموم ..

والعين تبصر ، لا تنوم ..

هذا على ، وجه العموم ..

أما على وجهة اللزوم ..

تمن قرارك وأقترح ..

فالعهد دين ..

قدر على مر الزمان مكانك ..

لا بين ، بين ..

في الدرب أصلاً وجهتين ..

هذا طريق عن يمين مستقيم ..

في كل شئ مستبين ..

هذا طريق عن يسار من يمين ..

في كل شي مختلف ..

عبر السنين ..

من أي وجه تنجه ..

ما سوف تجني فانتبه ..

فكر بعقلك مرتين ..

وابصر بقلبك مرة ..

ثم ارتقب ..

حتى ترى عين اليقين ..



## الإعلامي الأستاذ الشيخ سنوسي

”

في (همسات يرام) لهذا العدد، إنكأت الحروف على شاهدٍ يحمل الحجج؛ شاهدٍ خبر الكثير ونقل الخبر، ثم آثر الإلتزام بالصمت المطبق أمام هوائل وفواجع لا توصف. هنا، حيث تتعمق الجراح حتى تتصلب أمامها الدموع، وتطبق على الأنفاس عبراً خانقة؛ نستضيف الإعلامي القدير الأستاذ الشيخ سنوسي. يحل ضيفاً ليكون الشاهد الحي على تلك الإنتهاكات، وما رسمته في الوجدان وتركته من مآسٍ جسام، إنجلت تفاصيلها عياناً بعد تحرير المدن من إنتشار "الدعم السريع" بها.

”

## ما حدث في الخرطوم إنتقام لا حرب

\* قصص الإغتصاب أمام عيني الأم والأب؛ حيث يكتفي الشهود ببداية القصة ثم يدخلون في حالة من الهستيريا وكأن الحدث عاد من جديد. أم تفقد زوجها منذ اللحظة الأولى، وبنت تنقطع عنها أخبار أبنائها في كردفان لأكثر من عامين دون معرفة أي خبر عنهم. وتظل قضية المفقودين من المدنيين والعسكريين هاجساً يؤرق مضاجع الأسر، فهم بين أمل بالعودة في أي لحظة، وبين خبر يريحهم بالتأكد من وفاة ذويهم. \* كيف وثقت ظاهرة نهب وتدمير البنية التحتية (محطات مياه، كهرباء، مستشفيات)؟ هل كان التدمير لغرض السرقة أم لمجرد الإنتقام من المدينة؟ \* تجاوزت المليشيا في حربها أدنى أخلاقيات الحرب؛ ففي لم تترك الإنسان يعيش في بيته وشردته ومارست عليه أقسى أنواع التعذيب، ناهيك عن البنية التحتية التي دمرت وسرقت محتوياتها. أغلب المباني تمت سرقتها، أجهزة المستشفيات شوهت وهي تخرج من الخرطوم، وكذلك مولدات الكهرباء وأسلاك النحاس وسيارات المؤسسات؛ كلها طالتها يد السرقة، والآثار والمتاحف والمقتنيات الثمينة.

هذا فضلاً عن حرق بعض المؤسسات، وكل هذا يدل على أن حرب المليشيا لم تكن بدافع السلطة فقط، إنما الروح الإنتقامية من المواطنين ومؤسساتهم. إحتلال المطار منذ اللحظات الأولى للحرب، إحتلال مصفاة الجيلي، الوزارات والمؤسسات الخدمية وأخيراً بيوت المواطنين؛ كلها ممارسات لم تشهدها حرب من قبل. \* (بعد التحرير يعتبر مسرح جريمة) متكامل. هل حرصتم على تصوير التفاصيل الدقيقة (أوراق ثبوتية، فوارغ رصاص، متعلقات شخصية) لإستخدامها كأدلة جنائية؟

\* سبقتنا الفرق المتخصصة من سلاح المهندسين لإزالة مخلفات الحرب أولاً كاللغام والذخائر غير المنفجرة، ثم الدفاع المدني لتعقيم ونظافة تلك المناطق، ومعهم فرق الهلال الأحمر التي جمعت الجثث. كل هذا تم توثيقه وقدم كنتيجة مؤلمة لوجود المليشيا في تلك المناطق. المعتقلات التي مورست فيها الإنتهاكات ما زالت موجودة بكل تفاصيلها، تزورها الفرق الإعلامية من داخل وخارج السودان لتنتقل للعالم فظاعة الجرائم التي تم ارتكابها بحق المواطنين.

\* هناك من يحاول إنكار هذه الجرائم أو التقليل من حجمها؛ كيف ترد عليهم بالصور والمشاهد التي التقطتها ولم تُعرض بعد؟

\* الإدانات التي قدمتها المنظمات الحقوقية العالمية والعقوبات التي فرضت على قيادات المليشيا كان الإتهام الأول فيها هو ممارسة الإنتهاكات ضد المدنيين. تخطى الأمر حاجز الإعتراف بهذه الجرائم إلى مطالبات بالقبض على مرتكبيها، لذلك من غير المنطقي أن يكون هناك من ينكر هذه الجرائم.

حتى المليشيا نفسها إعترفت ببعض هذه الإنتهاكات وقالت إنها قبضت على مرتكبيها، مثل "أبو لولو" الذي قال إنه سيواصل قتل المواطنين ليصل الرقم إلى 2000 قتيل بحق مواطني الفاشر وبارا، ومن قبلهم "ود النورة" و"الهلاية" وغيرها من الفظائع التي لن تنساها الذاكرة مهما تقادمت السنوات.

\* بعد إنقشاع غبار المعارك، ما هي الرسالة التي يحملها الشيخ سنوسي اليوم للعالم وللداخل السوداني إنطلاقاً من موقعه كشاهد عيان؟

\* الإفراوات التي خلفتها الحرب على الإنسان أرجعته عشرات السنوات، ومن الناس من أفقدتهم الحرب أعز ما يملكون. الرسالة هي الإستفادة من الدرس أولاً حتى تتحاشى الأجيال القادمة أخطاء الحاضر، وزيادة الوعي بأهمية المحافظة على البلاد في ظل الظروف التي تحيط بالسودان.



أخذ بناته إلى جهة غير معلومة لأكثر من عامين، هؤلاء لم يجدوا ما يقولونه سوى البكاء. المشاهد المأساوية كثيرة، فما حدث في الخرطوم ليس حرباً عسكرية فحسب، هو أشبه بحالة إنتقام من الجميع دون رحمة.

\* هل كانت عمليات التوثيق تتم بناءً على بلاغات من السكان العائدين، أم عبر مسح ميداني قمت به للمناطق التي كانت مراكز إرتكاز لهم؟

\* من الطبيعي للإعلام أن يلاحق الأحداث، وإن لم يجدها فعليه أن يصنعها؛ هكذا تقول أساسيات المهنة. لذلك لم نكن ننتظر إذناً من أحد، إنما هو واجبنا ونقوم به. ورغم الذي ظهر من آثار الحرب حتى الآن، إلا أن أكثر الأحداث لم توثق؛ قصص مأساوية لم يتبق منها شاهد، أسر بأكملها لا يُعرف مكانها، مؤسسات ومباني مُسحت بالأرض، المعالم كلها تغيرت ما عدا القليل. ما يؤخر عملية التوثيق هو الإحتراقات الأمنية من القوات المسلحة وفرقها الهندسية، خاصة ما يتعلق بالذخائر والمتفجرات التي سقطت في كل مكان. الآن وبعد عودة المواطنين إلى ديارهم، أتاحت فرصة سماع روايات مؤلمة نحاول نقلها للمشاهد.

\* بعد التحرير، يبدأ الناس في الحديث بجرأة أكبر. ما هي القصة التي نقلها لك أحد الناجين وصدمتك لدرجة أنك لم تستطع عرضها كاملة في تقريرك؟

\* لقد وصفت في مقدمتي صمتك أمام (هول الفواجع)؛ متى يشعر الإعلامي أن الكلمات عاجزة عن وصف ما تراه العين؟ وكيف إستجمعت شتات نفسك لكسر هذا الصمت اليوم ونقل الحجج؟

\* مرحباً عمار وكل متابعي صحيفة "النوبة". طوال العامين الماضيين حرصت أن أمحو من ذاكرتي كل مشاهد الحرب، فإسترجاعها بين الحين والآخر يقلب المواجه ويعيد للذاكرة صوراً مؤسفة. الإجابة على هذا السؤال بكل بساطة هي (التعود) على إفراوات الحرب حتى أصبحت أشبه بالروتين اليومي؛ أن تصحو وتنام وأنت بين مشاهدات قاسية، دمار وخراب، إنتهاكات، وقصص الناجين من الموت. كل هذه المشاهدات اليومية تجعل الحديث عنها أمراً مهماً لنقل الحقائق التي رسمتها الحرب على قلوب من بقي من الناس. أتمنى أن أجيب على ما تطرحه من تساؤلات حول تلك المشاهدات.

\* صف لنا اللحظات الأولى لدخولك إلى (المدينة) بعد تحريرها؛ ما هي الرائحة والمشاهد التي طغت على المكان قبل أن تبدأ في التصوير؟

\* صدمة مشاهد الدمار وتناثر المركبات القتالية على جوانب الطرق.. صور آثار الذخائر على المنازل رسمت شكلاً جديداً على الحوائط، وما هو أقسى من ذلك؛ صور الجثث الملقاة في كل مكان ورائحتها التي تزكم الأنوف. تشعُر وكأنك في بلدٍ آخر، حيث غابت المعالم القديمة عن الذاكرة، وبدت مكانها صور آثار الحرب.

للهولة الأولى، فقدت القدرة على التركيز؛ أين نحن؟ وماذا نريد أن نفعل؟ وهل بإمكان الأيام أن تعيد تفاصيل الحياة كما كانت؟ كل هذا ونحن على حافة الخطر؛ حيث التدوير المدفعي يصل أبعد من مكاننا، والطائرات المسيّرة ترصد التجمعات، مع تحذيرات القوات المسلحة من خطورة التقدم للأمام.

إنّ ما رسخ في الذاكرة الآن من تلك اللحظات أكبر من أن يوصف، لكنه من أقسى المشاهد عند دخول المناطق التي شهدت العمليات العسكرية.

\* عادة ما تمحو الحروب ملامح المدن، لكن ما الذي وجدته في منازل المواطنين ويوثق بقاء قوات "الدعم السريع" فيها لفترات طويلة؟

\* أولاً؛ تحويل بعض المنازل إلى ما هو أقرب للقواعد العسكرية، خاصة المنازل المحصنة حيث تحولت إلى منصات للطيران المسير ومخازن للسلاح. وجدنا دبابات في الطوابق الأرضية للعمارات، فيما تحولت الطوابق العلوية إلى منصات للقناصة. في أحد مباني حي العمارات وجدنا صواريخ للطائرات، وطابعات نقود وماكينات تزوير. كل هذا في المنازل التي سلمت من الدمار بفعل التحصين.

أما المنازل الأخرى فبعضها أصبح بلا أبواب أو شبابيك؛ أسلاك الكهرباء، سقف البيوت، الأدوات المنزلية، وحتى "السيراميك" لم يسلم من السرقة. أما المنازل التي كانت مكاتب للقادة فلم تشهد أي نوع من الدمار إلا بعد إنتهاء المعارك، حيث بدأ فصل آخر من الإنتهاكات التي مارسها المتفلتون واللصوص.

ومن أقسى ما شاهدنا في مدينة شمبات، العثور على ثلاث جثث داخل (خزان صرف صحي/ سايفون)؛ يرجح أنها لأصحاب المنزل قتلتهم المليشيا ورمتهم في البئر، وقد عثرت قوات الدفاع المدني على بقايا عظامهم فقط. في منزل آخر بالخرطوم، وجدنا جثثاً متحللة لم يبق منها سوى العظام الملتصقة بالملابس. بعض الأسر التي لم تغادر واجهت مصيراً أصعب؛ فمنهم من حكي عن

## عيادة طبية

راند طبيب  
ميسرة العوض

## نقص فيتامين د



نقص فيتامين د من المشاكل العالمية حيث يعاني مليار شخص حول العالم من نقص فيتامين د. يمكن تلخيص أسباب النقص في ثلاثة نقاط:

- ١/ نقص تناول الأغذية الغنية بفيتامين د..
- ٢/ مشاكل إمتصاص فيتامين دال
- ٣/ عدم التعرض لأشعة الشمس بالتفصيل شوية..
- ٤/ الأغذية الغنية بفيتامين دال هي السمك وكبد البقر وصفار البيض فبرغم توفرهم في السودان لكن الظروف المادية بتحرم الكثيرين من أنهم يتناولوها باستمرار ودا سبب رئيسي للنقص..
- ٥/ السبب الثاني نقص الإمتصاص من الامعاء ودا عند الناس العندهم مشاكل في الأمعاء والكبد والمعدة وبستعملوا أدوية معينة بتقلل إمتصاص فيتامين دال..
- ٦/ السبب الأخير هو نقص التعرض لأشعة الشمس ودا في ناس كتار ممكن يقولوا ما تعنا في السودان لأنو بنعشق شمسها الحارقة لكن

الخمار و طبيعاً دي ما دعوة للسفور لأنو ممكن تقلع الحاجات دي داخل الحيشان وتعرض للشمس. طيب نشوف أعراض نقص فيتامين دال: ١/ الفتور والإرهاق المستمر (السودان كلو)..

نفاجكم بأنو الأفارقة أكثر ناس معرضين لنقص التعرض لأشعة الشمس ودا بسبب البشرة الداكنة الما بتخلي الشمس تصل للدم والأجزاء الداخلية وتانياً لبس الملابس الطويلة الداكنة خاصة الجلابيب وعمم الراس والنقاب

## الأورام الليفية الرحمية (Uterine Fibroids)

د/ نهى سعيد جلال الدين

هي أورام حميدة شائعة تنشأ من العضلات الملساء لجدار الرحم، وتعد من أكثر أورام الرحم شيوعاً لدى النساء في سن الإنجاب. تختلج في الحجم والعدد والموقع، وقد يكون لها تأثير متفاوت على الخصوبة والحمل حسب هذه العوامل. ما هي الأورام الليفية الرحمية؟! الأورام الليفية هي كتل عضلية حميدة تنمو داخل الرحم أو على سطحه أو داخله. لا تتحول غالباً إلى أورام خبيثة، لكنها قد تسبب أعراضاً مزعجة أو تؤثر على الحمل في بعض الحالات. أنواع الأورام الليفية حسب الموقع: \*ليفية تحت مخاطية (Submucosal): تنمو داخل تجويف الرحم، وهي الأكثر تأثيراً على الخصوبة والحمل. \*ليفية جدارية (Intramural): تنمو داخل جدار الرحم. \*ليفية تحت مصلية (Subserosal): تنمو على السطح الخارجي للرحم.

جدية بشرى سليمان

- ٢/ الزهج وتغيير المزاج..
- ٣/ ضعف الجسم والعظام..
- ٤/ الضعف الجنسي..
- ٥/ هشاشة العظام والكسور من إصابات بسيطة..
- ٦/ تأخر شفاء الجروح والكسور طيب نشوف الوقاية كيف: #تناول الأغذية الغنية بفيتامين دال.. #التعرض الكافي غير المفرط لأشعة الشمس.. #معالجة أمراض الجهاز الهضمي. في حالة ظهور الأعراض بنمشي نحص مستوى فيتامين دال في أقرب معمل وهو فحص متوفر في معظم المعامل ورخيص ماغالي.. #في حالة لقيتاً الفايتمين ناقص عندنا في علاج فيتامين دال منو جرعة علاجية أسبوعية 5000 لمدة شهرين أو ثلاثة حسب وصف الطبيب وبعدها شهرياً لمدة معينة يستحسن تأخذ معاها حبوب كالسيوم يومياً ودا كلو بعد إستشارة الطبيب. الأعراض الكتبتها دي ماحصرية على نقص فيتامين دال ممكن تكون عندها أسباب تانية لكن الفيصل هو الفحص ومقابلة طبيب.

قناتي فالوب. ترتبط بزيادة معدل الإجهاض خاصة إذا كانت داخل التجويف. تأثير الأورام الليفية أثناء الحمل: يعتمد التأثير على الحجم والموقع: \*معظم الحوامل المصابات بأورام ليفية يُكمن الحمل بصورة طبيعية. قد تزيد من خطر: \*الإجهاض المبكر. \*النزيف أثناء الحمل. \*آلام حادة بسبب تنكس الليفية (Red degeneration). \*الولادة المبكرة. \*الوضع غير الطبيعي للجنين. زيادة معدلات الولادة القيصرية. تشخيص الأورام الليفية: \*السونار عبر البطن أو المهبل. \*الرين المغناطيسي في الحالات المعقدة. \*منظار الرحم لتقييم الليفيات تحت المخاطية. علاج الأورام الليفية وعلاقته بالحمل:

\*ليفية عنقية: تنشأ في عنق الرحم. أسباب وعوامل الخطورة: \*اضطراب الهرمونات، خاصة الإستروجين والبروجستيرون. \*التاريخ العائلي. \*السمنة. \*البلوغ المبكر. \*عدم الحمل لفترات طويلة. أعراض الأورام الليفية: قد تكون بدون أعراض، ولكن عند ظهورها تشمل: \*غزارة الطمث أو طول مدته. \*نزيف بين الدورات. \*آلام بالحوض أو أسفل البطن. \*ضغط على المثانة أو المستقيم. \*تأخر الحمل أو الإجهاض المتكرر. تأثير الأورام الليفية على الخصوبة: قد تعيق الليفيات تحت المخاطية انغراس البويضة المخصبة. الليفيات الكبيرة قد تشوه تجويف الرحم. قد تؤثر على حركة الحيوانات المنوية أو

المتابعة: إذا كانت صغيرة ولا تسبب أعراضاً. العلاج الجراحي (استئصال الليفية): يُنصح به قبل الحمل إذا كانت الليفية تحت مخاطية أو كبيرة وتؤثر على تجويف الرحم. العلاج الدوائي: دوره محدود عند الرغبة في الحمل. غالباً ما تتحسن فرص الحمل بعد استئصال الليفيات المؤثرة. نصائح للمرأة الحامل المصابة بأورام ليفية: \*المتابعة المنتظمة أثناء الحمل. \*مراجعة الطبيب عند حدوث ألم شديد أو نزيف. \*الالتزام بتعليمات الراحة والعلاج خاتمة: الأورام الليفية الرحمية حالة حميدة وشائعة، وتأثيرها على الحمل يعتمد بشكل أساسي على حجمها ومكانها وعددها. التشخيص المبكر والتقييم الدقيق قبل الحمل يساعدان في اختيار الخطة العلاجية المناسبة وتحسين فرص الحمل الآمن والسليم.

## حين تُسرق الطفولة نفسياً



5/ تعرّض الطفل للإهمال العاطفي: لا يُسمع، لا يُحتضن، ولا يُعبر له عن الحب. في كل هذه الحالات، يتعلم الطفل درناً قاسياً مبكراً: "لا أحد سيحمل عني... عليّ أن أفعل كل شيء". ملامح الطفل الذي كبر قبل أوانه هؤلاء الأطفال غالباً يتميزون ب: نضج واضح أكبر من عمرهم. حساسية عالية تجاه مشاعر الآخرين. خوف من الاعتماد على أحد. كتمان شديد لمشاعرهم و شعور دائم بالمسؤولية والذنب. صعوبة في اللعب أو الاستمتاع العفوي. قد يرأهم الناس "عقلاء"، "رزينين"، "مُرتبين". لكن القليل من ينتبه أن هذا النضج ليس هدية... بل درع دفاعي. ماذا يحدث لهم حين يكبرون؟ عندما يكبر الطفل الذي كبر قبل أوانه، يصبح غالباً: شخصاً يعتمد عليه الجميع... لكنه لا يعتمد على أحد. قوياً أمام الناس... منهكاً في الخفاء. معطاءً أكثر مما ينبغي... ناسياً نفسه. يخاف من الضعف، ومن الاحتياج، ومن البكاء. كثير منهم يعيش صراعاً داخلياً بين: طفل داخلي يريد أن يُحتضن... وكبير

في كل مجتمع، هناك أطفال لم يعيشوا طفولتهم كما يجب. لم يذهبوا بحرية خلف ألعابهم، ولم يناموا مطمئنين على صدر أم بل كبروا سريعاً... أسرع مما يسمح به العمر، أطفال حُمّلوا مسؤوليات نفسية أكبر من طاقتهم، فصاروا كباراً من الخارج... صغاراً متعبين من الداخل. الطفولة ليست عمراً... بل أمان... الطفولة الحقيقية لا تُقاس بالسنين، بل بمقدار الأمان. حين يشعر الطفل أن هناك من يحميه، يسمعه، ويحتويه، ينمو طبيعياً... لكن حين يُترك وحده في مواجهة الخوف، أو الفقر، أو النزاعات، أو الإهمال العاطفي، يبدأ عقله في تفعيل "وضع البقاء"، فيكبر قبل أن يلعب. هناك أسباب كثيرة تجعل الطفل يكبر قبل أوانه وتسرق عمر الطفل نفسياً منها: 1/ تحمّل مسؤوليات الكبار مبكراً: كأن يُطلب منه رعاية إخوته، أو أن يكون "سنذاً" لوالديه. 2/ غياب أحد الوالدين نفسياً أو فعلياً: بالوفاة، أو الطلاق، أو الانشغال الدائم. 3/ العيش في بيئة مليئة بالتوتر والصراخ والمشاكل. 4/ الفقر أو المرض داخل الأسرة مما يجعل الطفل يشعر أن عليه "أن يكون قوياً".

تبيكي تطلب الدعم تُخطي دون جلد الخطوة الثالثة: تعلم الأمان من جديد في علاقات صحية، ومع أشخاص لا يستغلون عطاءك. الخطوة الرابعة: كسر الدور القديم لست دائماً مضطراً أن تكون القوي... يحق لك أن تكون إنساناً فقط. رسالة أخيرة إلى كل ابن أو ابنة كبروا قبل أوانهم: قوتكم لم تكن اختياراً... بل ضرورة. ونضجكم لم يكن رفاهية... بل وسيلة للبقاء. لكن اليوم، وأنتم كبار حقاً، يحق لكم أن تعيشوا ما حرمتهم منه: الراحة، والأمان، والحنان. فالطفولة لا تموت... هي فقط تنتظر من يعيد لها الحياة

خارجي يُجبر نفسه على الصلابة. الألم الصامت: لماذا لا يشتكون؟ لأنهم تعلموا منذ الصغر أن الشكوى لا تغير شيئاً. تعلموا أن البكاء عبء، وأن الاحتياج ضعف، وأن الصمت أمان من الكلام. فكبروا وهم يحملون في صدورهم طفولة لم تُعاش... وقصصاً لم تُحك... واحتياجات لم تُلب. كيف نداوي ما سُرق؟ الشفاء ممكن، ولو تأخر مثلاً: الخطوة الأولى: الاعتراف أن تقول لنفسك: نعم... أنا لم أعش طفولتي كما يجب. الخطوة الثانية: التصالح مع الطفل الداخلي. اسمح لنفسك أن: تحزن

# الصندوق الخيري.. السروراب الكبرى

إبر الشهيد

راند ر

صبح الشيخ إدريس



الأمين المالي

صندوق السروراب الكبرى الخيري لخدمة المجتمع  
الإيرادات و المصروفات  
الفترة من 1- يناير إلى 31- ديسمبر للعام 2025

الرقم	بيان	الإيراد	مصرف	الرصيد
0	إجمالي الإيرادات	22,294,030	0	22,294,030
1	دعم مسك مدرسة السروراب الثانوية المشتركة	500,000	21,794,030	0
2	دعم الأسر المتعففة بمناسبة شهر رمضان المعظم	11,000,000	10,794,030	205,970
3	مساهمة الصندوق في علاج خمسة حالات بالسروراب الكبرى	950,000	9,844,030	0
4	فرحة العيد رقم 62 أسرة أيام فصر أقل من 15 سنة	4,960,000	4,884,030	76,970
5	إيرادات شهر ابريل 2025	3,209,098	8,093,128	0
6	دعم علاج شهر ابريل	200,000	7,893,128	0
7	إيرادات شهر مايو 2025	5,535,000	13,428,128	0
8	دعم كورس مدرسة السروراب الثانوية بنات	500,000	12,928,128	0
9	دعم علاج شهر مايو	200,000	12,728,128	0
10	فرحة العيد رقم 64 أسرة أيام فصر أقل من 15 سنة 41 أسرة	6,300,000	6,428,128	0
11	الذكر نصف الاجمالي 105 أسرة في 60 ألف جنيه سوداني لكل أسرة	2,185,400	8,613,528	0
12	إيرادات شهر يونيو 2025	1,516,600	10,130,128	0
13	دعم مدرسة السروراب الثانوية بنين	500,000	9,630,128	0
14	دعم حالتين علاج	400,000	9,230,128	0
15	إيرادات شهر أغسطس 2025	1,256,000	10,486,128	0
16	إيرادات شهر سبتمبر 2025	1,955,000	12,441,128	0
17	دعم علاج شهر أكتوبر حالة مستعجلة	200,000	12,241,128	0
18	إيرادات شهر أكتوبر 2025	890,000	13,131,128	0
19	إيرادات شهر نوفمبر 2025	1,390,000	14,521,128	0
20	دعم حالتين علاج	400,000	14,121,128	0
21	إيرادات شهر ديسمبر 2025	1,273,000	15,394,128	0
22	دعم حالة علاج	200,000	15,194,128	0
23	عجز حملة اصحاب البنية	70,000	15,124,128	0

4-دعم الانشطة الشبابية الثقافية والرياضية التي تسهم في التنشئة السوية بدنيا وفكريا مما يجعلهم فاعلين في المجتمع الدور المجتمعي للصندوق:-  
1-دعم الاسرة المستهدفة بالبند الأول وقضاء حوائجهم الاساسية وتجنهم مساءلة الناس وأي حلول اخرى ذات عواقب وخيمة  
2-خلق بيئة صحية تجنب الامراض وتوفر الموارد المادية والبشرية  
3-بناء جيل على قدر من الوعي والادراك  
4-مواجهة التحديات والمخاطر ودفع الضرر عن المواطنين  
5-خلق مجتمع قوي متماسك تسود بينهم المودة والرحمة  
إن مثل هذه المشاريع العظيمة ذات أثر ايجابي ينعكس على المجتمع برفع المعاناة عن كاهل المواطن خاصة الاسر المنضوية تحت البند الأول للمصروفات فتجعل المجتمع مترابط معافى من الظواهر السالبة  
نحيي القائمين على امر هذا المشروع الحيوي وعلى الشفافية في مثل هذه المواضع وتقديم شرح شافي لجميع الخطوات للرأي العام كذلك النقلة الاحترافية في سياق العمل العام وذلك باتباع الطرق العلمية المحاسبية التي تساعد في الضبط والمحافظة على المال العام ومراقبة العمليات لتمكين الادارة من اتخاذ القرارات التخطيطية التي تساعد على الاستدامة والنمو  
فحقا يعد عمل نموذجي يحتذى به.فنتمنى اقامة مثل هذه المشاريع في جميع قرى الريف حتى نجنى الثمار المذكورة أعلاه

المواطن بطريقة مباشرة عن طريق دعم الاسر المتعففة أو العلاج لبعض الحالات الخاصة أو غير مباشرة دعم الخدمات بلغت جملة الإيرادات خلال العام 47,734,128 جنيه سوداني حيث كانت نسبة الاشتراكات قرابة 40% بلغت جملة المصروفات خلال العام 32,610,000 جنيه ليصبح الرصيد المرحل مبلغ 15,124,128 جنيه حيث كان للبند الأول من المصروفات النصيب الأكبر خاصة هم الشريحة المستهدفة باولوية الخدمة حيث كان الدعم بمبلغ 22,260,000 جنيه.تم توزيع الدعم من خلال ثلاثة مناسبات من العام شهر رمضان المعظم، وعيد الفطر، وعيد الاضحى كما تم دعم عدد (11) حالة علاجية بعد عمل الدراسات اللازمة بمبلغ 2,350,000 جنيه وللصندوق اسهامات في المجال الخدمي حيث تم تقديم دعم لمدرسة السروراب بمبلغ 1,500,000 جنيه ودعم حملة الرش واصحاب البيئة لمحاربة حمى الضنك بمبلغ 6,500,000 جنيه مما ساعد في توفير معينات العمل لخلق بيئة صحية خاصة في فترة محاربة هذا الوباء الذي حصد كثير من ارواح المواطنين مما يعد حفظ لمواردنا المادية والبشرية  
الرؤية المستقبلية:-  
1-الاستثمار لتوسيع قاعدة الإيرادات الابقية  
2-تفعيل قنوات التحصيل لزيادة نسبة التوريد.  
3-الاستعداد المبكر لشهر رمضان المعظم

البند الثالث  
1-دعم الخدمات تشمل المدارس والمستشفيات  
2-دعم الانشطة المجتمعية ثقافية أو رياضية بعد وضع هذه اللائحة المالية تم حصر المستحقين وتصنيفهم حسب حالاتهم ودراسة احوالهم والدخل .  
كذلك تم توزيع المهام على شاكلة امانات لتسهيل العمل الاداري وتسلسله والتخصص وخلق نشاط متزامن لجميع الاقسام كالآتي :-  
1-أمانة الخدمات والتنمية وشؤون الامداد م. محمد الفاتح عبد الوهاب  
2- الشؤون القانونية والامنية تقيي. سيف الإسلام خلف الله قسم الله  
3- الشباب والرياضة يس حاج التوم  
4- الاقتصاد والتخطيط بكري عوض المبارك  
5- الخدمات والتنمية عبدالوهاب عبدالله الامين  
6-المنظمات والعلاقات الدولية يسرا عبدالقادر  
7- التطوير المجتمعي والتعليم ليلى عبدالمنطق الطيب  
8-الشؤون الهندسية والادارية م.هالة مكاوي ابايزيد  
9- الاسناد التنموي والمجمعات الاستهلاكية معز حجازي كمال  
منسق للجان الادارية علي عبدالله مقبول  
فيحمد الله قدم الصندوق أعمال جليلة وساهم بقدر كبير في رفع المعاناة عن كاهل

## روشتة تربية



يحيى الطيب محمد الثقة بالنفس

التربية علم وفن يشترك فيه الجانبان العلمي والفني .  
ومن أهم الجوانب التي تزورها الأسرة في الطفل هي الثقة .  
فهي النواة التي تجعل الطفل واثقاً من نفسه .  
صادقاً في تعامله مع غيره .  
ومن آثارها تعزيز التعلم .. الأطفال الذين يملكون ثقة بالنفس هم أكثر من غيرهم تعلماً واكتساباً لمهارات جديدة  
الثقة تسهم في مشاركات فاعلة وتقاشات هادفة تؤدي لتحسين التعلم . وتقلل من التوتر والخوف الناتج عن عدم الفهم والمشاركة.  
الثقة بالنفس تقود للإبداع باكتشاف حلول جذرية نامية عن التأمل والتفكير العميق في المشكلة . وتساعدهم في بناء علاقات راسخة للإستفادة من آراء بعضهم البعض عملاً بالحقيقة نصف رأيك عند أخيك .. مما يقود للإبداع والإختراع والتفكير المنطقي وتجميع الآراء وإختيار أحسنها وأكثرها شيوعياً وأفضلها حلاً للمشكلة المراد حلها .  
وذلك ما يكسبهم الإفتتاح في التعامل مع المعلم والأقران وصولاً لحل ناجح وليد التفكير الجمعي الإبداعي العاطفي .  
كيف نعزز الثقة في الأطفال  
التشجيع على التفكير المنطقي والإستفادة من الرأي الآخر  
التقدير للجهود المبذولة من قبلهم وليس للنتائج التي توصلوا إليها .  
إشعارهم بأن الفشل هو عتبة من عتبات الوصول وأنه ليس بالنتيجة التي يقفل بها باب المحاولة وتقلل الجهود المبذول في الحل .  
ولا يمكنك تحقيق ذلك إلا بتوفير بيئة آمنة لهم للتعبير عن أنفسهم وجهودهم المبذولة

## من أنت يا حلم الصبا



التجاني يوسف بشبير سيد خليفة

أكل البشر فرعوا الحلبة والبطاطس والبابمي واعجبوا به وأنخرطوا في سلك الجندية بإرادتهم وكانوا باكورة البازنقر، التي حكم بها بحر الغزال بإحسان، وهزم بهم قطاع الطرق المتفلت من أبناء عمومته الذين خانوا العهد وقطعوا طريق تجارته فقطع دابرهم ليستندجوا بالسلطان، الذي كانت نهايته في منواشي، ليتبجح الآن من يظن بأنه لا يعرف الهزيمة، فتلك القصيدة العجماء والخريدة النجلاء المحكمة البناء المواراة بأجراس العرفان وإيقاعات الصيحة، لا يمكن لها أن تكون إلا لصاحب ذلك اليراع السبال النفاس والثفات للعجائب، يراع الناصر قريب الله ابن أبي صالح ابن الشيخ الطيب ابن عم الفطحل زرياب النظم العجيب الشاعر محمد سعيد العباسي، فما لعمرك لا تعرفون الوسم ولا تتمتعون في السلم ولا تملكون معرفة الملامح ولا غنة القول ولا الإثر السلافي.

## نعي اليم



منصور المفتاح

تلك القصيدة شاعرها معروف دور الشاعر الصوفي العرفاني ابن بيت التصوف والعرفان الناصر قريب الله، الذي كان يتحاشى الإفصاح وينسب كثيراً من قصائده لغيره، إلا النذر اليسير وفي تلك القصيدة نفس المعهد العلمي، الذي درس فيه الناصر وفي القصيدة قبس من قصيدة قم يا طرير الشباب غني لنا غني، للشاعر العبقري ابن المعهد العلمي وابن سرحته الذي غنى به التجاني يوسف بشير، وفيها إحكام البناء وفيها أنفاس الأجراس العجائبية وفيها إحكام البناء وبداعة هندسته وفيها عناصر سهولة الأداء وفيها المضامين القيمة التي لا تتأتى إلا من الناصر فأنظروا لما يحتجب في راعته أم بادر، وتمعنوا في ما جاء في هذه القصيدة، وفكروا في من تم إختياره لأدائها سيد خليفة دارس الموسيقى والعالم بخباياها والقادر على توزيع تلك الخريدة والقيام بأدائها وفقاً لرؤية الفنان المتقن لحرفته الشاعر القابض على فنون اللغة وفقها الجبار وأستاذها في المدارس الثانوية وقتذاك والشارب من حوض أبيه (والعرف أشم من وادي السلم) فنفس القصيدة نفس المعهد العلمي، لا نفس دار العلوم كما يظن البعض، أن كاتبها إدريس جماع، الذي جمعت كتاباته في لحظات باقية، أما الناصر ذلك المؤدب المهذب، الفارس سليل الفراسة والحائز على سيف عزتها، من جده والدة أمه عاتكة الزبير باشا ود رحمة، الذي قالت فيه جوبة الرجا الكمامة في منطقة السروراب: (يمه أريد الي الجاب طلب جورسي) البى الذي إبتدع أسباب الحياة في بلاد النيام نيام وأستأنس أهلها وأخرجهم من العادات البئسة بالتدرجج والتأهيل وعلمهم الصيد والزراعة ونهاهم عن

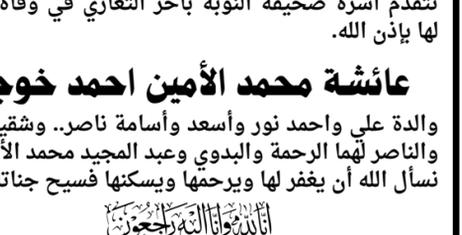
## نعي اليم



فاطمة الخضر محمد العبيد

تتقدم أسرة صحيفة النوبة بأحر التعازي في وفاة المغفور لها بإذن الله.  
فاطمة الخضر محمد العبيد  
والدة عمر وعثمان ومحمد وعلي والوليد بابكر الفضل.  
زوجة المرحوم الفضل محمد الشفيق  
نسأل الله لها الرحمة والمغفرة  
اللهم صل على النبي وآل النبي الطيبين الطاهرين

## نعي اليم



عائشة محمد الأمين احمد خوجلي

تتقدم أسرة صحيفة النوبة بأحر التعازي في وفاة المغفور لها بإذن الله.  
عائشة محمد الأمين احمد خوجلي  
والدة علي واحمد نور وأسعد وأسامة ناصر.. وشقيقة الحبر والناصر لهما الرحمة والبدوي وعبد المجيد محمد الأمين  
نسأل الله أن يغفر لها ويرحمها ويسكنها فسيح جناته  
اللهم صل على النبي وآل النبي الطيبين الطاهرين



## الميراث

من الإنتفاع بها. كما أن وضوح الملكيات بعد القسمة يقي من النزاعات القانونية، ويمنع التعدي على أملاك الغير ، ويُسهم في إستقرار التعاملات المالية والعقارية .

المسؤولية الكبيرة تقع على عاتق كبار الأسرة والورثة القائمين على التركة في المبادرة إلى حصر الميراث وسداد الديون وتنفيذ الوصايا الشرعية ثم توزيع الأنصبة دون تأخير أو تحيز . فالأمانة في هذا المقام عظيمة والتفريط فيها له تبعات دنيوية وأخرية .

يُسْتَحسن الإستعانة بأهل العلم والإختصاص من فقهاء أو محامين شرعيين لضمان سلامة الإجراءات وصحة القسمة وقطع أي خلاف محتمل من جذوره.

إنّ توزيع الميراث في وقته ، ووفق ما شرعه الله ، ليس فقط إنتزاماً دينياً ، بل هو صمام أمان للأسرة والمجتمع . وهو الطريق الأقصر لحفظ الحقوق ، وصيانة الأرحام ، وتحقيق السلم الإجتماعي .

فطوبى لمن بادر بإعطاء كل ذي حق حقه وجعل شرع الله حكماً في ماله وأهله فنال بركة العدل في دينه وأجر الطاعة في آخره.



الميراث على الجانب الديني فقط ، بل تمتد لتشمل البعد الإجتماعي والإقتصادي . فتقسيم التركة يُسهم في تحريك المال داخل المجتمع ويمنح الورثة فرصة للإستفادة منه في مشاريع منتجة أو سدّ حاجياتهم أو تحسين أوضاعهم المعيشية. أما حبس التركات وتعطيلها فيؤدي إلى تجميد الأموال وحرمان أصحاب الحقوق

للحقوق ومنعاً للظلم وصوناً للمال من النزاع والضياع. والتعدي على الميراث أو تأخيره أو التحايل في تقسيمه كل ذلك من صور أكل أموال الناس بالباطل ، وهو أمر شدد الإسلام في النهي عنه.

وفي واقعنا السوداني، كثيراً ما تُؤجّل قسمة الميراث بدعوى "الستره" أو "الظروف" أو "الخوف من الزعل"، لكن هذا التأجيل غالباً ما يكون سبباً مباشراً في تفاقم الخلافات واتساع الشقة بين الإخوة والأهل وربما قطيعة الرحم التي حذّر منها الشرع أشد التحذير.

ومن أعظم حكم الإسراع في توزيع الميراث، أنه يقطع الطريق أمام الشيطان ويمنع بذور الفتنة من التسلسل بين أفراد الأسرة . فكم من بيوت عامرة تهدمت وكم من إخوة تفرقوا، وكم من علاقات إنقطعت بسبب مال لم يُقسم في وقته أو حق لم يُعط لصاحبه.

التوزيع العادل والشرعي للميراث يُشعر كل وارث بالطمأنينة والرضا، ويُغلق أبواب الشك والإتهام ، ويُرسخ قيم العدالة والإنصاف داخل الأسرة .

وهو كذلك رسالة واضحة للأجيال القادمة بأنّ إحترام الشرع هو الضمان الحقيقي للإستقرار الإجتماعي .

وأهمية تقسيم الميراث لا تقتصر أهمية



البشير أحمد الهصطفى

تكم أهمية توزيع الميراث في أنه فريضة شرعية وضمان للإستقرار الأسري ..

و يُعدّ من القضايا المفصلية في حياة الأسر والمجتمعات ، لما يترتب عليه من آثار إجتماعية وإقتصادية ونفسية بعيدة المدى ..

وقد أولى الإسلام مسألة الميراث عنايةً عظيمة، ففضل أنصبته وحدد مستحقيه بدقة ، وجعل تقسيمه فريضةً شرعية لا تقبل الإجتهااد ولا التأجيل بغير عذر .

قال تعالى: **﴿يُوصِيكُمُ اللَّهُ فِي أَوْلَادِكُمْ﴾**، فجاء النص قاطعاً وحاسماً، تأكيداً على أن أمر الميراث حق واجب، لا مجال فيه للأهواء ولا للمجاملات..

فالميراث تشريع إلهي لا يقبل التعطيل وبالتالي فإن توزيعه ليس مجرد إجراء مالي ، بل هو عبادة تُؤدّى ، وإمتثال لأمر الله عز وجل . وقد حدد الشرع الحنيف أنصبة الورثة بدقة متناهية ، حمايةً

## قدسية الأرض



أحمد هوسى

نبلة سيور العجلة الرالي ، سفنجة ابوحمامة ، وبعض النقود الحديدية النحاسية وعراكها مع جيوش الحصى داخل جيبى ، صانعة كشكشة وإزعاجاً طفولياً يحلو سماعه ، شواطئ النيل وشمبات ، إبتساماتي وحيشان وبيوتات الميرغنية ، نظراتي المعجبة بمعمار الأملاك ، اقدمي وجروف النيل ، الصباي ورمالها الخصبة المزركشة كوجهٍ غجربة رُئين لحفل في قصر فاروق باشا الصباي مرةً أخرى وأنفاس الصباح ، عبق حيطانها وجروفها الغنية ، شواطئ النيل واوكسجينها المضاعف ، حفلات النجوم وهي تتفاخر بين ثرى وثريا .

خيوط الضوء الذهبية تتخلل اشجارها الحانية ، فلاخوها الشمر ، يتراقصون على انغام ود ابرق وقمرية وابو سيف وسميرية ، او كل كورس النيل(كما يحلو لي تسميتهم ) ، كورش ظل على وحدته لملايين السنين ، ظل يغني ويضطرب آدم وحواء الأرض.

هناك فلاح يجز وآخر يهز ، والثالث ينج ، والرابع يغز انياب معوله داخل بطن الأرض الحبلى ، كل هذا شكّل مشهداً راقصاً ، رشاقة حركتهم الدؤوبة للناظر إليهم ، يبدو وكأنه مسرحاً كلاسيكياً ، فكل شيء يبدو كذلك ، سيمفونيات الطبيعة والخلود ، خيوط الشمس الذهبية ، كورس النيل الخالد ، تمايل اغصان الأشجار مع انفاس الصباح .. كيف لا وهو مسرح الطبيعة الجرجير والملوخية وأضان الفار بين حواف الأحواض كأنها جمهور أم كلثوم ، أغدا القاك ياخوف فؤادي من غد ، كانت هي الأهزوجة ، هي اللحن الطروب .

وعلى بضع امتار ترى حمد يعانق خوجلي ، يمدان ذراعيهما لتوتي في سلام تام ، لم يبرحا جنتهما التي بنياها بحب ووجلد .

كل شيء يبدو كلاسيكياً ، فالمباني مزينة بروث الأغنام ، الحيطان عاتية جبارة تتحدى كل زمان ، تتحدى حتى غضب النيل ، فالنيل لا يغضب إلا بسبب افعال الدخلاء المخالفة لطبعه الكريم ، فهم لا يعرفون عظمة النيل ولا كرمه ، يأكلون من خيراته ويشربون ماءه بلا تقدير او تقديس .

مرة ولجث إلى دغل صغير كثيف ، وقد جذبتني إليه اصوات بعض افراد الكورس ، كانوا في (بروفة) على ما يبدو ، ازعجتهم بتطفلي ، فسكنوا ثم طار بعضهم معترضا على تطفلي ، حلقوا بعيدا ، سيعودون حالما



أغادر الدغل ، شعرتُ بأنني لسْتُ مرحبا بي . قبل المغادرة فردتُ نبلتي وأصبت أحد الطيور، كدتُ اقتله وقع بين رجلين متألماً ثم فاقدا الوعي ، يا لقسوة المشهد ،وقسوة قلبي وقلب (نبلتي) ، حملته فنفضت فيه علهُ يعود مرة اخرى ، تماوج الزغب مع نفخاتي ، وعينيه مازالت مُغمضة ، كررتُ المحاولة مراتٍ ومرات ، لكن لم يُجد الأمر نفعاً ، حسبته قد مات ، لم ارمه ، ليتني تركته هناك .

كنتُ يافعاً ، جاهلاً ، قاسياً ، ومحباً ايضاً ، يا للتناقض ! ادخلته في جيبى وعدتُ ادراجي ، صعدتُ إلى الحافلة متوجهاً الى المحطة الوسطى ،حتى وصلت ، اخرجته من جيبى ، يالهول وفداعة ما اقترفت ، فقد مات مختنقاً داخل جيبى حزنتُ ايّما حزن ، وضعته على ورقة قد هربت من بائع كتب كان يجلس تحت حائط الكاتدرائية لم آبه لتصرفي ، فقد كنت اطمن نفسي بأن صغيري سينجو .

حملتُ الوريقة وسرت ببطي ، ثم وضعته على حائط الكاتدرائية ، رن جرس الكنيسة، ملأ اذني بصوته الرنان ، وكان الجرس يقول لي ، اصبتة كلاسيكياً ، وحملته كلاسيكياً ، وقتلتة كلاسيكياً ، ودفتته كلاسيكياً .

والآن حزني كلاسيكياً وتأنيب قلبي كلاسيكياً ، وندمي يتجدد كل حين

فهل سامحني النيل ، والجروف والأشجار الحانية؟ هل غفرت لي خيوط الصباح الذهبية؟

هل ستستقبلني انفاس الصباح مثلما كانت تفعل؟ هل كورس النيل مازال بنفس الإنسجام والحماس والجمال بالرغم من نقصهم واحدا؟

هل ارحى ذنبي ذراع حمد وخوجلي وأقلق سلامهما وخنؤهما؟ (يا روحي هاجري وفتشي ، الله عليك يا خوجلي يا عثمان )

هل قل كرم النيل بتصرفي الدخيل؟ هل جمهور الجرجير والملوخية وأضان الفار مازالوا يصفقون للعروض اليومية بنفس القوة؟

لن اقتل طائراً مرة اخرى .

## حافة النسيان



الشاعرة الأستاذة :

نوال حسن الشيخ

كُنَّا قَرِيبِينَ جَدًّا وَغَرَبَاءَ جَدًّا

مِثْلَ نَهْرٍ تَرَاوَعَ ضَفَاتِهِ الرِّيحُ.

كُنْتُ الْمَدِينَةَ الْمُنْتَشِيَةَ الصَّاخِبَةَ،

وَكُنْتُ الْمَدِينَةَ الْمُنْسِيَةَ الْمَيْتَةَ..

الْمَدِينَةَ اللَّاهِتَةَ خَلْفَ الْغِيَابِ.

غَمَرْتَنِي حَرَارَةٌ مَنَعِشَةَ،

صَعَدَ الدَّمُ إِلَى عُرُوقِي

أَصَابَنِي طَيْشٌ جَنُونِيٌّ

وَفُورَةٌ مِنَ الْجَسَارَةِ

انْدَفَعْتُ نَحْوَ هَاوِيَةِ قَدْرِي،

تَعَلَّقْتُ بِكَ حَدَ التَّلَاشِي

صَارَ اسْمُكَ عِنْدِي مُقَدَّسًا،

صَارَ سِرِّي الشَّخْصِيَّ الدَّفِينِ.

لَا أَحَدٌ أَحَبُّكَ بِكَثِيرٍ مِنَ التَّفَانِي مِثْلِي

\*\* \*\*

كَانَ صَدِي الْحَبِّ الْحَمِيمِ

غَيْرَ مَاكَانَ فِي ظَنِّي..

السَّعَادَةُ بَعِيدَةٌ عَنِّي بِحَزْنِهَا الْأَبْدِيِّ،

تَرْمَقْنِي بِنَظَرَةٍ مَشْدُودَةٍ.

كُوْتِرَ يَتَأَهَّبُ لِنَعْمَتِهِ الْإِجْبِرَةِ.

عِنْدَ إِشَارَةِ مَرُورِ الْقَلْبِ

لَا حَتَّ نَظْرَتِكَ الدَّافِئَةَ كَعُنَاقٍ مُعْتَقِّ

النَّظْرَةَ الَّتِي تَغْطِيكَ وَتَعْرِيكَ فِي آنٍ

وَاحِدٍ

ظَهَرَ وَجْهَكَ الطَّافِحُ بِالْحَيَاةِ

وَالصَّفَاءِ.

حِينَهَا كَانَ الْقَلْبُ يَنْتَابُ فِي لِحْظَاتِ

وَعِيهِ الْأُولَى،

خَرَجْتَ زَفْرَةً عَذْبَةً مُضْنِيَةً

أَعَادَتْ مَعَهَا بِشَغْفٍ كُلَّ التَّفَاصِيلِ.

مَرَّ أَمَامَهَا حِجَابٌ دَاكِنٌ مِنَ الذِّكْرِى

كَأَنَّهَا حَيَاةٌ تَغُوضُ فِي الظِّلِّ،

تَتَسَلَّلُ بَعِيدًا مِنَ حَرِّ اللِّقَاءِ،

وَإِنَّا كَالْغَائِصَةِ فِي بَحْرِ مِنَ النَّارِ

فِي غَفْلَةٍ مَنِي

سَأَلْتَ نَفْسِي هَلْ كُنْتُ بَلِيدَةً

وَلَمْ تَحْنِكْنِي التَّجَارِبُ؟

عَلَى دَفْتَرِ الْوَهْمِ كَتَبْتُ

قَصِيدَةً فِي طَرِيقِهَا

إِلَى حَفْرَةِ النِّسْيَانِ

## مهرجانات



دكتور. احمد الشيخ أحمد (قسم)

تتقدم صحيفة النوبة الإلكترونية بأحر التهاني للأخ الشيخ لنيله درجة الدكتوراة في إدارة الأعمال من جامعة النيلين بتقدير ممتاز

# عادل أمين المهندس

عادل أمين عوض الله الحسن من مواليد حي الموردة بمدينة أم درمان، انتقلت أسرته الفاضلة للثورة منذ طفولته وإلى الآن ، تلقى دراسته بمدرسة الحارة السادسة الابتدائية ثم مدرسة الوفاق المتوسطة وأكمل مرحلة الثانوي بمدرسة المهديّة.

كان شغوفا ومحباً لرياضة كرة القدم منذ طفولته وكانت بدايته الرياضية مع فريق ناشئين الشاطئ برابطة كرري ثم فريق النجمة وكانت حينها تقام منافسات الدورة المدرسية للمرحلة المتوسطة حيث شارك مع فريق مدرسة الوفاق المتوسطة وتم اختياره للفوز بجائزة أفضل لاعب في تلك الدورة لظهوره بمستوى فني رفيع .

يُعد نجم المريخ السابق عادل أمين، الملقّب بـ«المهندس» واحداً من الأسماء التي تركت بصمة واضحة في تاريخ النادي والمنتخب السوداني بفضل أدائه المميز وأخلاقه داخل وخارج الملعب. ساهم مع زملائه الأماجد في أولى بطولات المريخ المحمولة جواً سيكافاً الأولى وكلنا نذكر تركيزه الشديد في تسجيل ضربة الجزاء الثانية في مباراة الشباب التنزاني في نهائي كأس سيكافا 1986م بعد أن أهدرت ضربة الجزاء الأولى فتقدم وبكل ثقة ووضع الكرة بعيداً عن متناول حارس المرمى هدفاً أعاد الروح والثقة والتوازن لزملائه في كل بقية الضربات..

في هذا الحوار نفتح معه صفحات من الذكريات ، ونتوقف عند مسيرته الكروية، وتجربته مع المريخ ، ورؤيته لكرة القدم السودانية فإلى حوارنا معه .

## تم إختياري لمنتخب الشباب وأنا في الهاشماب

حاوره : الشيخ محمد الصافي

وليكن مدخلنا كابتن عادل من واقع اللحظة السودان وما يعيشه منذ ثلاث سنوات ، في هذه الحرب القذرة ، وتأثيرها في كل مناحي الحياة ، ومن بينها الرياضة ؟

! أولاً التحية لك أخي العزيز الشيخ الصافي ، والتحية لكل أهلنا بالريف الشمالي عامة وخاصة منطقة الجزيرة إسلاج الناس الكرماء ، الأصفياء وكم اجندي فخوراً بعلاقاتي معكم ، وإن شاء الله هذه العلاقات تصير ممتدة بيننا وربنا يكرمكم على الكرم الحاتمي فعندما نكون بينكم لا نحس أننا ضيوف فنحن أهل، كما حال السودان كله ،

ومن ثم ربنا ينصر القوات المسلحة على هذا البغي والتمرد والارتزاق بكل اشكاله ، وأن يرحم كل موتانا وشهداء معركة الكرامة، ونتمنى زي ما كان الوطن ينعم بالخيرات والخدمات كما حدثنا أبأؤنا وعایشنا نتمنى يعود افضل مما كان ونرجع نشوف زمن الترماج ( قطار الانفاق ) الموجود في الدول المتقدمة دي والكان موجود والجنيه من تاني يعود لي قيمته وقبل ذلك كله تعود اخلاق المواطنين السوداني الكان بتميز بيها من امانة وصدق وانسانية ودي الحاجات الكان لما يمشي واحد منا بره كانت بتميزو عن الغير و دي الصفات الزرعوها فينا اهلنا اباهاثا واجدادنا

لكن للأسف حصل تردي شديد جدا فالانسان السوداني كان محبوباً في دول الخليج خاصة بل العالم باجمعه و كان (نمبر ون) في شتى المجالات حتى الادب والرياضة وكنا دائماً مرغوبين في كل الدول الاسي نشأت وكبرت ، بل الإنسان السوداني يعود له الفضل في إنشاء ونهضة العديد منها.

سبحان الله، حتى الإمارات التي عندها عداة سافر لينا دي في الحرب اللعينة العائشين أثارا الان بدعهمها

للمليشيا والتي لم تحركها الا أطماعا في إمكانياتنا ومواردنا الطبيعية والمعدنية .. الإمارات دي من أشهر الدول الاسس الانسان السوداني نهضتها فوطن بقيمة ما تملك دولتنا من كفاءات قبل الثروات يفترض له أن يحقق نمواً كبيراً لا يقل عن أستراليا ونيوزيلندا وكندا ، لكن للأسف الشديد نحن رجعنا للوراء وبقية الدول بل كافة الدول تقدمت ، برغم ما نملكه من إمكانيات وخيرات وكفاءات وقدرات هائلة، و للأسف ليست مستغلة، فالاستعمار وأطماع الدول

الخارجية هي السبب في هذا التأخير؛ لأن السودان لو تمكن من النهوض سيكون من الدول العظمى في كل المجالات . لكن ثقنا في الله كبيرة جداً بأن هذه الحرب ستنتهي، ودوام الحال من المحال، وإن شاء الله الوطن يعود والناس تكون يد واحدة في وطن يسع الجميع .

♦ كيف كانت بدايتك مع كرة القدم ؟ بداياتي عادية جدا من مواليد الموردة ، ، حيث الميلاد والنشأة الأولى ، ومنذ صغري وجدت

نفسي بين دار الرياضة و استاد المريخ واستاد الهلال واستاد الموردة وهذه كلها دور رياضة في المتناول ومن المؤكد انها ستؤثر في نشأتنا زد على ذلك تركيبة البيت عشقي لكرة القدم جاء من الوالد عليه رحمة الله ؛ فقد كان رياضياً ، لعب في نادٍ (الربيع) قبل جكسا ، والأسرة كلها رياضية إخواني الأكبر مني اثنين يلعبوا كرة قدم جميلة جداً، لكن ما واصلوا فيها؛ الفاتح امين كان في جامعة الخرطوم ولعب في منتخب الجامعة ومنتخب السودان للكرة الطائرة، وهو حاليا باشمهندس بامريكا . أما شقيقي الأكبر محسن أمين فلهب في الفريق القومي العسكري كرة الطائرة ، وكانا عاشقين لكرة القدم . و قدر لنا أن إنتقلنا سكتنا من الموردة لمدينة المهديّة ، بالتحديد الحارة الرابعة. وهناك تلقيت تعليمي الابتدائي ولشغفي بحب كرة القدم مارست كإبناء جيلي لعبها في الحواري والميادين وسط الحلة ب كرة الشراب ؛ هذه هي البداية العادية وبداية كل لاعب. بعد ذلك تتشكل موهبته، والناس كانوا يقولوا ليك: (والله ود فلان دا لعاب وحيمشي لي قدام في الكورة).

الثورة بالتحديد مدينة المهديّة، كان فيها حراك رياضي كبير جداً؛ مثلاً: الحارة الرابعة اللي أنا موجود فيها حالياً، كان فيها تسعة أو عشرة فرق بتاعة ناشئين أو فرق روابط تتخيل إنو حسي الرابطة كلها في محلية كرري ما فيها عشرة فرق!!! و دا دلالة على إن الكورة والرياضة ما زي زمان بل للأسف نحن نسير للخلف .

♦ دا بخلينا نسألك عن التدرج للاعبين في المراحل السنية وتأثيره في بناء اللاعب ؟ ! الآن الناس يشدون التدرج والأكاديميات ومدارس المراحل السنية ، ونحن كان تدرجنا عادياً جداً.

تدرجت في الكرة بداية بكرة الشراب في الحلة، وبعد ذلك إنتقلت لمرحلة البراعم



فمنذ عمر ١٠ سنوات كنت لبلعب في فريق إسمه الزهرة في الحارة الرابعة ، وكان لنا دوري في رابطة كرري في هذه الأعمار . وفي نفس الوقت كنت في الدورة المدرسية للمرحلة الابتدائية .

لعينا في فريق الزهرة وبعد ذلك لعبنا في الشاطئ أيضاً في رابطة كرري ، إتخيل نادي الشاطئ كان لديه شباب وناشئين وبراعم، هذا هو التدرج المفروض الان الناس تنشده لتطوير كرة القدم السودانية ولا بد من المناهج والأكاديميات

.. كان في ذلك الزمن تدرج طبيعي، مثله مثل المجاري التي كانت موجودة أصلاً والميادين ، والتلفونات العمومية الفى السوق ، وكل اسباب الحياة المرتبة وكانت الدنيا بخير، والخرطوم ليلا تغسل شوارعها ب (الديتول) . شوفوا وطننا السودان ده كان وبين!

هذا التدني لا يمكن أن يحدث في اي بلد ولا يمكن لقطاع ان ينمو دون الآخر فمثلاً لا يمكن أن يكون الغناء كويس وباقي الأشياء سيئة ، فالحياة كلها مترابطة مع بعضها البعض ، تبدأ بالأخلاق وعشان كدا ساعة يقول ليك الكورة متدنية فهي حلقة من سلسلة حياة .

وفي ظل ذلك هنالك دول عملت على تنمية قدراتها و إشتغلت شغل مؤسسي علمي فتقدمت ، ونحن في ظل تلك المتأهات ينقصنا المنهج والمؤسسية

والخطط المستقبلية والكوادر التي تطبق هذه الأشياء حتى نواكب العالم . فبلا شك نملك من المواهب التي اذا ما توفرت لها بيئات الصقل والتدريب والتأهيل في كل المرافق وليس كرة القدم فحسب بل في كل الرياضات وكل الاشياء الاخرى لحظتها يمكننا تحقيق ما يخشاه الجميع لنا.

من بين أكبر إشكالاتنا أننا لا نضع الشخص المناسب في المكان المناسب .. فاذا ما توفر ذلك ومن ثم عملنا على وضع خطط بمهنية وإستراتيجية مستقبلية ، وأن يكون هناك خيال وإبتكار وكادر مؤهل يقوم بهذه المهمة عندها لن يلحق بنا احد . ♦ رؤيتك للمنتخب السوداني في هذه الأيام ؟

! بالأمس القريب المنتخب السوداني لعب مع السنغال ، والناس كانت تأمل أن نتقدم في هذه المنافسة ، لكن إنهزمتنا ٢/١ بعد ان كنا متقدمين بهدف.

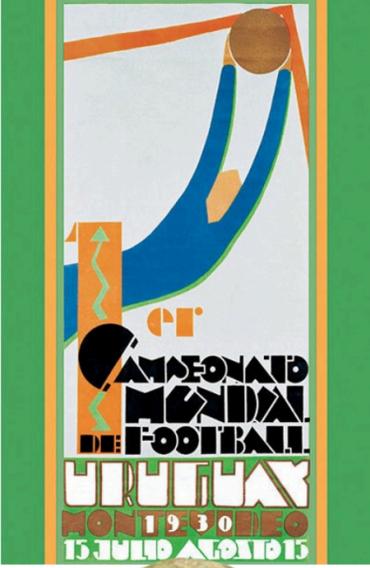
ما يجب علي ان أقوله هنا أن طموحاتنا أكبر من إمكانياتنا الآنية ، وهذا يدل على حينا لوطننا وغيرتنا عليه ، لكن الأمانى وحدها لا تجلب شيئاً؛ فلا بد من العمل ووضع الحلول والخطط المستقبلية . أولادنا في المنتخب قدموا أقصى ما عندهم، هذا هو المستوى الذي لا نملك اكثر منه وهذا اعزبه لضعف وهشاشة التأسيس ، فهناك فوارق كبيرة عندما تقارن منتخبنا بمنتخب السنغال أو المغرب الذين يلعب لاعبوهم في الدوريات العالمية والأوروبية." من حيث الاصل نحن لا نقل موهبة عنهم ، إلا أن طريق الوصول عندنا تعوقه صعوبات بعض الشيء، وذلك لأن بلادنا كانت محاصرة لفترات طويلة ، والعالم لم يترك لنا مجالاً للانطلاق إلى الامام .

بعض الإشراقات في المنتخب تمثلت في ؛ كابتن شادي الذي يلعب في خانة الطرف اليميني وجاء من الدوري الهولندي ، و عامر الذي سجل هدفاً جميلاً وجاء من أستراليا . هذه مواهب هبئت لها بيئة لعب طيبة ومناخ طيب وكل المعينات والمعدات التي تساعد في رفعة المستوى ، وبالتالي ظهوروا بمستوى طيب. نحن في الفترة القادمة لو جلبنا لاعبين من شاكلة عامر و شادي ، شكل المنتخب سيتغير تماماً. هؤلاء اللاعبون لو قارناهم بلاعبى منتخب السنغال، ستجدهم يتفوقون على لاعبين مثل ساديو ماني الذي يلعب في الدوريات الأوروبية. عامر وشادي استطاعوا تقديم صورة للاعب السوداني النموذجي والوطني الذي يمثل بلده بصورة مشرفة في المنافسات الأفريقية والإقليمية أعود لأقول أننا لا نقصنا الخامة بقدرما ينقصنا التأهيل والاعداد .

## عالم الرياضة

إعداد : خوجلي البشير

كأس العالم 1930



للسيدات في إينفيرنيس عام ١٨٨٨م. تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم وأسس الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) وأول رئيس له روبرت غورين في العام 1904 في باريس ومقره الحالي بمدينة زيورخ بسويسرا حيث يضم ٢١١ من اتحادات كرة القدم في العالم ، وتم التوقيع على قانون التأسيس من قبل ممثلين من فرنسا وبلجيكا والدنمارك وهولندا وإسبانيا والسويد وسويسرا. لم تنضم إنجلترا والدول البريطانية الأخرى إلى FIFA منذ البداية، لقد اخترعوا اللعبة ولم يروا سبباً للخضوع للاتحاد. ومع ذلك، انضموا في العام التالي، لكنهم لم يشاركوا في كأس العالم حتى عام ١٩٥٠م. في عام ١٩٠٨م تم إدراج كرة القدم لأول مرة كرياضة رسمية في الألعاب الأولمبية. حتى أقيمت أول كأس عالم في عام ١٩٣٠م، ستكون بطولة كرة القدم للألعاب الأولمبية الأكثر شهرة على المستوى الوطني. ولم تتم إضافة كرة القدم النسائية حتى عام ١٩٩٦.

## تاريخ كرة القدم ونشأتها

بعد، إذ كانت الطريقة المتبعة من قبل فريق الإنجليزي تميل إلى الرجبي فيما كان فريق الأستكتندي يلعبها بطريقة المراوغة التي لقيت شعبية كبيرة، وكانت السبب في انتشارها على هذا الشكل.

أول أندية كرة القدم في العالم :- تواجدت أندية كرة القدم منذ القرن الخامس عشر، لكنها كانت غير منظمة ودون صفة رسمية ، لذلك من الصعب تحديد أول نادٍ لكرة القدم. يقترح بعض المؤرخين أنه تم تشكيل نادي كرة القدم عام ١٨٢٤م في إدنبرة.

غالباً ما تم تشكيل الأندية المبكرة من قبل طلاب المدارس السابقين، وتم تشكيل أول نوادٍ من هذا النوع في شيفيلد عام ١٨٥٥م، أقدم نوادي كرة القدم المحترفة هو نادي نوتس كاوتني الإنجليزي الذي تم تشكيله في عام ١٨٦٢م ولا يزال موجوداً حتى الآن.

في البداية، سيطرت فرق المدارس الحكومية على كرة القدم، ولكن لاحقاً، كانت الفرق المكونة من العمال تشكل الأغلبية. حدث تغيير آخر على التوالي عندما أصبحت بعض الأندية مستعدة لدفع أفضل اللاعبين للانضمام إلى فريقهم.

حيث ستكون هذه بداية فترة انتقالية طويلة، لا تخلو من الاحتكاك؛ حيث ستتطور اللعبة إلى مستوى احترافي.

لم يكن الدافع وراء الدفع للاعبين هو الفوز بالمزيد من المباريات فقط. في ثمانينيات القرن التاسع عشر، انتقل الاهتمام باللعبة إلى مستوى بيع التذاكر للمباريات.

تقنين كرة القدم وإنشاء أول دوري :- في العام ١٨٨٥م تم تقنين كرة القدم الاحترافية وبعد ثلاث سنوات تم إنشاء دوري كرة القدم.

خلال الموسم الأول، انضم 12 نادياً إلى الدوري، ولكن سرعان ما أصبحت المزيد من الأندية مهتمة، وبالتالي توسعت المنافسة إلى المزيد من الأقسام.

لفترة طويلة، كانت الفرق البريطانية هي المهيمنة. بعد عدة عقود، أصبحت أندية براغ وبودابست وسيينا هم المنافسين الأساسيين للهيمنة البريطانية.

في البداية تم استبعاد النساء لفترة طويلة من المشاركة في الألعاب. لم تبدأ النساء بلعب كرة القدم قبل أواخر القرن التاسع عشر. أقيمت أول مباراة رسمية



كانت إحدى السمات المهمة لمتسابقي كرة القدم هي أن الألعاب شارك فيها الكثير من الناس، وأقيمت في مناطق واسعة في المدن، تسببت هذه الألعاب في إلحاق الضرر بالمدن، وأحياناً موت المشاركين. تم حظرها في بريطانيا بعدها لعدة قرون، لكنها عادت إلى شوارع لندن في القرن السابع عشر، وستحضر مرة أخرى سنة ١٨٣٥م، وفي هذه المرحلة تم إنشاء اللعبة في المدارس العامة، استغرقت اللعبة وقتاً طويلاً لتصل إلى ما هي عليه اليوم؛ إذ لم يكن هناك تمييز واضح بين كرة القدم والرجبي لفترة طويلة.

إجتمع كامبردج لإنشاء قواعد اللعبة :- جرت محاولة لإنشاء قواعد مناسبة للعبة في اجتماع غغد في كامبردج عام ١٨٤٨م، ولكن لم يتم التوصل إلى حل نهائي لجميع مسائل القواعد، إلى حدود سنة ١٨٦٣م؛ إذ تم تشكيل أول اتحاد لكرة القدم والذي وضع قاعدة عدم لمس الكرة باليد.

نتج عن الاجتماع أيضاً توحيد حجم ووزن الكرة، وكان هذا بعد اجتماع لندن، أن اللعبة تم تقسيمها إلى رمزين؛ الأول: اتحاد كرة القدم، والثاني: خاص بالرجبي، ومع ذلك، استمرت اللعبة في التطور لفترة طويلة لتصير على ما هي عليه اليوم.

كما كان هناك أيضاً العديد من الاختلافات المتعلقة بحجم الكرة وعدد اللاعبين وطول المباراة، وكان من أول القرارات توحيد عدد اللاعبين في الملعب، وتوحيد زي اللعب لمعرفة أعضاء الفريق الأول من الثاني، لكن لم تكن الكأس جزءاً من اللعبة

كرة القدم، تلك اللعبة الشعبية التي يصل صيتها إلى جميع أنحاء العالم، وتتابعها بشغف جميع الفئات العمرية والطبقات الاجتماعية؛ لما تضمه هذه اللعبة من حماسة وتشويق لمحبيها.

لكرة القدم تاريخ طويل؛ إذ نشأت هذه اللعبة خلال منتصف القرن التاسع عشر بإنجلترا، لكن انطلاقاً للعبة -وإن كانت ليست بشكلها الحالي- كانت قبل ذلك بكثير.

بدأت منذ أكثر من ألفي سنة حسب "football history"، كانت أول لعبة كرة قدم معروفة، والتي تضمنت أيضاً ركل الكرة في الصين، وذلك خلال القرنين الثالث والثاني قبل الميلاد تحت اسم "سو جو" (Cuju)، تم لعب "سو جو" بكرة مستديرة عبارة عن جلد مخيط بالفراء أو الريش بالداخل على مساحة مربع.

انتشرت اللعبة لاحقاً في اليابان باسم "كيماري" (kemari)، وكانت عبارة عن طريقة يتبعها العساكر للتسخين قبل التدريب العسكري الخاص بهم، كانت مجموعة متنوعة أخرى من ألعاب الكرة معروفة من اليونان القديمة. كيفية صنعها :-

صنعت الكرة من قطع من الجلد مملوءة بالشعر خلال القرن السابع، ومع ذلك، كانت ألعاب الكرة منخفضة الوضع ، ولم يتم تضمينها في الألعاب البانهلينية. في روما القديمة، لم يتم تضمين الألعاب ذات الكرات في الترفيه على الساحات الكبيرة، ولكنها كانت عبارة عن تدريب عسكري عُرف باسم "هاربا ستون" (Harpastum).

كانت الثقافة الرومانية هي التي ستجلب كرة القدم إلى الجزيرة البريطانية. ومع ذلك، من غير المؤكد في أي درجة تأثر الشعب البريطاني بهذا التنوع وفي أي درجة طوروا متغيراتهم الخاصة.

ويذكر أنها تسببت في وفاة لاعبيها ، حسب القصة الأكثر شهرة، يقال إن اللعبة تم تطويرها في إنجلترا في القرن الثاني عشر. في هذا القرن كانت المباريات التي تشبه كرة القدم تُلعب في المروج والطرق في إنجلترا. بالإضافة إلى أنها كانت تتضمن ركلات، وأيضاً لكلمات للكرة بقبضة اليد، كان هذا الشكل المبكر من كرة القدم أكثر قسوة وعنفاً من طريقة اللعب الحديثة.

## عجائز يتنكرون في ثياب الشباب

بقلم : مراقب

قادتني قدمي في اليوم الأخير لسنة 2025 إلي الفودة لمشاهدة تمرين (العجائز) كما يسمون أنفسهم . وصلت متأخراً بعض الشيء وكنت أحسب أنني سأشاهد لاعبين يركضون بأرجل مثقلة بفعل السنين غير إنني فوجئت بتلك الأرجل وهي تأكل الفودة أكلاً وبحركة دائبة وتنافس مثير فكان أكبرهم الخمسيني (عبدالله بلة) وكأنه لم يتجاوز الخامسة و العشرون أما (علام) و(ودحنيو) فقد رأيتهما في سني خطواتهما الأولى في فريق النوبة من جديد بينما أعاد (كريم أبو عركي) بعض لمسات الزمن الجميل بنسخة جديدة أكسيها ثوب الحدائنة .

كلمة العجائز فندتها أقدام (بابكير) و(عودة) وغيرهم ممن لا أتذكر أسماؤهم الآن ، لكن في المجمل سعدت بعودة النشاط للفودة كما سعدت بمواصلة هؤلاء النجوم للركض الجميل خلف الكرة ..

خرجت من الفودة وأنا ممتلئ بالحماس والطرب وبذكريات الملعب الذي طالما شهد صولات وجولات فريق النوبة في عهود ذهبية كانت تتجدد دوماً قبل أن تصبح تاريخاً نأمل أن نستعيده في المستقبل القريب.

خرجت ووضعت عهداً بالعودة للفرجة والإستمتاع بشباب هؤلاء العجائز ففي مشاهدتهم بواعث السرور والأمل



## شق الوادي

عبد الوهاب الطيب



## التربية قبل التعليم

■ مشهد أول : قبل تسع سنوات تقريباً ذهبت مع شقيقي إلى مستشفى بإحدى القرى المجاورة أثر تعرضه لطارئ صحي قبل منتصف الليل بقليل وعند وصولنا للمستشفى لم نجد الطبيب المناوب فأرشدتنا إحدى السيسترات إليه حيث كان بالإستراحة الملحقة بالمستشفى فذهبنا إليه في الإستراحة ومن وراء الباب علم الطبيب بأن مريضاً ينتظره فلم يخفي تدمره وإمتعاضه وغضبه من حضور مريض في تلك الساعة ، الطبيب برغم إنه كان مناوباً في تلك الليلة أظهر عدم إنسانيته وعدم تقديره للمهنة ، ناهيك عن عدم إحترامه لإنسان يعاني وييلات المرض .

■ مشهد آخر : أثناء فترة عملي بالسعودية قبل ست سنوات، وعند مراجعتي لعيادة بإحدى

مستشفيات مدينة الرياض كنت المريض الأخير الذي يقابله الطبيب في ذلك اليوم وخرجت سوياً مع الطبيب بعد المقابلة وعندما هممنا بالولوج إلى المصعد لننزل إلي الطابق الأرضي في ذات اللحظة خرج من المصعد أحد المرضى وكان إستقبال العيادة بالقرب من المصعد ، طرق مسامعنا أنا والطبيب ونحن بداخل المصعد سؤال المريض لموظف الإستقبال عن الطبيب وقبل أن يغلق باب المصعد ترجل الطبيب فوراً من المصعد وعلى فمه إبتسامة الرضا ليقابل المريض في عيادته في الوقت الذي كان بإمكانه أن يتغاضي عن ذلك ولو فعل ذلك ما كان سيتعرض للمساءلة أو العقاب فهناك في المملكة تلتزم المؤسسات والمرافق الحكومية والخاصة بإحترام الزمن والمواعيد وفي سبيل ذلك يهينون لكل المراجعين كل أسباب الإلتزام بالزمن .

■ بالطبع لا تصرف الطبيب السوداني ولا تصرف الطبيب السعودي يمثلان الحالة العامة لمجتمع الأطباء وتعاملهم مع المرضى في بلديهما ولكن أتيت بهاتين الحكايتين اللتين كنت فيهما شاهداً لأبرز تبايناً في تعامل الأطباء مع مرضاهم ما كان

يجب

أن يكون. ■ في إعتقادي بأن مهنة الطب من الواجب على من يمتنها أن يتحلى بالإنسانية والصبر وبذل النفس للناس بكامل الرضا في كل زمان و في كل مكان فالطبيب حين إختار هذه المهنة إنما أدى قسم الولاء للإنسانية أولاً فالطب ليس مهنة لتحسين المظهر الإجتماعي أو لتحسين الوضع الإقتصادي أو هكذا من الواجب أن تكون .

■ ثمة سؤال : لماذا يدرس أبناءنا الطب؟ ففي مجتمعنا ومنذ أن نشأنا وجدنا أن غالبية الأهل في السودان يتمنون أن يدرس أبناءهم الطب ويغرسون في نفوسهم هذه الرغبة حتى لو كانت إتجاهات هؤلاء الأبناء لا تنسجم ولا تتوافق مع هذه المهنة؟ فهل الغالبية من دارسي الطب وممارسي المهنة فعلوا ذلك رغبة منهم أم تحقيقاً لرغبات أهلهم ؟

في كل الأحوال من الواجب علينا أن نحقق قول الشاعر محمد سعيد العباسي والتي يدعو فيها إلى التربية قبل التعليم :

وعلموا النشء علماً يستبين به سبل الحياة وقبل العلم أخلاقاً .

## مقاربات

محمد عبد الوهاب



## نهاية الحياة

فك الإرتباط والتشبث - الروحي - بالعلائق والمُلهيات هو أسمى مظاهر التحرر والإنعتاق من لوازم التبعية، فالحرية في أرقى تجلياتها تظهر في كيفية إدارة ذاتك بحيث تكون أنت الفاعل الأوحد والمستقل ( لفظ أنت هنا يمثل مجموعة مفاهيم وقيم عمدتها الروح ) ، وهذا لا يستقيم إلا إذا سمت زمام أمرك لأمر الله، وما الروح إلا من أمر ربك ، فالعقل يحضر ويغيب ويخطئ ويصيب، ولا تثريب، والقلب يتقلب بحوادث الدهر، وبذا فقد أدى الذي عليه، وجل الأنفس أمارة سوء إلا مارحماً ربي، فلا تكلف إلا وُسْعها، أما روحك فهي عماد تقويمك، هي السر الإلهي ، وهي علة إسجاد الملائكة لك وإلا فالطرد والعذاب حين يقول لهم الحق ( فإذا سويته ونفخت فيه من روحي فاقفوا له ساجدين) فالروح هي رباط الإنسان بربه.

بالطبع هنالك فرق كبير بين التعلق والإستخدام كالفرق بين أن يكون المال في يدك وبين أن يكون في قلبك ، فالتعلق هو الحد الفاصل بين فقد الأشياء وإفتقادها، وبينهما بون، فقد تفتقد الموجود حالاً، وتجد المفقود حكماً. فالامتلاك والفقْد يكمن في القنوات والمفاهيم لا في ظلال الأشياء.

كذا الروح فهي دفقة مقدسة تعرف بدلائنها ومآلاتها وليس بكنهها وذاتها، يصلك منها في مراتب الدنيا وخز في الضمير وضيق في الصدر وصوت عتاق بعيد حينما تضل، وطمأنينة نفسٍ وانسراحة صدر ورضا عندما تكون في الجادة، وكلما ارتقيت في المقامات رقت روحك ونفذت إلى حُجُب أرفع ، حتى عند تمامها ترى الأشياء حقيقة كما هي. وعندئذٍ فنور الله هاديك.

هذا النوع من المقالات الهدف منه ليس إهداءك معلومات ولا إسداءك نصائح وإنما عصف الذهن وزهق النفس، إثارة الحفيظة وإيقاظ السبات ، فلا تؤثر الراحة، فلا سلامة معها

## الرأي الآفر

عهاد الدين إبراهيم

أنفاس القرص

وسح البيا



أنفاس القريض ، ديوان شعر للعلامة ا.د.الحبر يوسف نورالدائم\_طيب الله تراه ، نظم فيه قصائده في مدى زمني متسع كمال قال ، نعم فتجربته مع الشعر تجربة ناضجة وثرية الثمر ، وهي ممتدة منذ عهد باكر.

سمى البروف الحبر ديوانه هذا ، كديدن كثير من الشعراء ، وأنفاس القريض هو عنوان قصيدة أنشأها بمناسبة تكريم أستاذه النابغة والعالم بروفيسر عبد الله الطيب المجذوب ، وتلكم القصائد من يطالعها يجد فيها ما يلد ويمتع ، ويفيد وينفع .

اخترت أبياتا من روضة غناء وواحة خضراء ومنع خصب وهي (٣٥ قصيدة) حواها الديوان ، إستهله بقصيدة :

أنفاس القريض وهي مهداة إلى ابن المجذوب رحمه الله ويقول فيها :

من لي بتهنئة المجاذيب الألى \*\* فلوحا بعبد الله كل فلاح

ويقول أيضا في بيت آخر منها :

كم راقني من فيه عذب حديثه \*\* وشفى بأنفاس القريض جراحي

سافر الشاعر الملمه البروف الحبر إلي الجزائر إجابة لدعوة كريمة لملتقى فكري إسلامي ، وكان ذلك أول سفر له بعد رجوعه من إنجلترا عام ١٩٦٩م ، وقد نظم قصيدته هذه وهو يودع زوجه المصون أسماء يوسف بدري إذ قال :

فدى لروحي روحي إذ تودعني \*\* بوابل من سخين الدمع همال

وآخر :

أم إمتثال جزاك الله صالحة \*\* هذا ثناء مقل أي إقلال

أأمتي أمة الإسلام إن لكم \*\* آباء صدق بنوا مجدا لأجيال .

قيض الله للشاعر حجة عام ١٩٧٤م صحبته فيها والدته الحاجة زينب الأمين الإمام غفر الله لها وزوجته أسماء فقال : إلى أم القرى يهفو فؤادي \*\* ويقلقني المؤذن والمنادي

عزمت على المسير فحظ رحلا \*\* على قرواء تهزأ بالجياد



( والقرواء ناقة طويلة السنام )

احتسب الشاعر بنيته(أميرة) ذات الثلاث سنوات ، ومن الله عليه بأخرى فقال :

أهلا وسهلا بمولود أهل لنا \*\* فهل القلب تسييحا وتكبيرا

قد عوض الله منها درة سلفت \*\* كالشهد ذوقا وكالبلور منظورا.

حوى أنفاس القريض ، قصائد مختلفة في الغزل والرتاء والاجتماعيات وغيرها ، وقد قدم له الأديب الأريب الدكتور عصام أحمد البشير ، وقال إنها كلمات تعبيراً عن وفاء لعالم أديب وجهيد نحري ، وينبوع من الخير لاينضب ، وذكر أن الشاعر قد ولد في بيت علم وفضل ، وفصاحة وبيان ، وأن هذه البيئة الشاعرة الناطقة المفوهة كان أثرها واضح في حياة الشاعر وسحر بيانه ، وقال أنه قد أفاء عليها بما تلقاه من العلوم والمعارف في عهد الطلب ومراحل الدراسة ، فضلا عن صحبته للأماجد الأعراق أمثال عبد الله الطيب ، والذي ورث منه هذا المجد قديمه وحديثه ، فعب ونهل،ونسج على منواله و درج ، فأبدع وأمتع ، وأجاد وحسبك قوله :

لساني فصيح قد جلته صحائف \*\* لها أرح بادي الوجاهة فاغم

وإن من الشعر حكمة حقاً....

ألا رحم الله العالم المجيد المبين ، المتفرد البروف الحبر يوسف نورالدائم ، وأسكنه فسيح جناته.

ولله دره إذ تغرد صائحا \*\* بنات فكر سباح لماح .

## مباتك أهم

محمد فوزي

دعونا نلعب كالرجال



في نهائي كأس إفريقيا بين المغرب والسنغال إحتسب الحكم في الزمن القاتل قبل نهاية المباراة بدقائق ضربة جزاء لصالح المغرب إحتج على إثرها مدرب السنغال وقرر الإنسحاب .. هنا تدخل اللاعب العالمي ساديو ماني بعد أن بدأ زملاءه في مغادرة الملعب قائلاً لزملاءه بكل حسم : (دعونا نعود ونلعب كالرجال) قالها بعزم سرى بين السنغاليين فرد روحهم فماذا حدث؟.

تم صد ضربة الجزاء وأحرز السنغال هدف الفوز وفاز بالبطولة وكسب إحترام العالم (دعونا نلعب كالرجال)

كن ذا عزيمة.. بادر .. إسعى للنجاح ..لاتدع أحداً يوقفك .. وإن تعثرت إنهض وواصل المسير .لا يخيب الله من سعي. ثق بالشفاء ما دمت تستشفي .. وبالرزق ما دمت تكدح وبالوصول مادمت تجاهد وبالفرج ما دمت ترضى وبالإجابة ما دمت تسأل وتلح لا تمل . ولا تبرح الباب لا تحذلك عجلتك في المنتصف ولا تتقف وقد بدأ النور قريباً..

