الصفحة الرمضانية

دعـــــاء

اللهمّ اهْدِني فيـهِ لِصالِحِ الأعْمالِ واقضِ لي فيهِ الحَوائِجَ والآمالِ يا من لا يَحْتاجُ الى التفسيرِ والسؤالِ يا عالِماً بما في صُدورِ العالَمينَ صَلّ على محمّدٍ وآلهِ الطاهِرين.

قال تعالى: «الذين يقيمون الصلاة ويؤتون الزكاة وهم بالآخرة هم يوقنون».

صدق الله العظيم

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ما نقص مال من صدقة».

فبادر أخي المسلم بدفع الزكاة إلى إدارة تحصيل الواجبات الزكوية بوحدتك الإدارية.

وزارة الإدارة المحلية

امساكية شهر رمضان لامانة العاصمة

الفروض	الوقت
الفجر	٤,٤٣
الظهر	١١,٥١
العصر	٢,٥٩
المغرب	٥,٤١
العشاء	٦,٤١

حديث شريف

حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ إِسْمَاعِيلَ حَدَّثَنَا إِبْرَاهِيمُ بْنُ سَعْدٍ أَخْبَرَنَا ابْنُ شِهَابٍ عَنْ عُبَيْدِ اللَّهِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُتْبَةَ أَنَّ ابْنَ عَبَّاسٍ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا - قَالَ كَانَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم أَجْوَدَ النَّاسِ بِالْخَيْرِ، وَكَانَ أَجْوَدُ مَا يَكُونُ فِي رَمَضَانَ، حِينَ يَلْقَاهُ جِبْرِيلُ، وَكَانَ جِبْرِيلُ - عَلَيْهِ السَّلاَمُ - يَلْقَاهُ كُلَّ لَيْلَةٍ فِي رَمَضَانَ حَتَّى يَنْسَلِخَ، يَعْرِضُ عَلَيْهِ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم الْقُرْآنَ، فَإِذَا لَقِيَهُ جِبْرِيلُ - عَلَيْهِ السَّلاَمُ - كَانَ أَجْوَدَ بِالْخَيْرِ مِنَ الرِّيحِ الْمُرْسَلَةِ.

فلسفة الصوم.. فلسفة الكمال «٤»
نجوع لنتذكر الجائعين

أمين الوائلي

■ في رمضان يكثر الحديث عن الفقر والفقراء .. وضرورة مواساتهم ومساعدتهم والصوم ليس إلا إتيان القليل من المعاناة المتمثلة في الجوع والظمأ لبعض الوقت علّنا نفلح في تذكر الجائعين واستحضارهم وتمثل معاناتهم الدائمة وعنائهم المستمر في البحث عن اللقمة ومطاردة الرزق..

من حكم الصوم أنه يجعلنا نجوع مع الجائعين، وفي ذلك ما فيه من التربية للنفس والتهذيب لها ولأهوائها وشهواتها، والنفس لا تشبع ولا تقنع مهما أوتيت من خير ومهما حصلت عليه من رزق وحصّلت من شهوات وأطماع ، غير من أن في إلجامها بالصوم فسحة للتأكيد على قدرة الإنسان على مقاومة طوفان النفس الطمّاعة ومعالجة أدوائها الكثيرة والكبيرة.

ومهما قيل فسيظل الإنسان أقوى من النفس فيما لواحتكم لعقله وتحكم بهواه واستطاع أن يتحرر من عبودية الشهوة ورق الهوى ..

ولله در الإمام البوصيري وهو يشير إلى هذا المعنى بقوله:

والنفس كالطفل إن تهمله شبّ على
حُبّ الرّضاع وإن تفطمه ينفطم
فاصرف هواها وحاذر أن توليّه
إن الهوى ما تولى يصم أو يصم.

ولشوقي في هذا المعنى:

والنفس من خيرها في خير عافية
والنفس منْ شرّها في مرتع وخيم.

وقد كان الأولون يقولون: النفس عدوُ المرء كلما سارع في رضاه كلما استبد به، فإما أن يصارعه وإما أن يصطرع له.

وهكذا هي النفس بالفعل إما أن تقاوم عللها وأمراضها، وإلا سقطنا في حضيضها مجندلين ،وكلّما كان الإنسان قوياً قادراً على التحكم برغباته ، كلما أمكنه أن يخرج من «أناه» للناس يشاركهم همومهم وقضاياهم، وليقاسمهم آمالهم وآلامهم أيضا.

وليس كالصوم أدب وخلق يجعلنا نتخلى قليلاً عن مركزية الذات والأنا ، ونتحرر من تبعية الفردية السلبية .. لنخرج للناس.. نشعر بما يشعرون.. ونتحسس مكامن العناء والمعاناة لديهم لأن المرء بأخيه لا بنفسه.. ومهما ظن أنه مستغن عن الآخرين فلا بد إلاّ أن تحوجه الأيام لهم وتعيده إليهم شاء أم أبى... راغماً أو راغباً.. وقد رأينا في سير الأولين وآثارهم ما يكفي من العبر والعظات في هذا المقام .. وقد كان في سالف الأمة من يتمثل بقول القائل:

أخاك أخاك إن من لا أخا له
كساع إلى الهيجا بغير سلاح

الفقراء الذين يملأون مدننا وقرانا بحاجة إلى أن نلتفت لهم ونتوجه إليهم بالعطف والرحمة ومديد العون والمساعدة.

والمجتمع بكامله مطالب بإعادة الإعتبار لروح المسئولية الجماعية والمشاركة الإجتماعية في التصدي لمهمة التخفيف من حدة وشدة المعاناة التي يكتوي بها الكثير من أبناء هذا المجتمع.

في هذا الشهر الكريم .. شهر الرحمة.. لا بد من استحضار معاني الرحمة والعطف وتذكر أولئك العاجزين عن توفير ثمن الغذاء والكساء والدواء لهم ولأسرهم .. ولذلك رأينا الرسول صلى الله عليه وسلم فيما يروى عنه أنه كان في رمضان«أجود ما يكون،، وأجود من الريح المرسلة».

وأيضا وللحكمة ذاتها جعل هذا الشهر موسماً للزكاة عن الأنفس والأموال والأملاك لأنها وإنما تؤخذ من الغني وتوجه للفقير.. ولعل ذلك يكون موضوعنا القادم بإذن الله تعالى.

رمضان في ذاكرتهم

المحامي/ محمد حمود المطري

التقاه/علي الشرجي

■،، خاض المسلمون معارك شهيرة خلال شهر رمضان، وحققوا انتصارات عظيمة غيرت مجرى التاريخ، وكرر اليمنيون هذه الصورة في حرب حصار السبعين يوماً على صنعاء بعد قيام الثورة السبتمبرية المباركة فجزء من تلك الحرب كانت خلال شهر رمضان.

ذاكرة المحامي محمد حمود المطري مازالت منتعشة بتفاصيل كثيرة يتذكرها عن مرحلة حرجة من مراحل النضال الوطني، والدفاع عن الثورة والجمهورية في أخطر المنعطفات ،وفي ظروف استثنائية شهر رمضان مع العام ١٣٨٧هـ الموافق ١٩٦٧م.

المحامي محمد المطري الذي يعمل حالياً وكيلاً لمحافظة المحويت شاهد إحدى معارك الدفاع عن الثورة وفك الحصار عن صنعاء في مثل هذا الشهر الكريم.. كان يقود تلك المعركة -حسب قوله- الفريق حسن العمري وبجانبه أبطال الثورة المغاوير.. كان حينها صغير السن- لكنه- كان متابعاً وقريباً من ساحة الاحداث ولا يقل اهتمامه بالثورة وتفاصيلها عن الكبار منذ صباح يوم ٢٦ سبتمبر ١٩٦٢م عندما سمع اذاعة صنعاء تذيع نبأ قيام الجمهورية، وذلك عبر جهاز راديو كان بحوزة أحد أقربائه والذي توفي هذا العام رحمه الله.

يتذكر أن دخول رمضان ذلك العام الموافق ١٩٦٧م صادف مرحلة اشتداد الحصار على العاصمة صنعاء، وتزايد أعداد القوات الملكية..

ومن المشاهد العالقة في ذاكرته هي تلك المشاهد المثيرة والمفزعة التي كانت تصاحب لحظات الانتظار لاذان المغرب وموعد الافطار حيث كانت القوات الملكية وتزامناً مع نفس ذلك الموعد رتب لمرور ابن الأمير الحسين إما إلى عيبان قادماً من جبل النبي شعيب أو العكس..

يقول المطري كنا نخاف أن يحدث اشتباك مع الرتب المتمركزة في الجبال المطلة على قريتنا والجعادب.. وفي عصر احد أيام رمضان ١٩٦٧م ابلغنا العائدون من صنعاء أن قوة كبيرة في منطقة المساجد يقودها الفريق حسن العمري لدحر فلول الملكيين وايقاف ابن الحسين من التوغل في الجبال المطلة على العاصمة.. شاهد محمد حمود المطري معركة بطولية، وتقدم قوي هز قوى الملكيين، واسقط المدافع والرشاشات التي بدأت تقاوم في بداية المعركة، وتوقفت بعد مرور ساعات قليلة، وتعالت أصوات الدبابات والمدرعات أثناء زحفها نحو جبل عيبان وبذلك تم كسر شوكة ذلك النظام الذي كان ينوي العودة للسيطرة على حق الشعب في الحياة الحرة الكريمة.

يجزم المطري بأن لهذه الحملة كان الدور الكبير في منع تحرك أحمد بن الحسين ولم يمر من قريتهم حتى يوم النصر وظل في جبل النبي شعيب ثم بدأت الطائرات تضايق أي تحرك ملكي، وبعد هذه المعركة اندفع اعداد من شباب قريتهم والقرى المجاورة للانخراط في صفوف المعسكرات والذود عن الثورة والجمهورية.

إنها مشاهد انتصارات رمضانية حققها اليمنيون في سبيل الثورة الخالدة ومع كل ذكرى تزداد أهمية أن يتحمل الجيل الجديد مسئولية تكريس الوعي الوطني المقرون بالتهذيب الديني والإنساني.

عيادة الثورة الرمضانية

صيام الحامل وغذاؤها

د. هدى عبدالله السري

● قد يبدو الحمل عادياً في نظر الكثيرين من الجنسين بما فيه من متاعب وعوارض كالغثيان والتقيؤ والدوار وقلة النوم والأرق وكره بعض الأطعمة وأحياناً فقدان الشهية.. وهذه الأعراض لا تأتي من فراغ، وإنما نتاج تغيرات فسيولوجية في جسم المرأة تؤثر في عمليات حيوية كالهضم والتمثيل الغذائي والتوازن الهرموني.. كما تتغير مستويات الأنسولين والجلوكوز والكولسترول والجلسريدات في جسمها، وتتمدد الأوعية الدموية، وتتوسع وكذلك يتشكل ضغطاً متزايداً على المعدة والامعاء بسبب توسع الرحم المثقل بالحمل.

هذا بالإضافة إلى متغيرات أخرى كثيرة لتدبير متطلبات الجنين.. وهو ما يستوجب بالضرورة الاهتمام بصحة الحامل ورعايتها رعاية خاصة، ومن ذلك الاهتمام بغذائها وعدم تعريضها للإجهاد الجسدي والنفسي والابتعاد عن كل ما من شأنه التأثير سلباً على الحمل.

بطبيعة الحال تتهيأ الكثير من الأمهات الحوامل لاستقبال الشهر الكريم لأداء فريضة الصيام، وبحسب ما تأكد من بعض الأمهات، فإن هناك من يرين الصوم ملائماً ومناسباً إلى حد ما في التخفيف من بعض المتاعب الملازمة للحمل.. غير أنه لا ينبغي الحكم على هذا النحو، فهناك من ليس لديهن طاقة أو قدرة على تحمله أثناء الحمل..

● الموضوع ناقشناه مع الدكتورة/هدى عبدالله السري اختصاصية أمراض نساء وولادة، حيث قالت :

- "علمياً ليس هناك ضرر على الجنين بصوم الأم إلا إذا كان الحمل مصحوباً بمضاعفات أو مشكلات، ففي هذه الحالة ننصح بالإفطار وهوما لا يمكن اعتباره حكماً جامعاً لكل الحالات.. فمثلاً في حالة مرض السكر المصاحب للحمل في الحالات البسيطة يمكن للمريضة أن تصوم إذا لم يتعارض نظامها العلاجي مع تنسيق وقت العلاج..

أما في حالة مرض السكر المعتمد على الأنسولين إذا لم تستطع الحامل التوفيق بين الصيام وأخذها أبر الأنسولين في أوقاتها فإن ذلك سيؤثر على نمو الجنين وسيتسبب في حدوث تشوهات خلقية له لا سمح الله لذلك لابد أن تفطر.

وهناك حالات تتطلب الافطار مثل التقيؤ المصاحب للحمل في الأشهر الثلاثة الأولى للحمل، لأن التقيؤ المستمر يؤدي إلى فقدان الجسم لكمية كبيرة من السوائل وعنصر الصوديوم، فضلاً عن فقدها الشهية واحتمال التعرض للجفاف ونقص مستوى السكر في الدم.

ومن المشكلات المصاحبة للحامل والتي تستدعي الإفطار ما يحدث عادة عند بعض الحالات في الأشهر الأخيرة للحمل مثل ارتفاع ضغط الدم مع البول الزلالي المسمم (تسمم الحمل) فالمريضة في هذا الحالة تحتاج إلى نظام غذائي خاص يتطلب منها أن تفطر.

كما أن بعض الأمراض مثل فقر الدم وهبوط عضلات القلب وأمراض الجهاز البولي قد يزيد الصيام من حدتها لحاجة المريضة إلى شرب السوائل بكثرة وأخذ الأدوية على فترات متقاربة".

غذاء الحامل

● يعتبر غذاء الحامل في هذا الشهر المبارك أبرز ما يجب اعتباره من الأولويات كماً ونوعاً وبصورة منتظمة.. هذا ما أشارت إليه الدكتورة هدى السري بقولها:

- "إن وجدت الحامل في نفسها القدرة على الصيام، ففي هذه الحالة ينبغي عليها الاهتمام بكمية ونوعية الأطعمة التي تتناولها، وكذا بأوقات تناولها، كأن تحرص على عدم الأكثار من تناولها في وجبة الافطار، وتوزيع هذه الوجبة على وجبتين الأولى عند الافطار وتتكون من السكريات سهلة الهضم مثل الفاكهه والسوائل.. أما الوجبة الثانية بعد أربع ساعات من موعد تناولها للوجبة الأولى، وذلك كي لا تتسبب بعسر الهضم، كما يجب أن تحرص على تأخير وجبة السحور، والاكثار من تناول الألبان والخضروات والفاكهه لاحتوائها على قيمة غذائية عالية.

وننصح الحامل أيضاً بأخذ الفيتامينات التي يقرها الطبيب وأقراص الحديد والاقلال عن الأطعمة الدهنية والمشويات والحلويات والشاي والقهوة، وعدم الاكثار من الملح، وتجنب المشروبات الغازية والبهارات الحارة كالفلفل والبسباس".

● المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني

من الشارع الرمضاني
قــراءة القرآن... مـزيّة رمضانية

كتب/عبدالله حزام

● استطاع عبدالكريم عمر/١٨ عاماً/أن يختم القرآن الكريم خلال العشرة الأيام الأولى من شهر رمضان- ويستأنف الآن قراءته مجدداً حسب قوله أما وليد الصريمي فقد تمكن من حفظ ثلاثة أجزاء قال: أجدها مناسبة لقراءة وحفظ القرآن الكريم- والأجمل تدبر آياته التي تضفي على رمضان وأجوائه طمأنينة وراحة بال لا تنتهي.

وأضاف : أحب قراءة القرآن بتدبر وتفكر لأن البعض لا يتقن ذلك ويتحدثون عن الكمّ وهذا أمر لا يليق بكتاب الله تعالى.

المساجد هي الأخرى عامرة بالذكر وقراءة القرآن وهناك من انقطع أشبه باعتكاف متقطع على الصلاة وقراءة القرآن طلباً للرحمة والمغفرة والعتق من النار.

صالح الحيمي ٧٠ عاماً ينزوي بجانب إحدى دعامات مسجد النور لا يفارق المصحف طيلة ٨ ساعات يوميا في شهر رمضان قال: منذ أن تقاعدت عن العمل وأنا أداوم على قراءة القرآن لكنه في الوقت ذاته يوجه نصحا للموظفين تحديداً خاصة أولئك الذين يتقاعسون عن الدوام في رمضان بحجة المداومة على الصلاة وقراءة القرآن في المسجد طيلة ساعات الدوام أن يتقوا الله في عباده.

أما أحمد بركات إمام مسجد فيقول : الإقبال على الله بتلاوة القرآن أمر عظيم ، لكن العمل فيه نفع للناس لقول الرسول صلى الله عليه وعلى آله وسلم : أحب الناس إلى الله أنفعهم لعباده.

ما تزال مشاهد قراءة القرآن في المسجد وعلى وسائل المواصلات وفي المحال التجارية ومقار العمل الحكومي في شهر رمضان مزية حسنة تبعث السرور في نفوس المسلمين.

يلاحظ ذلك بمجرد دخول أيام الشهر الكريم إذ يتهافت الناس على شراء المصاحف الجديدة لتبدأ حالة من الروح الإيمانية التي لا تنتهي.

وتبقى قضية أخرى في الواجهة لا تعجب كثيرين كالإنقطاع لمتابعة المسلسلات كما يفعل بعض الشباب بدلاً من قراءة القرآن ولو لساعات- خاصة وأن تلك القنوات تنضح بكل ما يثير الغرائز ودراما العيش مع الحب الموهوم، وتسطيح الوعي أيضا.

للأسف هذا ما يداوم عليه بعض الشباب إنه هدر للوقت فيما لا يفيد ولا ينفع.

ليكن شهر الصيام مرتعاً خصبا للحالة الإيمانية الروحية الخالصة التي تهيم في حب الخالق- كي نمنح أنفسنا صفاء وألقاً يقضي على بقايا الضجر البالغ الذي كنا نشعر به قبل شهر رمضان.

ولا شك أن القرآن الكريم والمداومة على تلاوته باب لهذا الصفاء الروحي والنفس الذي ننشده جميعاً.

أعلام إسلامية

عثمان بن عفان

● إنه ذو النورين.. وصاحب الهجرتين.. وزوج الابنتين.. عثمان بن عفان رضي الله عنه وأرضاه، كان عثمان بن عفان رضوان الله عليه في الذروة من قومه في الجاهلية فهو عريض الجاه.. وافر الثراء.. سابغ النعمة.. جم التواضع.. شديد الحياء. فأحبه قومه أشد الحب وأصدقه، حتى إن المرأة من قريش كانت ترقص صبيها الصغير وتقول: "أحبك والرحمان.. حب قريش لعثمان".

ولما هلّ الإسلام بنوره على مكة كان عثمان من السابقين إلى الاستضاءة بمشكاته، تزوج عثمان بن عفان برقية بنت رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم وزفتها له أم المؤمنين خديجة بنت خويلد.. ولقد كان عثمان من أبهى قريش طلعة، وكانت رقية تضاهيه قسامة وصباحة وكان يقال لها حين زفت إليه: "أحسن زوجين رآهما إنسان.. رقية وزوجها عثمان" فكانا من أول المسلمين هجرة إلى الحبشة، فلما حان رحيلهما ودعهما الرسول صلوات الله وسلامه عليه وعلى آله وهو يقول: "صحب الله عثمان وزوجه رقية.. إن عثمان لأول من هاجر بأهله بعد نبي الله لوط".

شهد عثمان بن عفان مع الرسول عليه الصلاة والسلام غزواته وحروبه كلها.. ولم يحرم من غزوة غير غزوة "بدر" فقد شغل عنها بتمريض زوجته رقية رضوان الله عليها.

ولما عاد الرسول الكريم من "بدر" وجد رقية قد لحقت بجوار ربها فحزن عليها أشد الحزن وواسى عثمان بن عفان على مصابه بها أكرم المواساة، فعده من أهل بدر وأسهم له في غنيمتها، وزوجه من ابنته الثانية أم كلثوم، فدعاه الناس "ذا النورين".. وكان زواجه الثاني من ابنة الرسول صلوات الله عليه وآله وسلم فضيلة لم يظفر بها زوج سواه.. ولقد كان إسلام عثمان رضوان الله عليه من أعظم النعم التي أنعم الله بها على المسلمين.. فما مس المسلمين ضر إلا كان عثمان أول من واساهم فيه، ولا نزل بالإسلام خطب إلا كان ابن عفان طليعة كاشفة.. فهنيئا لعثمان دعوة رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم : "ما ضر عثمان ما فعل بعد اليوم.. غفر الله لك يا عثمان ما أسررت وما أعلنت وما كان منك وما هو كائن إلى أن تقوم الساعة".

فتاوى

الشيخ/ جبري ابراهيم

● هل يصح للإمام الذي يصلي بالناس التراويح أن يجمع أربع ركعات بسلام أو أكثر وكذلك الذي يصلي منفرداً وهناك من يجمع ركعات الوتر الثلاث بسلام .. فهل هذا صحيح وكيف شبه النافلة بالفريضة؟

- يصح للإمام والمنفرد أن يجمع أربع ركعات من التراويح بسلام واحد فقد ورد عنه عليه وعلى آله الصلاة والسلام أنه صلى أربع ركعات ثم أربع ركعات ثم أوتر بثلاث كما في الحديث الصحيح عن أم المؤمنين عائشة (رضي الله عنها) قالت: "ما زاد رسول الله صلى الله عليه وعلى آله وسلم في رمضان ولا في غيره على إحدى عشرة ركعة صلى أربعاً فلا تسأل عن حسنهن وطولهن ثم صلى أربعاً فلا تسأل عن حسنهن وطولهن ثم أوتر بثلاث" وجاءت روايات أنه صلى خمس ركعات بسلام وغيرها من الصفات، والمعروف هو قول الرسول صلى الله عليه وآله وسلم "صلاة الليل مثنى مثنى فإذا خشيتم الفجر فأوتروا".. ويجوز أن يصلي الإمام والمنفرد الوتر بثلاث ركعات بسلام وليس فيه مشابهة لصلاة المغرب لأن صلاة المغرب يتوسطها التشهد وليس هذا في الوتر.

رمضان والقرآن

■ أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، بسم الله الرحمن الرحيم قال تعالى« قل أغير الله أتخذ ولياً فاطر السموات والأرض وهو يطعم ولا يطعم قل إني أمرت أن أكون أول من أسلم ولا تكونن من المشركين، قل إني أخاف إن عصيت ربي عذاب يوم عظيم» الآيات ١٤-١٥- الجزء «٧» سورة الأنعام.

من الصائمين وإليهم بهذا الشهر الفضيل تتجلى عظمة رمضان بارتباط هؤلاء الصائمين بخالقهم، الله ولي الذين آمنوا ألا خوف عليهم ولا هم يحزنون ،والذين كفروا لا مولى لهم إلا الشياطين ممن يصفدون برمضان وبالتالي تسمو فعلاً بالروح رابطة العزة الرباني لدى الصائمين في تقربهم إلى الله بالطاعات ثم تسابقهم على عمل الخيرات فتكمن بذلك حقيقة الإيمان عندهم لأنهم اتخذوا الله ولياً لهم..

عبدالعزيز المخلافي