

مسابقات العام الثالث ١٤٣٨هـ

# مسابقات

أختم مسائي في كل مرة برسالة مقتبسة أرسلها لقائمة الأحبة في جوالي ، وإذا أتممت الحول على هذا ؛ جمعتها في نشرة صغيرة ليستفيد منها من يريدھا .. وبين يديك المجموعة الثالثة

- حق النشر والاقتباس لكل قارئ
- مع الإشارة إلى المصدر

المادة هذه كلها نقولات واقتباسات قديمة ،  
ولنسياني أو فقدي لمصادر ها وضعتها مجردة ،  
مع اجتهادي في عزو ما أذكر ،  
والغاية نشر العالم والفائدة ..

ومن عرف شيئاً وأحب أن يدلني على مصدره  
فأكون له من الشاكرين ..

\* تصميم سارة \*

جمع وترتيب :  
أ.مريم — العبد الرحمن

@m\_ubdorrhman

مدربة معتمدة محلياً ودولياً ،  
 محبة للعمل الدعوي والتطوعي ،  
 شغوفة بالإبداع والعمل الحر !!



(اذهب أنت وأخوك بآياتي ولا تنيا في ذكري) سورة  
طه:

-اذهب: تهدم (السلبية) وتبني (الإيجابية).

-أنت وأخوك: تهدم ( الفردية ) وتبني (الجماعية) .

-بآياتي: تهدم (الجهل والعشوائية) وتبني (العلم  
والمنهجية) .

-ولا تنيا: تهدم (الكسل) وتبني (الهمة والتضحية).

-في ذكري: تهدم (المادية) وتبني (الربانية) .

باختصار : آية موجزة حوت جميع مبادئ (الجودة) :  
إيجابية وعمل جماعي منظم بمنهجية علمية ونشاط مع  
استحضار ذكر الله والإخلاص له.



## ١١ علامة

تدل على أنك تقوم بالأمر بالشكل الصحيح :

أنك تستحضر مراقبة الله لك في كل لحظة،  
راتبك الشهري لا يتحكم في حياتك،  
علاقاتك الاجتماعية خالية من التعقيدات،  
لديك خطة شخصية ومهنية للشهر القادم،  
تحب مساعدة الآخرين،  
تحاول المحافظة على صحتك،  
لديك شيء جديد تقوم بتعلمه الآن،  
لديك إصرار شديد على تجاوز المشاكل،  
يمكنك التحكم في وقتك،  
يمكنك ادخار جزء صغير من دخلك،  
لديك دافع لما تقوم به يومياً.



ثلاث قواعد لمنهج الاستعفاف: (طلب العفة)

٦

القاعدة الأولى (التربية الروحية) ،

- تُنمى بِ: الصيام –
- التربية على العقيدة الإسلامية –
- الإكثار من ذكر الله –
- استدامة المواظبة على النوافل –
- التردد على المقابر وشهود الجنائز .





ثلاث قواعد لمنهج الاستعفاف: (طلب العفة)

٧

**القاعدة الثانية (التربية الأخلاقية) ،**

- فالعفة تتولد من عدة أخلاق هي: الصبر –  
الخوف من العقابة –  
الطمع بثواب الكفّ –  
حب الحق وكره الظلم –  
الحياء –  
علو الهمة والترفع عن الرذائل .





قواعد منهج الاستعفاف: (طلب العفة)

### القاعدة الثالثة (التربية الفكرية) ، من ثمراتها:

- غرس المفاهيم والموازين الشرعية ذات العلاقة بالاستعفاف
- العلم بالأحكام الشرعية المتعلقة بالجانب الأخلاقي في المجتمع المسلم
- التعرف على بواعث وأسباب الانحراف الخلقي وآثار ذلك الانحراف على الفرد والمجتمع
- التعرف على وسائل الإصلاح الذاتي والاجتماعي ومنهج التربية الإسلامية ووسائل الاستعفاف
- إدراك دور المفسدين وأعداء الإسلام في إفساد المجتمع المسلم ومعرفة مكائدهم وخططهم في هذا المجال.





النفس البشرية تتغير كل يوم ؛  
هذا أمر طبيعي ،  
لكن بأي اتجاه نتغير ؟  
هنا الاختيار ..

لا تدع الظروف تسيرك ، ارسم لنفسك  
خطة الانطلاق كل يوم ، خذ بالأسباب  
وتوكل على الله ، تغير نعم ؛ لكن  
للأفضل للأجمل

وللأرقى



## ( علاقة الغذاء والبيئة على صحة الإنسان ) كُتبه : حنيف العتيبي

ماذا تفعل السموم في جسم الإنسان ؟!

إن التلوث بكل أنواعه انتشر في عالمنا ، والتلوث له أشكال عدة :

منه التلوث البيئي بسبب الصناعات التي انتشرت بين المدن والتي نتج عنها الغازات والأبخرة السامة جداً التي تهدد صحة الإنسان ، ولا يخفى عليكم السموم التي تخرج من عادمات السيارات وأيضاً سموم المبيدات الحشرية وغيرها ... ومن المؤسف أن الكثير من ناقلات النفط يقومون بالتخلص من النفايات بإلقائها في عرض البحر بلا مبالاة لصحة الإنسان والبيئة البحرية مما يسبب تلوث البحار وتضرر مخلوقاته ،

أيضاً غداؤنا لم يسلم منه يد الإنسان ومن جشعه وطمعه ، فمنذ عشرات السنين وغداؤنا يستزرع بطريقة غير صحية وذلك بإضافة الأسمدة الكيماوية في التربة مما يفقدها الكثير من خصائصها المفيدة لجسم الإنسان ...، وأيضاً رش النباتات بالمبيدات الكيماوية فتكون سموم في سموم والضحية هو الإنسان ، ...، حتى الحبوب الكاملة مثل الشعير والقمح والرز وغيرها قاموا بنزع قشورها فحولوها من حبوب كاملة إلى حبوب ناقصة ، الحبوب الكاملة أصلها قلوي وبفعلهم هذا أصبحت حامضية لا خير فيها ، وأيضاً هناك الأغذية المعلبة وما تحتويه من مواد حافظة ومواد ملونة وهي مواد كيميائية مسرطنة ، أيضاً البهائم دخل في أعلافها المواد الكيماوية وهذا مما يهدد صحة الإنسان .

إذاً سموم في الجو وسموم في البحر وسموم في الغذاء !!مما يعني أن حياتنا كلها ملوثة والسموم تحاصرنا من كل اتجاه حتى انتشرت الأمراض التي نعرفها والتي لم نكن نعرفها من قبل .

كيف تهدد السموم حياتنا وما دورها في أجسامنا ؟ ... في المقال التالي ...

كيف تهدد السموم حياتنا وما دورها في أجسامنا؟

إن أول أثر يشعر به الإنسان في حال تكدر السموم في جسمه هو  
□ الشعور بالكسل والخمول

□ قلة التركيز

□ النسيان

□ عدم الاكتفاء بالنوم وإن نام لساعات طويلة مما يؤدي لاختلال الساعة البيولوجية

ومع تدفق السموم بشكل يومي لجسم الإنسان يتطور الأمر فيحدث

□ كسل في وظائف الكبد

□ وكسل في الطحال والرئة

□ وكسل في البنكرياس مما يضعف الوظائف الحيوية للجسم ،

فتبدأ العلل والأمراض الخطيرة بتلك الأسباب

□ فهناك من يصاب بالفشل الكلوي □ ومن يصاب بمرض السكر بسبب تعطل

البنكرياس وذلك لضعفه وعدم قدرة البنكرياس على القيام بدوره الطبيعي □ وهناك

من يصاب بالضغط وانسداد الشرايين والجلطات □ والسرطان وكل الأمراض التي

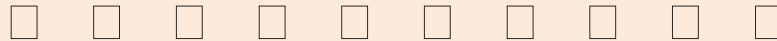
تعرفونها والتي لا تعرفونها !

□ فينتج عن ذلك أن يكون المريض زبون دائم للمستشفيات والعيادات ، يبحث عن

بصيص أمل للتعافي مما أصابه من أمراض بسبب تلك السموم التي تحيط بنا .

-----

مستحضرات التجميل تشتهر بإسم \*الماكياج\* وهي مواد تستخدم لتعزيز، أو حماية مظهر، أو رائحة الجسم البشري. وتشمل مستحضرات التجميل مراهم العناية بالجلد، والغسولات ، والمساحيق ، والعمور ، ومحمرات الشفاه ، وطلاء الأظافر ، وماكياج العيون والوجه، والعدسات اللاصقة الملونة، وأصبغة الشعر، ومثبتات الشعر ، والمواد الهلامية ، ومزيلات الروائح الكريهة، منتجات نظافة الرضع، ومنتجات زيوت الحمام، ومواد توليد الفقاعات في الحمامات، وأملاح الحمامات ، وأنواع أخرى كثيرة من المنتجات. تستخدم مستحضرات التجميل على نطاق واسع جداً من قبل كل الناس من كل الأعمار بالفطرة . أحياناً يخصص اسم "المكياج" للإشارة إلى المنتجات الملونة التي تغير المظهر تحديداً .والذي ينبغي فعله من كل مستخدم \*التأني عند اختيار واستعمال أي مستحضر لأنه قد لا يناسبه\* مما يسبب له ضرراً صحياً ربما يندم عليه ، فهي صناعات كيميائية أولاً وأخيراً . وكذلك ينبغي للمسلمة خاصة \*النظر في الجانب الشرعي لكل ما تود فعله\* واستخدامه من طرق التجميل وصيحات الموضة .





### ❦ فائدة ❦

وردت كلمات في القرآن الكريم يقصد بها المثني ولكن الكثير منا يخطأ  
ويقرأها بصيغة الجمع وخاصة ممن لا يتقن التلاوة:

الكلمة الأولى: مُسْلِمِينَ من سورة البقرة "ربنا واجعلنا مُسْلِمِينَ لك..." الآية ١٢٨  
تدل على المثني إبراهيم واسماعيل وليس الجمع

الكلمة الثانية: الَّذِينَ من سورة فصلت "وقال الذين كفروا ربنا أرنا الَّذِينَ  
أضلانا." الآية ٢٩ فالمقصود هنا المثني الجن والإنس

الكلمة الثالثة: خَالِدِينَ من سورة الحشر "فكان عاقبتهمَا انهما في النار  
خَالِدِينَ فِيهَا..." الآية ١٧ المثني الشيطان والإنسان

الكلمة الرابعة: دَعَا من سورة الأعراف "فَلَمَّا أَثْقَلَتْ دَعَا اللَّهَ رَبَّهُمَا..." الآية  
١٨٩ المثني يعود على ادم وحواء

الكلمة الخامسة: مُؤْمِنِينَ من سورة الكهف "وَأَمَّا الْغُلَامُ فَكَانَ أَبَوَاهُ مُؤْمِنِينَ..."  
الآية ٨٠ المثني: يعود على الأبوين

أنت...

لا تستسلم بسهولة ،  
فقد تكون أنت قدوة لكثيرين رأوا فيك  
إصراراً على التغلب على مشاكل الحياة ،  
فكن جديرًا بهذه الثقة.



١٥

قال: أنا عندي خبرة ٥٠ سنة  
رد عليه: بل خبرة سنة واحدة مكررة  
خمسين مرة !

O

إشارة أنه لا يطور نفسه ولا يتغير .

د. سلمان العودة



من كل عشرة في العالم العربي هناك واحد  
يعمل بإخلاص.. واثنان يشكرونه على  
عمله.. وثلاثة يشكون في نواياه.. وأربعة  
يرددون له يومياً:  
لن تنجح..

اركض باتجاه النجاح فهو لا يملك قدمين ،  
أنت من يملكها !!  
وتذكر أن النجاح الحقيقي ما كان نهايته  
الجنة .

## تأملوها

جاء شاب إلى حكيم فقال له :إن في  
نفسي ذئبان يتصارعان ؛ أحدهما يدعوني  
للخير والآخر يدعو للشر..  
فقال الحكيم : سينتصر الذي تطعمه .

## ▶تتمة مقال حنيف العتيبي

هذه السموم التي تحيط بنا من كل جانب والتي أثرت في صحتنا كيف نقاومها ونظهر أجسامنا منها؟ الحل بسيط جداً ويتمثل في

( تحسين نمط الغذاء ) بفهم ووعي ، بحيث ننتقي الغذاء المفيد ونتجنب الضار منه ، وتطبيق قاعدة منظمة الصحة العالمية وعلماء التغذية ، والقاعدة تقول: (يجب أن يكون غذائك ٨٠% قلوي و ٢٠% حامضي) والغذاء القلوي يتمثل في كل ماهو نباتي والحامضي يتمثل في كل ماهو حيواني بمشتقاته من ألبان وأجبان ، باستثناء (حليب الإبل والأسماك ذوات العظام ) فإنها تدخل بالغذاء القلوي .

أيضاً من الضروري الإتجاه إلى \*المكملات الغذائية العضوية الموثوقة\* ، وأشدد على كلمة (الموثوقة) !! هناك الكثير من الشركات التي تنتج المكملات الغذائية فمن أراد الشراء يجب عليه أن يبحث ويعرف كيفية وطريقة إستزراع الشركة ومدى سلامة منتجاتها ، وذلك لأن بعض الشركات تستخدم الأسمدة الكيماوية في زراعتها طلباً لسرعة الإنتاج ، لهذا أقول عليكم بالموثوقة ... نحن بحاجة ماسة لتلك المكملات الغذائية العضوية وذلك لتغذية الجسم وتعويض النقص لما فيها من مواد نافعة والتي بدورها تقوم بطرد السموم وتعمل على توازن وتعزيز مناعة الجسم ....

\*ومن أفضل أنواع\* المكملات الغذائية على وجه الأرض كما نصت عليه الأبحاث العلمية في كثير من الدول هي : الفطر الريشي والاسببرولينا والنوني فقد ثبت فوائد تلك المكملات الغذائية بما لايدع مجال للشك من خلال آلاف الأبحاث العلمية ومن خلال تجارب البشر .وعلى هذا الأساس قامت شركة DXN وهي شركة ماليزية بإنتاج تلك المكملات الغذائية وغيرها ،

----- شركة DXN في المقال التالي-----

قضى مؤسس شركة (DXN.د. ليم) مدة عشر سنوات يجري فيها أبحاث في الفطر الريشي فقط قبل تأسيس الشركة وبدأ في منتج واحد وهو الفطر الريشي ثم أنتج باقي المكملات بعد دراسات وأبحاث إلى أن وصلت شركة DXN إلى ما وصلت إليه اليوم من شهرة وصيت حتى نالت الثقة بجدارية من الهيئات ومن البشر الذين تعاملوا معها ...

الثلاثي الذهبي \*الفطر الريشي والاسببرولينا والنوني\* تعمل على تحسين الصحة بشكل عام ، وآلية عملها هي :

تغذية الجسم بالمواد الذي يحتاجها في عملية البناء ،

□ والعمل على مستوى الخلية بتنقيتها من السموم ومن ثم طرد السموم من الجسم ،

□ وحررق الدهون الموجودة فيه عن طريق إزالة السموم من الكبد مما يؤدي إلى تنشيطه ،

□ وتنشيط البنكرياس والطحال بعد التنقية من السموم ،

□ وتعمل على تحسين التمثيل الغذائي المتعلق بالهضم والإمساك والإخراج ،

□ ورفع قلووية الدم مما يؤدي إلى توازن الجسم وبهذا تتعزز المناعة ..

سيعمل ذلك على تحسين صحتك وتشعر بالنشاط والحيوية ... فكن

\*مستهلك حكيم\*

-- العيب --

٢٠

قيمة عظيمة تحفظ المجتمع ولا تقهره

---

أ.سلطان العثيم

ما بين (كفاية دلح) و(دلح شبابنا بهذلنا)..يا قلب لا تحزن !  
كتبها..صالح جريبيع الزهراني...

- كل فترة يظهر لنا أحد أحفاد (ماري إنطوانيت) ليذكرنا بأكل البسكويت إذا لم نجد الخبز..
- وكل فترة يخرج لنا أحد أحفاد (ذي الخويصرة) ليشكك في إسلام هذا الشعب وأخلاقه وعاداته وقيمه..
- وكل فترة يخرج لنا (حرامي) يتحدث عن الأمانة..
- وكل فترة تظهر لنا (براقش) لتفضح أهلها.. وكل فترة نصاب بالإحباط وخيبة الأمل كلما اكتشفنا أن (ما بالحمض أحد)....
- الشعب السعودي ليس مدلحاً ولا مدللأ ولا غيبياً... المدلح هو من (يتبطح) في قصوره ذات المساحات الشاسعة آمناً مطمئناً في حين يقف شاب سعودي (مدلح) ببندقيته على الحدود ساهراً على أمنه وأمن أسرته وأمن ثرواته التي لا يستطيع إحصاءها..
- والمدلح هو من يسافر بطائرته الخاصة بعد أن يملأها بالوقود الذي استخرجه شاب سعودي (مدلح) تخضبت يده بالزيت ولفحت وجهه الشمس في أعماق الصحراء..
- والمدلح من يقيم موائد الكافيار والإستاكوزا ودجاج الليمبورقيني كل ليلة.. بينما نجد أسرة سعودية (مدلحة) تتقاسم حبة (التميس)... الخ



المملكة العربية السعودية  
وزارة الشؤون الإسلامية والدعوة والإرشاد  
فرع الوزارة بمنطقة القصيم

المسابقات العامة للدعوة والإرشاد  
بمحافظة الزم

# أظلتكم الأشهر الحرم

## (فَلَا تَظْلِمُوا فِيهِنَّ أَنْفُسَكُمْ)

قال ابن عباس: جعل الذنب فيهن  
أعظم، والعمل الصالح والأجر أعظم.  
(تفسير ابن جرير).

da3wahtrass  
0163338031  
www.dawateislamiyya.com

0163338031  
www.dawateislamiyya.com

SA3880000122608010091323  
SA4415000999114254240009

الحساب العام بمصرف الراجحي  
الحساب العام بنك البلاد



٢٣

لا يوجد زمن أسطع لنور شهرة الشخص  
وأسرع انطفاء لها كأن لم تكن كما هو اليوم  
،

ومع ذلك لا يتعظ الناس ،  
فيتسابقون إلى شهرة ساعة أو أيام  
ولو بالباطل ..

د. عبدالعزیز الطریفی

فتاة المتوسطة فتاة بالغة عاقلة مكلفة بالتكاليف الشرعية ،  
مطالبة بالتخلق بأخلاق وآداب الإسلام ، ولأن (العرق دساس ،  
والطبيعة نقالة ، والطباع سراقة ، والناس كأسراب القطا  
مجبولون على تشبه بعضهم ببعض ... فتخير للزمالة والصداقة  
من يعينك على مطلبك ، ويقربك إلى ربك ، ويوافقك على  
شريف غرضك ومقصدك) انتقي من أقرانك من تري وتتوسمي  
فيه الفضائل التالية :

٢٤

- |                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| ٩- الحذر من الشهوات       | ١- إخلاص النية وطيب         |
| ١٠- الحياء من قرب القبائح | المقصد                      |
| ١١- الأمانة               | ٢- محبة الله ورسوله ﷺ       |
| ١٢- الصدق                 | ٣- تقوى الله عز وجل         |
| ١٣- العفة والنزاهة        | ٤- التوكل على الله          |
| ١٤- الرفق والصبر          | ٥- الاستعانة بالله عز وجل   |
| ١٥- مساعدة الآخرين        | ٦- الرضا بقضاء الله تعالى   |
| -----                     | ٧- المحافظة على الطاعات     |
| *المرجع:حلية طالب العلم*  | ٨- بر الوالدين وصلة الأرحام |

فرصة العمر لحفظ القرآن الكريم كاملاً

\*القواعد الذهبية لحفظ القرآن الكريم\* ∴

♥إخلاص النية وإصلاح القصد ∴

□ تصحيح النطق والقراءة عن طريق السماع لقارئ جيد ∴

□ تحديد نسبة للحفظ في كل يوم ∴

□ لا تجاوز مقرر اليوم حتى تحفظه جيداً ∴

□ اجعل لنفسك مصحفاً خاصاً تحفظ منه ولا تغيره أبداً ∴

□ افهم الآيات المحفوظة وارتباطها ببعضها ∴

□ التسميع الدائم على الغير ∴

□ المراجعة الدائمة للحفظ السابق ∴

□ العناية بالمتشابهات ∴

□ اغتنم سنين الحفظ الذهبية (من ٥ سنوات حتى ٢٣ سنة) ∴

□ همة عالية وإصرار صادق وما هي إلا أيام وتصبح من

حفظة كتاب الله ∴

## فوائد ذهاب المسلم إلى المسجد قبل الأذان

-:

- ١ / إتباع السنة
- ٢ / إدراك تكبيرة الإحرام
- ٣ / فضل إجابة المؤذن
- ٤ / الدعاء بين الأذان والإقامة
- ٥ / فضل انتظار الصلاة .

من روائع الدكتور: عايض القرني  
همسة في أذن كل أنثى (المرأة كالبنيان)  
قبل الزواج تعتمد على أعمدة كثيرة في حياتها  
فالعمود الأول قد يكون أهلها  
والعمود الثاني قد يكون صديقاتها

والعمود الثالث دراستها أو عملها  
والعمود الرابع ممارسة هواياتها  
وهناك العمود الديني والعمود النفسي

فتراها سعيدة في حياتها وهي تعتمد على أعمدة ترفع بها نفسها وتسعد بها  
ولكن بعد الزواج  
تزيل جميع هذه الأعمدة لتضع عمود واحد هو زوجها !  
ولكن هل سمعتم عن بنيان ارتفع بعمود واحد  
فتعيش هذه الزوجة طوال وقتها في عدم استقرار وعدم توازن  
لأنها اعتمدت على عمود واحد  
وإذا تزوج زوجها أو طلقها أو أهملها تراها قد انهارت وتكسرت  
فهذا طبيعي فالعمود الذي اعتمدت عليه قد ذهب أو أصبح جزء منه لغيرها  
لذلك ليكن زوجك إضافة جميلة في حياتك وبه ومعه تعيشين لحظات سعادة  
إضافية  
مع بقاء الأعمدة الأخرى في حياتك  
وازني بين أمورك  
فخير الأمور أوسطها وأعدلها  
وأسعدي نفسك حتى تستطيعي إسعاد من حولك  
الحياة أكبر من أن نحصرها في "زوج

✍ اتبعوا هذه النصائح كي لا تدمروا صحتكم

٢٨

- ١- زيادة الحركة البدنية مع تجنب الجلوس لفترات طويلة.
- ٢ - إذا كنت تملك سيارة صفها بعيدا عن مكان العمل للمشي بعض الشيء.
- ٣- حاول استخدام السلالم في الصعود بدلا من المصعد أو استخدام السلالم المتحركة.
- ٤- إذا كنت من محبي الدردشة على شبكات الإنترنت، استبدلها بقضاء بعض الوقت والتحدث مع زميلك أثناء المشي.

يتبع...



﴿اتبعوا هذه النصائح كي لا تدمروا صحتكم﴾

٢٩

- ٥- حاول الوقوف بعض الوقت ونظم مكتبك وأوراقك.
- ٦- الوقوف لمدة ١٠ دقائق على الأقل كل ساعة، لإنجاز بعض المهام أفضل لصحة جسمك.
- ٧- حاول أن تمارس بعض التمرينات الرياضية في مكتبك بتمديد جسمك بعض الوقت.
- ٨- شرب الكثير من الماء يحافظ على رطوبة جسمك، ويجعلك تذهب للحمام في فواصل منتظمة.
- ٩- تجنب الجلوس وأكتافك ورقبتك منحنية للأمام، ويجب أن تجلس في وضع مستقيم.



## الجمال والغذاء الصديقان الودودان

إن الجمال الخارجي انعكاس للصحة الجيدة والنظام الغذائي الصحي المتوازن  
□ فعلى سبيل المثال، إن كانت لديك بشرة ناشفة وخشنة وإن كانت لديك  
تشققات على مستوى الوجه والأنف فمن المهم جداً أن تركز على تناول  
الفيتامينات خاصة الفيتامين أ، والذي يتواجد بالخصوص في الكبد والبيض  
والحليب الكامل كما يتواجد في الجزر ، وينصح به لمعالجة البثور وحب  
الشباب، إن نقصاً قليلاً في الفيتامين ب ٢ أو الريبوفلافين، يؤدي إلى حدوث  
مشاكل خارجية كظهور بقع سمراء في الجلد. أما نقص الفيتامين ب ٦ أو  
البيريدوكسين هو أساس الحساسية الجلدية أو الاكزيما، ... منقول من موقع  
زنجبيل بتصرف ..



فمن أراد الحلول الجذرية لمشاكل البشرة الخارجية عليه بعلاجها من الداخل لأنه  
الأصل والحل الجذري والأساسي مع عدم إهمال ما يستعمل من مستحضرات  
العناية الخارجية للبشرة لأنها تساعد وتكمل بعضها البعض.

أخوكم / م. حسام

### \*التقدم للوظائف قبل الإعلان عنها\*

إذا أحسنت اختيار مجال التطوع وجعلته لصيقاً قدر  
الإمكان بنوع الوظيفة التي ترغب في الالتحاق بها فإن  
دوائر معارفك الجديدة ستكون أفضل مصدر لمعرفة  
أخبار الوظائف الخالية في هذا المجال، بل لا أكون  
مُغالياً إذا قلت أن فرصتك في التقدم للوظيفة قبل  
الإعلان عنها سيكون هو الأساس حين يقوم مسؤولو  
مؤسسات التطوع بتزكيتك لدى أصحاب الأعمال وربما  
دون طلب منك.

رابط المقال

<http://www.sasapost.com/opinion/volunteering>

ها هي العشر الآن ... !  
لمّ شعثَ نفسك،  
وقلّ لها : "ما أدراك!! فقد تكونُ هذه آخر  
عشر تدركينها !!.  
ابتعد عن صحبتك قليلاً، قواطع الطريق  
وسوارق الوقت ، وكن مع الله!!!...  
انسحبْ منهم خلصةً إلى حِجرتِكَ ،  
وتبتلْ هناك في محرابك بعيداً عنهم.

وكعادة الطموحين :  
تنتهي الإجازات بجمال الإنجازات ،

٣٣

ثلاثة أشهر ،  
صيام  
وفطر  
وحج  
وأضحى  
✈ وسفر  
وعوداً حميداً ..  
فالحمد لله دائماً وأبداً ..



٣٤

عندما تنمو أظفارنا نقوم بقص الأظافر  
ولانقطع أصابعنا .  
وكذلك عندما تزيد مشاكلنا بالأسرة يجب أن  
نقطع المشاكل لا أن نقطع علاقاتنا ..

٣٥

@almuna36

أن تملك روح الدعابة فإن هذا لا يعني  
انشقاقاً عن الحياة الناجحة ،، إنها الطريق  
إليها..

\_ يموت المريض.. على يد طبيب نجح بالغش !  
\_ وتنهار البيوت.. على يد مهندس نجح بالغش !  
\_ ونخسر الأموال.. على يد محاسب نجح بالغش !  
\_ ويموت الدين.. على يد شيخ نجح بالغش !  
\_ ويضيع العدل.. على يد قاضي نجح بالغش !  
\_ ويتفشى الجهل في عقول الأبناء.. على يد معلم  
نجح بالغش !!!

انهيار التعليم = انهيار الأمة



٣٧

@azizbishry

والله إن العبد ليصعب عليه معرفة نيته في  
عمله ، فكيف يتسلط على نيات الخلق!؟

#ابن\_القيم

## أربعة أحاديث من حفظها وحققها جمع أصول الأخلاق والآداب :

- ١ الأول: قال رسول صلّى الله عليه وسلّم: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر؛ فليقل خيراً أو ليصمت». رواه البخاري ومسلم
- ٢ والثاني: قال رسول صلّى الله عليه وسلّم: «إن من حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه». حديث حسن. رواه الترمذي وغيره
- ٣ والثالث: أن رجلاً قال للنبي صلّى الله عليه وسلّم أوصني قال: «لا تغضب»، فردد مراراً قال: «لا تغضب». رواه البخاري
- ٤ والرابع: قال رسول صلّى الله عليه وسلّم: «لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه». متفق عليه

وفي الأول: ضبط اللسان. وفي الثاني: ترك الفضول.  
وفي الثالث: ضبط النفس. وفي الرابع: سلامة القلب.

٣٩

يتفانى كثير من الناس للإحسان إلى الموتى ،  
وينسون بر الأحياء !!..

إخوانكم وأخواتكم  
أبنائكم وبناتكم  
أرحامكم وجيرانكم

## حقيقة ابن سينا

تصحيح مفاهيم خاطئة : يُسمّون :صيدلية ابن سينا .مستشفى ابن سينا . عيادة ابن سينا . معمل ابن سينا . هل يعرفون من هو ابن سينا ؟ اقرأ لتعرف حقيقته :  
اسمه : الحسين بن عبدالله واشتهر بابن سينا. شهرته عريضة فقل أن تجد من لا يعرفه إلا أنه قل من يعرف عقيدته .  
عقيدة ابن سينا الفاسدة :

□ قال عنه شيخ الإسلام ابن\_تيمية رحمه الله تعالى : (( ابن سينا رافضي قرمطي يسب الصحابة رضي الله عنهم ويتقصهم )) ..

□ قال العلامة ابن\_باز رحمه الله : " لا ينبغي للمسلمين أن يُسمّوا محلاً بأسماء " ابن سينا - الفارابي قبحه الله " \*\*الفوائد الجلية للزهراني ص ٣٧ ...  
□ وقال ابن\_القيم رحمه الله : " إمام الملحدين ابن سينا " \*\*إغاثة اللهفان : ج ٢ /ص ٢٦٧ ..

□ وقال ابن\_الصلاح رحمه الله : " كان شيطاناً من شياطين الإنس "فتاوى ابن الصلاح : ج ١ ص ٢٠٩ ..

□ وقال الإمام الذهبي رحمه الله في ميزان الاعتدال : " ما أعلمه عنه - أي ابن سينا - روى شيئاً من العلم ، ولو روى لما حلت له الرواية عنه ، لأنه فلسفي النحلة ، ضال " ...

□ قال ابن\_حجر معلقاً على عبارة الذهبي : " لا رضي الله عنه "

أي شخص يتوقف عن التعلم  
هو عجوز ...  
سواء كان في العشرين أو الثمانين

هنري فورد  
مؤسس شركة فورد لصناعة السيارات

٤٢

□ عالي الهمّة ينظر إلى من فوقه في الدين  
ويقول : فلان خير مني ، فينافسه ،  
□ وساقط الهمّة ينظر إلى من أسفل منه في  
الدين ويقول : أنا خير من فلان .

كتاب علو الهمّة لمحمد المقدم



٤٣

ما يدفع الإنسان إلى النجاح هو الجرأة ..  
الجرأة في التفكير ،  
والجرأة في التنفيذ ،  
والجرأة في تقبل الفشل .

٤٤

في التربية

“الصلاح من الله ، والأدب من الآباء .”

عمر بن عبدالعزيز  
رضي الله عنه

قانون السبب والنتيجة يقول :  
أن كل الانجازات وكل الثروات والسعادة  
والازدهار والنجاح هي نتائج مباشرة أو غير  
مباشرة لأسباب أو أفعال محدّدة.



ليس عالمك الخارجي هو الذي يفرض عليك  
ظروفك وأحوالك، بل هو عالمك الداخلي  
(أفكارك، مشاعرك، أفعالك، ردود أفعالك...)  
هو الذي يصنع ظروف حياتك.

٤٦

عدم تقبل الناس للفكرة الناجحة  
فشل لهم  
وليس فشل للفكرة أو صاحبها ..

مركز ركن الحوار  
@eDialogueC



من بين الملايين الضالة في هذه الحياة..  
كتب الله لك النجاة!  
وُلدت مسلماً.. وعشت مسلماً..  
فماذا قَدّمت للإسلام؟

9:57 م · 06 يونيو 16

102 إعادة تغريد 44 مرات الإعجاب



▼ @eDialogueC مركز ركن الحوار · 06 يونيو

دخل الجنة رجل ما سجد لله سجدة؛ لكنه أسلم وقاتل مع  
رسول الله ﷺ واستشهد قبل دخول وقت الصلاة!  
واهتز عرش الرحمن لرجل أسلم وعمره (٣٠) وتوفي (٣٦)



18



45



1



▼ @eDialogueC مركز ركن الحوار · 06 يونيو

فكم عمرك في الإسلام؟  
وماذا قدمت له في هذه المهلة الطويلة قبل أن تلقى ربك  
وترى عملك؟



21



10



2



٤٨

راتب النابلسي :

الدنيا تصلح بالكفر مع العدل؛  
ولا تصلح بالإيمان مع الظلم .



التربية الممتعة  
491 تغريدات

التربية الممتعة  
@GTarbiya

حساب ينشر فيه خلاصة تجارب وخبرات ونصائح أكثر من 200 أم همهن تربية جيل صالح يرفع الغمة وتفخر به الأمة للتواصل عبر البريد g.tarbiya@gmail.com

3 المتابعين 864 المتابعين

الإعجابات الوسائط تغريدات

التربية الممتعة · ١ ي  
عودوا أطفالكم على احترام الأخوال والأعمام، وتقديرهم، وحتى إن وجد خلاف معهم، فلا تقحموا أطفالكم في هذا الخلاف.

التربية الممتعة · ١ ي  
الرصيد المعنوي الذي تودعونه في أبنائكم صباحاً، أنفع بكثير من الرصيد المادي الذي تتركونه في أيديهم؛ لتلبية احتياجاتهم.

التربية الممتعة · 2 ي  
أطفالنا يسيئون التصرف كثيراً حين يشعرون بالنعاس؛ لأن هذا الشعور يوتره، لذا من مصلحة الطفل النوم باكراً؛ لينمو دماغه بشكل صحي.

٥٠

في أي مكان ووقت إذا رأيت أو تعرضت  
لمنكر "ابتزاز ، سحر وشعوذة ، جرائم  
معلوماتية ، تبرج ، اختلاط ، موسيقى ، رقص  
في أماكن عامة ... أخرى  
بإمكانك الاتصال على رقم الهيئة الموحد  
١٩٠٩

وتقديم البلاغ  
من اليوم كلنا محتسبون حتى لا يعمنا العقاب

المؤمن القوي  
خير وأحب إلى الله  
من المؤمن الضعيف ، وفي كل خير ..

قوة الجسد

قوة الصحة

قوة المعرفة

قوة العلم

قوة الرأي

قوة القرار

قوة الهمة

قوة الإنجاز

قوة الإيمان

قوة اليقين ... الخ





## ٨ علموا أولادكم التوحيد

- س٢٩/ ما تعريف الإسلام ؟  
ج : الإستسلام لله بالتوحيد والإلتزام له بالطاعة والبراءة من الشرك وأهله .
- س٣٠/ ما تعريف الإيمان ؟  
ج : أن تؤمن بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر والقدر خيره وشره .
- والإيمان اعتقاد بالقلب وقول باللسان وعمل بالجوارح .  
يزيد بالطاعة وينقص بالمعصية .
- س٣١/ ما تعريف الإحسان ؟  
ج : أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك .

## ٧ علموا أولادكم التوحيد

- س٣٢/ كم أركان الإسلام ؟  
ج : خمسة .
- س٣٧/ كم أركان الإيمان ؟  
ج : ستة .
- س٣٨/ كم أركان الإحسان ؟  
ج : واحد .

## ٥ علموا أولادكم التوحيد

- س١٢/ هل لله أسماء وصفات ؟  
ج : نعم .
- س١٣/ من أين تأخذ أسماء الله وصفاته ؟  
ج : من القرآن والسنة .
- س١٤/ هل تشبه صفات الله صفاتنا ؟  
ج : لا .
- س٢٠/ ما الدليل من القرآن على أن صفات الله لا تشبه صفاتنا ؟  
ج : ( ليس كمثله شيء وهو السميع البصير ) .

## ٤ علموا أولادكم التوحيد

- س١٢/ كم أقسام التوحيد ؟  
ج : ثلاث .
- س١٤/ ما هي أقسام التوحيد ؟  
ج : الربوبية والألوهية والأسماء والصفات .
- س١٥/ ما تعريف توحيد الربوبية ؟  
ج : إفراد الله في أفعاله مثل الخلق والرزق .
- س١٦/ ما تعريف توحيد الألوهية ؟  
ج : إفراد الله وحده بأفعال العباد مثل الدعاء والذبح والسجود فلا تكون العبادة إلا لله .

## ٢ علموا أولادكم التوحيد

- س٥/ لماذا خلق الله الجن والإنس ؟  
ج : لعبادته وحده لا شريك له .
- س٦/ ما الدليل من القرآن على أن الله خلق الجن والإنس لعبادته ؟  
ج : ( وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون ) .
- س٧/ ما معنى ( يعبدون ) ؟  
ج : يوحدون .

## ١ علموا أولادكم التوحيد

- س١/ من أين تأخذ عقيدتنا ؟  
ج : من القرآن والسنة .
- س٢/ أين الله ؟  
ج : في السماء على العرش .
- س٣/ ما الدليل من القرآن على أن الله على العرش ؟  
ج : ( الرحمن على العرش استوى ) .
- س٤/ ما معنى ( استوى ) ؟  
ج : علا وارتفع .

## ٦ علموا أولادكم التوحيد

- س٢١/ القرآن كلام من ؟  
ج : الله .
- س٢٢/ منزل أم مخلوق ؟  
ج : منزل وهو كلامه حقيقة بحرف وصوت .
- س٢٣/ ما هو البعث ؟  
ج : إحياء الناس بعد موتهم .
- س٢٤/ ما الدليل من القرآن على كفر من أنكر البعث ؟  
ج : ( زعم الذين كفروا أن لن يبعثوا ) .
- س٢٥/ ما الدليل من القرآن على أن الله سميع ؟  
ج : ( قل يلى ورسى لسمعتن ) .

## ٣ علموا أولادكم التوحيد

- س٨/ ما معنى لا إله إلا الله ؟  
ج : لا معبود يحق إلا الله .
- س٩/ ما أعظم عبادة ؟  
ج : التوحيد .
- س١٠/ ما أعظم معصية ؟  
ج : الشرك .
- س١١/ ما هو التوحيد ؟  
ج : إفراد الله بالعبادة .
- س١٢/ ما هو الشرك ؟  
ج : عبادة غير الله مع الله .

٥٣

إن مشكلتك ليست سنواتك التي ضاعت ،  
ولكن سنواتك القادمة التي ستضيع حتماً  
إذا واجهت الدنيا بنفس العقلية ..

د. مصطفى محمود

بيان بشأن تحريم المسلسلات المخالفة للشرع المطهر

الحمد لله وحده والصلاة والسلام على من لا نبي بعده وبعد :-

فنظراً لكثرة التشكيكات والاستفتاءات بشأن المسلسلات لما فيها من مخالفات للشرع المطهر والآداب والقيم ويمكن إجمال ما لاحظته الناصحون والمستفتون على النحو التالي :

- ١- السخرية بأهل الخير والصالح وإصاق المعاييب بهم
  - ٢- خروج المرأة مع الرجال الأجانب وما يتبع ذلك من اختلاط وتبرج وسفور وخضوع بالقول وغير ذلك
  - ٣- العمل على توهين الأخذ بأحكام الشرع المطهر والترغيب فيما نهى عنه كترك الحجاب وإبداء الزينة للأجانب وقيادة المرأة للسيارة والسفر إلى بلاد الكفر والبلاد التي تشتهر بالرديلة وتحارب الفضيلة
  - ٤- لمز المتصفين بالغيرة على محارمهم ونسائهم
  - ٥- إثارة الشهوات في مشاهد بشعة تقتل الحياء وتقضي على العفة
  - ٦- القيام بأفعال فيها رعونة وسخرية وخرم للمروءة كالتزيي باللحي المصطنعة وغيرها
  - ٧- تناول عادات بعض البلدان والمناطق ومحاكاة لهجاتهم على وجه التحقير لأهلها وإظهار معاييبهم
- وإنه وبعد دراسة اللجنة لتلك الاستفتاءات وإطلاعها على رصد موثق لذلك فإن اللجنة الدائمة للبحوث العلمية والإفتاء تبين لعموم المسلمين ما يلي :-

يتبع ...



أولاً:~ يحرم إنتاج هذه المسلسلات وبيعها وترويجها وعرضها على المسلمين لعدة أمور ، منها

- ١: اشتماله على الاستهزاء ببعض أمور الدين والسخرية ممن يعمل بها .
- ٢ اشتماله على ما يعارض الشرع المطهر وحمل الناس على الخروج على أحكام دينهم وشرعية ربهم من خلال ترسيخ العلاقات غير المشروعة بين النساء والرجال الأجانب وعيب الغيرة على المحارم والتهاون بالحجاب وغير ذلك .
- ٣ اشتماله على الدعاية للبلاد التي تظهر فيها شعائر الكفر والبلاد المشتهرة بالفساد الأخلاقي .

- ٤ اشتماله على ما يثير النعرات والعصبية الجاهلية عن طريق السخرية بالعادات واللهجات وهذا ينافي مقاصد الشرع من الحث على الألفة والمحبة والإخاء والصفاء.
- ٥ إفضاؤه إلى نشر الرذيلة وطمس معالم الفضيلة وإشاعة الفساد ومحبة المنكرات والاستئناس بها .

ثانياً:~ تحرم مشاهدة هذه المسلسلات والجلوس عندها لما فيها من المنكرات وتعدى حدود الله ، قال تعالى في وصف عباده المتقين (والذين لا يشهدون الزور) أي : لا يحضرون القول والفعل المحرم .

ثالثاً:~تحرم الدعاية لهذه المسلسلات وتشجيعها والإعلان عنها بأي وسيلة لأن ذلك من التعاون على الإثم والعدوان وقد نهى الله تعالى عن ذلك .

الحكم يتعدى إلى كل ما يشتمل على مخالفة للشرع وانتهاك لحرمانات الله وإفساد للأخلاق وقتل للغيرة الدينية وتحطيم للمروءة ودعوة إلى الانحراف بشتى أنواعه ..

انتهى

## \*أخطاء في العقيدة\*

٥٦

١- قول : فلان بعيد عن الهداية  
هذا لا يجوز لأنه من باب التآلي على الله عز وجل.

٢- كتابة " يا أيتها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك  
راضية مرضية " على قبر الميت  
هذا لا يجوز لأنها شهادة للميت بأنه من هذا الصنف .

### \*أخطاء في العقيدة\*

٥٧

٣- قول : فلان دُفن في مثواه الأخير ، إذا مات حرام ولا يجوز لأن هذا الكلام يقتضي أن القبر آخر المنازل وهذا يتضمن إنكار البعث لأن المثنوى الأخير إما جنة أو نار .

٤- قول : يعلم الله ما حصل كذا وكذا إذا كان مصيباً فلا بأس ، أما إذا كان بخلافه صار كافراً خارجاً عن الملة .

### \*أخطاء في العقيدة\*

٥٨

٥- لبس ما فيه صورة إنسان أو حيوان  
لا يجوز سواءً للكبير أو الصغير ، للذكر أو للأنثى .

٦- تسمية نوع من الزهور عباد الشمس  
لا يجوز لأن النبات لا يعبد الشمس إنما يعبد الله وحده  
، فيسمى بعبارات أخرى مثل تباع الشمس ، دوار  
الشمس ، مراقب الشمس وغير ذلك .

## \*أخطاء في العقيدة\*

٥٩

٧- دعاء الإنسان على نفسه بالموت  
لا يجوز إنما يصبر ويحتسب ويسأل الله الهداية  
والثبات والعافية .

٨\_ قول : جزاك الله خيراً إن شاء الله  
لا ينبغي أن يقول إن شاء الله في دعائه بل يعزم  
المسألة ويعم الرغبة. ا.هـ

٦٠

بعض المشاعر المتأصلة  
لا تسمح لعقلك الواعي بقيادتك نحو  
الاتجاه الصحيح .

#كمال\_الدوسري



## السواك ٠٠ عود الأراك

السواك عود مأخوذ من شجر الأراك ، هذا الشجر كان مزروعاً بكثرة في جبل عرفات أيام الجاهلية ، لكن المسلمون لم يهتموا به حتى جاء سيد البشر صلى الله عليه وسلم ونبههم إلى فوائده ومنافعه منذ أربعة عشر قرناً .

يتبع...

## السواك .. عود الأراك

٦٢

أعواد الأراك تستعمل بعد مضغ أطرافها حتى تهترىء ثم تستخدم كفرشاة لتنظيف الأسنان ويظل استعماله هكذا حتى إذا ضعفت وتآكلت يقطع هذا الجزء ويستعمل جزء آخر، وهي فعالة في إزالة طبقة البلاك المتراكمة على الأسنان .

يتبع...

## السواك ٠٠ عود الأراك

٦٣

غني بالمواد المطهرة والمنظفة والقابضة  
والمانعة للنزيف الدموي والعفونة والقاتلة  
للجراثيم ، ويحتوي على مواد عديدة ومفيدة لا  
توجد بأي معجون وأكثر من ٢٥ مادة طبيعية لا  
غنى عنها في سلامة الأسنان ونضارتها .

يتبع...

## السواك .. عود الأراك

٦٤

قال ابن القيم : للسواك عدة منافع ، فهو يطيب  
الفم ويشد اللثة يقطع البلغم ويجلو البصر يذهب  
الحفر ويصح المعدة ويصفي الصوت ويعين على  
هضم الطعام ويسهل مخارج الكلام وينشط للقراءة  
والذكر والصلاة ويطرد النوم ويعجب الملائكة  
ويكثر الحسنات ويرضي الرب ...

يتبع...

## السواك . . عود الأراك

أما في الطب الحديث :يحتوي على مواد طبيعية مضادة للميكروبات تمنع إصابة الفم بالأمراض وتقلل ظهور التجاويف السنية وأمراض اللثة . يحتوي على مادة تقي الأسنان -الأطفال خاصة- من التسوس ، يحتوي على مادة الكلور لذا يزيل البقع والصبغ ، يحتوي على مادة السيلكا لذا فهو يبيض الأسنان ، يحتوي على مادة الكبريت والمادة القلوانية لذا يحمي الأسنان من البكتيريا المسببة للتسوس ، يحتوي على مادة تراي ميثيل أمين وفيتامين ج لذا فهو يفيد في التئام الجروح وشقوق اللثة .

منقول والله أعلم بصحته

سارقو الأحلام..!!!!

موظفون بلا مقابل لأجل إحباطك!! تشويش  
أفكارك والتأثير على قرارك!!! تحفيزك للعودة  
للوراء تحت ظل أنه الصواب!!! يزرعون الشك  
في نفسك ويضعفونك!!!

الكثير منا لا يدرك بأن ما يمنعه من تحقيق  
حلمه هو وجود أناس حوله من السلبيين المهدرين  
للطاقات والأوقات!!!

انظر وتفحص جيداً كل الناس حولك، واسأل  
نفسك: هل معرفتي به تدفع بي للأمام..  
علمياً.. مادياً.. نفسياً.. أم لا؟؟

د. ليث



هل تعرفون القواعد الاستثمارية عند الصحابي  
عثمان ابن عفان رضي الله عنه،  
وقد كان من أغنى أغنياء الأرض في زمانه، رغم  
أنه قدم المدينة لا يملك إلا سيفه؟  
لما سئل رضي الله عنه عن سر غناه، قال:  
كنت أعالج، وأنمي، ولا أزدري ربحاً،  
ولا أشتري شيخاً، وأجعل الرأس رأسين .

فما معنى ذلك؟ يتبع...

قال عثمان رضي الله عنه عن تجارته:

(١) كنت أعالج :

يعني أستمر حتى مع الإخفاقات، فالمصائب في  
التجارة واردة، فإن جاءت مصيبة.. أعالج..  
وأستمر.. لا أنقطع عن العمل على المشروع..

(٢) وأنمي :

يعني عندما أحصل على الربح، أستهلك القليل  
وأستثمر الباقي.

يتبع...

ومما قاله عثمان رضي الله عنه عن تجارته :  
(٣) ولا أزدري ربها : معناها أنه حتى لو كان  
السوق ضعيفا والشرء ضعيف، فإنه يحرص  
على تدوير البضاعة وتصريفها، حتى لو  
بربح قليل، لأن تدويرها أنفع من تكديسها  
انتظارا للربح الأعلى..

يتبع...

ومما قاله عثمان رضي الله عنه عن تجارته:  
(٤) ولا أشتري شيخاً : يعني لا يستثمر في أي  
بضاعة ولى وقتها، وانتهى رواجها من  
السوق.. (أي انتهت موضتها).. ولا يستثمر  
في شي قديم متهالك (شبهه بالشيخ).. لأنه لا  
مستقبل له.. بل يركز على الأشياء التي لها  
مستقبل طويل المدى..

يتبع...

ومما قاله عثمان رضي الله عنه تجارته:  
(٥) وأجعل الرأس رأسين : يعني عندما يستثمر  
في بضاعة، بدل أن يشتري شيئاً واحداً بثمن  
كبير، فإنه يشتري شيئين بثمن أقل، لينوع  
المخاطر، فإن أصاب جزء من الاستثمار  
مصيبته، بقي الجزء الثاني، وهو ما يعرف  
اليوم بعدم وضع كل البيض في سلة واحدة...

\* هذه خمس قواعد ذهبية للاستثمار \*

عندما تجد الأم تجاوزت الخمسين وتقوم بأعمال  
المنزل وحدها دون مساعدة والآب يحمل الأشياء ولا  
يجد العون من الآبناء فهذا هو : ...

## العقوق الصامت !





فوائد سريال اسبيرولينا

□ تعمل كمقوي عام لجهاز المناعة لأنها تحفز إنتاج الأجسام المضادة للأمراض.

□ تخفض الكوليسترول وتقلل خطر ضغط الدم.

□ تنظيف وإزالة المواد السامة من المعدة والأمعاء

□ تنشيط الدورة الدموية ومنع النوبات القلبية

□ تساعد في التركيز والانتباه و طرد الإعياء والكسل

سبيرولينا سيريل {اسبيرولينا}

هو معروف كغذاء متوازن يعتبر أيضا من الحبوب

الغنية بالألياف ذات الجودة العالية وهو من أفضل

المصادر الغذائية.

## حبوب سيريال اسبيرولينا



تعتبر سبيرولينا الغذاء السوبر لأنها من أهم مصادر الغذاء العضوي ومناسبة جداً للجميع {الأطفال والشباب والرياضيين والمراهقين وكبار السن والحامل والمرضع ومناسبة للمرضى والأصحاء}.

### مكونات سبرولينا سريال

□ الأسبرولينا □ القمح □ الشعير □ الشوفان

ويمكن إضافة السيريل مع شوربة شوفان بعد الانتهاء من تحضيرها يخلط نص كيس من سيريل على شوربة شوفان لذيذة ومغذية وخصوصاً للأطفال..

## بعض الإرشادات البسيطة للحصول على مظهر أنيق

١-٤

@ قص أطراف الشعر بانتظام لتجنب جفاف  
الشعر أو تقصف النهايات.

@ لا تلمس البثور، البقع، أو الطفح الجلدي.  
فمجرد ملامسة تلك المناطق يتسبب في ترك  
أثار وندبات على البشرة.

## بعض الإرشادات البسيطة للحصول على مظهر أنيق ٢-٤

@ لا تفرك عينيك بعنف، فقد يتسبب ذلك في حدوث عدوى أو احمرار العينين.  
@ لا تقضم أظافرك. احرص على تهذيبها باستخدام الأدوات المخصصة وتعقيمها.

بعض الإرشادات البسيطة للحصول على  
مظهر أنيق  
٣-٤

- @ تجنب الإفراط في تناول مشروبات الكافيين كالشاي أو القهوة.
- @ الحصول على فترة كافية من نوم الليل المتواصل.
- @ تنظيف الأسنان بالفرشاة

## بعض الإرشادات البسيطة للحصول على مظهر أنيق

٤-٤

@ تنظيف الأسنان بالفرشاة مرتين خلال اليوم  
لا أكثر. فغسيل الأسنان بعد الوجبات يساعد  
على تنظيف الفم والتخلص من بقايا الطعام،  
ويمنع تراكم البكتيريا.

@ اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن، مع  
تجنب تناول الوجبات السريعة.

ودمتم بعافية وجمال



إليك أهم ث ٨ مانية مهارات رياضية  
يمكنك تعليمها لأطفالك في وقت مبكر :

١ مهارة المرونة = اسمح لأطفالك بالتعبير عن  
مشاعرهم.

٢ مهارة الابتكار والإبداع = دعهم يلعبون.

٣ مهارة الاجتهاد = كلفهم بأعمال منزلية مع  
منحهم المسؤولية الكاملة لإنهاءها بطريقتهم  
الخاصة .

إليك أهم ث ٨ مانية مهارات رياضية  
يمكنك تعليمها لأطفالك في وقت مبكر :

٨٠

- ٤ مهارة حب الاستطلاع = شجع طفلك ممارسة هوايات جديدة . اذهب بهم في نزه خالية من التكنولوجيا مثل الذهاب إلى المتاحف.
- ٥ مهارة الثقة بالنفس = شجع آراءه وأعطه الفرصة لأخذ القرار الذي يراه مناسباً.

إليك أهم ث ٨ مانية مهارات رياضية  
يمكنك تعليمها لأطفالك في وقت مبكر :

٨١

٦مهارة التعاطف مع الآخرين =شجعه على  
إظهار مشاعره .

٧مهارة التفاؤل =تصرف أمامهم بتفاؤل وشارك  
معهم القصص الإيجابية.

٨مهارة رد الجميل = شجع طفلك على مساعدة  
الجيران والناس من حوله مثل كنس أوراق  
الأشجار.



الحمدان.  
@Arrwwaa\_



الجملة ذي كفيله تخلي عندي امل لـ 10 سنين  
جاين:

"وما زرع الله في قلبك رغبة الوصول لامرٍ معين  
إلا لأنه يعلم انك ستصل اليه".



Translate from Arabic

٨٣

عندما تأكل تختار أفضل الأطعمة تغذي بها  
جسدك ..  
فلماذا لا تختار أفضل المعلومات والأفكار  
لتغذي بها عقلك!؟

Official\_ibrahimalfiky ..



 <p>هل تعلم ؟</p> <p>تحتوي على احماض فسفورية تؤدي الى هشاشة و ضعف العظام</p>	 <p>هل تعلم ؟</p> <p>المشروبات الغازية لا توفر للجسم أية فائدة غذائية ، بل تحتوي على المزيد من السكر و الاحماض بالإضافة الى المواد الحافظة و الملونة</p>	 <p>هل تعلم ؟</p> <p>إن العبوة الواحدة من هذه المشروبات الغازية تحتوي على ما يعادل 10 ملاعق سكر و هذه الكمية كافية لتدمير فيتامين (ب) و الذي يؤدي نفسه الى سوء الهضم و ضعف البنية و الاضطرابات العصبية و الصداع و الارق و الكآبة و التشنجات العضلية</p>
---	--	--

## تؤثر في وظائف الكلى نتيجة تراكم الكالسيوم المذاب في العروق ، خلايا الجلد و الاعضاء الحيوية

 <p>هل تعلم ؟</p> <p>تحتوي على غاز ثاني اكسيد الكربون الذي يؤدي الى حرمان المعدة من الخمائر العابية الهامة في عملية الهضم ، عند تناولها مع الطعام أو بعده.</p>	 <p>هل تعلم ؟</p> <p>إن معدل الاس الهيدروجيني لهذه المشروبات الغازية هو 3.4 أي أنه حمضي جداً ، و درجة الحموضة هذه قوية بقدر أنه يمكنه من أي يذيب الاسنان و العظام</p>	 <p>هل تعلم ؟</p> <p>تحتوي الدايت منها على المحليات الصناعية و التي تهدد المخ و تؤدي الى فقدان الذاكرة التدريجي و اصابة الكبد بالتليف</p>
--	--	---



## أخطاء في الوضوء

- الإسراف في الماء أثناء الوضوء
- عدم إسباغ ( إتمام ) الوضوء = رأى رسول الله ﷺ رجلاً يصلي وفي ظهر قدمه لمعة كالدرهم لم يصبها الماء فأمره الرسول ﷺ أن يعيد الوضوء

## أخطاء في الوضوء

٨٦

- عدم غسل الكفين مع الذراع إذا أراد غسل يديه بعد وجهه بدأ من طرف الذراع حتى المرفق ولا يغسل الكفين وهذا خطأ ، لأن الكفين داخليين في مسمى اليد وعلى هذا فيجب غسل اليدين بعد الوجه من أطراف الأصابع حتى المرفقين
- عدم إزالة بقع الدهان أو المناكير قبل الوضوء يجب إزالتها بالمواد الخاصة لأنهما يمنعان وصول الماء إلى البشرة

## أخطاء في الوضوء

٨٧

- التيمم مع إمكانية الحصول على الماء التيمم لا يقوم مقام الماء إلا عند تعذر استعمال الماء ،  
أما إذا وجد الماء فيبطل التيمم
- مسح مقدمة الرأس فقط وترك الباقي يجب مسح جميع الرأس وليس بعضه
- تبقي أجزاء من الوجه خاصة جهة الأذنين لم يصلها الماء هذا الوضوء ناقص إذ لا بد من غسل جميع الوجه..

عشرة تصرفات ستندم عليها بعد سن ٤٠

٨٨

١٠- إهدار الوقت على الغضب  
والانفعالات السلبية

٩- لم تكن تعطي الوقت الكافي لوالديك

٨- كنت تضع العمل في المقام الأول

٧- كنت تعيش وفقاً لقواعد الآخرين

٦- تحسب نفسك عجوزاً منهاراً

عشرة تصرفات ستندم عليها بعد سن ٤٠

٨٩

- ٥- كنت تعتبر الآخرين أفضل وأهم منك
- ٤- لم تكن تهتم بصحتك كما يجب
- ٣- بسبب الحذر الزائد ضيعت الكثير من الفرص
- ٢- لم تتمكن من ادخار ما يكفي من المال
- ١- لم تنتقل وتسافر بما فيه الكفاية

## أحكام الخفين والجوربين

الخف / ما يلبس على الرجل من الجلد..  
الجورب / ما يلبس على الرجل من الصوف والقطن  
ونحوهما..

حكم المسح عليهما / يجوز المسح على الخفين والجوربين  
، ويدل على جوازه أحاديث كثيرة منها / عن المغيرة بن  
شعبة - رضي الله عنه - قال: كنت مع النبي ﷺ في سفر  
فأهويت لأنزع خفيه فقال : [دعهما فإني أدخلتهما  
طاهرتين] فمسح عليهما..

الحكمة من التشريع / شرع الله تعالى المسح على الخفين  
رفعاً للخرج عن العباد ، وتخفيفاً عليهم ، ورفعاً للمشقة  
التي ستحصل لو أمروا بخلعهما عند كل وضوء..

يتبع...



## شروط المسح على الخفين

١- لبسهما بعد كمال الطهارة..٢- سترهما للرجلين إلى الكعبين..٣- أن يكونا مصنوعين من شيء طاهر..٤- أن يكونا مباحين..٥- أن يكون المسح في أثناء المدة المحددة..٦- أن يكون المسح في طهارة الحدث الأصغر [الوضوء]..

٩١

مدة المسح/ يوم وليلة للمقيم ، وثلاثة أيام بلياليها للمسافر..

كيفية المسح / يمسح أعلى الجورب من أصابعه إلى ساقه بكتا يديه وهما مبللتان بالماء مرة واحدة ، يمسح الجورب الأيمن باليد اليمنى والأيسر باليد اليسرى..

مبطلات المسح/ انقضاء مدة المسح ، نخلع الجوربين أو أحدهما ، حصول الحدث ..

\*وصلى الله على نبينا محمد\*

## ٤٤٥ فلم قصير

أعلنوا أن فيلما بمدة ١٠ دقائق فاز بلقب أحسن فيلم قصير،،  
فتقرر عرضه في السينما واحتشد جمع غفير من الجماهير  
لمشاهدته.. بدأ الفيلم بتصوير لسقف غرفة... مضت ٨ دقائق  
بنفس المشهد دون تغيير،،، بدؤوا المشاهدين بالتذمر ومنهم  
من اعترض إنه ضيع وقته والأغلبية هموا بالانصراف..  
وفجأة تحركت العدسة للأسفل نحو الأرض وظهر للعيان  
مشهد طفل معاق كليا بسبب انقطاع الحبل الشوكي في جسده  
الصغير...وهو ممدد على سريره وكتبت هذه الجملة في  
النهاية:

" لقد عرضنا لكم ٨ دقائق فقط من المنظر الذي يشاهده هذا  
الطفل المعاق في جميع ساعات حياته "وأنتم تذمرتم ولم  
تتحملوا مشاهدته !! لذا اعرفوا قيمة كل ثانية في حياتكم.  
الحكمة:نعرف قيمة الصحة في الحياة. كما نعرف قيمة  
الوقت وكم هو ثمين جدا فنحرص على عدم إضاعته .

## مشاريع صغيرة برأس مال أقل من 500 ريال

مكة المكرمة

يمكن سرّ نجاح الأعمال الصغيرة والمتوسطة في عدم الحاجة لأي شيء سوى المهارات وإتقان الريون وخلقها والذي سيجعلك إلى مشروع أساسي لمشروعك. وفيما يلي مجموعة أعمال صغيرة لا تحتاج لرأس مال كبير، ويمكن البدء بها بأقل من 500 ريال.

 <p><b>الترجمة</b> إتقان اللغة الإنجليزية والعربية وتعلم أساسيات الترجمة</p>	 <p><b>تحقيق الأبحاث</b> تحتاج الإلمام بالقواعد الأساسية لكتابة البحوث بحسب الجامعة واقتصاص. كما تحتاج في بعض الأحيان إلى معرفة جيدة بلغات أخرى</p>	 <p><b>الخطاط</b> وجود مهارة الكتابة بخط جميل وإتقان فنونه وفق روايات الخط المعروفة</p>	 <p><b>تسويق البازارات</b> يوجد عدد من الباحثين عن أشخاص يساعدونهم في تسويق البازار وتحديد الأسعار والمفاوضة مع البائعين</p>	 <p><b>التدريس الخاص</b> البدء بتعليم طالب واحد أو اثنين لأحد المواد الدراسية أو جميعها تم الدفء منهم التوصية للطلاب الآخرين</p>
 <p><b>تغليف الهدايا</b> لا يكلف الكثير من الأموال. حيث إن ورق التغليف وأدوات التزيين متوفرة بأرخص الأثمان</p>	 <p><b>الطهي المنزلي</b> استخدام مقادير بسيطة في إعداد أطعمة شهية والترويج لها عبر وسائل التواصل الاجتماعي</p>	 <p><b>تخطيط سفريات</b> البحث عبر الإنترنت لجمع المعلومات المطلوبة في إعداد جدول متكامل لرحلة السفر</p>	 <p><b>إصلاح الأجهزة</b> معرفة أهم الأخطاء في أجهزة الجوال والكمبيوتر وأفضل الطرق في إصلاحها</p>	 <p><b>تسويق مناسبات</b> إعداد وتجهيز المناسبات المختلفة باستخدام المعرفة السابقة في تحديد احتياجات كل مناسبة</p>
 <p><b>مطور مواقع</b> تعلم المهارات في إنشاء مواقع إلكترونية أو تطبيقات</p>	 <p><b>إدارة حسابات التواصل الاجتماعي</b> المعرفة الجيدة بخصائص كل من وسائل التواصل الاجتماعي لإدارة حسابات المنظمات أو الأشخاص ممن يجهلون استخدامها</p>	 <p><b>تصميم الجرافيكس</b> تنفيذ شعارات ورسومات بواسطة جهاز الكمبيوتر بحسب</p>	 <p><b>العروض البصرية</b> إعداد عروض بوربوينت ومقاطع فيديو تعليمية ولا تتطلب سوى وجود جهاز كمبيوتر</p>	 <p><b>التسويق من الإنترنت</b> فتح حسابات في عدد من مواقع البيع الإلكتروني الشهيرة وأهم شركات التوصيل</p>

Infographics **مكة** Fatema Jarran

## \$ أعمال جليلة.. تستغرق دقيقة

٩٤

- ١- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقرأ سورة الفاتحة .
- ٢- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقرأ سورة الإخلاص.
- ٣- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير.
- ٤- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : سبحان الله وبحمده.

يتبع...

## \$ أعمال جليلة..تستغرق دقيقة

٥- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : سبحان الله وبحمده عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته .

٦- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم .

٧- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : سبحان الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر .

٨- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : لا حول ولا قوة إلا بالله .



## \$ أعمال جليلة..تستغرق دقيقة

٩٦

- ٩- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : لا إله إلا الله .
- ١٠- في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : اللهم صل على محمد وسلم تسليماً كثيراً .
- ١١ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تدعو : ربنا آتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار.
- ١٢ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول : أستغفر الله وأتوب إليه.

يتبع...



## \$ أعمال جليلة..تستغرق دقيقة

٩٧

١٣ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تقرأ سطوراً في كتاب مفيد.

١٤ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تصل ربحاً عبر الهاتف.

١٥ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تنصح مسلماً .

١٦ - في دقيقة واحدة تستطيع أن تصافح شخصاً وتسلم عليه .

يتبع...

## \$ أعمال جليلة.. تستغرق دقيقة

٩٨

- ١٧- في دقيقة واحدة تستطيع أن تشفع شفاعة حسنة .
- ١٨- في دقيقة واحدة تستطيع أن تواسي مهموماً.
- ١٩- في دقيقة واحدة تستطيع أن تميط الأذى عن الطريق.

كل هذه الدقائق تضيع من عمر الرجل عند الانتظار وفي السيارة وفي المكتب وفي الطريق ، ومثلها من عمر المرأة في المطبخ ومع أشغال المنزل..

(مروياتُ الطفيل بن عمرو الدوسي في الفقه  
والسنّة لا تكاد تُذكرُ أمام مرويات أبي هريرة  
رضي الله عنهما، مع أن الثاني أسلم على يد  
الأول، وهو في صحيفته )

ابذر الخير .. افتح دروب العطاء للآخرين ..

وعلم ما استطعتَ لعلّ جيلاً  
سيأتي يصنعُ العجبَ العجابا

١٠٠

## يحسن أن ننوي النيات الكثيرة عند قراءة القرآن الكريم :

- (١) بقراءته نسأل الله أن يشقّعه فينا .
- (٢) ننويه لزيادة الحسنات
- (٣) نحتسب قراءته للنجاة من النار؛

١٠١

يحسن أن ننوي  
النيات الكثيرة عند قراءة القرآن الكريم :

- (٤) نحتسب قراءته عمارة للقلوب:
- (٥) نقرأه لننال أرفع الدرجات في الجنة.
- (٦) نحتسب قراءته شفاء لأمراض قلوبنا  
وعلل أجسادنا .

١٠٢

## يحسن أن ننوي النيات الكثيرة عند قراءة القرآن الكريم :

- (٧) نحتسب قراءته لطمأنينة قلوبنا ..
- (٨) نحتسبه سببا لحياة قلوبنا ونور أبصارنا وجلاء أحراننا وذهاب همومنا .
- (٩) نحتسب قراءته سببا للهداية .



١٠٣

## يحسن أن ننوي النيات الكثيرة عند قراءة القرآن الكريم :

- ( ١٠ ) نقرأه بنية أن نموت عليه .
- ( ١١ ) نقرأه بنية رجاء القرب من ربنا بحب كلامه .
- ( ١٢ ) نحتسب قراءته سببا عظيما لزيادة الإيمان .

## يحسن أن ننوي النيات الكثيرة عند قراءة القرآن الكريم :

١٠٤

(١٣) نريد أن نزداد علماً بربنا ومعرفة له  
لنزداد له ذلاً وافتقاراً فنستعين به في كل  
لحظاتنا.

(١٤) أن يكون سبباً لاصطفاء الله تعالى لنا  
بأن نكون من أهله وخاصته.

(١٥) ومن أعظم النيات وأهمها وفي مقدمتها  
أننا نتعبد الله تعالى بقراءته.

١٠٥

لا تهتم بما لا تستطيع فعله ،  
فيصرفك عن القيام بما تستطيع فعله ..

John R. Wooden

١٠٦

الذي تمارسه يومياً ستتقنه جيداً ..

هل تمارس السعادة أم الحزن؟

هل تمارس القلق أم الرضا؟

هل تمارس التفاؤل أم التشاؤم؟

الذي تمارسه يومياً ستكون بارعاً فيه .

١٤ عقوبة لترك شعيرة الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ..

فضلا ساهم بنشرها جزيت الجنة

## ١٤ عقوبة لترك

الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر

- ١- أنه سبب لانتشار المنكرات وفشوها في المجتمع.
- ٢- العذاب الإلهي العام والهلاك الشامل.
- ٣- الاختلاف والتناحر.
- ٤- تسليط الأعداء.
- ٥- عدم إجابة الدعاء .
- ٦- ظهور الجهل واندراس العلم واختفاء معالم الدين.
- ٧- قلة الخيرات وذهاب البركات في الأرض.
- ٨- انتشار الأمراض وقلة الأمطار وحلول الجذب في الأرض .
- ٩ - قسوة القلوب .
- ١٠ - حلول اللعنة على المجتمع .
- ١١ - الذلة والهوان.
- ١٢ - التعرض لسؤال الله تعالى.
- ١٣ - وعيد تاركة بأنه ليس من المؤمنين
- ١٤ - زوال وصف الخيرية عن هذه الأمة.

الشيخ الدكتور  
محمّد الحبدان

عضو رابطة علماء المسلمين  
@dr\_alhabdan



## علمني القرآن

(فلا تخضعن بالقول

فيطمع الذي في قلبه مرض)

١٠٨

إذا كان هذا النهي لأُمّهات المؤمنين مع الصلاح  
الغالب في ذلك الزمن وقلة المنافقين بالنسبة  
للمؤمنين الصادقين فماذا تقول أغلب نساء اليوم  
اللاتي لا يباليين بطريقة الحديث مع السائق أو  
البائع - مع كثرة الفساد والمغريات - وكأنها تتحدث  
مع زوجها أو أبيها أو محرّمها ؟



\*الدكتور رايموند فرانسيس

عنده ثلاث كتب غاية في الجمال والروعة :

١/ لا تمرض أبداً.

٢/ لا تخش السرطان.

٣/ لا تكن سميناً مرة أخرى.

١٠٩

الدكتور كتب هذه الكتب بعدما مر بتجربة ومرض كان فيها الأطباء يائسون من حالته وهو في سن ال ٤٥ عاماً.  
اليوم هو في سن ٧٥ ولم يصب بأي مرض خلال  
الخمس عشرة سنة الماضية سوى الزكام ولمرة واحدة.  
المفتاح الذي يتكلم عنه الدكتور رايموند في كتبه الثلاثة  
هو :

((الإبتعاد عن السكر نهائياً. بالإضافة إلى ممارسة الرياضة  
واتباع نظام غذائي يمد الجسم باحتياجه))

١١٠

لديك قدرات فوق العادة ..  
لا بد أن يكون لديك عمل وإنجاز ..  
لتحقيق التميز

# # #

**\*التميز الوهمي\***

(الذي يعظم ذاته بالشهرة ، يسعى لنفسه فقط  
، هدفه الدنيا فقط)

**\*التميز الحقيقي\***

(الذي يعتمد على الله ، يسعى لأجل الله ،  
هدفه الدنيا والآخرة)

كيف أتميز عند الله؟

١١٢

١ = إصلاح العلاقة مع الله:

علم « عمل » تبليغ

٢ = لا يسبقك إلى الله أحد .

٣ = اعمل الأفضل من كل أمر .

٤ = اكتشف قدراتك .

## خطوات نحو التميز :

- ١- تحديد الهدف بوضوح
- ٢- الاستمرار بالتقدم
- ٣- التخطيط
- ٤- تطوير الشخصية (الأخلاق ، العطاء ، الاتزان ، التجديد في الحياة)
- ٥- اتخاذ قرار صحيح في وقت مناسب
- ٦- تحمل المسؤولية

أ.مارية الزويد

١١٤

لا تضع أهدافاً صغيرة  
لدرجة أنك لا تتحمس معها..  
فأنت تحتاج أن تكون أهدافك محمسة لك.







## دلالات الألوان

أ.أمل السعيد

اللون الأبيض :- الهدوء والطمأنينة - الطهارة والنظافة - يعالج صفار العين عند المواليد- مفيد للحامل تلبسه في شهورها الأخيرة  
اللون الأحمر:- سائل الحياة "الدم"- أسرع الألوان وصولاً للعين "انتباه"- مفيد لمن يعاني في الجهاز البولي- يلبسه الطفل الهادئ جداً لينشط

١١٦

اللون الأزرق :- يخفف التوتر - يهدئ سرعة القلب - مفيد لمرضى الربو

اللون الأسود:- يثبط الشهية - يساعد على النوم  
اللون الأصفر:- يدخل السرور للنفس - ينشط الذاكرة- يساعد على القراءة السريعة لأنه يوسع حدقة العين - مفيد لمرضى ارتفاع السكر

اللون الأخضر:- يمتص الاكتئاب

من المراجع المفيدة : كتاب العلاج بالألوان ،  
حوار مع حمد السحيمي

كنت في حفل تخريج الحافظات

يوم الأحد ٦/٦ / ٣٨ هـ

أعجبني امتلاء المقاعد جداً بالحضور ، أعجبني حسن  
التنظيم والترتيب ، أعجبني تفعيل الشراكة المجتمعية إذ  
رأيت المدعوات من أعضاء هيئة التدريس ومكتب  
الجاليات وجمعية البر والإشراف التربوي ، أعجبني  
احتراف الفتيات على المسرح ، أعجبني انتقاء التلاوات  
وروعتها .

خرجت برضا تام وسعادة يرفرف بها قلبي ، التقيت بثلة  
من الصديقات الرائعات مازلن على الود باقيات ، وطالبات  
مازلن للعهد راعيات "مرحباً أستاذتي ، هذه أمي"  
فأذكرها في حلقات التحفيظ أو في صفوف الرشاد أو في  
مقاعد الكلية .

هي الدنيا إن أعطيتها جمالاً وهبتك الجمال ،  
وهو الإله إن أريته منك إحساناً وهبك الإحسان .

## ما هو الإرهاب؟

تخويف الناس باستخدام العنف.  
استعمال وسائل إثارة الرعب لتحقيق أهداف  
معينة.

عنف منظم لخلق حالة من التهديد العام ترتكبه  
جماعة منظمة لتحقيق أهدافها.

## سمات الإرهاب :

السرية في التخطيط والتنظيم.  
الإعتداء على المدنيين الأبرياء.  
إحداث موجة عارمة من الخوف والرعب.  
إيمان القائمين به بأنه عمل يخدم مصالحهم.

حفظ الله بلادنا وأبناءنا من كل سوء وبلاد  
المسلمين

١ ي

@ah20o أحمد المغيرة



فقط استحضارك للسُنن وتذكرك للأدلة؛ يُشعرك بالذنو من  
الاتباع ، والقرب من الاهتداء ، ويجعلك مهتدياً بسنن رسول  
الله صلى الله عليه وسلم !!



12 ♥

26 ↻



١ ي

@ah20o أحمد المغيرة



حتى عادتك اجعلها في دائرة الاحتساب ، لن تنقطع عنك  
الأجور وأنت تحرص على متابعة هدى صاحب الرسالة عليه  
الصلاة والسلام .



5 ♥

17 ↻





بعض الأعمال التي يمكن للمرأة القيام بها  
في بيتها :-

١٢٠

- الخياطة
- الطبخ
- الحاسب الآلي وفروعه
- التجميل وتوابعه
- صناعة بعض الإكسسوارات والتحف البسيطة
- والقطع الخزفية



## بعض الأعمال التي يمكن للمرأة القيام بها في بيتها :-

- تعليم الدروس الخصوصية للفتيات والأمهات
- وأطفال التمهيدي والخادمت أو تلخيص الكتب
- حضانة أبناء العاملات في الصباح أو المساء
- الترجمة للمواقع الإسلامية ومكاتب الدعوة

## بعض الأعمال التي يمكن للمرأة القيام بها في بيتها :-

- التأليف والكتابة
- هندسة الديكورات
- الأعمال الفنية
- الإنترنت وبابه واسع
- تبني مشروع الزواج والتوفيق بين الأطراف

## بعض الأعمال التي يمكن للمرأة القيام بها في بيتها :-

- إعطاء دورات نسائية في الحاسب والتجميل  
والتربية والتعامل مع الزوج والخياطة ودمج  
الألوان وعمل العطور والطبخ والتعامل مع  
أجهزة المنزل .

- الأعمال الإدارية التي لا تحتاج إلى حضور  
فتحرر الخطابات عبر الفاكس أو الإنترنت .

- تأجير فساتين الأفراح والحلي ونحوها .  
- الدعوة إلى الله عبر الإنترنت والإجابة عن  
التساؤلات حول الإسلام .

-   
@ah20o أحمد المغيرة ١٠ ي  
مصاحف " أهل القرآن "  
الذين أحبوه  
تعرف من بين المصاحف!!
- 65 ♥ 79 ↻
- ▼
-   
@ah20o أحمد المغيرة ١٠ ي  
تحديد المقدار .. بعده سوط المحاسبة!!
- 8 ♥ 5 ↻
- ▼
-   
@ah20o أحمد المغيرة ١٠ ي  
حيارى القلوب .. سوفوا فتح المصاحف!!
- 15 ♥ 16 ↻
- ▼
-   
@ah20o أحمد المغيرة ١٠ ي  
القلوب العطشى ،  
إن أدامت السير مع القرآن ،  
لابد لها من بشارة!!
- 25 ♥ 25 ↻
- ▼
-   
@ah20o أحمد المغيرة ١٠ ي  
كثرة التلاوة .. ثورث التسديد.
- 34 ♥ 34 ↻

١٢٥

فكم من شخص ضلّيع في العلم  
أو في التجارب الحياتية  
تخطف الموت زهرة شبابه  
قبل أن يكرمنا بمخزونه الوفير  
لأنه كان يؤجل عمل اليوم إلى الغد !!

من أسوأ مظاهر التقدير في الاجتماعات  
العائلية:

تأخير تقديم الشاي والقهوة لحين اكتمال  
الحاضرين، وكأننا نعاقب من التزم بوقت  
الحضور!

ومن أسوأ مظاهر التقدير:  
تأجيل الاجتماعات العائلية لحين عودة بعض  
الأقارب من السياحة، وكأننا نعاقب من لم  
يسافر ..



## علاج الاكتئاب :

١- تغيير التفكير ٢- تحسين العلاقات الاجتماعية

٣- إذا أردت السعادة فعليك بالعبادة (النشاط البدني)

٤- الإرادة القوية ٥- الابتسامة

٦- التفاؤل ٧- تغيير الروتين

٨- الترفيه بالمباح ٩- تجنب ما هو خارج إمكانياتك

١٠- ثق بنفسك=حقق ذاتك

١١- تقدير الذات من داخل النفس أولاً فيقدرك محيطك بالعلم

تحكم بعقلك الباطن (التفكير) = غير أفكارك يتغير مصيرك

قاوم الفشل = راجع الأسباب وضع الحلول

١٢٨

جانب إيجابي أن تُخفي حاجة بقلبك  
وتوفر شعور الندم  
وتعطي فرصة لنفسك لتتخطى أشياء كثيرة  
بهدوء ..  
من غير أن تُشغل مَنْ حولك ..

١- لا تبعد الصفحة عن عينيك جداً ولا تجعلها

تحت أنفك وإنما بقدر مناسب

٢- الجو الهادئ والضوء ، ويستحسن أن يكون

من اليسار للخلف .

٣- لا تحرك رأسك ذهاباً وإياباً ، ثبته وحرك

فقط العينان

نصائح في القراءة

نقلها #يزيد\_البلي رحمه الله

٤- لا تعد إلى قراءة فكرة ظننت أنها قد فاتتك فإن  
هذا يقلل الاستيعاب

٥- روزفلت كان يقرأ ٣ كتب يومياً فترة رئاسته

٦- عليك أن تتعلم رؤية الكلمات والعبارات وتقبلها  
من خلال ترتيبها الطبيعي ، فمثلاً : إذا كنت تقرأ  
عن الغزوات وخطر في بالك الكلمات لهذا  
الموضوع فستكون الكلمات في ذهنك شديدة قوية .

نصائح في القراءة

نقلها #يزيد\_البلي رحمه الله

- ٧- افصل سمعك عن بصرك
- ٨- عند القراءة بالطريقة بدون صوتية عليك أن ترفع صوتك عند الكلمات ذات الأهمية
- ٩- اعلم أنك ستنسى ٥٠% مما قرأت خلال نصف ساعة و ٨٠% خلال ٢٤ ساعة إذا لم تضع هدفاً لقراءتك .

نصائح في القراءة  
نقلها #يزيد\_البلي رحمه الله

سيكبر الابناء ولن يتذكروا الا الساعات التي شاركتمهم باللعب  
والاوقات التي خصصتها لهم سيكبروا ولن يتذكروا الا حب  
وحنان وعطف الاهل ترافقهم كل سنوات العمر .. سيتذكرون  
تميزك في توجيههم..

في حلمك عليهم.. في جهدك لصلاحهم.. في نجاحاتهم التي  
حققوها.. في اخطاء الآخرين التي لم يقعوا فيها ..  
في توجيهك لهم و حرصك عليهم في تأدية صلواتهم على  
أوقاتها بوضوء سايع و قلب خاشع ..  
في زرع تقوى الله و خشيته في قلوبهم ..  
في جعل الله تعالى هو رقيبهم في حلهم و ترحالهم .. حقيقة :

من أكرمهُ الله بتنشئة أبنائه التنشئة الصالحة  
في هذا الزمن المُتلاطم الفتن هو من يُغبط حقًا



١٣٣

قال تعالى: (ومن الناس من يتخذ من دون  
الله أنداداً يحبونهم كحب الله)..  
إن أشد أنواع احتقار الذات، أن تكون لغير  
الله،

وأن تحب غير الله،  
واعلم أن من علامة الإيمان، أن تحب الله  
عز وجل أكثر من كل شيء..

١٣٤

أكثر ما يجب أن تندم عليه ..

هو الوقت الذي تقضيه بعيداً عن الله !!

أحمد الفغييري @ah20o · 2 س  
صفّ الكتب جميل ،  
والأجمل إن انتشرت حولك  
وقد طال فيها النظر والتصفح ،  
ولفا يَجْن منك "فهم المسألة " !!



6 6 6

أحمد الفغييري @ah20o · 2 س  
أيها السائر ..  
خط خطوات سيرك بصبر ساعة ثم ساعة ،  
وتحسس أنس العلم بعد وحشة الإنقطاع ...!!



8 11 6

أحمد الفغييري @ah20o · 2 س  
ربما في زماننا تيسر العلم،  
لكن هئات الخواطف،  
وبُيّنات الطرق ،  
كثيرة الأنواع ،  
مُتشعبة الأشكال ،  
جواذبها مُشوقة لاتكاد تكل عنها العين!



6 12 6

أحمد الفغييري @ah20o · 2 س  
الصبر في طلب العلم أكبر أعمدة بلوغ الغاية ...!!



الدبوسي في كتابه " الأمد الأقصى " يلخص  
خطورة العُجب وما يسببه من هلاك وخذلان  
فيقول: دمار العُجب يشمل الدارين، فكان  
عملاً بلا جدوى، وما هو إلا عمل الحمقى.  
ولا نرى مُعجبا إلا ممقوئاً بين الناس، فكيف  
حاله مع ربه وهو مشرك بعجبه.

ويقول الماوردي :- إن العُجب سيئة تحبط كل  
حسنة، ومذمة تهدم كل فضيلة، مع ما يثيره  
من حنق، ويكسبه من حقد.

قام أحمد المغيرة بإعادة تغريد

مروة محمود

@1991\_marwa4



واعلم أن كتاب الله لا يهجزه إلا من هان على الله !!!

---

نعوذ بالله من الخذلان ..

@fahd\_albluwi فهد البلوي 52m

1

دول بالجوار لم يكن لباس النساء فيها  
يختلف عن ما عندنا من حجاب كامل ثم ماذا  
حل بها !  
هل تعتقدون بأننا نملك حصانة خاصة  
تحمينا من المستقبل

@fahd\_albluwi فهد البلوي 47m

2

دول بالجوار رجالها لا يختلفون عنكم في  
شيء ما الذي حل بهم !!  
النساء لا نقاب ولا حجاب وبعضهن لباسها  
قوق الركبة ولا أحد ينكر أو يستغرب !

@fahd\_albluwi فهد البلوي 40m

3

هم لا ينقصون عنكم في شيء لكن المراحل  
وحدها لا تكفي لصد تيار التغريب والله إن لم  
ننكر ونرفض بصوت واحد سيصبح حالنا  
مثل حالهم رغم عن أنوفنا .

@fahd\_albluwi فهد البلوي 35m

4

عزيزي الشاب السعودي لا تغتر كثيراً  
فلا توجد ريشة على رأسك ولست ملك من  
السماء إن لم تكن مصلحاً تأمر بالمعروف  
وتنهى عن المنكر فلا خير فيك

@fahd\_albluwi فهد البلوي 29m

5

التغريب كالطوفان إذا أتى لن يستأذن من  
أحد وسيدخل بيوتكم وأنتم صاغرين  
فبيوتكم أيضاً لا تختلف عن بيوت أولئك  
الذين في دول الجوار



## صفات الموظف المتميز في الإسلام :

- أولا : استحضار النية الطيبة في العمل ؛
- ثانيا : إتقان العمل على أكمل وجه ،
- ثالثا : الأمانة الوظيفية ؛
- رابعا : المحافظة على أسرار العمل ،
- خامسا : حسن التعامل مع الناس ،
- سادسا : محاولة التطوير الدائم ،
- سابعا : التحلي بمنظومة الثقافة الإيجابية من ثقافة الشكر ، وثقافة الاعتذار ، وثقافة رد الجميل ، ...
- ثامنا : المحافظة على المال العام ، والحذر من الفساد المالي .

١٤٠

شهر ٧ شهر رجب  
وهو من الأشهر الحُرْم  
وسميت الأشهر الحُرْم بهذا الاسم لعظيم  
حرمتها ، وحرمة الذنب فيها ، فالمعصية في  
هذه الأشهر أعظم من المعصية في غيرها  
كما أن الحسنات فيها مضاعفة  
( أوصيكم ونفسي بتقوى الله )

١٤١

اغتنام الوقت الواحد  
في أكثر من عبادة  
لا يعرفه إلا الحافظون لأوقاتهم

||

١٤٢

الخوف = هروب من المخوف منه

الخشية = خوف مع العلم

الهيبة = خوف مع العلم والتعظيم

مسابقات العام الثالث ١٤٣٨ هـ

١٤٣

ساعد أخاك على النجاح ؛  
لتنزوقه معه ..

\*\*\*\*\*

١٤٤

حين تعمل بلا إخلاص  
فإنك تتعب ولا تنتفع !!



١٤٥

تظلم أخاك  
حين  
تذكر شره وتكتم خيره  
!!

حين تبالغ في التمسك برأيك  
لن تجد أحداً يتفق معك ..

١٤٧

السعادة في ثلاث :

@ الطاعة

@ القناعة

@ الرضا

١٤٨

قال ابن القيم :  
العلم والعدل أصل كل خير ،  
والجهل والظلم أصل كل شر .

اللهم ألهمني رشدي وقني شر نفسي

اللهم اجعلني أخشاك كأني أراك

اللهم أسألك فعل الخيرات وترك المنكرات

مسابقات العام الثالث ١٤٣٨ هـ

١٥٠

ونكتفي بـ

١٥٠

أستودعكم الله