

HAHO Magazine

هاهو

مجلة
شهرية

1443 / 2022 - العدد (30)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

لا حَوْلَ ولا حِجَّ ولا عَيْدَ إلا بالله
المفكر الإسلامي الشيخ
د. هانيبال يوسف حرب

القطبانية
د. نور ميري

كيف نربي أبناءنا تكنولوجيا؟
أ. نور هرشو

إلى من يهمه الأمر
أ. خلدون لبزو

رأي في الفيمينيسست
د. منى حمادي

الرقّة قدرة!
د. كندة زكريا مثالا

تموز | يوليو 2022 - المواقف : ذي الحجة 1443 www.fg111.net

أهلا بكم

مؤسسوا مجلة هاهو

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

رئيس التحرير

- د. سارة الجعبري

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

كلمة رئيس التحرير

بسم الله الرحمن الرحيم
اللهم صلِّ وسلِّم على الحبيب
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه
أجمعين .
تتنافس الأرواح على التميّز في
طبعها العليّ ، فتَمَيَّزُ بحقيقة المحبّة
تكن الأرقى ...
وتنلّ من حروف المحبة ما هو
مكنوز في سطور العلم ...

فتعلم ترتقي ... تعلم تتميّر ...

د. سارة الجعبري

تابعنا



على تطبيق التليغرام:

<https://t.me/hahomagazine>



على الفيسبوك :

مجلة هاهو hahomagazine

للتواصل

hahomagazine@gmail.com

تقرؤون في هذا العدد

- كلمة رئيس التحرير 2
- محتويات العدد 3
- كلمة شهر ذي الحجة 1443 5
- القطبانية 9
- الطاقة الغذائية 11
- بين الصدور والسطور 13
- الرقعة قدرة 15
- Screenshot 23
- الكوليسترول 27
- رأي في الفيمينست 41
- أعوذ بكلمات الله التامات 45
- الحجامة (7) 47
- من أدبيات مدرسة الحب الإلهي المجددي 49
- الهانيبالي الكمالي 53
- الركن الخامس 55
- العصب الحائر (3) 57
- تحليل اسم نسبية 61
- فضل العشر من ذي الحجة 63
- الهندباء الطبية 63

الداعمون



أكاديمية FG-Group التركية



راديو فاملي غروب



دار العقيق
للأحجار الكريمة



مؤسسة التواصل الهندسية

- عطية العيد الكبير 71
- راديو فاملي غروب: برنامج منازل آيات
القرآن الكريم 73
- سلسلة تشكيلة شخصيات (11) 75
- غرق المادية 77
- كيف نربي أبناءنا تكنولوجياً؟ 83
- إلى من يهّمه الأمر 28 87
- هانينا 89
- دورة تأسيس النحو - المحاضرة الثانية 91
- دعوة للصلاة على النبي الأكرم 105

لإعلاناتكم في مجلتنا يرجى التواصل عبر تطبيق
التيلغرام عبر المعرف التالي:
sarahaljabari_dr@

أو عبر البريد الإلكتروني:
hahomagazine@gmail.com

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين
و الصلاة و السلام على سيدنا محمد و آله و صحبه أجمعين
كلمة شهر ذي الحجة 1443

بسم الله الرحمن الرحيم

(لا حَوْلَ و لا حِجَّ و لا عِيْدَ إِلا بِاللّهِ)

الله أكبر .. ما تمايزت القبضتان بين نورٍ و ظلمةٍ ..
الله أكبر الثانية .. ما تمايزت روح الحقيقة و روح التخيل ..
الله أكبر الثالثة .. ما تمايزت المعاني عن صورها ..
الله أكبر الرابعة .. ما تمايز إيلاج الليل و إيلاج النهار ..
الله أكبر الخامسة .. ما تمايزت الخلافة بين مستخلفٍ و
مستخلفٍ ..
الله أكبر السادسة ما تمايز النفع بين كسبي و وهبي ..
الله أكبر السابعة .. ما تمايزت الكلمة العليا و الكلمة السفلى ...
طاشت الأرواح إذ التمادي قد لاح ..
و طال العبثُ و استطال الخبثُ إلى الفلك .. فتعجب الملك لحاجٍ قد
هلك ..
إلى ربِّه سلك ..
زمام عبادته مخلط له ملك ..
فبات الحجيج في أمر مريج ..
و السنة من نار تطفئ الأجاج ..

كلمة الشهر

و يأبى الله إلا أن يُتَمَّ نُورَه ..
 و القمرُ استترَ و لم يعلنْ هلالَ الشهرِ و لا ظهرَ ..
 و الفلكُ الواهمُ أصبح هو المعْتَبَر ..
 و تُغَيَّبُ شعوبٌ و تُقَلَّبُ العبادةُ عادة ..
 و الغفلةُ في زيادة ..
 كانت عبادةً مؤقتةً بتوقيتٍ دقيقٍ ..
 و باتت عادةً بحسابٍ غيرِ حقيقٍ ..
 و باتَ الفاهمُ بالجاهلِ لحيقٍ ..
 ركنٌ أساسٌ باتَ حَلِيقٍ ..
 سيعودون كما أعوامٍ سابقةٍ مقصِّرين شعور الرأس كما قصَّروا
 شعور الرأس ..

كيومِ ولدته أمه عادَ مزلوطاً ..
 فقَدَ الخامسَ و بيقظته مزعوطاً ..
 زالط مُبَلِّط ..
 (شوفوني صرت حَجِّي) ..
 تقبَّلَ اللهُ تعالى من الأمةِ كلِّها ..
 و كلُّ عامٍ و قد أنارَ عقولها ..
 و عيدٌ سعيدٌ ..

و اللهُ يقولُ الحقَّ و هو يهدي السبيلَ
 و الحمدُ لله ربِّ العالمين

بقلم : د. هانيبال يوسف حرب

القُطْبِيَانِيَّة

(1)

د. نور ميري

بسم الله الرحمن الرحيم و الحمد لله رب العالمين الذي قَسَمَ من حبه الخاص لعباد مخصوصين هم أولياء حبه في العالمين..
والصلاة و السلام على إمام الأنبياء و سيد الأولياء سيدنا محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ وَ صحبه و سَلَّمَ ؛ مَنْ تَنَزَّلَتْ عَلَيْهِ الْفَاتِحَةُ الشَّرِيفَةُ فَفَتَحَتْ أَنْوَارَ الْعَالَمِينَ بِلَوَاءِ الْحَمْدِ الْأَزَلِيِّ الْأَبَدِيِّ .

نتابع حديثنا اليوم ضمن سلسلة مقالات ديوان الأولياء وحياض علم طبقات الأولياء ممَّا تلقيناه من فضيلة الشيخ الدكتور هانيال يوسف حرب حفظه الله تعالى .. وسنتكلم تحديداً عن القُطْبِيَانِيَّة

تعريف القطب :

قطب الشيء : مركز دائرته ، و يُطَلَقُ عَلَى الشَّخْصِ الَّذِي يَكُونُ مَرْكَزَ دَائِرَةِ مَعْنَى مَا .. فَهُوَ مَحْوَرٌ تَلْتَمِسُ عَلَيْهِ كُلُّ الْأَطْرَافِ .

فالتوكل هو معنى له قطب تدور حوله توكلات العالم ، وكذلك الزهد فهو معنى له قطب يدور حوله زهد الزاهدين وهكذا ..

قال تعالى : {يَوْمَ نَدْعُو كُلَّ أُنَاسٍ بِإِمْـَامِهِمْ ..} {الإسراء 71/ وقال أيضاً : { .. وَلِكُلِّ قَوْمٍ هَادٍ } الرعد/ 7

فقطب التوكل مثلاً يكون محوراً للتوكل و قمة فيه ، و كل مَنْ دونه إنما هم تابعون له في توكلهم ، فهذه المركزية في قطبانيته تُنظِمُ المتوكلين حولها في نسق توكلي خاص من الأدنى البعيد عنه إلى الأعلى القريب منه و بذلك ينتظم عالم التوكل و يكون (قطب التوكل) هو خليفة الله المتوكل في عالم المتوكلين .

وقد عَيَّنَ نبينا محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ وَ صحبه أجمعين بعض الأقطاب في زمن دولته للديوان حيث قال كما جاء في الحديث : «أَفْرَضُكُمْ زَيْدًا» .. فَعَيَّنَ قُطْبًا لِلْفِرَائِضِ هُوَ زَيْدٌ ، وَقَالَ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ وَ صحبه و سَلَّمَ : «أَرْحَمُ أُمَّتِي بِأُمَّتِي أَبُو بَكْرٍ ، وَأَشَدُّهَا حَيَاءً عُثْمَانُ ، وَأَعْلَمُهَا بِالْحَلَالِ وَالْحَرَامِ مَعَاذُ بْنُ جَبَلٍ ، وَأَقْرَبُهَا لِكِتَابِ اللَّهِ تَعَالَى أَبِي ، وَأَعْلَمُهَا بِالْفِرَائِضِ زَيْدٌ ، وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَمِينٌ ، وَأَمِينُ هَذِهِ الْأُمَّةِ أَبُو عُبَيْدَةَ بْنُ الْجَرَّاحِ » ، قَالَ التِّرْمِذِيُّ : هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ ، وَقَالَ الْحَاكِمُ : إِسْنَادُهُ صَحِيحٌ عَلَى شَرْطِ الشَّيْخَيْنِ ، وَفِي رِوَايَةٍ لِلْحَاكِمِ : «أَفْرَضُ أُمَّتِي زَيْدًا» ثُمَّ قَالَ : هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ عَلَى شَرْطِ الشَّيْخَيْنِ .

فهذه أحاديث صحيحة في قطبانية هؤلاء ووصولهم إلى قمة هرم اختصاص كل منهم.

وهناك في السُّنَّةِ الكُثْرَةُ عَلَى هَذِهِ الشُّوَاهِدِ لَا سِيَّمَا طَبَقَةَ أَهْلِ الصِّفَةِ .

و حيث أَنَّهُ مَا مِنْ شَيْءٍ إِلَّا وَهُوَ مُرَكَّبٌ مِنْ رُوحٍ وَصُورَةٍ .. فَلَا بَدَّ أَنْ يَكُونَ لِكُلِّ قُطْبٍ رُوحٌ وَ صُورَةٌ ؛ فَرُوحُهُ تَدُورُ عَلَيْهَا أَرْوَاحُ ذَلِكَ الْأَمْرِ الَّذِي هُوَ قُطْبُهُ ، وَصُورَةُ ذَلِكَ الْقُطْبِ تَدُورُ عَلَيْهَا صُورَةُ ذَلِكَ الْأَمْرِ الَّذِي هُوَ قُطْبُهُ ، وَ يُسَمَّى الْوَجْهَ الْوَاحِدَ مِنَ الْقُطْبِ جَنُوبِيًّا وَهُوَ الرُّوحُ ، وَالْآخِرَ شَمَالِيًّا وَهُوَ الصُّورَةُ .
يتبع إن شاء الله تعالى..

الطاقة الغذائية

المهندسة دانيا هرشو

بسم الله الرحمن الرحيم
الطاقة هي أساس حياة الإنسان حيث تؤمن استمرارية نشاطاته المختلفة و المحافظة على حياته بالشكل الطبيعي .
للطاقة أشكال مختلفة منها الكيميائية والميكانيكية والحرارية ، و لوجودها أهمية كبيرة في نمو الجسم و بناء العضلات والقدرة الحركية و الذهنية ، و إن شعور الإنسان بالكسل والخمول والأمراض يدل على وجود خلل بالطاقة الكيميائية المكتسبة من الماء و الهواء و الغذاء داخل جسم الإنسان ؛ حيث يعمل الجسم على تحويل الطاقة الكيميائية المكتسبة إلى طاقة ميكانيكية (حركية) من خلال انقباض وانبساط العضلات أثناء القيام بالنشاطات الجسدية ...

بعض الأغذية التي تمنح الطاقة:
• الشوفان

إن تناول الشوفان في الصباح يؤمن لك الطاقة اللازمة للعمل بشكل جيد و بحيوية ، كما يمنحك الشعور بالشبع لفترات أطول لاحتوائه على الكربونات المعقدة الغنية بالألياف .

• الكينوا

هي بذرة مشهورة بمحتواها العالي من البروتين والكربوهيدرات والألياف الغذائية.

• البيض

يوفر البيض الطاقة و يعطي شعوراً بالشبع لفترات أطول ؛ فالبيضة الواحدة تحتوي تقريباً على 70 سعرة حرارية ، و هو مصدر غني بالبروتين .

• التفاح

مصدر غني بالسكريات الطبيعية والألياف التي تساعد في تعزيز مستويات الطاقة.

• الفاصولياء

مصدر جيد للبروتين ، كما أنها غنية بالمغنيسيوم الذي يساعد الخلايا على إنتاج الطاقة.

• البطاطا الحلوة

تحتوي على الكربوهيدرات المعقدة التي يهضمها الجسم ببطء مما يوفر إمداداً ثابتاً للطاقة.

• السردين

يوفر بروتيناً حيوانياً عالي الجودة للحصول على طاقة ثابتة و كميات كبيرة من أحماض أوميغا 3 .

• الشوكولا الداكنة الخام

تحتوي على نسبة سكر أقل من ألواح الحلوى وشوكولاتة الحليب ، كما أنها تعمل على تحسين المزاج ووظائف المخ ، ويمكن لمضادات الأكسدة الموجودة في الكاكاو أن تساعد في حماية الخلايا وخفض ضغط الدم وتحسين تدفقه .

• القهوة

الكثير منا يحصل على جرعة الكافيين في الصباح من خلال شرب كوب من القهوة و هذا يساهم في تعزيز طاقتك و يبقيك أكثر يقظة .. ولكن لا تفرط في تناولها حيث يمكن للكافيين أن يجعلك عصبياً أو يتسبب بأرقك.

• الماء

لقله تعالى : { وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ } الآية 30 / سورة الأنبياء ، فالماء من ضروريات الحياة حيث يشارك في العديد من الوظائف الحيوية للإنسان بما في ذلك إنتاج الطاقة ، و قد يؤدي عدم شرب كمية كافية من الماء إلى الجفاف مما يجعله يشعر بالخمول والتعب.

و دتم بصحة و عافية

بين الصدور والسطور

الشيخ د. أوس العبيدي



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً طيباً مباركاً ، والصلاة والسلام على سراج
الحب وقبلة المحبين نور الأنوار ومنبع الأسرار الحبيب المختار قبل خلق
السموات والأراضين الموصوف بأفضل الأخلاق والشيم سيد الجود والكرم
وسيد العرب والعجم ، سيدي وحبيبي محمد وعلى آله وصحبه الكرام أجمعين .
قال تعالى : { بَلْ هُوَ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ فِي صُدُورِ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ } العنكبوت / ٤٩ ،
فشتان ما بين الصدور والسطور ..

عند علماء الإسلام هناك قاعدة أساسية وهي وجوب تلقي العلم من صدور
العلماء التي جعلها الله تعالى أوعية للمعارف والأسرار ، وخص كل زمان
بمجموعة منهم ليكونوا أرواحاً تبث العلم والمعرفة بين العباد ، فهذه قاعدة
وسنة من السنن الكونية .

عندما نذكر العلم فإننا - ضمناً - نذكر المعلم والمرشد ، فلن تصل للمعالي بدون
من يدلك على أسرار وخفايا العلم التي لن تجدها بين السطور على اختلاف
وتنوع المعارف في تلك السطور ، ففي كل مجال أنت محتاج لذلك الوعاء الجامع
لتعترف منه ويكون لبنات مرصوفة في بنائك لذاتك .

المرشد في الجامعة هو الأستاذ الذي يلقنك ، وقبلها في المدرسة فإن المرشد هو
المدرس الذي يعلمك ، وقبلها عندما كنت طفلاً كانت مهمة أبيك وجدك أن
يزودك بخبرائهما الحياتية ومعارفهما ، بل حتى في ساحة الأعمال الصناعية
فهناك حكمة مشهورة بين الحرفيين تقول : (الصنعة مغطاة بقشة) ومن يرفع
لك تلك القشة هو مرشدك في ذلك العمل وفي تلك الصنعة ..

فالذي أريد قوله ليكون خلاصة لك في كل مجال من مجالات حياتك ومهما كان
تخصصك : أنت محتاج لهذا المرشد وهذا الخبير ليلقنك أسرار ما تسير فيه وما
تسعى له ، ولن تكون الكتب بديلة عنه ؛ قد تكون داعمة .. نعم لا شك لكنها لن
تكون بديلاً ، و اعلم أن ارتقاءك البشري لن يكون بمجموعة كتب تنمية تجارية
هدفها الأول إحباطك لتبقى محتاجاً لها ولمثيلاتها من الكتب ، فكما حبر السطور
مع مرور الزمن يندثر ؛ سيندثر ما بنيته إذا كنت معتمداً على تلك السطور فقط ،
فأنت محتاج لقدوة خبير في مجاله يغذي ذاتك البشرية في عملية ترقبها

ومن كان أساسه و مرجعه الصدور بقي هذا الأساس ما دامت الإنسانية باقية
، وما جعلت السطور إلا لتخلد إرث هذه الصدور الإنسانية .

اجعل هذا قاتوناً في بناء ذاتك ، و سر في طريقك مستنيراً بنور تلك القلوب .

و الحمد لله رب العالمين

بسم الله الرحمن الرحيم

لطالما كانت القدرات والخوارق القدرية الإنسانية محط نظر ودهشة ، إلا أنك حين تتوجه بسؤالك عن تلك القدرات وما يعرفه الناس منها ؛ ستجد أنّ التصوّر البشري مقصور على الخوارق للطبيعة وقوانينها كالمشي على الماء ، والتحليق في الهواء .. وما شابهها ..

لكن في حقيقة الأمر هناك العديد من القدرات الإنسانية التي يتنا في أمس الحاجة لها اليوم ، ولا ندرك أنها قدرة بحد ذاتها ، كالقدرة على الإقناع ، القدرة على حل المشكلات .. وغيرها من القدرات التي إذا امتلكها الإنسان تفوق وحقق الكثير من الأهداف المهمة ، فما عاد التحليق بالأمر الصعب إذ أنك تستطيع اليوم أن تتوجه بالطائرة لتصل إلى وجهتك بسرعة .

من القدرات الإنسانية المهمة في هذا العصر (قدرة الرقّة) . لعلّ الرقّة الروحية من القدرات التي بات امتلاكها اليوم نادراً رغم أهميتها ، والدكتورة كندة زكريا مثلاً على الإنسان الرقيق ، فقد حازت بفضل الله تعالى هذه القدرة لتعيش في عالمها الخاص جمالاً وخصوصية منبثقة من تلك القدرة .

فإن تتسم روحك الإنسانية بالرقّة يعني : أن تكون أقدر على الانسياب في العوالم واستشفاف المعرفة منها . و أن تكون متفوقاً في العوالم العاطفية ، وأن تتحقق بالكثير من الكينونات الشفافة القوية الملازمة لقدرة الرقّة كما هو الحال مع د. كندة .

الرقّة قدرة د. كندة زكريا (مثلاً)



فقد أكرم الله تعالى د. كندة بقدرة الرِّقَّة التي فعَّلتها في كل تفاصيل حياتها تبعاً لحقيقتها الرقيقة .. فكانت الابنة و الزوجة و الأم التي تواجه كل وجوه الحياة بقدرتها تلك .. حيث أثبتت و لازالت تثبت عبر سطور الحياة أن الرِّقَّة ليست ضعفاً و رومانسية سلبية بل إنها قدرة حقيقة و طاقة قوية و درع مكين لا سيما في وقت الشدائد ..

تميزت د. كندة بخصوصية التعبير عن رقتها بالقول و الفعل .. فلم تكن رقتها مشاعر خفية ووصفاً باطنياً تترجمه بابتسامة فقط .. بل كان تعبيرها فعلاً ظاهراً و مترجماً لحقيقة تحققها بتلك القدرة فما صارت وجهاً جلالياً و لا أظهرت حباً جمالياً إلا برقة .. و مما ساعدها على صقل تلك القدرة الجمالية انتماؤها لهيئة الـ FG العلمية العالمية لتنمية القدرات و أيضاً لمدرسة الحب الإلهي الكمالي التي أسسها سماحة العارف بالله تعالى الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى حيث اغترفت الدكتورة كندة من جماليات حقائق النور التي تلقنتها من سماحته لتبثها جمالاً رقيقاً راقياً ..

و لعلَّ أجمل ظهورات الحب التي تحلَّت بها د. كندة و من خلال قدرة الرقة التي تتمتع بها حين رأيناها تلج عالم علوم ترجمان القرآن الكريم برقة روحية عالية لترجم القرآن الكريم بلغة حب خاصة ، وتسبر رقتها جماليات حب رقيقة في رقائق الحروف الشريقات .



فمن تلك الترجمات لبعض الآيات الكريمة :
 - { فَتَلَقَىٰ آدَمَ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ
 الرَّحِيمُ } / 37 البقرة

الترجمان : قلب رغد بالحب نطق بكلمات ليست كالكلمات ..
 بحروف تسربت بنور الحب .. تنعمت برفاه الحب .. تغذت بماء
 الحب .. تعطشت إلى مزيد من الحب .. فهل من مزيد؟ ..
 نعم .. إنه الحبيب القريب يعفو ويصفح و يرحم عثرات الحب
 هفوات الحب .. زلات المحبين ..
 فكيف لا يتوب وهو الأقرب من حبل الوريد ! ،
 وريد نور يسري بحب في جسد العاشق .. فيهبه حياة الحب بكل
 أنفاس طهر الحب ونقاء كينونته وصفاء حاله .. لتعلو حضرة
 الحب فوق جميع الحضرات ويُنصبُ عرش الحب .

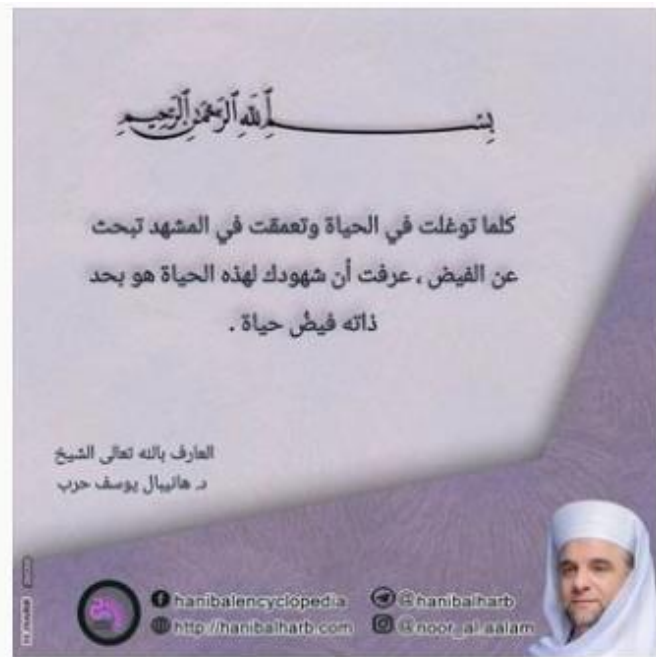
- { قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ
 فَلَا خَوْفَ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ } / 38 البقرة
 الترجمان : مَنْ عصى الحب ورفض الامتثال لأمر الحب وجب
 عليه النزول لوادي المُبْعِدِينَ عن حضرة الحب لتضييق الأنفاس
 وتتضرج الأرواح لبُعدها وإقصائها عن كنهها الذاتي المحب
 وتتربص بوارق أرواح هادية محبة لترجع و تتعلق بها من جديد
 لتطير في سماوات الحب وتأخذ أنفاس الحب لتحيا بها من جديد ،
 فَمَنْ ذاق طعم الحب عرف كنه الحب فلا يتوه ولا ينسى وتبقى



الروح متخبطة لتلقى منقذها من أعماق اللا حب إلى قمم
الحب لتحيا بحق حياةً لاتعرف الخوف والحزن .. فهي في
فلك الحب تسرح ، ومن ماء نوره تنضح ، وفي عروق دمانه
تسيح ، وفي أمان لطائفه تمرح ، فكيف لخوف أو حزن لدقائق
كيانه تنزح ؟ ولاوجود لغير الحب مطرح .

و نقول : لا تمنح الرقة هذا البعد القدروي في عوالم العاطفة
والحب وحسب بل إنها تهين الروح الإنسانية لأمر وفتوحات
أخرى مهمة .
لعلّ القدرات أكثر بكثير مما نتخيل وأعمق بكثير مما نعتقد ، و
لعلّ عالمنا اليوم بحاجة إلى قدرات من نوع آخر عن تلك التي
تمكّنك من الطيران أو المشي على الماء ، فأختلاف الزمن يعطي
الأهمية لقدرات مختلفة .
إن هيئة الـ FG العلمية العالمية تعني بقدراتك الإنسانية وتنميتها
كما اعتنت بقدرة الدكتورة كندة زكريا مشكورة .
فبادر للتعرف على قدرتك الخاصة ، واعتن بخصوصيتك
الممنوحة لك ، و كن إنساناً مسلماً على قدرٍ من التميّز .





إعداد : أ. منال جبيلي

Screenshot Screenshots



noor_al.aalam

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

قدّم العارف بالله تعالى الشيخ الدكتور هانيبال يوسف حرب على حساب الطريقة الشاذلية المجددية الكمالية الهانيبالية فيضاً نورانياً بعنوان (شهودك يحدد هوية وجودك) حيث ذكر سماحته أن الوعي عالم خاص بصاحبه ولكل إنسان وعيه ، ويكون هذا الوعي على قدر علم وإدراك وفاعلية الإنسان .

كما أشار سماحته إلى ضرورة الوضوح الروحي في العلاقات وإلى أهمية تحديد نوع العلاقة وهدفها بين الأطراف.

وكان لعلم العدد فسحة نورانية ذكر فيها سماحته أن الأعداد في الوجود من أعظم آيات الشكور عزّ وجلّ.

وللحب نور وإشراق خاص في روح العارف بالله تعالى حيث أفاض علينا سماحة الدكتور هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى من خلال كتاب (الحب كما أراه) من حروف العشق النورانية ما يفتح في نواتنا عوالم حب أخّاذة ..

بالإضافة إلى العديد من العلوم والفهوم التي يكرّمنا بها سماحته .
زاده الله علماً ونوراً وإشراقاً في العالمين آمين.



علوم ودورات د. هانيبال يوسف
حرب
<https://t.me/Truthandknowing>

من خلال البث المباشر عبر برنامج التليغرام طرح سماحة المفكر الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى موضوعاً للنقاش و يُعتبر هذا الموضوع من أهم المواضيع المجتمعية الخطرة في عصرنا ألا وهو (هجمات المثلية الإعلامية وأطفالنا) حيث ناقش سماحته الأفكار و الأسباب التي أدت إلى انتشار هذا النوع من الآفات الخطيرة و السُّبُل و الإمكانيات الموجبة لمجابهة هذا الخطر ، و قد شارك في هذا البث المباشر عدد كبير من الحضور الكرام الذين أدلوا بأفكارهم و آرائهم و كان لمشاركتهم جمالية خاصة تعبر عن المستوى الفكري العالي المهم و اللازم لدحر الأخطار المحدقة بالأمّة . كل الشكر لسماحته لما يطرحه من مواضيع مهمة تفتح الآفاق الفكرية العلمية و العملية .



دورة علم العلاج بطاقات رقائق النور
https://t.me/American_FGGroupAcademy

تستمر فعاليات دورة المستوى الثالث من (علم العلاج بطاقات رقائق النور) الذي تقيمه هيئة FG العلمية العالمية و يقدمه مؤسس هذا العلم الشريف سماحة المفكر الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى حيث يسبح الطلبة والمتقنون والعلماء المشاركون في بحر هذا العلم النافع و ينالون من اللآئى العلمية و الجواهر المعرفية الكثير الكثير ؛ سائرين على درب الشفاء بنور الله تعالى وبضوابط القرآن الكريم والسنة الشريفة . ولازال الدفق المعرفي الخاص بعوالم الشفاء سارياً في مجاري أرواحهم و لله الحمد .

يسر هيئة FG العلمية العالمية لتنمية القدرات أن تقدم

دورة خاصة في الشفاء :

علم العلاج بطاقات رقائق النور
(المستوى الثالث)
يقدمها مؤسس العلم
د. هانيبال يوسف حرب

- بضوابط القرآن الكريم والسنة الشريفة .
تبدأ الدورة يوم الأحد / 5 / 6 / 2022 إن شاء الله تعالى
بادر إلى التسجيل على التليغرام على هذا المعرف : @Noralalm246

Screenshot

من الأسباب الرئيسية التي تؤدي لاضطرابات الكوليسترول :
الجينات الوراثية والسلوكيات غير الصحية في نمط عيش
الحياة اليومية.

ففي جانب الوراثة - كسبب لاضطرابات الكوليسترول - يرث
بعض الأشخاص جينات من أمهاتهم أو آبائهم أو حتى أجدادهم
تتسبب في ارتفاع نسبة الكوليسترول لديهم وهو ما يسمى
بفرط كوليسترول الدم العائلي **Familial**
Hypercholesterolemia الذي قد يسبب مرض تصلب
الشرايين المبكر في القلب.

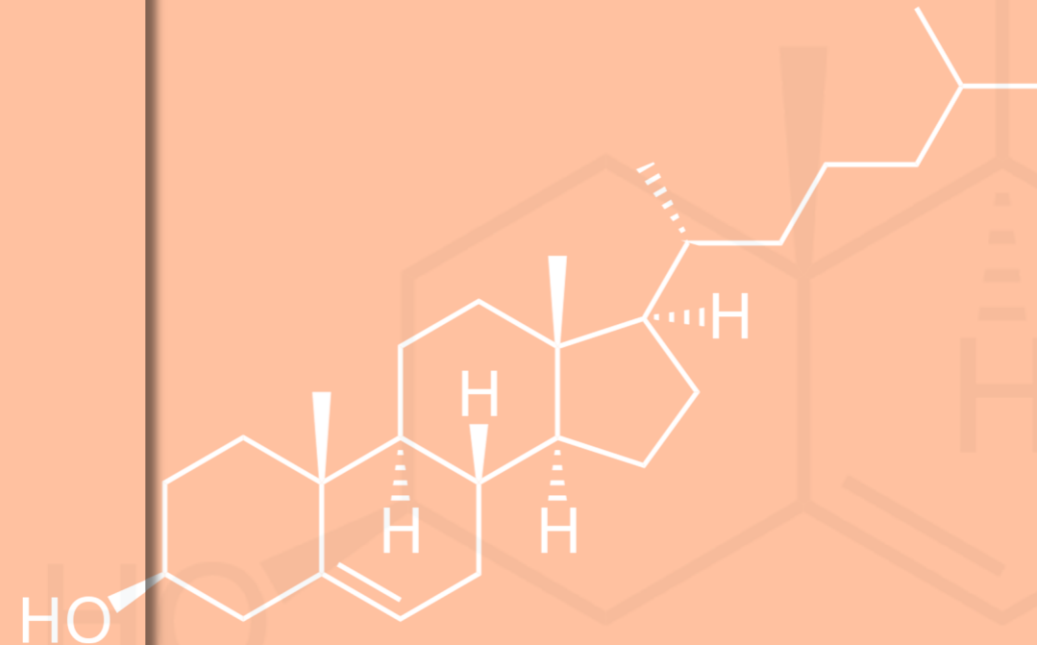
وهناك أكثر من 100 جين يمكن أن يؤثر على كيفية تعامل
أجسامنا مع كوليسترول ودهون الدم ، وفي بعض الأحيان،
يكفي حصول تغيير واحد وبسيط في أحد الجينات لرفع معدل
الكوليسترول أو الدهون الثلاثية إلى مستويات عالية جداً ،
وفي أحيان أخرى يؤدي توريث عدد من الجينات و التي يكون
لكل منها تأثير بسيط إلى حدوث مشاكل أكبر بشأن
الكوليسترول والدهون.

أما في جانب السلوكيات غير الصحية في نمط عيش الحياة
اليومية : فتكون كالأكثر من تناول الدهون المشبعة والدهون
المتحولة والسكريات والكسل البدني عن ممارسة الرياضة
اليومية وزيادة ساعات الجلوس مقارنة بالوقوف والحركة و
بالتالي حدوث السمنة .. فهذه السلوكيات تكون السبب
الرئيسي الآخر لاضطرابات الكوليسترول.

الكوليسترول

تقديم: المعالجة سعاد شمس النهار

قُدِّمَت الأَمْسِيَّة على :
مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال العائلة
الـ FG-Group Academy –Turkey



بما في ذلك تناول وجبات غذائية غير صحية (غنية بالأطعمة الدهنية)، وزيادة وزن الجسم، وعدم ممارسة الرياضة، واضطرابات النوم، وكلها مرتبطة ارتباطاً مباشراً بارتفاع مستوى الكوليسترول .



كما أن الارتفاع المزمن لهرمونات التوتر يتسبب في زيادة إفراز الجسم للجلوكوز والأحماض الدهنية إلى العضلات والدم لاستخدامها كطاقة، وأيضاً قد يتسبب في قيام الكبد بإنتاج المزيد من الكوليسترول والدهون الثلاثية

2 - اضطرابات النوم:

ثمة صلة بين مقدار عدد ساعات النوم ونوعية جودة النوم وبين التغيرات في مستويات الكوليسترول، وبطبيعة الحال عندما يحرم المرء نفسه من النوم في ساعات الليل بالذات تزداد مستويات التوتر لديه على مستوى أنسجة وأعضاء الجسم وأجهزته، ويضطرب نمط التغذية لديه مما قد يساهم في تذبذب مستويات الدهون و الكوليسترول في الدم.

أسباب أخرى:

◆ هل يؤدي سوء الحالة النفسية للإصابة بالكوليسترول ؟
نعم ، هذا من العوامل التي تساعد على ظهور الكوليسترول.

◆ هل تناول بعض الأدوية يؤثر سلباً و يؤدي للإصابة بالكوليسترول؟
نعم ، و هذا أحد الأسباب المهمة للإصابة بالكوليسترول.

◆ هل الزيوت - باستثناء زيت الزيتون - تزيد نسبة الكوليسترول ؟
نعم ، الزيوت المهدرجة تساعد على هذا.

◆ هل للأجبان والألبان تأثير مباشر للإصابة؟

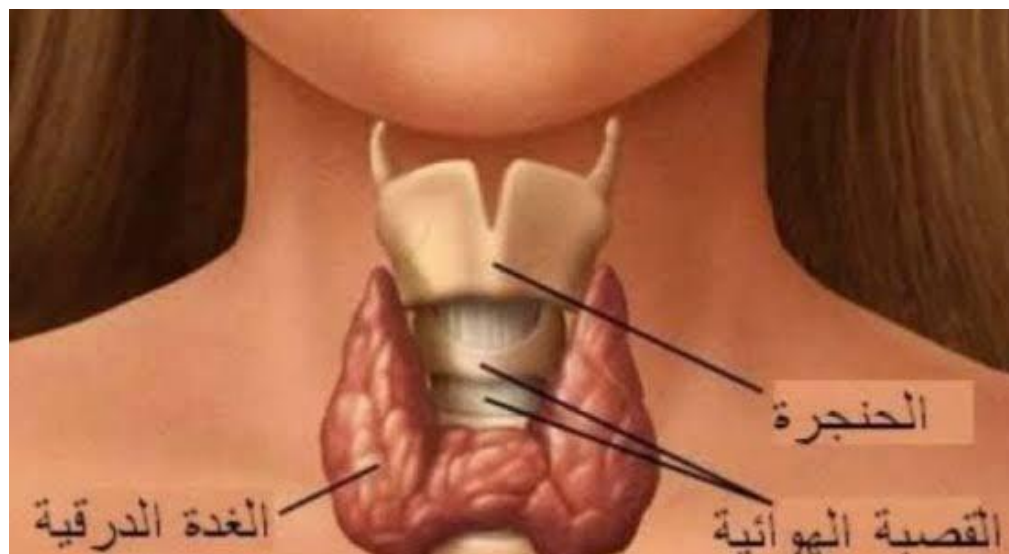
نعم ، و لكن لبعض الأشخاص الذين لديهم استعداد للإصابة. وبالمقابل، فهناك نسبة 30 بالمائة من حالات ارتفاع الكوليسترول - وفق ما تشير إليه بعض الدراسات الطبية - قد تكون لأسباب أخرى تعمل على رفع الكوليسترول و قد لا يتنبه المرء إلى دورها السلبي ؛ وهي تشمل :
1 - الإجهاد النفسي المزمن:

عند معيشة حالة توتر الإجهاد النفسي بشكل مزمن وعدم تخفيفه بممارسة الرياضة وتناول الأكل الصحي وضبط النوم ؛ يقوم الجسم بإفراز هرمونات التوتر مثل الأدرينالين والنورادرينالين والكورتيزول ، و هذا يسبب ارتفاع مستوى الكوليسترول الخفيف الضار (البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) وانخفاض مستويات الكوليسترول الثقيل الحميد (البروتين الدهني عالي الكثافة (HDL).

ويطرح الباحثون الطبيون عدة تفسيرات محتملة لذلك ؛ أحدها أن الأشخاص الذين يعانون من ضغوط شديدة لديهم عادات صحية سيئة

4 - ضعف الغدة الدرقية:

الغدة الدرقية هي غدة في الرقبة تُنتج هرموناً يسمى هرمون الغدة الدرقية، وهو ضروري للحفاظ على أجسامنا كي تعمل بكفاءة من جوانب متشعبة وحيوية وضمن عدة مهام له في الجسم.



يستخدم الجسم هرمون الغدة الدرقية أيضاً للمساعدة في إزالة الكوليسترول الزائد الذي لا يحتاجه ، لذلك عندما يكون ثمة حمول وكسل وضعف في الغدة الدرقية Hypothyroidism، ترتفع مستويات الكوليسترول الخفيف الضار بشكل رئيسي إضافة إلى ارتفاع الكوليسترول الكلي والدهون الثلاثية.

ولحسن الحظ فمن السهل التشخيص من خلال تحليل الدم وكذلك العلاج ، وبمجرد تناول الهرمون التعويضي لضعف الغدة يجب أن تعود مستويات الكوليسترول والدهون الثلاثية إلى مستوياتها المعتادة في غضون بضعة أشهر.

و كذلك فإنّ النوم المفرط له تأثير سلبي على مستويات الكوليسترول في الدم ، وتشير بعض المصادر الطبية أن العلاقة بين النوم ومستويات الكوليسترول تتبع نمطاً على شكل حرف U ، لذلك فإن الأشخاص الذين ينامون أقل من ست ساعات كل ليلة على مدار فترة زمنية محددة قد يكون تأثير نومهم على مستويات الكوليسترول لديهم نفس تأثير نوم أولئك الذين ينامون أكثر من تسع ساعات يومية بانتظام .

3 _ أنواع من الأدوية :

قد يكون لبعض الأدوية تأثير سلبي غير متوقع على الكوليسترول .

وتشمل هذه الأدوية مشتقات الكورتيزون Corticosteroids (لخفض المناعة ونوبات الربو والتهابات المفاصل وغيره) ، وبعض أنواع حبوب منع الحمل ، والريتينويدات Retinoids (لعلاج حبّ الشباب وغيره)، والكورتيكوستيرويدات والأدوية المضادة للفيروسات Antivirals، ومضادات نوبات الصرع والتشنج Anticonvulsants، وبعض أدوية ارتفاع ضغط الدم (مثل مُدرات البول Diuretics والأنواع القديمة من مُحاصرات البيتا Beta - Blockers)، وبعض أنواع أدوية خفض المناعة Immuno - Suppressants (في حالات زراعة الأعضاء)، وبعض أنواع أدوية علاج الاكتئاب Antidepressants.

وأدوية المنشطات البنائية الأندروجينية Anabolic Steroids لبناء كتلة العضلات) ، فبعض هذه الأدوية قد يرفع الكوليسترول بشكل طفيف، والبعض الآخر بشكل واضح. لذا يجدر الحديث مع الطبيب حولها واحتمال تغيير مقدار الجرعة منها أو استبدالها بأنواع أخرى.



7 - الحمل:

أثناء الحمل يستخدم الجسم الكوليسترول لمساعدة الجنين على النمو والتطور ، لهذا السبب قد ترتفع مستويات الكوليسترول والدهون الثلاثية بنسبة قد تصل إلى 50 في المائة في الثلث الثاني والثالث من الحمل ، ويمكن أن تبقى مرتفعة لمدة شهر تقريباً بعد الولادة ، وعادة فإن هذا الارتفاع المؤقت لا يؤدي الأم أو الطفل ، ولهذا السبب لا يُوصى بإجراء اختبار الكوليسترول أو الدهون الثلاثية أثناء الحمل لأنهما لن يعكسا مستويات طبيعية ، ولكن إذا كان لدى الحامل بالفعل ارتفاع في نسبة الكوليسترول قبل الحمل فيعمد الطبيب إلى تتبع مستوياته خلال فترة الحمل وما بعده.

و تشير بعض المصادر الطبية إلى أن تلك المستويات المرتفعة تظل كذلك حتى إتمام فطام الطفل تماماً عن حليب الثدي ، و إذا لم تُرضع الأم طفلها فستعود المستويات إلى وضعها الطبيعي بعد نحو ثلاثة إلى أربعة أشهر من ولادة الطفل .

5 - مرض السكري (النوع الثاني):

ضمن عدد من التدايعات والمضاعفات التي قد يتسبب بها مرض النوع الثاني من السكري على أعضاء وأجهزة عدة في الجسم ؛ كذلك فقد يحصل ارتفاع في نسبة الكوليسترول الخفيف الضار (حيث يتم إنتاج نوعيات أكثر لزوجة وشراسة من هذا الكوليسترول الضار)، وكذلك ترتفع الدهون الثلاثية، وينخفض الكوليسترول الثقيل الحميد ، وبالسيطرة الجيدة على مستوى سكر الغلوكوز في الدم تنخفض تلك الاضطرابات في الكوليسترول والدهون الثلاثية.

6 - الاضطرابات الهرمونية الأنثوية : يُؤثر هرمون الأستروجين على مستويات الكوليسترول ؛ إذ تُظهر الأبحاث أن مستويات الكوليسترول الثقيل الحميد ترتفع حول وبعد الدورة الشهرية الأخيرة ، لذلك دائماً نجد عند النساء اللواتي تعانين من مشاكل هرمونات ظهور عدة مشاكل دفعة واحدة (غدة درقية و مشاكل الكبد و تأخر الدورة...إلخ).

ولكن عندما ينخفض هرمون الأستروجين بعد انقطاع الطمث (بتوقف المبيضين عن إنتاج هرمون الأستروجين وتوقف الدورة الشهرية)، يرتفع مستوى الكوليسترول الكلي ، و يضطرب توازن نسبة الكوليسترول الثقيل الحميد إلى الكوليسترول غير الحميد ، وتزداد الأمور سوءاً عند زيادة وزن المرأة آنذاك وقلة ممارستها للنشاط البدني.

وفي حالات متلازمة تكيس المبايض PCOS يحصل اضطراب في عمل المبايض ، وبالتالي تتسبب اضطرابات الهرمونات الأنثوية باضطرابات في الكوليسترول .

و تشير بعض الدراسات إلى أن 70 في المائة من تلك الحالات ينخفض لديها الكوليسترول الثقيل الحميد وترتفع الدهون الثلاثية.



الكلى والكبد :

8 - أمراض الكلى: تُظهر الأبحاث أن ارتفاع الكوليسترول في الدم قد يضر بوظائف الكلى ويزيد من خطر الإصابة بأمراض الكلى ، وبالمقابل قد تؤدي مشاكل الكلى إلى زيادة مستويات الكوليسترول في الدم.

وغالباً ما يعاني الأشخاص المصابون بمرض الكلى المزمن CKD، ومن الفشل الكلوي ESRD من دهون غير طبيعية في الدم : كارتفاع الكوليسترول الخفيف الضار والدهون الثلاثية، وانخفاض نسبة الكوليسترول الثقيل الحميد.

وتُظهر الأبحاث أن المتلازمة الكلوية Nephrotic Syndrome (نوع من اضطرابات الكلى يحصل فيه تسرب البروتين إلى البول) تزيد من مستويات الكوليسترول الضار ومستويات الكوليسترول الكلي.



9 - أمراض الكبد وقنوات الصفراء:

الكبد عضو مهم جداً ذلك أنه المكان الذي يتم فيه صناعة الكوليسترول والدهون الثلاثية ومعالجتهما وتفكيكهما ، وخلال هذه العمليات يتم في الكبد إنتاج مادة الصفراء (هي نتاج تكسير الكوليسترول) ، ويتم تخزينها في المرارة، ثم يتم إطلاقها في الأمعاء عندما نتناول وجبة دهنية كي تساعد تلك المادة الصفراء في هضم دهون الطعام إلى قطرات صغيرة بحيث يمكن بالتالي امتصاصها بسهولة .

10- النقص السريع للوزن:

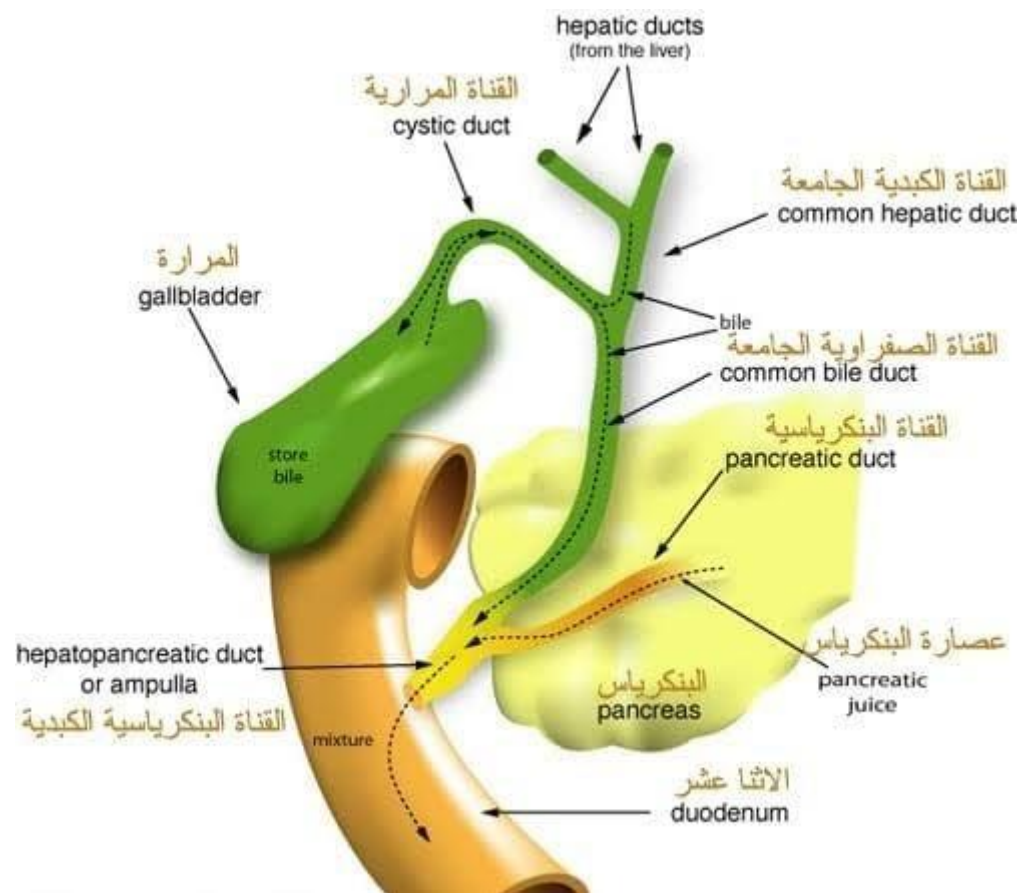
زيادة الوزن ترفع مستويات الكوليسترول في الدم، ويُصحح بإنقاص الوزن للمساعدة في خفض الكوليسترول، و على الرغم من أن إنقاص الوزن هو أداة فعالة في خفض الكوليسترول إلا أن النقص السريع للوزن قد يرفع الكوليسترول مؤقتاً؛ أي أن هذا التأثير ليس دائماً ولا يستدعي الذعر أو القلق؛ بل سينخفض عند استقرار الوزن لمدة أربعة أسابيع على الأقل، وحينها تعود مستويات الكوليسترول في الدم إلى طبيعتها.

يعود سبب ذلك إلى أنه عندما نفقد الوزن بشكل سريع يتقلص مخزون الدهون لدينا، والدهون و الكوليسترول المخزونة عادة في الأنسجة الدهنية ليس لها مكان تذهب إليه سوى مجرى الدم مما يتسبب في ارتفاع الكوليسترول - وهذا التأثير ليس دائماً -، وتنخفض مستويات الكوليسترول مع استقرار الوزن، أما الأدوية المستخدمة لعلاج ارتفاع الكوليسترول فهي ليست فعالة في السيطرة على الكوليسترول عندما يأتي من مخازن الأنسجة الدهنية بل هي فعالة في كبح إنتاج الكبد للكوليسترول.

كوليسترول الغذاء :

الكوليسترول مادة شمعية لا توجد إلا في المنتجات الغذائية الحيوانية المصدر، وجميع المنتجات النباتية خالية من الكوليسترول بالأصل؛ مثل المكسرات الدهنية والزيوت النباتية والحبوب والبقول والفواكه والخضراوات بأنواعها؛ لذا يأتي الكوليسترول الغذائي حصراً من اللحوم والدواجن والأسماك والمأكولات البحرية ومنتجات الألبان.

وفي نفس الوقت فمن الممكن أن يتناول بعض الأشخاص أطعمة تحتوي على مستويات عالية من الكوليسترول ومع ذلك تكون لديهم مستويات الكوليسترول منخفضة في الدم، كما أنه من الممكن أن يتناول



وعندما يتم حجز خروج سائل الصفراء ومنعه من الوصول للأمعاء (ركود صفراوي (Cholestasis) لأسباب عدة؛ قد تنشأ حصوات المرارة من الكوليسترول المتبلور، وقد ترتفع مستويات الكوليسترول الخفيف الضار في الدم، كما أنه عندما لا يعمل الكبد بشكل صحيح مثل حالات التهاب الكبد نتيجة أسباب شتى يمكن أن يؤثر ذلك على مستويات الكوليسترول.

ومن الحالات الشائعة: مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD) زيادة تخزين الدهون في الكبد، وهو مرض يصيب بدرجات متفاوتة ما يقارب 1 من 4 عند البالغين، وقد يتطور إلى تورم الكبد وتندبه مما يؤدي إلى تليف الكبد.

لأن الأمعاء لا تمتص الكوليسترول بكفاءة إلا بوجود دهون مشبعة ،
وأيضاً يجب أن يُقلل المرء من كمية الدهون المشبعة التي يتناولها في
وجبة طعامه ، لذا فإن ثمة فرق بين روبيان مشوي وآخر مقلي بالزبدة
، وأيضاً ثمة فرق بين تناول بيض مسلوق أو مقلي بزيت الزيتون
وبيض آخر مقلي بالسمن أو الزبدة.

و هنا نأتي إلى ختام محاضرتنا لهذه الليلة على أمل أن نلتقاكم بموضوع
جديد مفيد بحول الله وقوته.

و السلام عليكم و رحمة الله تعالى و بركاته

بعض الأشخاص أطعمة منخفضة الكوليسترول ومع ذلك يكون لديهم
ارتفاع في مستويات الكوليسترول في الدم.

إذاً : لماذا هناك الكثير من الحديث عن الكوليسترول الغذائي؟
للإجابة على هذا السؤال دعونا نراجع الحقائق التالية: 80 في المائة
من الكوليسترول في الدم يأتي من إنتاج الكبد، والبقية هي من
كوليسترول الطعام ، ومن أقوى «المُحفزات الغذائية» لرفع إنتاج الكبد
للكوليسترول هو الإكثار من تناول الدهون المشبعة الموجودة في
الشحوم الحيوانية والسمن والزبدة وزيت النخيل وزيت جوز الهند
والحليب كامل الدسم ، كما يمكن تناول الدهون المتحولة الموجودة في
الزيوت النباتية المُهدرجة .

لذا فإن الخطوة الأولى في تعديل نمط التغذية لخفض كوليسترول الدم
تكمن في خفض الكمية المُتناولة من الدهون المشبعة والدهون
المتحولة لأنهما من أقوى محفزات الكبد لإنتاج الكوليسترول .

والخطوة الثانية هي خفض مزج الأطعمة المحتوية على الكوليسترول
كالببيض والروبيان وغيره بالدهون المشبعة أو المتحولة وذلك كوسيلة
لخفض قدرة الأمعاء على امتصاص الكوليسترول الموجود في تلك
الأطعمة.

وللتوضيح:

فعند تناول منتج حيواني يحتوي على كوليسترول و قليل من الدهون
المشبعة مثل البيض والروبيان واللوبيستر والأسماك الدهنية وعموم
المأكولات البحرية ؛ يجب عند الطهو خفض مزجها بالدهون المشبعة
الموجودة في السمن أو الزبدة أو زيت جوز الهند أو زيت النخيل ،
وهذا السلوك في الطهو يُقلل من فرصة امتصاص الأمعاء للكوليسترول

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين و أطيب الصلاة و أجمل السلام على حبيبنا محمد و آله و صحبه أجمعين .

موضوع الفيمينيست موضوع قديم حديث .. و بالرغم من قديمه و اضمحلاله على مر السنين إلا أن عودته للظهور و التمسك بطرحه بشكل دووب في عصرنا الحالي ليكون عنواناً متداولاً و مسيطراً لا سيما من خلال وسائل التواصل الاجتماعي يدعونا للانتباه و بشدة إلى درجة الإحباط التي وصل إليها العالم اليوم من خلاله تمسكه و استدعائه لأفكار أثبتت فشلها و ضآلتها على مر السنين ..

رغم أن موضوع الفيمينيست متعلق بالمرأة بشكل عام إلا أن زيادة انتشاره في الآونة الأخيرة يؤكد أن له أيدٍ خفية تتجاوز فكرة خصوصيته بالمرأة .. و ما تلك الأيدي إلا تيارات متشعبة يهملها تفكير المجتمع و القضاء على قيمه و ثوابته بيد المرأة حصراً و ذلك من خلال بثه لعناوين و حجج واهية مراوغة ربما يُخيل لمن يقرأها أنها حقائق إلا أن قراءتها بعين الوعي و الإدراك تبين أنها الأعياب شيطانية تصيدت و لا تزال تصيد المرأة من نقطة .. لا أقول من نقطة ضعفها و إنما من نقطة تخليها عن حقيقتها .

لفظ الفيمينيست حسب الظاهر يوهم أنه دعوة لحرية المرأة .. فنحن و إن كنا نؤمن أن الحرية حق تحفظه جميع الشرائع ؛ إلا أنه لا يوجد حرية دون وعي لماهيتها و حدودها ، و كل تخطٍ لمعناها فهو ولوج للضياع و التشرذم ، فحرية المرأة في جسدها لا يعني بيعه بأي وجه من الوجوه أو لفت الانتباه إليه ليكون مشار مشادات و نقاشات عقيمة هدفها توجيه فكر المرأة نحو جسدها فقط و تخليها عن أي فكر بناء يخرجها من بوتقة الجسد المحدود إلى إطلاق الروح و الفكر بضوابط سامية .

إن حرية المرأة تعني المحافظة على جوهرها ظاهراً و باطناً بضوابط الإيمانيات و الشرع و منع الآخرين من أي تجاوز يهدد طهرها و عفتها اللذين خُلقت على كمالهما .. فبقدر محافظتها على كمالها الفطروي بقدر قوة و ثبات حريتها .. و لعل الأمر الأكثر خطورة في موضوع الفيمينيست أنه يستهدف الشرائع و يحاول الإقناع أنها سبب في إجبار المرأة على الانتماء للحركة النسوية حين

رأي في الفيمينيست

د. منى حمادي

رأي في الفيمينيست

د. منى حمادي

تطالب - على سبيل المثال - برفض الحجاب المفروض شرعاً و التقلت من أي ضابط يحافظ على المرأة و طهرها و حياتها .. و تتغلغل خطورة الفيمينيست لتوهم المرأة أنها لا ترفض الحجاب و لكنها حرة بشكله !! فنجد قماشاً يبرز المفاتن و يصفها أكثر من ستره لها !! و بذلك نرى نموذجاً للفيمينيست التي تحارب الشرع و تلبى الشيطان بانتماؤها للحركة النسوية حتى و إن قالت أنها رافضة لها .

الحركة النسوية في جذورها هي حركة قامت في الغرب كبداية حيث طالبت المرأة الغربية بحقوق لها هدرها النظام الغربي و عاملها معاملة أقرب للرق، و بالتالي فإن هذه الحركة بطبيعتها و أهدافها بعيدة كل البعد عن عالمنا العربي رغم مشاهداتنا العديدة لتجاوزات و تماديات و أحوال عنف تقع على المرأة قد يدفعها لطلب الحرية ليس ابتداءً و إنما إعادة ضبط واقعها كما حدده الشرع .. فهذه الحالات لا يمكن لها أن تعمم فكرها المقموع ليسود المجتمع بأكمله .

الحركة النسوية الحالية هي نوع من أنواع الشذوذ الفكري الهادف لتسفل المرأة ، و هنا يأتي دور المرأة لتصحو و تعي حجم الدمار المستهدف لشخصيتها و حقيقتها و لا يكون الإنقاذ إلا بالعودة إلى الشرع في كل مناحي حياتها .. لأن الشرع بحقيقة الإيمان هو الخلاص و هو الضابط اللي يكفل لها حياتها الكريمة و حقوقها لتعيش على كمالها الساعية له بإخلاص .

أخيراً أقول للمرأة المسلمة على وجه الخصوص : إنَّ التمسك بالشرع هو الاستقامة الحقة الكفيلة بإخراجك من أي ضغط أو متاهة في الحياة ، فإنَّ أهل تعالي قد كفل لك حقوقك و أيديك بواجبات تناسبك و ذلك بتوجيهه المباشر عزَّ و جلَّ .. و يوجد في القرآن الكريم سورة كاملة اسمها (سورة النساء) إضافة لتفاصيل خاصة بالمسار النسائي .. فلا بد لنا أن نعي مقدار و مدى عناية الله تعالي بالمرأة و حقيقتها ، فبقدر رجوعك و عملك بالشرع بقدر استقرارك و قوتك التي تجعلك بمنأى عن أي ضياع ينال من حريتك الكاملة

و الحمد لله رب العالمين

أعوذ بكلمات الله التامات

الشيخ المقرئ الفقيه
د. عبد الله كشكوش
المقدسي

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

نتفكر اليوم في حديث رسول الله
صلى الله عليه وآله وسلم
التالي:

عن أبي هريرة رضي الله تعالى
عنه قال:

جاء رجل إلى النبي صلى الله
عليه وسلم فقال: يا رسول الله،
ما لقيت من عقرب لدغني
البارحة، قال: (أما لو قلت حين
أمسيت: أعوذ بكلمات الله
التامات من شر ما خلق، لم
تضرك.) رواه مسلم

أحبابنا في الله تعالى: في هذا
الحديث الشريف عن الصادق
المصدوق الذي لا ينطق عن
الهُوى يعلمنا صلى الله عليه
وعلى آله وصحبه وسلم ما

نُصَلح به أحوالنا ونشفي به مرضانا ..

فيعلمنا النبي صلى الله عليه وسلم التعلق بالله وطلب الحماية منه صباحاً
ومساءً في كل ما يُصيب الإنسان من مرض وغيره، والتوكل على الله
عز وجل، والاعتقاد بأنه الشافي... وأخبره الرجل أنه لدغته عقرب
الليلة الماضية، وقد وجد في جسمه من أثر سم تلك العقرب ألمًا ووجعًا
شديدًا، فقال له النبي صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم:
«أما لو قلت حين أمسيت» أي: كان من عادتك هذا الذكر والدعاء كل
ليلة.

«أعوذ بكلمات الله التامات» ومعناه: أعتصم وأحتمي بكلمات الله التامة
-التي لا يدخلها نقص ولا عيب كما يدخل كلام البشر-، فهي النافعات
الشافية بإذن الله، وكلمات الله: قيل: هي أسماؤه وصفاته، وقيل:
هي القرآن، وقيل: هي جميع ما أنزله على أنبيائه، وقيل هم الأنبياء
والمرسلون وأولياؤه المقربون.. وقيل هو كل ذلك معاً..

والاستعاذة بالله تكون:

«من شر ما خلق» فيحمله الله عز وجل ويرفع عنه أذى المخلوقات
«لم تضرك» أي: كان هذا الدعاء سبباً في حفظ الله تعالى لك من لدغة
العقرب، أو حفظه لك من أثر سمها وألمه في الجسد، وهذا يشمل جميع
المخلوقات وما ينتج عنها من أذى لغيرها من بني الإنسان.

وفي هذا الحديث يعلمنا صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم هذه
القدرة (قدرة تجنب الضر ودفعه عنا وعمّن حولنا) ، وهو يبين لنا
مدى حرصه صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم على تعليم أمته
الأذكار المنجية لهم في الدنيا والآخرة.

نلتقاكم في عدد قادم إن شاء الله تعالى...
دمتم طيبين..

الحجامة (7)

أ. أحمد حسني

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين ، اللهم
صلِّ على سيدنا محمد حبيبك و
حبيبنا صلاة "وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي
عِلْمًا" تسري منه إلينا فينا و
سَأْمَ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَصَحْبِهِ
أَجْمَعِينَ .

اللهم لاسهل إلا ما جعلته سهلاً
، إنك تجعل الحزن إذا شئت
سهلاً سهلاً ، لاتكننا لأنفسنا
طرفه عين ولأقل من ذلك ،
رحمتك نرجو إن ربك هو
الفتاح العليم ، سبحان ربي
الأعلى الوهاب.

نكمل معكم : الجزء الثالث من (بعض أخطاء الحجامين أثناء عملية الحجامة):

27- لمس الحجام أسطحاً غير معقمة ثم معاودة لمس المريض وأدوات الحجامة بنفس اليد.

28- حجامة المريض بشفرة حلاقة ، والصواب أن يقوم بتشريطه بمشرط طبي معقم مناسب لعملية التشريط أو بقلم وخرز.

29- عدم ارتداء ممارس الحجامة لقفازات Gloves وقائية تضمن عدم التلوث.

30- حجامة المواضع العشوائية Random target points غير المدروسة.

31- استخدام كؤوس أحجامها غير مناسبة لمواضع الحجامة

32 - اختيار الحجام نوعاً رديئاً من الكؤوس أو المشارط ليعمل بها مما يؤثر - بلا شك - على جودة الحجامة.

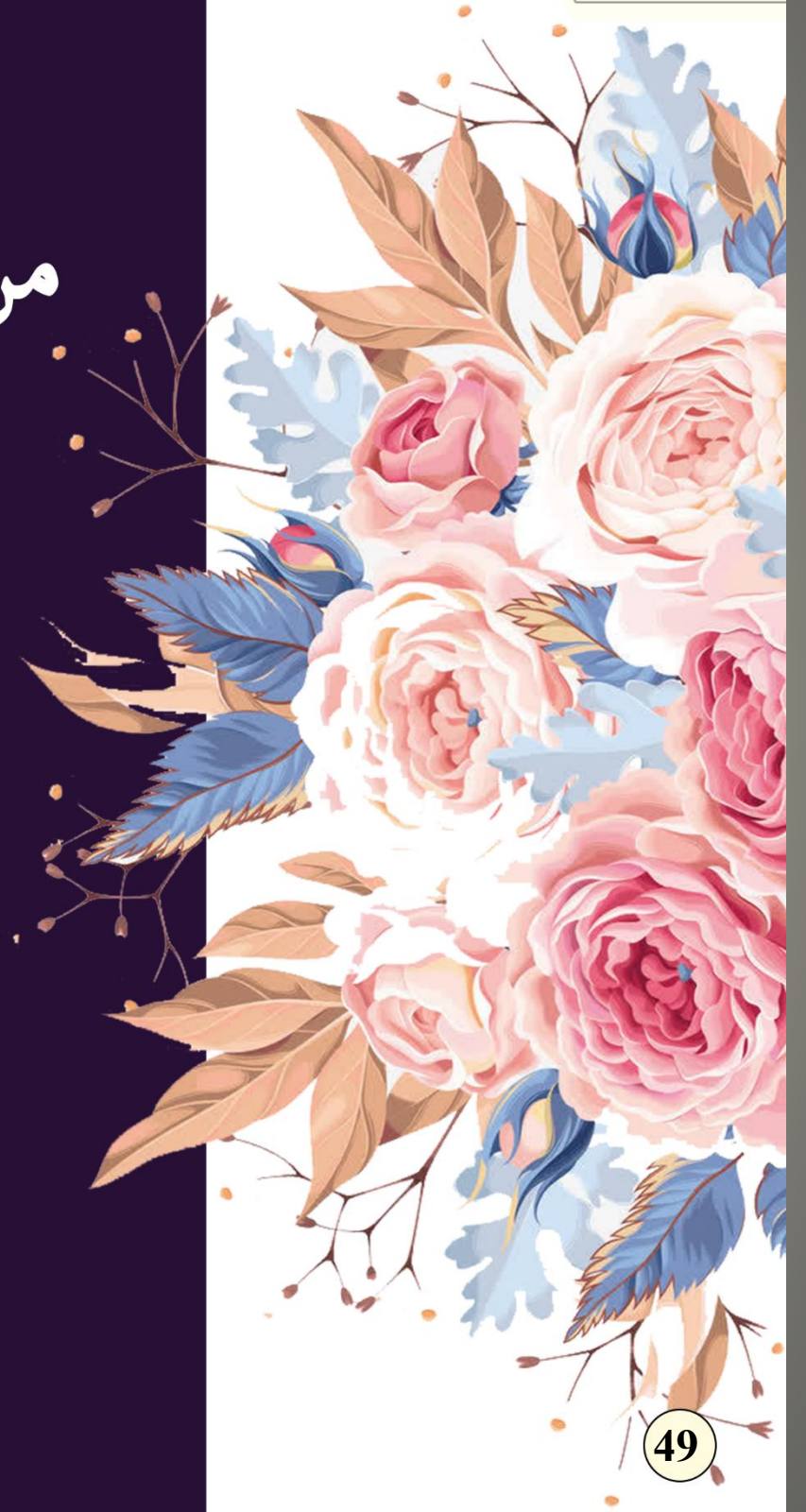
33 - استخدام الحجام مناديل الحمام ليمسح بها الدم وهي في الغالب مصنوعة من مخلفات الزبالة، والصواب أن يستخدم قطناً معقماً أو شاشاً طبياً أو مناديل معقمة.

34 - عدم التعامل مع جسد المريض برفق وادمية.

35- نزع الكؤوس بقوة وعنف مما يؤدي إلى تألم المريض ونزع طبقة Epithelium من الجلد ؛ خاصة إذا كان المريض رقيق الجلد أو كان المحتجم أنثى.

36- تحميل الحجام للمريض أعباءً مادية Financial burdens لا تلتزمه ؛ كإلزامه بتكرار جلسات لا تقتضيها حالته ، أو زيادة عدد الكؤوس بما ليس في صالح المريض لاستنزافه مادياً.

من أدبيات مدرسة الحب الإلهي المجددي الكلامي



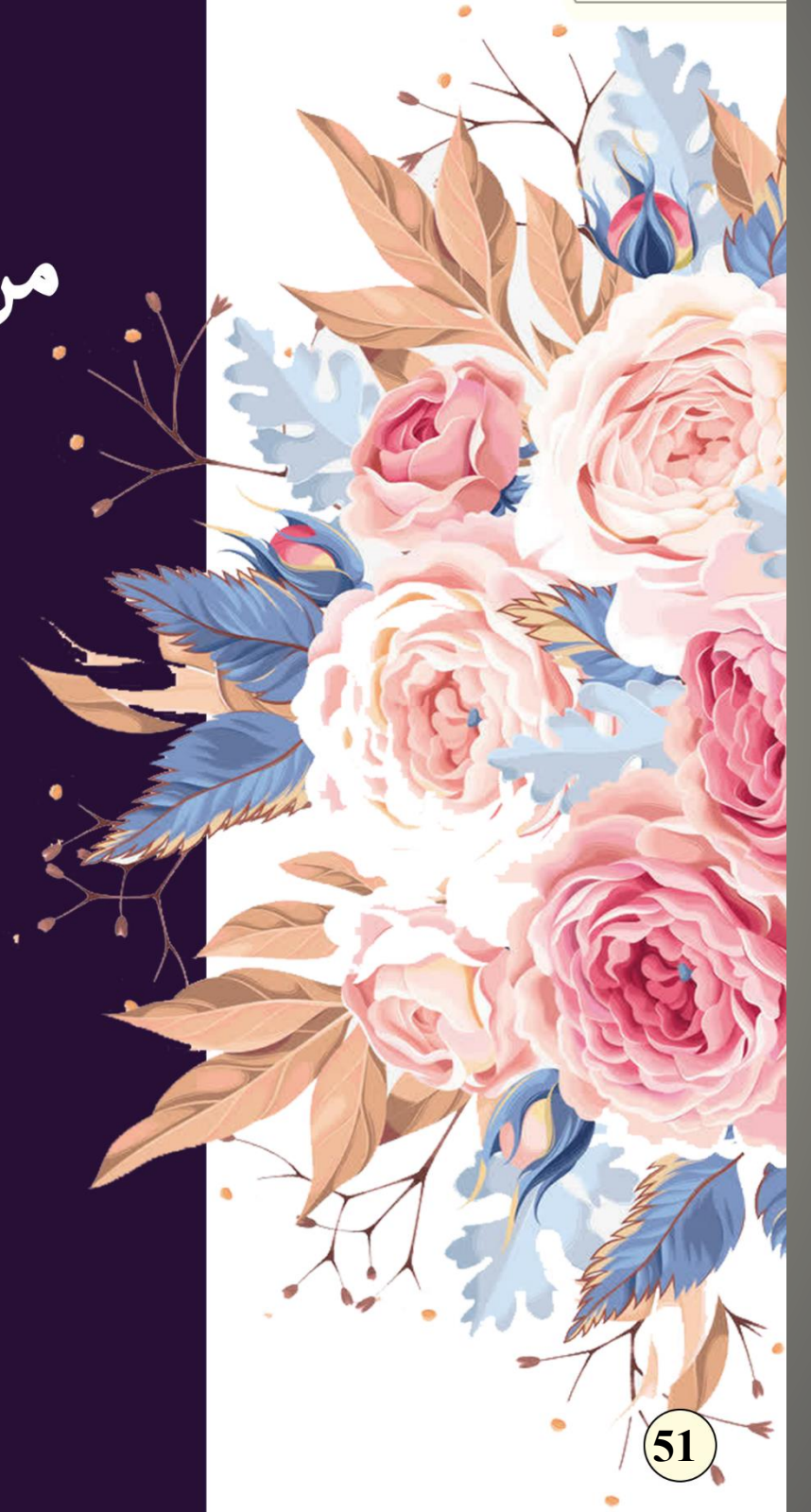
أنظرُ في بعضِ الزَّمنِ إلى
كثافتي
فأجدُها جموعَ حُبِّ .. لا أكثرَ
إنما تكاثفتُ على أمرِهِ
بأمرِهِ .

بقلم إسرافيل المشاعر :
د. هانيبال يوسف حرب

القناة :

<https://t.me/hobalhak>

من أدبيات مدرسة الحب الإلهي المجددي الكلامي



حبيبي ..
بذلتُ جهدي أرى جهدي ..
وبذلتُ قلبي يرى قلبي ..
وتلك في الحُبِّ ذنوبٌ ..
تبتُّ إليك .. وتبتُّ عني ..
فاجعُني مُحبَّةً بك أنت ..
ولا تكِني إلى نفسي طرفةً
عينٍ .

بقلم إبريز العاشقين في بلاد الشام
الدكتورة المهندسة سارة الجعبري

القناة :

<https://t.me/hobalhak>

الركن الخامس

أ. هدى زايد

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على خير البشر المبعوث رحمة للعالمين
وعلى آله وصحبه أجمعين إلى يوم الدين .

أهلاً بكم أحببتنا القراء في عددنا الجديد من المجلة الشاملة والهادفة (هاهو).
التقي بكم في هذا العدد المميز ؛ عدد شهر ذي الحجة المبارك ؛ الشهر الذي تطوف
فيه الأرواح معانقة عنان السماء لتسبح في ملكوت الله داعية مُسَبِّحة مستغفراً
ملبيةً : لبيك اللهم لبيك ..

في هذا الشهر المبارك يكون أداء الركن الخامس من أركان الإسلام ألا وهو حج
البيت من استطاع إليه سبيلاً كما قال الحق تعالى ؛ و مَنْ أَصْدَقَ مِنَ اللَّهِ قِيلاً :
{ وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلاً } آل عمران / الآية 97 .
وقال الحق تعالى أيضاً : { وَأَذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَى كُلِّ ضَامِرٍ
يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ } الحج / الآية 27 .

نعم أحبتي في الله تعالى .. عندما يأذن الله تعالى لعبده بتلبية النداء للحج ؛ يكون
العبد في أسعد لحظات حياته .. كيف لا ؟ وقد اختاره الربُّ جلَّ وعلا لزيارة بيته
الحرام ورؤية الكعبة المشرفة والوقوف على جبل عرفة ..

إن أداء فريضة الحج هي نعمة يتمنى أداءها كل مؤمن صادق .. نعمة تمتزج فيها
مشاعر جميلة مختلطة تفيض سجوداً لله تعالى شكراً له على هذه النعمة ، و دموع
فرح و سعادة تعانق و تقبل أفراد العائلة فرحاً وسروراً ..

ربي .. ما أكرمك !! وما أعظمك !! ، من بعد انتظار سنوات عديدة ومشاهدة أداء
مناسك الحج من خلال شاشة التلفاز ؛ يأتي زمن المشاركة الحقيقية لأداء تلك

المناسك العظيمة ، قد أن أوان الحج روحياً وجسدياً بعد أن كنا نحجُّ بأرواحنا
فقط ونطلب من الحق أن يتقبلنا ويتقبل منا حجنا ، و ها قد أتى الإذن
الرباني و الموافقة الصريحة للذهاب في هذه الرحلة الروحية و بدأت

مراسم الاستعداد لها .

ما أجملها من رحلة .. كيف لا وهي رحلة هجرة إلى تعالى وترك الدنيا ومتاعها
{ وَقَالَ إِنِّي مُهَاجِرٌ إِلَىٰ رَبِّي إِنَّهُ هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ } العنكبوت / الآية 24
حقيقة جميلة وتجربة بديعة أسأل الله تعالى أن يرزقها لكل من يطلبها .

أحبتي في الله تعالى : أحببت أن أشارككم هذه المشاعر الجميلة التي يعيش فيها
العبد أسعد لحظات حياته ، و أسأل الله تعالى أن يرزقكم إياها و يتقبل منا و منكم .
دمتم بسعادة وخير وفرح في هذا الشهر المبارك وفي كل أيام حياتكم ..

لم ينته حديثنا .. فما زال له بقية .

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى
آله وصحبه أجمعين .
تحدثنا في العدد السابق عن الوظائف الحركية للعصب الحائر لتكمل
اليوم معكم بالوظائف الحسية .

الوظائف الحسية للعصب الحائر:
تشمل هذه الوظائف أجزاء كثيرة في جسم الإنسان، وترتكز في
الأمكان التالية:

- للعصب الحائر دور في الإحساس بطعم الأشياء لقربه من جذر
اللسان ، فهو المتحكم في حاسة التذوق التي يشعر بها الشخص
في جذر اللسان أو طرف اللسان.
- ينظم العصب الحائر خاصية الأحاسيس المختلفة التي يشعر بها
الجلد ؛ واللمس عندما يلمس أحد ما جسدا .
- يقوم بتنظيم الإحساس في الجزء الخارجي من قناة الأذن، كما
أنه مسؤول عن الإحساس في أجزاء معينة في الحلق.
- يلعب دوراً كبيراً في تحسين وظائف الأذن الداخلية.
- يعد العصب الحائر هام جداً حيث أنه يجعلنا نميز بين الروائح
والأصوات والأذواق ، و له دور مهم في تعرفنا على المعالم .
- يوفر أغلب معلومات الإحساس للمريء والحنجرة والرئتين
والقصبية الهوائية و القلب ولأغلب أجزاء الجهاز الهضمي .
- يعمل على الحد من حدوث خلل في معدل ضغط الدم .
- يقوم بتزويد جميع أعضاء الجسم بالألياف نظيرة الودي بما في
ذلك الرأس والرقبة والصدر والبطن.
- يحمل المعلومات الحسية من الأعضاء الداخلية إلى الدماغ.

العصب الحائر (3)

د. نضال ترماني

تحليل اسم نسيبة

إعداد د. سناء صبري

بسم الله الرحمن الرحيم
إنَّ للشخصيات المسماة (نسيبة) عدة صفات تكشفها لنا حروف
اسمهم ...
فمن خلال علوم الحروف الكشفية ومكوناتها نذكر لكم بعضاً من
هذه الصفات:

- نسيبة صاحبة شخصية قوية بالظاهر و رحيمية في الباطن.
- لينة في التعامل مع الآخرين ومرنة.
- لديها ظهورها الخاص .
- نلمس العظمة في شخصيتها عند التعامل معها ؛ فهي امرأة
عظيمة وليس من السهل النيل منها .
- من صفات اسم نسيبة أيضاً : الإيجابية ؛ فتفكيرها يجنح
دائماً نحو الإيجابية .
- تتميز شخصية نسيبة بأنها إنسانة فعّالة دائمة النشاط
والحيوية .
- من صفاتها القوة ؛ فهي إمرأه قوية بكل معنى الكلمة .
- تتعرض لامتحانات في حياتها ، أو تُبتلى فيمتحن فيها
الآخرون.
- إمرأة صبورة جداً ؛ فعالم الصبر عندها واسع .
- إنسانة واضحة وصريحة.
- متواضعة في التعامل مع الناس .
- من صفات اسم نسيبة أيضاً المحبة ؛ فعوالم المحبة لديها
واسعة.

فضل العشر من ذي الحجة

الداعية د. عائشة العناكوة



بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الخلق محمد صلى الله
عليه وآله وصحبه وسلّم .

عندما خلق الله تعالى الأوقات والأزمنة ؛ جعل لكل وقت خصوصية و لكل
زمن خصوصية أيضاً ، ومن خصوصية الأزمنة زمن العشر من شهر ذي
الحجة الخاصة بفضائل خاصة و أجر عظيم .

لقد أقسم الله تعالى بها وعظّم من شأنها فقال : { والفجر* وليال عشر*
والشفع والوتر} الفجر/ الآيات 1-2 - 3 ، و قال بعض أهل العلم في تفسير
هذه الآيات : إنها العشر من ذي الحجة.

حظيت العشر من ذي الحجة بهذه المكانة والمنزلة العالية لاجتماع أمهات
العبادة فيها وهي : (الصلاة ، والصيام ، والصدقة ، والحج ، والنحر ، ولا
يأتي ذلك في غيرها)

وقال النبي صلى الله عليه وآله وسلّم بأن العمل الصالح فيها من أفضل أيام
السنة كما جاء في الحديث الشريف عن ابن عباس رضي الله تعالى عنهما
قال : قال صلى الله عليه وآله وسلّم : " ما من أيام العمل الصالح فيهن
أحب إلى الله من هذه الأيام العشر ، فقالوا: يارسول الله ، ولا الجهاد في
سبيل الله ؟ قال: ولا الجهاد في سبيل الله ، إلا رجل خرج بنفسه وماله فلم
يرجع من ذلك بشيء" رواه البخاري .

إنّ في العشر من ذي الحجة :

- يوم عرفة الذي قال فيه صلى الله عليه وآله وسلّم كما جاء في حديث
عائشة رضي الله تعالى عنها حيث قالت : قال النبي صلى الله عليه وآله و
سلّم : ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبداً من النار من يوم عرفة،
وإنه ليدينو ثم يباهي بهم الملائكة، فيقول: ما أراد هؤلاء ؟ " رواه مسلم
- وفيها أيضاً يوم النحر الذي قال عنه صلى الله عليه وآله وسلّم: " أعظم
الأيام عند الله تعالى يوم النحر، ثم يوم القرّ" رواه أبو داود .

- ومن أهم الأعمال الصالحة فيها كما جاء في النصوص :

* الحج إلى بيت الله الحرام ؛ فالحج من أعظم الأعمال الصالحة في تلك
الأيام.

فضل العشر من ذي الحجة

الداعية د. عائشة العناكوة



و قد سئل صلى الله عليه وآله وسلم عن أفضل الأعمال فيها قال: "إيمان بالله ورسوله، قيل ثم ماذا؟ قال: الجهاد في سبيل الله، قيل: ثم ماذا؟ قال: حج مبرور" متفق عليه .

- الصيام : فعن حفصة رضي الله تعالى عنها أنها قالت: " أربع لم يكن يدعهن النبي صلى الله عليه وسلم: صيام عاشوراء، والعشر، وثلاثة أيام من كل شهر، والركعتين قبل الغداة " رواه أبو داود .
والمقصود بـ (العشر) صيام التسع من ذي الحجة لغير الحاج وليس العشرة كلها لأنه قد نُهي عن صيام يوم العيد وهو العاشر من ذي الحجة.

- صوم يوم عرفة لغير الحاج : فقد ثبت عن أبي قتادة رضي الله تعالى عنه أن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم عندما سُئل عن صوم يوم عرفة قال: " يكفر السنة الماضية والباقية " رواه مسلم .

- التهليل والتكبير : فعن ابن عمر رضي الله تعالى عنهما أنه قال: قال النبي عليه الصلاة والسلام " ما من أيام أعظم عند الله ولا أحب إليه من العمل فيهن من هذه العشر، فأكثرُوا فيهن من التهليل والتكبير والتحميد " رواه أحمد .

ويستحبُّ في هذه الأيام إظهار التكبير منذ اليوم الأول من أيام ذي الحجة في المساجد والمنازل والطرقات والأسواق وغيرها، وهي من السنن المهجورة التي ينبغي إحيائها في هذه الأيام ، وقد جاء أن ابن عمر و أبا هريرة رضي الله تعالى عنهما كانا يخرجان إلى السوق أيام العشر يكبران ويكبر الناس معهما.

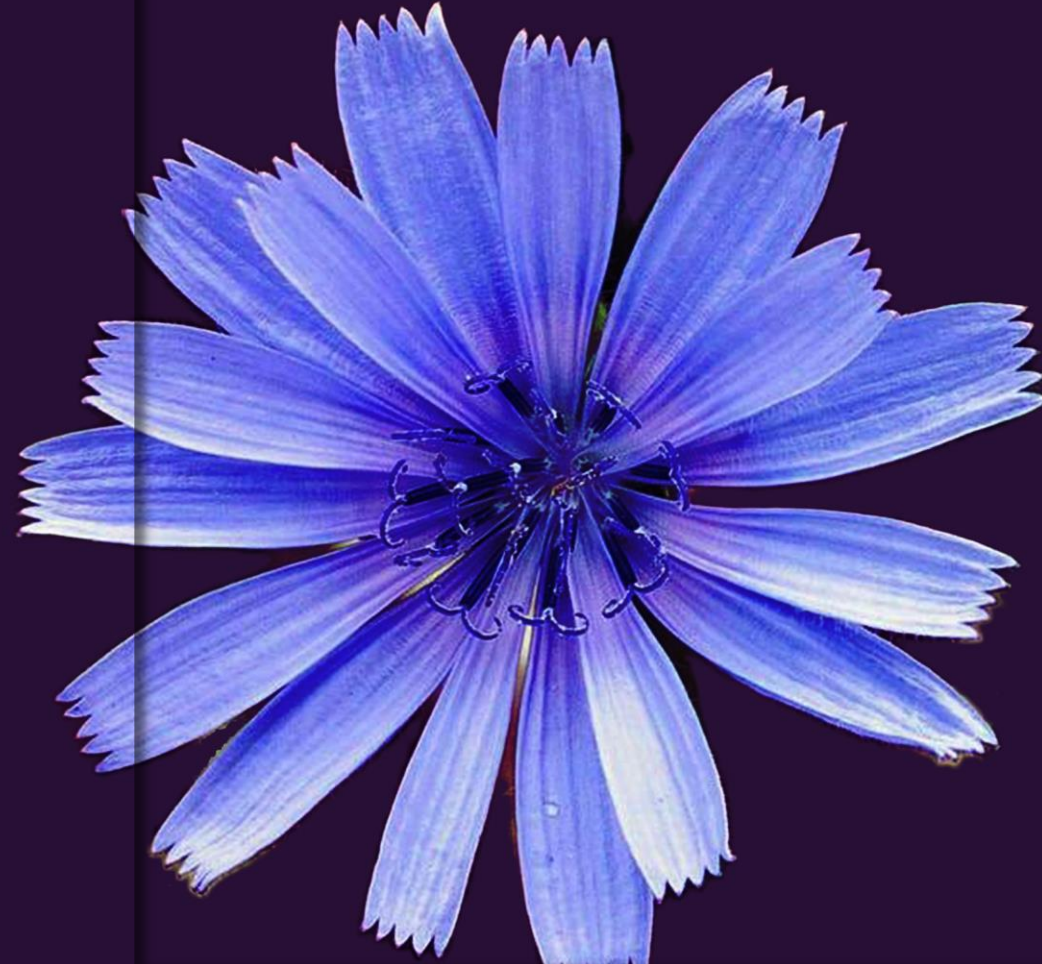
والله يقول الحق وهو يهدي السبيل
والحمد لله رب العالمين.

الهندباء الطبية

تقديم: الباحثة نوال غريفي

قُدِّمَت الأَمْسِيَّةُ عَلَيَّ :

مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال العائلة
الـ FG-Group Academy –Turkey



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد صَلَّى اللهُ
عليه وآله 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 نرجوا .. إن ربك هو الفتاح العليم، سبحان ربي العلي
الأعلى الوهاب .. وبعد :

الهندباء البرية : ربما تكون قد رأيت أزهارها الزرقاء الجميلة
أثناء سيرك في الطرقات ، فهذه النبتة تزهر طوال فصل
الصيف ، وتوفر لنا الطعام والدواء.
الهندباء أو جذور السريس : نبات معمر من عائلة الفصيلة
النجمية ، وهي قريبة الهندباء المزروعة ، لها مظهر الخس
البري ؛ فالأوراق مسننة وغالباً ما يكون لونها في الوسط
محمراً.



يكون الساق متفرعاً ، و رأس الزهرة غالباً يكون عند قاعدة الفروع .
هو نبات موجود في كل مكان تقريباً .. على حافة الطرق ، في المروج
الجافة ، في الأراضي البور ، و هو شائع جداً في السهول ونادر في
الجبال التي يزيد ارتفاعها على ألف متر.

الهندباء البرية كغيرها من النباتات ؛ تتفتح أزهارها من يوليو إلى
سبتمبر عندما يكون الجو مشمساً و في الأوقات التي يكون فيها تلقيح
الحشرات أكثر نشاطاً .

يمكن تناول أوراق الهندباء البرية كسلطة مع صلصة الخل أو دمجها
مع سلطات أخرى ، و يفضل استخدام الأوراق الصغيرة لأنها أكثر رقة ،
و يمكن إضافة بعض الزهور إلى السلطات لتلوينها ، كما يمكن طهي
الأوراق الأكثر صلابة قليلاً لتليينها و من إضافة القليل من الصلصة
البيضاء معها أو إضافتها إلى الخضار مثلاً.

تحتوي الجذور على :

- الأنولين وهي سكريات بسيطة تشبه الفركتوز مرتبطة ببعضها البعض.
 - حمض الكافيك .
 - الكومارين : وهو مركب كيميائي عطري موجود في الكثير من النباتات .
 - الفلافونيدات و الصوديوم و البوتاسيوم و الكالسيوم و المغنسيوم و الفوسفور و النحاس و الحديد و المنغنيز و الزنك.
- تمت زراعة الهندباء لصنع الهندباء الشهيرة التي ربما تعرفونها والتي
يمكن أن تحل محل القهوة ؛ تلك الحبيبات أو الكريات الصغيرة
المحمصة و المأخوذة من جذور الهندباء و التي تجدها في السوبر
ماركت لا تؤخذ من الهندباء البرية بل من الهندباء المزروعة لأنها
تعطي محصولاً أفضل وجذوراً أكبر إلا أنه أثناء التحميص يتم تدمير
بعض مكونات الجذور خاصة الأنولين الذي يهمننا بشكل خاص.

يمكنك جمع الهندباء البرية بنفسك في الفترة من سبتمبر إلى أكتوبر ثم



عند ظهور السيقان نرى الأوراق ملتفة حول الساق و تظهر فيها أزهار ذات لون أزرق باهت يتدرج إلى اللون الأزرق الفاتح أحياناً .



إذاً : بالنسبة لأي مشكلة جلدية مزمنة (حب الشباب ، الندبات ، الاحمرار الإكزيما ..) نقوم باستخدام هذا النبات المطهر في برنامجنا العلاجي مع وجوب أن يكون التحفيز باعتدال.

الهندباء لها تأثير مدر للبول ، لذلك يمكن استخدامها في حالات احتباس الماء والوذمة عندما يكون إدرار البول غير كافٍ لوجود التهابات في المسالك البولية و ذلك لتحفيز التخلص من حمض البولييك عند وجود التهاب في المفاصل .. إلخ.

إذا كنت ترغب في تحفيز المحور الكلوي أكثر من المحور الكبدي ؛ امزج أوراق الهندباء مع الجذور لأن الجذور غنية بالإينولين الذي يمكن استخدامه كمصدر للبريببوتيك .

البريببوتيك : هي مواد طبيعية توجد في نباتات معينة ولا يمكننا هضمها لكن الجراثيم المعوية تتغذى عليها ، لذا فإن الإينولين سيغذي السلالات الجيدة من البكتيريا وذلك بطحن الجذور في مطحنة قهوة ثم تصفى ويوضع القليل من هذا المسحوق من وقت لآخر في الطعام للحفاظ على صحة بكتيريا الأمعاء ، و من الممكن أن تتسبب بوجود غازات لذلك فالأفضل البدء بكميات صغيرة.

سنتحدث عن الأوراق فهي غنية جداً بالمعادن و الكالسيوم والبوتاسيوم والفوسفور والحديد والمغنيسيوم والمنغنيز والنحاس ، لذلك يمكننا استخدام الأوراق الطازجة في السلطات أو إضافتها للخضار أو عمل مغلي الأوراق الجافة للحصول على مجموعة من المعادن.

إليك الكمية الدقيقة لكل معدن بناءً على دراسة قام بها فريق من الباحثين في البرازيل :

لكل مائة غرام من الورق المجفف من الهندباء:
صوديوم 51 ملغ ، بوتاسيوم 4550 ملغ ، كالسيوم 248 ملغ
مغنيسيوم 124 ملغ ، فوسفور 842 ملغ ، نحاس 1 ملغ ، حديد 19 ملغ ، مانقانيز 6 ملغ ، زنك 2,3 ملغ ، السيليكون 6.8 ملغ.

تضعها في الماء لإزالة التراب وتقطعها إلى أقسام أو رقائق إذا كانت سميقة قليلاً ثم تجففها ، و كذلك فإنك تجدها بسهولة في محلات بيع الأعشاب.

من خصائص الهندباء البرية أنها : مقوية ومنقية للكبد ، و هي تحفز الوظائف الصفراوية ، و تسمى بالمطهر لأنها تنشط قدرتنا على إزالة السموم واستقلاب بعض النفايات التي تنتجها أجسامنا أو التي نتناولها بطريقة أو بأخرى .

نستخدم الهندباء حينما نشعر بالانسداد بشكل خاص مع ركود في حركة الهضم وأحياناً مع وجود القليل من الغثيان ، كما تستخدم لعلاج رائحة الفم الكريهة حيث يُستعمل العلاج المطهر لمدة عشرة أيام تقريباً و يكون التحسن ملحوظاً بشكل عام .

استعملت الهندباء منذ زمن طويل لمعالجة مشاكل الكبد من المغص الكبدي إلى اليرقان .

يمكن للهندباء أن يكون لها تأثير إيجابي على العبور المعوي عند الأشخاص المصابين بالإمساك المزمن ، وبما أنها مفيدة بشكل خاص لمن يعاني من ضعف في الكبد فإذا كنت تواجه صعوبة في هضم أي شيء دهني على سبيل المثال فقد يكون هذا علامة على هذا الضعف حيث تساعد الهندباء على إفراز الصفراء لاستحلاب الدهون و السماح بهضمها بشكل أفضل.

كل النباتات المفيدة للكبد بشكل عام هي مفيدة للبشرة ، و للجلد نشاط إفرازي فهو يزيل السموم بطريقته الخاصة من خلال الغدد الدهنية والغدد العرقية حيث يتم الحصول على هذه السوائل من مجرى الدم ويصفى الدم عن طريق الكبد ، وهنا تبدأ في رؤية الصلة ؛ فإذا كان الكبد لا يقوم بعمله يتهيج الجلد بسبب بعض الفضلات الالتهابية

في الختام أشكر حضوركم الكريم ومشاركتكم الجميلة
شكراً جزيلاً
الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله
وصحبه أجمعين .

الكميات:

30 غرام من الجذور الجافة لكل لتر ، يُغلى لمدة 5 دقائق ثم يُغلى و
يترك للاستحلاب مدة 15 دقيقة ، يُشرب على مدار اليوم من حين
لآخر.

لتحفيز الكلى : 15 غرام من الجذور لكل لتر من الماء ، يُغلى وبعد
إطفاء النار نضيف 10 غرام من الأوراق الجافة و نتركها لمدة 10
دقائق ثم تصفى وتشرب .

الاحتياطات:

هذا النبات يحفز إفراز الصفراء ، فكن حذراً إذا كان لديك انسداد في
القنوات الصفراوية فقد يسبب لك إزعاجاً .
لا تستخدمه إذا كان لديك حساسية من نباتات عائلة أستراسيا .
وكما ذكرنا سابقاً أن الأنولين قد يسبب انتفاخاً وغازات عند بعض
الأشخاص الحساسين عند استهلاك الجذور المسحوقة.

المراجع

قاموس الأعشاب الطبية

(1 Rosa, Rafaela Henriques et al. "First determination of mineral composition of the leaf Chicory (Cichorium intybus L.) used in human nourishment in the Midwest of Brazil and comparasion with dietary reference intakes for children and adults." (2017).

عطية العيد الكبير

المهندسة د. سارة الجعبري



بسم الله الرحمن الرحيم

اللهم صلِّ وسلِّم على الحبيب سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

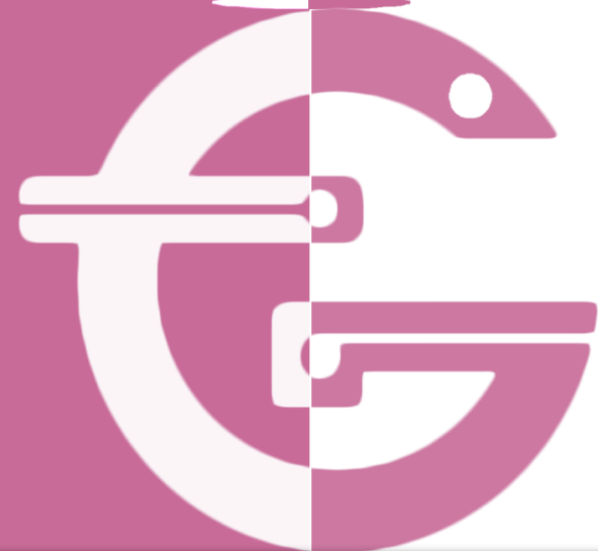
إننا في هذه الرقائق الزمانية في حياض نفحات العيد الكبير ، أي في حياض فرحة موصوفة بالكبيرة على إثر صفة العيد ، و على أعتاب خصوصيات فتوح كبيرة ، ففي العيد جوائز .. وفي هذا العيد تحديداً عطايا لمن ضحى بنفسه .. فالعيد الكبير هو عيد الأضحى .

فلعل من يجاهد الجهاد الأكبر مُضحياً بشهواته في سبيل الحب والوصول ، مُضحياً بنفسه ذابحاً لها ؛ أن يناله من عطايا العيد الكبير ، فالعيد الكبير لأصحاب الجهد والجهاد الكبير .

والجهاد الأكبر في لب حقيقة يوصلك إلى معرفة وشهود ، فلاحظ أيها المحب المجاهد نفسك أن قبل هذه الرقائق الزمانية السعيدة لابد من الوقوف في عرفة ، فمتى وقفت عرفات حتى غبت فما بقيت ، مضحياً بكل نفسك .. حتى تشرق عليك شمس العيد إشراقها السعيد ، فتشرق في الملكوت عارفاً ... بحب الحق سعيداً ... وذلك للروح المحبة العيد الكبير.

فهل ستكون في هذا العيد سعيد ؟ تتلقى فرحة خاصة من الفرحات الكبيرة ؟ فعلى قدر التضحية .. يكون قدر العطية ..

رزقنا الله وإياكم من تلك الفرحة وخصوصيتها .



برنامج منازل آيات القرآن الكريم (كنز الصعلوك)

بسم الله الرحمن الرحيم

برنامج منازل آيات القرآن الكريم هو برنامج يرصد علم من علوم القرآن الكريم الهامة جداً والتي تفتح لمتلقته أبعاداً خاصة في الفهم الدقيق لآيات القرآن الكريم ، فقد كان هذا العلم خاصاً بعلماء الطبقة العليا من العارفين الى أن قام المفكر الدمشقي الشيخ الدكتور هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى بوضع شروح تعريفية بسيطة لهذا العلم بحيث يصبح أسهل تداولاً على العامة و أوضح مسلكاً على الخاصة.

في الموسم الثالث من هذا البرنامج توقف سماحة الشيخ عند منازل الخواص لسورة آل عمران (طيبة) حيث ورد في الحديث الشريف : قال عبد الله (نِعَمَ كُنْزِ الصَّعْلُوكِ سُورَةُ آلِ عِمْرَانَ ، يَقُومُ بِهَا فِي آخِرِ اللَّيْلِ).

والصعلوك هو الفقير الذي لا يملك شيئاً و المتشرد الذي لا مأوى ولا سند له ، فيشير سماحة الشيخ هنا أن سورة آل عمران هي كنز للفقير المعدم تنتشله من هذا الفقر وتسنده في هذه الحياة الدنيا ، كما أن الحديث الشريف يشير على آلية تفعيل هذه الخواص في هذه السورة فالقيام هنا يقصد به القيام في الصلاة أي قراءة هذه السورة أثناء الصلاة سواء عن ظهر قلب أو من المصحف الشريف، وكذلك فإن وقت هذا القيام هو الثلث الأخير من الليل ، لذا ينصح سماحته جميع طلابه ومريديه وتلامذته بحفظ هذه السورة العظيمة ؛ فالغني يزداد بها غنى والفقير يصبح بها غنياً.

إلا أن تفعيل هذه الخواص لا يقتصر على القيام بها أو حتى التقيد بها في الثلث الأخير من الليل ؛ فقد أخرج الدارمي من حديث أبي السليل قال : أصاب رجل دماً فأوى إلى وادي مجنة (و هو وادٍ لا يمشي فيه أحد إلا أصابته حية ، وعلى شفير الوادي راهبان ، فلما أمسى قال أحدهما لصاحبه : هلك والله الرجل ! قال : فافتتح سورة (آل عمران) قالاً : فقرأ سورة طيبة لعله سينجو . قال : فأصبح سليماً.

وفي هذا الحديث إشارة إلى تفعيل خواص هذه السورة ، وهي هنا الحماية والوقاية عند قرائتها دون قيام وفي أول الليل وليس فقط في آخره.

بقلم: أ . صبحي جمال

سلسلة تشكيكية شخصيات

الجزء (11) - أ. عبد الهادي دنون

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 مظهرهم الخارجي أو نمط حياتهم فقط ؛ إذ أن هذا الشيء غير كاف لتقييم الأشخاص ، بل يجب تطبيق دراسات تحليلية تهدف إلى توضيح طبيعة شخصيتهم ، علاوة على عوامل أخرى وراثية متعلقة بالجينات ، إلا أنه في كل الأحوال يوجد لكل نوع من أنواع الشخصيات صفات معينة وطرق محددة للتعامل معها .

11- الشخصية المعارضة دائماً :

- لا يبالي بالآخرين لدرجة أنه يترك أثراً سيئاً لديهم .
- يفتقر إلى الثقة ؛ لذا تجده سلبياً في طرح وجهات نظره .
- تقليدي ولا تغريه الأفكار الجديدة ويصعب حثه على ذلك .
- لا مكان للخيال عنده فهو شخصية غير مجددة .
- عنيد ، صلب ، يضع الكثير من الاعتراضات .
- يذكر كثيراً تاريخه الماضي .
- يلتزم باللوائح والأنظمة المرعية نصاً لا روحاً .
- لا يميل للمخاطرة خوفاً من الفشل .

كيفية التعامل مع الشخصية المعارضة دائماً ؟

- التعرف على وجهة نظره من خلال المواقف الإيجابية معه .
- تدعيم وجهة النظر بالأدلة للرد على اعتراضاته .
- التأكيد على أن لديه العديد من الشواهد التي تؤيد أفكارك .
- عدم إعطائه الفرصة للمقاطعة .
- قدّم له الأفكار الجديدة بالتدرج .
- كن دائماً صبوراً في تعاملك معه .
- استعمل أسلوب : نعم ... ولكن .

يتبع إن شاء الله تعالى ..

غرق المادية

العارف بالله تعالى الشيخ
د. سفيان الجعبري



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين المتفضل على عباده بالرحمات ومنها أن أكمل لنا الدين ، والصلاة والسلام على خير الخلق سيدنا محمد الرحمة المهداة حامل لواء الحمد والذي ببعثته تمت نعمة الله واكتمل الدين ، وعلمنا كل أموره وتركنا على المحجة البيضاء.

قال تعالى : {.. الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمْ الْإِسْلَامَ دِينًا .. } سورة المائدة / الآية 3

وقد تدرج التشريع الإلهي بأن بدأ بالجانب المادي ؛ فكانت رسالة سيدنا موسى عليه السلام ، ثم تمّ بالجانب الروحي فكانت رسالة سيدنا عيسى عليه السلام ، أما الكمال فكان برسالة سيد الخلق محمد صلى الله عليه وآله وسلم إذ جمع الجانبين المادي والروحي في نهج واحد رضيهِ الحق جلّ وعلا لنا ديناً وشرعةً ومنهاجاً .

ومن هنا كان لا بدّ للمسلم الحق أن يسير في طريقه إلى الله تعالى على الصراط المستقيم جامعاً لماديته وروحانيته جنباً إلى جنب ، لا يتغلب أحدهما على الآخر ، ولكل منهما أسسه وأبعاده وأعماله وفهومه وعلومه .

ولكن إذا علمنا أنّ الجانب المادي ثقيل ومحبّب إلى النفس الإنسانية كان لا بدّ من العمل بجد أكثر على الجانب الروحي والاهتمام به وبمقوماته حتى لا يضعف ويؤدي إلى خسائر جمة في الكيان البشري .

وقد جاء في الحديث الشريف عن أبي هريرة رضي الله تعالى عنه أنّ رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم قال : " إن الله يبغض كل جعظري جواظ ، صخاب بالأسواق جيفة بالليل حمار بالنهار ، عالم بالدنيا جاهل بالآخرة ... " رواه ابن حبان

بيّن لنا الحديث الشريف هنا صفات الإنسان المادي و أن الإنسان الذي يعيش ماديته فقط ويغرق فيها ويصبح عبداً لها يكون قد خسر الحب الإلهي ، فهو مادي ثقيل جلف ، صوته صاخب وحياته عمل متواصل كالحمار ، وهو كالجيفة إذا نام ، لا يبحث عن أي علم أو فائدة ؛ فجُلّ همّه الدنيا والعمل والمال وتوابع ذلك من أمور الدنيا الفانية ، غير ملتفت إلى آخرته وفلاحه.

غرق المادية

العارف بالله تعالى الشيخ
د. سفيان الجعبري

وعلى العكس من ذلك ذَكَرَ الحق سبحانه وتعالى في الحديث القدسي عن أبي هريرة رضي الله تعالى عنه ، قال : قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : { إن الله تعالى قال : مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتَهُ بِالْحَرْبِ ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتَهُ عَلَيْهِ ، وَلَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أَحْبَبُّهُ ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ ، وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ فِيهِ ، وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا ، وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا ، وَلئن سَأَلَنِي لِأَعْطِيَنَّهُ ، وَلئن اسْتَعَاذَنِي لِأَعِيذَنَّهُ. } رواه البخاري .

وهنا يبيّن لنا سبحانه صفات العبد الذي يبحث عن تركيه نفسه وتهيتها للقرب من الحق ، ويبين لنا الطريق إلى ذلك وهو العمل الجاد والمتواصل في الرقي الروحي حتى يصل إلى الفوز بالحب الإلهي وما يتبع ذلك من عطاء وفلاح ، وهذا الإنسان إذا ما وصل إلى أرقى درجات التحقق بالحق فإنه لا يفقد إنسانيته بل يعيش كما خُلِقَ كإنسان ؛ ولكن إنسان كامل يحمل الأمانة والرسالة ويحقق ما خُلِقَ من أجله فيكون خليفة لله تعالى .

وفي هذا السياق استغرب بعض الصحابة رضوان الله تعالى عليهم بين حالهم عندما يجالسون الرسول الكريم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ وبين حالهم عندما يغادرونه إلى بيوتهم وأزواجهم ؛ ومن ذلك :

أَنَّ حَنْظَلَةَ الْأَسَيْدِيَّ -وكان من كتّاب رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قال: لَقِينِي أَبُو بَكْرٍ، فَقَالَ: كَيْفَ أَنْتَ يَا حَنْظَلَةُ؟ قَالَ: قُلْتُ: نَافِقٌ حَنْظَلَةُ، قَالَ: سُبْحَانَ اللَّهِ! مَا تَقُولُ؟ قَالَ: قُلْتُ: نَكُونُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ حَتَّى كَأَنَّا رَأَيْ عَيْنٍ، فَإِذَا خَرَجْنَا مِنْ عِنْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، عَافَسْنَا الْأَزْوَاجَ وَالْأَوْلَادَ وَالضَّيِّعَاتِ، فَنَسِينَا كَثِيرًا ، قَالَ أَبُو بَكْرٍ: فَوَاللَّهِ إِنَّا لَنَلْقَى مِثْلَ هَذَا، فَانْطَلَقْتُ أَنَا وَأَبُو بَكْرٍ حَتَّى دَخَلْنَا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قُلْتُ: نَافِقٌ حَنْظَلَةُ، يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: وَمَا ذَاكَ؟ قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، نَكُونُ عِنْدَكَ، تُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ حَتَّى كَأَنَّا رَأَيْ عَيْنٍ، فَإِذَا خَرَجْنَا مِنْ عِنْدِكَ، عَافَسْنَا الْأَزْوَاجَ وَالْأَوْلَادَ وَالضَّيِّعَاتِ، نَسِينَا كَثِيرًا ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، إِنْ لَوْ تَدُومُونَ عَلَيَّ مَا تَكُونُونَ عِنْدِي وَفِي

غرق المادية

العارف بالله تعالى الشيخ
د. سفيان الجعبري



الدُّكْرُ، لَصَافَحْتَكُمْ الْمَلَائِكَةُ عَلَى فُرُشِكُمْ وَفِي طُرُقِكُمْ، وَلَكِنْ يَا حَنْظَلَةَ سَاعَةً
وَسَاعَةً، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ. " رواه مسلم

فقد أوضح لهم أنهم بشر و أنهم مخلوقون من مادة وليسوا ملائكة ؛ ولكن
لديهم الإمكان ليكونوا في صفوف الملائكة بما تسموا به أرواحهم حين
يعملون عليها ، وهنا أثبت لهم المادية و أثبت لهم الروحانية ، و أنهما
مجموعان في هذا المخلوق المكرم إذا قال تعالى : { وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ
وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ
مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا } سورة الإسراء / الآية 70

فالحال الطبيعي للإنسان أن يكون كاملاً شاملاً لا يغلب جانباً على آخر ،
ولا يغرق نفسه في مفاصد الدنيا المادية الزائلة ، ولا ينسى حقيقة أنه
خليفة لله تعالى مكرم على باقي المخلوقات وموهل لذلك .

و آخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين



كيف نربي أبناءنا تكنولوجياً؟

أ. نور هرشو

بسم الله الرحمن الرحيم

من الأمور الصعبة في عالم التكنولوجيا هي : كيف تربي الطفل وسط الانفتاح التكنولوجي !!

فقد أصبح الطفل اليوم قادراً على الدخول إلى العالم الإلكتروني بمنتهى السهولة أكثر من أبيه ، و الطفل الذي لا يتجاوز عمره العام الواحد تراه أمام شاشات التلفاز و الموبايل لفترات طويلة ؛ يشاهد أفلام الكرتون أو يستمع للأغاني الكرتونية مُبقياً نظره و كل حواسه مع الذي يشاهده ؛ و ربما تظن أنه في عالمٍ آخر من شدة اندماجه بما يشاهده.

و السؤال المهم : هل هذا صحيح للطفل؟

الجواب: بالطبع لا ، فقد ثبت علمياً أنّ تعرّض الطفل لأشعة الأجهزة الكهرومغناطيسية تؤثر على العين و تسبب الضرر للدماغ و خاصة على الشق الأيسر و نشاط الشق الأيمن منه ، و قد يصاب الأطفال بأمراض نفسية مثل الاكتئاب و الانعزالية و التوحد و فرط الحركة و الانطوائية.

إذاً كيف أربي طفلي في هذه الفوضى؟

في المرحلة الأولى من عمر الطفل يكون الطفل مثل الاسفنج ؛ مقلد لما يفعله أبواه ، لذلك يجب التعامل بحذر مع التكنولوجيا أمامه و شرح ما يفعله الوالدان فيرى أن التكنولوجيا ليست للتسلية فقط.

في المراحل العمرية الأولى للطفل يجب أن تخصص له ساعة واحدة فقط لمشاهدة التلفاز و تحت ضوابط الأهل .. وحبذا لو كانت البرامج التي سيشاهدها على التلفاز أو اليوتيوب برامج مفيدة .



أما عن استخدام الموبايل و الكمبيوتر : فأصح أن تكون تحت رقابة الأهل ، و تكون الألعاب التي يلعبها محفزة للذاكرة و منشطة للدماغ . عند دخول الطفل في مرحلة عمرية تسمح له باستخدام الأجهزة التكنولوجية بدلاً من اللعب فيجب في البداية أن يتعلم الطفل كيف يستخدم برامج الكمبيوتر و حبذا لو تعلّم البرمجة و كيف تعمل هذه الأنظمة و تقنياتها ، كما يجب أن يستخدم هذه الأجهزة للتعلّم و فهم ماهية التكنولوجيا و كيف يمكن أن يستفيد منها.

سيدخل الطفل في مرحلة المراهقة إلى الإنترنت لا محالة ، فيجب عدم ترك الباب مفتوحاً على مصراعيه أمامه ، و هنا يجب الرقابة عن بُعد و قرب و توعية الطفل و تحفيزه على الأشياء التي يجب التعلّم منها و تشجيعه على الاستفادة من التكنولوجيا بدلاً من إضاعة وقته سدى و تعليمه كيفية البحث السليم عن الأبحاث العلمية و مناقشة ما وصل إليه مع الوالدين أو المعلمين ، والحرص الشديد على حظر المواقع الإباحية أثناء تصفحه للإنترنت.

كل ما عليك أيها الأب / الأم هو الانضباط أمام الأطفال و تسليكم سلوكاً حسناً و مناقشتهم بكل سؤال يتعرّضون له ، و من خلال النقاش سيثمر عقل الطفل ولا يحتاج إلى الدخول في طرق غير سليمة من أجل الإجابة على تساؤلاته ، كما يفضّل متابعته من غير تسلط مزعج و إعطاؤه مساحة من الحرية وفق ضوابط غير مرئية بالنسبة له .

و الأهم أن يفهم الطفل و يعي في مراحل عمره أن التكنولوجيا مهمة في حياتنا و ليست للتسلية فحسب ؛ بل هناك أشياء كثيرة يستفيد منها و يكون هو المستثمر الأصح لها .

كيف نربي أبناءنا تكنولوجياً؟

أ. نور هرشو

إلى من يهّمه الأمر (28)

أ. خلدون لبزو

- بكفي سرقة... ، بدكم نصير
نشدد...؟!

هذه أول الكلمات التي سمعتها
صديقتنا خلال زيارته لأحد المعارض
المسؤول عنها في الشركة، جلس
وبدأ يراقب العملاء ويراقب أسلوب



تعامل الموظفين مع العملاء مستغلاً أنه غير معروف لديهم ، و ما هي إلا دقائق و
إذ بمدير المعرض يرحب به ويطلب منه أن يرافقه إلى المكتب.

بعد أن تبادلنا أطراف الحديث بينهما ، استفسر صديقتنا عن سير العمل في المعرض
وعن الموظفين ومدى التزامهم في العمل ورضاهم به ، فكان رد مديرهم دبلوماسياً
بحيث أنه لم يشكر أو يذم أيّاً منهم ، فطلب صديقتنا منه أن يرسل في طلبهم ليأراه
بشكل منفرد ويتكلم معهم ، رحّب المدير بالفكرة وبدأ بإرسالهم.

بعد أن قابل صديقتنا الموظفين وتكلم معهم وسمعهم ؛ لم يبقَ إلا موظفاً واحداً دخل
وبدأ بالتذمر والشكوى ، وكان محور كلامه أن مديره وزملاءه بالعمل ضده ، ولا
يحبون له الخير ، ويسعون للإيقاع به حتى يتم رفضه من العمل.

استغرب صديقتنا كلام هذا الموظف !! ، وما إن فرغ من الحديث معه أرسل بطلب
مديره واستفسر عن حاله فأخبره المدير أن هذا الموظف يعاني من مشكلة خاصة و
هي أنه يرى الجميع ضده ولا يريدون له الخير.

مما شدّ انتباه صديقتنا أن أرقام معدلات نشاط هذا الموظف لا توحى أنه مُجدّد في
عمله كما قال و أن الجميع يمكرون به !!

قبل مغادرة زميلنا المعرض طلب من الموظف أن يرافقه إلى خارج المعرض
ليتكلما.

الموظف: أعلم أنهم أخبروك أنني غير ملتزم في العمل ... والكثير الكثير.
صديقتنا: أنا لم أتكلم بعد ! وما أدراك أنني أريد أن أقول هذا ؟ أردت أن أسألك عن
ذلك العميل الذي كان يصرخ عند دخولي ويقول أننا نسرقه ونريد منه أن يشدد.

أجاب الموظف بأسلوب ساخر: يا سيدي .. هذا العميل يأتي كل شهر ويقول نفس
الكلام ظناً أن الكون والعالم يتمحور حوله و أن هناك مؤامرة تُحاك للإيقاع به ،
لكن لا أعلم ما سبب أفكاره؟! ..

ألقي صديقتنا التحية على الموظف وغادر المعرض و الأفكار تجول في رأسه:
هل يعلم هذا الموظف أنه يفعل كما يفعل العميل الذي استنكر أفكاره؟!

هل هو محق والجميع ضده؟

بدورنا نقول لصديقتنا : لا.. لا.. إن هذه الظاهرة منتشرة على نطاق واسع في
المجتمع ؛ إن لم تكن هي الشغل الشاغل لهم ؛ إنها نظرية المؤامرة ..
أعزائي : فكّروا وراقبوا واسمعوا كل الأشخاص من حولكم.

و إلى من يهّمه الأمر..

خلدون لبزو.

هانينا

الشيخ المقرئ الفقيه
د. عبد الله مصطفى كشكوش
المقدسي

الحمد لله الذي أرسل علينا سماء حبه مدرارا
وفتح لنا من الفتوح الفتح المبينا
فأكلنا من فوقنا ومن تحت أرجلنا
فاكهة حب.. طيب مذاقها حلو طعمها
فأثبتت لحماً طرياً من المحبين
يا هنانا بهانينا.. صاحب الدرّة الثمينا
تاج ولاية المحبين
وقرة عين السالكينا
يا ربّ : أدم حبّ هانينا
في الأولين والآخرين
وفي زمرة المحبين احشُرنا يا بارينا
في زمرة أحمد وصحبه الغرّ الميامين

ناطق الدرر المقدسي



دورة تأسيس النحو المحاضرة الثانية

قدّمها الشيخ الدكتور المقرئ الفقيه
عبد الله مصطفى كشكوش المقدسي

قُدِّمَتْ عَلَى :

مجموعة أكاديمية مجموعة أجيال العائلة
الـ FG-Group Academy –Turkey .

دورة تأسيس النحو

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .. أما بعد :

اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً
إنك تجعل الحزن إذا شئت سهلاً سهلاً
لا تكلنا لأنفسنا طرفة عين ولا أقل من ذلك
رحمتك نرجوا .. إن ربك هو الفتاح العليم
سبحان ربي العلي الأعلى الوهاب .. وبعد :

أرحب بكم جميعاً في فلك العلم والإيمان المشحون الذي سنبحر به
الليلة إن شاء الله تعالى في بحر من بحور العلم .. فمرحباً بكم
جميعاً ، وعلى بركة الله تعالى نسير .. بسم الله مجريها ومرساها
إن ربي لغفور رحيم. .

نتابع اليوم إن شاء الله تعالى في هذه المحاضرة الثانية من دورة
تأسيس النحو.. فعلى بركة الله تعالى..

علامات الإعراب الفرعية:

• علامات الإعراب الفرعية:

- 1- الواو (المتنى/الأسماء الخمسة) من علامات الرفع
- 2 - الألف (جمع المذكر السالم /الأسماء الخمسة)
- 3 - الياء (المتنى/جمع المذكر السالم/الأسماء الخمسة)
- 4 - الكسرة (في بعض الحالات) (جمع المتنى في حالة النصب)
- 5- الفتحة (في بعض الحالات) (الممنوع من الصرف بشروط)

1- الواو (المتنى/الأسماء الخمسة) من علامات الرفع (الرفع إما
يكون بالضممة أو الواو)
الجمع المذكر السالم : هو جمع خاص بالمذكر العاقل ينتهي بواو
ونون (و ن) أو (ي ن) على المفرد.
مثال:

- معلم : معلمون ، خاشع: خاشعون ، قانت: قانتون .
الطلاب فاهمون للدرس.. (أعرب كلمة فاهمون)
فاهمون : خبر مرفوع وعلامة رفعه الواو لأنه جمع مذكر سالم.

2 - الألف (جمع المذكر السالم /الأسماء الخمسة): وهي أيضاً من
علامات الرفع ، وعلامات الرفع ثلاث علامات: الضمة ، الواو ،
الألف.

المتنى ما دلّ على اثنين : فنزيد (أَلِف و نون أو ياء و نون) على
المفرد ؛ مثال : طالب : طالبان ، معلم: معلمان ،
بارعة: بارعتا، طالبة: طالبتان .
مثال:

- العالمان حريصان على نشر العلم.
العالمان: مبتدأ مرفوع وعلامة رفعه الألف لأنه متنى .

3 - الياء (المتنى/جمع المذكر السالم/الأسماء الخمسة)
الياء عبارة عن علامة نصبٍ وجرٍ للمتنى وجمع المذكر السالم..
مثال:
- سافرتُ مع المجتهدين.

مع: ظرف (يكون الاسم بعد الظرف دائماً مضافاً إليه)
المجتهدين: مضاف إليه مجرور بالياء لأنه جمع مذكر سالم.

مثال:

- كَرَمْتُ الفائزين .

الفائزين: مفعول به منصوب بالياء لأنه جمع مذكر سالم.
وما ينطبق على جمع المذكر السالم ينطبق على المثني في نفس
المثاليين ، فهما يصلحان لأن يكونا جمع مذكر سالم ومثني.

4 - الكسرة (تكون علامة إعراب فرعية في حالة المؤنث السالم
في حالة النصب)

جمع المؤنث السالم:

جمعٌ آخره (ا ت) على المفرد (إذا أزلنا الألف والتاء من الجمع
تعوّض بتاءٍ مربوطة)

مثال:

- طالبات : طالبة ، بارعات : بارعة ، عفيفات : عفيفة .

إذا اختلَّ هذا الشرط لا يكون جمع مؤنث سالم..

مثال للإعراب:

- إنَّ المعلماتِ حريصاتٌ على طلابهنَّ ، (أعرب كلمة المعلمات)

- المعلماتِ : اسم إنَّ منصوب بالكسرة لأنه جمع مؤنث سالم.

- حريصاتٌ: خبر إنَّ مرفوع وعلامة رفعه الضمة الظاهرة على
آخره.

ملاحظة : هناك ثلاث علامات للنصب:

الفتحة/الكسرة/الياء.

4 - الفتحة: تكون علامة إعراب فرعية في حالة الممنوع من
الصرف (بشروط) حيث نقول : يُجَرُّ بالفتحة

ملاحظة:

علامات الإعراب الأصلية :

- إذا قلنا : مرفوع بالضمة فهي علامة أصلية ، و إذا قلنا :
مرفوع بغير الضمة تكون العلامة فرعية..

- إذا قلنا : منصوب بالفتحة فهي علامة أصلية ، وغير ذلك تكون
علامة فرعية .

- إذا قلنا : مجرور بالكسرة فهي علامة أصلية ، وغير ذلك تكون
علامة فرعية.

• **ننتقل الآن إلى الجزء الثاني من هذه الدورة..**

تُقسَم الكلمة إلى :

1 - اسم

2 - فعل

3 - حرف

أولاً : الاسم:

علامات الاسم:

- يقبل دخول ال التعريف

- يقبل التنوين

- يقبل حرف الجر (ملاحظة : لا يأتي حرف الجر قبل الفعل)

أمثلة: مختار - أحمد - إخلاص - استسلام - منتج

اهتمامنا بتربية الأبناء غاية عظيمة ، (أعرب كلمة اهتمامنا)

قبل بداية الإعراب نحذف الضمير لنعرف إن كانت الكلمة اسماً أو فعلاً أو حرفاً (كلمة (اهتمام) هي اسم ؛ أي أن الجملة اسمية.

ثانياً: الحرف:

عبارة عن كلمة (في - من - إلى - عن - السين - الكاف - أو -) و بالحرف لا يستقيم المعنى بنفسه..

ثالثاً : الفعل:

وهو أنواع:
ماضٍ - مضارع - أمر .
والفعل حَدَثٌ مقترن بزمن.

كيف نميز بين الأفعال :

• الفعل الماضي:
- يقبل قد .

• الفعل المضارع:

- يقبل قد .
- يقبل التسويف .
- يقبل أدوات الجزم.

أمثلة : (تشاركتِ الدولُ منافعتها) فعل (تشاركت) في أي زمن؟
الحل:

ماضٍ أو مضارع ، هو يقبل (قد) لكنه لا يقبل (سوف) إذاً فهو فعل ماضٍ .

انتَصَرَ : ماضٍ
يَجِبُ : مضارع
يُحِبُ : مضارع ...

- فعل الأمر:
- فيه أمر ومأمور ؛ مثال : (كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا)
- علامات فعل الأمر:
- لا يقبل قد .

• كل الأسماء في اللغة العربية مُعَرَّبَةٌ إلا ستة أسماء مَبْنِيَّةٌ...
ما هو الاسم المُعَرَّبُ :
هو الاسم الذي يتغير ضبط آخره بتغير موقعه الإعرابي..
مثال 1:
الطالبُ مهذَّبٌ.
الطالبُ: مبتدأ مرفوع بالضمة الظاهرة على آخره.

مثال 2:
كَرَّمَتْ الطالبَ .
الطالبُ: مفعول به منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره .

مثال 3:
ذهبتُ إلى الطالبِ.
الطالبِ: اسم مجرور وعلامة جره الكسرة الظاهرة على آخره.

الآن نأتي إلى الاسم المَبْنِي:

ماذا يعني اسم مَبْنِيّ؟

هو الاسم الذي لا يتغير آخره بتغير موقعه الإعرابي.

مثال 1:

نَجَحَ هذا .

هذا : اسم إشارة مَبْنِي على السكون في محل رفع فاعل.

مثال 2:

كَرَّمْتُ هذا .

هذا: اسم إشارة مَبْنِي على السكون في محل نصب مفعول به.

• الأسماء المَبْنِيّة:

أولاً : الضمائر كلها.

والضمائر : هي ألفاظ تُستعمل في الحديث لتدل على أشخاص

معروفين بدلاً من ذكر أسمائهم .

الضمائر كلها مَبْنِيّة سواء كانت منفصلة أو متصلة.

وهي نوعان :

أ : - مستتر : وهو الذي ليس له صورة منطوقة في اللفظ بل

يكون مفهوماً منه .

ب : - بارز : وهو الذي له صورة منطوقة في اللفظ ، وهو

نوعان :

ضمير متصل وضمير منفصل .

ضمائر النصب المنفصلة:

• (إِيَّايَ / إِيَّانَا) المتكلم

• (إِيَّاكَ / إِيَّاكِ / إِيَّاكُمَا / إِيَّاكُمْ / إِيَّاكُنَّ) المخاطب

• (إِيَّاهُ / إِيَّاهَا / إِيَّاهُمَا / إِيَّاهُمْ / إِيَّاهُنَّ) الغائب

مثال : إِيَّايَ قَابِلَ المَعْلَمِ.

إِيَّايَ : ضمير منفصل مَبْنِي على الفتح في محل نصب مفعول به

مَقْدَم .

قَابِلَ : فعل ماضٍ مَبْنِي على الفتحة الظاهرة على آخره.

المَعْلَمُ : فاعل مرفوع و علامة رفعه الضمة الظاهرة على آخره.

الضمير المتصل :

هو ما لا يُبتدأ به الكلام ، ولا يقع بعد (إلا) ، وهو ليس كلمة

منفصلة مستقلة بل متصلة بما قبلها من اسم أو فعل أو حرف .

ضمائر الرفع المتصلة:

تسمى ضمائر رفع لأنها في محل رفع .

وتسمى متصلة لأنها متصلة دائماً مع ما يسبقها.

• وهي : (تاء الفاعل للمتكلم والمخاطب - نا الدالة على

الفاعلين - ألف الاثنين - واو الجماعة - ياء المخاطبة - نون

النسوة) .

مثال: كتبتُ الدرسَ

كتبتُ : كتب / الأصل أنه فعل ماضٍ مَبْنِي على الفتح ، ولكن

لاتصاله بضمير الرفع يصبح الفعل مَبْنِيّاً على السكون لاتصاله

بتاء المتكلم .

والتاء : ضمير رفع متصل (هي تاء الفاعل للمتكلم) مَبْنِي على

الضم في محل رفع فاعل.

الدرسَ : مفعول به منصوب و علامة نصبه الفتحة الظاهرة في

آخره .

{ تِلْكَ الرُّسُلُ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ } نا : الدالة على الفاعلين

{ وَجَاؤُوا أَبَاهُمْ عِشَاءً يَبْكُونَ } واو الجماعة
{ وَكُلًّا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا } ألف الاثنين
{ يَا مَرْيَمُ اقْنُتِي لِرَبِّكِ وَاسْجُدِي وَارْكَعِي مَعَ الرَّاكِعِينَ } ياء
المخاطبة

ضمائر النصب والجر المتصلة:

- (ياء المتكلم / كاف المخاطب / هاء الغائب .
في محل نصب : إذا اتصلت بفعل لأنها تُعَرَّب : مفعول به
لهذا الفعل .
- في محل جر : إذا اتصلت بحرف الجر / و إذا اتصلت باسم
فتجر بالإضافة .
- مثال : حظي سعيدٌ : حظي : اسم متصل بالياء ؛ فالياء في محل
جر بالإضافة .
- لي رأيي آخرُ : لي : اللام حرف جر ، اتصل الياء باللام ؛ فالياء
في محل جر بحرف الجر .

ثانياً: أسماء الإشارة:

(هذا ، هذه ، هؤلاء ، ذلك ، تلك ، هنا ، هناك ، هنالك)
أما المثني منها فهو مُعَرَّب: (هذان ، هاتان ، هذين ، هاتين).

ثالثاً: الأسماء الموصولة

(الذي ، التي ، الذين ، اللاتي ، اللاني ، اللواتي ، مَنْ ، ما) أما
المثني منها فهو مُعَرَّب: (اللذان ، اللتان ، اللذين ، اللتين).
مثال:

- حضر هذان .
هذان: فاعل مرفوع وعلامة رفعه الألف .

مثال 2:

- رأيتُ هذين .
هذين : مفعول به منصوب بالياء .

رابعاً: أسماء الاستفهام المبنية عدا (أي) .

فهي مُعَرَّبة و تُعَرَّب حسب المضاف إليه .
* و بما أننا نبحت في أسماء الاستفهام لا بد أن نذكر أدوات
الاستفهام .

- تعريف أداة الاستفهام أو اسم الاستفهام :
- اسم الاستفهام : هو اسم مبني يُوتَى به لطلب إزالة الإبهام عن
تساؤل ما .
- اسم الاستفهام له الصدارة في الجملة في اللغة العربية إذ أنه يأتي
في أول الكلام .
- ومن أمثلة أسماء الاستفهام :
- ١ - مَنْ : الاستفهامية للعاقل .
- ٢ - مَا : الاستفهامية لغير العاقل .
- ٣ - أين : للمكان .
- ٤ - كيف : للحال (الطريقة) .
- ٥ - متى : للزمان .
- ٦ - أنى : كيف أو متى .
- ٧ - كم : للعدد .
- ٨ - أيان : للزمان بمعنى متى .
- ٩ - ماذا : بمعنى : أي .
- كل ما سبق أسماء مبنية .

أما أي : فهو اسم مُعَرَّب كما هو مبين أعلاه .
وتُعَرَّب أسماء الاستفهام كلَّ حسب موقعه ومحلّه الإعرابي ؛
فمنها ما يلزم النصب على الحالية أو الطريقة نحو قولنا : كيف
تدرس التاريخ ؟

هنا تُعَرَّب (كيف) على النحو التالي :
كيف : اسم استفهام مبني على الفتح في محل نصب حال.

خامساً: أسماء الشرط :

وهي القسم الأكبر من أدوات الشرط ، وربما يقول البعض : اسم
الشرط أو أداة الشرط ، والأصح أن نقول : أدوات لأنها تجمع بين
حروف الشرط و أسماء الشرط .

- وتنقسم إلى قسمين :
- أ : أدوات شرط جازمة
- - ب: أدوات شرط غير جازمة.

سادساً: بعض الظروف .

مثل: الآن ، أمس ، منذ ، حيث ، إذ ، إذا.. إلخ .

نلقاكم إن شاء الله تعالى في محاضرات قادمة ..
أسستودعكم الله الذي لا تضيع ودائعه .
وسلام الرب عليكم طهراً و قدساً ونوراً ، ورحمته صلّى الله عليه
حباً ونوراً سارياً فينا أزلاً وأبداً ، وبركاته المتجلية علينا وعلى
مَن سار على دربه إلى يوم الدين .

انتهى.

بسم الله الرحمن الرحيم

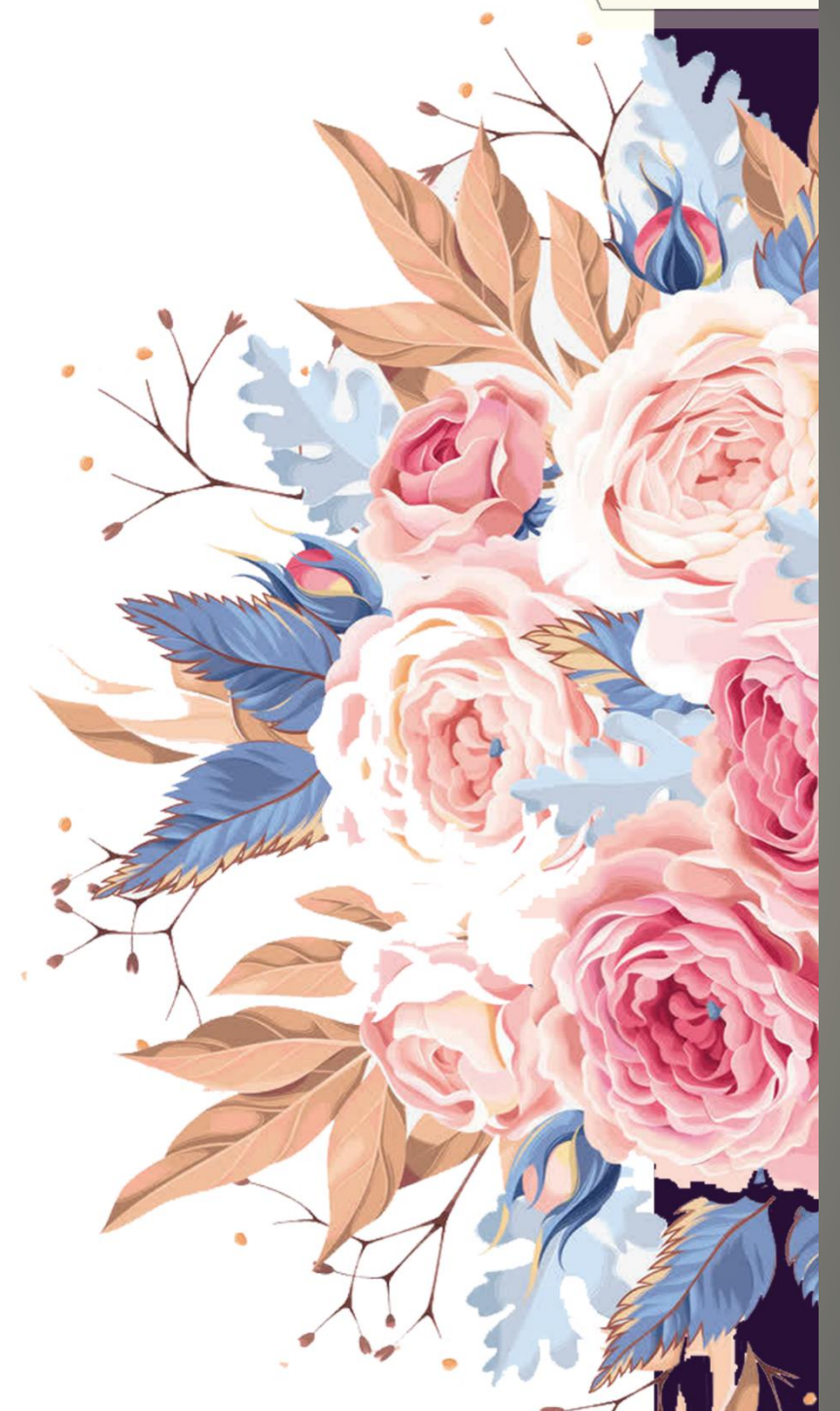
{ إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ
يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ
وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا }
سورة الأحزاب / الآية 56

شاركونا عدد صلواتكم خلال
الأسبوع بإرساله كل يوم جمعة

عبر تطبيق التليغرام على
مجموعة :
الطريقة الشاذلية المجددية
الهانيبالية الكمالية

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

صلُّوا عليه ...





أكاديمية FG-Group القسم العربي
لتنمية القدرات والطاقات الإنسانية والتي تدرِّب
وتعلِّم 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>

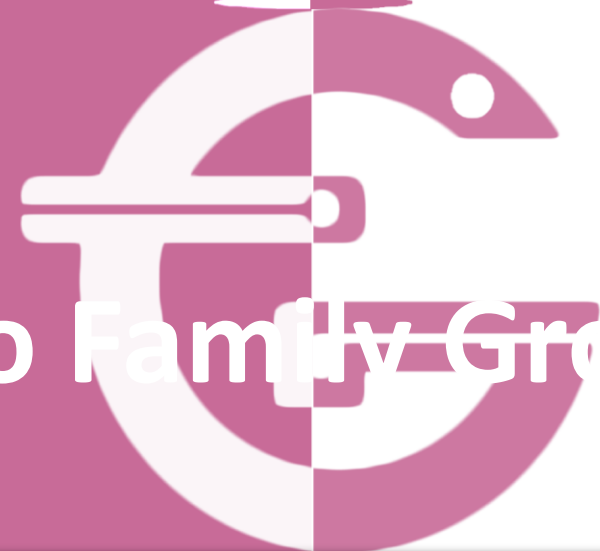


نحن محطة إذاعية
منبثقة عن شركة
FG مجموعة العائلة

نقوم بدورنا التثقيفي
والإعلامي
حول العالم لنشر القيم
والثقافة الأخلاقية

www.radiofg.org

اضغط للتحميل :



Radio Family Gro

Radio Family Group



DAR AL AQIQ

HAHO
Magazine

هاهو

مجلة
شهرية

1443 / 2022 - العدد (30)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

أسرة مجلة هاهو تتمنى لكم
عيد أضحى مبارك
كل عام وأنتم بخير

هيئة الـ FG العلمية العالمية
تستمرّ بدعم قدراتكم

تموز \ يوليو 2022 - الموافق : ذي الحجة 1443 www.fg111.net