



مجلة ألوان

العدد الخامس

فريق العمل:

محمد بافقيه - فهد الخليل - البراء مرزوق

مشاركتم وملاحظاتكم محل اهتمامنا

e-Mail: alwanmag@gmail.com



يقولون: الضغط يولد الانفجار، ويقولونك الضغط يولد

النجاح، فما هو الصحيح يا ترى؟

الله أعلم.. لكن الأمر الذي لا أماري فيه هو أن كل واحد منا -طلاب الطب- يتعرض للضغط، فكيف نصل

بهذا الضغط إلى النجاح؟

هناك عدة خطوات في هذا السياق، من أهمها:

أولاً: تحديد أهدافنا في الحياة بوضوح ودقة، والتأكد

من أنها بالفعل ما نرغب به، وأن نراجعها تكررًا.

ثانياً: التخطيط لأهدافنا على المدى القريب والبعيد

بناء على تأمل بأحوالنا وإمكاناتنا والفرص المتاحة

لنا، وعلى أساس من الاستفادة من خبرات من سبقنا،

وقبل ذلك استخارة ربنا.

ثالثاً: العمل الدؤوب والمثابرة لتحقيق أهدافنا، مع

عدم نسيان أن لنفس الإنسان عليه حقا، فليعط كل ذي

حق حقه.

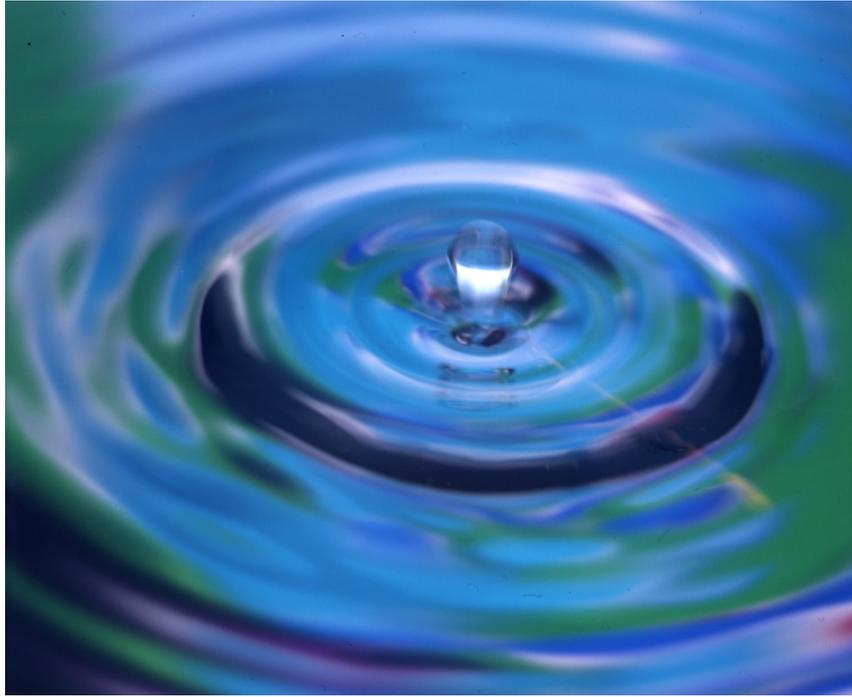
رابعاً: الاستعانة بالله ومراقبته دائماً، فمن توكل على

الله كفاه، ومن راقبه أحسن مثواه.



مجلة ألوان-العدد الخامس

حكيث بالمكك



عن أبي مسعود عقبة بن عامر
الأنصاري البصري رضي الله عنه
قال: قال رسول الله صلى الله عليه
وسلم: ((إن مما أدرك الناس من
كلام النبوة الأولى: إذا لم تستح
فاصنع ما شئت)) رواه البخاري.

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ ضُرِبَ مَثَلٌ فَاستَمِعُوا لَهُ إِنَّ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ لَنْ يَخْلُقُوا ذُبَابًا وَلَوْ اجْتَمَعُوا لَهُ وَإِنْ يَسْلُبْهُمُ الذُّبَابُ شَيْئًا لَا يَسْتَنْوِدُوهُ مِنْهُ ضَعْفَ الطَّالِبِ وَالْمَطْلُوبِ﴾ الحج: 73



قال ابن كثير رحمه الله تعالى في تفسيره:
أي لو اجتمع جميع ما تعبدون من الأصنام والأنداد على أن يقدروا على خلق ذباب واحد ما قدروا على ذلك بل هم عاجزون عن خلق ذباب واحد بل أبلغ من ذلك عاجزون عن مقاومته والانتصار منه لو سلبها شيئاً من الذي عليها من الطيب ، ثم أرادت أن تستنقذه منه لما قدرت على ذلك هذا والذباب من أضعف مخلوقات الله وأحقرها.

قال ابن عباس: (الطالب): الصنم (والمطلوب) الذباب، وهو ظاهر السياق وقيل: (الطالب): العابد (والمطلوب): هو الصنم .
فانظر أخي الحبيب إلى دقة صانع الكون وما به من ذرات وغيرها، فحري بنا أن نتفكر في مخلوقاته سبحانه وتعالى .



مجلة ألوان-العدد الخامس

*
شهر

قال الإمام الشافعي رحمه الله تعالى:

دَعِ الْأَيَّامَ تَفْعَلْ مَا تَشَاءُ
وَطِبْ نَفْسًا إِذَا حَكَمَ الْقَضَاءُ
وَلَا تَجْزَعْ لِحَادِثَةِ اللَّيَالِي
فَمَا لِحَوَادِثِ الدُّنْيَا بَقَاءُ
وَكُنْ رَجُلًا عَلَى الْأَهْوَالِ جَلَدًا
وَشِيمَتِكَ السَّمَاحَةُ وَالْوَفَاءُ
وَإِنْ كَثُرَتْ عُيُوبُكَ فِي الْبَرَائِيَا
وَسَرَّكَ أَنْ يَكُونَ لَهَا غِطَاءُ
تَسْتَرُّ بِالسَّخَاءِ فَكُلُّ عَيْبٍ
يُعْطِيهِ كَمَا قِيلَ السَّخَاءُ
وَلَا تُرِ لِلْأَعَادِي قَطُّ ذُلًّا
فَإِنَّ شِمَاتَةَ الْأَعْدَاءِ بَلَاءُ
وَلَا تَرْجُ السَّمَاحَةَ مِنْ بَخِيلٍ
فَمَا فِي النَّارِ لِلظُّمَانِ مَاءُ
وَرِزْقِكَ لَيْسَ يَنْقِصُهُ التَّائِي
وَلَيْسَ يَزِيدُ فِي الرِّزْقِ الْعَنَاءُ
وَلَا حُزْنٌ يَدُومُ وَلَا سُرُورٌ
وَلَا بُؤْسٌ عَلَيْكَ وَلَا رَحَاءُ
إِذَا مَا كُنْتَ ذَا قَلْبٍ قُنُوعٍ
فَأَنْتَ وَمَالِكُ الدُّنْيَا سَوَاءُ
وَمَنْ نَزَلَتْ بِسَاحَتِهِ الْمَنَائِيَا
فَلَا أَرْضٌ تَقِيهِ وَلَا سَمَاءُ
وَأَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةٌ وَلَكِنْ
إِذَا نَزَلَ الْقَضَا ضَاقَ الْقَضَاءُ
دَعِ الْأَيَّامَ تَعْدِرُ كُلَّ حِينٍ
فَمَا يُعْنِي عَنِ الْمَوْتِ الدَّوَاءُ

لماذا يسبب التدخين السرطان؟*

لماذا يسبب التدخين السرطان؟ هذا السؤال طرحه ملايين المدخنين حول العالم دون معرفة أن الضالع الرئيسي في تسبب السرطان هي مادة تدعى الهيدروجين بيروكسيد .

للمرة الأولى، اكتشف العلماء في جامعة كاليفورنيا، في دافيس، لما يسبب التدخين السرطان. وقد يساعد هذا الاكتشاف الأميركي عمالقة إنتاج التبغ على اعتناق طرق أخرى، أكثر أماناً، لإنتاج سجائر خالية من بعض المواد الأكثر خطراً على الصحة البشرية.



للتأكد من هوية المواد، الأكثر فتكاً بالصحة وتلك المسرطنة، أخضع الباحثون مجموعة من الخلايا المستخرجة من القصبة الهوائية، في المختبر، لدخان السجائر ومادة "الهيدروجين بيروكسيد" معاً .

ثم أدخلت هذه الخلايا في فترة الحضانة المخبرية (incubation) ليوم أو يومين كحد أقصى. بعدها، قورنت هذه الخلايا بمجموعة مماثلة من الخلايا التي لم تتعرض لأي احتكاك مع المواد

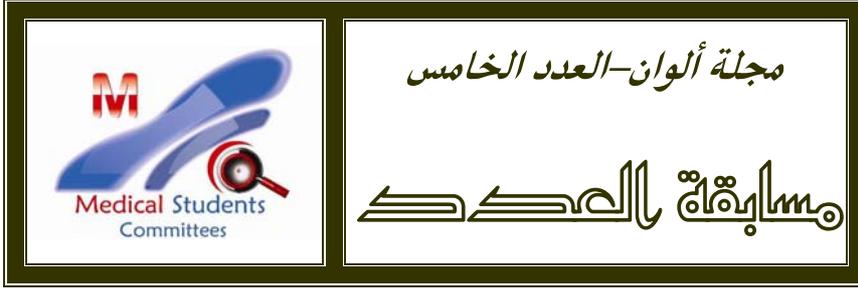
الذي يحررها التبغ وذلك للتأكد ان كان البعض من هذه الأخيرة مصاب بأولى علامات السرطان.

سواء تلك الخلايا التي تعرضت للدخان أو تلك التي احتكت بمادة "الهيدروجين بيروكسيد" كانت تحمل معها الإشارات الأولى الدالة على تغييرات سرطانية فيها. وكانت هذه الإشارات غائبة في العينات الأخرى من الأنسجة البشرية الخالية من الدخان. تجدر الإشارة هنا الى أن كل سيجارة تحوي أكثر من أربعة آلاف مادة كيميائية، و43 من هذه المواد على الأقل نجح الخبراء في الجزم أنها مسرطنة .



من لقاء الدكتور أحمد فتح الله يوم الثلاثاء الماضي (1429/5/1هـ) بمقر اللجان
الطلابية بكلية الطب.





سؤال العدد الماضي: {..والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا..}

في أي سورة تقع هذه الآية؟

الإجابة: سورة العنكبوت

الفائزون بالعدد الرابع: بدر العمري، نادر الرحيلي، أوس

المفلح، صالح القرني، محمد العطوي

سؤال العدد الخامس:

{..الله لا إله إلا هو الحي القيوم نزل عليك الكتاب بالحق..}

في أي سورة تقع هذه الآية؟

للمشاركة أرسل الإجابة في رسالة جوال متضمنة الاسم على رقم

0500685881 أو اكتب الإجابة في ورقة خارجية متضمنة الاسم

ووسيلة الاتصال وضعها في الصندوق المقابل لمقر لجان الأنشطة

الطلابية بكلية الطب أو ابعثها برسالة على -البريد الإلكتروني للمجلة-

متضمنة الاسم ووسيلة الاتصال (عفوًا.. المسابقة خاصة بطلاب الكلية).