

HAHO | هاهو مجلة

Magazine شهرية 1442 - العدد (7)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي



هشاشة العظام
د. نضال ترهاني

كيف نقولها ؟
أ. سيرسا تو

لهذا ؟
الشيخ د. أوس العبيدي

الحياة الاجتماعية
أ. عبدالهادي دنون

مكونات الغذاء و مصادرها
أ. دانيا هرشو

برنامج سير العظماء
د. صبحي المقرع

**القوة في توازن لطيف
الحقوقية د. منى حمادي**

هاهو .. فلتنشري نورك الكمالي في آفاق الأرواح

كلمة رئيس التحرير :

بسم الله الرحمن الرحيم
اللهم صلّ وسلّم على الحبيب سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

بسم الله نبدأ العام الجديد بطاقة حبّ وتجدد ، وتبدأ صفحاتنا بالتالي
متطيرة بلطافة بين معارفكم ، تزيد بها وترتقي بكم .
فكما صفحاتنا المليئة بالخير المعرفي العلمي ، نرجوا الله تعالى أن يكون
العام الجديد مليئاً بالخير المعرفي والخير الحياتي .
بسم الله الرحمن الرحيم خير ما نفتتح به عامنا الجديد..
بسم الله الرحمن الرحيم نطلق نحو القمم .

د. سارة الجعبري

تابعنا  على تطبيق التلغرام: <https://t.me/hahomagazine>

 على الفيسبوك : مجلة هاهو haho magazine

للتواصل hahomagazine@gmail.com

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
الشيخ أ. عبد الهادي دنون
د. نضال ترماني
د. منى حمادي
د. سناء شحادة
د. سماء الجعبري
الباحث. عمر السلقيني
أ. صبحي المقرع
أ. خلدون لبزو
أ. محمد ظهير استانبولي
أ. منال جبيلي
أ. ريم الشمراني
أ. قمر الجعبري
أ. هدى زايد

تقرؤون في هذا العدد

- كلمة رئيس التحرير 2
- محتويات العدد 3
- كلمة شهر محرم 1442 5
- معايدة 9
- انحسار الحكمة 11
- أهم الإشرافات 15
- القوة في التوازن اللطيف : الحقوقية د. منى حمادي 23
- لماذا ؟ 27
- إلى من يهمه الأمر- الجزء السابع 29
- Screenshot 31
- الطاعون و الحمى 35
- الحياة الاجتماعية - الجزء 2 والأخير 37
- الحب 39
- هشاشة العظام - الجزء الثاني 43
- مكونات الغذاء ومصادرها 47
- المساحة الواسعة : إعادة ترتيب الأثاث 49
- كيف نقولها How to say it 51
- راديو فاميلي غروب : برنامج سير العظماء 63
- اسم (زهور) 65
- الغدد الصماء وعلاقتها بالسلوك البشري والعلاقات النفسية ج 2 67

- الأزياء على خط الزمن 69
- نواذر معرفية 71
- الاحترام - الجزء 2 73
- المحرر : الهرزدق تكياتي 75
- مقدمة عن دراسة الجدوى 77
- من بطون الكتب 83
- سلسلة علم الجبال في القراءان الكريم 85
- دعوة للصلاة على النبي 87

الداعمون



مؤسسة
التواصل الهندسية



دار العقيق
للأحجار الكريمة



راديو
فاميلي غروب



أكاديمية FG-Group
التركية

لإعلاناتكم في مجلتنا يرجى التواصل عبر تطبيق التليغرام عبر المعرف
التالي @drsarahaljabari

أو عبر البريد الإلكتروني:
hahomagazine@gmail.com

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين
والصلاة والسلام على سيدنا محمد و على آله و صحبه أجمعين
كلمة شهر محرم 1442

سيادة مقولات العقول العفنة

عندما أتصفح بعض الأحيان على شبكة السوشل ميديا وأشهد تلك السقطة الفظيعة التي تهوي بها البشرية في براثن التسفل ومخالب الحضيض الفكري والأخلاقي يشتد لومي للأجيال التي غفلت عن نور الحق المهدى إليها فاتبعت عقولاً عفنة تشدقت بمقولات مدمرة للأسرة والمجتمع ومخرّبة للوعي الإنساني ، ولكني سرعان ما يتضح لي إجرام تلك العقول التي تنصبت على كراسي التخطيط للمجتمعات فروّج لها أعداء الإسلام كل مقالاتها الفاسدة ؛ فلا أرى تلك العقول إلا بمنظار عدسات الإجرام الإنساني الذي استبدّ بكل الكوكب اليوم وهم يدّعون أنّ الذي قال ذلك إنما هو من عقلاء الكوكب ؛ في حين أنه بذاته من أكبر العقول المنحرفة عن الحقيقة .

وإيكم هذا المثال الفظيع الذي يظهر منذ خمسين عاماً في الأدبيات الثقافية وما زال إلى اليوم يظهر في السوشل ميديا العربية والإسلامية على أنه مقولة عقل متور لابد من اعتمادها للنجاح الإنساني لأنها تنير دربنا ؛ فقد قال العالم





النفسى الغربى سيغموند فرويد :
(كلما بدا لك الشخص مثالياً أكثر من الخارج كلما كان يمتلك
شياطين أكثر من الداخل) !! .وأقول : هل قرأتم أشنع من تلك
المقولة في تدمير الأخلاق و سوء الظن بكل ما يظهر إليك أنه
مثالي؟!
هل هناك مقولة أكثر تدميراً وجحوداً لتراثنا النبيل المثالي
الناصع؟!
لا يمكنني إلا أن أشمئز من قذارة هذا الفكر لأنه يعي تماماً أن
سيد المرسلين محمداً صلى الله عليه وآله وسلم سيد المثالية
في العالمين ولم يكن في داخله شيطان قط .
وكذلك الرسل .
وكذلك الأنبياء .
وكذلك الأولياء الصالحين ورثة الأنبياء (مريم وذو القرنين
والخضر وخديجة ... إلخ) عليهم الصلاة والسلام .
هذا ولم نتكلم بعد في مثاليات الصحابة ومثالية المجتمعات
الإسلامية وصورها المضيئة ...
بنسأ لحضارة تعتمد مقولات هذا الضلال حيث أضلّت نفسها
ولكنها لن تضلنا ؛ فنحن نرفض سيادة مقولات العقول العفنة .

خادم العلم الشريف : د. هانيبال يوسف حرب



كل عام وأنت بخير بمناسبة العام الهجري الجديد ١٤٤٢

انحسار الحكمة

العارف بالله تعالى د . سفيان الجعبري

تكن أهمية الحكمة فيمن يستمع إليها وإلا فما فائدة حكمة دون مستمعين أو متلقين؟

لقد وصف الحق سبحانه وتعالى نفسه بأنه " الحكيم " لندرك ما للحكمة من أبعاد ونُتَصَف بهذه الصفة الربانية ونتخلق بها فنكون من الفائزين .

اهتم الإسلام بالحكمة وأهلها اهتماماً عظيماً ، ودعا إلى البحث عن الحكمة واستهدافها ، ومدح أصحابها بصيغة " مَنْ أُوتِيَ الحكمة " ، فذكرها بأنها (إيتاء) أي هي منحة فلا يفوز بها إلا مَنْ يستحقها ؛ قال تعالى : (يُّؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ) سورة البقرة (269) .

فالحكمة من صفات المؤمنين وهي ضالتهم فقد قال تعالى : (لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ ءَايَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ) سورة آل عمران (164) .

وهذا أبو الأنبياء سيدنا إبراهيم الخليل عليه الصلاة والسلام يدعو ربه بالعلم والحكمة للأمم .. قال تعالى : (رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ ءَايَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ) سورة البقرة (129) .

ودأب المعلمون والمربون والآباء بحث الأبناء على تتبع الحكمة والحكماء والاستفادة من تجاربهم وخبراتهم والسعي في تطبيق ذلك في سير حياتهم قولاً وفعلًا .

ولا شك أن أعظم الحكماء هم الأنبياء ومن سار على نهجهم من العلماء ومن تتلمذ على أيديهم من المربين .

وقد ظهرت الحكمة بصور كثيرة أعلاها الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة الجامعة لجوامع الكلم ، تبع ذلك اقتباسات للشعراء في أبيات شعر تحوي حكماً وأمثالاً شعبية وقصصاً تراثية ونصائح متداولة .

ولقرون خلت دأب الجميع على احترام الحكماء والبحث عنهم والتعلم منهم ابتغاء بلوغ مقاماتهم الحكيمة الكريمة ، فكانت الحكمة هدفاً أسمى يؤثر تأثيراً مباشراً في الأفراد والمجتمعات فهي تضع أسساً جميلة تقود الناس للخير و التنافس في الأخلاق المكرمة.

إلا أن هذا التوجه إلى الحكمة وأبعادها العظيمة لم يعد محط اهتمام الناس ، فلم يعد للحكماء الحقيقيين مكان في عالم اليوم حيث تم استبدالهم بالحكيم العظيم السيد جوجل !! حكيم بارد صامت ، يتقن فن الخداع والتمويه ويدعي العلم والحكمة ادعاءً لا حقيقة ..

بات (انت) هو الحكيم الذي يقود الأجيال ويبني قيمهم وأخلاقهم لنجد شباب المجتمع واليا فعين منهم لا يسمحون لأحد بإظهار الحكمة .. سواء أكان عالماً أو مربياً أو أباً أو كاتباً .. ، فتراهم يسارعون لتناول هواتفهم النقالة بحثاً عن نصيحة أو حلّ لما يواجهون من معضلات أو مشاكل ، ويبحثون هناك عن أسباب العمل والرزق دون الالتزام بالأخلاقيات و الضوابط لينعكس ذلك على حياتهم سلباً بمزيد من التخبط والضياع .

أين الحكمة ؟ أين الحكماء ؟ أين ضالة المؤمن ؟ أين القيم ؟ أين ... وأين ؟

ولم يقف الأمر عند هذا الحد بل بات (انت) وسيلة للبحث عن الحياة الاجتماعية .. بل البحث عن زوجات !! مما أدى إلى المزيد من التخبط بسبب البعد عن كل أمر حكيم الأمر الذي زاد الطين بلة وبدأ انعكاس "انحسار الحكمة" يؤثر سلباً وبشكل سريع مؤدياً إلى انهيار المجتمعات المحافظة التي قامت أساساً على العلم والحكمة .

يزيد الغرق وتبتعد الحكمة ..
صخب وأصوات ..
زحمة وضياع ..
توسع وتمدد ..
ولا حكمة ..

أهم الإشراقات

إشراقٌ معرض «معانٍ مُقدَّسة»

معرض رقمي قدمته قناة التليغرام :

H.H Creative Arts

معرضٌ أظهرَ جمالَ رقائِقِ الفنون من فيضِ عرفان
سماحةِ المفكّر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف
حرب حفظه الله تعالى ، تلك الرقائِق الممتدة من
العالم الأكبر المطوي في ذكائه الفني إلى العالم
البصري ليتمتع الذوّاقة للفن بكرم الجمال والمعرفة
سابحين بإدراكاتهم في جميل اللوحات .

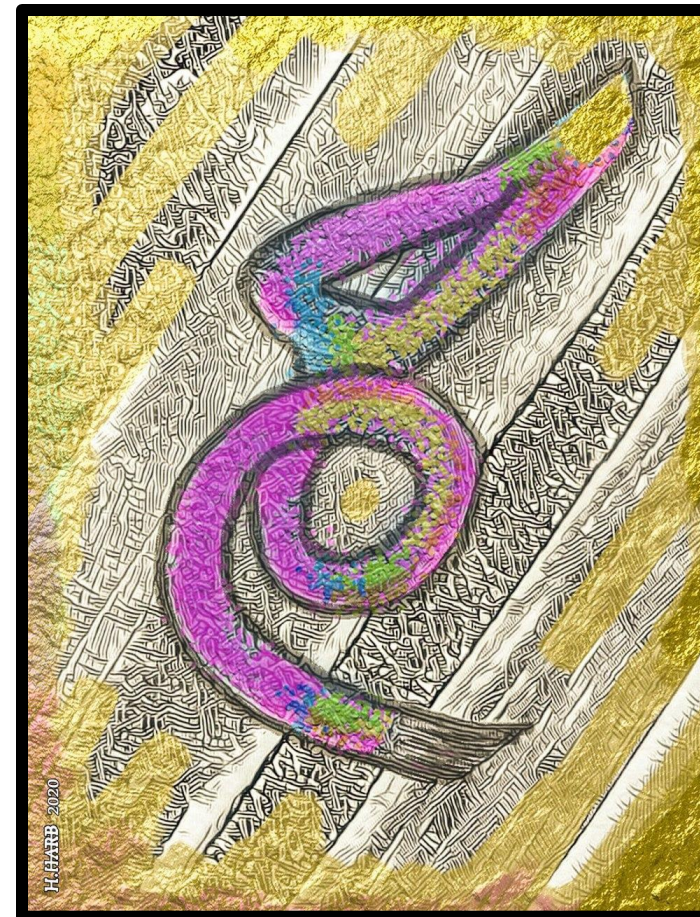
ندعوك لتطلق العنان لذوقك الفني وحواسك الروحية
بمتابعتك لهذا المعرض على التليغرام :

<https://t.me/HanibalCreativeArts/141>



- لوحة : ويبقى وجه ربك .
- معرض معانٍ مُقدَّسة
- د. هانيبال يوسف حرب
- قناة H.H Creative Arts
- عام 2020 \ H.HARB
- التاريخ : 3 \ 08 \ 2020

د. منى حمادي : و تبقى للذهبية سيادة عليا .. فكيف إن كانت مخطوطة بحروف تشرح حقيقة
البقائية الربانية ؟
النور الذهبي أعطى شعوراً ملكياً في الرؤية ، ولكنه شعور لا يغادر حقيقة فناء العبد أمام حقيقة
البقاء الرباني ، اللوحة تشعّرنا و كأننا دخلنا إلى قصر ذهبي التوهج و هي تشير إلى طواف
الإنسان في فلك حياته سواء أطالت أو قصرت ، تفنى الحضرة الإنسانية بحقيقة التجلي البقائي مع
سطوع شمس الحب الإلهي بلطائفها .
لوحة أخذتنا إلى مدارج علوم و معارف تلقيناها من سماحتكم وها نحن نشهد لها صورة بتعابير
غاية في الجمال .
بالغ الله تعالى في إكرامكم و زادكم حباً وتشريفاً لكل معنى قدسي يُحتم به عبر هذه التجليات البهية.



- لوحة : حم
- معرض معانٍ مقدّسة
- د. هانيبال يوسف حرب
- قناة H.H Creative Arts
- عام H.HARB \ 2020
- التاريخ : 3 \ 08 \ 2020

د. عائشة العناكوة : ما شاء الله .. تبارك الرحمن ..
جميلٌ جلوس الحاء بأريحية منبسطة ، وجميلٌ تماسكلها مع الميم ..
ولفة الميم جميلة .. فهي ملفوفة بشكل هادئ وساكن لتنساب الفرشاة في آخرها
تخط بكل هدوء وسكينة ..
بارك الله في هدوئكم وسكونكم حضرة د. هانيبال يوسف حرب ..



- لوحة : نَزَّلَهُ رُوحُ الْقُدُسِ .
- معرض معانٍ مقدّسة
- د. هانيبال يوسف حرب
- قناة H.H Creative Arts
- عام H.HARB \ 2020
- التاريخ : 3 \ 08 \ 2020

د. سارة الجعبري :
مشهد يسرد حوار : من العالم الملكي ... إلى الكون البهي ...
فُتحت البوابات .. وعبر روح القدس السماوات..
نزله إليكم بالحق ..
فلينقشع غيم الحجاب ... وليسرّ النور في أفق الفؤاد.

أهم الإشرافات

د. منى حمادي:
لوحة (و السماء بناء) لوحة تعتلي الأفق بتلك الأوتاد الماسية التي تشرح حقيقة القيام بالله عز و جل ..
الأنوار الزرقاء أعطت بُعداً لا متناهاً وهي تشير إلى عوالم السموات في الأفق البعيد اللامرئي وكأنها تشرح نوراً من أنوار اسمه تعالى الباطن ..
و السحب تشير في اختلاف مستوياتها على اختلاف الاستقاعات والارتقاعات ..
و تلك الكواكب المختلفة الأبعاد مشهودة في عوالم السماء .. فكأننا أمام مشهد (شاهد و مشهود)
لوحة غنية بالتفاصيل ..
أكرمتونا بهذه الفيوضات الجمالية .. وجعلتمونا نسوح في عوالم السماء المبنية ..
كل الشكر والامتنان لسماحتكم ونورككم الإبداعي الفني الراقي ..

للمزيد من اللوحات :

<https://t.me/HanibalCreativeArts/141>


- لوحة : والسماء بناء .
- حس تقريبي خاص للشعور الجمالي وليس تقريرياً لوجهة نظر علمية .
- معرض معان مقدسة
- د. هانيبال يوسف حرب
- قناة H.H Creative Arts
- عام H.HARB \ 2020
- التاريخ : 3 \ 08 \ 2020

أهم الإشراقات

دورة في علم التأويل

تتشرف أكاديمية مجموعة أجيال العائلة بتقديم دورة خاصة في (علم التأويل) عبر تطبيق التليغرام و هو العلم الأقوى في علوم التنمية الإنسانية ويختص بتفسير الرؤى والأحلام . حيث سيقوم سماحة المفكر الإسلامي الشيخ الدكتور هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى بتقديم و تلقين هذا العلم الخاص و المهم .

إنَّ تَعْلَمَ علم التأويل هو من علامات الاجتباء الرباني ، وفيه أكبر نعمة ألا وهي إتمام النعمة على العبد بالفهم عن الله تعالى وقراءة تجلياته .

وقد أبدى الكثير من طلاب العلم والشيوخ الدارسين لهذا العلم سابقاً آراءهم وتجاربهم و استفادتهم من هذا العلم و ذلك على المجموعة الخاصة لعلم التأويل على التليغرام.

أهم الإشراقات

{ وَكَذَلِكَ يَجْتَبِيكَ رَبُّكَ وَيُعَلِّمُكَ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ وَيُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكَ }

دورة خاصة في

علم التأويل

امتلك قدرة
كشفية خاصة

تعلم :
- تأويل القرآن الكريم .
- تأويل الحياة وقراءة الواقع في اللحظة .
- تأويل الرؤى المنامية والأحلام .

يقدمها المفكر الإسلامي د. هانيبال يوسف حرب

زمن الدورة : 21 | 9 | 2020 إن شاء الله تعالى .

للتسجيل الاتصال على هذا المعرف على التليغرام

@Noralaalm246

لمزيد من المعلومات وللحجز والتسجيل :

https://t.me/American_FGGroup_Academy

القوة في توازن لطيف الحقوقية د. منى حمّادي

يتميّز زماننا اليوم بظهور النساء بشكلٍ أكبر في المجالات الحياتية المتنوعة مقارنة مع العصور السابقة ، إلا أن الإسلام كان سباقاً منذ القدم في إعطاء المرأة مكانتها ودورها وحقوقها. وبتتالي الأيام والأعوام برزت العديد من النساء المسلمات وأظهرن تميّزاً .

وفي يومنا هذا تألقت العديدات .. وضيئة عددنا من أبرزهنّ و هي الحقوقية الدكتورة منى حمّادي فبالإضافة لكونها حقوقية مارست المحاماة مدافعة عن الحقوق ، فالدكتورة منى ذات قوّة ، و قد أشرقت قوّتها في بواطن شتّى تكمل بها شخصيتها الفريدة ، حيث نجد لها في بحور الحب الإلهي وكلامه الكريم فسحّ جمالية أدبية حيث تميّزت به بوفرة دفق حروفها و غزارة معانيها ، تجلب المحبين من الآفاق لينصاعوا تحت جمال مصفوفة كلامها المديد ، ثم تعود لتظهر بقوتها في العالم الإداري ومناصبها فيه وظهورها الخاص في مجال الإدارة حيث أنها حالياً تشغل منصب عضو إدارة في أكاديمية FG GROUP العلمية العالمية و معدة و مقدمة برامج في راديو FG منذ خمسة أعوام حتى الآن .. فكانت شخصيّة تجمع عالم القوة والعاطفة في توازن لطيف .

كما أن المتابعين لراديو فاملي غروب الذي بات عريقاً شهيراً بندرة برامجه يعلم تماماً بصمتها التقديمية ؛ فقد اختيرت الدكتورة منى لتكون مقدمة لبرنامج صباح العلوم بمواسمه العديدة ، وتكمن أهمية ذلك في كونه برنامجاً تستضيف فيه سماحة المفكر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى .. الأمر الذي يعطيها تميزاً ، وقد أضافت في مقدمة البرنامج وخاتمته نقشها اللطيف عبر الكلمات المنتقاة و الذي أعطى البرنامج حساً أنثوياً جمالياً .

بالإضافة لإعدادها وتقديمها لبرامج إجتماعية أخرى خاصة بها مثل (قرئت لكم من الفيس - فضاء النساء - عالم فاملي غروب - مجلة راديو فاملي غروب)

الدكتورة منى حمّادي نالت درجة الماجستير في علوم الإدارة الروحية ، و حصلت على شهادة خاصة بالعلاج بطاقات رقائق النور من أكاديمية FG العلمية العالمية ، و الأبرز تلقيها ما يفوق 200 علماً من العلوم المتفوقة من علوم البرمجة الحرفية الكونية الروحية تلقيناً من مؤسس علوم البرمجة الحرفية الكونية الروحية في العالم سماحة المفكر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى شخصياً و الذي منحها إجازة خاصة موثقة من سماحته بتعليم كل ما درسته وتلقنته وسمعت منه شخصياً .

ولها أيضاً مساهمات كثيرة في عالم العلم والمعرفة ، وبذلك تكون إحدى الشخصيات المسلمة العربية المتفوقة و التي يجب تسليط الضوء على ندرتها والاستفادة منها كمثال يُقتدى به .

لماذا ؟

الحمد لله رب العالمين حمداً كثيراً طيباً مباركاً ، والصلاة والسلام على سراج الحب وقبلة المحبين نور الأنوار ، ومنبع الأسرار الحبيب المختار قبل خلق السموات والأرضين ، الموصوف بأفضل الأخلاق والشيم سيد الجود والكرم وسيد العرب والعجم ، سيدي وحبيبي محمد وعلى آله وصحبه الكرام أجمعين.

سؤال يتردد كثيراً على مسامعنا : لماذا تُعتبر الأندلس مثالا يُقتدى به حتى الآن وتتغنى به القلوب ؟

كيف ارتقى المجتمع الأندلسي في ذلك العصر وأصبح علامة مميزة في كل المجالات ؟

ما الطريقة التي استخدمها ؟

وما العامل المشترك بيننا وبين هذا المجتمع والذي يمكن أن يكون الحجر الأساس للارتقاء بكل بساطة ؟

يا سادة : الجواب كلمة واحدة .. إنه الإسلام .

عندما دخل الإسلام إلى ذلك المجتمع أنار الذوات والحياة حيث أدرك الفرد أهميته ودوره الفعّال في بناء المجتمع والارتقاء به ، أدرك أنه الحجر الأساس الذي يُبنى عليه المجتمع وعاش حقيقة الإسلام لا القشور فقط ، وبدأ بالتغيير ، ولم ينتظر أن يتغير المجتمع من حوله بل كان التغيير الذاتي هو الشرارة والانطلاقة ،

كتبه الشيخ د. أوس العبيدي

فلا يمكن أن تتغير الآخرين وما حولك مالم تتغير نفسك ، فالحال أقوى وأكثر فاعلية من المقال ..

كفانا مطالبة لمن حولنا بالتغيير .. علينا أن نبدأ بذواتنا ونعيش ونعاين حقيقة و أنوار قوله تعالى (إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ) الرعد ١١.

الخلاصة : التغيير يبدأ من الفرد ويؤثر سلباً أو إيجاباً على المجتمع ، لذلك علينا أن ننتبه إلى ما نطلبه و ما نسعى إليه في التغيير .

لا تنظر للآخرين بل ابدأ بنفسك وكن قدوة ، لا تكتفي بالشعارات البراقة فقط .. بل اعمل على تحقيق تلك الشعارات و تنفيذها على أرض الواقع ساعياً للارتقاء بالمجتمع ليصل إلى ما يجب أن يكون عليه المجتمع المسلم الحقيقي الذي سرت فيه حياة وروح الإسلام .



إلى مَنْ يهمله الأمر (الجزء 7)

بقلم الأستاذ : خلدون لبزو

تكبيرات العيد تضحّ من مكبرات صوت المساجد..
الله أكبر .. الله أكبر .. الله أكبر ..
الأطفال مبتهجون بملابسهم وألعابهم ..

خرج صديقنا لصلاة العيد ينظر حوله ويرى فرحة
الأطفال ويستذكر عندما كان في عمرهم كم كان
يفرح بهذا اليوم ..

رجع إلى المنزل و سلّم على أهله وجلس أمام
مائدة الفطور، و بعد أن أنتهى من تناول فطوره
توجّه إلى غرفته ونام حتى العصر.

استيقظ وجلس على الأريكة يبحث عن ما يشاهده
في التلفاز بانتظار حلول المساء ..

بعد أذان و صلاة المغرب اتجه إلى أحد المقاهي
ليقابل أصدقاءه ، جلسوا وبدؤوا بتبادل أطراف
الحديث حول العيد .

إلى من يهمله الأمر

فمنهم من قال : إنّه يوم عاديّ كباقي الأيام .
والآخر قال : أنا أكره العيد .
والثالث قال : لا يعنيني .

في طريق العودة إلى المنزل كان صديقنا يراقب الناس في الشارع
ولاحظ أن الأطفال فرحون جداً بهذا اليوم بكل تفاصيله وما يحمل من
دقائق ..

أما الكبار فجوهم لا تُفسّر !! حيث لاحظ عليها الضجر والملل.
بدأ يسأل نفسه :

هل ذهبت بهجة العيد ؟

هل تمت برمجتنا لاعتباره يوماً عادياً ؟

ألا نشعر بقيمة الفرح والسعادة ؟

ما ذنب الأطفال أن لا نشاركهم الفرحه ؟

بدوري أقول :

بسم الله الرحمن الرحيم (ذَلِكَ وَ مَنْ يُعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى
الْقُلُوبِ) صدق الله العظيم الآية 32 من سورة الحج .

أنا ممن كان يفكر أنّ يوم العيد يوم عاديّ ، ولكن عند سماع هذه
الآية الكريمة تغيّرت نظرتي .. إنه عيدٌ من المولى عزّ وجلّ .. فوجب

علينا الفرح والسرور.

أحبتي : أرجو أن تتفكروا بهذه القضية (قضية عدم الفرح بالعيد)
وتحاولوا تغييرها لأنها ظاهرة تفتت في مجتمعاتنا.

وإلى مَنْ يهمله الأمر .. إلى لقاء جديد .

Screenshot



noor_al.aalam

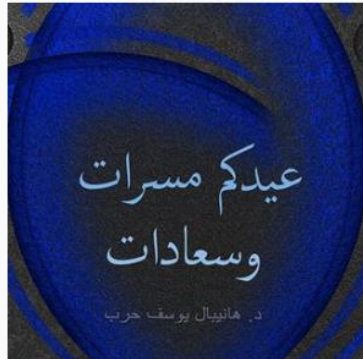
https://www.instagram.com/noor_al.aalam/

بتَّ المفكر الإسلامي الشيخ الدكتور هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى أجمل التباريك والتهاني لمتابعي حساب الطريقة الشاذلية المجددية الكمالية على الإنستغرام بمناسبة عيد الأضحى المبارك وذلك من خلال بطاقات معايدة من مجمل إبداعاته في مجال الفنون الرقمية ثلاثية الأبعاد .

كما واصل سماحته نشر كتابه الهوية { هو الحي } وقد شرح لنا تحت عنوان { القانون الكينوني } أنَّ كنه الهوية المطلق هو مستند القانون الكينوني الذي هو الأساس لجميع قوانين الوجود في كل الخليقة وفي كل تطور .
كما وضَّح لنا الفرق بين السريان القيومي وحاكمية الحياة على كل مظاهرها وتجلياتها من كونها قدرة و ذلك بخلاصة جميلة وهي أن للهوية حياة ، وحياة الهوية قدروية ، كما أن توهج الهوية قدروي يُظهر طاقة الحياة التي هي قوة كنه الهوية المطلق الكامنة فيها .. والكثير الكثير من الفهوم والعلوم في هذا الباب .

بالإضافة إلى نشر العديد من الحُكم الهانيبالية وبعض قواعد العشق وغيرهم .

أكرمَ الله سماحة المفكر الإسلامي بجميل حبه وإكراماته وزاده ألقاً وإشراقاً في العالمين .



آخر الأخبار و الفعاليات و النشاطات عبر التطبيقات و المواقع المختلفة



Screenshot



<https://t.me/FGGroupmedicalcenter>

دورة في علم الذكاء الروحي الطبي - مركز FG Group الطبي



كما بدأ سماحة المفكر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى دورة في علم الذكاء الروحي الطبي و ذلك على مجموعة مركز FG Group الطبي .

ندعوك لمتابعتها ، والاستفادة منها لتنمي ذكاءك الروحي الطبي .

تابع محاضرة اليوم الأول عبر الرابط التالي :

<https://t.me/FGGroupmedicalcenter/8741>

مجلة هاهو - 1442 هـ - العدد (7)



https://t.me/alshifa_alruwhi

دورة الشفاء من الأضرار الروحية

دورة الشفاء من الأضرار الروحية دورة قائمة حالياً عبر تطبيق التليغرام يقدمها سماحة المفكر الإسلامي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى.



تهدف الدورة لتلقين بعض العلوم المهمة مثل:

- علم الضرر الروحي في القرآن الكريم.
- علم الأدونات في القرآن الكريم .
- بالإضافة إلى تقديم العديد من الفوائد العملية الهامة مثل :
- الوصفات العلاجية .
- الوصفات العلاجية الخاصة.
- إضافة إلى تلقين خصائص معينة ومحددة لـ :
- العديد من الأسماء الحسنى .
- و العديد من الآيات.

ولازالت الدورة مستمرة في فعاليتها على التليغرام حتى الآن .

الطاعون والحمى

كتبه الشيخ الدكتور المقرئ عبدالله كشكوش المقدسي

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

أهلاً بكم أحببتنا قرّاء مجلّتنا (هاهو) ..

نتفكر اليوم في الحديث الشريف التالي لرسول الله صلى الله عليه و آله و سلم :

قال رسول الله صلى الله عليه و آله و سلم :

أتاني جبريل عليه السلام بالحمى والطاعون ، فأمسكت الحمى بالمدينة وأرسلت الطاعون إلى الشام ، فالطاعون شهادة لأمتي ورحمة لهم ورجس على الكافرين .

أوتي النبي صلى الله عليه و آله و سلم الكثير من المعجزات ، وكرّمه الله سبحانه وتعالى وفضّله على كثير من الأنبياء والرسل والخلق أجمعين .

من بين المعجزات التي وهبها الله سبحانه وتعالى للمصطفى المختار ما يبينه لنا النبي صلى الله عليه و آله و سلم في هذا الحديث الشريف من قدرته عليه الصلاة والسلام على التحكم في المرض وإرساله إلى الجهة التي يريد بها بالكيفية التي يريد بها . ويبين كيف أنه عليه الصلاة والسلام أمسك الحمى بالمدينة

أي سمح لها بأن تصيب أهل المدينة المنورة ؛ لأن ضررها أقل من الطاعون ، ونادراً ما يحصل منها الوفاة

الطاعون والحمى

وذلك رحمة منه صلى الله عليه و آله و سلم بأصحابه ، فقد كانوا قلة وكان أعداؤهم كثر ، فكان لا بدّ له عليه الصلاة والسلام من المحافظة عليهم وتأخير الموت عنهم ما استطاع إلى ذلك سبيلاً ، كيف لا وهو الرحمة المهداة ؟ .. فقد منع دخول الطاعون إلى المدينة المنورة لكثرة ما يسببه من موت وهلاك للناس و أرسله إلى بلاد الشام ، وبَيّن عليه الصلاة والسلام أن هذا الطاعون وإن كان في إرساله إلى أهل الشام ضرراً ظاهراً لهم إلا أن الله سبحانه وتعالى جعله رحمة للمؤمنين منهم إذ كان الطاعون بأجر الشهادة في سبيل الله ، و بالمقابل فهو وبال ودمار على الكافرين .

فَقَوْلُهُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ :

"فَالطَّاعُونَ شَهَادَةٌ لِأُمَّتِي" أي أن المُصاب به يكون له أجر شهيد إن مات به .

"وَرَحْمَةٌ لَهُمْ" أي بالمؤمنين لأنه يُسرّع بهم إلى رحمة الله تعالى ، وهو ممّا يرحم الله به عباده المؤمنين ؛ فيكون لهم الأجر في الآخرة .

"وَرَجْسٌ عَلَى الْكَافِرِينَ" والرجس هو العذاب، ويقع على الكافرين لأنهم لا يُوجرون على ألم حيث قال تعالى : **(إِنَّ تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ وَتَرْجُونَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ ..)** النساء آية 104 ، ولأنه يُسرّع بهم إلى عذاب الله تعالى .

ولقد رأينا كيف أن الطاعون ضرب بلاد الشام زمن الفاروق عمر بن الخطاب رضوان الله تعالى عليه ووقع في بلدة عمواس في فلسطين التي هي جزء من بلاد الشام ومات به الكثير من الصحابة الأجلاء رضوان الله تعالى عليهم .

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

الحياة الاجتماعية (الجزء 2 والأخير)

مظاهر الحياة الاجتماعية :

1- تفاعل الفرد مع الأسرة :

تعتبر الأسرة هي الركن الأساسي في تكوين أي مجتمع ، وهي ما يحكم الروابط الاجتماعية التي سيكونها الفرد في حياته فيما بعد ؛ ف شخصية الفرد تتكون في الأساس منذ صغره ، فإذا كانت تربيته سليمة والبيئة التي تربى فيها صالحة ومتدينة الدين الصحيح الوسطي وخالية من المشاكل ينشأ الفرد سوياً محباً للحياة الاجتماعية وينشأ على الجماعة .
بينما البيئة التي تفتقر إلى التربية السليمة التي تعتمد في أساسها على مفاهيم التعاون والاحترام والالتزام بمبدأ الحقوق والواجبات فإن أفرادها في الغالب يعانون من مشاكل في التواصل مع الآخرين ويكونون متفرقين مضطربين لا ينظر بعضهم لبعض .

2- تفاعل الفرد مع المجتمع :

الطريقة التي يتفاعل بها الفرد مع أفراد المجتمع و المعادلة الاجتماعية التي تحكم المجموعات في المجتمع هما العنصران

بقلم الأستاذ عبد الهادي دنون

الذي يشكلان الفرق بين المجتمعات ويعطيانهما طابعاً خاصاً يميزها عن باقي المجتمعات الأخرى .
نظم الإسلام علاقة المسلمين ببعضهم البعض فدعى إلى التحلي بالحميد من الأخلاق التي توطد العلاقات بين الأفراد وتبعدهم عن الأضغان والنزاعات ، ودعا إلى التزاور والتراحم وصلة الأرحام ، وأرسى مفاهيم المساواة والعدالة الحياتية .

3- العزلة الاجتماعية :

يُشار إلى العزلة الاجتماعية أحياناً باسم الاستبعاد الاجتماعي ، وهي حالة تعبر عن ضعف أو انعدام التواصل بين الفرد ومجتمعه ، فيما تعود أسبابها في أغلب الأحيان إلى أحد الأسباب التالية :

- المشاكل العقلية وقلة الإدراك .
- انعدام الثقة بالآخرين بسبب موقف حياتي سابق .
- فقدان أحد أفراد الأسرة أو صديق أو شخص عزيز .
- عدم أهلية كبير العائلة لإدارة العائلة .
- جنوح المراهقين بعدم الطاعة .

الحب

من مدرسة الحب الإلهي
المجددي الهانيبالي الكمالي
روح الحب المعاصر

بِحُبِّكَ

بِتُّ نَجْمَةَ السَّمَاءِ الْوَحِيدَةَ

بِحُبِّكَ

بِتُّ الْكِتَابَ الْوَرْدِيَّ لِقُلُوبِ الْعُشَّاقِ

بِحُبِّكَ

بِتُّ عِطْرَ جَنَّةٍ خَالِصَةٍ خَاصَّةٍ

بِحُبِّكَ

بِتُّ الْحَنِيَّةَ وَالرَّأْفَةَ

نَعَمْ .. بِحُبِّكَ

سماحة المفكر الإسلامي
الشيخ د. هانيبال يوسف حرب

الحب

من مدرسة الحب الإلهي
المجددي الهانيبالي الكمالي
روح الحب المعاصر

و في عالم الشوق
هناك أفلاك ..

وفلكي بحب
ذكرك ...

فخصوصية المجالسة
في ذكرك ...

إبريز العاشقين في بلاد الشام
الدكتورة المهندسة سارة الجعبري

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه .

سنتابع معاً إن شاء الله تعالى حديثنا عن الهشاشة العظمية
(الأسباب وعوامل الخطر)

إن هشاشة العظام مرض خطير وصامت .

أسبابه :

تعتمد احتمالية إصابتك بهشاشة العظام جزئياً على مقدار الكتلة العظمية التي تحصل عليها خلال شبابتك ، و تتحكم العوامل الوراثية بِذُرْوَةِ كتلة العظام إلى حدٍّ ما وتختلف أيضاً وفقاً لكل مجموعة عرقية .
و كلما كان الحد الأقصى لكتلة العظام في سن الـ 30 أكبر يزداد رصيد عظامك "في
بنك صحة العظام" ، وتنخفض احتمالية إصابتك بهشاشة العظام .

عوامل الخطر :

هناك عدد من العوامل التي تزيد احتمال تطور مرض هشاشة العظام والتي يُمكن
تغييرها ، وهناك مخاطر غير قابلة للتغيير .

المخاطر غير القابلة للتغيير :

هناك بعض عوامل خطورة الإصابة بهشاشة العظام تكون خارج نطاق سيطرتك
ومن ضمنها :

- جنسك: تُعد النساء أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام من الرجال
- العمر : كلما تقدّم العمر زادت خطورة الإصابة بهشاشة العظام
- العرق: يزيد خطر إصابتك بهشاشة العظام إذا كنت من ذوي البشرة البيضاء أو من أصل آسيوي .
- التاريخ العائلي : إن وجود أحد الوالدين أو الإخوة أو الأخوات مصاباً بهشاشة العظام يعرضك لخطر أكبر من الخطورة لا سيما إذا سبق و أن تعرض أحد والديك لكسر في الورك.
- حجم هيكل الجسم : يُعد الرجال والنساء الذين يتمتعون بهيكل جسم صغيرة أكثر عرضة لهذه الخطورة ؛ لأن كتلة العظام لديهم عادة ما تكون أقل وتتناقص مع تقدمهم في العمر.



هشاشة العظام

الجزء الثاني

(الأسباب وعوامل الخطر)

الدكتورة : نضال ترماني

السرطان ، الذئبة الحمامية ، التهاب المفاصل الروماتيزمي .

- هناك أنماط معينة في الحياة تزيد من خطر الإصابة بهشاشة العظام :
- نمط الحياة الخامل: الأشخاص الذين يقضون الكثير من الوقت جلوساً يكونون أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام مقارنة مع الأشخاص الأكثر نشاطاً.
- و إن أي تمارين رياضية لإنقاص الوزن و كذلك ممارسة الأنشطة التي تعزز التوازن تعود بالنفع على عظامك ؛ علماً أن المشي والجري والقفز والرقص ورفع الأثقال تبدو مفيدة بشكل خاص .
- الإفراط في تناول الكحوليات.
- التدخين : يساهم تناول التبغ في إضعاف العظام .



- مستويات الهرمون : تُعد هشاشة العظام أكثر شيوعاً في الأشخاص الذين لديهم هرمونات معينة أكثر أو أقل مما ينبغي في أجسامهم ، ومن أمثلتها :
- الهرمونات الجنسية : يميل انخفاض مستويات الهرمونات الجنسية إلى إضعاف العظام ؛ و يُعد انخفاض مستويات هرمون الاستروجين لدى النساء عند انقطاع الطمث أحد أقوى عوامل خطر الإصابة بهشاشة العظام .
- ويتعرض الرجال إلى انخفاض تدريجي في مستويات هرمون التستوستيرون مع تقدّمهم في العمر.
- يُحتمل أن تُسرّع علاجات سرطان البروستاتا التي تقلل من مستويات هرمون التستوستيرون لدى الرجال، وعلاجات سرطان الثدي التي تقلل من مستويات هرمون الاستروجين لدى النساء من فقدان العظم وإمكانية حدوث هشاشة العظام .
- مشكلات الغدة الدرقية: يمكن أن يسبب ارتفاع هرمون الغدة الدرقية فقدان العظم وذلك إذا كانت الغدة الدرقية المفرطة النشاط أو في حال تناول الكثير من أدوية هرمون الغدة الدرقية لعلاج قصور الغدة الدرقية .
- الغدد الأخرى: ترتبط الإصابة بهشاشة العظام كذلك بفرط نشاط الغدة الكظرية .

وهناك مخاطر يُمكن تغييرها :

- 1 - نقص في تناول الكالسيوم : يلعب انخفاض الكالسيوم مدى الحياة دوراً في الإصابة بهشاشة العظام ، و يُساهم في خفض كثافة العظام .
- 2 - اضطراب الشهية : ونقص الوزن الشديد .
- 3 - جراحة الجهاز الهضمي : مثل جراحة تقليل حجم المعدة أو إزالة جزء من الأمعاء .
- 4 - الاستعمال المديد لبعض الأدوية : مثل أدوية الكورتيكوستيرويد ، أدوية الصرع ، أدوية السرطان ، أدوية لمنع رفض الأعضاء المزروعة .

كما أن خطر الإصابة بهشاشة العظام يكون أعلى في الأشخاص الذين لديهم مشكلات طبية معينة و التي تشمل : المرض المعوي ، المرض الكلوي أو الكبدي ،

مكونات الغذاء و مصادرها

أ. دانيا هرشو

الغذاء هو من أهم المقومات اللازمة لبقاء الإنسان على قيد الحياة و استمراريته ، و هو لازم لبناء الأجسام بقوامها السليم ، و كما قيل : العقل السليم في الجسم السليم .

لذلك لابد لنا أن نتعرف على الغذاء و مكوناته و مصادره الأساسية في الطعام.

يُعرف الغذاء الصحي بأنه : مجموعة متنوعة من الأطعمة التي تزود الجسم بالعناصر الغذائية اللازمة للمحافظة على صحته و تزويده بالطاقة بالإضافة إلى مذاقه اللذيذ.

يشمل الغذاء العناصر التالية : الكربوهيدرات والبروتينات، والدهون بالإضافة إلى المعادن و الماء و الفيتامينات و التي سنتكلم عن أهمية كلٍّ منها و مصادر الحصول عليها من الطعام .

1 - الكربوهيدرات: تُعدُّ الكربوهيدرات مصدراً غذائياً رئيسياً، وشكلاً أساسياً من أشكال الطاقة، فهي مهمة للكائنات الحية، إذ أنها تنقل الطاقة ، كما أن لها دوراً في عملية التكاثر ووظائف جهاز المناعة و عملية تخثر الدم.

تنقسم الكربوهيدرات إلى عدة أقسام :

أ - السكريات: تعد السكريات أبسط أنواع الكربوهيدرات، وهي موجودة بشكل طبيعي داخل بعض الأطعمة مثل: الفواكه والخضروات والحليب ومشتقاته.

و يوجد ثلاثة أنواع من السكريات وهي: سكر الفركتوز المعروف بسكر الفاكهة، وسكر السكروز (Sucrose) المعروف بسكر المائدة، وسكر اللاكتوز (Lactose) المعروف بسكر الحليب.

مكونات الغذاء و مصادرها

ب - النشويات : وهي الكربوهيدرات المُعقدة التي تُصنع من عدّة وحدات سُكرية مرتبطة ببعضها البعض، وهي موجودة طبيعياً في الخضروات والحبوب والفاصولياء والبازلاء الجافة المطبوخة.

ج - الألياف الغذائية : تعد الألياف أيضاً من الكربوهيدرات المُعقدة، وهي متوفرة طبيعياً في الفواكة والخضروات والحبوب الكاملة.

2 - البروتينات : تُعرف البروتينات بأنها جزيئات كبيرة مُعقدة تؤدي العديد من الأدوار المهمة في الجسم، وتتكون من العديد من الوحدات الصغيرة التي قد يصل عددها إلى المئات أو الآلاف ، وهي ترتبط ببعضها البعض داخل سلاسل طويلة مُكوّنة ما يُعرف بالأحماض الأمينية : (Amino Acids) و هناك 20 نوعاً من الأحماض الأمينية المُستخدمة في بناء البروتينات والتي لا يستطيع الجسم أن يُصنعها، وأحماضاً أمينية غير أساسية والتي يُمكن للجسم أن يُصنعها.

كما تعد البروتينات ضرورية لبناء الأنسجة والأعضاء في الجسم ولأداء وظائفها وتنظيمها ، كما تساعد في نقل الجزيئات في جميع أنحاء الجسم، و تساعد على ترميم الخلايا وتكوين خلايا جديدة ، بالإضافة إلى أنها تُعزز النمو السليم لدى الأطفال .

إنَّ عدم الحصول على ما يكفي من البروتين من النظام الغذائي يؤدي إلى عدم أداء الجسم لوظائفه مثل : فقدان الكتلة العضلية وفشل النمو وضعف أداء عضلة القلب والرئتين.

- مصادر البروتين الحيوانية : تشمل هذه المجموعة كلاً من البيض والسمك واللحوم الحمراء من الأبقار و منتجات الألبان : الجبن والحليب وبروتين مصل اللبن .

- مصادر البروتين النباتية : البقوليات مثل العدس والفاصولياء بأنواعها والبازلاء وفول الصويا ، و المكسرات والبذور مثل اللوز والفسق الحلي والكاجو والجوز والبندق و بذور دوار الشمس وبذور الكتان وبذور السمسم وبذور الشيا وغيرها.

المساحة الواسعة

(إعادة ترتيب الأثاث)

د. سارة الجعبري

إن وضع الأثاث في زوايا معينة يؤثر على المساحة .

فإن وجدت مساحة غرفتك ضيقة .. قم بتغيير أماكن الأثاث واستثمر شكلها ونسبها بما يناسب أبعاد غرفتك .

فإن وضع القطعة المناسبة في الزاوية أو المكان المناسب يوفر لك المساحة المرجوة .

كيف تقولها How to say it

تقديم : الأستاذة سيرا تو

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

بسم الله الرحمن الرحيم

هذه المحاضرة من سلسلة : كيف تقولها How to say it .
سننتحدث بإذن الله تعالى عن بعض المواقف البسيطة و كيفية استخدام اللغة
الإنجليزية فيها

التعبير عن الرأي Expressing an opinion

- الإعجاب Likes :

أمثلة : Examples :

How did you like Istanbul?

Oh, I liked it very much.

Do you play golf?

Yes, I'm rather keen on golf. It keeps me fit you know.

What do you think of Barbara?

I'm very fond of Barbara. She's so understanding.

How to say it كيف تقولها

كيف أعجبك اسطنبول

أوه ، لقد أحببته كثيراً .

هل تلعب الغولف؟

نعم ، أنا حريص على الجولف ، إنها تجعلني لائقاً كما تعلم.

ما رأيك في باربرا؟

أنا مغرم جداً بباربرا ، إنها متفهمة جداً

- الكُره Dislikes :

It is better to avoid strong expressions like:

I hate...

I can't stand...

More moderate and suitable expressions are often in the
negative.

من الأفضل تجنب التعبيرات القوية مثل:

أنا أكره...

لا أستطيع تحمّل ...

التعبيرات الأكثر اعتدالاً والمناسبة غالباً ما تكون سلبية.

أمثلة : Examples :

Shall we buy some chocolate?

Well, I'm not very fond of chocolate as a matter of fact.

How did you like New York?

I liked the people, but I didn't like all the noise and rush at all.



How to say it كيف تقولها

هل ترغب في رؤية المعالم السياحية اليوم؟
أفضل أن آخذ الأمور بسهولة اليوم ، إذا كنت لا تمانع.

أنا أفضل البلد على المدينة.

- أن تكون مهذباً Being polite :

Often, although we do not really like something, we do not wish to appear impolite by being too critical. The following expressions can then be used.

في كثير من الأحيان ، على الرغم من أننا لا نحب شيئاً ما حقاً، إلا أننا لا نرغب في الظهور بمظهر غير مهذب من خلال كوننا شديدي النقد ، يمكن حينئذ استخدام التعبيرات التالية .

أمثلة : Examples

What was the show like?
Well, it wasn't too bad, I suppose.

Is he a good pianist?
Oh, not bad.

كيف كان العرض؟
حسناً ، لم يكن الأمر سيئاً للغاية ، على ما أعتقد.

هل هو عازف بيانو جيد؟
أوه ، ليس سيئاً

I'm not very keen on football.
I don't care much for opera.

هل نشترى بعض الشوكولاتة ؟
حسناً ، أنا لست مغرمًا جداً بالشوكولاتة في واقع الأمر.

كيف تحب نيويورك؟
أحببت الناس ، لكنني لم أحب كل الضوضاء والاندفاع على الإطلاق.

لست مهتماً جداً بكرة القدم.
لا أهتم كثيراً بالأوبرا.

- التفضيل Preferences:

We use expressions like I would rather... I prefer... to express immediate preference.

نحن نستخدم تعابير مثل : أفضل .. أفضل ... للتعبير عن التفضيل الفوري.

أمثلة : Examples

Would you like to see the sights today?
I would rather take it easy today, if you don't mind.

I prefer the country to the town.

Would you mind opening the window, please?
Of course.

Could I see you for a minute?
By all means.

I wonder if I could speak to Miss Barnes?
Just a moment please.

I would like three pounds of oranges, please.
Here you are.

Please come in.

Shut the door, please.

هلا تمرر البطاطس من فضلك؟
نعم، تفضل.

هل تمنع في فتح النافذة من فضلك؟
بالتأكيد.

ممكن أراك لدقيقة؟
بكل تأكيد.

أتساءل عما إذا كان بإمكانني التحدث إلى الأئمة بارنز؟
لحظة من فضلك.



If fairly and quite are used in this way, they should be stressed .

إذا تمَّ استخدام إلى حد ما أو بعض الشيء بهذا الشكل يجب التركيز عليهم .

أمثلة : Examples

Did you enjoy the holiday camp?
It was quite nice, if you like that sort of thing.

The band there is fairly good.

هل استمتعت بمعسكر العطلة؟
كان لطيفاً بعض الشيء ، إذا كنت تحب هذا النوع من الأشياء.

الفرقة هناك جيدة إلى حد ما.

- الطلبات Requests:

When we wish to get something, or to get something done .

عندما نرغب في الحصول على شيء ما أو إنجاز شيء ما .

أمثلة : Examples

Would you pass the potatoes, please?
Yes, here you go.

How to say it كيف تقولها

هل ستأتي وتساعدني في شراء قبعة جديدة؟
أخشى أنه ليس لدي الوقت الآن.

هل يمكنك أن تعطيني بضع دقائق؟
أنا آسف ، لكنني مشغول جداً الآن.

يمكن أن تفعله لي معروفاً ؟ بالتأكيد.

أتساءل عما إذا كان بإمكانك مساعدتي في تحريك هذه الطاولة؟
أوه ، هل تعتقد أننا نستطيع إدارتها؟ تبدو ثقيلة نوعاً ما.

- للتصريح For permission :

أمثلة : Examples :

Do you mind if I sit? No, of course not.

Would you mind if I close the window?
No, please do.

May I come a little later?
Yes, that will be quite all right.

هل تمانع إذا جلست؟ لا بالطبع لا.

هل تمانع إذا أغلقت النافذة؟
لا ، من فضلك.

أريد ثلاثة أرطال من البرتقال من فضلك.
ها أنت.

تفضل بالدخول.

أغلق الباب من فضلك.

- للمساعدة For help :

أمثلة : Examples :

Would you come and help me buy a new hat?
I'm afraid I haven't got time just now.

Could you spare me a few minutes?
I'm sorry, but I'm really busy just now.

Would you do me a favor?
Sure.

I wonder if you could help me move this table?
Oh, do you think we can manage it? It looks rather heavy.



How to say it كيف تقولها

- تعاطف ، عطف : Sympathy and Consolation

أمثلة : Examples

What is the matter?
I'm just not feeling too well.

What's wrong?
Oh, it's nothing really.

Look at my new dress. It's ruined.
Oh, what a shame.

I'm afraid I can only stay two days.
Oh, what a pity.

I missed the bus, so we were late for the concert.
How annoying.

It rained all the time we were at paris.
How awful!

ما المشكلة؟
أنا فقط لا أشعر أنني بحالة جيدة.

ماذا دهاك؟
أوه ، لا شيء حقاً.

هل لي أن آتي بعد ذلك بقليل؟
نعم ، سيكون هذا على ما يرام

- للحصول على معلومات : For information

أمثلة : Examples

Excuse me, but could you tell me the way to the station?
Yes, it's not far from here.

How do I get to the airport from here?

Could you tell me the time, please?

I wonder if you could tell me what time the shops close
here?

المعذرة ، لكن هل يمكن أن تخبرني عن الطريق إلى المحطة؟
نعم ، إنه ليس بعيداً عن هنا.

كيف أصل إلى المطار من هنا؟

هل تستطيع إخباري ما الوقت رجاءً ؟

أتساءل عما إذا كان بإمكانك إخباري متى تغلق المتاجر هنا؟



How to say it كيف تقولها

How interesting!
Absolutely delightful!
I must say, he certainly knows his stuff!
I knew you were the right person for the job!

يا لها من فكرة رائعة!
يا له من طقس مجيد!
يا له من فستان ساحر!
كم هو ممتع!
لذيذ للغاية!

يجب أن أقول ، إنه يعرف بالتأكيد أشياءه!
كنت أعلم أنك الشخص المناسب لهذه الوظيفة !

- الحذر Caution :

أمثلة : Examples :

Look out! انتبه , احذر , خذ بالك!
Careful! حذر!
Watch out! احترس!
Take care! اعتن بنفسك!

- للاستعجال Hurrying :

أمثلة : Examples :

Hurry up! استعجل!
Get a move on! استمر بالتقدم! تحرك!
Come on! هيا!
Let's get on with it! لنتقدم!

انظر إلى ثوبي الجديد ، خربت.
أوه ، يا له من عار.

أخشى أنه لا يمكنني البقاء سوى يومين.
أوووه يالأسف.

فاتتني الحافلة ، لذلك تأخرنا عن الحفل.
كم هذا مستفز.

لقد أمطرت طوال الوقت الذي كنا فيه في باريس.
كم هو مروع!

Other expressions :

How terrible!
I'm sorry to hear that.

تعابير أخرى:

ياللفظاعة !
انا آسف لسماع ذلك.

- التعجب Exclamations :

الحماسة والثناء والتملق Enthusiasm, praise and flattery

أمثلة : Examples :

What a wonderful idea!
What a glorious weather!
What a charming dress!

برنامج سير العظماء

لكل منا هدف يطمح للوصول إليه وتحقيقه بغض النظر عن ماهية هذا الهدف ، وفي بعض الأحيان وللأسف نواجه عقبات كثيرة و مختلفة مما قد يُحبطنا أو يوقفنا تماماً عن استكمال ما كنا قد بدأناه ، والأخطر من ذلك هو أن نقع تحت سطوة العقل الذي تقتصر وظيفته على الترجيح والتركيب فنبدأ بالقياس والنظر إلى نصف الكأس الفارغ ورسم حدود لقدراتنا فتكون النتيجة التقاعس عن البدء سعياً للوصول إلى أهدافنا.

لذا وللتغلب والتخلص من المخاوف التي يرسمها العقل يجب أن نواجهه بنفس الطريقة التي يعمل بها ، أي بالنظر إلى تجارب أخرى وعقبات تم التغلب عليها. ومن البرامج الفريدة التي تقدم مثل هذه التجارب والقصص برنامج (سير العظماء) و هو برنامج يتحدث عن قصص نجاحات وعبر عاشها أصحابها دون يأس أو كلل أو ملل ، وهي قصص من واقعا المعاش يُؤخذ منها العبرة والفائدة . ما يميز هذا البرنامج هو التنوع والذكاء في اختيار الشخصيات التي يتم التحدث عنها ، فتجده يتحدث في إحدى الحلقات عن عالم مسلم ، وفي أخرى عن خبير تغذية من دولة أجنبية ، ثم يعود فيتحدث عن أعظم إنجاز لامرأة مسلمة ثرية ، وبعدها عن امرأة ذات بشرة سمراء فقيرة تبدأ من الصفر .. وغيرها الكثير من القصص والعبر المتنوعة .

قد لا ينتبه المستمع لهذا التنوع المقصود ، إلا أن الهدف منه هو مسح أي عقبة قد يرسمها العقل تمنع صاحبها من التقدم والنجاح . ما يجب التنويه إليه هنا أن هذا النوع من القصص يهدف إلى تحفيز المستمع و إشعال شرارة الحماس داخله .. إلا أنه لن يحقق عنه الأهداف .. بل عليه ممارسة التخطيط والتنفيذ بالصبر والاستمرار.

برنامج (سير العظماء) يقدمه المدرب الدولي و رائد التدريب الخليجي الدكتور عبد الله حمدان ، وهو مدرب ومستشار في التنمية البشرية ومتخصص في عدة علوم متفوقة و قد قدم العديد من البرامج على الفضائيات وكذلك قدم العديد منها على أشير راديو فاميلي غروب ، تم تقديم هذا البرنامج عبر موسمين حتى اليوم ، والإنتاج مستمر والله الحمد .

Radio Family Group



يقدم : د. صبيح المقرع

زهور

إعداد الدكتورة : سناء صبري

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

- زهور شخصية بسيطة جداً ، إنسانة تنظر إلى الأمور بليوننة ويسر.
- متواضعة جداً و غير متكلفة .
- معبرة عن ذاتها ، وتقول ما تريد بلباقة.
- إنسانة رحيمة و رومانسية و عواطفها جياشة.
- لا يوجد عندها جلد للاستمرارية في موضوع ما أو عمل ما.
- لديها تخامد في أداء مهماتها.
- لديها فن يظهر في حياتها : قد يكون فن الطهي أو الخياطة أو التطريز أو صناعة الحلويات...
- عندها تكرار لكثير من الأفكار في داخلها.

زهور

- باطنها حار فوّار (تتميز بغليان الباطن) و الذي غالباً ماتخفيه بالبرود الظاهر.
- متعشقة للحاكمية لمن حولها.
- تلجأ دائماً للوسطية في كثير من أمور حياتها ليس تذبذباً بل حباً بالوسطية وهذا مايعطيها تنوعاً في الشخصية ويجعل الحياة معها جميلة لأن الشريك يرى فيها التلون.
- لديها شعور عالٍ ، مما يجعلها مرفهة الحس ورومانسية و سريعة التأثر بالأشياء.
- تحب عالم الأسرار و لديها أشياءها الخاصة السرية ، و تحب كتم أسرارها كما أنها تكتُم أسرار الغير.
- تتعرض لظلم معين في حياتها حيث تعاني من ظلم خاص لفترة زمنية معينة ربما تكون أشهراً أو سنوات ، تعاني من ظلم أو قهر ثم يزول ويمكن أن يكون ذلك في أول حياتها أو وسطها أو آخرها.
- عندها شجاعة ، و تقدم على الأشياء دون خوف.
- صاحبة خيال واسع من ناحية الحب والعاطفة.
- تحب المشاركة تلقائياً دون إجبارها على ذلك.



الغدد الصماء وعلاقتها بالسلوك البشري والحالات النفسية - الجزء 2

بقلم أ . ريم الشمراني

بسم الله الرحمن الرحيم
اللهم صلّ على سيدنا محمد معلم البشرية وعلى آله وصحبه وسلّم
وبعد :

أهلاً وسهلاً بكم أعزائي في العدد السابع للمجلة العلمية (هاهو) حيث
أبحرنا معاً في العدد السابق إلى عالم منظومة الغدد الصماء وعلاقتها
بالسلوك الإنساني والحالات النفسية.

في هذا العدد سنكمل في الجزء الثاني رحلتنا إلى عالم منظومة الغدد
الصماء التي بدورها تؤثر وتتأثر (لذلك نسميها منظومة لأنها لا تعمل
بمفردها بل تخضع لنظام يسمى التغذية المرتدة (FEED BACK).

لعلنا هنا نذكر خاصية مميزة جداً لما أطلق عليها علماء النفس تعبير
(المايسترو) وهي الغدة النخامية الموجودة في قاع المخ والمسؤولة عن
تنظيم الغدد وإفراز الهرمونات بشكل طبيعي ومتوازن في الجسم .
سنشرح الاضطرابات في هرمونات الغدد سواء بالزيادة أو النقصان
وأثرها على السلوك النفسي للإنسان و حدوث الاضطرابات في
الشخصية.

فهناك بعض أنواع الهرمونات التي تفرزها الغدد الصماء والمرتبطة
بالسلوك البشري وهي:

1. **الكورتيزول** : (يمكنه أن يزيد من عملية التمثيل الغذائي
للكربوهيدرات (حرق الكربوهيدرات) عندما يواجه ردود أفعال
من السلوك البشري تجاه الضغوطات العصبية.

2. **الاستراديول** : (هو المتحكم في السلوك الجنسي

ويحفز الرغبة الجنسية وهو الذي يؤثر على الأداء الجنسي .
عند انخفاضه يؤثر بشكل سلبي على السلوك الجنسي للجنسين مثل (النظرة
الدونية للذات) ، وعند ارتفاعه أيضاً يؤثر على السلوك بشكل إجرامي مثل
(الإقدام على الاغتصاب) .

3. **التستوستيرون** : (وهو الذي يحفز إنتاج الحيوانات المنوية لدى الرجل
ويحدد سلوكه الجنسي، فعند اضطراب هذا الهرمون يؤثر على السلوكيات
الجنسية لدى الرجل فتظهر الميول الجنسية الانحرافية.

4. **الأوكسيتوسين** : (له تأثير على العلاقات الاجتماعية والعاطفية وخاصة
بين الأم وطفلها ؛ و على الصفات المكتسبة سواء السلبية أو الإيجابية وما
ينشأ عليه الطفل منذ ولادته) .

5. **البرولاكتين** : (يؤثر على توازن الماء في الجسم وعلى بعض
السلوكيات الجنسية والعلاقة بين الأم والطفل) .

6. **فازوبريسين** : (وهو ما يؤثر على الذاكرة وعلى قدرات الإنسان في
تلقي العلوم) .

وسأختم بقصة جميلة ومضحكة بنفس الوقت وقد قرأتها في مجلة
(SCIENCE DAILY) :

أقيمت مباراة بين فريقى إيطاليا والبرازيل حيث تم أخذ عينات من ألعاب
بعض الشباب الذين حضروا المباراة بين الفريقين ، وتم قياس هرمون
التستوستيرون قبل المباراة وبعدها .

في هذه المباراة تمكنت البرازيل من الفوز على إيطاليا بهدف في الوقت
الإضافي ، وأظهرت نتيجة الفحص انخفاض معدلات التستوستيرون لدى
المشجعين الإيطاليين مقابل ارتفاع النسبة لدى المشجعين البرازيليين الذين
فاز فريقهم في الدقائق الأخيرة من المباراة .. وهذا خير مثال في بيان
العلاقة بين الهرمونات والسلوك.

والى لقاء آخر في الجزء الثالث من هذه المنظومة و التي تشرح كيف
نحافظ على توازن الغدد الهرمونية ونعالجها بسرّ بسيط جداً و لكنه ذو أثر
عميق مما يجعل الإنسان حاكماً على منظومته بأمر الله تعالى ومشينته .

الأزياء على خط الزمن

النخط الزمني البيزنطي

أ. قمر الجعبري



سكن القسطنطينية (بيزنطة سابقاً) سكان من عدّة دول مثل اليونان ولاتين وآسيا إضافة إلى وجود عنصر بربري كثير العدد قديم من الشمال ، مما أدى إلى تنوع الملابس بين الكثير من البلاد والحضارات .

كان يدخل الإمبراطور البيزنطي إلى المدينة ظافراً منتصراً بعد الغزوة وهو يمتطي جواده الأبيض ، ويرتدي ثياباً أرجوانية اللون موشاه بالذهب واللالئ مع جوارب ضيقة أرجوانية اللون أيضاً .

الأزياء على خط الزمن

أما الحذاء فلونه أحمر و مزين باللؤلؤ، و يعلو رأسه التاج ويمسك بيده الصولجان ، و يستقبله أولو الأمر في المدينة ويقدمون له تاجاً مصنوعاً من الذهب .

لذلك اقتصر اللون الأرجواني في بعض الأوقات على عليّة القوم والامبراطور والامبراطورة ، في حين حُرّم استخدام هذا اللون لأهل الطبقات الدنيا .

تهافتت الناس في العصر البيزنطي على أزهى وأغلى الأقمشة لا سيما الموشاه بالذهب والتي كانت تُستورد من بلاد فارس .

ارتدت النساء التونيك البسيط المحلى بالأشرطة التي أطلق عليها اسم (كلافي) و التي تكون بلون مختلف عن لون التونيك وبدون زخرفة على عكس لباس الإمبراطورة التي دخلت الزخرفة في جميع ملابسها.

كان التونيك يُشدّ بحزام في بعض الأوقات ، أما الأكمام فكانت واسعة جداً وطويلة وتحلى بأشرطة (الكلافي) .

وكانت المرأة أحياناً ترتدي مع هذا الزي الطرحة أو القلنسوة وتكون مثبتة بالتونيك فترفعها المرأة على رأسها أو تتركها تنسدل إلى الظهر .

ارتدى الفرسان - وهم الجزء الأهم من الجيش - الدروع الزردية التي تغطي كل أجسامهم ، وهي عبارة عن قميص مغطي برقائق مثل قشر السمك مصنوعة من المعدن حتى لا تخترقها السهام أو السيوف .

وقد كان الرجال والنساء على حد سواء يثقلون بحلي خاصة و يهتمهم أن تكون غالية الثمن حيث كانت مظاهرهم مهمة جداً .

كما ظهرت الأكوال (الأطواق) المرصعة بالأحجار الكريمة واللالئ كالتى استُخدمت في العصر المصري القديم .

نوادير معرفية

هل هناك توأم للروح ؟
 وهل هناك أكثر من توأم ؟
 وهل يمكن أن أختار توأم روحي ؟
 وهل الأرواح تتناسخ في أجساد أخرى
 سواءً بشرية أو حيوانية أو نباتية
 أو جمادية ؟

الجواب :

التناسخ في الأرواح باطل ، و قد ثبت
 خطأ هذه الفكرة شرعاً و عقلاً وتجربة..
 أما مصطلح (التوأم الروحي) فهذه من
 الكلمات المجازية في عالم الحب وليس
 لها حقيقة وجودية في الواقع الوجودي
 للأرواح .

(نقلاً عن كتاب الفوح ببعض أدلة الروح للمفكر الإسلامي
 د. هانيبال يوسف حرب)

الاحترام (الجزء الثاني)

الأستاذة هدى زايد

بسم الله الرحمن الرحيم
و الصلاة والسلام على الرسول الأمين المبعوث رحمة للعالمين
سيدنا محمد صلى الله عليه و آله و سلم
ها نحن نعود إليكم أحبابنا لنكمل معكم الجزء الثاني من موضوع
الاحترام.
يكون الاحترام بين الأزواج - كما أسلفنا - بعدم رفع صوت الزوجة
على الزوج أو أن يكون كل منهما دائم الانتقاد للآخر .. إلى ما هنالك
من أسس مهمة خاصة بالاحترام .
هناك نقطة مهمة يجب التركيز عليها و هي من باب احترام الزوجة
لنفسها ألا وهي : وجوب عدم تحدثها بصوت عالٍ ، فليس من
اللطافة والأنوثة أن يكون صوت الزوجة عالٍ يسمعه الجيران حتى
ولو كانت في حالة الغضب من حدوث مشكلة أو لأي سبب كان ،
فالحياة بشكل عام فيها الكثير من المشاكل والهموم ، وقد ينعكس
هذا على العلاقات الزوجية العائلية ، فنحن نعيش في هذه الحياة
الواقعية ولسنا بمعزل عن العالم ، ولا نعيش في عالم افتراضي
يملؤه الحب والرومانسية فقط وإن كنا نحاول جاهدين الوصول لهذه
المرحلة ، فمن الطبيعي حدوث المشاكل إلا أنه يجب التنبيه لأن يكون
الاحترام حاضراً حتى في قيام هذه المشاكل ، فلا داع للتلفظ بالكلمات
النابية أو الشتائم أو اللجوء للضرب ؛ فهذا ليس حلاً بل يكون كمن
يصب الزيت على النار فتزيد اشتعالاً وخصوصاً بحضور الأولاد.

أعزائي القراء : من أساسيات الاحترام بين الأزواج أيضاً موضوع
الخصوصية بينهما ؛ فليس من اللائق أن يفتش كل منهما في جوال
الآخر ليعرف مع من تكلم أو ما شابه .

و من الاحترام أنه إذا تحدث أحدهما مع الآخر أن لا يشغل عنه
بشغل كمتابعة التلفاز أو التلهي بالجوال .. إلخ وكأن الشريك يحدث
نفسه ، فقد يكون الكلام في أمور مهمة ، فليستمع وليصغ كل منهما
للآخر منعاً للمشاكل والاضطرابات العائلية التي تحدث نتيجة لذلك .

من المعروف أن العديد من الأزواج تعتمد أرزاقهم على متابعة
الانترنت والعمل عبر الأجهزة الهاتفية .. هذا أمر مفهوم ومقبول
شريطة عدم الانشغال بالانترنت لدرجة إهمال العائلة .. بل يجب
إعطاء العائلة وقتاً للحديث و المناقشة والاهتمام لا يقل عن وقت
الانشغال بالانترنت مع وجوب الالتفات لأهمية الوقت .

ومن قواعد الاحترام المهمة بين الزوجين تقدير طريقة تحدث كل
منهما مع الأبناء لا سيما في النصيح أو الانتقاد ، فإذا كان الكلام لا
يعجب الشريك الآخر يجب أن يلتزم الصمت ولا يوجه للطرف الآخر
أي انتقاد أمام الأبناء ، بل يمكن أن يلفت نظره أن ما تحدث به غير
مناسب أو أن يطرح فكرة مختلفة و لكن في مكان بعيد عن الأولاد
حتى لا يقلل من احترام الأولاد له فيستغلوا الموقف ، بل ليكن ذلك
درساً للأبناء في تطبيق مفهوم الاحترام عملياً و تلقيه من قدوتهم
(والديهم) .

من الجميل أن يُبدي كل من الزوج والزوجة احترامهم لبعضهم أمام
الأولاد و الابتعاد عن أي تصرف أو كلام غير لائق كشتيم الزوج
زوجته أمامهم أو مناداتها باسم غير لائق أو إهانة الزوجة لزوجها
أو أي تصرف من هذا القبيل قد يؤدي إلى مشاكل نفسية و عائلية
لهم لا يُستحب الوصول إليها .. و لا يكون ذلك إلا بالاحترام .
دمتم ودامت عائلاتكم بحب وود واحترام .

المحرر : الهزردق تَكَيَّاتي

<https://t.me/hahomagazine>

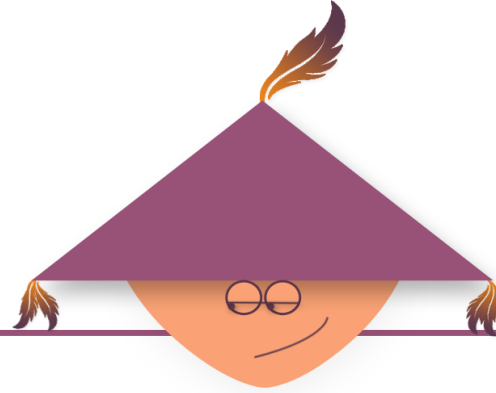
" ونعم التربية "

كنت بزيارة عند أحد أصدقائي بالعيد ..
وابنة صديقي الصغيرة بتول جالسة معنا وعم تحضر فيلم إنيميشن طالع على التلفزيون ..
وكان موجود معنا بالحضور خالها لبتول أيضاً ..
وبعد شي ساعة من بداية الفيلم اتحمسوا كثير .. بيروح خال بتول بيضربها كف من كعب الدست (يعني كف صاروخي أرض جو ببش شلل نصفي) بالغلط ..
بتقله بتول : يا ابن الكلب ؟ (طبعاً من ألمها) ..
هون خال بتول فات بالحيط وصار معه كساح وماعاد عرف شو بده يقول !!؟؟
فقلها : عيب تسبي بابا يابتول .. انتي يلي بنت كلب !!؟؟
هون يامعلم .. الخال اجي بده يحلها فراح عماها .

وللأسف هاد حال أغلب البشر اليوم بيجوا بدهم يحلوا مشكلة بيروحوا بيعموها ..

الله يسترنا أحسن شي .. مو مقصودة لحدا ☺

المحرر : الهزردق تَكَيَّاتي



" نحنا عملنا يلي علينا "

صرلي أكثر من أربع شهور قاعد بالبيت (غصب عني) عم أدرس بجد وتعب وعراك وبهادل دائمة بيني وبين نبع الحنان (أمي) وجاكي شان (أبي) وتيلي تابيس (اخواتي) مشان أتجاوز مرحلة الثانوية بسلام وأمان ورحمة من الرحمن..
أبي : شلون تحضيرك للامتحان يا ولد ؟
أنا : كله تمام بابا.. إن شاء الله.
أمي : شلون تحضيرك للامتحان يا فصعون ؟
أنا : كله تمام ماما.. إن شاء الله.
وجاء اليوم الموعود في الوقت المحمود وقيل صباح الديك ليعلمنا بوقت الصباح..
أيقظتني الوالدة بكاسة ماء بارد وقالت : قوم تأخرت مشان تقدم الامتحان..
جريت مسرعاً بيدي القلم وبالأخرى الحذاء..
دخلت قاعة الامتحان ومسكت ورقة الأسئلة كأني لأول مرة أرى هذه الأسئلة!!!
حللت كل الأسئلة التي قدرني الله عليها.. وطلعت..
ورحت على البيت وسألني أبي شلون قدمت؟
قلتلته الجملة الشهيرة عند الأطباء : نحنا عملنا يلي علينا والباقي على الله.. خلي إيمانك بالله تعالى قوي.

وهي كانت آخر كلمة بقولها..
وتذكرت إنني سمعان هيك كلمة لما حدا بده يسترجع حق من حقوقه في هذه الدنيا..
الإيمان باقي ولكن !؟

مقدمة عن دراسة الجدوى

تقديم الشيخ د. أوس العبيدي

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



مقدمة عن دراسة الجدوى

دراسة الجدوى أمر هام لكل مشروع ومعين للمستثمر في معرفة إلى أين يتجه المشروع قبل تفعيله على أرض الواقع.

كما أنها سبب من أسباب نجاح المشاريع بعد توفيق الله عز وجل كونها هي الطريقة الأمثل لمعرفة إمكانية قيام هذا المشروع وهل سيحقق الأرباح المطلوبة لاستمراره أم لا ، بالإضافة إلى التكاليف وكيفية الاستخدام الأمثل للموارد .

سنتعرف في المقدمة على دراسة الجدوى ونكوّن من خلالها صورة واضحة حولها وأهم المحاور التي يجب أن نتعرف عليها.

دراسة الجدوى تتعلق بالفرصة الاستثمارية في جميع مراحلها حتى الوصول للمرحلة النهائية والقرار النهائي بقول الفكرة أو رفضها لغرض التنفيذ على أرض الواقع.

تعريف دراسة الجدوى : هي عبارة عن محاكاة على الورق يقوم بها صاحب المشروع (الفكرة) يوضح من خلالها الاستثمارات المطلوبة والعائدات المتوقعة مع بيان مدى تأثير المؤثرات الخارجية على المشروع مثل القوانين والمنافسة والعوامل الأخرى المؤثرة .

وعليه نستطيع القول أن دراسة الجدوى لأي مشروع كان كبيراً أو صغيراً تتضمن المحاور الخاصة بذلك المشروع ، مثل المحاور القانونية (كالترخيص وعقود الشركة ... إلخ) والمحاور المالية مثل (رأس المال و الاستثمارات) والموارد المتاحة مثل الإدارية وغيرها والإنتاج المتوقع ومنافسة السوق وغيرها من العوامل المؤثرة على نجاح المشروع أو فشله.

و عليه فمن يعد دراسة الجدوى أن يكون ملماً بعدة محاور مهمة و معارف خاصة منها الإدارية والاقتصادية و التسويقية إلخ.

ومن هنا كان انطلاق بعض الشركات التي تخصصت بعمل دراسة الجدوى للمشاريع وحسب طلب الزبائن وبالتالي وفرت على صاحب المشروع الوقت وغيره من الأمور .

ولا يخفى عليكم أن إعداد دراسة جدوى صحيحة وحسب القواعد أمر مكلف يستغرق وقتاً ، إلا أن عدم القيام بدراسة الجدوى أمر مكلف أكثر وخسارته أكبر .

مواصفات دراسة الجدوى :

1- أن تكون سهلة القراءة والفهم خالية من التعقيدات و أن تحتوي على التوضيحات اللازمة التي يحتاجها

مقدمة عن دراسة الجدوى

- هل هناك أي نوع من القيود التي تحدد عمل المشروع .
- الإمكانيات الإدارية والاحتياجات الأخرى الخاصة بالمشروع .

على ماذا يحصل صاحب المشروع عند عمل دراسة الجدوى ؟

1- معرفة الاحتياجات الخاصة بالمشروع وفرص نجاحه .
2- في حالة الحاجة لتمويل خارجي دراسة الجدوى هي الوثيقة المطلوبة لاقتناع المستثمرين للاستثمار بمشروعك .

3- بيان نقاط الضعف والقوة في المشروع .

4- محاكاة الظروف والعوامل الخارجية التي تؤثر على المشروع وعمل بروتوكولات خاصة للتعامل معها .

عليه مما مر معنا سابقا يتبين لنا ان دراسة الجدوى تمر بعدد من المراحل

فما هي هذه المراحل ؟

المرحلة الأولى : الفكرة ودراساتها .

المرحلة الثانية : جمع المعلومات الخاصة بالمشروع .

المرحلة الثالثة : الدراسة المبدئية وبيان مدى فاعلية الفكرة .

وبدقة مثل التسويق ، الموارد المتاحة ، الاستثمارات .. وغيرها من الأمور .

تتفرع الدراسة التفصيلية لعدة فروع أهمها :

- 1-دراسة الجدوى التسويقية .
- 2-دراسة الجدوى الفنية .
- 3- دراسة الجدوى الإدارية .
- 4- دراسة الجدوى المالية .

كيف تتم دراسة الجدوى ؟

بعد دراسة الفكرة بشكل معمق ومنطقي ومعرفة مدى قابلية تطبيقها في سوق العمل .. يتم وضع عدد من الأسئلة المهمة والإجابات عليها لتكون هي الحجر الأساس لصياغة الدراسة مثل :

- مقدار رأس المال المتاح للمشروع ، و حجم الاستثمارات والشراكات للمشروع ، و هل رأس المال المقرر للمشروع متوفر أم سيتم الحصول عليه من خلال قروض بنكية و غيرها من وسائل تأمين المال ؟

- المسائل القانونية الخاصة بالمشروع مثل الترخيص وعقود الشراكات وغيرها و التكلفة المالية .

- مدى التنافس في سوق العمل ومدى تميز الفكرة عن غيرها .

ما الفرق بين دراسة الجدوى وخطة العمل ؟؟

الجواب : قلنا إن الهدف من دراسة الجدوى هو قبول الفكرة أو رفضها . بعد قبول الفكرة واعتبارها مجدية يتم تقسيم دراسة الجدوى لعدة أقسام ، ثم بعد ذلك يتم وضع خطة عمل لكل قسم من الأقسام بشكل منفصل وبصياغة سيناريو تشغيلي لمدة عام أو أكثر ومحاكاة الظروف والعوامل فيتم معرفة مواطن الخلل أو مواطن الضعف في خطة العمل .

باختصار نستطيع القول : إن دراسة الجدوى هي الخطوة الأولى ، وخطة العمل هي الخطوة الثانية في عملية تنفيذ المشروع على أرض الواقع .

أنواع دراسة الجدوى :

- 1-دراسة الجدوى المبدئية .
- 2-دراسة الجدوى التفصيلية .

الدراسة المبدئية : هي دراسة استطلاع ، والهدف منها الوصول لقرار مبدئي حول فكرة المشروع ومدى نجاحها .

الدراسة التفصيلية : هي دراسة موسعة حيث يتم التوسع بالتفاصيل

صاحب المشروع لغرض فهم مخرجات هذه الدراسة .

2- يجب الإجابة على كل الأسئلة والاستفسارات التي قد تطرأ على فكر صاحب المشروع ، أي تكون قد غطت كل الجوانب مع خلوها من الثغرات .

3- أن تناقش الدراسة كل الفرضيات التي تدور حول المشروع وتقوم بتحليلها ومحاكاتها واستخراج النتائج المتوقعة .

4- أن تكون الدراسة قد حققت غاية صاحب المشروع وقدمت النتائج المتوقعة .

5- أن تكون الدراسة قد تم بناؤها حسب القواعد الصحيحة للبحث العلمي باستخدام معلومات صحيحة و واقعية .

6- أن تساهم في تحديد المقدار الأمثل من استخدام الموارد المتاحة وبالتالي تقضي على الهدر .

7- أن تكون قد وفرت صورة واضحة حول المشروع وطريقة سيره ، وبيان المدخلات والنتائج التي سيحققها المشروع ، وبالتالي فإن هذا سيساعد على اتخاذ القرار الصحيح بشأن المشروع .

مقدمة عن دراسة الجدوى

تقديم الشيخ د. أوس العبيدي

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

المرحلة الرابعة : الدراسة التفصيلية .

والدراسة التفصيلية بدورها تتشعب إلى :

1- دراسة جدوى قانونية .

2- دراسة جدوى تسويقية .

3- دراسة جدوى مالية .

وغيرها من الاقسام الأخرى حسب المشروع .

المرحلة الخامسة : بيان المخرجات (الأرباح والخدمات التي سيقدمها المشروع)

المرحلة السادسة : اتخاذ القرار .

المرحلة السابعة: عمل خطة العمل لكل قسم من أقسام دراسة الجدوى .

المرحلة الثامنة : التنفيذ على أرض الواقع .

من بطون الكتب

حُكِيَ عن إبليس - لعنه الله - أنه حين ظهر لِعِيسَى ابن مريم عليه السلام فقال : أَلَسْتُ تَقُولُ أَنَّهُ لَنْ يَصِيبَكَ إِلَّا مَا كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ ؟ قَالَ : نَعَمْ .
قَالَ : فَأَرَمَ نَفْسَكَ مِنْ ذُرْوَةِ هَذَا الْجَبَلِ فَإِنَّهُ إِنْ يُقَدِّرَ لَكَ السَّلَامَةَ تَسْلَمُ .
فَقَالَ لَهُ : يَا مُلْعُونُ إِنَّ لِلَّهِ أَنْ يَخْتَبِرَ عِبَادَهُ وَلَيْسَ لِلْعَبْدِ أَنْ يَخْتَبِرَ رَبَّهُ .

من كتاب : أدب الدنيا والدين
للإمام الماوردي

اعْلَمْ يَا وَلِيَّيَ فِي اللَّهِ تَعَالَى - أَلْبَسَكَ الْحَقَّ أَثْوَابَ الْمَعْرِفَةِ - أَنَّ عِلْمَ الْهُوِيَّةِ بِتَجَلِّيَاتِ حَيَاتِهَا الْقِيَوْمِيَّةِ بِكُلِّ مَظَاهِرِهَا النَّسَبِيَّةِ وَالْمُطْلَقَةِ هُوَ مَوْضُوعُ مَعَانِي عِلْمِ الْكَيَانَ التَّفَكُّرِيِّ لِلْعَقْلِ وَالرُّوحِ ، يُطَوَّى فِي عِلْمِ كُنْهِ الْهُوِيَّةِ الْمُطْلَقِ عِلْمُ الْحَيَاةِ الْقِيَوْمِيَّةِ الذَّاتِيَّةِ الَّذِي يَتَصَرَّفُ فِي عِلْمِ الرُّوحِ الْمُتَعَالِي عَلَى عِلْمِ الْعَقْلِ الَّذِي بِدَوْرِهِ يُحَاكِمُ عِلْمَ الْمَادَّةِ الَّتِي هِيَ أَيْضًا بِدَوْرِهَا تَحْكُمُ تَنَوُّعَ الْوُجُودِ الْمَادِّي بِمَا يُرِيدُهُ الْكُنْهُ الْحَيِّ الْقَيُّومُ .

من كتاب الهوية (هو الحي)
لسماحة المفكر الإسلامي الشيخ د.
هانبيال يوسف حرب

سلسلة

علم الجبال في القرآن الكريم

بقلم المفكر الإسلامي
الشيخ د. هانيبال يوسف حرب حفظه الله تعالى

الجزء السابع

الخلاصة

- الجبال كائنات حية مسبحة لربها مأمورة بجملة من الأوامر منها الأوبه وهي تسبيح الله الرحمن الرحيم .
- الجبال كائنات حية مسبحة عالمة بحركة الزمن من حولها من تعاقب الليل والنهار وهي على وعي كاف بهذه الحركة التعاقبية حيث تقوم بتسبيحها في وقته المحدد لها وكما تقتضي الظروف فهي بالإضافة إلى تسبيحها عندما يأتيها زمن التسبيح في العشي والإشراق فإنها ترد على من يبسمل بنص الحديث الشريف وبالتالي فإن من صيغ التسبيح:

عند الجبال أنها تعبد الله تعالى بذكر هو: بسم الله الرحمن الرحيم .
- للجبال تسبيح مؤقت تشرفت به بأمر إلهي فهو طلب الرب منها وقد جعل الله تعالى هذا التشريف سنة من سنن الشريعة الإسلامية حتى صارت المشاركة متبادلة بين الحضرتين فوافقنا الجبال بالتسبيح عند البسملة ووافقنا الجبال بالتسبيح في العشي والإشراق وافقتنا الجبال بالتسبيح وشاركناهم بالزمن ووافقنا الجبال بالزمن وشاركتنا بالتسبيح .

والله يقول الحق وهو يهدي السبيل الحمد لله رب العالمين .

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 التلغرام على مجموعة :
الطريقة الساذلية المجدبة الهانبيالية المالكية

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

صلُّوا
عليه ...

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



راديو كل العائلة
الحب المقدس و الحياة المقدسة



DAR AL AQIQ



Instagram icon Dar_alaiq1

Facebook icon Dar alaiq designs

HAHO | هاهو | مجلة

Magazine شهرية 1442 - العدد (7)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

دورة علم التأويل
دورة ستقدمها
أكاديمية مجموعة أجيال العائلة

كل عام وأنتم بخير
بمناسبة العام الهجري الجديد