

المهنة الرمضانية

الزكاة عبادة وشعيرة وركن من أركان الإسلام

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

وزارة الإدارة المحلية

الوقت	الفروض	الساكنة شهر رمضان لأمانة العاصمة
٤،٤٨	الفجر	
١١،٥١	الظهر	
٢،٥٩	العصر	
٥،٣٤	المغرب	
٦،٣٤	العشاء	

حديث شريف

وَيَذَكِّرُ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَفَعَهُ « مَنْ أَطْرَبَ يَوْمًا مِنْ رَمَضَانَ ، مِنْ غَيْرِ عَذْرٍ وَلَا مَرَضٍ لَمْ يَقْضِهِ صِيَامَ الدَّهْرِ ، وَإِنْ صَامَهُ . » وَبِهِ قَالَ ابْنُ مَسْعُودٍ . وَقَالَ سَعِيدُ بْنُ الْمُسَيْبِ وَالشَّعْبِيُّ وَإِبْنُ حَبِيبٍ وَإِبْرَاهِيمُ وَقَتَادَةُ وَحَمَادٌ يَقْضِي يَوْمًا مَكَانَهُ

دعاء

اللهم ارزقني فيه فضل ليلة القدر وصير

أموري فيه من العسر إلى اليسر واقبل

معاذيري وخط عتي الذنب والوزر يا رؤوفاً

بعباده الصالحين.

عبادة الثورة الرمضانية

الصوم تهذيب للنفس وصحة للجسم

الدكتور/ عبد الله سيف محمد

□ .. يعتقد البعض -خطأ- أن رمضان هو الصيام عن الأكل والشرب فقط وبعد ذلك يلتهمون كمية كبيرة من الأطعمة المختلفة دون مراعاة لنوعياتها وقيمتها الغذائية متناسين بأن الصوم هو تهذيب للنفس وعلاج فعال لجسم المسلم بما يحويه من أجهزة وأعضاء مختلفة.

لذا فعندما قال الرسول الأعظم صلى الله عليه وآله وسلم بأن المعدة بيت الداء والحمية خير دواء لا يقصد من وراء ذلك بأن المعدة مركز الأمراض ومصدها، ولكن رسولنا الكريم هدف من وراء ذلك إلى الإشارة بأن هذا الكيس اللحمي الذي يتولى هضم الطعام يتأثر بشكل كبير إذا ما تم اتخامه بالطعام وما يسبب بالدورة انعكاسات سلبية على أعضاء الجسم الأخرى كالنكس الذي يتلقى جميع أنواع السموم وكذلك يكاد يكون نفس الوضع ينطبق على الكلى أيضاً التي لا تسلم من التأثير بسبب عدم الالتزام بالشروط الغذائية الصحية السليمة.

أما القلب والدورة الدموية فهما لا يسلمان من انعكاس ذلك فإذا زادت الدهون زاد الكوليسترول في الدم وسبب ذلك مشاكل صحية للقلب والدماغ.

من هنا ننصح الصائمين بأن يستفيدوا من الصيام كفرصة لا تتكرر سوى مرة واحدة كل عام، حيث أثبتت الدراسات الطبية أن الصيام يعد علاجاً فعالاً للكثير من الأمراض كالسمنة وغيرها ، حيث تقل الدهون في الدم ، فهو راحة للجسم والعقل معا .

مع الإشارة إلى وجود العديد من الأمراض التي تتطلب استشارة الطبيب في الصوم من عدمه كقرحة المعدة أو الاثنى عشر، وإتباع حمية غذائية سليمة فالله سبحانه وتعالى أجاز للمريض الإفطار إذا كان الصوم سوف يؤثر على صحته أو نحوه.

خاصة وأن في هذا الشهر تنتشر عادات غذائية خاطئة كالإكثار من تناول البهارات الحارة والمقلبات والدهون ، بل والحلويات وبمكيات كبيرة وفي أوقات مختلفة.

الأمر الذي يتسبب في الكثير من الأمراض والمشاكل الصحية للصائمين ولعل هذا ما يفسر لنا سر الإقبال الكبير على أدوية التلبك المعوي أو عسر الهضم أو قرحة المعدة وآلم الأسنان في هذا الشهر الكريم.

لذا ننصح الصائمين بعدم الإفراط في تناول الدسومات والدهون في رمضان والإقلاع عن تناول والحلويات وتنتظف الأسنان جيداً ونسال الله تعالى لجميع صوما مقبولاً وذنبا مغفوراً إن شاء الله.

المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني

رمضان والقراءات

□ .. أعوذ بالله من الشيطان الرجيم بسم الله الرحمن الرحيم قال الله تعالى: (قل هو الله أحد ، الله الصمد، لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفوا أحد) صدق الله العظيم.

برغم صغر هذه السورة (٤) آيات سورة الاخلاص الجزء الثلاثون إلا أنها تعتبر ثلث القرآن الكريم في الأجر عند الله سبحانه وتعالى عما يشركون.

فسورة الاخلاص على صلة (بالتوحيد) بالمشاهدتين

أشهد أن لا إله إلا الله وأشهد أن محمداً رسول الله.

عبد العزيز المخلافي

بعض النقود وذلك من خلال خروجهم إلى الأحياء ووقوفهم أمام المنزل الذي يختارونه ويؤدون (التسمية):

بامسا جبت أمسي عندكم .. بامسا ياخرايا منكم .. بامسا جبت أمسي عندكم.. بامسا زوجوني بنتكم .. بامسا والله ما اشتي إلا ريال.. بامسا تقسمه بين العيال.. وغيرها الكثير من الإشعار المتنوعة في مضامينها والحنانها لا يتسع المجال لنذكرها.

كان أهل البيت المعننين بالتمسة يضعون بقشة في لفاقة صغيرة من القماش ويحرقون هذه اللفاقة ويقذفونها إلى بين أيدي الأطفال وهي تشتعل لكي يهتدي الأطفال لالتقاطها نظرا لظلمة الليل التي تخيم على الشوارع أو الحي في الماضي.

وكان إذا تأخر أهل البيت عن القاء النقود فإن الأطفال يستحثونهم بهذه الأهروجة:

حرق وانذق يا قليم الذرة.. من قلم له قلم..

وإذا ما تجاهل أهل البيت وجود هؤلاء الأطفال في الشارع وأعرضوا عن القاء النقود ربما لأنهم لا يملكونها فإن الأطفال يتوعدون أهل البيت بهذه الأهروجة:

قل للملك ينزل وإلا طلعنا له باربع مية عسكر وألف خيالة

أخيراً: كم يحزنني طغيان المادة على القيم الروحية وكم يخيفني التسليم بطغيان ثورة الاتصالات والمعلومات على كل هوية.

والأدهى والأمر من هذا هو أننا ندري وندري باننا ندري.

التقاء/علي الشرجي

□ .. بابا عبدالرحمن مطهر الصديق الحميم لكل أطفال اليمن .. ومن لا يعرف (مسعد) وحكاياته الشيقة مع (مسعدة) كل صباح - آثري.

مرت عليه من التجارب والسنين ما يكفي للوقوف أمام المتغيرات والمفارقات بين رمضان الأمس البعيد ورمضان اليوم.

يقول إن التحول الذي طرا على حياة الشعوب والمجتمعات قد غير الكثير من العادات الرمضانية الجميلة مثل: صلة الترحم والتعاون والتكافل الذي كان يسود علاقات الناس بعضهم بعضاً.

كان النصيب الأوفر من هذا الترحم والعتاء للجار الغربي .. كان الناس يتعاملون مع رمضان ومع الله ومع بعضهم البعض .. وكانهم يستنشقون رائحة الجنة التي فتحت أبوابها.

أما اليوم لا يرى - بابا عبدالرحمن مطهر شيئاً من ذلك- حيث أختفت تلك الصلات الحميمة وأصبح الإسراف والتهاوي بأنواع الأطعمة والمشروبات والحلويات وتغيير الديكور والأثاث والسيارة الفخمة بموديل أفخم عند الأثرياء وأصبح مظهراً اجتماعياً -كما يقول- وهذا يتعارض مع مفهوم التهذيب الديني والإنساني والتربوي للصيام ، كما يتبرح حفظة الفقراء - وربما- يدفعهم للتقليد الأعمى.

بابا عبدالرحمن -يتذكر- الطفل عبدالرحمن - والطفولة زمان- يتذكر أنه كان أكثر سعادة مثل بقية أقرانه في ليالي رمضان والتي كانت تعد بالنسبة لهم موسماً للحصول على



(بابا) عبدالرحمن مطهر

السواك فضله وفوائده

د/جميل محمد حلمي
نائب عميد كلية طب الأسنان

□ .. السواك مشتق من ساك الشيء إذا دلته وقيل أنه مشتق من التساوك وهو التمايل والتردد لأن المتسوك يردد الطود في فمه ويحركه وأحسن أنواع المساويك هي التي تتخذ من جذور شجر الأراك ويفضل أن يكون رطباً غير جاف وحراراً حارفاً وحجم المساوك في حجم استدارة الأصبع وطوله عادة ١٥-٢٥ سم ويفضل عدم بل المساوك بالماء لأنه يفقده كثيراً من العناصر الفعالة ويستحسن قص الجزء المستخدم كل ٢٤ ساعة.

وقد وردت أحاديث كثيرة تؤكد فضل السواك ، عن عائشة رضي الله عنها عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم (السواك مطهرة للفم مرضاة للرب) وقال الرسول صلى الله عليه وآله وسلم : (لأن أصلي ركعتين بسواك أحب من أن أصلي سبعين ركعة بغير سواك).

ويكره الاستيكاك بعود الريحان والرمان قال الرسول صلى الله عليه وآله وسلم: (لا تستاكوا بعودي الريحان والرمان فإنهما يحركان عرق الحذام).

وفي السواك عشر خصال مرضاة للرب مسخطة للشيطان، مفردة للملائكة ، جيد للثة، مذهب للثوس ، يجلو البصر، يطيب الفم، يقلل البلغم، ويزيد من الحسنات.

إن المساوك يفوق جميع الوسائل والطرق المستعملة لتنظيف الأسنان بالمساوك منقذ التي يقوم مقام الفرشاة لاحتوائه على ألياف سيلولوزية طبيعية خير من الباف الفرشاة الصناعية كما أن المساوك يحتوي على مواد عديدة مطهرة مثل العفص ، مواد مبيدة للجراثيم ومادة معطرة للفم ومادة مملعة للأسنان ومادة قابضة توقف الزيف وتشد اللثة.

وقد أعلن الدكتور/ كيتشا كيويدل/ أن السواك يحتوي على مادة تمنع النخر السنوي وقد أعلن ذلك في المؤتمر الثاني والخمسين للجمعية الدولية لأبحاث الإنسان بأمريكا.

وأما ألياف المساوك فهي أفضل من شعيرات الفرشاة.

مدرسة الصوم

فيصل علي

□ .. لوحة ليست خيالية الجوامع لاتسع المصلين حتى في صلاة الفجر ماذا فعلت بالناس يا رمضان، وماذا فلك ليتسابقوا على الخيرات وأداء الفرائض الجماعية، صوم جماعي، صلاة جماعية، الإمساك الجماعي بنفس الوقت، الإفطار الجماعي بنفس الوقت، لا يشرع المستعجل ولا يتقدم أحد على أحد في شيء.

الله.. ما كل هذا الانضباط ، بل ما كل هذا الحرص على الخيرات، قل لي يا رمضان: ماذا فعلت بالناس، كيف استطعت أن توزع كل هذا الحب عليهم نعم انه حب العبادات، حب الطاعات، حب القربات، إن كل هذه العبادات تجعلنا نقف أم رمضان ، إنه مدرسة تغيرية ليست كالمدراس العادية، فالكل يتغير نحو الأفضل ، فلماذا لا يستمر هذا التغيير طوال العام؟، قد يقول قائل: لأن الشياطين تصفد في رمضان، وأقول، نعم إنها تصفد لكثراً تقوم به من طاعات ومن قربات، ولو استمر الإنسان في طاعاته وقرباته وحبه لأخوانه وجيرانه ومجتمعه لتصفدت الشياطين



طوال العام. إن الإنسان المتطور المتغير نحو الأفضل سيجعل من رمضان قفزة نوعية لما بعده من المشهور والعادي الذي أتى على غفلة منا، ولا نستطيع أن نكرمه ، في حضوره وفي غيابته، بل هو ضيف عزيز جداً على قلوبنا التي يزيدها حبا واطمئناناً وتراحماً، وليغترف من هذه المدرسة الرمضانية كل محب للخير ما استطاع ، فالثواب المضاعف فيها يجعلنا نتسابق، فالنافلة بفريضة والفريضة بسبعين ، وخزائن الله مليئة ، وفي ذلك فليتنافس المتنافسون.

تصل إلى التحريم.

□ .. إذا طهرت المرأة مع الفجر فهل تصوم ويحسب لها هذا اليوم؟

● إذا طهرت المرأة مع الفجر فتغتسل وتصوم ويحسب لها هذا اليوم وإذا طهرت بعد مضي وقت الوجوب فلا تصوم ولكن تصلي الأوقات التي طهرت فيها.

□ .. هل يصح صوم من تستعمل حبوب منع الحمل هروياً من الدورة الشهرية فتحررها صوماً؟

● الصوم صحيح وليس عليها إنم والأصل أن ترضأ بقضاء الله في بنات حواء ولكن إذا تسببت في أعتلالها فيكون مكروهاً لا مستحلباً وإذا تسببت في ضرر أو مرض فقد

فتاوى

الشيخ/ جبري إبراهيم



ربيعة بن كعب

□ .. قال ربيعة بن كعب: كنت فتى حديث السن لما اشترقت نفسي بنور الإيمان وامتلاً فؤادي بمعاني الإسلام ولما اكتحلت عيناى بمرأى رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم أول مرة أحببته حبا ملك علي كل جارة من جوارحي..

وأولعت به ولما صرفني عن كل ما عداه .. فقلت في نفسي ذات يوم: ويحك يا ربيعة لم لا تجرد نفسك لخدمة رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم. إعرض نفسك عليه فإن رضي بك سعدت بقربه وفرزت بحبه وحظيت بخبري الدنيا والآخرة .. ثم ما لبثت أن عرضت نفسي على رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم ورجوته أن يقبلني في خدمته .. فلم يخيب رجائي ورضي بي أن أكون خادماً له.

فصرت منذ ذلك اليوم الزم للنبي الكريم من ظله أسير معه أينما سار ، وأدور في فلكه كيفما دار فما رأى بطرفه مرة نحوي إلا مثلت واقفا بين يديه .. وما تشوف لحاجة من حاجاته إلا وجدني مشرعاً في قضائها .. وكنت أخدمه نهاره كله فإذا انقضى النهار وصلى العشاء الأخيرة ، وأوى إلى بتيهه أهم بالانصراف..

قال له رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم إلا تتزوج يا ربيعة .. فقال له ربيعة: ما أحب أن يشغلني شيء عن خدمتك يا رسول الله.. ثم إنه ليس عندي ما أمهر به الزوجة ولا ما أقيم حياتها .. فسكت ثم رأني ثانية وقال: ألا تتزوج يا ربيعة .. فأجبتني بمثل ما قالت في المرة السابقة، لكن ما أن خلى لوحده حتى ندم على ما قاله لرسول الله صلى الله عليه وآله وسلم وقال: ويحك يا ربيعة ما يدرك ما يتمناه لك رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم من خير .. وما هي إلا أيام وليال حتى تزوج ربيعة فكان الخير مقيماً في داره ، جزاء حبه لرسول الله صلى الله عليه وآله وسلم وسلم فما من شخص بذل نفسه فدءاً لوجهه الله تعالى ونبيه الكريم مثل ربيعة بن كعب .. فهنيئاً لربيعة ما دعا له رسول الله بفوزه بالجنة في الآخرة والخير والبركة في الدنيا .. رحم الله ربيعة بن كعب..