الصفحة الرمضانية

دعـــــاء

اللهمّ اجْـعَلْني فـيـهِ من المسْـتـغْـفـرينَ واجْـعَلْني فـيـهِ من عِـبـادِكَ الصّـالحينَ القانِتين واجْعَلْني فيهِ من اوْليائِكَ المقرّبينَ بِرأفتِكَ يا ارْحَمَ الرّاحِمين.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ما منع قوم الزكاة إلا مُنِعَ عنهم القطر من السماء».

صدق رسول الله

أخي المسلم..

الزكاة هي الركن الثالث من أركان الإسلام وهي فريضة واجبة الأداء وليست إحساناً أو تطوعاً.

فبادر بدفعها إلى إدارة تحصيل الواجبات الزكوية بوحدتك الإدارية.

وزارة الإدارة المحلية

امساكية شهر رمضان لامانة العاصمة

الفروض	الوقت
الفجر	٤,٤١
الظهر	١١,٥٢
العصر	٣,٠٠
المغرب	٥,٤٤
العشاء	٦,٤٤

حديث شريف

□ .. قال رسول الله صلى الله عليه وعلى آله وسلم : (من استمع إلى آية من كتاب الله كتبت له حسنة مضاعفة ومن تلاها كانت له نورا يوم القيامة).

رواه الإمام أحمد

فلسفة الصوم، فلسفة الكمال (٢)

◁ عن الصيام كمفهوم عام وشامل، وكفعل تشترك فيه سائر أعضاء وأفراد المملكة الانسانية

أمين الوائلي

□ .. من معاني الصوم : الامساك.

والامساك هنا لفظ عام أو معنى عام لايقتصر فقط على جانب معين أو ينحصر في دلالاته على مدلول واحد بعينه . نعم ارتباط الصوم مباشرة بالامساك عن الطعام والشراب وما في حكمهما من الملذات والشهوات، لكنه لا يتقيد فقط بهذا الباب ولا ينحصر بتلك الدلالة.

الامساك شانه شأن الفاظ ومصطلحات العموم فنقول الامساك عن الطعام والامساك عن الشراب، والامساك عن الشهوة ، ونقول أيضا الامساك عن اللغو وسقط الحديث وقد جاء في الأثر النبوي (امسك عليك لسانك).

وأيضا الامساك عن الحسد والحقد والبغضاء والنميمة والكبر والعجب والكراهية .. والامساك عن كل الاخلاق والصفات الذميمة وعن كل ما من شانه أن يجرح الصيام أو ينقضه ويفسده إذ ليس الصوم إلا تمرنا وتمرسا على حميد الخلاق والطباع ومحاولة جادة وجسورة للامساك بزمام النفس والسيطرة على قواها النازعة نحو الشر، فالنفس مجموع قوى ونوازع تعتمل داخل الانسان وتعمل على صوغ سلوكه وطباعه بما توفر لها من إمكانات وخصائص.

فهناك النفس الشهوانية والنفس الحيوانية ، والنفس الغضبية ، والنفس اللوامة ، والنفس الأمارة، والنفس المطمئنة.. كل تلك قوى وملكات يجمعها مفهوم (النفس) فهو أيضا لفظ عموم يشع ويتعدد في إطار وحدته وخصوصيته والصوم بالتالي ترويض عملي لنوازع النفس الشريرة وجهاد حقيقي لقوى الشر والسوء في النفس الانسانية .. يكبح جماحها .. ويفقدها جزءا من طاقة تعتمد عليها للحياة والاستطالة في السوء والاستبداد المعنوي والحسي للإنسان (خلقا وسلوكا).

فها هنا لدينا مدرسة متكاملة منهجها الصوم والمعلم فيها الوازع الخير والالتزام الديني والخلقي في الانسان .. والمتعلم فيها الانسان الاجتماعي ذاته.

وعليه فليس في الصيام اجتزاء واقتطاع بحيث يغدو مجرد امتناع عن طعام وشراب فحسب بل هو كما صار واضحا وما هو مقر أصلا عمل جميع الانسان لا بعضه أو جزء منه.. فلا عبرة مثلا أن تصوم المعدة وتكتفي بذلك معتقدة أنها قد أدت ما عليها فيما تبقى الحواس والقوى والجوارح الأخرى كلها خارج نطاق (تغطية) الأثر الالزامي للصيام ، أو بعيدة عن فعل الصوم بما يناسب كلا منهما وبحسب تخصصها وفعلها.

فينبغي إذا أن يغدو الصوم سلوكا عاما يقوم به الانسان جميعه ، وأن يشترك سائر أفراد وأعضاء المملكة الانسانية في الأداء والفعل والالتزام المتمثل للكمال والمتمثل للآداب واللوازم الداخلة تحت هذه العبادة العظيمة.

ينبغي أن تصوم العين عن النظر المحرم .. وأن تمسك عن رؤية النقص في الناس وتتبع عوراتهم ومثالبهم .. وملاحظة النعمة التي وهبها الله للبعض بدافع الحسد أو الاشتهاء الذي يتداخل مع الاعتراض على حكم الله وتقديره ورزقه المقسوم.

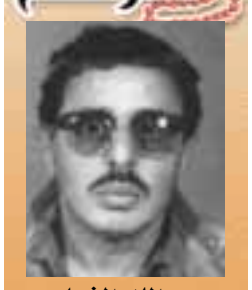
كما تصوم الأذن كذلك في ماهو مذموم أن تاتيه وهكذا سائر الأعضاء والأجزاء في المملكة الانسانية التي يراد لها بالصيام التطهر مما تدنست به وعلق بها من الأرجاس والدنائس المكتسبة بالغفلة والجهل والانكباب على المتع والشهوات طوال أيام العمر وطوال أيام أشهر العام.

وبذلك نفهم قوله صلى الله عليه وآله وسلم: (من لم يدع قول الزور أو العمل به، فليس لله حاجة لأن يدع طعامه وشرابه).

كما ونفهم قوله: (رب صائم ليس له من صيامه إلا الجوع والعطش).

وللموضوع أكثر من بقية بإذن الله.

رمضان في ذاكرتهم



عبدالله الشهاري

٢-٢

التقاه /علي الشرجي

□ كل عام يأتينا رمضان، نكتشف قيمة عادات وتقاليد رمضانية نادرة - منها ما زال موجوداً حتى اليوم - ومما تحتفظ به ذاكرة عبدالله محسن الشهاري من ذكريات عالقة في ذهنه عن نهار رمضان زمان، تعرضهم للضرب من قبل الآباء حرصاً على أداء الصلوات في أوقاتها، الأمر الذي يضطرهم للاستجابة وإلاّ تعرضوا للتوبيخ العنيف.

يقول : كنا نتعمد إطالة النوم حتى الأصيل كي لا يشق علينا نهار الصوم، وأذكر أن والدي - رحمه الله - ظل ينصحني وإخواني باليقظة من النوم عند فروض الصلاة، فلم نستجب بسبب لذة النوم عند الفجر، ففاجأنا يوماً بعصاه قائلاً : لا تفيد معكم إلاّ العصا، وقد أصبحتم كبني إسرائيل «كانوا لا يتناهون عن منكر فعلوه بئس ما كانوا يفعلون»، وبعدها ما كان يقصد المسجد إلاّ ونحن إلى جانبه، فيدعو لنا بالتوفيق والسداد ومضى يضم كل واحد منّا إلى صدره ويُقبّله رافعاً وسادة رأسه ليعطي كل واحد منّا بقشة أو بقشتين فنخرج فرحين وقد قبّلنا ركبتيه فيضاعف لنا دعائه، خاصة إذا ما اتبعنا نسكه بتلاوة القرآن الكريم بعد صلاة الظهر حتى حلول صلاة العصر، بعد ذلك نتلقى منه الأسئلة من علم النحو والصرف والبلاغة والفقه خلال جولة لابد منها في ذلك الوقت من نهار الصوم.

ذات يوم رمضاني طلب عبدالله الشهاري من والده شراء جهاز راديو، فغضب منه، وشيئاً فشيئاً ظل يراوده حتى سمح له بذلك، مشترطاً أنه سيكسره في رأسه إذا سمع أغنية في برامجه، لأن ذلك حرام، فكان عبدالله يتحاشى صوت المذياع إذا قدم المذيع أغنية، ومات والده وهو لا يعرف كيفية التقاط الذبذبات الخاصة بالإرسال الإذاعي.

كانت أشياء جميلة في رمضان زمان تواكب سمو وروحانية الحدث الديني الجليل وتُحمّل الناس جميعاً مسؤولية تكريس الوعي الديني والتهذيب الإنساني.

عيادة الثورة الرمضانية

الحلويات وصحة الفم والأسنان

الدكتورة/ميرفت فضل مجلي
اخصائية طب الأسنان

□ .. هناك من لايحسن تنظيف أسنانه بشكل يحقق لها الفائدة ، وآخرون يعتنون بنظافة أسنانهم حينا ويهملونها حينا آخر .. والأسوأ من هذا وذاك أن تجد من لايهتم بنظافة فمه وأسنانه على الدوام ويظل غافلا أو متغافلا حتى ينفجر صمام الألم ويشتد الوجع بشكل لايحتمل خاصة بشهر رمضان المبارك الذي تكثر فيه الإقبال على تناول الحلويات بشكل كبير جدا وفي كل وقت وحين.

فما أسباب تسوس الأسنان ، ولماذا تزداد آلام الفم والأسنان في رمضان؟

ثم ما النصائح الطبية للعناية بالفم والأسنان خاصة في شهر رمضان؟

تساؤلات أجابت عليها الدكتورة/ ميرفت فضل مجلي أخصائية طب الأسنان بقولها:

هناك الكثير من الأسباب التي تؤدي إلى تسوس الأسنان منها:

● شكل السكريات: والمقصود به الشكل الفيزيائي للسكريات .. إذ أن الحلويات ذات الطابع اللاصق بطبيعتها في الفم لفترات طويلة نتيجة التصاقها عى بالسطح السفلي وبالتالي يكون لها دور كبير في إحداث التسوس أكثر من الحلويات ذات الشكل غير اللاصق.

● الوقت: يقصد به الفترة الزمنية بين أكل الأطعمة وعملية تنظيف الأسنان حيث أن الجراثيم المتواجدة في اللويحات الجرثومية تنتج الحمض بعد دقيقتين من تناول الحلويات لتصل عندها حموضة الوسط الفموي (PH:٥٥).

● نوعية السكريات: تتعدد أنواع السكريات ما بين:

- أحادية : جلوكوز - فركتوز.
- ثنائية: سكوز- مالتوز.
- متعددة:سليلوز- ديكستران.

ويعتبر السكروز أهم أنواع السكريات المساعدة على نمو الجراثيم وزيادة إفراز الحمض الذي يؤدي إلى تغيير الوسط الفموي من المعتدل (PH:٧) إلى الوسط الحامضي الذي بدوره يسرع في إحداث التسوس.

● الكمية: حيث أن تناول السكريات دفعة واحدة أفضل من تناول الكمية ذاتها على فترات متفاوتة.

● اللعاب: ويلعب دورا كبيرا في عملية معادلة الوسط الفموي ويحتوي أيضا على أملاح معدنية قادرة على إعادة تمعدن الأسنان .. أما عن المضادات الحيوية الموجودة فيه ، فتعمل على قتل البكتيريا.

ولكن للأسف فإن كمية اللعاب تقتل أثناء نهار رمضان ، وبجفاف الفم تكون النتيجة تخمر بقايا الطعام بين الأسنان فتنبعث بسببها الروائح الكريهة، وتكون خطوة نحو النخر السني (التسوس).

على كل فإن تزايد الأقبال على تناول المأكولات السكرية في رمضان مثل الحلويات تعد من أهم المسببات الرئيسية لحدوث التسوس السني.. وبالمقابل ينجم عن إهمال عملية تنظيف الأسنان إلى جانب ارتفاع نسبة التسوس انبعاث روائح كريهة تنشأ من تحلل وتخمر بقايا الأطعمة العالقة بين الاسنان.

فحري بنا الاهتمام بصحة اسناننا بتفريشها بالفرشاة والمعجون بعد وجبتي الفطور والسحور وبالسواك أثناء النهار.

نصائح وتعليمات

●وتختتم الدكتورة ميرفت مجلي حديثها ببعض التعليمات والنصائح الكفيلة بوقاية الأسنان من التسوس والنخور وخاصة في شهر رمضان المبارك حيث تقول:

لابد من استخدام الفرشاة مع المعجون بطريقة سليمة وهي كفيلة بتخفيض تسوس الأسنان بنسبة ٣٠٪ على أن يكون ذلك مرتين في رمضان مرة بعد وجبة الفطور وأخرى بعد وجبة السحور.

- الطريقة السليمة لتفريش الأسنان تتم بتفريش كل فك على حدة ويكون تفريش الفك العلوي من أعلى إلى أسفل وذلك برفق حتى لا تجرح اللثة ولإزالة اللويحات الجرثومية وإزالة بقايا الطعام من بين الأسنان وكذا لتدعيم الأسنان بمادة الفلور التي تحمي الأسنان إذا كان المعجون المستخدم يحتوي على هذه المادة.

- استخدام السواك في تنظيف الأسنان يعمل على تنظيف الأسنان كما يحتوي على مواد قابضة للأوعية الدموية التي تعمل بفاعلية على إيقاف نزيف اللثة وأيضا يحتوي على مواد مطيبة للفم وبالتالي يمكن استخدامه في نهار رمضان للحد من انبعاث الروائح الكريهة.

هذا بالإضافة إلى أن الممكن استخدام الخيوط السنية لما لها من دور كبير في خفض نسبة التسوس وفي عملية تنظيف الأسنان حيث أنها تزيل طبقة البلاك وبقايا الطعام من مسافات ما بين الأسنان ونحت اللثة وتعمل علي تمسيج اللثة.

لذا فإننا ننصح بعدم الاكثار من تناول الحلويات في شهر رمضان ومن أكثرها والتقليل منها والعناية بالفم قبل النوم وهكذا.. بعد أن تطرقنا إلى آلية وعوامل نخر الأسنان وما يبعث على الروائح الكريهة يجب علينا إيلاء أفواهنا واسناننا في هذا الشهر الفضيل ببعض من اهتمامتنا فبالمحافظة على صحة الفم والاسنان على الدوام نحافظ أيضا على صحة أجسامنا ، ولنعمل بهدي النبي الخاتم صلى الله عليه وآله وسلم ، حيث قال: (لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة).. مع تمنياتنا لجميع الصائمين بصوم مقبول وذنب مغفور وكل عام والجميع بخير.

● المركز الوطني للتثقيف والاعلام الصحي والسكاني بوزارة الصحة العامة والسكان.

من الشارع الرمضاني

الغاضبون و"سنمار"

نبيل حيدر

تدرج صوته في الصياح حتى أصبح عاليا، وأصبحت يداه أيضا عاليتين كان مشهده غريبا.. بجانبه من يحاول تهدئته وهو يسحبه ليعود إلى دكان الجزارة الذي يعمل فيه صاحب العقيرة المرتفعة.. فجأة تجسد جزاء سنمار على ذلك المسكين الذي حاول التدخل بحمامة السلام.. لقد انهال عليه الجزار الساخط خبطا وضربا بيديه دون سبب واضح وتدافع الناس لتخليص المضروب وأصواتهم تردد "رمضان.. إنه رمضان".. بعد لحظات عادت السكينة إلى المكان.. دخل الجزار إلى محله وعاد يُعمل ساطوره بين اللحم وكأن شيئا لم يكن وهو ما خالف الحقيقة والواقع.. أحد المراقبين للموقف استغرب وقال "البعض يحاول أن يقول أنه صائم مع أن الكل لا يشكون في ذلك.. إلا أنه يصر على إظهار صيامه قولاً ثم فعلا إذا فشل باللسان".

أضاف صاحبنا قائلا "من الناس من يعتقد أن حالة الصيام لا تقبل البشاشة والتبسط مع الآخرين عند الحديث أو التعامل.. فماذا إذا حدثته عن كظم الغيظ والسكوت عمن شاتمه أو سابه عملا بالسنة النبوية المطهرة..".

صديقنا كان يتحدث دون أن يعنون كلامه عن قبل هذه الحالات بالظاهرة السنوية المزمنة المعروفة بـ"النزق".. وعندما جاء حديث "النزق" ظهر علينا من قال:

"العجيب أن من ينزقون تلحظ عليهم آثار النوم الذي لم ينفضونه عن أعينهم ووجوههم رغم أن الزمن يسبق موعد الإفطار بساعتين.. أما أولئك الذين يكدحون منذ الصباح وهم الصائمون الحقيقيون فيندر أن تجدهم وقد تسربت حالة النزق اليهم..".

الشارع الرمضاني ألف "النزق" واختلاق البعض للمشاكل من لا شيء وهو في حال الصوم.. إنه خطأ يترتب في حق هذه الشعيرة الدينية الروحية الخلاقة وكأننا نجازي هذا الشهر القادم علينا بالخير بجزاء المسكين سنمار.

أعلام إسلامية

إعداد/ عبدالحكيم الجبري

أبو أيوب الأنصاري خالد بن زيد النجاري

□ .. هذا الصحابي الجليل يدعى خالد بن زيد بن كليب ، من بني النجار أما كنيته فأبو أيوب وأما نسبته فإلى الأنصار .. ومن منا معشر المسلمين لايعرف أبا أيوب الانصاري.. فقد رفع الله في الخافقين ذكره ، وأعلى في الأنام قدره حين اختار بيته من دون بيوت المسلمين جميعا لينزل فيه النبي الكريم صلى الله عليه وعلى آله وسلم لما حل في المدينة مهاجرا ويكفيه بذلك فخرا.

أحب أبو أيوب رسول الله صلوات الله عليه وآله وسلم حبا ملك عليه قلبه ولبه ، وأحب الرسول الكريم صلى الله عليه وعلى آله وسلم أبا أيوب حبا أزال الكلفة فيما بينهما ، وجعله ينظر إلى بيت أبي أيوب كأنه بيته.

أقام النبي عليه الصلاة والسلام في بيت أبي أيوب نحوا من سبعة أشهر حتى تم بناء مسجده في الأرض الخلاء التي بركت فيها الناقة ، وانتقل إلى الحجرات التي أقيمت حول المسجد له ولأزواجه ، فغدا جارا لأبي أيوب أكرم بهما من متجاورين.

فقد عاش أبو أيوب رضي الله عنه طول حياته غازيا حتى قيل أنه لم يتخلف عن غزوة غزاها المسلمون منذ عهد الرسول صلى الله عليه وعلى آله وسلم إلى زمن معاوية ،إلا إذا كان منشغلا عنها بأخرى.. وكانت آخر غزواته حين جهز معاوية جيشا بقيادة ابنه يزيد لفتح القسطنطينية وكان عمره آنذاك ما يقارب الثمانين ولكنه لم يمض غير قليل على منازلته العدو حتى مرض مرضا أقعده عن مواجهة القتال إلى أن وافته المنية .. رحم الله أبا أيوب الانصاري فقد أبى إلا أن يموت على ظهور الجياد الصافات غازيا في سبيل الله تعالى .

فتاوى

الشيخ/صالح حسين المسيبلي
عضو جمعية علماء اليمن والوكيل المساعد لقطاع الأوقاف.

● إذا دخلت حشرة طائرة في فم الصائم ووصلت إلى جوفه هل تضر بصومه؟

- هذا نادر الحصول ولو حصل مثل هذا فإن له حكمه أي حكم الحالة التي ينتج عنها له.. فإذا تحدث له اضرار مما يجعله يتقيأ أو تحدث له اضطرابات في امعائه وتسبب له إسهالاً أو دوخة فإن له حكمه- حكم المريض- أما إذا لم يحدث له أي شيء من ذلك فإنها ليست من المأكولات ولا تغني من جوع فيتم صومه وليس عليه شيء لانها دخلت فمه من دون قصد ولا إراده له في دفعها.

والله أعلم

رمضان والفيديو كليب

● عبدالله بجاش

■.. شهر رمضان المبارك من أفضل الشهور لتزكيه النفس وإستعادة الإرادة والتمسك بمعايير الايمان وميزان الإحسان .. شهر لمحو الذنوب بصوم نهاره وقيام ليله وقراءة القرآن وحفظه والتمعن في معانيه وفي الحديث (إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة وأغلقت أبواب النار وصفدت الشياطين) (من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم له من ذنبه) .. فالمسلم إذا جعل الصيام حصنه والإستغفار وقاءه والذكر حمايته وقراءة القرآن حراسته ودرعه فإنه الفائز بأجر هذا الشهر الكريم وبدورته الإيمانية التي تفيض القلب وتنظف نفسه من حسدها وغلوها وأوهامها وبذلك لا يستطيع الشيطان اختراق تلك الحواجز المتبعة بعد التحصين بالذكر والصلاة والصوم والذي يعود على القول الحسن والعمل الصالح لأن الإقلاع على السلوكيات السيئة والعفنة والقبيحة تربية للارادة لكل مسلم صائم .. ولكن ومن المؤسف أن دنيا الناس اليوم وفي هذا الشهر الكريم الفضيل كثر هم الذين لايدركون معاني ودلالات هذا الشهر الكريم وأرتضوا الهوان كما أرتضوا الغنى في ظل ضياع الكرامة وهدم القيم الأخلاقية والانسانية من خلال ما تقدمه بعض الفضائيات العربية من تسليط الضوء على الفيديو كليب والتي تستثمر جسد المرأة على الفيديو كليب كأهم عنصر في رواجها واستمرارها في عرض الاغاني الهابطة مستغلة عدم وجود ضوابط أخلاقية ومهنية تحترم خصوصية المجتمع الشرقي وأعرافه الاجتماعية مما أضطر الكثير من الآباء حفاظاً على الذوق الفني للنشء الجديد إلى تشفير تلك الفضائيات إزاء السياسة التي تنتهجها في كسب ود رموز الإثارة بتكرار عرض إنتاجاتهم الفنية المبتذلة والرخيصة لاقناع أبنائهم بمقاطعة برامجها التعيسة وأصبح الحفاظ على حرمة البيوت وظيفة شاقة لابد من الابتعاد عن إسلوب حياة الغرب التي تكرسه برامج تلك الفضائيات العربية وأن تحتشم تلك العاريات في لباسهن وأن يبتعدن عن حركات الاثارة والكلام غير المحترم فمهما أرتفعت هذه النوعية من فنانات الفيديو كليب في سماء الفن الهابط لابد من أن يسقطن من أعين الناس المحترمين طالما ظل الفيديو كليب يعرض أجسادهن على شاشات التلفزيون في هذه الليالي الفاضلة.

رمضان والقرآن

■،، أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، بسم الله الرحمن الرحيم قال تعالى: «إنه لقرآن كريم في كتاب مكنون، لا يمسه إلا المطهرون، تنزيل من رب العالمين».. صدق الله العظيم.

الآيات من ٧٧ إلى ٨٠ سورة الواقعة.

وقال تعالى: «وما كان هذا القرآن أن يُفترى من دون الله ولكن تصديق الذي بين يديه وتفصيل الكتاب لا ريب فيه من رب العالمين، أم يقولون افتراه قل فأتوا بسورة مثله، وادعوا من استطعتم من دون الله إن كنتم صادقين، بل كذبوا بما لم يحيطوا بعمله ولما يأتيهم تأويله كذلك كذب الذين من قبلهم فانظر كيف كان عاقبة الظالمين، ومنهم من يؤمن به ومن من لا يؤمن به وربك أعلم بالمفسدين، وإن كذبوك فقل لي عملي ولكم عملكم أنتم بريئون مما أعمل وأنا بريء مما تعملون».. صدق الله العظيم.

الآيات من ٣٦ إلى ٤١ سورة يونس.

تتعاظم القيمة الروحية لشهر الصوم كما قلت بقراءة كتاب الله حيث تضفي تلاوته وذلك دائماً كما ينبغي على كل مسلم ومسلمه وبهذا الشهر الفضل على وجه التحديد مهابة واجلالاً كبيرين على عظمه شهر الصوم.

عبدالعزيز المخلافي