

HAHO | هاهو | مجلة

Magazine شهرية

1443 / 2021 - العدد (20)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي



الطبيعة تحمي دعاء الأبدال
من تهمة الإرهاب المناخي
المفكر الإسلامي الشيخ
د. هانيبال يوسف حرب

تعدد العوالم
د. نور ميدي

فيتامين الشمس
م. دانيا هرشو

أنت مراقب !
د. سارة الجعبري

Dark web
أ. نور هرشو

سلسلة تشكيلة شخصيات
أ. عبد الهادي دنون

صياح الديكة
الشيخ الدكتور المقرئ
عبدالله كشكوش المقدسي

إلى من يهمه الأمر
أ. خلدون لبزو

أهلنا بكم

هيئة التحرير والعاملون:

العارف بالله د. سفيان الجعبري
الشيخ د. عبد الله كشكوش
الشيخ د. أوس العبيدي
د. نضال ترماني
د. منى حمادي
د. سناء شحادة
د. نور ميري
د. عائشة العناكوة
د. سماء الجعبري
م. دانيا هرشو

الباحث. عمر السلقيني
أ. عبد الهادي دنون
الحقوقية أ. ملاك العناكوة
أ. صبحي المقرع
أ. خلدون لبزو
أ. منال جبيلي
أ. قمر الجعبري
أ. هدى زايد
أ. نور هرشو

مؤسسوا مجلة هاهو

- سماحة العارف بالله تعالى
- الشيخ د. هانيبال يوسف حرب
- الشيخ د. أوس العبيدي
- د. سارة الجعبري

رئيس التحرير

- د. سارة الجعبري

كلمة رئيس التحرير

بسم الله الرحمن الرحيم

اللهم صلِّ وسلِّم على الحبيب سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .
إلى آفاق جديدة وعراقة فكرية ننقلكم عبر الصفحات وجريان الأقلام ، وندعوكم
لنتقوا كلَّ يوم صفحة فترتقوا كلَّ يوم بمعلومة تنهض بكم .
نحن على مدار الشهر معكم ...
عزيزي القارئ : كن معنا كلَّ يوم وارثق درجة .. و ستفاجأ بنهضة فكرية في آخر
كل شهر .

د. سارة الجعبري

على تطبيق التليغرام: <https://t.me/hahomagazine>

على الفيسبوك : haho magazine مجلة هاهو

hahomagazine@gmail.com

تابعنا

للتواصل

تقرؤون في هذا العدد

- كلمة رئيس التحرير 2
- محتويات العدد 3
- كلمة شهر صفر 1443 5
- تعدد العوالم 9
- راديو فاميلي غروب: برنامج صحتك بالدنيا..... 11
- الأستاذ خلدون لبزو وسلسلة (إلى مَنْ يهّمه الأمر).. 15
- الجزور الحرة FREE RADICALS وعلاقتها مع مضادات الأكسدة anti-oxident 17
- سلسلة تشكيلة شخصيات (1)..... 19
- Screenshot 21
- فيتامين الشمس 31
- صياح الديكة 35
- تحليل اسم (ملك) 37
- حب الله تعالى 39
- Dark Web 49
- الأزياء على خط الزمن 51
- من أدبيات مدرسة الحب الإلهي المجددي 53
- الهانيبالي الكمالي 53
- إلى مَنْ يهّمه الأمر - الجزء العشرون..... 57

الداعمون



أكاديمية FG-Group التركية



راديو فاملي غروب



دار العقيق
للأحجار الكريمة



مؤسسة التواصل الهندسية

- حبّهم 59
- أطفالنا والألعاب الإلكترونية 69
- أنت مُراقب ! 71
- علم الذِّكر المحمدي - الجزء 8 73
- فقر الدم عوز الحديد 77
- دعوة للصلاة على النبي الأكرم 93

لإعلاناتكم في مجلتنا يرجى التواصل
عبر تطبيق التيلغرام عبر المعرف
@dr_sarahaljabari التالي

أو عبر البريد الإلكتروني:
hahomagazine@gmail.com

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين
والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه
أجمعين و بعد
كلمة شهر صفر / 1443

(الطبيعة تحمي دعاء الأبدال من تهمة الإرهاب المناخي)

يقولون: إن الطبيعة تتور .. و إن الفيضانات تهتاج ..
و إن الريح تزمجر في بلاد كذا وكذا ..
كلُّ هذا كذبٌ في كذبٍ وابتعادٍ عن الحقيقة .
المناخ الأرضي بيد الله وحده ، وهذا الغضب الذي
نراه على عناصر الوجود - الماء والتراب والنار
والهواء - إنما هو لفتُ نظرٍ لكلِّ مَنْ نسي أن الله
تعالى كان وما زال هو المتحكّم بروح الحضارات كلها
وأنّ استئصال الكوكب برمته عليه هيّنٌ .
فالملكوت أحبُّ فقط أن يعرفكم على حقائق القرءان
الكريم بعينات حضارية سابقة ، وأنّ تلك القوة
الدميرية في السماء مازالت حاضرةً فاتقوا الله و
أطيعوه لعلكم تفلحون .. .
- - فمَنْ نَكَرَ وأنكَرَ ريحاً صرراً فليشاهدنا اليوم كيف
تستأصل تحت غطاء أحداث المناخ اليومي
- - ومَنْ نَكَرَ وأنكَرَ فيضان نوح عليه الصلاة والسلام
فليشهد عتية من استئصال عدة مدن ومئات القرى
في أحداث المناخ اليومي أيضاً
- - ومَنْ لم يؤمن أن ناراً تاكل مدينة فليشهد أحداث
المناخ اليومي أيضاً .. فإن (جزيرة هاواي) حاضرة
لمن يريد المعاينة.



- وَمَنْ لَمْ يُؤْمِنْ أَنْ خَسَفًا أَوْ زَلْزَالًا يَزِيلُ قَرْيَةً مُحَصَّنَةً
فَلْيَنْظُرْ فِي أَحْدَاثِ الْمَنَاخِ الْيَوْمِيِّ فِي عَشْرَاتِ الدُّوَلِ
الَّتِي بَنَتْ بِيُوتَهَا عَلَى مَقَاوِمَةِ الزَّلْزَالِ فَلَمْ تُغْنِ عَنْهَا
مَقَاوِمَةُ الْحَقِّ شَيْئًا .. الْقَدْرُ وَاقَعٌ لِامْحَالَةِ .

وَيَبْقَى الْحَقُّ وَحْدَهُ هُوَ جَبَّارُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ .
سَكَتَ الْعَالَمُ عَنْ تَهْجِيرِ شَعْبِ أَسَدَالِ الْحَقِّ فِي الشَّامِ
بِتَعْدَادِ / 12 / مِلْيُونِ سُورِي .. وَهِيَ هِيَ الْكُوكَبُ
الْمُتَفَرِّجُ عَلَى تَهْجِيرِهِمُ الْيَوْمِ بِبَطْشِ الْحَقِّ وَبِأَعْدَادِ
أَكْثَرَ شَرْقًا وَغَرْبًا يَعِيشُ نَفْسَ التَّهْجِيرِ وَالْقَسْوَةِ .. وَ
الْكُوكَبُ أَيْضًا يَنْظُرُ وَيَشَاهِدُ وَيَعَايِنُ وَلَا يَأْبَهُ !

هَلْ مِنْ مَتَّعٍ ؟ هَلْ مِنْ مُدْرِكٍ أَنَّ الدُّوَلِ الْكُبْرَى الَّتِي
دَفَعَتْ مِلْيَيْنَ الدُّوَلَارَاتِ لِتَدْمِيرِ الشَّامِ كَانَتْ تَدْفَعُ
مِلْيَيْنَ الدُّوَلَارَاتِ لِشُرَاءِ انْتِقَامِ رَبَائِيَّ ؟؟

هَلْ مِنْ مُدْرِكٍ ؟

أَقُولُ لَكُمْ : الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ أَنَّ الْكُوكَبَ يَتَهُمُ
الطَّبِيعَةَ بِمَا يَجْرِي .. وَذَلِكَ لِأَنَّهُمْ لَوْ عَرَفُوا أَنَّ دَعَاءَ
الْأَسَدَالِ انْتَضَرَ وَعَايِنَ طَوِيلًا لَرَبَّمَا انْتَقَمُوا مِنَ الْأُمَّةِ
الْمُسْلِمَةِ ..

وَشَكَرًا لِلطَّبِيعَةِ خَانِمِ مَدْوُخَةِ الدُّوَلِ الْكُبْرَى أَنَّهَا حَمَلَتْ
الْمَسْئُولِيَّةَ عَنْ كُلِّ ادِّعْيَةِ الْأُمَّةِ .. وَإِلَّا لَسَمَعْنَا سِيَاسِيًّا
غَرْبِيًّا كَانَ سَيَصْنَعُ دَعَاءَ الْمُسْتَضْعَفِينَ أَنَّهُ دَعَاءُ
إِرْهَابِيٍّ .. كَمَا صَنَّفَتْ بَعْضُ الدُّوَلِ فِي صُحُفِهَا الْمَنَاخِ
عَلَى أَنَّهُ مَنَاخُ إِرْهَابِيٍّ .

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ... وَجَبَّارِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ
مَا زَالَ يَرْسُلُ بِالْعِظَاتِ .. وَالطَّبِيعَةَ مَظْلُومَةً .

خادم العلم الشريف : د. هانيبال يوسف حرب



تعدّد العوالم

د. نور ميري

بسم الله الرحمن الرحيم .. و الحمد لله رب العالمين .. خالق الأكوان على تعددها و العوالم على اتساع أبعادها ، و الصلاة و السلام على سيد الأكوان محمد صلى الله عليه و آله و صحبه و سلم .. من تجاوز الأكوان إلى رب الأكوان .. فشهد ربه و غاب في نور حبه .. و بربه حكّم العوالم فانصاعت لحكمه.

لا زال العديد من العلماء اليوم في حيرة من أمرهم حول مواضيع مثل تعدد العوالم و عدد الأكوان و عدد الأبعاد الحقيقي حولنا... ، و هم منقسمون ما بين مؤيد و معارض لمبدأ وجود عوالم موازية لعالمنا ؛ و التصديق بوجد العوالم المتوازية و العوالم المترادفة و ما شابهة .

أما الحقيقة فبإمكانك أن تأخذها من أفواه أهل العلم الحقيقيين.. و تصل إليها من خلال أهل العرفان الحق (و هم أهل الله و خاصته) العلماء الذين قال الله تعالى فيهم : (و مَا يَلْمُ تَأْوِيلَهُ إِلَّا اللَّهُ وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ) آل عمران / 7 ؛ العلماء الذين شهدوا أن المعلومات هي من الله تعالى (العليم) ، و أن المعرفة الحقّة هي من عند الله يمنحها لمن يشاء بإذنه ، فسألوا ربهم فأعلمهم و عرفهم .

و قد تعلمنا من فضيلة الشيخ العارف بالله تعالى و الخبير بعلوم الطاقة البروفيسور د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى أن هناك ليس فقط عوالم متوازية و عوالم مترادفة.. بل هناك أيضاً عوالم متقاربة و عوالم متجاورة و العديد من العوالم .. يقول فضيلته :

" لَقَدْ أَشْرَتْ سَابِقًا عِنْدَ وَضْعِي لِعِلْمِ الذِّكَاةِ الرُّوحِيِّ أَنَّ لِلذِّكَاةِ الرُّوحِيِّ بَرَامِجَ رُوحِيَّةً عَلِيًّا تَقْوُدُ كُلَّ مَا يَتَّصِلُ بِالرُّوحِ كَالْقَلْبِ وَالدِّمَاغِ عَلَى مُسْتَوَى الْمَادَّةِ ؛ وَالْعَقْلِ وَالبَصِيرَةِ عَلَى مُسْتَوَى الْمَعْنَوِيَّاتِ ؛ وَعَلَى مُسْتَوَى الْعَوَالِمِ كَالْعَوَالِمِ الرَّدِيفَةِ وَالْعَوَالِمِ الْمُتَقَارِبَةِ وَالْعَوَالِمِ الْمُتَجَاوِرَةِ وَالْعَوَالِمِ الْمُتَوَازِيَةِ وَالْعَوَالِمِ الْمُوَازِيَةِ مِثْلَ عَالَمِ الْأَحْلَامِ وَعَالَمِ الْبَرْزَخِ وَعَالَمِ النَّفْسِ وَعَالَمِ النُّورِ وَعَالَمِ الطَّبَائِعِ وَعَالَمِ الْبَسْطِ وَعَالَمِ الْقَبْرِ بَعْضٌ .. إلخ "

و قد أكد فضيلته بشكل واضح على فكرة تعدد العوالم و ترابطها فيما بينها في كثير من المناسبات .. و قال :

" إمكانية ولوج عالم في عالم .. و ارتباط العوالم مع بعضها.. هذا وارد "

بل و تعرّفنا منه - خاصة في دورة علم منازل القمر الحرفية - على العشرات من العوالم مثل : عالم القلم الأعلى و عالم اللوح المحفوظ و عالم الجواهر الهبائي .. مروراً بعالم الملائكة و عالم الجن و عالم الإنسان و عوالم السموات السبع و غيرهم .. و ما في ذلك كله من أسرار بديعة و تفاصيل نادرة في خلق الله العظيم... فتبارك الله أحسن الخالقين .

يتبع إن شاء الله تعالى ..

برنامج صحتك بالدنيا

بسم الله الرحمن الرحيم

برنامج (صحتك بالدنيا) هو برنامج إذاعي طبي يتحدث عن بعض الأمراض وأعراضها وأسبابها وطرق الوقاية منها .

يقدم هذا البرنامج الدكتور المتميز (عبدالله نشار) بأسلوب سلس ومبسّط ، و يُعَرِّض حالياً الموسم الثالث من هذا البرنامج ، حيث استعرض الدكتور عبد الله مشكوراً العديد من الأمراض نذكر منها : (التهاب الفقرات التصليبي) و الذي عرّفه بأنه مرض ينتمي إلى مجموعة أمراض اعتلالات الفقار و التي نذكر منها :

. مرض التهاب المفاصل في الصدفية

. التهاب المفاصل الثانوي لداء الأمعاء الالتهابي

. التهاب المفاصل التفاعلي.

كما بيّن لنا أن علامات هذه الأمراض هي التهاب الفقار في العمود الفقري، و التهاب المفصل الحرقفي و التهاب المفاصل المحيطي، وبشكل عام التهاب المفاصل الكبيرة مثل: الركبة، والكاحل، و التهاب الأوتار المرتبطة بالعظام و الملتصقة بالمفاصل.

و قد أوضح د. عبد الله لنا كيف يؤدي هذا المرض الى تقليل سعة و أداء الرئتين ؛ حيث قال أنه كلما تقدم التهاب الفقار المقسط في أعقاب التهاب متواصل تنمو عظام جديدة، و تتراص الفقرات على بعضها بسبب نشوء ناتئ عظمي رباطي ، و بالتالي فإن تعظم الأربطة الواصلة بين فقرات العمود الفقري تؤدي إلى تصلب العمود الفقري وانعدام ليونته، ونتيجة الالتحام بين الأضلاع وبين العمود الفقري يطراً هبوط في أداء الرئتين وتقل سعتهما.

Radio Family Group

إعداد: د. صبحي المقرع



يضيف د. عبد الله قائلاً : إنَّ أعراض التهاب الفقرات التصلبي هي نفس أعراض الالتهاب في العمود الفقري و التي تتميز بمايلي :

. ألم في أسفل الظهر يظهر في وقت الراحة و يتحسن بعد بذل جهد جسماني وخاصة في الصباح بعد النوم.

. ألم في منطقة المؤخرة.

. الإحساس بالتيبس.

. التعب.

. انخفاض الوزن.

. التهاب العنقية بالعين .

أما عن أسباب وعوامل هذا المرض فهي عديدة منها : العوامل الوراثية وكذلك الجنس ؛ حيث يعد هذا المرض أكثر شيوعاً عند الرجال.

أما عن العلاج : فلا يتوفر لهذا المرض علاج طبي شافٍ بل يتركز العلاج الأساسي على منع حالة تصلب الفقرات التي تُصبح فيما بعد حالة غير قابلة للتغيير ، كما يصعب الوقاية من هذا المرض وذلك لتصنيفه على أنه مرض وراثي.

Radio Family Group

إعداد: د. صبحي المقرع

إلى من يهّمه الأمر... أ. خلدون ليزو

إسقاطات اجتماعية مختلفة ، وتسليط للضوء على بقع سلوكية خاطئة ؛ سعياً لسلوكٍ طريقٍ إصلاحيّ توعويّ مجتمعيّ من خلال أحداثٍ واقعيةٍ نمرّ فيها ومن وحي الحقيقة ؛ هي مهمة هادفةٍ أوكلها الأستاذ خلدون ليزو إلى قلمه وحروفه الناصحة في سلسلة (إلى من يهّمه الأمر) .

فمن خلال 20 مقال اجتماعي إصلاحي توجّه الأستاذ خلدون ليزو إلى لفت أنظار قرّائه إلى مواقفهم اليومية - متعرضين أو ممارسين لها - التي بدورها تترك أثراً يُوذّي مجتمعاتنا ؛ محاولاً بذلك جذب وعي من يهّمه أمر المجتمع وصلاحه .

الأستاذ خلدون ليزو قدّم العديد من المواقف والأفكار المنتشرة في المجتمع واضعاً بصمته بنمط لطيف وسلس وبأسلوب يجعلك تراجع نفسك بنفسك دون أن يتوجه إليك بانتقادات واضحة أو أوامر كتابية مباشرة ؛ مساهماً بذلك في تغيير مجتمعيّ نحو الأفضل وبتوجه ذكي .

اعتمد الأستاذ خلدون ليزو أسلوباً تشويبه الطرافة - رغم الألم الذي يعكسه - بصورة لا تسمح للنقد أو الاعتراض ؛ فالمواقف حقيقية .

بأسلوبه القصصي الذكي ستجد إما أنك متعرض للمشكلة أو أنك مسبب لها أو مساهم بها .. .

فإلى من يهّمه الأمر : تابع الأستاذ خلدون ليزو .



فوائد مضادات الأكسدة :

هناك 9 فوائد أساسية لمضادات الأكسدة :

1. تفيد في علاج قصور القلب وما يرافقه من أمراض القلب التاجية أو ارتفاع الضغط الشرياني .
2. تفيد في الخصوبة عند المرأة وعند الرجل وتحسّن من نوعية البويضات عند المرأة ونوعية النطف عند الرجل وحركتها .
3. تحافظ على شباب الجلد : فإن إضافة مضادات الأكسدة وخاصة مرافق الإنزيم COQ10 مباشرة للجلد يعطى حماية للجلد من الشدة التأكسدية الناتجة عن الأشعة فوق البنفسجية وكذلك يخفف من عمق التجاعيد في البشرة ، كما أنه يساعد على إنقاص نسبة حدوث سرطان الجلد .
4. تخفف من الصداع : وعند الدعم بمضادات الأكسدة يحدث انخفاض بنسبة الثلث في نوبات الشقيقة .
5. تفيد في أداء التمارين الرياضية : فإن الدعم بمضادات الأكسدة يزيد من الطاقة أثناء الرياضة ويخفف من التعب المصاحب لها .
6. تفيد في علاج مرضى السكري : حيث تبين أن الدعم بمضادات الأكسدة ترافق مع تحسّن في مقاومة الإنسولين مع تنظيم مستويات السكر في الدم .

7. تفيد في منع حدوث السرطانات : عندما لا يستطيع الجسم مكافحة الشدة التأكسدية فإن بنية الخلايا تتأثر مما يزيد من نسبة حدوث السرطانات ، و تلعب مضادات الأكسدة دوراً مهماً في الوقاية ومنع تكرار ونكس السرطانات .

8. تفيد من أجل الدماغ : فقد لاحظ العلماء أن إعطاء مضادات الأكسدة قد ترافق مع تحسّن في الذاكرة والإدراك وباقي وظائف الدماغ وخفّف من نسبة حدوث داء ألزهايمر .

9. تفيد في حماية الرئتين : فقد لوحظ أن الدعم بمضادات الأكسدة ترافق مع تراجع في الالتهاب الرئوي والربو ، و انخفضت حاجة المرضى للستيروئيدات ، وتحسنت نسبة الأوكسجين في الأنسجة .

الجذور الحرة FREE RADICALS وعلاقتها مع مضادات الأكسدة ANTIOXIDANTS

الجزء التاسع - د . نضال ترماني

بسم الله الرحمن الرحيم

تختلف أنواع الشخصيات لدى البشر وفقاً لعدد من الأمور مثل طريقة التربية ومكان النشأة والمحيط ، لذلك يخطئ بعض الأشخاص عندما يحكمون على غيرهم من خلال مظهرهم الخارجي أو نمط حياتهم فقط ؛ فهذا المؤشر غير كاف لتقييم الأشخاص ، بل يجب الرجوع إلى دراسات تحليلية توضح طبيعة شخصياتهم ، و ملاحظة عوامل أخرى وراثية متعلقة بالجينات ، إلا أنه في كل الأحوال يوجد لكل نوع من أنواع الشخصيات صفات معينة وطرق محددة للتعامل معها .

1- شخصية القائد أو الشخصية النرجسية :

و هي التي تدفع الشخص دائماً إلى أن يرغب في تصدر المشهد ، وأن يكون مسيطراً بشكل كامل على حياته وعلى البيئة المحيطة به دون الانتباه كثيراً إلى التفاصيل تاركاً إياها للآخرين .

يتميز صاحب الشخصية القيادية بالمبادرة والطموح والقدرة على إدارة وقيادة الآخرين والاستقلالية التامة ، و هو يعاني من بعض نقاط الضعف كونه لا يهتم كثيراً بمشاعر الآخرين فهو مسيطر بصورة مزعجة أحياناً ، إضافة إلى أنه غالباً ما يكون مدمناً للعمل بدرجة تؤثر على حياته الشخصية .

شخصية القائد تفضل النجاح والمال والاستقلالية عن أي شيء آخر ، لذا يمكن التعامل معها ببساطة في العمل خاصة أن صاحب هذه الشخصية يركز على الأهداف الواقعية ساعياً إلى تحقيق النتائج سريعاً دون كسل أو تراخي متجنباً الحكم على الأمور أو القيام بردود فعل بناء على المشاعر الخاصة .

يتبع إن شاء الله تعالى .. .

سلسلة تشكيلة شخصيات (1)

أ. عبد الهادي دنون



المنصة الثقافية - هاهو

https://t.me/haho_sd

زخر تطبيق التليغرام عبر قناة (المنصة الثقافية - هاهو) بالعديد من المنشورات التي سبرت أساسيات مهمة ومفاهيم معرفية عريقة من رسالة الحضارة والثقافة الروحية التي يقدمها المفكر الدمشقي د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى .

توالت المنشورات لعدة أيام بمادة دسمة المحتوى أصيلة المعرفة و التي تُعدّ بدورها ودراستها مجتمعاً أنيقاً يدوم حضوره وذكره بين الحضارات . تابع الرسالة من [هنا](#) .



Screenshot



noor_al.aalam

https://www.instagram.com/noor_al.aalam/

نشر حساب الطريقة الشاذلية الهانبيالية المجددية مقطعاً مرئياً أجاب فيه سماحة المفكر الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى عن خصوصية وسع الروح ، وأوضح أن لكل روح إمكاناتها من ناحية الاتساع، وقدم مثلاً على ذلك بأن روح الشجرة تختلف بوسعها عن روح مجرة ما و عن روح الشمس .

كما قدم سماحته عدة منشورات من كتاب (فلك الولاية - لا خوف عليهم ولا هم يحزنون) موضحاً مكانة أولياء الله تعالى وحفظهم وحصانتهم من الله عز وجل.

و كان لعلم (رؤية القول بالبصر) خصوصية في المنشورات التي ازدانت بأدلة كثيرة من حياتنا على أن الله تعالى يحب العبد الذي يقول ويفعل ولا يخالف قوله فعله.

و تبقى لمنشورات (تفسير بنور الله) الخاص بتفسير بسملة أم الكتاب / الفاتحة نورانية جمالية أخاذة حيث تضمنت المنشورات الأخيرة حقيقة أن في البسملة الحرية العميقة في التوحيد و هي مفتاح الرضا الإلهي عن العبد المسلم.

بالإضافة إلى العديد من العلوم والأقوال و الحكم النورانية التي أكرمنا بها سماحة المفكر الدمشقي الشيخ الدكتور هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى ورعاه . اللهم زده حباً وقرباً وإشراقاً و ألقاً بين أهل الأرض وأهل السماء آمين.

Screenshot



نكرى يوم الأولياء 1443

https://t.me/FG_Group_Academy_Turkey

في 11 / محرم سار موكب تكريم أولياء الله تعالى في احتفال إلكتروني قاده ثلثة من المحبين على المواقع المختلفة والقنوات والصفحات التابعة لأكاديمية FG العلمية العالمية مبتهجين بأحباب الحق تعالى أوليائه على الأرض عبر احتفال افتتحه سماحة المفكر الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى ليتبعه العديد من العلماء والشيوخ والمحبين بأسيات متنوعة زاخرة بالحب و فوح الاقتداء .

وكان مما قُدم في ذاك الاحتفال المبهج :

- محاضرة بعنوان : الحُجُب المانعة من شهود أولياء الله تعالى – قَدَمَتها د. رنا حمد. [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)
- محاضرة بعنوان : الأولياء عماد هذه الأمة وخصيصة من خصائصها – قَدَمَها الشيخ د. أوس العبيدي . [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)
- محاضرة بعنوان : حياة مولانا جلال الدين الرومي – قَدَمَتها : د. سناء شحادة . [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)
- محاضرة بعنوان : كرامات الأولياء – قَدَمَها : أ. محمد ياسر الشامي. [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)
- محاضرة بعنوان : حُبُّهم – قَدَمَتها : إبريز العاشقين في بلاد الشام د. سارة الجعبري. [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)
- محاضرة بعنوان : السيد أحمد البدوي – قَدَمَها : أ. أحمد حسني . [\(تابع المحاضرة من هنا \)](#)

Screenshot



دورة في خصائص الأنوار العلاجية لرقائق الأسماء الحسنى
[https://t.me/American FGGroup Academy](https://t.me/American_FGGroup_Academy)

بدأت فعاليات دورة (خصائص الأنوار العلاجية لرقائق الأسماء الحسنى) و التي تدخل ضمن كوكبة علوم العلاج بطاقات رقائق النور التي أسسها و يقدمها شخصياً سماحة المفكر الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى في أكاديمية مجموعة (FG) العلمية العالمية .

يسر هيئة FG العلمية العالمية لتنمية القدرات
أن تقدم
دورة خاصة في :
**خصائص الأنوار العلاجية
لرقائق الأسماء الحسنى**
يقدمها مؤسس العلم
د. هانيبال يوسف حرب
الريقة النورانية العلاجية والإسم الإلهي الممد لها - تطبيقات
بادر إلى التسجيل على التليغرام على هذا المعرف :
@Noralaalm246
تبدأ الدورة يوم الأربعاء \ 25 \ 8 \ 2021 إن شاء الله تعالى

#Screenshots



مشروع أجيال العائلة - FG

<https://t.me/FamilyGenerations>



تحت رعاية وزارة الشباب والرياضة وضمن فعاليات مركز شباب الربيع / أم درمان قَدَمَ سماحة المفكرَ الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى عبر قناة (مشروع أجيال العائلة - FG) محاضرة ثقافية بعنوان (وعي الثقافة الشبابية الفرعية) و ذلك يوم السبت الموافق 2021 / 8 / 28 ، وقد كان لهذه المحاضرة المهمة أثراً قيماً فاعلاً في ذوات الحضور .
تابع المحاضرة من [هنا](#) .

المجلس الأعلى للشباب والرياضة / ولاية الخرطوم
مشروع FG - Family Generation
يقدم محاضرة بعنوان :
وعي الثقافة الشبابية الفرعية
(الإتمودج السوداني العريق)
يقدمها
د. هانيبال يوسف حرب
- مركز شباب الربيع
20:00 الساعة | السبت 28 | 2021/08/28
بتوقيت السودان
على الرابط : https://t.me/FG_FamilyGenerations
H.H Creative Arts

Screenshot

فيتامين الشمس

م . دانيا هرشو

الوظائف أهمها :

- يلعب دوراً مهماً في تنظيم مستوى الكالسيوم ؛ فالأطفال الذين لا يحصلون على كفايتهم منه قد تصيبهم بعض التشوهات فيصبح لديهم تقوس في عظام الساقين ويصابون بمرض الكساح، أما الكبار في السن فيصبحون أكثر عرضة لمشكلة هشاشة العظام ويرتفع لديهم نسبة خطر الإصابة بالكسور .

- تعزيز صحة الجهاز المناعي : حيث أن الأشخاص الذين تم إعطائهم جرعات كافية من فيتامين (د) كانوا أقل عرضة للإصابة بالإنفلونزا ، و تبين أن نقصه قد يتسبب بحدوث بعض أمراض المناعة الذاتية .

بسم الله الرحمن الرحيم
فيتامين الشمس :

هو فيتامين (دال) و مصدره الرئيسي (الشمس) لذلك يُعرف باسم فيتامين الشمس ، و في هذا المقال سوف نقدم لكم أهم المعلومات الهامة عنه .

فيتامين (د) هو الفيتامين الضروري لنمو العظام و تثبيت امتصاص الكالسيوم في الجسم و له العديد من

- تم ربط مستوى فيتامين (د) مع القدرة الجنسية ومستويات التستوستيرون والخصوبة و ضعف جودة وحركة الحيوانات المنوية ؛ فكلما زاد مستوى فيتامين (د) زاد مستوى هرمون التستوستيرون.
- لفيتامين (د) دور مهم في تنظيم نمو الخلايا و التقليل من تقدم السرطان عن طريق إبطاء تطور الأوعية الدموية الجديدة في الأنسجة السرطانية مما يزيد من موت الخلايا السرطانية ويقلل من انتشارها .

أعراض نقص فيتامين (د):

- ألم و لين في العظام • ضعف و ألم العضلات • تساقط الشعر
- التعب والإرهاق • تكرار كسور العظم • ألم المفاصل
- تطور أمراض القلب وارتفاع الضغط • ضعف التئام الجروح

و إذا استمر نقص فيتامين (د) لفترات طويلة من الزمن فقد ينتج عنه :

- البدانة • الزهايمر
- السكري • الاكتئاب الحاد
- ارتفاع ضغط الدم • الإصابة ببعض اضطرابات المناعة الذاتية
- متلازمة التعب المزمن • قد يساهم في تطوير بعض أنواع السرطانات وخاصة (الثدي - القولون - البروستات)
- هشاشة العظام • الضعف الجنسي
- الأمراض العصبية

مصادر فيتامين (د):

- التعرض للشمس بشكل كافٍ يومياً لمدة بين 10 إلى 15 دقيقة .
- سمك السلمون ، التونة ، السردين و الرنجة .
- لحم البقر .

- المحار .
- منتجات الصويا .
- البيض .
- الحليب و اللبن و مشتقاتهم .
- الفطر .
- حبوب الإفطار .
- الكافيار .
- عصير البرتقال .
- زيت كبد السمك .

و إذا أردنا تناول حبوب فيتامين (د) لنعوض النقص يجب علينا مراعاة معايير دولية حتى لا تصيبنا زيادة الجرعات بمشاكل صحية ، و المعدل الطبيعي لفيتامين دال و الأمثل هو: بين الـ 25-80 ، و في حال كان المعدل أقل من 10 فنحن أمام حالة نقص ، أما إذا كان بين 10-25 فهو بمعدل كافٍ .

و لابد من ذكر أن زيادة نسبة فيتامين (د) في الدم لها أضرار ومضاعفات على الصحة كزيادة نسبة الكالسيوم في الدم وقد تسبب أيضاً الغثيان والإقياء و ألم في المعدة و مشاكل في الكلى و صداع و إمساك .

و دمتم بصحة و سلامة

صياح الديكة



الشيخ الدكتور المقرئ
عبد الله كشكوش المقدسي

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين. أهلاً بكم أحببتنا قراء مجلتنا (هاهو).

نكمل اليوم مع سلسلة تفسير أحاديث قدروية منتقاة من أحاديث المصطفى صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم.

نتفكر اليوم في حديث رسول الله صلى الله عليه وآله وصحبه وسلم التالي: عن أبي هريرة رضي الله عنه قال:

قال رسول الله صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم: إذا سمعتم صياح الديكة فاسألوا الله من فضله؛ فإنها رأت ملكاً، وإذا سمعتم نهيق الحمار فتعوذوا بالله من الشيطان؛ فإنه رأى شيطاناً.

متفق عليه.

خلق سبحانه وتعالى الخلق ، وأودع في كل مخلوق من المخلوقات سرّاً من أسرارهِ وأعطاها ما لم يعط غيرها ليبين للناس الآيات في السموات والأرض فيؤمنوا بأن الله هو الخالق العليم وهو القادر على كل شيء ، لا يُعجزه شيء في الأرض ولا في السماء.

وسخر سبحانه وتعالى بعض مخلوقاته للتذكير بعظمته سبحانه وبيان عظيم شأنه كما جاء في هذا الحديث الشريف المُعجز حيث يوضح لنا صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم كيف أن الله سبحانه وتعالى جعل في الديكة خاصية رؤية الملائكة فتصدر صوتاً (صياح الديكة) لتنبه الناس أن هناك ملائكة في المكان وهو مؤشر على نزول وقرب الرحمة فاسألوا الله من فضله ، وفضل الله واسع ورحمته واسعة .. فنسأل الله تعالى ونحن نرجوا منه الإجابة ..

وفي الشق الثاني من الحديث الشريف : ذكر لنا صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم كيف أن الله سبحانه وتعالى جعل في الحمير خاصية رؤية الشياطين فتصدر الصوت الخاص بها والمسمى (النهيق) فتكون كجرس إنذار للإنسان لينتبه بأن الشياطين حضرت وحضورها مؤذن بحضور الشر والتلبس والآفات والوساوس والخواطر السيئة، وحضور المنكر والإغراء به ونحو ذلك - نسأل الله تعالى لنا ولكم السلامة - فيحذر الإنسان منها ويستعيز بالله تعالى من شرورها ويسأل الله تعالى أن يجنبه خطرهما ..

اللهم اجعلنا من أولي الألباب الذين يستمعون القول فيتبعون أحسنه .. اللهم آمين.

نلتاقم في عدد قادم إن شاء الله تعالى ..

دمتم طيبين ..

إنَّ للشخصيات المسماة (ملك) عدة صفات تكشفها لنا حروف اسمهم ، فمن خلال علوم الحروف الكشفية ومكوناتها نذكر لكم بعضاً من هذه الصفات :

- شخصية متعاونة ولها ظهور خاص في الجماعات ؛ فوجودها بين المجموعات يزيد من قدرة إنتاجها و إبداعها وتميزها .
- تحب الإصلاح بين الناس .
- أحاسيسها مرهفه ، وينخدش إحساسها بسرعة ؛ وهذه الصفة من حدة الشعور لديها.
- تتعشق الأشياء وتتعلق بها ؛ وهذه الصفة ممكن أن تؤثر سلباً على حياتها .
- تحب عالم الأسرار والغموض ؛ و هذا العالم يجذبها ويجعلها دائمة البحث فيه لتتعلم و تكتشف.
- لديها سلطان روحي ، و تدع إذا تعلمت العلوم الروحية .
- إنسانة ديناميكية دائمة التنقل .
- متجددة و لديها دائماً أشياء جديدة تشغل أفكارها وأبعادها ، و تقتلها البيروقراطية والروتين .
- يقظة لما يحيط بها من أمور .
- تحب عالم المتعة والترفيه .
- تعيش مَحناً في حياتها وهي متأقلمة مع المَحَن التي تحدث معها .
- إنسانة متواضعة وبسيطة.
- وسطية بالتعامل مع الآخرين ، فهي ليست صاحبة الشخصية الشديدة ولا المتهاونة المتراخية .

ملك

تحليل اسم

إعداد: د. سناء صبري

حب الله تعالى

تقديم: العارف بالله تعالى
الشيخ عاطف الحيارى

أمسية قُدِّمَتْ على مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال
العائلة الـ FG-Group Academy –Turkey

بسم الله الرحمن الرحيم

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (2) الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ (3) مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ (4) إِيَّاكَ
نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (5) اهْدِنَا الصِّرَاطَ
الْمُسْتَقِيمَ (6) صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ
عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا
الضَّالِّينَ (7)

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين

والصلاة والسلام على سيدنا محمد
وعلى آله وصحبه أجمعين

اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً

إنك تجعل الحزن إذا شئت سهلاً سهلاً

لا تكلنا لأنفسنا طرفة عين ولا أقل من
ذلك

رحمتك نرجو إن ربك هو الفتح العليم

سبحان ربي العلي الأعلى الوهاب
وبعد :

"حب الله" هو أعظم حب في الوجود،
ليس قبله حب أو بعده ، به تُعالج
أمراض القلوب وتنتهي نزعات النفس
، وبه أيضاً يُنقذ المجتمع مما يعجُّ فيه
من ويلات مهلكة للنفس والإيمان.

حب الله تعالى سلعة نادرة يستأثر بها
أصحاب القلوب المؤمنة النقية من
المسلمين ، فالمسلم إذا ما تحرّى حب
الله تعالى ومرضاته في كل قول أو فعل
أو عمل يقوم به في دنياه فاز وأجزل
الله تبارك وتعالى له العطاء والبركة في
العمر، والسعة في الرزق ، والسعادة
في الدنيا والآخرة .

لكن كثيراً ما يجهل الناس مفهوم "حب
الله" ، فما معنى حب الله الكريم؟ وكيف
نحب الله تعالى ونكشف عن علامات
حب الله تعالى لعبده الذي أحبه وأخلص
له؟

حب الله تعالى :

إن من لوازم الإيمان حُبَّ الله عزَّ وجلَّ
ورسوله أولاً ثم حُبَّ عباده المؤمنين ،
فإن حُبَّ البشر في الله تعالى يُعتبر من
أوثق الإيمان ، ومن المعلوم أن حب
رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ
تابع لحبِّ الله عز وجل ومصاحب له ،
فيجب علينا أن نقدم محبة الله تعالى
ورسوله عن محبة أنفسنا وعن كل
شيء فلا يوجد حب يعطو على حب الله
عزَّ وجلَّ ؛ فقد قال تعالى في الآية 24
من سورة التوبة: ﴿ قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ
وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ

وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ }.

كيفية حب الله تعالى :

إِنَّ حَبَّ الْعَبْدِ لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ فَرْضٌ عَلَى الْمُؤْمِنِ ؛ فمحبته طاعة له ، وكرهه معصية له والعياذ بالله ، وكذلك حال محبته لرسول صلى الله عليه و آله و سلم ، وحبُّ الله ينبع من القلب باتباع كل ما أمرنا به والبعد عن كل ما نهانا عنه ، فعندما يتلقى المؤمن الإسلام ودين الله بالرضى والمحبة وحب الأنبياء يكون الإيمان قد تم وحبُّه لله تعالى يزداد يوماً بعد يوم، فلا بد على العبد المسلم أن تزداد محبة الله في قلبه وتتعدى كل حبِّ بأن يحب ما يحبه الله عزَّ وجلَّ ويبعد عن ما يبغضه ، وأن يتبع سنة الرسول صلى الله عليه و آله و سلم ، و بهذا يكون قد حصل الإنسان على حب الله الحقيقي والذي يكتمل الإيمان به كما أخبرنا الرسول صلى الله عليه و آله و سلم.

سؤال :

ما هو أقصر طريق للوصول إلى حب الله تعالى لنا ؟؟؟

الجواب :

أقصر طريق هو أن تحبه لذاته ، فهناك من يحبه طمعاً بجنته ، وهناك من يحبه خوفاً من ناره وهناك مَنْ يحبه لعطائه. أما مَنْ يحبه لذاته لأنه يستحق أن يُعبد فهذا هو طريق الحب الصحيح.

إِنَّ مَنْ يُطِيعُ اللَّهَ تَعَالَى يَكْرَمُهُ وَيُحِبُّهُ ، وَإِذَا أَكْرَمَ اللَّهُ تَعَالَى عَبْدًا وَأَحَبَّهُ أَدْخَلَهُ جَنَّتَهُ وَاسْكَنَهُ جَوَارِهِ .

التفكر والتأمل في ملكوت الله سبحانه وتعالى وما خلق من إنس و جن و سماوات وأرض ونجوم وفضاء هائل تسبح فيه الكواكب والأجرام السماوية ، وكذلك التفكير في عظمة القرآن الكريم الذي يدل على عظمة الخالق .. كل هذا يدل على حب الله عزَّ وجلَّ ، كلما تعرَّفَ العبد على مزيد من عظمة ونِعَم الخالق علينا كلما زاد مقدار حبه في القلب وبالتالي يظهر هذا الحب على أعماله الصالحات.

ومن الأسباب التي تؤدي إلى الشعور بحب الله تعالى التعامل مع الله تعالى بصدق وإخلاص النية فهذا يؤدي إلى محبة الله لنا .

ومن أهم الطرق التي تؤدي إلى حب الله سبحانه وتعالى هو كثرة الذكر له في السر والعلانية ؛ فبذكر الله تطمئن القلوب وتخشع النفوس وترضى الله عزَّ وجلَّ ، و كذلك فإن الإكثار من

قراءة القرآن الكريم والتفكير في معاني الآيات وخاصة الآيات التي تدل على عظمة الله سبحانه وتعالى يؤدي إلى التقرب من الله وزيادة محبته لنا.

و يأتي حب الله تعالى بتحقيق أفعال مثل البعد عن المنكر والعمل بمنهج القرآن الكريم والسنة النبوية ، وعندما ينكسر قلبك فتلجأ إلى الله تعالى فهذه محبة لله تعالى، و بالتالي وجب الالتزام بكل ما أمرنا الله به وطاعته فهذا هو سبيل ثمار الحب.

وصفُ الله تعالى للمحبين له :

الذلة على المؤمن: هذه من الصفات التي وصف بها الله عزَّ وجلَّ المحبين له ، وتعني الرأفة واللين على المؤمنين.

العزة على الكافر: وتعني المعاملة بالغلظة والجفاء، وأن لا يبجلوهم ولا تأخذهم بهم الرأفة.

لا يخافون الله لومة لائمة : وتعني أنهم يجتهدون دائماً في طاعة الله ، ولا يهتمون بمن يلومهم ، فما يفعلونه برضا لأنهم سينالون محبة الله تعالى بأفعالهم التي ترضيه.

اتباع الرسول صلى الله عليه و آله و سلم : وهي الصفة الأخيرة ، وتعني اتباع المؤمن لكل أوامر الله تعالى وأوامر حبيبه محمد صلى الله عليه و آله و سلم ، فلا يصل أي إنسان إلى حب الله تعالى ومحبته إلا عن طريق نبيه عليه أفضل الصلاة والسلام.

مكانة حبِّ الله تعالى للعبد :

حبِّ الله تعالى من أعظم النِعَم التي ينالها العبد ويُشرف بها ، فبذلك ينال خيرَي الدنيا والآخرة ، وبه يُوفَّق إلى مزيدٍ من العمل ، ويُعصَم عن كثيرٍ من الزَّلَل ، فمحبَّة الله تعالى هي الغاية التي يتنافس لأجلها الصالحون والمُحسنون لينالوا القرب من ربِّهم ، والفوز بمرضاته ، ويتحقَّق ذلك بالعلم التام بالله سبحانه ، كما قال ابن رجب -رحمه الله-: "فالعلمُ النافعُ ما عرَّفَ

العبد برّيه ودلّه عليه حتى عَرَفَ
ووَحَّدَهُ وَأَنَسَ بِهِ وَاسْتَحَى مِنْ قُرْبِهِ
وَعَبَدَهُ كَأَنَّهُ يَرَاهُ.

**ما هي العلامات التي تدل على حب الله
للعبد؟؟**

مَنْ أَحَبَّه اللهُ تَعَالَى يَسَّرَ لَهُ وَلِيًّا مَرشِدًا
وَرِيثًا مَحْمُودِيًّا يَأْخُذُ بِيَدِهِ إِلَى رَبِّهِ .

ويسر له سلوك طريق العلم الشرعي،
والتفقه في دين الله تعالى.

و كذلك يسر له الاتصاف بالصفات
التي وصف الله تعالى بها مَنْ يَحِبُّهُمْ
فِي قَوْلِهِ عَزَّ وَجَلَّ: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ
آمَنُوا مَنْ يَرْتَدَّ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ
يَأْتِي اللهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٌ
عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٌ عَلَى الْكَافِرِينَ
يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللهِ وَلَا يَخَافُونَ
لَوْمَةَ لَائِمٍ).

ومن تلك الصفات: الرّحمة بالمؤمنين،
والتواضع لهم، واللين في التعامل
معهم ، و الاجتهاد في التقرب من الله
سُبْحَانَهُ بِالنَّوْافِلِ؛ كما أخرج الإمام
البخاري في الحديث القُدسي، أَنَّ النَّبِيَّ

صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قَالَ فِيمَا
يُرْوَاهُ عَنْ رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ: (إِنَّ اللهُ
قَالَ: مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ
بِالْحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ
أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا يَزَالُ
عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوْافِلِ حَتَّى
أُحِبَّهُ...).

و من تلك العلامات : نيل حبّ النَّاسِ،
والقبول في الأرض ؛ كما جاء في
حديث أبي هريرة رضي الله عنه عن
النبيّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ:
(إِذَا أَحَبَّ اللهُ الْعَبْدَ نَادَى جِبْرِيلُ: إِنَّ اللهُ
يُحِبُّكَ فَلَانَا فَاحْبِبْنَا،
فِيحِبُّهُ جِبْرِيلُ، فَيُنَادِي جِبْرِيلُ فِي أَهْلِ
السَّمَاءِ: إِنَّ اللهُ يُحِبُّكَ فَلَانَا فَاحْبِبُوهُ،
فِيحِبُّهُ أَهْلُ السَّمَاءِ، ثُمَّ يُوضَعُ لَهُ
الْقَبُولُ فِي الْأَرْضِ).

**ما هي العلامات التي تدل على صدق
حب العبد لله تعالى؟؟**

علامات حبّ العبد لله تعالى :

تدلّ على محبة العبد لله سُبْحَانَهُ العديد
من الأمور التي تدلّ على صدق حبه،
ومن أهمّ تلك العلامات :

- أن يحب بالله تعالى .

- وأن يبغض بالله تعالى .

- وأن يوالي بالله تعالى .

- وأن يعادي بالله تعالى .

-وتقديم ما يحبه الله ويريده على كل
شيءٍ وإن خالف ذلك ما تحبه النفس
ويحقق الهوى والرغبة .

- وبغض ما يبغضه الله تعالى ولو
وافق ذلك ما تهواه النفس.

أخرج الإمام البخاري في صحيحه،
عن أنس بن مالك - رضي الله عنه -
أَنَّ النَّبِيَّ - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ -
قَالَ: (ثَلَاثٌ مَنْ كُنَّ فِيهِ وَجَدَ حَلَاوَةَ
الْإِيمَانِ: مَنْ كَانَ اللهُ وَرَسُولُهُ أَحَبَّ
إِلَيْهِ مِمَّا سِوَاهُمَا، وَمَنْ أَحَبَّ عَبْدًا لَا
يُحِبُّهُ إِلَّا اللهُ عَزَّ وَجَلَّ، وَمَنْ يَكْرَهُ أَنْ
يَعُودَ فِي الْكُفْرِ، بَعْدَ إِذْ أَنْقَذَهُ اللهُ مِنْهُ
كَما يَكْرَهُ أَنْ يُلْقَى فِي النَّارِ)

- موالاته ومحبة مَنْ يوالي الله تعالى
ورسوله، ويتبع أوامرهما .

- معاداة وبغض مَنْ يُعادي الله تعالى
ويُعادي دينه.

قال تعالى: (لَا تَجِدُ قَوْمًا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ
وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ

اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ
أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ
أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْإِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ
بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ
تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللهُ
عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللهِ
أَلَا إِنَّ حِزْبَ اللهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ)
المجادلة/ 22 .

أسباب معينة على محبة الله تعالى :

ينال العبد محبة الله سبحانه و تعالى
بالعديد من الطرق والأسباب، فيما
يأتي بيان البعض منها :

الالتزام بأداء الفرائض دون تقصير ؛
فذلك من أهمّ الأسباب، وهو الأساس
في نيل محبة الله تعالى والسبب
الأعظم فيما يتقرب به إلى الله سبحانه
كما ثبت في الحديث القُدسي: (وما
تقرب إليّ عبدي بشيءٍ أحبّ إليّ ممّا
افترضت عليه).

-قراءة القرآن ، وتدبر آياته؛ فهو من
أهمّ الأسباب التي تبين وتوضح للعبد
طريق نيل رضا الله، ومُرادِه.

- الإكثار من ذكر الله تعالى في كل
وقت وفي كل مكان؛ فذكر الله من
أسباب طرد الشيطان والنفاق، وتلك
وصية النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَ

-سَلَّمَ كما ثبت في حديث عبدالله بن بسر رضي الله عنه: (أَنَّ رَجُلًا قَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ شَرَائِعَ الْإِسْلَامِ قَدْ كَثُرَتْ عَلَيَّ فَأَخْبِرْنِي بِشَيْءٍ أَتَشَبَّثُ بِهِ قَالَ: لَا يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ).

سؤال : مَنْ يَذَكِّرُنَا بِصِفِهِ أَوْ صِفَتَيْنِ مِنْ صِفَاتِ مَنْ يُحِبُّهُمُ اللَّهُ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى مِنْ كِتَابِهِ الْكَرِيمِ ؟

صفات الذين يحبهم الله تعالى :

يَتَّصِفُ الْعِبَادُ الَّذِينَ يُحِبُّهُمْ اللَّهُ تَعَالَى بِالْعَدِيدِ مِنَ الصِّفَاتِ الَّتِي تَمَيِّزُهُمْ عَنْ غَيْرِهِمْ مِنَ الْعِبَادِ ؛ وَمِنْ تِلْكَ الصِّفَاتِ :

الإكثار من التوبة والإنابة إلى الله سبحانه من أي ذنب أو زلل ؛ قال تعالى: (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ) البقرة / 222 ، وتكون التوبة الحق بإخلاص لله سبحانه والإقلاع عن الذنوب فور ارتكابها، والعزم على عدم العودة إليها، ولا بد أن تكون التوبة في الوقت الذي تُقْبَلُ فِيهِ ؛ فلا

تصح عند طلوع الشمس من مغربها، أو عند حضور الأجل، كما لا بد من أداء الحقوق لأصحابها إن كانت الذنوب متعلقة بحقوق العباد.

- اتَّبَاعِ سُنَّةِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ؛ قَالَ تَعَالَى: (قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ) آل عمران / 31 .

- الْعَدْلُ وَالْقِسْطُ فِي كُلِّ الْأُمُورِ وَالْمَوَاقِفِ ؛ سِوَاءً مَعَ النَّفْسِ أَوْ مَعَ الْغَيْرِ ؛ قَالَ تَعَالَى: (إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ) المائدة / 42 .

-الإنفاق في سبيل الله سبحانه طَمَعاً فِي نَيْلِ الْأَجْرِ وَالثَّوَابِ مِنْهُ ؛ قَالَ تَعَالَى: (وَأَنْفَقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) البقرة / 195

- حُبِّ لِقَاءِ اللَّهِ تَعَالَى وَالشَّوْقِ لَهُ، وَذَلِكَ حِينَ تُبَشِّرُ الْمَلَائِكَةُ الْمُؤْمِنَ حِينَ احْتِضَارِهِ بِمَا أَعَدَّ اللَّهُ سُبْحَانَهُ لَهُ، وَ قَدْ أَخْرَجَ الْإِمَامُ الْبُخَارِيُّ فِي صَحِيحِهِ عَنْ عِبَادَةَ بْنِ الصَّامِتِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ، وَمَنْ كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ كَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ).

وَقَالَتْ عَائِشَةُ أَوْ بَعْضُ أَرْوَاجِهِ: إِنَّا لَنُكْرَهُ الْمَوْتَ، قَالَ: لَيْسَ ذَاكَ، وَلَكِنَّ الْمُؤْمِنَ إِذَا حَضَرَهُ الْمَوْتُ بُشِّرَ

بِرِضْوَانِ اللَّهِ وَكَرَامَتِهِ، فَلَيْسَ شَيْءٌ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ، فَأَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ وَأَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ، وَإِنَّ الْكَافِرَ إِذَا حُضِرَ بُشِّرَ بِعَذَابِ اللَّهِ وَعُقُوبَتِهِ، فَلَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَهَ إِلَيْهِ مِمَّا أَمَامَهُ، كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ وَكَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ.

-سُلُوكِ جَادَّةٍ وَطَرِيقِ طَلَبِ الْعِلْمِ الشَّرْعِيِّ ؛ فَقَدْ ثَبِتَ فِي حَدِيثِ مَعَاوِيَةَ بْنِ أَبِي سَفْيَانَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: (مَنْ يُرِدِ اللَّهُ بِهِ خَيْرًا يُفَقِّهْهُ فِي الدِّينِ).

-الْحُبُّ فِي اللَّهِ تَعَالَى ؛ فَيَحِبُّ الْعِبَادَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا لِلَّهِ تَعَالَى وَ لَيْسَ لِتَحْقِيقِ غَايَةٍ وَهَدَفٍ مُتَعَلِّقٍ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا ؛ فَقَدْ قَالَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ: (إِنَّ اللَّهَ يَقُولُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ: أَيُّنَ الْمُتَحَابِّينَ بَجَلَالِي، الْيَوْمَ أَظْلَهُمْ فِي ظِلِّي يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلَّا ظِلِّي).

- الْحِرْصُ عَلَى الطَّهَارَةِ سِوَاءً فِي الْبَدَنِ، أَوْ الثَّوْبِ أَوْ فِي بَيْوتِ اللَّهِ تَعَالَى ؛ فَقَدْ قَالَ تَعَالَى: (فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَّهَرَّوْا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ) التوبة / 108.

-التقوى : وَتَحَقُّقِ التَّقْوَى بِالتَّزَامِ وَأَمْرِ اللَّهِ سُبْحَانَ وَاجْتِنَابِ نَوَاهِيهِ.

-الصَّبْرُ : فَهُوَ مِنَ الصِّفَاتِ الَّتِي حَثَّ اللَّهُ سُبْحَانَهُ عَلَى التَّزَامِهَا ؛ فَقَالَ: (وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ) آل عمران / 146.

- التَّوَكُّلُ عَلَى اللَّهِ سُبْحَانَهُ، وَالاعتماد عليه في الأمور كُلِّهَا ؛ قَالَ تَعَالَى: (فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ) آل عمران / 159.

سؤال : ماهي ثمرات الحب التي يحصل عليها العبد المحب المحبوب؟؟

من ثمرات محبة العبد لربه : التسليم والرضا بقضاء الله وقدره؛ فمن أحب الله رضي بكل ما يقضيه عليه لعلمه بأن الله لا يقدر له إلا بما يعود عليه بالخير، وأنه خلقه مكرماً مفضلاً على جميع المخلوقات، وجعل الجنة منزله في الآخرة إن التزم بما أمره الله تعالى به ، إذ إن كل ما يعرض له من الابتلاءات إنما هي رسائل تنبيه وتذكير للعودة واللجوء إليه، ولمعرفة حقيقة الحياة الدنيا ونقصها ؛ قال تعالى: (وَأَخَذْنَا مِنْهُمُ الْعَهْدَ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ) الزخرف / 48، فالابتلاء في حقيقته أداة للتطهير و التهذيب من الذنوب والمعاصي ؛ فقد ثبت في

النبي عليه الصلاة والسلام فيما يرويه عن ربه عز وجل : (من عادى لي ولياً فقد آذنته بالحرب... فإذا أحببته: كنت سمعته الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها، وإن سألني لأعطينه، ولئن استعادني لأعيدنه).

نيل القرب من الله عز وجل وهو التحقق بالله تعالى ؛ فقد قال النبي عليه الصلاة والسلام: (المرء مع من أحب) ، فلا تحب أخي غير الله ورسوله الحبيب وأنبياءه وأخلاءه وأصفياءه حتى تكون معهم بمعية الحب .. حياة أولها حب وآخرها حب، حب على حب .

وفقنا الله وإياكم لما يحبه ويرضاه.

وبهذا تنتهي أمسيتنا لهذه الليلة آملين من الله عز وجل أن يرزقنا حبه وحب من يحبه وحب من يحب من يحبه...

على أمل أن نلتقاكم في محاضرة قادمة إن شاء الله تعالى.

و الحمد لله رب العالمين .

-حُسن الظن بالله سبحانه وعظم الرجاء به.

- الحياء من الله سبحانه؛ فمن أحب الله يستحي أن يراه ربه في موطن لا يرضاه، وإن ما زلت قدمه سارع في طلب العفو والرحمة ممن وسعت رحمته كل شيء.

- الرحمة بالخلق والشفقة عليهم وخاصة العصاة منهم ؛ إذ يحرص المحب لله سبحانه على هدايتهم ودعوتهم لسلوك الطريق القويم.

-الغيرة من انتهاك حُرُمات الله تعالى ؛ فالمحِب لله سبحانه لا يقبل انتهاك حدود الله وتجاوز أوامره.

- الاستغناء والاكتفاء بالله سبحانه عن كل ما سواه وخاصة حينما يتعرض العبد للابتلاءات في حياته الدنيا.

ويُذكر من ثمرات محبة الله تعالى للعبد:

التوفيق والسداد في شؤون الحياة ؛ فقد ثبت في الحديث القدسي إذ قال

صحيح البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه ؛ أن النبي عليه الصلاة والسلام قال: (ما يُصيب المسلم، من نصبٍ ولا وصبٍ، ولا همٍّ ولا حزنٍ ولا أذىٍ ولا غمٍّ، حتى الشوكة يُشاكها، إلا كفر الله بها من خطاياها).

- الشعور بلذة العبادة والمبادرة إليها ؛ فمن أحب الله تعالى أسرع في أداء ما يحقق رضاه، كما قال الله تعالى على لسان نبيه موسى عليه السلام: (وَعَجَلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى) طه / 84.

يقول الحسن البصري رحمه الله تعالى: "إن أحبباء الله هم الذين ورثوا الحياة الطيبة، وذاقوا نعيمها بما وصلوا إليه من مناجاة حبيبهم، وبما وجدوا من حلاوة في قلوبهم، لا سيما إذا خطر على بالهم ذكر مشافهته، وكشف ستور الحجب عنه في المقام الأمين والسرور، وأراهم جلاله، وأسمعهم لذة كلامه، ورد عليهم جواب ما ناجوه به أيام حياتهم".

- بذل الروح في سبيل الله تعالى ؛ فمن أحب الله تعالى بذل أعلى ما يملك في سبيل نيل مرضاته.

بسم الله الرحمن الرحيم

للذين يبحثون عن مكان يعبرون فيه عن آرائهم دون التعرض للملاحقة. ففي هذا العالم يوجد كل شيء و من غير أي قيد ؛ فكل شيء فيه مباح : لا دين ولا قانون له .

من بعض الأعمال التي يقومون بها : التجارة بكل شيء ؛ و (كل شيء) تشمل الكل ؛ كتجارة المخدرات والأسلحة و التجارة بالبشر و ابتزازهم و اختراق خصوصياتهم و السرقات بشتى أنواعها.. .

من القصص التي كُشِفَت من الـ (دارك ويب) و اعتُبرت خطيرة جداً لأنها توجّهت إلى الأطفال هي **Playpen**

حيث تمكّن موقع **playpen** للمواد الإباحية للأطفال من حشد **215000** مستخدم ، إلا أن هذا الموقع لم يستمر لأكثر من سبعة أشهر فقط حيث تمكّنت السلطات الفدرالية من الوصول إلى عنوان **IP** الخاص بزوار الموقع مما أدى إلى اعتقال ما يقرب من **900** مستخدم حول العالم.

في الأوان الأخيرة بتنا نسمع عن سرقات للبيانات الشخصية و اختراقات للهواتف و الحواسيب الشخصية من قِبَل قراصنة ، فمن أين أتوا هؤلاء القراصنة !!! ؟

الـ **Dark Web** هو جزء من **Deep Web** وهو مجموعة مخفية لمواقع الأنترنت ولا يمكن الوصول إليه بسهولة لأنه غير مرئي .

وله متصفح خاص اسمه "**TOR**" حيث يتم توجيه حركة كلمة المرور الخاصة بالمستخدم بشكل عشوائي عبر شبكة من الخوادم قبل أن تصل إلى وجهتها النهائية ؛ وذلك لحماية موقعه وهويته.

الـ **Dark Web** عالمٌ تكنولوجي مستقل بذاته لا يحده أي خوف بل هو الذي يُرعب البشر ، فهو بيئة مناسبة

DARK WEB

أ. نور هرشو

الأزياء على خط الزمن الخط الزمني الأوروبي

المصممة قمر الجعبري

الخط الزمني الأوروبي

القرن السابع عشر (1600-1700)

في بداية القرن الجديد لم تطرأ تغييرات كبيرة على أزياء السيدات عن القرن السادس عشر ما عدا تغيير شكل الكورساج من الشكل المثلثي إلى الشكل الأكثر دائرية .

ولكن بعد منتصف القرن السابع عشر تراجع استعمال الحشو ، وأخذ طول الكورساج بالقصر ، ووُجِدَت الأكوال (القباط) المربعة أو عدّة أكوال بعضها فوق بعض بحيث تنسدل على الأكتاف حتى منتصف الذراع تقريباً.

و في هذه الفترة الزمنية أصبح البلاط الملكي الفرنسي هو المرجع الأول لأزياء النساء والرجال على حد سواء ، ومن أهم التغييرات التي أحدثها البلاط الملكي على أزياء النساء هو الديكولتيه الواسع الذي كان يكشف عن الصدر والأكتاف ، وكان مربع الشكل ، ويحلى بالدانتيل أو التطريز ، وعاد الحزام إلى مكانه

الطبيعي عند الخط الفاصل بين الجزء العلوي والسفلي للأزياء أي عند خط الخصر بعد ما كان يتوضع سابقاً أسفل الصدر مباشرة.

أما الجزء العلوي (الكورساج) فكان يزين باستخدام أشرطة على شكل فيونكات لونها مخالف للون الكورساج.

و تغير شكل الأكمام فأصبح الكم يبدأ تحت الكتفين بكسرات وينتهي تحت الكوع أيضاً بكسرات ، وأحياناً يكون الكم واسعاً وطويلاً ومفتوحاً من الكتف إلى الكوع وتُقفل الفتحات بالأزرار أو اللؤلؤ أو المجوهرات.

أما الجونلة فكانت تُجمَع عند الوسط بكسرات ، وكان طولها يصل إلى الأرض ، ولها ذيل بسيط من الخلف ، وعادة ما تُحلى بالتطريز.

في الفترة الأخيرة من القرن السابع عشر طرأ تغيير بسيط على أزياء النساء حيثُ أصبح الجزء العلوي (الكورساج) يُصنع من قماش مخالف لقماش الفستان ويحلى بالفيونكات ، و أصبح خط الوسط مدبباً من الأمام قليلاً ، أما الأكمام فكانت ضيقة تصل إلى الكوع وتُحلى بكرانيش .

كانت المرأة ترتدي جونلتان ، و كل جونلة مخالفة للأخرى من حيث اللون والقماش ، فالجونلة السفلية مستقيمة الشكل وتُجمَع على شكل كشكشات عند الوسط ، أما العلوية كانت مفتوحة من الأمام ويرفع طرفها إلى الخلف فتظهر بذلك الجونلة السفلية المطرزة.

وكان الشعر يُسرح و تُوضَع فوقه قبعة صغيرة من الدانتيل ، ويزين من الأمام بقماش على شكل مروحة ، وأحياناً تُضاف على القبعة من الخلف قطعة من قماش الدانتيل تنسدل لتغطي الكتفين .



من أوبيات مدرسة حب النبي المجدوي الكمالي

حبُّ النبيِّ المُصطفى ..

يَفرشُ لكَّ البساطَ الأخضرَ نحوَ الخصوصيةِ .

إبريز العاشقين في بلاد الشام
الدكتورة المهندسة سارة الجعبري

من أوبيات مدرسة الحب الإلهي للمجددي الكمالي

(خواطرُ حُبِّ)

الْحُبُّ مَغْتَسَلٌ لِلْقَلْبِ، يَجْلُو كَلَّ الْغَيْرِ مِنْ دُونِهِ،
وَيَبْقَى مَتَفَرِّدًا بِهَوِيَّتِهِ عَلَى عَرْشِ فَوَادِ الْمَحْبُوبِ .

الأستاذة هناء صبري

إلى من يهمّه الأمر 20

أ. خلدون لبرزو

- هيا .. سنتأخر، أسرعوا .. لم يبقَ لبدء الحفل إلا ساعة واحدة !!

- حسناً يا أمي، ها قد انتهيت.

إنه يوم حفل تخريج صديقنا من الثانوية العامة ، وهو متحمس جداً لهذا اليوم.

وصل الجميع ودخل صديقنا لمكان البروفا وترك أمه و إخوته في القاعة، وما هي إلا لحظات و رُفِع الستار لبدء الاحتفال.

بدأت الكلمة الافتتاحية وكان صديقنا من ألقاها مما جعل والدته تشعر بالسرور لهذا ، ولكن في غمرة هذا السرور سمعت صوتاً من الخلف يقول : " إنه لا يعرف الحديث وصوته ليس جميلاً ، لا أعلم لماذا يلقي الكلمة الافتتاحية ؟ "

لم تُعرِ الأم أي اهتمام لكلام السيدة، وبقيت تراقب فعاليات الاحتفال بكل شغف ، وما زاد فرحها أن صديقنا نال عدة جوائز وشهادات تقدير في العديد من المجالات وذلك بسبب امتيازه

واجتهاده ، ولكن ما زاد من استغرابها هو أنه في كل مرة تمّ فيها ذكر اسمه سمعت تعليقا عليه أو كلاماً مثل : من هذا الشاب ؟ ، يبدو أنه من أولاد المدرّسين ، .. وما إلى ذلك من انتقادات جارحة .

بعد انتهاء الفعاليات بدأ الطلاب بالنزول عن المسرح والتوجه إلى الأهل لتحيتهم، ولكن ما زاد من حيرة الأم ما حصل في هذه المرحلة ، فمعظم الأهالي الذين أطلقوا الكلمات والتعليقات بحق ابنها قاموا بالسلام عليه ومديحة والثناء عليه !!.

بعد نهاية الاحتفال توجه صديقنا مع زملائه لتناول طعام العشاء في مطعم و من ثم عاد إلى المنزل ، عند عودته لاحظت والدته عليه بعض الضيق فجلست معه تسأله عما يجول في خاطره ؟

فردّ صديقنا: أثناء التجهيزات للاحتفال سمعت الكثير من الكلام المزعج من بعض زملائي كوني سألقي كلمة الافتتاح حيث كان تعقيبهم : لماذا أنا ؟ و ألم يجدوا غيري ؟

ليس هذا فقط ؛ بل إنهم عند تواجدهم في المطعم بدؤوا يسخرون مني ومن الجوائز التي نلتها .. بل حتى من شكلي وصوتي و ملابسي.

لماذا يا أمي ؟ هل فعلاً أني لا أستحق ما حصلت عليه؟

ابتسمت الأم محاولةً التخفيف عن ابنها قائلة : لا يا بني .. بل تستحق ، فأنت اجتهدت ونلت ما تستحق ، فلا تأبه لهذا الكلام ، فنحن نعيش في مجتمع لا يقدر النجاح ولا الناجحين ، فتأبر لتصل إلى مبتغاك.

كلمات الأم نزلت على قلب صديقنا مثل البلم الذي أراحه وخفف عنه، مع أنها كانت تفكر : إلى متى سيبقى المجتمع زارعاً للحقد والكراهية في قلوب أبنائه ؟ إن كان الأهل هكذا فكيف ألوم أبناءهم!

بدأ عقلها يطرح عليها الكثير من الأسئلة التي أرادت الوصول إلى إجاباتها.

و من الممكن أن نلخص هذه الأسئلة بجملة واحدة : (عليك بنفسك) .

فلو فهمها الإنسان وأصلح نفسه ستنتهي هذه الظاهرة من المجتمع.

فإلى من يهمه الأمر ... إلى لقاء جديد .

حُبُّهُمْ

تقديم: إبريز عاشقين في بلود الشام
و. سارة الجعبري

أمسية قُدِّمَت على مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال العائلة الـ FG-
Group Academy –Turkey
في ذكرى يوم الأولياء 11 / محرم

بسم الله الرحمن الرحيم .

اللهم صلِّ وسلِّم وبارك على سيدنا
محمد النور الهادي في دروب الولاية
وعلى آله وصحبه والأولياء الصالحين
المحبين ... آمين .

تحت رعاية وبركات وليّ من أولياء
الله تعالى المحب سماحة بشارة رسول
الله الشيخ د. هانيبال يوسف حرب ..
تتقدم البسمات الفخورة والحروف
الشكورة والابتهاجات المعمورة لنقيم
ليالينا هذه بالاحتفال بحضرته وبكل
مَن أحبهم الله تعالى ...

بمَن أحبناهم حباً لله تعالى ... فحبُّهم
بركة .. حيث المرء مع مَن أحبَّ ..

أهلاً بكم في أمسينا (حُبُّهم) ..
في يوم الأحباب ... أولياء الله تعالى ..

لا يسعني سوى الحب .. والتكلم عن
الحب ..

فهم أهل الحب ... مَن أحبوه تعالى ..
فكانوا أولياء له ...

فهو في الحقيقة حُبُّه لهم

الذي ارتقى بهم على سلّم المراتب
الوجودية فرَفَع مقامهم اصطفاً منه
تعالى ليكونوا من عامة إلى خاصة ...

فكانوا السادات ... لسرِّ الحبِّ الذي وَقَّرَ
في قلوبهم .

سنتكلم اليوم عن أوجُهٍ وسِماتٍ خاصة
نراها في حب الأولياء لربنا العظيم
تعالى ..

بماذا تميّزوا ؟

بماذا اختلف حبُّهم عن الحب الذي
يعرفه الناس ؟

كلنا نحب الله تعالى ... فلماذا حُبُّهم ؟

لِم المميّز في الحب الوجودي البشري
هو (حُبُّهم) ؟

لربّما أهم ما يميز هذا الحب الأخاذ :

- أنه حُبُّ الله تعالى وحده ..

فأن يتّجه القلب نحو خالقه عاشقاً له
... تلك بركة بحد ذاتها وخصوصية ..

فلَمَّا أَحَبَّ ... أَحَبَّهُ .

أحبُّوه هو ..

إنَّ قلوبَ العباد اليوم مشغولة فيما
يشغلها ...

مسلوبة بأحبابٍ كُثُر ...

فانظرْ إلى خصوصية قلب الولي ...

ففي الحب : لا حبيب إلا الله .. وحده لا شريك له في ذاك القلب.

فقلوبهم قلبٌ مخلصٌ بمشاعره وعشقه لله تعالى ...

يقول سماحة الحبيب العارف بالله تعالى الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى :

((بسم الله الرحمن الرحيم

الإخلاص لله تعالى حقيقة لا تترك في القلب أحداً غيره ؛ فقلب مخلص هو قلب بلا أغيار ؛ وذلك لا يكون إلا للمرتقين أصحاب السمو .)) .

فهكذا هو حبهم له تعالى .

- حُبُّهم لا يغيب ..

فإن الحياة التي نعيشها مليئة بالصور والحوادث والمشاهد... إنها مفعمة...

لكن في خضم كل ما حول الولي ... فإن قلبه عن حبيبه لا يغيب .. ولا عنه ينحجب ويشتغل ... بل في دوام العشق لله منشغل ..

- بل ... الأعجب ...

أن الأولياء الأكارم .. من شدة حبهم وفنائهم في حبيبهم ... رأوا كل صورة في حياتهم رسالة محبة .. أو مشهداً يرون حباً فيه .

يقول سماحة الحبيب العارف بالله تعالى الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى :

((الحياة مسرح التجليات ؛ والتجليات مشاهد حب يطرحها قلب العارف .))

فلا تمر الأحداث على اعتبار أنها مصادفة ، إنما هم في مضارعة للحب ..

يستشف قلبهم العاشق وجه الحب في كل حدث وصورة ولحظة ..

فقد يغيب الناس في مشاهد الدنيا ... و هم لا يغيبون .. بل هم لرسائل حبه وتجلياتها مرتقبون ..

فهكذا هو حُبُّهم ... لا يغيب ..

- ذاكرين ..

إن حُبُّهم لله عزَّ وجلَّ يدفعهم إلى ذكره المستمر ...

فإن لم يذكر اللسان لضرورات حياتية فالقلب لا يصمت ..

بل بالذکر قائم .. كمحراب حبٍ لاسمه ..

فالفناء في حبه تعالى .. لا يُبقي سواه ...

فيبقى اسمه في ذاك القلب ... يمدد ليبقى باسمه ..

حتى قيل أن هناك من الأولياء من نبضه في جسده يُسمع ذكراً لله .

ورأينا منهم من يذكر لساناً وقلباً وحالاً .. أي أنه ذاكراً بكلية .

فترى في العيون ذكراً وتسبيحاً ... عندما ينظر لما حوله ..

ترى الحب في العيون يلمع ... في كل ما يشاهد .. يسافر البصرُ مصاحباً ذكراً للسان والقلب .. ليعود بمعرفة خاصة .. أو بلحظة حب فريدة ..

لسانه معبرٌ عن ذلك .. فينطق عن المشهد حباً لله تعالى ..

فدوام ذكر الحبيب تعالى من سمات حبِّ الأولياء ...

فالعاشق من العوام لا ينفك يتحدث

عن حبيبٍ أحبَّه وعن صفاتٍ فيه ..

فكيف بمن ذاب في حياض حبِّ العظيم ... يهيم بجلاله ... وينعم بجمال تجليته ...

فهكذا هو حُبُّهم له تعالى ... دائمون على ذكره ...

- حبهم ظاهر وباطن ..

روح الحب في باطن القلب صدق وعشق .. وظهور الحب على ظاهر المحب صالح بصلاح اللب ..

فصلاح بطوني وظهوري ... صلاح كامل ... وكمال الصلاح للعبد جنة ... وجزاء الإحسان غسان ...

فكانوا أولئك الذين لا خوف عليهم ولا هم يحزنون ...

حيث صدقت جوارحهم باطنهم ، فكانوا محبين في بواطنهم عاشقين ...

وعلى ظواهرهم شهدت جوارحهم ؛ ناطقة بالحب وكلام الحب وآيات الحب .

أيدي تبني لأجل حبه ، وتهدم ما لا يجب ... تساعد كل محب وتساهم في ما ينشر الحب ..

وأرجل لا تسعى إلى ما لا يحبه ... بل
مساعدتها نحو الخير والحب ...

وإلى بيوت الحب ... وإلى ما تنويه
لأجل حبه ..

وهكذا انصبغ الظاهر بنور العشق ..
فلا تعرف الجوارح سوى الحب روحاً
تحركها .

- يحبونه له ، لذاته هو ... لا
للحب نفسه وملذاته .

فلم يكونوا متعلقين بالحب بحد ذاته ..
ولا بما يثمر من ملذاته .. ليس الحب
هو المقصد ..

بل الحق المحبوب هو المقصد ... لا
شريك له .

فما كان الحب جميلاً إذا كان لغيره ...
إنما لأنه المحبوب ... ذاقوا الحب .

جاء في كتاب (قواعد العشق
الهانيبالي الكمالي) للعارف بالله تعالى
هانيبال يوسف حرب ؛ في القاعدة
: 15

(15 - قَاعِدَةُ رَقَائِقِ شَهِيدٍ بِحَقَائِقِ
بَقَاءِ مَدِيدٍ :)

((العاشقُ الحَقُّ شَهِيدٌ مُحَقٌّ ..

فَإِذَا شَهِدَ .. فَنِيَّ العِشْقُ مَعَ هَالِكِ
الْخَلْقِ ..

وَبَقِيَ الحَقُّ .))

فهكذا حُبُّهم .. لا يرونه بل يرون
محبوبهم .

- خصوصيات وعطاءات حبه لهم
لا تأخذهم عنه .

فلا ينحجب المحب منهم بما يفتح له
في ترقّيه في عوالم الحب وأكوانه أو
مافي الأكوان العديدة من الحب ..

بل يعيشون الشؤون والمشاهد
والألوان بأنها كلها عائدة لله ...

فليس الانبهار والاندھاش بالكون
سالباً شهودهم ... إنما الانبهار
بالحبيب الذي أدهش وأبدع ...

جاء في كتاب (قَوَاعِدُ العِشْقِ
الهانيبالي الكمالي) للعارف بالله
تعالى هانيبال يوسف حرب ؛ و في

القاعدة 19 :

(19 - قَاعِدَةُ رَقَائِقِ عِشْقِ العَارِفِينَ
رَقَائِقَ تَعَلَّقَ ذَاتِي فِي عَيْنِ التَّحَقُّقِ
الذَّاتِي :)

((عِشْقُ العَارِفِينَ بِالنُّورِ مَعْمُورٌ ...

بِالحَقِّ مَعْمُورٌ ..

وَسِعَهُ الوُجُودُ ..

شُهُودُهُ المَعْبُودُ ..

تَعَلَّقَهُمْ بِرَبِّهِمْ حَاصِلٌ ..

وَإِمْدَادُ رُبُوبِيَّتِهِ إِلَيْهِمْ نَازِلٌ ..

وَمَا بَيْنَ التَّدَاوِي وَالتَّدَاوِي تَسْتَمِرُّ
أَسْرَارُهُم بِالتَّسَامِي وَالتَّرْقِي .

تَرْقِيهِمْ فِي تَعَشُّقِهِمْ ..

لَيْسَ كَالسَّالِكِينَ مِنْ كَوْنٍ إِلَى كَوْنٍ ..

بَلِ ارْتِقَاؤُهُمْ تَلَوْنَ بِحُبِّهِ بِلَا بَوْنٍ .))

- يُحِبُّونَ عَلَى عِلْمٍ ...

فَمَا اتَّخَذَ اللهُ وَلِيّاً جَاهِلاً قَطُّ ، وَلَوْ
اتَّخَذَهُ لَعَلَّمَهُ .

والأولياء الأحاب .. أحبهم الله تعالى .

فلا تظن الولي يحبّ ربّه الحق تعالى
وهو جاهل عن حبيبه ...

بل إنه عرف ربّه ... فالقلب على
الهدى والمعرفة ...

وهداة بالحب مضخ ..

فكان الولي ... رجل حبّ وعلم .

تخيّل أن تحبّ شخصاً لا تدري عنه
شيئاً !! ..

إن المحبّ بطبعه يشتاق لحبيبه ولكل
ما يتعلق به ...

فأنت إن أحببت .. ستحاول أن تعرف
أي شيء يتعلق بمحبوبك ...

هكذا هي فطرة القلوب ..

وهكذا هو نور الحب في قلوب
الأولياء ...

نعلم أنّ سيدنا محمداً صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ هُوَ مَعْلَمُ
البشرية ...

وهو أيضاً حبيب الله تعالى ... أحبّ
الخلق

فالأحبُّ كان الأعلم ومنهل العلم لمن
تعلم ...

فلا يستكين المحب عن المعرفة والتعلم
... فهو في حضرة تزيده حبا ..

قال الله تعالى في كتابه الكريم :

((وقل رب زدني علماً)) طه / 114.

وبالنظر إلى الفعل (زدني) في الآية
الشريفة نجده فعل أمر .. والأوامر
يجب اتباعها وتنفيذها طلباً لرضا
الحق وتقرباً ..

فهي طريق للمحبة ..

وشريعة المحب في رحلته نحو
حبيبه ..

ف عندما تقول : رب زدني علماً ...
فترجمان الحب كأنك قلت :

رب زدني حبا ...

ومن آفاق الترجمانية في
(زدني علماً) : أن طلب الحب من
تجليات اسمه العليم ليس محدوداً بحدٍ
ومقدار ؛ فعلم الله مُطلق .. وحُبُّه
مطلق .. فالازدياد من العلم في الحب
لا يزال ... والازدياد أمر يُطلب ...
ففي الازدياد من العلم ازدياد في
مراتب الحب ...

وبهذا وجدنا الأولياء على علم بل
ومستمرين في دروبه ... فهم الأحاب

..

- يحبونه في كل ما تجلّى ...

لم يكن حبهم لله تعالى محصوراً في
تجليات الإنعام والجمال والرخاء ..

بل إنك لتجد القلب لا يكف عن الحب
في تجليات الجلال ...

لذلك وجدناهم في الظروف القاسية
والامتحانات الصعبة على حبهم
ماضون ..

لا تُخرجهم التجليات عن حبهم
للمتجلي ..

فكم من محب واهم بأنه يحب ... ترك
محبوبه وانفصل عن ركب الحب لأجل
سطوة جليلة ...

المحب .. إن أحب بحقيقة ...

يحب محبوبه بالجمال والجلال

ولا يكتفي بجمال تنعم به شهوات
نفسه ..

- يحبونه له ... لا لهم .

هم يعيشون لأجل أن يرضى الحق ...
وأن يحبهم الحق ...

حتى يصلوا إلى مرحلة خاصة بأن
يبدلوا أرواحهم وحياتهم في سبيل
رضاه وحبه ...

دون أن تعرقلهم ذواتهم ... دون أن
يسألوا عن : ماذا لهم

هم له وإليه راجعون ...

وفي هذا الباب من الحب قال رسول
الله صلى الله عليه وعلى آله وسلم : (لا
يؤمن أحدكم حتى أكون أحب إليه
من نفسه التي بين جنبيه ..)

فرأينا ما رأينا على الصحابة الكرام
هذا التحقق في الحب .. وكيف بذلوا
وعاشوا الحب ..

ونرى اليوم الأولياء الكرام وخصوصاً
المرشدين .. في عطاء مستمر ..

كلّ يبذل ويسعى ويرشد إلى حب الحق
ليوصلوا الركب إلى حبيبهم ، فانين
عن أنفسهم .. لا يعملون لأجلهم ...

فهم وصلوا وأحبوا ...

وكانوا في الحب آية ..

إنّ لحب الأولياء صفات وميزات أكثر
وأكثر ...

وكانت تلك أبرزها ...

إلا أنّ الأبهى معرفة هو ...

أنه : حُبُّ (هو) لهم .

الحقيقة البهية لهؤلاء الأحاب في
حبهم أنه :

حُبُّ (هو) لهم .

فلما أحبهم الحق ... أين لتلك الأرواح
أن تحبه .. لأنه أحبهم .

فهو حبه لهم ... في الأصل ...

فظهر حبهم ...

وهذا الجمال الكامن في كل ما سردناه
سابقاً عن حبهم

فهو حبه لهم ، فلا فاعل إلا هو فلما
أحب هو ... اجتمع ظاهرهم وباطنهم
روحهم وقلوبهم بجمعية واحدة على
حبه ..

فكانوا ميماً مجموعة بكليتها على حبه
فعائناً حبه (م) ... حبهم



وإلى هذه الحقيقة و بوحها ...

وإلى جمال فوحها ...

نصل إلى ختام أمسينا ... ومرسى رحلتنا ...

في رحلة من رحلات الحب في بحور الأولياء الصالحين ...

حفظهم الله تعالى وبارك لهم وبهم ...

نتقدم لهم بألمع باقات النجوم المتألئة بحروف الشكر والمحبة ...

شكراً جزيلاً لمن حضر وشارك ورق قلبه مائلاً إلى دروب الحب ...

رزقنا الله و إياكم حبه وحب من يحبه من أوليائه الصالحين ...

دامت ليايكم عامرة بحبه ورضاه .

أطفالنا والألعاب الإلكترونية

أ. هدى زايد

هذا ما نعتبره من إيجابيات الألعاب الإلكترونية والألواح والهواتف الذكية إذا تعامل الأهل مع الطفل وكان لهم المشاركة في التوجيه والاختيار . وعلى النقيض تماماً .. إذا أساء الطفل التعامل مع هذه الأجهزة بالتزامن مع عدم مراقبة الأهل فستكون نتائجها وخيمة ومدمرة للطفل والأهل على حد سواء ، وللأسف ما يُلاحظ أن الوالدين يقومان بترك الطفل على راحته في اللعب لفترة ربما تمتد لساعات مما يؤدي إلى إصابة الطفل بمشاكل نفسية واجتماعية وصحية ؛ فمن الناحية النفسية يتأثر الطفل بما يلعب كمعظم الأطفال الذين يحبون الألعاب القتالية حيث يصبحون أكثر عنفاً ومشاجرة مع الآخرين .

أما من الناحية الاجتماعية : يصبح الطفل منعزلاً عن العائلة محباً للوحدة ويعيش في عالمه المغلق على نفسه ، ويصبح قليل الكلام وقليل المفردات وهذا بالتالي يجعله يتحاشى الاجتماعات الأسرية .

ومن الناحية الصحية : حدّث ولا حرج ، فأصبحنا نرى الكثير من الأطفال يعانون من السمّة والتعب الشديد عند أي مجهودٍ عضليّ بسيط ، كما يعانون ألاماً في الظهر وحالات من الصداع ، إضافةً للمشاكل البصرية .

لهذا .. أعزاءنا المرّبين : يجب الاهتمام بموضوع الألعاب الإلكترونية، و الانتباه مع مَنْ يلعب الطفل لأن بعض الألعاب تتطلب المشاركة حيث يجتمع عدة أطفال من بلاد مختلفة لتتداخل الثقافات فتجد الطفل يستخدم مفرداتٍ دخيلةً على العائلة والمجتمع ويصبح غريباً في بيته .

كما تعلمون أنّ العالم أصبح قرية صغيرة بسبب الإنترنت والتواصل الاجتماعي ، فلننتبه أشد الانتباه على أطفالنا مع مَنْ يلعبون ويتواصلون ولا نترك لهم - كما يُقال - الباب مفتوحاً على مصراعيه ، بل يجب الاعتدال في كل شيء محددين زمناً معيناً يلعبون خلاله و مختارين ألعاباً مناسبة لأعمارهم.

ودمتم و أطفالكم بكل حب وود وسلام بإذن المولى سبحانه وتعالى .
لم نُنهِ الحديث بعد ، فما زال له بقية ..انتظرونا ..

بسم الله الرحمن الرحيم ، الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على سيد الأنبياء والمرسلين حبيبنا وشفيعنا وسيدنا محمد صلى الله عليه وعلى آله وصحبه أجمعين إلى يوم الدين.

أحيتي في الله .. تحدثنا في الأعداد السابقة عن أهمية اللعب للأطفال وتأثيرها عليهم من الناحية النفسية والاجتماعية والعقلية والروحية ، وتحدثنا أيضاً عن بعض النقاط المهمة التي يجب مراعاتها عند شراء الألعاب ، وقبل أن نختم موضوع اللعب ، لا بد أن نتطرق للحديث عن موضوع الألعاب الإلكترونية لما لها من أهمية وتأثير على الطفل وتنشئته .

الألعاب الإلكترونية يمكن أن نعتبرها سلاحاً ذا حدين ؛ فإذا أحسنَ الطفل اللعب بها - مع مراقبة الأهل وحسن اختيارهم لهذه الألعاب - فهي سليمة وتنمي عنده الذكاء العقلي والذكاء الصناعي الذي أصبح في غاية الأهمية في وقتنا الحالي ، فالابتكار والخيال وتعليمه منذ الصغر على هذه الأجهزة تفيده في المستقبل للتطور الفكري والعقلي مما يساعده على الاختراع ربما لأشياء تقنية مهمة ومفيدة للمجتمع والعالم أيضاً ، ورأينا هذا حقيقة على أرض الواقع .

أنت مراقب!

د. سارة الجعبري

بسم الله الرحمن الرحيم

في الطبع الإنساني : إن عَلِمْنَا أَنَا مُرَاقِبُونَ وَأَعْمَلْنَا فسننتجه فطروياً لتجميل أنفسنا والابتعاد عن قبائح الظهور ، فأليك عزيزي القارئ تلك الحقيقة : بأنك مُرَاقِبٌ بالفعل !

يقول الله تعالى في كتابه الكريم :

(وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالَمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ) التوبة / ١٠٥

بنص صريح في أعظم كُتُبِ الوجود قد أخبرنا بأن الله تعالى يرى عملنا ، بل ورسوله والمؤمنون ، فعمل الإنسان لا يكون خفياً في الحقيقة ، إنما يراه الله ورسوله والمؤمنون !

عن أبو سعيد الخدري قال : قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَعَلَىٰ آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ : (اتَّقُوا فِرَاسَةَ الْمُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ).

فَلِكَ أَنْ تَتَفَكَّرَ فِي مَشْهَدِكَ الَّذِي يُرَىٰ أَمَامَهُمْ ، وَفِي فِعْلِكَ الَّذِي لَنْ تَسْتَطِيعَ إنكاره. ومن ناحية أخرى ..

تفكر في جميل الصورة الظاهرة بحُسنِ عملٍ قمتَ به ، بل .. بأجمل ما قد يكون منك ... لو كنتَ فاعلاً بحبٍ .. لأجل حُبِّ اللهِ تعالى ...

فاعملوا حُباً في حياتكم فسيراها الله الحبيب ... ورسوله الحبيب ... والأحباب المؤمنون ، لعلك تُصنّف مع الفاعلين لحبه .. فترتقي محباً.

فهل ستتجمل بحُسنِ الأفعال وأطيبها ؟

أم أنك ستغض الطرف وحسب ؟

اخترْ مشاهدك التي تُظهر أفعالك بعناية وحكمة .. فأنت في هذا الوجود مراقبٌ .

علم الذكر المحمدي في القرآن الكريم

الجزء الثامن - لسماحة المفكر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب

عِلْمُ الذِّكْرِ المحمدي - عبادته صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

ذكر الله تعالى عبادته صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ فقال:
{أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ
كَانَ مَشْهُوداً * وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَى أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَاماً
مَّحْمُوداً} الإسراء / 78-79

- وَذَكَرَ صَبْرَهُ مَعَ مَنْ يَذْكُرُونَهُ فَقَالَ :
{وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْعَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ}
الكهف / 28

- وَأَمَرَهِ بِالتَّقْوَى وَ الطَّاعَةَ فَقَالَ :

{يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ اتَّقِ اللَّهَ وَلَا تُطِعِ الْكَافِرِينَ وَالْمُنَافِقِينَ} الأحزاب / 1

وَذَكَرَ عِبَادَةَ نَفْسِهِ وَمَالِهِ فَقَالَ:

{فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَأَنْحِرْ} الكوثر / 2

فَصَلِّ لِرَبِّكَ بِالنَّفْسِ وَ أَنْحِرِ الْأَضْحَى الْمَشْتَرَاةَ بِالْمَالِ .

فقر الدم عوز الحديد

تقديم:
الأستاذة سعاد شمس النهار

أمسية قُدمت على مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال
العائلة الـ FG-Group Academy –Turkey

الأعراض :

في البداية قد يكون فقر الدم الناجم عن نقص الحديد بسيطاً إلى حد أنه لا يُلاحظ ، ولكن كلما أصبح الجسم أكثر نقصاً في الحديد يزداد فقر الدم سوءاً ، وتكثف العلامات والأعراض.

علامات وأعراض فقر الدم بسبب نقص الحديد قد تشمل :

- التعب الشديد.
- ضعف عام.
- جلد شاحب.
- ألم في الصدر ، سرعة ضربات القلب أو ضيق في التنفس.
- الصداع ، الدوار، خفة بالرأس.
- برودة اليدين والقدمين.
- التهاب أو بثور في اللسان.
- أظافر هشّة.
- الرغبة الشديدة في تناول المواد غير الغذائية ؛ مثل الثلج أو الأوساخ أو النشا .
- ضعف الشهية ، خاصة عند الرضع والأطفال الذين يعانون من فقر الدم الناجم عن نقص الحديد

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين

الرحمن الرحيم ملك يوم الدين إياك

نعبد وإياك نستعين

اهدنا الصراط المستقيم صراط الذين

أنعمت عليهم غير المغضوب عليهم

ولا الضالين

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين

والصلاة والسلام على سيدنا محمد

وعلى آله وصحبه أجمعين

اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً

إنك تجعل الحزن إذا شئت سهلاً سهلاً

لا تكلنا لأنفسنا طرفة عين ولا أقل من

ذلك

رحمتك نرجو إن ربك هو الفتاح العليم

سبحان ربي العلي الأعلى الوهاب

وبعد:

(فقر الدم بسبب عوز الحديد)

فقر الدم الناجم عن نقص الحديد هو

أكثر أنواع فقر الدم شيوعاً - وهي

حالة يفتقر فيها الدم إلى خلايا الدم

الحمراء السليمة ، وخلايا الدم

الحمراء هي التي تحمل الأوكسجين

إلى أنسجة الجسم.

الأسباب :

نزف الدم : يحتوي الدم على الحديد داخل خلايا الدم الحمراء ، لذلك إذا فقدت الدم ، فسوف تفقد بعض الحديد ، النساء المصابات بفترات حيض غزيرة وطويلة معرضات لخطر الإصابة بفقر الدم الناتج عن نقص الحديد لأنهن يفقدن الدم أثناء الحيض.

يمكن أن يؤدي فقدان الدم البطيء والمزمن داخل الجسم - مثل قرحة هضمية ، أو فتق في الحجاب الحاجز ، أو سرطان القولون أو سرطان المستقيم إلى فقر الدم الناتج عن نقص الحديد ، ويمكن أن ينتج نزيف الجهاز الهضمي عن الاستخدام المنتظم لبعض مسكنات الألم التي لا تحتاج إلى وصفة طبية وخاصة الأسبرين.

نقص الحديد في النظام الغذائي:

يحصل الجسم بانتظام على الحديد من الأطعمة التي نتناولها ، إذا كنت تستهلك كمية قليلة جداً من الحديد ، فمع مرور الوقت يمكن أن يصبح جسمك يعاني من نقص الحديد.

من أمثلة الأطعمة الغنية بالحديد: اللحوم والبيض والخضار الورقية الخضراء والأطعمة المدعمة بالحديد للنمو والتطور المناسبين ، و يحتاج الرضع والأطفال إلى الحديد في وجباتهم الغذائية أيضاً .

عدم القدرة على امتصاص الحديد:

يتم امتصاص الحديد من الطعام إلى مجرى الدم في الأمعاء الدقيقة، و يمكن أن يؤدي اضطراب الأمعاء ، مثل مرض السيلياك الذي يؤثر على قدرة الأمعاء على امتصاص العناصر الغذائية من الطعام المهضوم إلى فقر الدم الناتج عن نقص الحديد ، وإذا تم تجاوز جزء من الأمعاء الدقيقة بعملية تغيير المسار أو إزالتها جراحياً ، فقد يؤثر ذلك على القدرة على امتصاص الحديد والمواد المغذية الأخرى.

الحمل : يحدث فقر الدم الناتج عن نقص الحديد عند العديد من النساء الحوامل لأن مخازن الحديد لديهن تحتاج إلى زيادة

بسبب زيادة حجم الدم لديهن ، وكذلك تكون مصدراً للهيموغلوبين للجنين المتنامي.

الأمراض المزمنة : مثل الروماتزم ، مرض التهاب الأمعاء ، الأورام الخبيثة الدموية.

فقر الدم الناتج عن الأمراض المزمنة هو ثاني أكثر أنواع فقر الدم شيوعاً بعد IDA و يسمى فقر الدم من الأمراض المزمنة باسم فقر الدم من التهاب.

عوامل الخطر:

هذه المجموعات من الناس قد يكون لديهم خطر متزايد من فقر الدم بسبب نقص الحديد:

النساء: لأن النساء يفقدن الدم أثناء الحيض ، و تكون النساء بشكل عام أكثر عرضة لأنيميا نقص الحديد.

نادراً ما نجد عند الرجال فقر الدم أو نقص الحديد.

الرضع والأطفال :

قد يتعرض الرضع ، وخاصة أولئك

الذين يعانون من انخفاض الوزن عند الولادة أو الولادة قبل الأوان ، والذين لا يحصلون على ما يكفي من الحديد من حليب الأم أو الحليب الصناعي ، لخطر نقص الحديد.

و يحتاج الأطفال إلى مزيد من الحديد أثناء طفرات النمو، فإذا كان طفلك لا يتبع نظاماً غذائياً صحياً متنوعاً ، فقد يتعرض لخطر الإصابة بفقر الدم.

النباتيون : قد يكون الأشخاص الذين لا يتناولون اللحوم أكثر عرضة لأنيميا نقص الحديد إذا لم يتناولوا الأطعمة الغنية بالحديد.



الأشخاص الذين يتبرعون بالدم بشكل

متكرر: بدون مكملات الحديد ، فإن

ثلثي المتبرعين للدم لم يستردوا

الحديد الذي فقدوه ، حتى بعد مرور

24 أسبوعاً

بتنظيم هرمون الهيبسيدين ، و نتيجة لذلك يتم تحويل الحديد من الدورة الدموية إلى مواقع التخزين مما يحد من كمية الحديد المتاحة للكريات الحمراء.

مرضى غسيل الكلى: كثير من المرضى الذين يخضعون لغسيل الكلى يحتاجون إلى حديد إضافي لأن الكلى هي المسؤولة عن صنع الإريثروبويتين وهو هرمون يخبر الجسم بأن يصنع خلايا الدم الحمراء ، و إذا لم تنجح الكلتيان باصطناعه ، ففقر الدم غالباً ما يكون من التأثيرات الجانبية لعملية الغسيل ، و قد تُفقد كمية صغيرة من الدم أثناء الغسيل.

كما أن الأنظمة الغذائية لمرضى غسيل الكلى غالباً ما تحد من تناول الحديد .

أيضاً هناك بعض الأدوية التي يتناولها الأشخاص الذين يخضعون لغسيل الكلى يمكن أن تستهلك الحديد أو تتداخل مع قدرة الجسم على امتصاصه.

توصي مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) بأن تبدأ جميع النساء الحوامل في أول زيارة لهن للطبيبة، بتناول مكملات الحديد عن طريق الفم وبجرعة منخفضة (30 ملغ / يوم) وفحص الحامل من أجل IDA .

أما المصابات بالفعل بـ IDA والذي يعرف بتركيز الهيموغلوبين أقل من 9 جم / ديسيلتر أو مستوى الهيماتوكريت أقل من 27 ٪) فلا بد من تناولهن جرعة فموية من 60-120 ملغ / يوم من الحديد.

مرضى الأمراض المزمنة: بعض الأمراض الالتهابية والمعدية والأورام (مثل التهاب المفاصل الروماتويدي وأمراض الأمعاء الالتهابية والأورام الخبيثة الدموية) يمكن أن تسبب فقر الدم الناجم عن مرض مزمن ، و المعروف أيضاً باسم فقر الدم الناجم عن الالتهاب.

فقر الدم الناجم عن الأمراض المزمنة هو ثاني أكثر أسباب فقر الدم IDA شيوعاً بعد النزيف عند المصابين بفقر الدم الناجم عن مرض مزمن ، حيث تقوم السيتوكينات الالتهابية



مرضى قصور القلب: حوالي 60 ٪ من المرضى الذين يعانون من قصور القلب المزمن يعانون من نقص الحديد و 17 ٪ لديهم IDA فقر الدم الناتج عن عوز الحديد) والتي قد تترافق مع ارتفاع خطر الوفاة في هذه الفئة من الناس.

تشمل الأسباب المحتملة لنقص الحديد لدى الأشخاص الذين يعانون من قصور في القلب : سوء التغذية وسوء بالامتصاص واستقلاب الحديد واستخدام الأسبرين ومضادات التخثر الفموية وغير الفموية ؛ مما قد يؤدي إلى فقدان بعض الدم في الجهاز الهضمي.

الحوامل : يحصل فقر الدم الناتج عن نقص الحديد IDA عند النساء الحوامل.

مرضى السرطان : يعاني ما يصل إلى 60 ٪ من مرضى سرطان القولون من نقص الحديد عند التشخيص ، وربما يرجع ذلك إلى فقدان الدم المزمن.

الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الجهاز الهضمي :

الذين خضعوا لجراحة الجهاز الهضمي ، والأشخاص الذين يعانون من بعض اضطرابات الجهاز الهضمي (مثل مرض الاضطرابات الهضمية والتهاب القولون التقرحي ومرض كرون) أو الذين خضعوا لعمليات جراحية معوية معينة (مثل استئصال المعدة أو استئصال الأمعاء) إذا لم تتم متابعتهم بالتغذية الصحيحة يمكن أن يتطور الأمر إلى خلل بالشوارد ونقص بالحديد، أو يمكن أن تقل قدرة الأمعاء على الامتصاص.

في بعض الأحيان نكتشف وجود مرض فقر الدم و عوز الحديد من خلال البراز أعزكم الله تعالى حيث يكون باللون الذي يميل للأسود وهذا يدل على أن الشخص يعاني من نزيف داخلي دون أن يعلم.

تشخيص فقر الدم :

_MCV (Mean Cell Volume)

حجم كرية الدم الحمراء MCV :

1. إذا كان $MCV < 80$ fl يكون حجم الكرة صغيراً (microcytic)2. إذا كان $MCV 80-100$ fl يكون حجم الكرة متوسطاً (normocytic)3. إذا كان $MCV > 100$ fl يكون حجم الكرة كبيراً (macrocytic)

التشخيص المبني اعتماداً على حجم الخلية :

Microcytic ($MCV < 80$): يكون فقر الدم ناتجاً عن نقص حديد

أنيميا ناتجة عن مرض مزمن ثلاثي

اعتلال الهيموغلوبين (Hemoglobinopathy)

كثرة الكريات الحمراء الكروية الوراثية (Hereditary spherocytosis)

فقر الدم الحديدي الأرومات المرتبط بالكروموسوم-X (Hereditary linked sideroblastic anemia) X

التسمم بالرصاص

فقر الدم بسبب نقص الحديد ويحدث بسبب :

نقص التغذية ، النزيف و الذي هو السبب الرئيسي لأنيميا نقص الحديد.

حقائق الحديد:

- حديد الجسم :

80 % : فعال بالـ (HGB) ، الميوجلوبيين ، السيتوكروم ، وما إلى ذلك

مخزن : 20 %

-الامتصاص: في المقام الأول في الاثني عشر (في الأمعاء الدقيقة).

- ترانسفيرين: ينقل الحديد في الدم.

- فيريتين: شكل تخزين الحديد.

Hemosiderin- مشتق من

الفيريتين (تخزين طويل الأجل للحديد).

من 3 إلى 4 غرامات من الحديد العنصري في البالغين يكون في الهيموغلوبين .

ويتم تخزين جزء كبير من الحديد المتبقي على شكل فيريتين أو هيموسيديرين (منتج من الفيريتين) في الكبد والطحال ونخاع العظام ، أو يوجد في الميوجلوبيين في الأنسجة العضلية.

يعتبر ترانسفيرين البروتين الرئيسي في الدم الذي يرتبط بالحديد وينقله عبر الجسم ، و يفقد البشر عادة كميات صغيرة فقط من الحديد في البول والبراز والجهاز الهضمي والجلد.

الخسائر الأكبر من الحديد يكون عند النساء بالأخص أثناء الولادة بسبب النزيف الحاد ، لذلك دائماً على المرأة الحامل الانتباه لبرنامج صحي و غني بالحديد و يعمل على التجلط السريع.

هيبسيدين : هو هرمون الببتيد الدائر ، وهو المنظم الرئيسي لكل من امتصاص الحديد وتوزيعه في جميع أنحاء الجسم بما في ذلك في البلازما.

MCH: متوسط كتلة جزيء الهيموجلوبيين

MCHC : تركيز الهيموجلوبيين بالدم

الدراسات المعملية في فقر الدم الناتج عن عوز الحديد:

 $MCV < 80$

-انخفاض في MCV ، MCH ، و MCHC

فحص الحديد يقيس مستوى الحديد في الدم المرتبط بالترانسفيرين، بالإضافة لفحص كمية الترانسفيرين الإجمالية وكمية الفيريتين.

تشير هذه الفحوص إلى كمية الحديد في جسم الإنسان، وإذا ما كان الشخص يعاني من نقص أو فائض في عنصر الحديد.

في حالات الإصابة بنقص الحديد ينخفض مستوى الحديد والفيريتين، بينما يرتفع، بالمقابل مستوى الترانسفيرين.



حديد الدم - فيريتين - ترانسفيرين.

بالإضافة إلى أن الحديد جزء من الهيموجلوبين وهو عنصر من عناصر الميوغلوبين (بروتين آخر يوفر الأوكسجين والحديد و يدعم عملية التمثيل الغذائي للعضلات والأنسجة الضامة).

الحديد ضروري أيضاً للنمو البدني والنمو العصبي والأداء الخلوي وتخليق بعض الهرمونات.

يحدث نقص الحديد من نضوب مخازن الحديد ، و يعتبر تركيز الفيريتين في الدم - وهو مقياس لمخزون الحديد في الجسم - هو الاختبار الأكثر كفاءة وفعالية من حيث التكلفة لتشخيص نقص الحديد.

ومع ذلك، فإن تركيز الفيريتين يكون عرضة للتأثر بالتهاب (بسبب مرض معدٍ على سبيل المثال) مما يعطي زيادة كاذبة في تركيز الفيريتين في الدم.

الحديد في الطعام له شكلان : هيمي و لاهيمي.

تحتوي النباتات على حديد لاهيمي فقط ، بينما يحتوي اللحم (الأبيض والأحمر) والمأكولات البحرية على حديد هيمي و لا هيمي.

الكمية الغذائية المرجعية (يرمز لها من DRI Dietary Reference Intake) وهي نظام تغذية توصي به الأكاديمية الوطنية للطب في الولايات المتحدة الأمريكية.

وكميات الغذائية الموصى بها (RDAs) بالنسبة للحديد للنباتيين أعلى 1.8 مرة من الكمية الموصوفة للأشخاص الذين يتناولون اللحوم ؛ وذلك لأن حديد الهيم الموجود في اللحم يكون أكثر توفراً و حيويةً من الحديد اللاهيمي الموجود في الأطعمة النباتية ، كما أن الهيم الموجود في اللحوم والدواجن والمأكولات البحرية تزيد من امتصاص الحديد اللاهيمي.

الكميات الغذائية الموصى بها (RDAs) للحديد:

الرُّضَع 0-6 أشهر 0.27 ملغ

الرُّضَع 7-12 شهر 11 ملغ

الأطفال 1-3 سنوات 7 ملغ

الأطفال 4-8 سنوات 10 ملغ

الأطفال 9-13 سنوات 8 ملغ

المراهقون الذكور 14-18 سنوات 11 ملغ

المراهقات الإناث 14-18 سنوات 15 ملغ

الذكور البالغون 19-50 سنوات 8 ملغ

الإناث البالغات 19-50 سنوات 18 ملغ

الأشخاص 51 سنة أو أكبر 8 ملغ

المرأة الحامل 27 ملغ

المرأة المرضع 9 ملغ.

لا ينصح عموماً باستخدام مكملات الحديد للأشخاص الذين لا يعانون من فقر الدم الناجم عن نقص الحديد، وذلك لأن الكثير من الحديد يمكن أن يلحق الضرر بأعضاء الجسم.

حذرت دراسة جديدة من مخاطر تناول حبوب الحديد لأنها قد تلحق ضرراً بجسم الإنسان خلال 10 دقائق فقط.

مصادر الحديد:

الطعام: يحتوي حليب الأم على حديد توفّره الحيوي جيد جداً ولكن بكميات لا تكفي لتلبية احتياجات الأطفال الذين تزيد أعمارهم عن 4 إلى 6 أشهر.

الأطعمة الغنية بالحديد الهيمي واللاهيمي :

الكبد، المحار والبطلينوس وبلح البحر،

و اللحوم الحمراء مثل لحم البقر والضأن، السردين المعلب، الدجاج والديك الرومي، لحم العجل، سمك.

الأطعمة الغنية بالحديد اللاهيمي :

حبوب الإفطار المدعمة بالحديد والأرز والخبز والمعكرونة، الفول المطبوخ والعدس، التوفو، القرع ، بذور السمسم، الحمص والفاصوليا، المشمش المجفف، البطاطا، المخبوزة، الجوز، البروكلي ، البازلاء، السبانخ الخام والمطبوخة، الأوراق الخضراء.



عذراً باباي .. السبانخ لا تجعل عضلاتك كبيرة: خبير يكشف عن حب البحار باباي للسبانخ بسبب عشري في غير محله.

أخطأ الكيميائي الألماني في تقدير محتوى الحديد في السبانخ عندما وضع الفاصلة العشرية في غير محلها و قال أن الحديد موجود في السبانخ بنسبة 35 ميليجرام ؛ بينما لا يوجد سوى 3.5 ملليغرام من الحديد في 100 غرام من السبانخ ، و قد تسبب هذا في الاعتقاد الخاطئ السائد بأن السبانخ غني بالحديد بشكل استثنائي مما يجعل الجسم أقوى.

هذا الربط بين الحساب غير الصحيح وشخصية الرسوم المتحركة الشهيرة تم نتيجة الخطأ الموجود في كتاب للعالم صمويل أربسمان.

ملاحظة مهمة :

للمساعدة على امتصاص أكبر قدر من الحديد في الطعام ؛ يُنصح بتناوله مع شيء غني بفيتامين C مثل :

البرتقال، الليمون، البروكلي، الشمام، الكيوي، الفلفل، الفراولة، الطماطم.

المكملات الغذائية:

الحديد متوفر في العديد من المكملات الغذائية و المكملات المتعددة الفيتامينات / المعادن مع الحديد ، وخاصة تلك المصممة للنساء ، وعادة ما توفر 18 ملغ من الحديد (100 % من الحاجة اليومية DV)

تحتوي المكملات الغذائية المتعددة الفيتامينات / المعادن للرجال أو كبار السن على كمية أقل من الحديد أو لا تحتوي على الحديد.

عادة ما توفر المكملات المصنوعة من الحديد فقط أكثر من DV مع توفير العديد من الحديد 65 ملغ (360 % من DV).

تشتمل أشكال الحديد المستخدمة بشكل متكرر في المكملات على أملاح الحديدوز أو الحديدك الحديدية ؛ مثل كبريتات الحديدوز ، غلوكونات الحديدوز ، ستترات الحديدك ، وكبريتات الحديدك .

و بسبب قابلية الذوبان العالية يكون حديد الحديدوز في المكملات الغذائية أكثر توافراً حيوياً من حديد الحديدك .

إن تناول جرعات عالية من الحديد الإضافي (45 ملغ / يوم أو أكثر) قد تسبب آثاراً جانبية معوية مثل الغثيان والإمساك.

هناك أشكال أخرى من الحديد ، مثل بيبتيديات هيم الحديد (heme iron) ، polypeptides ، كربونيل الحديد (carbonyl iron) ، مخلبي الأحماض الأمينية الحديدية (iron amino-acid chelates) ، ومعقدات سكاريد الحديد (polysaccharide-iron complexes) ، قد يكون لها آثار جانبية أقل في الجهاز الهضمي من أملاح الحديدوز أو الحديدك.

تحتوي أشكال الحديد المختلفة في المكملات على كميات متفاوتة من الحديد الأولي ؛ فعلى سبيل المثال :



زيادة الحديد:

بعض المجموعات معرضة لخطر الحصول على الحديد الزائد مثل الأفراد الذين يعانون من نقص صبغ الدم الوراثي الذي يؤهبهم لامتناس كميات زائدة من الحديد الغذائي فيزيد لديهم خطر زيادة الحديد.

المخاطر الصحية من الحديد الزائد:

البالغون الذين يمتلكون وظيفة الأمعاء الطبيعية لديهم خطر ضئيل للغاية من زيادة الحديد من مصادره الغذائية. ومع ذلك يمكن أن تؤدي الجرعات الحادة التي تزيد عن 20 ملغ / كغ من الحديد من المكملات الغذائية أو الأدوية إلى اضطراب في المعدة ، والإمساك ، والغثيان ، وآلام في البطن ، والتقيؤ ، والإغماء ؛ لا سيما إذا لم يتم تناول الطعام في نفس الوقت.

إن أخذ مكملات تحتوي على 25 ملغ من عنصر الحديد أو أكثر يمكن أن

يجب ألا يتجاوز معدل التسريب 50 مجم / دقيقة.

غلوكونات الحديد : يكون الإعطاء عن طريق الحقن في الوريد أو التسريب، و يجب ألا يتجاوز معدل الإعطاء 12.5 مجم / دقيقة.

سكروز الحديد : يجب ألا يتجاوز معدل الإعطاء 20 ملغ في الدقيقة.

- الأشخاص الذين يعانون من نقص الحديد عادة ما يكون هنالك نقص في العناصر الغذائية الأخرى ، وعادة ما ينقص الحديد خلال عدة مراحل:
- نقص معتدل أو استنزاف في مخزون الحديد: انخفاض في تركيز فيريتين المصل ومستويات الحديد في نخاع العظام.
- نقص هامشي ، أو نقص وظيفي خفيف ، أو نقص إنتاج كريات الدم الحمراء حيث يتم استنفاد مخازن الحديد ، وإمدادات الحديد لخلايا الكريات الحمراء وانخفاض مستوى تشبع الترانسفيرين ، ولكن عادة ما تكون مستويات الهيموغلوبين ضمن المعدل الطبيعي.

ضرورياً في بعض الأحيان للمرضى الذين لا يتحملون أو لا يستجيبون للعلاج بالحديد عن طريق الفم، و يوجد حالياً ثلاثة منتجات من الحديد الوريدية : ديكستران الحديد ، غلوكونات الحديد ، وسكروز الحديد.

تتمثل إحدى مزايا ديكستران الحديد في القدرة على إعطاء كل متطلبات الحديد للمريض في جرعة واحدة (ضخ جرعة كاملة) ، و يمكن للأطباء علاج المرضى بشكل مريح في مستشفى واحد أو يمكن للمريض زيارة عيادة الطبيب مع هذا المنتج. ومع ذلك فقد ارتبطت هذه الطريقة مع ارتفاع معدل الآثار السلبية و ردود فعل متأخرة من : انخفاض ضغط الدم ، ألم مفصلي ، ألم عضلي ، والشعور بالضيق ، وآلام في البطن ، والغثيان ، والقيء التي تتبع ضخ جرعة كاملة.

يجب إعطاء جرعة اختبار 25 ملغ لكل المرضى الجدد الذين بدؤوا بتناول ديكستران الحديد ، و يجب مراقبة المرضى لمدة ساعة واحدة بعد جرعة الاختبار و متابعة تجربة تفاعلات فرط الحساسية مع الجرعة الأولى أو الجرعات التالية.

فومارات الحديدوز هي 33 % من الحديد الأولي من حيث الوزن ، في حين أن كبريتات الحديدوز 20 % والغلوكونات الحديدية تشكل نسبة 12 % من الحديد الأولي.

لحسن الحظ تم إدراج عنصر الحديد في لوحة Extension Facts ، لذلك لا يحتاج المستهلكون إلى حساب كمية الحديد التي توفرها أشكال مختلفة من مكملات الحديد.

هناك آثار جانبية مثل الطعم المعدني السيئ أو القيء أو الإسهال أو الإمساك أو اضطراب المعدة.

إذا كنت تعاني من مرض مزمن في الكلى وفقر الدم الناجم عن نقص الحديد ؛ فقد يوصي طبيبك بعوامل تحفيز الكريات الحمر (esa) .

هذه الأدوية تحفز نخاع العظم لصنع المزيد من خلايا الدم الحمراء ، و عادة ما تستخدم الـ esa مع العلاج بالحديد، أو عندما لا يكون العلاج بالحديد وحده كافياً.

تسريب الحديد وريدياً: يعد العلاج بالحديد عن طريق الحقن

يقلل أيضاً من امتصاص الزنك وتركيزات الزنك في البلازما.

في الحالات الشديدة (على سبيل المثال تناول مرة واحدة 60 ملغ / كغ) يمكن أن تؤدي إلى فشل في أعضاء الجسم ، والغيبوبة ، والتشنجات ، وحتى الموت.

يرتبط نقص الصبغى الدموي - وهو مرض ناجم عن طفرة في جين صبغ الدم (HFE) - بزيادة تراكم الحديد في الجسم ، و إن حوالي 1 من كل 10 من بيض البشرية يحملون طفرة HFE الأكثر شيوعاً (C282Y) ، ولكن فقط 4.4 من بيض البشرية لكل 1000 متماثل الزوجات للطفرة ولديه صبغ دموي ، و الحالة أقل شيوعاً في المجموعات العرقية الأخرى ، و يكون العلاج بواسطة عملية إزالة الحديد بالمخليات أو عملية قص للأمعاء، و يصاب الأشخاص الذين يعانون من قصور الدم الوراثي عادة بالتسمم بالحديد خلال الثلاثينيات من العمر. يمكن أن تشمل هذه الآثار تليف الكبد وسرطان الكبد وأمراض القلب وضعف وظيفة البنكرياس.

توصي الجمعية الأمريكية لدراسة أمراض الكبد بأن يشمل علاج نقص



التفاعلات مع الأدوية :

يمكن أن يتفاعل الحديد مع بعض الأدوية ، وقد يكون لبعض الأدوية تأثير سلبي على مستويات الحديد. يجب على المرضى الذين يتناولون هذه الأدوية وغيرها من الأدوية بشكل منتظم مناقشة حالة الحديد لديهم مع مقدمي الرعاية الصحية.

قد يقلل الحديد من امتصاص:

البايوسفونيت(دواء يستعمل عن

طريق الفم لهشاشة العظام عند السيدات): (على سبيل المثال ، أليندرونات ، كلودرونيت ، إيندرونات ، حمض الإيباندرونيك ، ريزدرونات ، تيلودرونيت).

ملاحظة : لا تأخذ الحديد في غضون ساعتين من تناول البايوسفونيت عن طريق الفم .

ليفودوبا/ كاربيدوبا: تشير بعض الأدلة إلى أن مكملات الحديد قد تقلل من امتصاص الليفودوبا (الموجود في Sinemet و Stalevo ، والتي تستخدم لعلاج مرض باركنسون ومتلازمة تلمل الساق و تقلل من فعالية الليفودوبا السريرية).

- حاول أن يكون هناك فاصل زمني بين الجرعتين قدر الإمكان.

ميثلدوبا: يستخدم لتخفيض الضغط خصوصاً في الحمل ، و إن ترك فاصل زمني لمدة ساعتين بين الجرعتين مهمة لمراقبة ضغط الدم وضبط جرعة الميثلدوبا إذا لزم الأمر.

البنسلامين: يُستخدم بنسليامين في

علاج المشاكل الطبية مثل مرض ويلسون (الكثير من النحاس في الجسم) والتهاب المفاصل الروماتويدي ، وأيضاً يتم استخدامه لمنع تشكل حصوات الكلى ، ويمكن أيضاً استخدام بنسليامين لشروط أخرى يحددها الطبيب.

يُعطى الحديد قبل ساعتين على الأقل من البنسلامين.

ليفوثيروكسين : يستخدم ليفوثيروكسين (Levothroid, Levoxyl, Synthroid, Tirosint , and Unithroid) لعلاج قصور الغدة الدرقية ، تضخم الغدة الدرقية ، وسرطان الغدة الدرقية.

يمكن أن يؤدي الابتلاع المتزامن للحديد والليفوثيروكسين إلى انخفاض كبير سريرياً في فعالية الليفوثيروكسين في بعض المرضى . تحذر الملصقات الخاصة ببعض هذه المنتجات من أن مكملات الحديد يمكن أن تقلل من امتصاص أقراص ليفوثيروكسين ، وتتصح بعدم إعطاء ليفوثيروكسين خلال 4 ساعات من مكملات الحديد.

كانت هذه بعض المعلومات من بعض الدراسات و المحاضرات والندوات العلمية
تحدثت عن فقر الدم / نقص الحديد أحببتُ مشاركتكم لها
أسأل الله تعالى بأن تكون زادت من رصيدكم الثقافي الصحي .

و في الختام أتقدم بالشكر الجزيل لسماحة المؤسس الحكيم الدكتور هانيبال
يوسف حرب حفظه الله تعالى ورعاه الراعي الرسمي و الداعم لنا دائماً لتقديم ما
هو جديد و مفيد .

قد ينخفض امتصاص الحديد بموجب :

أدوية تزيد من تركيز الحديد بالدم :
الكلورامفينيكول (مضاد حيوي):
الكلورامفينيكول يزيد من تركيز الحديد
في الدم بسبب تسمم نخاع العظم
الناتج عن الكلورامفينيكول ، و في
حالة حدوث كبت النخاع الشوكي راقب
مخازن الحديد وخفض جرعة الحديد
حسب الحاجة والنظر في وقف
الكلورامفينيكول وطلب المشورة
المتخصصة.

مثبطات مضخة البروتون: يلعب
حمض المعدة دوراً مهماً في امتصاص
الحديد اللاهيمي من الغذاء نظراً لأن
مثبطات مضخة البروتون مثل
لانسوبرازول (Prevacid)
وأوميبرازول (Prilosec) ، تقلل من
حموضة المعدة ، و بالتالي فإنها يمكن
أن تقلل من الامتصاص .

مضادات الحموضة: فصل أوقات
الجرعة لأطول فترة ممكنة.

أدوية تقلل امتصاص الحديد ويقلل
الحديد من امتصاصها:

الكينولون (مضاد حيوي): عن طريق
الفم (على سبيل المثال ،
سيبروفلوكساسين ،
موكسيفلوكساسين ، النورفلوكساسين)
خذ الكينولون قبل ساعتين على الأقل
من الحديد.

التتراسيكلين (مضاد حيوي): (على
سبيل المثال ، الدوكسيسيكلين ،
المينوسكلين) أفضل أوقات الجرعة
بأطول فترة ممكنة (ساعتان على
الأقل) .

الكالسيوم: (على سبيل المثال ، في
منتجات الألبان مثل الحليب) أفضل
أوقات الجرعة بعدة ساعات.

فيتات (Phytates): مادة موجودة
ببعض النباتات على سبيل المثال ،
البقول والحبوب الكاملة) قم بفصل
أوقات الجرعة عدة ساعات

الشاي والقهوة: فصل الجرعة مرات
عدة ساعات .

صَلُّوا عَلَيْهِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

(إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى
النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ
وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا).

سورة الأحزاب / الآية 56

شاركونا عدد صلواتكم خلال الأسبوع
بارساله لكل يوم جمعة

عبر تطبيق التيليفرام على مجموعة :
الطريقة الساذلية المهددية الهانيبالية الالمانية

https://t.me/joinchat/Cy-ZQEE5iQsdHPZe_c7f2w



أكاديمية FG-Group القسم العربي
لتنمية القدرات والطاقات الإنسانية والتي تدرب
وتعلم العلوم المتفوقة

(شركة مجموعة العائلة - المرخصة رسمياً في تركيا)
والتي ترعاها هيئة الإف جي العلمية العالمية.

 https://t.me/FG_Group_Academy_Turkey

 <https://t.me/FGGroupAcademy>





نحن محطة إذاعية منبثقة
عن شركة
FG مجموعة العائلة
نقوم بدورنا التثقيفي
والإعلامي حول العالم لنشر
القيم والثقافة الأخلاقية

اضغط للتحميل :



www.radiofg.org

**Radio
Family Group**



DAR AL AQIQ

HAHO
Magazine

هاهو

مجلة

شهرية

1443 / 2021 - العدد (20)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

مشروع أجيال العائلة - FG
يعتني بوعي ثقافتك

رسالة الحضارة والثقافة الروحية
يقدمها سماحة المفكر الإسلامي
الشيخ د. هانيبال يوسف حرب

أيلول \ سبتمبر 2021 - الموافق : صفر 1443 www.fg111.net