ماهنامه
حراء
Monthly
Hera
میاشتنی
ماهنامهٔ تربیتی، علمی و دینی

سه شنبه د ۱۳۹۹ د دلوې ۷مه، د جمادي الثاني ۱۳مه، د ۲۰۲۱م د جنوري ۲٦مه دوه یم کال ۳مه گڼه

مردم را به کارهای خیر دعوت نما ، تو درثواب عمل انها شریک هستی

رسول الله ﷺ میفرماید:
اگر کسی مردم را به سوی هدایت(کار خیر و سنتی) دعوت کند ، به اندازه ی پاداش کسانی که از او پیروی می نمایند ، اجر و پاداش می برد بدون این که از پاداش آنان، چیزی کاسته شود».

FOUNDATION
Registered Charity
in the UK
Reg No: 1145407

علمي مقاله څه ډول ولیکو؟

صفحه ۳

خنگه په ټولنه کې محترم شو؟ مخ ۲

۵ توصیه برای افزایش اثربخشی واکسن کرونا صفحه ۴

راهکارهای برای جلوگیری از مشکلات خانوادگی صفحه ۵

SABR (PERSEVERANCE) page 6

Evil People Pursue Me page 7

سرمقاله

آیا مسلمانان به هیڅ کله هم د غرب سیال نه شي؟

د هغه چا په ځواب کې چې وايي: دغه امت به کله هم په علمي ډگر کې د غربیانو سیال نه شي :

زه قطعا پدې باور نه یم چې مونږ په علمي ډگر کې د غربیانو سیال کیدلای نه شو ، بلکې دغه تصور او دغه انگیزه راته د منهزم او مات ذهنیت چې د امت د اوسني حالت زیږنده دي . نه ، کله هم داسي نه ده ، نه زمونږ عقلونه د هغویي څخه کم دي او نه مو فکرونه تر هغوی پخ دي ، نو نه هم علم په ازل کې د هغوی په پچه رسیدلی دی.

زه همدا اوس، د نور امت خو لا څه، یوازې داسې غرب میشته افغانان پیژنم چې په طب ، انجنیري, فیزیک ، کمپیوټر ساینس او نورو علمي څانگو کې هلته شمار پرې کیږي خو ټول د غرب په چوپړ کې دي.

زمونږ متفکر عقلونه او ماغزه ټول غرب ته کډه شول. نه یوازې دا، بلکې هلته چې په کوم شرقي شاگرد کې د نبوغ او اوچت استعداد نخښې ښکاره شي هماغلته د دندې او هوسا ژوند وړاندیزونه او ژمنې ورسره کیږي او دهغوی ډیر یې مني هم...

خو دا ټولې نا خوالې ولې؟

ماته د امت د تاخر او اوسني نه منونکي حالت یو مهم او بنسټیز لامل د مخلصو ، صالحو او اهلو چارواکو نه شتون ښکاري. د امت په برخلیک هغه چارواکي مسلط دي چې نه خپله د مسلمانانو د رهبرۍ اهلیت لري او نه هم کار اهل کار ته سپاري, نه یې د ولس سره رښتیني خواخوږي شته او نه د الله تعالی څخه د ویرې احساس کوي ، نه د ملتونو پروا لري ، نه یې غوښتنو ته د پام وړ ارزښت ورکوي ، او نه هم د کوم مسئولیت احساس ورسره شته دی، ټول هم او غم او ټول سوچ او فکر یې د خپل قدرت او شخصي گټو ساتل او په منصب منگولې خښول دي ، د خپلو ملتونو څخه په ویره کې دي، او همیشه غواړي چې هغوی په یو اوبل مشغول او اوغلوي.

همدغه زمونږ او د غربیانو تر مینځ د مهمو توپیرونو څخه یو توپیر دی.

هلته د عالم درناوی کیږي او په څیړنیزو بنسټونو بې شماره لگښتونه کیږي، خو که زمونږ په امت کې د علماوو پوښتنه کوئ نو راځئ چه د مصري عالم او نوبل جائزې گټونکي احمد الزویل، او پاکستاني اټوم بم جوړونکي عبدالقدیر خان د حال پوښتنه وکړو.

دلته د یوې منحوسې او کرغیړنې کودتاه د برې لپاره په ملیاردونه ډالر مصرفیږي، خو ایا په علمي او څیړنیزو بنسټونو لگښت څومره دی؟!

ځواب ته اړتیا نشته .

لنډه یې دا چې مونږ د غربیانو نه کم نه یو خو صالح قیادت ته اړتیا لرو .

او تر څو چې مونږ د الله په مرسته او توفیق د خپل حالت د بدلولو هوډ ونکړو، همداسې به د انساني قافلې په لکۍ پسې روان یو .دا هغه الهي سنت دی چه هیڅ بدلون نه لري (ان الله لا یغیر ما بقوم حتی یغیروا ما بانفسهم) .

ځنګه په ټولنه کې محترم شو؟

په عامه کچه په ټولنه کې د خپل توقیر او درناوي دتداوم او بقاء لپاره پوهان په دې نظر دي چې:
هر انسان د یو لړ اسلوبو او نارمونو په پام کې نیولو سره کولای شي چې په ټولنه کې ځان ته ځای پیدا کړي، او ددې لپاره دا اړینه نه ده چې ته دې بډای، مالداره اوبریالی شخص واوسې،خو لاندې د ټولنیز احترام د لاس ته راوړولو لپاره یو څو مهمو ټکو ته ستاسې پام را اړوو:ihteram
۱- د زیاتو خبرو پر ځای زیات څه اوره: هر څومره چې د یو انسان خبرې زیاتېږي، په هماغه کچه یې تېروتنې او خطاء ګانې هم زیاتېږي، نو د همدې لپاره تا ته ښایي چې د خپل توان تر بریده پورې باید زیات څه واورې،صامت واوسې، ځکه که ته داسې ونه کړې، بیا به خلک ستا په اړه ستاپر لوړه پوهه باندې ګومان کوي.
۲- د خپلو ځانګړو رازونو ساتنه دې وکړه: تل هڅه وکړه چې د خپلو سري او پټو رازونو ساتنه دې وکړې، او خپل ځان د هغه خلاص کتاب په څېر مه کوه چې هر لوستونکې ئې ولوستلای شي، په دې کار سره به ته د هغوی په ذهنونو کې خپل ارزښت له لاسه ورکړې.
۳- خپلو لاس ته راوړنو ته ټیټ مه ګوره: هېڅ کله هم د خپل ځان په اړه مه وایه چې زه پخوا ډېر نیکمرغه وم، ځکه په دې سره تل خپل شخصیت ته زیان رسوې، په تواضع سره ژوند تېروه، خو ورسره پرې ویاړ هم له یاده مه باسه،که چېرې یو چا ستا ستاینه وکړه، او ویې ویل: چې تا ډېرڅه ترسره کړل، ته یې نظر ومنه، او ور څخه مننه وکړه، او په ډاګه ورته ووایه چې ما په دې اړه ډېرې هلې ځلې کړیدي.
۴ـ په وړین تندي سره پخپلو نیمګړتیاو باندې اعتراف وکړه: ځکه هغه کسان چې تل خپل ځانونه پر حق بولي، دوی په حقیقت کې خپل ټولنیز هویت او ارزښت له لاسه ورکوي، ځکه خلک پرې ښه پوهېږي چې دوی دوکه شوي دي.
۵- خپل ارزښت له لاسه مه ورکوه: یو انسان په ټولنه کې هغه مهال د نورو احترام ته ارزښت نه ورکوي، چې کله خپل ځان کم وګڼي، او له دې کلیمې څخه زیاتره مهال ځان وساته چې (دا کارخطاء او ناسم دی).
٦- د پر له پسې عذر وړاندې کولو څخه ځان وژغوره: کله کله د یو عذر او بهانې وړاندې کول اړین او ضروري وي، خو د تل لپاره د دې عذرونو پلټل او په دې کار کې له مبالغې نه کار اخستل د انساني ارزښت کچه راټیټوي.
۷- پر نورو باندې د اغېزې د شیندلو لپاره لیوال مه اوسه: که چېرې ته په نورو باندې د تأثیر شیندلو لپاره هلې ځلې کوې، نو یو وخت به هغوي ستاددې نیت په اړه پوهاوی تر لاسه کړي، او بالاخره ته به خپل قدر او منزلت له لاسه ورکړې.

۸- زیاتره پرېکړې پخپله تر سره کړه: په خپل ورځني ژوند کې خپلې چارې دې په بشپړ متانت او کروړلي هوډ سره ترسره کړه، ځکه په ټولنه کې تل د نورو څخه د هغوی د لیدلوري او نظر په اړه پوښتنه کول کله کله ددې معنی ورکوي چې ته پخپله پرېکړه کې باوري نه یې، او دا کار ستا ټولنیز وقارته په کلکه صدمه واردوي.

۹- تل د خپل وخت ارزښت وپېژنه: ځکه هغه کسان چې خپل قیمتي وخت په بیهوده چارو کې مصرفوي، په ټولنه کې خپل قدر را کموي.

۱۰: تل خپله آرامتیا خوندي وساته: ځکه هغه څوک چې ډېر ژر غوسه کېږي، او ژر د نوور د اغېز لاندې راځي، په ټولنیزه کچه خپل ارزښت له لاسه ورکوي

آیا دین مانند زنجیر انسان ها را مقید می سازد؟

برخی از جوانان چنان می انگارند که دین همانند زنجیر و بندی است که برای انسان اجازه نمی دهد که هرآنچه که دلخواه او باشد انجام دهد و طبق خواسته های خود زندگی نماید چون دین او را در یك محدوده قرار می دهد؟
بیداری اسلامی، این اوضاع را دستخوش دگرگونی و تغییر مثبت قرار داد، امروز که من خطبه جمعه می دهم۹۵ درصد مشارکین نماز جمعه جوانان هستند و گاهی که به حج می روم ۹۵ درصد زایرین و حجاج را قشر جوان می بینم.
نخست باید گفت که این تصور قبل از راه افتادن و جهش نهضت اسلامی و بیداری دینی بود، یعنی تصور اینکه دین و دینداری قضیه کهنه است و دین بسان قیدی است که انسان را در مضیقه و محدوده زندگی قرار میدهد، این همان بحث ها و انگاشته های پیش از بیداری اسلامی است، در آن هنگام قشر جوان اعم از پسر و دختر، دین را درست نمی شناختند و همچنان قبل از حرکت بیداری اسلامی زنان پدیده حجاب را نمی فهمیدند و جز چند تن محاسن سفیدان و کهنسالان کسی به مسجد نمی رفت و بسیارکم اتفاق می افتاد که سه یاچهار جوان در مسجد دیده شوند. اما خوشبختانه چنین وضعیت امروز وجود ندارد، بیداری اسلامی، این اوضاع را دستخوش دگرگونی و تغییر مثبت قرار داد، امروز که من خطبه جمعه می دهم۹۵ درصد مشارکین نماز جمعه جوانان هستند و گاهی که به حج می روم ۹۵ درصد زایرین و حجاج را قشر جوان می بینم.
موجودیت این تصور غلط ازدین، براینـد و نتیجه ضعف و کاستی ما در زمینه دعوت و فراخوانی مردم به دین و گسترش آموزه ها و اندیشه های اسلامرسانه ها مکلفیت دارند که دین و آموزه ها و اندیشه های دینی را درست بازتاب و انعکاس دهند و معکوس و وارونه به بازشناختی و انعکاس نگیرند و سیمای حرکت بیداری اسلامی را معکوس و اشتباه به معرفی نگیرند (اما با تأسف که رسانه ها برخلاف این موضوع به فعالیت پرداخته اند) در رسانه های تصویری زن محجبه دیده نمی شود، دختر بی حجاب و با آرایش غلیظ در پرده تلویزیون نشسته است. است و رویهمرفته، در این قضیه ضعف و تقصیرخانوادگی، ضعف و تقصیر ادارات و ارگانهای دینی و تقصیر و کم کاری حکومت و رسانه هاست، رسانه ها و دستگاه های تبلیغاتی در این مورد مسئولیت بزرگ دارند، رسانه ها مکلفیت دارند که دین و آموزه ها و اندیشه های دینی را درست بازتاب و انعکاس دهند و معکوس و وارونه به بازشناختی و انعکاس نگیرند و سیمای حرکت بیداری اسلامی را معکوس و اشتباه به معرفی نگیرند (اما با تأسف که رسانه ها برخلاف این موضوع به فعالیت پرداخته اند) در رسانه های تصویری زن محجبه دیده نمی شود، دختر بی حجاب و با آرایش غلیظ در پرده تلویزیون نشسته است. آیا رسانه های می خواهند که با چنین کار مردم و جامعه را فاسد سازند؟ می خواهند که بدین وسیله مردم را از دین داری دور سازند؟ پس موجودیت چنین جوانان با اندیشه نادرست از دین، نتیجه کارهای رسانه هاست و رسانه ها هم می توانند در تغییر این اندیشه و نوعیت برداشت از دین نقش مهم و اساسی بازی نمایند.
این واضح است که دین با زندگی خوب و مرفه مخالف نیست، دین نمی گوید که از زندگی تان لذت نگیرید و بهره نجویید، دین این نیست که انسان را همواره در مسجد قرار دهد و به عبادت مصروف نگهدارد. از شما در یك شب و روز تنها پنج نماز خواسته شده و پس از ادای آن می توانید تجارت نمایید و حتا اجازه دارید که پس از نماز جمعه به کار و کسب بپردازید.
رسول الله صلی الله علیه وسلم در پاسخ به آن دسته از اصحابش که گمان داشتند همه عمر خود را بایستی در خشوع و عبادت صرف کرد و پیوسته اشك ریخت، فرمودند: نه، نه یعنی نباید چنین کرد، اگر شما به این حالت تداوم بخشید فرشتگان در میانه های راه با شما دست پرسی می نمایند، یعنی ای حنظله! یك ساعت چنین(عبادت کرد واشك ریخت) و ساعت دیگر چنان(به کسب و کار پرداخت) پیش گرفت چنین شیوه، تدین راستین است.

علمي مقاله څه ډول ولیکو؟

عبدالله وردک

ګرانو او قدرمنو لوستونکو!
السلام علیکم و رحمت الله و برکاته!
نن سبا، د نړۍ د زیاتره پوهنتونو استادان، کوښښ کوي، چې زیاتره علمي مقالې، د نړۍ په مشهورو بین المللي مجلو (Journals)، او بین المللي کنفرانسونو کې چاپ کړي. دغه د علمي مقالو چاپېدل، د یوه پوهنتون په شهرت کې ډېر مهم رول لري. یعنې د پوهنتون په شهرت، د پوهنتون د بودیجې په زیاتوالي، او د استادانو په علمي ترفیع کې، د پام وړ اغېز لرلای شي.
د یادونې وړ ده، چې په بین المللي مجلو (Journals) کې هم فرق شته. یا په بل عبارت، ځینې یې د ډېر، او ځینې یې د لږ څه کم اهمیت وړ وي. همدارنګه، په بین المللي کنفرانسونو کې هم فرق شته، او ځینې یې ډېر په لوړه سویه وي. د مثال په توګه، د IEEE, مجلې او کنفرانسونه، په علمي ډګر کې ډېر لوړ ځای لري. دا ټکی هم باید واضح شي، چې په علمي ټولنه کې، د هر مسلک مطابق، مناسبې مجلې، او کنفرانسونه وجود لري، او لیکنه باید مناسبې مجلې، او یا مناسب کنفرانس، ته ولېږل شي. کله چې یوه علمي مقاله، کومې مجلې، او یا کوم کنفرانس ته، لېږل کیږي، هغه باید، د هغې مجلې، او یا کنفرانس، د چاپولو په منل شوې طریقه (Format) برابره ولیکل شي. کنفرانسونه، په لومړۍ مرحله کې یوازې د Abstract غوښتنه کوي، او که چېرې دغه Abstract ومنل شي، نو بیا مکمله مقاله غوښتل کیږي.
هېره د نه وي، چې مجلې په لومړي سر کې، د مکملې مقالې غوښتنه کوي. کله چې یوه علمي مقاله، کوم کنفرانس او یا مجلې ته ولېږل شي، نو بیا هغې لیکنې ته، لږ تر لږه، د ۲ ریفري پواسطه په ډېر غور سره، هر اړخیزه کتنه کیږي. که چېرې دغه دواړه ریفري مثبت نظر ورکړي، نو بیا دغه مقاله د چاپ کولو لپاره په نظر کې نیول کیږي. البته، بیا هم امکان لري، چې دغه مقاله څو ځلې بېرته لیکونکي ته د اصلاح لپاره ورولېږل شي، چې تر څو آخرنۍ کاپي یې چاپ ته تیاره شي. د یادولو وړ ده، چې لیکونکي باید د کنفرانس د ثبت نام، د استوګنې د ځای، او ګډون لپاره، د هغه کنفرانس تعین شوی فیس هم ورکړي. د کنفرانس په وخت کې، لیکونکي باید خپله مقاله په کنفرانس کې د نورو ګډونوالو په وړاندې دفاع کړي، او د ګډونوالو هر نوعه پوښتنو ته ځوابونه باید وویل شي. هېره د نه وي، چې هغه مقالې چې په مجلو کې چاپیږي، هغه کوم فیس نلري، او هم لیکونکي ګډون پکې نه کوي، او هم کومې نورې تشریح ته ضرورت نلري.
لېکن، دا خبره باید څرګنده شي، چې په مجلو کې د یوې علمي مقالې چاپېدل، تر کنفرانس، څو ځلې مشکل، او همدارنګه، اهمیت یې هم څو ځلې زیات وي.
زیاتره وخت، په یوه علمي مقاله کې د څو نفرو نومونه لیکل شوي وي، چې البته، د لومړي لیکوال نوم ډېر د اهمیت وړ دی. دا پدې مانا، چې ددغه مقالې اصلي لیکوال همدغه لومړی نفر وي، او د نورو برخه، د هغې پرتله دومره زیاته نه وي. د یوې تخنیکي علمي مقالې د لیکنې چوکاټ (Layout)، له دغو لاندې برخو څخه جوړه شوې وي.

لومړی برخه - Abstract:
پدغه برخه کې د یوې علمي مقالې په هکله په ډېره لنډه توګه په زړه پورې معلومات وړاندې کیږي. یا په بل عبارت، پدغه برخه کې، د مقالې موضوع او لاسته راوړنې په ډېره لنډه، او واضحه توګه وړاندې کیږي. یعنې، که یو څوک د یوې علمي مقالې یوازې همدغه برخه په غور سره ولولي، نو هغه پوهېدلای شي، چې دغه مقاله، د څه شي په هکله لیکل شوې ده.

دویمه برخه - Introduction:
پدغه برخه کې د مقالې هدف (Aim)، او Objectives په ښکاره توګه وړاندې کیږي. یعنې، پدغه برخه کې، د لومړۍ برخې پرتله، د مقالې په هکله یو څه زیات معلومات، لوستونکو ته وړاندې کیږي. همدارنګه، پدغه برخه کې لیکونکی، باید لوستونکو ته وښیي، چې دغه لیکنه، د یوه علمي پرابلم د حل په هکله لیکل شوېده. د مقالې د هدف د واضح کولو دپاره، دغه مثال وړاندې کیږي.
فرض کړئ، چې یو څوک حج ته ځي، نو د دغه سړي، اصلي هدف (Aim) حج کول دي. لېکن، د حج د اداء کولو لپاره باید ځینې لازم ګامونه هم پورته شي. د مثال په توګه، د حج کولو لپاره، د ویزې اخستل، د تکټ رانیول، او د هوټل نیول، لازم دي، چې دغو کارونو ته Objectives وایي.

دریمه برخه - Literature Survey:
پدغه برخه کې هغه ټولې علمي منابع، چې ددې مقالې په لیکلو کې ترې ګټه پورته شوې وي، په دقیقه توګه وړاندې کیږي. پدغه برخه کې ددغو منابعو متن په ډېره لنډه توګه ذکر کیږي. پدغه برخه کې باید هغه متن ذکر شي، چې ددغې مقالې سره مستقیماً تړاو لري. لیکونکي باید ددغه متن اصلي مطلب پخپله نوشته کړي، کټ مټ کاپي نشي، او باید د هغه د اصلي منبع، یادونه د ریفرنس پذریعه وشي. لیکونکی، باید د خپلې مقالې په هکله ښه څېړنه وکړي، او په واضح توګه وښودل شي، چې دغه کار بل ځای ندی ترسره شوی، او تکراري ندی. که فرضاً دغه وړاندې شوې مفکوره، کوم بل ځای چاپ شوې وي، نو دغه مقاله بیا څوک نه چاپوي، نه چا ته د منلو وړ ده، او هغه حتمي رد کیږي.
دغه برخه، د یوې علمي مقالې یوه مهمه برخه شمېرل کیږي. دا پدې خاطر، چې لیکونکي، د خپل کار مفکوره، ددغه نورو علمي مقالو د لوستلو پذریعه، لاسته راوړېده.
ددې برخې په پای کې لیکونکی، د خپل کار په هکله د منلو وړ پیشنهاد کوي، او خپل د حل لارې، او دلایل وړاندې کوي.

څلورمه برخه - The Real Work:
دغه برخه د کار، اصلي برخه تشکیلوي، او پدغه برخه کې، ټول شیان په مکمله توګه ذکر کیږي. دغه برخه، لدغه لاندې وړو برخو څخه جوړه شوې وي.
الف - Design:
پدغه برخه کې د مقالې د اصلي موضوع ډیزاین، په هر اړخیزه توګه څېړل کیږي. د هغه د ډیزاین طریقه، په واضحه توګه وړاندې کیږي.
ب - Simulation:
پدغه برخه کې لومړنی ډیزاین آزمایل کیږي، او کتل کیږي، چې په زړه پورې نتیجه ورکوي، او کنه. ددغه ډیزاین، کمپیوټري ماډل په ټولو خاصو حالتونو کې تر آزموینې لاندې نیول کیږي. کېدای شي په لومړني ډیزاین کې څه تغیرات واقع شي، او دغه کړنه څو څو ځلې تکرار شي، چې تر څو هغه آخریني ډیزاین ته ورسیږي.
ج - Build:
کله چې دغه وړاندې شوی ډیزاین قبول شو، نو هغه بیا په عملي توګه جوړیږي.
د - Testing Strategy:
لیکونکی باید خپله د امتحان کولو ستراتیژي، په ښه واضحه توګه، وړاندې کړي، او خاص شرایط باید ټول په نظر کې ونیول شي.
هـ - د کار لاسته راوړنې:
پدغه برخه کې لیکونکی خپلې ټولې لاسته راوړنې وړاندې کوي.
د یادونې وړ ده، چې دغه څلورمه برخه، د کار اصلي برخه تشکیلوي، او د همدغې برخې په خاطر به، ددغه علمي مقالې اهمیت، تعین کیږي.
لیکونکي باید، دغې برخې ته ډېره زیاته پاملرنه وکړي.

پنځمه برخه - Conclusions:
پدغه برخه کې لیکونکی د خپل کار، ټولې لاسته راوړنې وړاندې کوي. یا په بل عبارت، هغه ټولې نتیجې، چې ددغه کار په هکله، لاسته راوړل شوي وي، هغه ټولې په لنډه توګه، لیکل کیږي. همدارنګه، هغه نیمګړتیاوې، چې ددغه سرته رسول شوي کار په هکله، وجود ولري، هغه هم باید ولیکل شي.

شپږمه برخه -Recommendations:
پدغه برخه کې، ددغه کار په هکله راتلونکي پیشنهادونه او وړاندیزونه، په واضح توګه وړاندې کیږي. یا په بل عبارت، ددغه کار د سرته رسولو، هغه نورې لارې او طریقې، چې لیکونکی یې، وړاندیز کوي، په هر اړخیزه توګه وړاندې کیږي. لوستونکي دغه برخه، په ډېره مینه او علاقه سره لولي. دا پدې خاطر، چې د همدې برخې لوستل،

(پاتې په ۷ مخ کې)

سیرت اخلاقی رسول گرامی ﷺ

بخش دوازدهم

مهمان نوازی و هدیه دادن پیامبر گرامی ﷺ

پیامبر گرامی ﷺ سرزمین‌های زیادی را در اختیار داشت و انسان‌های زیادی، مطیع و فرمانبردار ایشان بودند و کاروان‌های آذوقه از مناطق مختلف نزد ایشان می‌آمد. ولی آب و غذای پیامبر گرامی ﷺ مانند غذای پادشاهان و سرمایه داران نبود. آنجناب ﷺ زمانی سیر غذا می‌خورد که مهمانی نزدش می‌آمد؛ به خاطر مهمان، غذای خوبی تدارک می‌دید تا انس و الفت بیشتر گردد و نیکی‌های مهمانانش را جبران نماید.

آن جناب ﷺ به مهمانان خوشامدید می‌فرمود از آنان استقبال گرم به عمل می‌آورد، طوریکه از ابن عباس رضی الله عنه روایت شده که می‌گوید: «هنگامی که وفد قبیله عبدقیس نزد رسول الله ﷺ آمد. رسول الله ﷺ فرمود: «مَرْحَبًا بِالوَفْدِ - أَوِ القَوْمِ - غَيْرَ خَزَايَا وَلاَ نَدَامَى» [متفق علیه]. «بسیار خوش آمدند این گروهی که آمدند، امیدوارم از آمدنتان ناراحت و پشیمان نشوید». بدون شک استقبال و خوشامدگویی از مهمانان، شادی و الفت را وارد قلب آن‌ها می‌نماید.

آنجناب ﷺ پذیرایی و اکرام مهمان را یک وجیبه دینی دانسته وآنرا برای میزبان منظم ساخته و دسته بندی نموده است چنانکه می‌فرماید: «وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَاليَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ جَائِزَتَهُ» قَالَ: وَمَا جَائِزَتُهُ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: «يَوْمٌ وَلَيْلَةٌ، وَالضِّيَافَةُ ثَلاَثَةُ أَيَّامٍ، فَمَا كَانَ وَرَاءَ ذَلِكَ فَهُوَ صَدَقَةٌ عَلَيْهِ» [متفق علیه]. «وهر کس به الله و روز قیامت ایمان دارد، مهمانش را باید گرامی بدارد. جایزه‌اش یک روز است و مهمانیش سه روز؛ و بعد از آن، صدقه محسوب می‌شود».

هدیه دادن و هدیه گرفتن پیامبر گرامی ﷺ:

هدیه دادن و نیز تشکر کردن از کسی که هدیه می‌دهد، دلیل سخای قلب و پاکی اوست. هدیه دادن و سخاوت، یکی از ویژگی‌های اخلاقی پیامبر گرامی ما ﷺ به شمار می‌رود و در این میدان از دیگران، سبقت گرفته است. عایشه ل می‌گوید: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقْبَلُ الهَدِيَّةَ وَيُثِيبُ عَلَيْهَا» [صحیح بخاری (۲۵۸۵)]. «پیامبر اکرم ﷺ هدیه را می‌پذیرفت و به هدیه کننده، در عوض آن، پاداش می‌داد». همچنان ایشان ﷺ فرموده است: «تَهَادُوا تَحَابُّوا» (هدیه بدهید تا همدیگر را دوست بدارید). [الادب المفرد (٥٩٤) و البانی در صحیح الجامع (٣٠٠٤) آن را حسن دانسته است].

بدون شک جامعه‌ای که اینگونه مظاهر عالی اخلاق را رعایت کند الفت ومحبت دائم بر آن جامعه حاکم خواهد بود.

۵ توصیه برای افزایش اثربخشی واکسن کرونا

با آغاز کمپین‌های واکسیناسیون علیه ویروس کرونا در چندین کشور در سراسر جهان، دریافت‌کنندگان واکسن، پرسش‌های زیادی در مورد اثربخشی آن در جلوگیری از کووید 19 و میزان تداوم ایمن‌سازی گیرنده در برابر ویروس کرونا دارند.

به گفته کارشناسان بهداشت بین‌الملل، شیوه زندگی سالم و خوردن غذاهای سرشار از ویتامین و مواد معدنی به افزایش ایمنی بدن کمک می‌کند تا بتواند با بسیاری از ویروس‌ها از جمله ویروس کرونا، مبارزه کند

به گزارش روزنامه بریتانیایی «دیلی میل»، مایکل موسلی پزشک بریتانیایی، نکات زیادی را که گیرندگان واکسن باید برای اطمینان از اثر بخشی واکسیناسیون و افزایش فعالیت سیستم ایمنی بدن به اجرا درآورند، برشمرده است، از جمله:

-۱اخلاص‌شدن از شر اضافه وزن

موسلی به کسانی که از چاقی رنج می‌برند، توصیه کرد که مقداری از وزن خود را کم کنند زیرا به گفته او، اضافه وزن مخصوصاً در اطراف شکم، از کارآمدی سیستم ایمنی بدن انسان می‌کاهد.

او با استناد به نتایج یک پژوهش قدیمی مربوط به سال 2017 که در «ژورنال چاقی» منتشر شده، تأکید کرد کسانی که واکسن آنفلوانزا دریافت می‌کنند و چاق هستند، به‌طور قابل توجهی بیشتر از کسانی که واکسن دریافت کرده و دارای وزن ایده‌آل هستند، به آنفلوانزا مبتلا می‌شوند.

-۲استفاده از باکتری‌های مفید

موسلی مصرف مواد غذای سرشار از باکتری پروبیوتیک موجود در لبنیات را توصیه می‌کند که برای سلامت روده‌ها فوق‌العاده مفید است.

همچنین مصرف غذاهای سرشار از پریبیوتک یعنی خوراکی‌های مملو از الیاف نظیر لوبیا، عدس، سیر و پیاز و انواع سبزیجات دیگر نیز توصیه شده‌است. موسلی به مطالعه ای مربوط به سال 2017 اشاره داشت که در «ژورنال تغذیه» منتشر شد و نتیجه‌گیری شده که مصرف پروبیوتیک‌ها و پری بیوتیک‌ها قبل از دریافت واکسن آنفلوانزا، میزان تولید پادتن در بدن دریافت کنندگان واکسن را تقریباً دو برابر می‌کند.

-۳خواب شبانه کافی

مطالعه‌ای که توسط دانشگاه کالیفرنیا انجام شد، نشان داد که افراد سالمی که شب قبل از تزریق آنفولانزا به بدن خود استراحت کافی نداده‌اند، بدنشان تنها نیمی از پادتن مورد نیاز طی ماه‌های پس از واکسیناسیون را ساخته‌است.

به همین دلیل موزلی بر اهمیت خواب کافی قبل و بعد از دریافت واکسن تأکید دارد. بدن مواد بسیار مهمی را برای سیستم ایمنی بدن مانند پادتن‌ها و «سلول‌های تی»، هنگام خواب تولید می‌کند.

-۴تمرین بازوها

مطالعه دانشگاه «بیرمنگام» نشان داد، افرادی که بازوان خود را چند ساعت قبل از دریافت واکسن ورزش می‌دهند، پاسخ ایمنی قوی تری نشان می‌دهند.

در حالی که هنوز دلیل این واکنش بدن برای دانشمندان کاملاً روشن نیست، اما اثبات شده‌است که تمرین بازوها قبل از دریافت واکسن، اثر بخش است.

-۵ترک سیگار

موزلی توصیه کرد که برای افزایش اثر بخشی واکسن، سیگار کشیدن باید متوقف شود. او به تعدادی از پژوهش‌ها اشاره کرد که نشان دادند، سیگار کشیدن می‌تواند، تأثیر واکسن‌ها را به میزان قابل توجهی کاهش دهد که احتمالاً به دلیل تأثیر منفی تنباکو بر سیستم ایمنی بدن است.

منبع: دبی-العربیه.نت فارسی

راهکارهای برای جلوگیری از مشکلات خانوادگی

نقيب الله حميد

طبعاً آنگاه كه انسان در بحرمشكلات و دشواري ها فرو مي افتد، فروتني و تواضعش در برابر خدا بيشتر مي گردد و در عبادت و نيايش خود افزوني مي آورد و اخلاص و صداقتش در عمل نيز فزوني مي يابد. بناء، پيش شدن برخي مشكلات زايشگر و پي ريز برخي منافع و مصالح قرار مي گيرد.

بنابراين، راه يابي برخي مشكلات به محيط خانواده ها، دسته يي از منافع را نيز بر مي انگيزد، در صورتي كه زوجين از انرژي صبر و بردوباري بهره مند باشند. و خانواده يي سعادت مند مي باشد كه بر همان مشكلات فايق آيند و راه بيرون رفت و راهكار زدودن دشواري ها و مشكلات پيش آمده را درست سنجيده به منصه تحقق بگذارند و خويشتن را از آن برهانند، چون براي هرمرض، خداوند دوا و راه علاج آفريده است.

پس در اين مقال برخي راهكارها و راهبردهاي حل مشكلات و پرابلمهاي خانوادگي را به قيد نگارش مي آورم:

۱- مساعدت و همكاري زن و شوهر برتقويت ايمان و نهادينه كردن ارزشهاي اسلامي در محيط خانه:

يكي از عوامل و انگيزه هاي كه نمي گذارد مشكلات در داخل خانه راه يابد، همانا داشتن ايمان قوي زوجين است كه اين امر، در فراگيريث ارزشهاي اسلامي و تحكيم و تطبيق نظام اسلامي مربوط محيط خانه، و درك و شناخت همديگر، ومعيار قراردادن ارزشها و واقعيت ها در برخورد هاي خانوادگي و پيش آمدهاي فاميلي و روابط زناشوهري بدست مي آيد.

۲- صبر و بردوباري:

چون صبر كليد حل مشكلات در تمام ابعاد زندگي است و تشكيلات كوچك خانه كه در واقع بخشي از زندگي اجتماعي انسان است، طبعا مشكلات و دشواري ها گهگاهي به آن راه مي يابد نزاكت هاي جانبين و سليقه هاي ويژه زن و شوهر در برخي اوقات منجر به زايش كشمكش ها ميان شان قرار مي گيرد، دراين جا، نبايد زن و يا شوهر زودتر به دام احساسات منفي خود گيرآيند و دست به واكنش سريع غير عقلاني يازند و شيرازه خانواده خود را از هم بپاشند. خداوند دستور ميد هد كه واستعينوا بالصبر والصلوة. يعني در هنگام دچارشدن به مشكلات و گيرآمدن در چاه و چال سختي ها و مصائب به گزينه صبر و نماز برگرديد و احساسات خود را كنترول كرده به خدا رجوع نماييد و از اوتعالي راه حل مشكل خود را جويا شويد. همچنان رسول الله صلي الله عليه وسلم مي فرمايد: هرمردي كه در برابر اخلاق زشت همسرش صبر برمي گزيند خداوند به پيمانه ي اجر و پاداشي براي ايوب عليه السلام در عوض صبرش در مقابل سختي و آزمايش الهي داده بود، براي وي ميدهد و هر زني كه در برابر اخلاق زشت و مواصفات نكوهيده شوهرش صبر نمايد خداوند به همان پيمانه ي از اجر و پاداش كه براي بي بي آسيه بنت مزاحم و زن فرعون داده بود براي وي نيز نصيب مي گرداند.

۳- برخورد شايسته و نيكو در برابرهم:

زن و شوهر در زندگي خود جزء همديگر به حساب مي آيند و هدف زندگي شان

با همديگرگره خورده است و سعادت شان وابسته به يكديگر شان شده است. بناء، زماني اين هردو مي توانند كه اززندگي آرام و پرآسايش بهره مند شوند كه در برابرهم برخورد شايسته داشته باشند. خداوند مي فرمايد: و انفقوا في سبيل الله و لاتلقوا بايديكم الي التهلكه و احسنوا ان الله يحب المحسنين. يعني در راه خدا انفاق نماييد و خويشتن را با دستان خود(با عملكردزشت خود) به هلاكت نيندازيد و نيكي نماييد و خداوند نيكوكاران را دوست دارد.

نيكي كردن زن و شوهر به همديگر شان اساسي ترين ابزار استحكام نظام خانه و بهترين راهبرد براي تقويت بنياد خانواده و مهم ترين فاكتور افزايش بخش محبت و صميمت، مساعدت و معاونت با همديگرشان قرار مي گيرد.

دكتور محمد بن عبدالغفار مي نويسد: هريك از زن و شوهر طبعاً در تلاش داشتن زندگي شايسته ، مرفه و آسايشمند هستند و هركدام ايشان از خود تكاپوي لازم و مساعي بيشتر بخرچ ميد هند تا خشنودي و رضايت يكديگر خود را به دست آورند. من درزمينه تحقق و عينيت يافتن اين مامول چنين توصيه مي نمايم كه زوجين اگر خواستار خشنودي سازي يكديگرند بايد كه امور زيرين را درزندگي روز مره خويش به كار برند: حسن ملاقات و معاشرت، احترام متقابل، و ارج گذاشتن به رأي و نظر يكديگر، بكارگيري مسامحه و چشم پوشي در برابر لغرشهاي يكديگر، تعاون و مساعدت در امور خير، رسيدگي به امور منزل، گريز و پرهيز از آنچه كه نزاع و اختلاف را بر مي انگيزد و موجب زايش نا آرامي قرار لمي گيرد و فضاي مطمئن و محيط سالم خانه را متشنج و پرتنش مي سازد. خداوند مي فرمايد: وعاشرون بالمعروف فان كرهتموهن فعسي ان تكرهوا شيئا و يجعل الله فيه خيرا كثيرا. يعني با زنان تان به گونه نيكو و شايسته زندگي نماييد و اگر آنان را بر مي انگاريد مي شود در آنچه كه شما از آنها بد مي بريد خداوند در همان چيز براي شما خير ومنفعت زيادي را قرار داده باشد.

٤- صداقت در كار و عمل:

وقتي كه پديده هاي نكوهيده و گجسته مكر، فريب و دروغ به درون خانه راه نيابد و زوجين ازبكارگرفت اين واژه هاي تنش زا و بحران آفرين و خانه برانداز گريز نمايند و از صداقت در برابرهم استفاده كنند و در كارهاي خود شفافيت داشته باشند، آنگاه است كه ديگر موريانه تبهگر اختلافات به ريشه نهال محبت زناشوهري شان راه نمي يابد و هيچگاه بدنه زيباي خانواده را سم اژدهاي سليقه ها و نزاكت هاي برخواسته از تفكرات ويژه شخص، و نزاع ها ناشي از نفاق افگني بيرون از خانه نمي آزارد.

٥- مشاورت و مشاركت در امور مربوط خانه:

نظام خانواده از اين دو تكوين و اساس يافته است. بناء، بقاي اين نظام وابسته بلاترديد دارد به آنكه در برخي موضوعات با هم ديگر مشورت و تبادل رأي داشته باشند و حرفهاي همديگر را وقعي گذارند و از تكروي و ناديده گرفتن راي صواب و درست جانب مقابل اجتناب ورزند و آن ديدگاه كه به حقيقت و به منفعت خانواده تمام مي شود را برگزينند.

SABR (PERSEVERANCE)

(NAJM UK WEEKLY REMINDERS)

DEFINITION

Linguistically, the root of the word “**as-sabr الصَّبْرُ**” is “**al-habs الْحَبْسُ**” which is ‘to confine, restrain, or withhold something.’ In the Islamic sense, **the object** (مَفْعُولٌ بِهِ) is the **self and soul**. It is the quality of surging on, striving, and not slackening in our purpose to worship and obey Allah (SWT) in all aspects of our lives.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا **وَصَابِرُوا** وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (

*”O you who believe! Persevere, **out do all others in such perseverance**, and strengthen each other; and be careful of (your duty to) Allah, that you may attain true success” (Surah Aal-E-Imran, verse 200)*

ASPECTS OF SABR

All of the Prophets came with 2 things after the message of tawhid. That is sabr and salah.

The 3 main aspects of sabr are:

1) **OBEDIENCE**

Perseverance & endurance are required to fulfil the commands and obligations of Allah (SWT) e.g. to establish prayer under all circumstances whether it be too hot or too cold, or you have a busy work schedule or even if you suffer from health constraints.

2) **RESTRAINT**

Sabr is required for refraining from all kinds of disobedience and sin e.g. injustice, pre-marital relations and backbiting. The most difficult to overcome are those done in secret and those **that are tolerated, this requires inner strength actualised in Sabr.**

3) **THE DECREE OF ALLAH**

Sabr also means Aal-E-Imranin our lives, such as the death of a loved one, an illness and the loss of wealth or property.

The aayah below conveys all 3 types of perseverance:

﴿يا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأمُر بِالمَعروفِ وَانهَ عَنِ المُنكَرِ وَاصبِر عَلى ما أَصابَكَ **إِنَّ ذلِكَ مِن عَزمِ الأُمورِ**﴾

*”O my son, establish prayer, enjoin what is right, forbid what is wrong, and persevere over what befalls you**. Indeed, [all] that is of the matter [requiring] determination.**” (Surah Luqman, verse 17)*

EXAMPLES OF SABR

Our great role-models, the prophets of Islam, and their followers were all tested and tried in different ways and **pushed to the very limit.** Yet they showed great steadfastness to hold on to their faith in Allah. One of many example is in the hadith below.

*We complained to Allah’s Messenger (SAW) (of the persecution inflicted on us by the infidels) while he was sitting in the shade of the Ka`ba, leaning over his Burd (i.e. covering sheet). We said to him, “Would you seek help for us? Would you pray to Allah for us?” He said, “Among the nations before you, a (believing) man would be put in a ditch that was dug for him, and a saw would be put over his head and he would be cut into two pieces; **yet that (torture) would not make him give up his religion.** His body would be combed with iron combs that would remove his flesh from the bones and nerves, **yet that would not make him abandon his religion.** By Allah, this religion (i.e. Islam) will prevail till a traveller from Sana (in Yemen) to Hadrarmaut will fear none but Allah, or a wolf as regards his sheep, but you (people) are hasty. (Bukhari)*

Another practical example of sabr is from the Prophet (SAW) himself.
The Prophet (SAW) passed by a woman who was weeping beside a grave. He told her to

*fear Allah and be patient. She said to him, “Go away, for you have not been afflicted with a calamity like mine.” And she did not recognize him. Then she was informed that he was the Prophet (SAW). so she went to the house of the Prophet (SAW) and there she did not find any guard. Then she said to him, “I did not recognize you.” He said, “**Verily, the patience is at the first stroke of a calamity.**”*

True patience is at the first moment of anger or a calamity. The ironic thing in the hadith above is when the women got angry and complained to the Prophet (SAW), his response was the actualisation of the hadith. He himself at that first moment remained silent and left.

OTHER APPLICATIONS OF SABR

Other than the 3 main aspects of worships, there are still other places where sabr should be applied too.

4) **RIGHTEOUS COMPANIONSHIP**

Allah (SWT) has commanded us to persevere in befriending and accompanying those who are pious and good, but not with those who are solely after the glitter and enjoyments of this life and the fulfilment of their desires.

﴿**وَاصبِر نَفسَكَ مَعَ الَّذينَ يَدعونَ رَبَّهُم** بِالغَداةِ وَالعَشِيِّ يُريدونَ وَجهَهُ... **وَلا تُطِع** مَن أَغفَلنا قَلبَهُ عَن ذِكرِنا وَاتَّبَعَ هَواهُ وَكانَ أَمرُهُ فُرُطًا﴾

*“And keep yourself patient [by being] with those **who call upon their Lord in the morning and the evening, ... and do not obey** one whose heart We have made heedless of Our remembrance and who follows his desire and whose affair is ever [in] neglect.” (Surah Al-Kahf, verse 28)*

5) **DURING TIMES OF EASE**

We must show steadfastness even when good fortune befalls us and refrain from arrogance & pride.

﴿وَلَئِن أَذَقناهُ نَعماءَ بَعدَ ضَرّاءَ مَسَّتهُ لَيَقولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئاتُ عَنّي **إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخورٌ**﴾

*But if we, give him a taste of (our) favors after adversity hath touched him, he is sure to say ‘all evil has departed from me’**: Behold! He falls into arrogance and pride.**” (Hûd: 10).*

THE LINK BETWEEN FASTING AND SABR

Fasting is **directly linked to Sabr.**

When we fast, we are exercising perseverance in **obedience** by striving to do everything that pleases Allah. We develop **abstinence** by refraining from food, drink, and sexual desires, and showing steadfastness when **we protect our eyes, ears, minds, tongues**, and hands from all sins. We also persevere with the afflictions that come with fasting (e.g. hunger and weakness).

Hence, the Prophet (SAW) said:

“وَالصَّوْمُ **نِصْفُ الصَّبْرِ** وَالطُّهُورُ نِصْفُ الإِيمَانِ”

“... **fasting constitutes half of patience** and cleanliness is half of imaan.”

THE REWARD OF SABR

Allah says:

﴿إِنَّما يُوَفَّى الصّابِرونَ أَجرَهُم **بِغَيرِ حِسابٍ**﴾

“Only those who are patient shall receive their rewards in full, without measure (limitless).” (Surah Az-Zumar, verse 10)

And he also says elsewhere in the Qur’an:

قَالُوٓاْ إِنَّا لِلَّهِ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ۝ ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتۡهُم مُّصِيبَةٌ مِّن رَّبِّهِمۡ وَرَحۡمَةٌۖ وَإِنَّآ إِلَيۡهِ رَٰجِعُونَ ۝ أُوْلَٰٓئِكَ عَلَيۡهِمۡ صَلَوَٰتٌ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُهۡتَدُونَ)

“Translation add

We ask Allah to grant us a beautiful Sabr throughout the year especially in these turbulent times and to make us from those who exert Sabr during the most trying times, and to make us of those who are given their reward without account.

Evil People Pursue Me

You might say, "I want to repent, but evil friends are pursuing me wherever I go. As soon as they learn of any change I have made, they launch an attack against me, and I feel too weak to resist them. What can I do?"

Our answer is: bear this with patience, for this is how Allaah tests His sincere slaves, so that He may distinguish the truthful from the liars, the good from the evil.

As you have taken the first step on the Straight Path, stand firm and persevere. These people are the devils of men and jinn, who will conspire with one another to turn you away from this path. Pay no heed to them. At the beginning, they will tell you that this is just a passing fancy, a temporary crisis that will not last. Strangely enough, such people have been known to say of friends who were setting out on the road of repentance, "What evil he has fallen into!"

One of these evil people, when her former boyfriend put the phone down on her because he had repented and wanted nothing more to do with this sin, called him back a few days later to say, "Maybe the evil insinuations have stopped now!"

Allaah says (interpretation of the meaning):

"Say: I seek refuge with (Allaah) the Lord of mankind,
The King of mankind,
The ilaah (God) of mankind,
From the evil of the whisperer (devil who whispers evil in the hearts of men) who withdraws (from his whispering in one's heart after one remembers Allaah),
Who whispers in the breasts of mankind,
Of jinns and men."
[al-Naas 114:1-6]

Is your Lord more deserving of obedience, or these people who call to evil?

You should know that they will pursue you wherever you go and will use every means at their disposal to try to bring you back to the way of sin. One young man told me that he had had a girlfriend who, after he repented, used to tell her driver to follow him, and she would call to him from the window of her car whilst he was on his way to the mosque!

But Allaah says (interpretation of the meaning):

"Allaah will keep firm those who believe, with the word that stands firm in this world (i.e., they will keep on worshipping Allaah alone and none else) and in the Hereafter." [Ibraaheem 14:27]

They will try to remind you of the past and make your past sins appear attractive, by means of reminders, earnest pleas, pictures, letters… Do not pay any attention to them. Be on your guard against the ways in which they will try to tempt you. Remember the story of Ka'b ibn Maalik, one of the great Companions of the Prophet (may Peace Be Upon Him) . The Messenger of Allaah (may Peace Be Upon Him) commanded all his Companions to cut off ties with Ka'b because he had stayed behind and had not joined the expedition to Tabook. This boycott was to last until Allaah decided concerning him. The kaafir king of Ghassaan sent a letter to Ka'b, in which he said: "We hear that your master has treated you badly. Allaah has not put you in a house of humiliation and loss, so come to us and we will provide for you." The kaafir wanted to win over the Muslim so that he would leave Madeenah and be lost in the land of kufr. How did this great Sahaabi react to this? Ka'b said: "When I read it, I said, 'This is also a test,' and I threw it in the oven and burned it."

This is how the Muslim, male or female, should deal with everything that is sent by bad people: burn it to ashes, and whilst you are burning it, remember the Fire of Hell.

Allaah says (interpretation of the meaning):

"So be patient. Verily, the Promise of Allaah is true, and let not those who have no certainty of faith, discourage you from conveying Allaah's message" [al-Room 30:60]

د (علمي مقاله څه ډول وليکو؟) ليکنې پاتې برخه

بايد د بل علمي کار، د سرته رسولو زمينه برابره کړي. د نړۍ ريسرچ په همدغه ډول دوام پيدا کوي.

د يادولو وړ ده، چې ځينې ليکونکي، يوازې دغهٔ عذر وړاندې کوي، چې د وخت د نلرلو له کبله يې، دغه وړانديزونه ونکړای شوی، او دغسې وړانديزونه د منلو وړ ندي.

اوومه برخه - References:

پدغه برخه کې د هغو ټولو ريفرينسونو لست ليکل کيږي، چې له هغو څخه پدغه ليکنه کې ګټه پورته شوې وي. يا په بل عبارت، د هغو مقالو نومونه ليکل کيږي، چې هغوی ددغې مقالې سره ارتباط ولري، او له هغوی څخه پدغه ليکنه کې ګټه پورته شوې وي.

د ځينو علمي مقالو ليکوالان، د ريفرنس په هکله، يوازې د هغې شمېرې ته اهميت ورکوي، چې دا کړنه درسته نده، او بايد ونشي. د يادونې وړ ده، چې ريفريسونه بايد ډېر دقيق او سم وليکل شي، او د هغوی د ليکلو دپاره هغه منل شوې لارې غوره شي.

آتمه برخه -Appendicies:

پدغه برخه کې په عمومي توګه، دغه لاندې ۲ برخې شاملې وي.

الف - List of Figures:

پدغه برخه کې، هغه ډياګرام، جدولونه، او ډيټا شيټ چې پدغه ليکنه کې ترې استفاده شوې وي، ليکل کيږي.

ب - Programming Listings:

پدغه برخه کې، هغه د کمپيوټر کود، چې ددغې مقالې په هکله ليکل شوی وي، وړاندې کيږي.

د پام وړ ټکي:

هيله ده، چې دغه ليکنه، د پوهنتون محصلينو، او استادانو ته يو څه ګټوره واقع شي. زه د علمي مقالو په ليکلو کې يو څه تجربه لرم، او ما د خپلې شاګردۍ او معلمۍ په دوران کې، ډېرې علمي مقالې په مناسبو مجلو او بين المللي کنفرانسونو کې چاپ کړې دي. يا په بل عبارت ددغه ليکنې ليکوال، د ليسانس، ماسترۍ، او دوکتورا، شاګرد پاته شوی، او په افغانستان، او انګلستان کې يې، د معلمۍ ۳۳ کلنه تجربه لاسته راوړيده. دغه ليکنه به ان شاءالله، د ليسانس د آخر کال د پروژې (Final Year Project) د راپور په ليکلو، د ماسترۍ د (Dissertation) په ليکلو، او د دکتورا د (Thesis) په ليکلو کې، يوڅه ناڅه کمک وکړي.

د يادونې وړ ده، چې همدغه د ليکنې وړاندې شوی چوکات، به ان شاءالله، د ذکر شوو ليکنو لپاره، د يوې خاکې په توګه کار ورکړي. يا په بل عبارت، همدغه چوکاټ به ان شاءالله، د ټولو علمي ليکنو دپاره کار ورکړي، او يوازې ددغه وړاندې شوو برخو، هدف، جزيات، متن، تحليل، او لاسته راوړنې به، يو له بله سره توپير ولري.

الحمدلله، په افغانستان کې، ډېر زيرک او پوه شاګردان او استادان وجود لري، چې په علمي ډګر کې، ډېرې لاسته راوړنې لري. دوی بايد کوښښ وکړي، چې خپلې لاسته راوړنې، په مختلفو مجلو، او بين المللي کنفرانسونو کې چاپ کړي، او الله(ج) د، ددغه په اسلام او وطن مين شاګردانو، او استادانو، تعداد نور هم زيات کړي. آمين يارب الٰعلمين.

په پای کې په ډېره عاجزۍ دواړه لاسونه، د الله(ج) لوی او مهربان دربار ته پورته کوم، او دعا کوم چې، الله(ج) دې په افغانستان او په ټوله نړۍ کې هغه شانته سوله راولي، چې الله(ج) ته قبوله او منظوره وي. آمين يارب الٰعلمين.

همدارنګه، الله(ج) د، د افغانانو ترمنځ د حق فيصله وکړي. آمين يارب الٰعلمين.

How an American computer programmer found peace in practicing the religion of Islam

Richard Leiman

As a child, I always had access to a short-wave radio. I used to listen to the BBC World Service about the Middle East. I also loved the music from that part of the world, and I probably was listening to the Quran being recited, but did not know it at the time.

As I grew older, I continued to listen to the BBC World Service. Back then, they had a program called Words of Faith in which they had a five- to eight-minute talk given by a different religious speaker each day of the week representing all the major religions in the United Kingdom. Out of all the speakers, the Muslims were the ones I loved listening to most.

Every time the Muslim representative spoke, I wanted to find out more about Islam. My impression of the religion was that the person who practices Islam is a happy person, not like the mean people portrayed by the American media. I just refused to believe people that loved Allah so much could be like the people portrayed by the media. Because I come from a Jewish background, the thing that united me with Islam was the belief that Allah had no partners.

Work in the United Kingdom

An important time in my life came when I met a real Muslim, but did not know it yet. I was doing contracting computer programming work in New York State when I had a strong urge to visit the United Kingdom.

I visited London and loved it. During my visit, I went to several employment agencies without luck. One of the agencies gave me several trade magazines. When I arrived back in the States, I started to send more CV's to companies and other agencies listed in the magazines. I returned to the United Kingdom because one of the companies wanted to interview me. Then I started to visit more companies and agencies until I landed a position even though I was on a visitor's visa.

The company that hired me applied for a work permit for me and the Department of Employment told me that I had to leave the country in order for the paperwork to be processed. Again, I went back to the States. Another agency obtained a temporary work permit and employed me for a company called LogoTech, which, at that time, was located in Egham, Surrey.

Meeting a Real Muslim for the First Time

Some time after I started working at LogoTech, I found out that my supervisor, Anis Karim, was Muslim. I asked him if he knew how I could get a copy of the Quran. To my surprise, he obtained a copy of the Quran for me within a few days. He also asked me to pledge that I would have a bath before I read from the Quran[1] and that I would never show it to anyone who might make blasphemous remarks about it.

The next day, I took my morning bath and made breakfast. Then, while eating breakfast, I started to read. Later I found out that "read" is what Allah had the Angel Gabriel instruct our beloved Prophet to do, even though he could not read or write!

Well, words can't describe how I felt when I read just that small portion of the world's most holy book. It took only 10 pages, when, at that point, I told myself that this religion was for me. This occurred around 1990. The more I read, the more I wanted to know, and I loved what I was reading.

At the time, I did not know anything about how to pray or any of the details of Islam. If Anis had invited me to go the masjid in London, I would have gone with him. The only thing I knew about praying to Allah was the prostration position. At the time, I knew that Muslims prayed several times a day, and so I started to do so at night before I went to bed and in the morning when I woke up.

Back to the States Again

When the work permit ran out, I had to return to the States and was unemployed for several years. I visited my father in Huntsville, Alabama, and created a database application for him. I saw that Huntsville was a high-tech cosmopolitan city and decided to try to land a programming position there. My father told me that if I did not get a position, I would have to go back to New Jersey to my mother, who had moved from New York to New Jersey. About a fortnight before I was going to go back to New Jersey, I landed a programming position at a company in Huntsville.

My First Trip to a Masjid

My sister and I were planning a trip to Indonesia because we had a pen pal on the Internet. My sister asked me if I could help her find Islamic jewelry as a gift. At that time I had no idea that there were Muslims in Huntsville.

Then Allah put things into place for me. I remembered that there was a shop called Crescent Imports, which I thought was run by Muslims. It was not. It was run by the group called Nation of Islam. Now here is the strange part that only Allah could have arranged. We spoke to the owner of the shop and told him that we wanted to find Islamic jewelry. He directed us to the Huntsville Islamic Center.

I do thank Allah for having them direct me to the masjid. We went to the building, but there was only one car parked there. I spoke to a man in the car, and he told us that we should speak to the imam about where to find the jewelry. I was still afraid to go into the building because for me, it was such a sacred place.

At the moment, I remembered one day when I saw a lady at work wearing a hijab. I told her about accepting Islam personally and she said, "Why don't you visit the masjid in Huntsville?" I eventually went back to the masjid after I summed up enough courage to go into that sacred place.

I spoke to the imam, and he invited me to perform salah with the Muslim brothers. This was a turning point in my life. I loved it and started to visit the masjid once a week at night. Then I started to visit it several times a week at night. The urge to come more times was stronger and I now perform most of my prayers at the masjid, except `Asr and Maghrib prayers when I am at work.

I Officially Accepted Islam

In November of 1996, I publicly made Shahadah. At work, I pray Zhuhr and Asr by myself or with other Muslim brothers in a small mosque in my work place. I proudly carry my prayer rug in the hallways at my work in an attempt to get people to ask me what they are. When they do ask me about it, I tell them that I am Muslim and the mats are what I use to pray on. Also, my work area, including my computer, is decorated with Islamic artwork. My background on my computer is usually the Ka`bah or our masjid.

Now that I am a Muslim, there is no turning back to disbelief!

فعالیتهــا و خدمات ما درین ماه

media@hayatfoundation.org.uk
hayatfoundationuk
+44 7588 811824 - +44 7508 848893
www.hayatfoundation.org.uk
تماس با ما

ماهنامه حراء
Monthly Hera
میاشتنی
مــــاه نامــــهٔ
تربیـــــــتي
علمــــــــي
و دینـــــــي