

HAHO | هاهو مجلة

Magazine شهرية

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

العدد (61) / 2025 / 1446

الأم حين لا تراعي الشرع تتحول إلى
شيطانٍ استحواذي مدمرٍ للعائلة
العارف بالله الشيخ
د. هانيبال يوسف حرب

رجل بـ 1400 رجل
العارف بالله الشيخ د. أوس العبيدي

تقنيات حفظ الأطعمة
م. دانية هرشو

تحليل اسم ماريان
د. سناء صبري

دار قمريستا للأزياء
في التجربة التلفزيونية الأولى

www.fg111.net 1446 - الموافق: رجب 1446 / يناير 2025 - كانون الثاني

مؤسسوا مجلة هاهو:

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

رئيسة تحرير مجلة هاهو:

- د. سارة الجعبري

كلمة رئيسة التحرير:

بسم الله الرحمن الرحيم
اللهم صلِّ وسلِّم على الحبيب سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .
مهما طالت الأيام وتنوعت الحضارات على الأرض، فإن الإسلام كان
وسيبقى أغناها، الغنى وما يتفرع تحته من عناوين كالغنى العلمي والغنى
الفكري والغنى الفني وغيره هو وسام نعتزُّ به، فكونوا على العزة.

د. سارة الجعبري

هيئة التحرير والعاملون:

- العارف بالله د. سفيان الجعبري
- العارف بالله د. أوس العبيدي
- د. نضال ترماني
- الشيخ د. عبد الله كشكوش
- د. سناء شحادة
- د. نور ميري
- د. عائشة العناكوة
- د. سماء الجعبري
- م. دانية هرشو
- م. نور هرشو
- الحقوقية أ. ملاك العناكوة
- أ. عبد الهادي دنون
- أ. أحمد حسني
- أ. هدى زايد
- أ. منال جبيلي

تابعنا

على تطبيق التليغرام:

<https://t.me/hahomagazine>

على الفيسبوك :

haho magazine مجلة هاهو

تقرؤون في هذا العدد:


أكاديمية FG-Group
التركية


راديو فاميلى غروب


مؤسسة
التواصل الهندسية


دار العقيق
للأحجار الكريمة

1	كلمة رئيس التحرير
3	محتويات العدد
5	كلمة شهر رجب 1446
11	إنّا لله
15	مصمم وفنان ولكنى سالك! - ج8
17	أخطاء الإنترنت - ج3
21	رجل بـ 1400 رجل
25	من جماليات الحب الإلهي - ج3
29	Screenshot
33	الحجامة
37	تحليل اسم ماريان
39	من أنعش حقا
41	مرض النقرس - ج1
45	الإرادة
49	موانع الرحمة
53	تقنيات حفظ الأطعمة
57	الاستخارة من اسم الله الوكيل
	دعوة للصلاة على النبي محمد صلى الله عليه
61	وآله وصحبه وسلم

التصميم الجرافيكي:



H.H Creative Arts

لإعلاناتكم في مجلتنا يرجى التواصل عبر تطبيق
التليغرام عبر المعرف التالي :
@dr_sarahaljabari

أو عبر البريد الإلكتروني :
hahomagazine@gmail.com

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين

والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين، و بعد:
كلمة شهر رجب/ 1446

الأم حين لا تراعي الشرع تتحول إلى شيطانٍ استحواذي مدمرٍ للعائلة

الأم هي ركيزة البيت وأساس استقراره ، وعندما تكون ملتزمة بشرع الله ، تتحول إلى نور وهداية ، تقود الأسرة بحبٍ وحكمة . ولكن ماذا لو خالفت الأم الشرع وتخلت عن تلك القيم ؟ هنا يظهر وجهٌ مختلفٌ تمامًا ، حيث يمكن أن تتحول إلى أداة هدم ، وتُظهر صفاتٍ شيطانيةً من الاستحواذ والتدمير ، وأبرز أسلحتها في ذلك تكون الغيرة .

الغيرة كأداة هدم :

الغيرة ، حينما تتجاوز حدودها الطبيعية ، تصبح أداة تدمير نفسي ومعنوي . الأم التي تغار من نجاح أبنائها ، أو من علاقة زوجها بأولاده ، أو حتى من السعادة التي تسود في المنزل إذا لم تكن هي محور الاهتمام ، قد تسعى بشكل غير واعٍ أو واعٍ إلى تخريب تلك الأجواء.

الغيرة من الزوج : قد تشعر الأم ، إذا انحرفت عن الشرع، بالتهديد من علاقة الأب بأبنائه ، فتبدأ في خلق نزاعاتٍ بينه وبينهم ، إما بإثارة المشاكل أو بتشويه صورته أمامهم ، مما يؤدي إلى تدمير العلاقة الزوجية وتفكيك الروابط الأسرية.



كلمة الشهر

الغيرة من الأبناء : بعض الأمهات اللواتي ابتعدن عن تعاليم الدين يغارون حتى من نجاح أبنائهن، فيقللن من شأن إنجازاتهم أو يعاملونهم بقسوة لفرض السيطرة عليهم ، بدلاً من دعمهم وتحفيزهم.

صفات الأم المستحوذة والمدمرة :

1. السيطرة المفرطة : تحاول الأم فرض إرادتها على الجميع دون مراعاة لحرياتهم ، مما يخلق جوّاً خانقاً في المنزل .

2. التلاعب العاطفي : تستخدم العواطف كسلاح لتوليد الشعور بالذنب لدى أفراد الأسرة إذا لم يتبعوا رغباتها .

3. التفريق بين الأبناء : تعتمد إلى التفريق بينهم بزرع الغيرة بينهم أو تفضيل أحدهم على الآخر ، مما يؤدي إلى شروخ في العلاقة الأخوية .

نتائج عدم مراعاة الشرع :
عندما تغيب الأخلاق والقيم الشرعية عن دور الأم ، تتفاقم المشكلات داخل العائلة . يتحول البيت إلى ساحة صراع بدلاً من أن يكون مكاناً للسكينة ، وتنشأ أجيال مضطربة نفسياً تبحث عن الاستقرار خارج المنزل . كما أن الزوج قد يفقد صبره، مما قد يؤدي إلى انهيار الزواج نفسه .



كلمة الشهر

كلمة الشهر

إِنَّا لِلّٰهِ

د. عائشة العناكوة

بسم الله الرحمن الرحيم
 اللهم صل وسلم على أشرف الخلق وحبیب الحق محمد صلی الله
 علیه وآله وصحبه وسلم :
 "إنا لله" هي من أصدق وأعمق الكلمات التي يرددها المسلم في
 أوقات الشدة والفرح على حد سواء، تلك الكلمات التي تحمل في
 طياتها معنى العبودية والتسليم المطلق لله تعالى، وتفتح للقلب
 أبواباً من السكينة والطمأنينة.

حين نقول "إنا لله"، فإننا نعلن بصوت عالٍ أننا ملك لله عز وجل،
 وأنه هو من يقدر لنا كل شيء، سواء كان ما نعيشه في الحياة
 ابتلاءً أو نعمة، إنها دعوة للعودة إلى الله، لتذكير النفس بأننا
 مهما وصلنا إلى شيء من النجاح أو الفشل، فإننا جميعاً تحت
 مشيئة الله وقدرته.

"إنا لله" تعني أن كل ما في هذا الكون من مخلوقات وأحداث، هو
 ملك لله وحده، الإنسان لا يملك شيئاً من ذاته، بل هو مجرد عبد
 خاضع لله تعالى.

حين نقول "إنا لله"، فإننا نقرّ بهذا الواقع، ونؤمن أن كل شيء
 مقدر في حياتنا سواء في نعمة أو ابتلاء، هذه العبارة تذكّرنا بأن
 حياتنا هي هبة من الله، وأننا في كل لحظة تحت رحمته وقيادته.

عندما نردد "إنا لله"، فإننا نرفع أيدينا بالتسليم الكامل لله عز
 وجل، نفهم أن كل ما يحدث في حياتنا هو جزء من مشيئة الله،
 ولا شيء يحدث صدفة أو دون تدبير إلهي، بهذا الفهم نطمئن
 قلوبنا ونزيل عن أنفسنا القلق والتوتر من المستقبل، بل لا نحتاج
 أن نخاف من ما قد يواجهنا، لأننا نعلم أن الله لن يتركنا أبداً،
 وأنه دائماً ما يكون في عوننا، إن التسليم لله هو مفتاح التوكل
 الحقيقي، الذي يساعدنا على الثقة بالله في كل خطواتنا.

عندما نقول "إنا لله" في أوقات الحزن أو الألم، فإننا نمنح أنفسنا فرصة للراحة النفسية، إنها كلمات تزرع في القلب الطمأنينة، وتساعد الإنسان على تجاوز اللحظات الصعبة، إذ أن الإيمان بأننا ملك لله، وأن كل ما يحدث لنا هو جزء من خطة إلهية، يمنحنا السلام الداخلي.

إن قول "إنا لله" هو بمثابة دعوة للتقرب إلى الله والتأمل في معاني العبادة الحقة، هذه العبارة تدعونا للتفكير في معنى العبودية وكيف نعيش في طاعة الله على مدار حياتنا، فكل لحظة من حياتنا هي فرصة للتقرب لله، وكل فعل نقوم به هو فرصة لإظهار إخلاصنا لله عز وجل، لا شك أن تذكر هذه الحقيقة يمنحنا القوة لتجاوز العقبات ويزيدنا عزيمة في السير على الطريق المستقيم.

"إنا لله" تذكرنا بأن كل حدث، سواء كان سعيداً أو محزناً، هو جزء من تقدير الله الحكيم، مهما كانت المصاعب التي نمر بها

فإننا نؤمن بأن وراء كل قدر حكمة إلهية، وأن الله لا يظلم أحداً، نعلم أن كل ما نواجهه له غاية سامية، وإن كانت غائبة عن أذهاننا الآن لهذا تكرر قول "إنا لله" يعيننا على الصبر والرضا بما قسم الله لنا، ويهدئ نفوسنا في مواجهة التحديات.

"إنا لله" تذكرنا أيضاً بحقيقة أن هذه الحياة ليست سوى مرحلة قصيرة في مسار طويل، والرجوع إلى الله هو الهدف الأسمى، عندما نعيش هذه الحقيقة، نكتسب قدرة على التغلب على شهوات الدنيا الزائلة، ونبدأ في بناء حياتنا من أجل الآخرة، كل عمل نقوم به نحتسبه لوجه الله، وكل لحظة نعيشها في سبيله هي خطوة نحو لقائه سبحانه وتعالى، الحياة الدنيا ليست سوى اختبار، والموت هو عودتنا الحتمية إلى الله.

"إنا لله" في هذه العبارة نجد تسليماً كاملاً لله، ونعمة عظيمة في التوكل عليه، هي دعوة لتهذئة القلوب، للابتعاد عن القلق والضياح، وللتفكير في الحكمة الربانية في كل ما يحدث، علينا أن نعيش حياتنا ونحن على يقين بأن كل شيء في يد الله، وأنه سبحانه لا يقدر لنا إلا الخير.

والله يقول الحق وهو يهدي إلى السبيل والحمد لله رب العالمين.

مصمم وفنان لكني سالك

المهندسة د. سارة الجعبري

الإبداع رفاهية أم ضرورة

الإبداع ليس مجرد رفاهية للفنان، بل هو جوهر وجوده وأساس رسالته، فبالنسبة للفنان المسلم، الإبداع هو ضرورة من الضروريات؛ فالتميز الإبداعي لا يقتصر على الابتكار الفني مميز أو لافت للنظر و للفكر الفني وحسب، بل من كون الفنان مسلماً فهو نوع من الدعوة لله تعالى وعكس الصورة الحضارية للدين الإسلامي، لكي لا يخرج المسلم عن حقيقة عبوديته المخلوق لأجلها.

فالفن أداة قوية للدعوة، خاصة في عالم يبحث عن معاني الجمال والقيم الفنية، لذلك عندما يُبدع الفنان المسلم يُقدم للعالم صورة إيجابية عن الإسلام وحضارته، فالدعوة تتطلب الاحتراف .
الاحترافية والإبداع أمران لا غنى عنهما في هذا السياق؛ فالناس يتأثرون بالجمال الذي يرونه في الفن، وعندما يكون هذا الجمال مصحوباً برسالة روحية، فإنه يحدث أثراً لا يُنسى.

كما أن الفنان المسلم عندما يطلق فنّه بأسراره الدينية والروحية يصنع أعمالاً تتجاوز حدود الزمن، وتستمر في التأثير على الأجيال.

فلو نظرنا إلى الفنون الإسلامية القديمة مثل الزخرفة والخط العربي، سنجد أنها ليست فقط جميلة وذات أثر خالد في عالم الفن والتصميم، بل تنقل رسالة حضارية وروحية عن إسلامنا الجميل ما زالت تبهر العالم حتى اليوم.

كما أن الفنان المسلم له قدرة أكبر من غيره من فئاني العالم على تحقيق ذلك التميز والإبداع، وذلك من خلال العلوم الخاصة والأسرار الفنية الروحية التي اختصّ بها الإسلام ، ومن خلال آليات استمداد الإبداع ورقائقه من اسم الله البديع.

الإبداع بالنسبة للفنان المسلم ليس ترفاً، بل مسؤولية، هو أمانة تُلزمه بأن يكون سفيراً لفنّه، لدينه، ولحضارته.

404 found

أخطاء الإنترنت

الجزء الثالث
م. نور هرشو

بسم الله الرحمن الرحيم

نتابع معاً حول أخطاء الإنترنت :
الأخطاء التي تبدأ بالرقم 500
بشكل عام، الأخطاء التي تبدأ بالرقم
500 سببها مشكلة ما من قبل
الخادم (الموقع)

• خطأ /500/ Internal Server Error : هذا يشير إلى
أن هناك خطأ غير متوقع في
الخادم، ولكن لا يمكن تحديد
سببه بشكل دقيق.

• خطأ /501/ Not Implemented : هذا الخطأ
يعني أن الخادم لا يدعم الوظيفة
المطلوبة لتنفيذ الطلب أي ان
الخادم لا يمكنه تلبية الطلب لأن
الميزة المطلوبة غير متوفرة أو
غير مفعلة على الخادم.

كيفية التعامل مع خطأ 501:

1. التحقق من تكوين الخادم: تأكد من أن جميع الميزات المطلوبة مفعلة وأن الإعدادات صحيحة.
2. ترقية البرمجيات: تأكد من أن الخادم يستخدم أحدث إصدارات البرمجيات لدعم الميزات الحديثة.
3. التواصل مع مزود الخدمة: إذا كنت مستخدماً نهائياً، يمكنك الاتصال بمزود الخدمة الخاص بك لمعرفة المزيد عن الأسباب المحتملة والحلول.

خطأ /502/ Bad Gateway : هذا الخطأ يحدث عندما يتلقى خادم ما استجابة غير صالحة من خادم آخر يحاول الاتصال به لتنفيذ الطلب أي أن الخادم الذي يقوم بدور البوابة أو البروكسي يتعذر عليه الحصول على استجابة صالحة من الخادم الرئيسي.
بعض الأسباب الشائعة لحدوث خطأ 502:

- الخادم الرئيسي يعاني من زيادة في التحميل ولا يمكنه معالجة الطلبات الإضافية.
- إعدادات نظام أسماء النطاقات (DNS) قد تكون غير صحيحة أو تحتاج إلى تحديث.
- هناك مشكلة في الاتصال بين الخوادم، مما يؤدي إلى فشل الاتصال.
- وجود أخطاء برمجية في الخادم الرئيسي تؤدي إلى استجابات غير صالحة.

بعض الأسباب لحدوث خطأ 503:

- قد يكون الخادم قيد الصيانة المجدولة من قبل مزود الخدمة
- إذا كانت هناك زيادة مفاجئة في حركة المرور إلى الموقع، فقد يتعرض الخادم لضغط كبير يجعله غير قادر على معالجة الطلبات.
- نقص في الموارد مثل الذاكرة أو وحدة المعالجة المركزية قد يؤدي إلى عدم قدرة الخادم على معالجة الطلبات.
- وجود أخطاء برمجية في تطبيقات الويب أو الخادم يمكن أن يتسبب في عدم استجابة الخادم.

كيفية التعامل مع خطأ 503:

- الانتظار وإعادة المحاولة - الاتصال بمزود الخدمة - مراقبة الموارد
- إذا كنت مسؤول النظام، تأكد من مراقبة موارد الخادم وتوزيع الحمل لتجنب زيادة التحميل.

كيفية التعامل مع خطأ 502: تأكد من أن اتصال الإنترنت لديك يعمل بشكل صحيح وأنت تستطيع الوصول إلى مواقع أخرى ، في بعض الأحيان يكون الخطأ مؤقتًا، لذا يمكنك محاولة إعادة تحميل الصفحة ، و إذا كنت مسؤول نظام، تأكد من أن إعدادات DNS صحيحة ومحدثة.

- خطأ /503/ Service Unavailable: هذا الخطأ يحدث عندما يكون الخادم غير متاح مؤقتًا لمعالجة الطلب عادةً ما يكون هذا الخطأ مؤقتًا ويمكن أن يُحل بتجربة إعادة التحميل لاحقًا

رجل بـ 1400 رجل

العارف بالله تعالى
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.

عندما أتابع نشرات الاخبار و أرى الحراق التي تجتاح ولاية لوس أنجلوس الأمريكية وآثار الدمار الذي حل بالولاية والجهود الهائلة التي تبذلها السلطات للسيطرة على الكارثة لأجد أكثر من 1400 إطفائي نُشروا للتعامل مع هذه الحرائق الهائلة كما صُرح، معتمدين على أحدث التقنيات والمعدات، آليات وطائرات ومؤسسات كلها تكافح من أجل السيطرة على هذه الحرائق فلا يسعني هنا إلا أن أستذكر رجلا من

العظماء في تاريخنا الإسلامي، ألا وهو الصحابي الجليل تميم الداري رضوان الله عليه .

أخرج البيهقي في باب ما جاء في الكرامة التي ظهرت على تميم الداري رضي الله عنه

قال : أخبرنا أبو عبد الله الحافظ، حدثنا أبو العباس محمد بن يعقوب، حدثنا محمد بن إسحاق الصغاني، حدثنا عفان وأخبرنا أبو الحسين بن الفضل القطان، أنبأنا أبو سهل بن زياد، حدثنا إسحاق بن الحسن الحربي، حدثنا عفان بن مسلم، حدثنا حماد بن سلمة، عن الجريري، عن أبي العلاء، عن معاوية بن حرملة، قال : قدمت المدينة فلبثت في المسجد ثلاثاً لا أطعم، قال : فأتيت عمر، فقلت : يا أمير المؤمنين تائب من قبل أن يقدر عليه، قال : من أنت ؟ قلت : أنا معاوية بن حرملة، قال : اذهب إلى خير المؤمنين فأنزل عليه، قال : وكان تميم الدارمي إذا صلى ضرب بيده عن يمينه وعن شماله فأخذ رجلين فذهب بهما، فصلت إلى جنبه فضرب يده فأخذ بيدي فذهب بي فأتينا بطعام، فأكلت أكلاً شديداً وما شبعنا من شدة الجوع، قال : فبينما نحن ذات يوم إذ خرجت نار بالحرّة فجاء عمر إلى تميم فقال : قم إلى هذه النار، فقال يا أمير المؤمنين ومن أنا وما أنا، قال : فلم يزل به حتى قام معه، قال وتبعتهما فانطلقا إلى النار، فجعل تميم يحوشها بيده حتى دخلت الشعب، ودخل تميم خلفها !! قال : فجعل عمر يقول : ليس من رأي كمن لم ير. قالها ثلاثاً. لفظ حديث الصنعاني (انتهى

لا شك أن لكل زمن أدواته وظروفه ولكن تبقى القصة دليلاً خالداً على أن الروح المؤمنة قادرة على إحداث تغيير عظيم مهما كانت التحديات فلنتأمل هذه القصة، ولنستلهم منها القوة والإيمان في مواجهة الصعوبات سواء كانت حرائق مادية أو معنوية في حياتنا اليومية و أسأل الله ان يلطف بالبلاد والعباد .

من جماليات الحب الإلهي

الجزء الثالث - أ. هدى زايد

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين الذي رزقنا حبه وإن كنا من قبل لمن الغافلين، والصلاة والسلام على الحبيب البشير، المرسل رحمة للعالمين وعلى آله وصحبه أجمعين ومن تبعه بإحسان إلى يوم الدين.
ما زلنا معكم متابعينا الكرام في جماليات الحب الإلهي.

مما لا شك فيه أن الحديث في هذا الموضوع لا ينتهي، لأنه بكل بساطة هو الحقيقة بعينها التي تعيننا على البقاء واستمرارية العيش في هذه الحياة الدنيا بكل سلام وسعادة وهداة بال، وكل ما تتوقعونه من مفردات جميلة إيجابية تضخ فينا روح الحياة المطمئنة.
أعزائي الأفاضل: في هذا العدد سنتحدث عن جمالية من جماليات الحب الإلهي من جانب خاص ألا وهو صُحبة كتاب الله.
نعم، مصاحبة القرءان الكريم، وما أجملها من صحبة وما أجمله من أنس!

وللعلم أيها السادة الكرام، مصاحبة القرءان وتلاوته وحفظه والتفكير به والعمل بما جاء به هو اصطفاء من الحق لهذا العبد، فهنيئاً لمن اصطفاه الله وشرفه بهذا الشرف العظيم وهذا دليل على محبة الله لهذا العبد.

قديمًا قال المتنبي: "خير جليس في الزمان كتاب".
فما بالك إذا كان هذا الجليس كتاب الله العظيم؟!
وقال الحق وهو أصدق القائلين: (إن الذين يتلون كتاب الله وأقاموا الصلاة وأنفقوا مما رزقناهم سرا وعلانية يرجون تجارة لن تبور) (فاطر: 29)، وهذه التجارة الربحية في الدنيا والآخرة.
وقال الحبيب صاحب معجزة القرءان صلوات ربي عليه وعلى آله وصحبه وسلم، رواه الترمذي وحسنه عن أبي سعيد الخدري قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: يقول الرب عز وجل: (من شغله القرآن وذكرني عن مسألتي؛ أعطيته أفضل ما أعطي السائلين. وفضل كلام الله على سائر الكلام كفضل الله على خلقه).
وأخرج مسلم عن أبي أمامة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (لحامل القرآن دعوة مستجابة).
وماذا بعد هذا الفضل العظيم؟، وما هي حاجتنا الآن في التسويف والتأجيل؟، ومن كانت حاجته أن ليس لديه وقت فالبركة وكل البركة تأتي بفضل القرءان، بركة الوقت، وبركة الرزق، والبركة في كل شيء.

من جماليات الحب الإلهي

الجزء الثالث - أ. هدى زايد

ولكن علينا الإجتهد ومجاهدة النفس للحصول على هذه البركة، ومن المهم جدا أن يكون وقت القرءان في بداية اليوم حتى تتحقق لنا البركة، ولا يكون في نهاية اليوم بعد تعب ونصب ومشاحنات دنيوية، فكيف سنحصل على هذه البركة؟

وقت القرءان يجب أن يكون أولى أولوياتنا، وليس ما تبقى من وقت لدينا إن تبقى ..

ولمن يقول أنه لا يتقن قراءة القرءان جيدا، فقد أصبحت مراكز التعليم موجودة في كل مكان بفضل الله علينا، ومن التيسير علينا سبحانه الله أن مكّنا التعلم بواسطة الأجهزة الإلكترونية على صفحات الإنترنت، فهل ما زال لدينا عذر؟

وما أجمل الأنس بالقرءان في ساعة السحر! فتحتضنه بين ذراعيك، وتقلب صفحاته بيديك، وتتبع حروفه بعينيك وتتلو كلماته بلسانك وشفقتك، وسكنت حروفه وكلماته في قلبك واطمأنت روحك بهذا الأنس، فأني جمال يوازي هذا الجمال؟ تخيل كيف سيكون يومك؟

اللهم اجعل القرآن ربيع قلوبنا واجعلنا من أهله وخاصته واجعلنا من العاملين به، وارزقنا تلاوته آناء الليل وأطراف النهار، آمين.

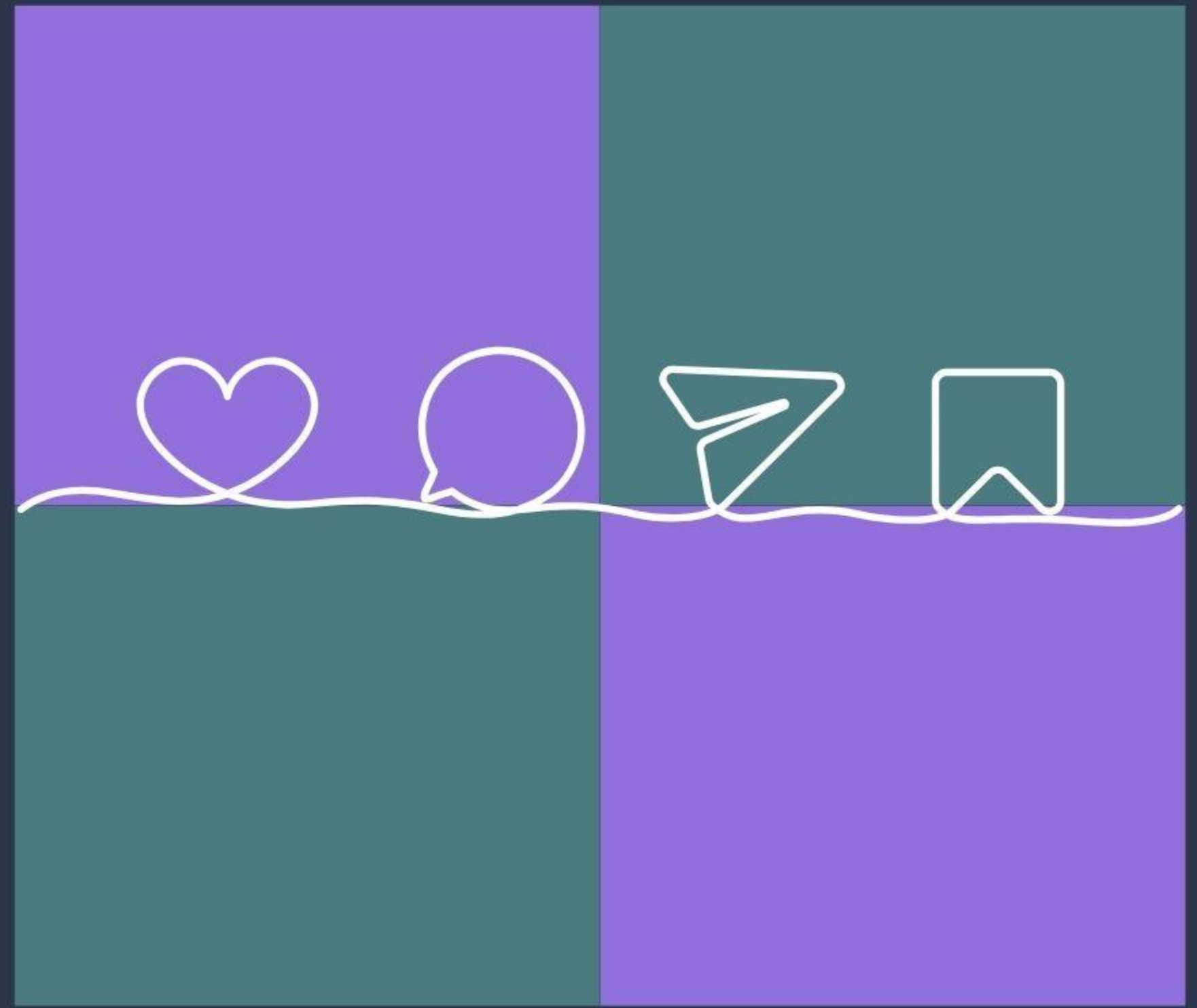
وصل اللهم وسلم وبارك على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

إلى هنا أحبابنا في الله ينتهي وقتنا معكم، ولكن الحديث عن كتاب الله وحبه وجمالياته لا تنتهي.

نلتقي مجددا إن شاء الله تعالى لنكمل معا، فما زال لدينا بقية، انتظرونا

والله يقول الحق وهو يهدي السبيل والحمد لله رب العالمين.

SCREENSHOT



أكاديمية روح العالم
<https://www.facebook.com/u.spirit10>

لازالت الفرصة للانضمام إلى جلسات علوم القدرات الروحية متاحة، العلوم التي يقدمها العارف بالله تعالى د. هانيبال يوسف حرب، الخبير في علوم الروح والتطوير الذاتي .

الزمان : كل سبت ، من الساعة 6 مساءً حتى 8 مساءً.
 المكان : عمان - دوار المدينة الرياضية - مقابل مختار مول -
 عمارة رقم 11/ بيت الثقافة والفنون.

انضم الآن إلى مجتمع متفوق علميا وروحيا، وكن من النخبة.

SCREENSHOT



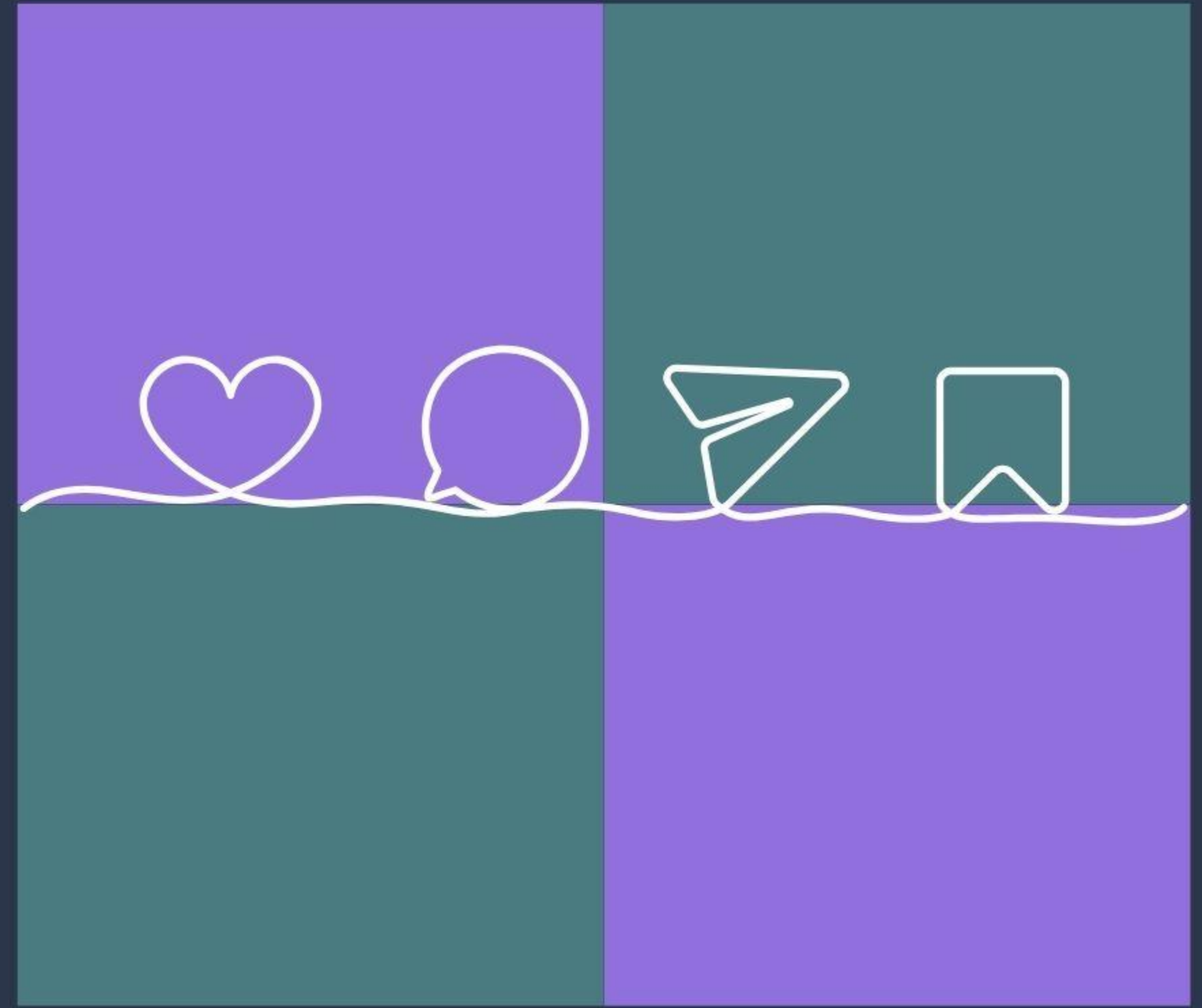
دار قمريستا للأزياء

<https://www.instagram.com/qamarista/>

تُشارك دار قمريستا للأزياء لصاحبتها المصممة قمر الجعبري تجربتها الأولى في التلفزيون، التي تعدّ نقلة نوعية لدار قمريستا في مجال التصميم والإنتاج وخطوة مهمة.

وتكمن أهمية هذه الخطوة في كونها مساهمة في الإنتاج التلفزيوني الإسلامي وفي توفير الزي المحتشم المناسب للإنتاج، كخطوة تجاه فن إسلامي حضاري وملتمزم في نفس الوقت.

وبذلك تكون دار قمريستا للأزياء ذات بصمة ومساهمة في دعم المجتمع الإسلامي وتشكيل حضارته المتجددة.



بسم الله الرحمن الرحيم
اللهم صلّ على محمد حبيبك صلاة علمنا ما ينفعنا وانفعنا بما علمتنا
وزدنا علماً تسري منه إلينا فينا وآله وصحبه وسلم.

اللهم لاسهل إلا ما جعلته سهلاً، وإنك تجعل الحزن إذا شئت سهلاً سهلاً
لا تكلنا لأنفسنا طرفة عين ولا أقلّ من ذلك، رحمتك نرجو، إن ربك هو
الفتاح العليم.
سبحان ربي الأعلى الوهاب، وبعد:

الحجامة ونوبات الهلع

نوبات الهلع Panic Attacks هي حالة من القلق المفاجئ والشديد،
تترافق مع أعراض جسدية ونفسية مزعجة دون وجود خطر حقيقي.
تشمل الأعراض تسارع ضربات القلب، صعوبة التنفس، التعرق،
والدوار، مما يجعل المريض يعتقد أحياناً أنه يواجه الموت أو فقدان
السيطرة. تُعد هذه الحالة جزءاً من اضطرابات القلق التي تؤثر على
الجهاز العصبي المركزي، ويمكن أن تعطل حياة المريض اليومية.

التأثيرات البيولوجية للحجامة:
من الناحية العلمية، أثبتت الدراسات الحديثة أن الحجامة قد تُسهم في
تحسين بعض الأعراض المرتبطة بنوبات الهلع والقلق من خلال:

1. تنظيم الدورة الدموية:
تساهم الحجامة في إزالة السموم والشوائب من الدم، مما يساعد على
تحسين تروية الأعضاء الحيوية، بما فيها الدماغ.

الحجامة أ. أحمد حسني

2. توازن الجهاز العصبي:

3. تقليل الإجهاد التأكسدي:

المصدر:

36

اسم "ماريان" يعكس شخصية جذابة تمتلك هالة قوية تجعل الآخرين يشعرون بالانجذاب نحوها. لديها طبيعة مغناطيسية تثير الانتباه وتجعل الأشياء وكأنها تتحرك باتجاهها. ومع ذلك، غالبًا ما تشعر بأن ما ترغب فيه بعيد عنها، مما يدفعها للسعي إليه بطرق مبتكرة ومستمرة.

تمتاز بقوة داخلية فريدة وقدرة على التأثير بالآخرين من خلال التخاطر أو الحدس العالي، مما يمنحها مهارة استثنائية في قراءة المواقف واستثمار الظروف لصالحها. هي شخصية محبة للمرح واللهو، لكنها توازن بين هذا الجانب وبين تفكير منطقي قوي يمنحها القدرة على اتخاذ قرارات حكيمة.

تتسم أيضًا بالسيادة والكاريزما، فهي تفرض حضورها بسهولة وتتميز بروح قيادية تجعلها محل إعجاب واحترام. مزيج صفاتها يجعلها شخصية استثنائية ومؤثرة في محيطها.

تحليل اسم ماريان د. سناء صبري

ما زلنا أحببتنا الكرام في سلسلة الأحاديث القدروية الشريفة من السنة النبوية المطهرة.. ومع حديث اليوم الذي يبين لنا فيه النبي صلى الله عليه وآله وسلم، فضل قول الحق والعمل به. وفي هذا الحديث يُخبرنا الصحابي الجليل أنس بن مالك رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: "من أنعش حقاً بلسانه جرى له أجره حتى يأتي يوم القيامة فيوفيه ثوابه.. أي أيما مسلم يصدق بكلمة الحق ويرفع لسانه معلناً به، إلا كافأه الله على ذلك خير المكافأة وجزاه خير الجزاء، كيف لا وهو سبحانه البر الرحيم، الذي يجازي بالاحسان إحساناً وبالسيئة عفواً. وهذا الجزاء يكون له صدقة جارية إلى يوم القيامة، ويبقى هذا العمل من بعد موته، حيث ينقطع عمل ابن آدم، ويستمر أجره إلى يوم التلاق حيث يوفيه سبحانه وتعالى أجره ويزيده من فضله، والله عنده حُسنُ الثواب.

اللهم أكرمنا ولا تهنا، إنك أنت العزيز الكريم.
إِنَّ الْحُكْمَ إِلَّا لِلَّهِ يَقُصُّ الْحَقَّ وَهُوَ خَيْرُ الْفَصِلِينَ
نلقاكم في عدد قادم ان شاء الله تعالى، دمتم طيبين.

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

أهلاً بكم أحبائنا قراء مجلتنا (هاهو)، نكمل اليوم مع سلسلة تفسير أحاديث قدروية، المنتقاة من أحاديث المصطفى صلى الله عليه وآله وسلم.

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

عن أنس بن مالك رضي الله عنه: عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال:

"من أنعش حقاً بلسانه جرى له أجره حتى يأتي يوم القيامة فيوفيه ثوابه."

رواه الطبراني في معارج الأهل.

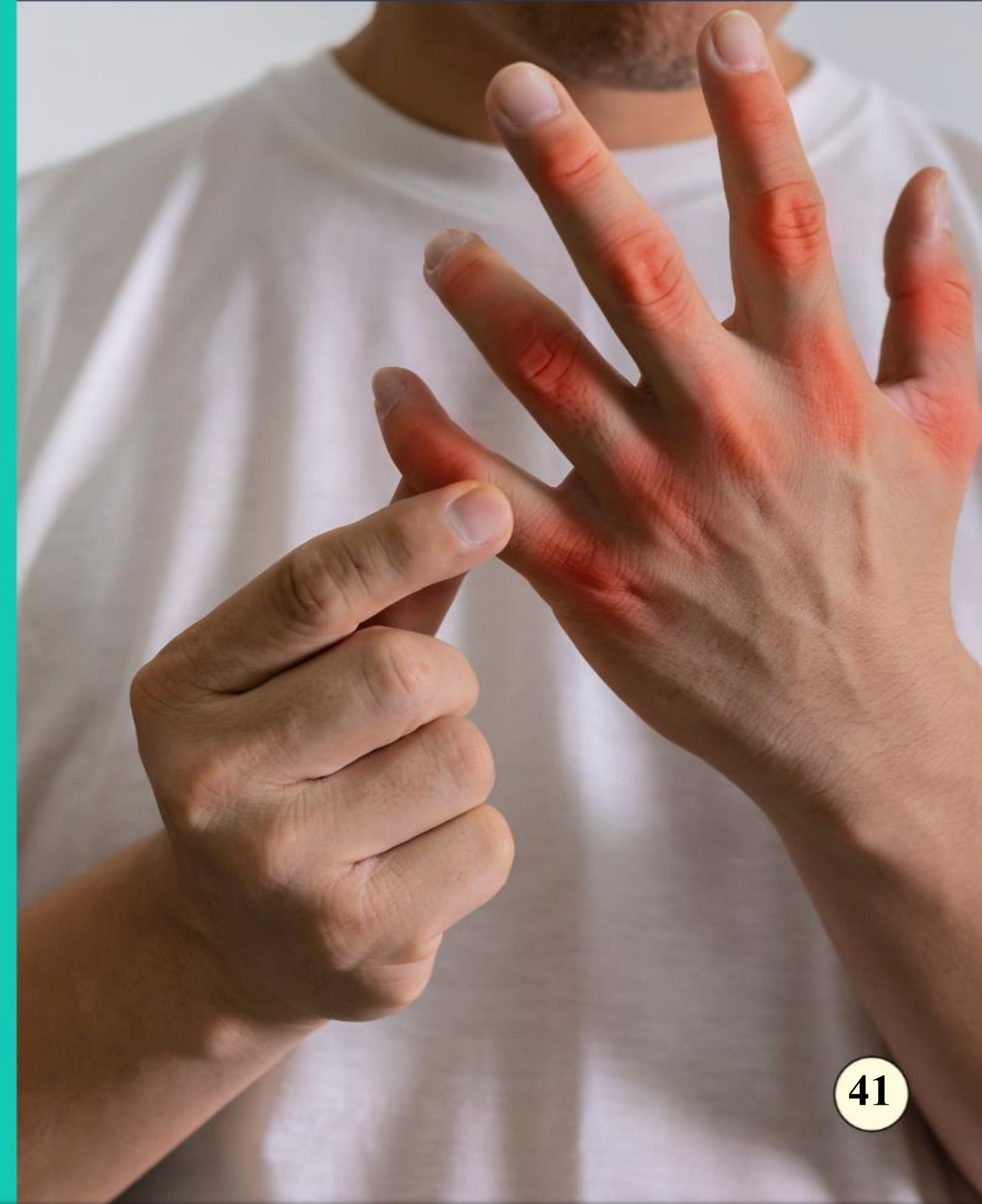
حسنه الغماري، وصححه لغيره محققو مسند الإمام أحمد.

المقرئ الشيخ عبدالله كشكوش المقدسي

من أنعش حقاً

مرض النقرس

بقلم د. نضال ترمانييني
الجزء الأول



يتكون مرض النقرس : Gout عند تراكم بلورات من حمض اليوريك (Uric acid) حول المفصل، فتسبب التهابا وألم حاد (نوبة نقرس). وتتشكل بلورات حمض اليوريك لدى الأشخاص الذين تكون درجة حمض اليوريك في دمهم مرتفعة.

ينتج الجسم حمض اليوريك كجزء من عملية تحليل البيورين (Purine)، وهي مادة موجودة بشكل طبيعي في الجسم و يوجد البيورين في أطعمة غذائية مختلفة أهمها الأطعمة التي تحتوي بروتينات بنسبة عالية، مثل اللحوم والبقوليات، والحبوب مثل الفول والحمص والعدس، وبعض الأسماك مثل الروبيان والمحار.

يذوب حمض اليوريك، بشكل عام، في الدم وينتقل عن طريق الكلى إلى البول. ولكن، هنالك حالات قد ينتج الجسم فيها كميات كبيرة جدا من حمض اليوريك، أو تفرز الكليتان كميات قليلة جدا من حمض اليوريك، وفي هذه الحالات يتراكم حامض اليوريك بشكل بلورات حادة (مسننة) تشبه الإبرة داخل المفصل، أو في الأنسجة المحيطة به، ونتيجة لذلك يتكون الألم، الالتهاب والانتفاخ.

يُعد نقص الإفراغ الكلوي لحمض البول السبب الرئيسي للإصابة بفرط حمض البول في الدم، وذلك في ما يقرب من 90% من الحالات، في حين يعتبر فرط إنتاجه هو السبب في أقل من 10% من الحالات.

هناك عوامل تساهم في إصابة الشخص بمرض النقرس وهي :

- الحالات الطبية التي ترفع من الإصابة بمرض النقرس مثل ضغط الدم المرتفع ومعدلات الدهون العالية وخلل في الكلى ووظائفها والسكري والسمنة.

- العوامل المرتبطة بنمط الحياة الذي يعيشه الشخص من النظام الغذائي (تناول اللحوم والأطعمة البحرية بشكل مفرط)، وأنواع محددة من الأدوية (مثل مدرات البول التي تستخدم في علاج الضغط المرتفع وتراكم السوائل في الجسم والنياسين الذي يستخدم في علاج الكولسترول المرتفع)، تناول المشروبات الكحولية والمشروبات الغازية والمشروبات المحلاة بسكر الفركتوز، وكذلك بسبب جفاف الجسم أي عدم تناول كميات كبيرة من السوائل.

- العوامل الوراثية

المعدل الطبيعي لليوريك أسيد في الدم عند النساء 2.4 - 6 ملليجرام/ديسيلتر، أمّا عند الرجال 3.4 - 7 ملليجرام/ديسيلتر.

العلاجات الشائعة لهذه الحالة هي :

- 1-الكولشيسين ، 2- الزايلورك



في كثير من الأحيان، تواجهنا صعوبات وظروف قاسية قد تثبط عزيمتنا. ولكن الإرادة الحقيقية تظهر في مثل هذه اللحظات. فهي تدفع الإنسان للصمود والمثابرة، وتحفزه على إيجاد حلول مبتكرة للتغلب على العقبات. الإرادة ليست مجرد صفة وراثية، بل يمكن تنميتها وتطويرها من خلال التمارين النفسية مثل تحديد الأهداف الصغيرة والعمل على تحقيقها تدريجيًا.

د. عمر عثمان

الإرادة تصنع المعجزات، فاجعلها حليفك الدائم.

د. عمر عثمان

موانع الرحمة

العارف بالله الشيخ
د. سفيان الجعبري

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين المتجلي على عباده بالحب والرحمات، هو الرحمن الرحيم، قرن الرحمة بإسمه وجعلها سابقة، فرحمته عز وجل سبقت غضبه.

نعم الرحمة الألّهيّة سبقت وعمّت وصبغت وغمرت الأكوان، فكانت نبي الرحمة محمد صلى الله عليه وآله وسلم، رحمة مهداة تسع وتعم كل المخلوقات.

إلا إن الإنسان ظلوم كفار، فكثير من بني البشر لا يريدون هذه الرحمة ولا يرغبونها، فيقدمون موانع الرحمة بكل ظلم وكبر، مستجرين بذلك الغضب والقهر.

لكن هل هناك موانع للرحمة، نعم ولعلنا نذكر هنا من أبرزها:

- قطع الرحم

فالرحم من الرحمن، قطع الله من قطعها ووصل الله من وصلها وحفظها، فقد جاء في الحديث الصحيح عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: ((خَلَقَ اللَّهُ الْخَلْقَ، فَلَمَّا فَرَّغَ مِنْهُ قَامَتِ الرَّحْمُ، فَأَخَذَتْ بِحَقْوِ الرَّحْمَنِ، فَقَالَ لَهُ: مَهْ، قَالَتْ: هَذَا مَقَامُ الْعَائِذِ بِكَ مِنَ الْقَطِيعَةِ، قَالَ: أَلَا تَرْضَيْنَ أَنْ أَصِلَ مَنْ وَصَلَكَ، وَأَقْطَعَ مَنْ قَطَعَكَ، قَالَتْ: بَلَى يَا رَبِّ، قَالَ: فَذَاكَ.))

- التولي والافساد

قال تعالى: "فهل عسيتم إن توليتم أن تفسدوا في الأرض وتقطعوا أرحامكم" سورة محمد 22، حيث يتضح أن التولي والافساد يحد من سريان الرحمة مما يؤدي الى زيادة الجفوة وانتشار الاحقاد والضغائن بين الناس في المجتمعات.

موانع الرحمة

العارف بالله الشيخ
د. سفيان الجعبري

• عدم التراحم بين الناس

فقد جاء في الحديث الشريف أن الرسول الكريم صلى الله عليه وآله وسلم قال : "ارحموا من في الارض يرحمكم من في السماء " ، حيث ربط رحمة الله لاهل الارض بتراحمهم فيما بينهم .

• منع الزكاة

وقد روى عبدالله بن عمر عن الرسول الكريم صلى الله عليه وآله وسلم قال : " يا مَعْشَرَ الْمُهَاجِرِينَ ! خِصَالُ خَمْسٍ إِذَا ابْتُلِيتُمْ بِهِنَّ ، وَأَعُوذُ بِاللَّهِ أَنْ تُدْرِكُوهُنَّ : لَمْ تَظْهَرِ الْفَاحِشَةُ فِي قَوْمٍ قَطُّ ؛ حَتَّى يُعْلِنُوا بِهَا ؛ إِلَّا فُشَا فِيهِمُ الطَّاعُونَ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَضَتْ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَضَوْا ، وَلَمْ يَنْقُصُوا الْمِكْيَالَ وَالْمِيزَانَ إِلَّا أَخَذُوا بِالسِّنِينَ وَشِدَّةِ الْمُؤْنَةِ ، وَجَوْرِ السُّلْطَانِ عَلَيْهِمْ ، وَلَمْ يَمْنَعُوا زَكَاةَ أَمْوَالِهِمْ إِلَّا مُنِعُوا الْقَطْرَ مِنَ السَّمَاءِ ، وَلَوْ لَا الْبَهَائِمُ لَمْ يُمْطَرُوا ، وَلَمْ يَنْقُصُوا عَهْدَ اللَّهِ وَعَهْدَ رَسُولِهِ إِلَّا سَلَّطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ عَدُوَّهُمْ مِنْ غَيْرِهِمْ ، فَأَخَذُوا بِبَعْضِ مَا كَانَ فِي أَيْدِيهِمْ ، وَمَا لَمْ تَحْكَمْ أُمَّتُهُمْ بَكِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَيَتَخَيَّرُوا فِيمَا أَنْزَلَ اللَّهُ إِلَّا جَعَلَ اللَّهُ بِأَسْمِهِمْ بَيْنَهُمْ "

وإذا فهمنا أن القطر والغيث هو من رحمة الله، فإن منع الزكاة هو مدعاة لحجب الرحمات .

إن مجتمعاً بلا رحمة لهو مجتمع بائس ومريض، أعاذنا الله من هذا الحال .

اللهم إنا نسألك رحمتك في حياتنا وفي آخرتنا، اللهم ارحمنا فانك بنا راحم ولا تعذبنا فانك علينا قادر والطف بنا فيما جرت به المقادير. وآخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمين.

بسم الله الرحمن الرحيم

حفظ الغذاء من العوامل الأساسية لضمان سلامة الغذاء وزيادة فترة صلاحيته.

يعتبر الهدر الغذائي من المشاكل الرئيسية التي تواجه المجتمعات في جميع أنحاء العالم، حيث يصل الهدر الغذائي إلى 30% من إجمالي الإنتاج الغذائي. لذلك، من الضروري استخدام تقنيات حديثة لحفظ الغذاء وتقليل الهدر الغذائي. في هذه المقالة، سوف نناقش أهمية حفظ الغذاء وتقنيات حفظ الغذاء الحديثة.

أهمية حفظ الغذاء:

1. تقليل الهدر الغذائي
2. زيادة فترة صلاحية الغذاء
3. ضمان سلامة الغذاء

تقنيات حفظ الغذاء التقليدية:

1. التبريد: يعتبر التبريد من أهم تقنيات حفظ الغذاء، حيث يقلل من نمو البكتيريا ويحافظ على جودة الغذاء.
2. التجميد: يعتبر التجميد تقنية فعالة لحفظ الغذاء لمدة طويلة، حيث يقتل البكتيريا ويحافظ على جودة الغذاء.
3. التعقيم: يعتبر التعقيم تقنية لحفظ الغذاء عن طريق قتل البكتيريا والميكروبات.
4. التخلل: يعتبر التخلل تقنية لحفظ الغذاء عن طريق إضافة مواد كيميائية تعوق نمو البكتيريا.

تقنيات حفظ الغذاء الحديثة

1. تقنية البخار المبرد: تعتمد هذه التقنية على استخدام البخار المبرد لحفظ الغذاء.

تقنيات حفظ الأطعمة

م. دانية هرشو

الخلاصة:

تقنيات حفظ الغذاء من العوامل الأساسية لضمان سلامة الغذاء وزيادة فترة صلاحيته. يجب علينا استخدام هذه التقنيات بشكل فعال لتحسين جودة الحياة وتقليل الهدر الغذائي. يجب أيضاً التوعية بأهمية حفظ الغذاء وتقديم الدعم للبحث والتطوير في مجال تقنيات حفظ الغذاء.

2. تقنية التبريد العميق: تعتمد هذه التقنية على استخدام درجات حرارة منخفضة لحفظ الغذاء.
3. تقنية الحفظ بالضغط العالي: تعتمد هذه التقنية على استخدام الضغط العالي لحفظ الغذاء.
4. تقنية الحفظ بالتخلل بالغازات: تعتمد هذه التقنية على استخدام غازات معينة لحفظ الغذاء.
5. تقنية التعقيم بالإشعاع: تعتمد هذه التقنية على استخدام الإشعاع لقتل البكتيريا والميكروبات.

تقنيات حفظ الأطعمة

م. دانية هرشو

الاستخارة من اسم الله الوكيل

د. نور ميري

بسم الله الرحمن الرحيم، والحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على
مَنْ عَلَّمَنَا دِينَنَا الْإِسْلَامِي الْحَنِيفَ سَيِّدَنَا وَحَبِيبَنَا مُحَمَّدَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ
وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

دعاء الاستخارة المعروف كما جاء في السنة الشريفة هو: "اللهم إني
أستخيرك بعلمك و أستقدرك بقدرتك وأسألك من فضلك العظيم، فإنك تقدر
ولا أقدر، و تعلم ولا أعلم و أنت علام الغيوب، اللهم إن كنت تعلم أن
هذا الأمر- (و يسأل المرء حاجته) - خيرٌ لي في ديني و معاشي وعاقبة
أمري فأقدره و يسره لي ثم بارك لي فيه، اللهم و إن كنت تعلم أن هذا
الأمر- (و يسأل المرء حاجته) - شرٌّ لي في ديني و معاشي وعاقبة
أمري فأصرفني عنه و اصرفه عني و اقدر لي الخير حيث كان ثم
ارضني فيه .."

يجوز لنا ذكر هذا الدعاء بعد صلاة ركعتي نفل، أو ذكره بعد الصلوات
المفروضة، أو حتى الدعاء به في أي وقت كان بتوجُّه قلبي صادق إلى
الحق تعالى ليختار لنا الأنسب.

وانتبه إلى أننا نستخير الله تعالى في أمر مهم لم نجد له نص حكم شرعي
حتمي وهو من ضمن الحلال والمباحات، إلّا أن مزاجنا فيه مُتَخَبِّطٌ، ولا
نستخير فيما ورد فيه نص حكم شرعي أو فقهي معروف (مثل أن أصلي
فروضي الخمس أو أن أُرَكِّي مالي) فالأمر هنا مثبت فيه.

من أي اسم إلهي الاستخارة ؟

هنا قد يعتقد البعض أن هذه الاستخارة هي من اسم الله (العليم) – لأننا
نقول في الدعاء المعروف عبارات مثل: (اللهم إني أستخيرك بعلمك..
تعلم ولا أعلم وأنت علام الغيوب.. إن كنت تعلم أن.. الخ)..
أو قد يعتقد البعض أنها من اسم الله (المصور) – لارتباط الاستخارة بعالم
الأحلام في بعض -و ليس جميع- الأحيان.

لذا استخره وتوكل عليه تعالى.. ثق به وانتظر، ثم اقبل بما يحكم و ارض.
هذا ما تعلمناه من فضيلة العلامة الدمشقي الشيخ د. هانيبال يوسف حرب
حفظه الله تعالى .
لمزيد من الاطلاع والتفاصيل قم من فضلك بزيارة الرابط التالي لبرنامج
"جوابي نور سؤالك" :

<https://www.youtube.com/watch?v=xqpBBnhX19M>

بسم الله الرحمن الرحيم
{ إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا
الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا }
سورة الأحزاب

شاركونا عدد صلواتكم خلال الأسبوع
بإرساله كل يوم جمعة
عبر تطبيق التليغرام على مجموعة:
الطريقة الشاذلية المجددية الكمالية

<https://t.me/mujadydiy/229>

صلُّوا عليه...



H.H Creative Arts

For Graphics, visuals, and video

H.H Creative Arts

For Graphics, visuals, and video

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>



HAHO | هاهو

مجلة
شهرية

Magazine

1446 / 2025 - العدد (61)

تصدر عن هيئة FG العلمية العالمية - القسم العربي

مجلة هاهو تأخذك في رحلة نحو
الرقى المعرفي

لكل عشاق الروحانية والعلوم الخفية
روح العالم الثقافية
تقدم لك فرصة المعرفة