



وقفات رمضانية

أيها الصائم

لقد بين الله سبحانه وتعالى لنا بعضاً من أسرار التشريع وحكم التكليف في آيات كثيرة من كتابه المبين؛ شحذاً للأذهان أن تفكر وتعمل، وإيماء إلى أن هذا التشريع الإلهي الخالد لم يبق إلا على ما يحقق للناس مصلحة، أو يدفع عنهم ضرراً، وليرزاد إقبال النفوس على الدين قوة إلى قوة.

وحيث أمرنا بالصيام ذكر حكمته وفائدته الجامعة بكلمة واحدة من كلامه العجيز، فقال - عز وجل -: «يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون» (البقرة: 183).

فالتقوى هي الحكمة الجامعة من تشريع الصيام، بل انظر إلى قول رسول الله - صلى الله عليه وسلم - عن آداب الصائم - كما في الصحيحين -: «الصيام جنبه - أي وقاية - وإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب» رواه البخاري، وسلم. فقد قدم الحكمة من الصيام ثم بين آدابه؛ ليكون أوقع في النفس، وأعمق الأثر. وما دام الإسلام لا ينتكر للعقل، ولا يخاطب الناس إلا بما يتفق مع التفكير السليم، والمنطق القويوم ولا يامر من التشريع بشيء إلا إذا كانت المصلحة تحتم العمل به أو تركه - لم يكن علينا ما خرج حين ننظر في أسرار التشريع وبيان فوائده. وما يرح الناس في كل عصر برون من فوائد التشريع ما يلقى مع تفكيرهم، ومصالحهم، وهذا دليل على أن هذا التشريع من لدن حكيم خبير، أحسن كل شيء خلقه ثم هدى.

أخي الصائم

ينفرد الصوم من بين العبادات بأنه قمع للغرائز عن الاسترسال في الشهوات، التي هي أصل الميلاء على الروح والبدن، وقلم لأهواء الجوارح عن أهيات اللذات، ولا مؤدب للإنسان كالكنيع لضراوة الغرائز فيه، والحد من سلطان الشهوات عليه.

بل هو في الحقيقة نصر له على هذه العوامل التي تدنس نفسه، وتبعد عن الكمال.

وكما يحسن في عرف التزينة أن يؤخذ الصغير بالشدّة في بعض الأحيان، وأن يغالب بالحجرمان من بعض ما تعلّمه عليه نفسه - فإنه يجب في التربية الدينية للكتاب المطلق أن يؤخذوا بالشدّة في أحيان مقابلة كمواظبت الصلاة - وإنها لكبيرة إلا على الخاشعين» (البقرة: 45)، أو سباعدة كشر رمضان، أن في الصوم جوعاً للبدن، وشبعاً للروح، وإضواء للجسم، وتقوية للقلب، وهبوطاً بالذلة، وسمواً بالنفوس.

في الصوم يجد المؤمن قرأاً لمناجاة ربه والاتصال به، والإقبال عليه والانس بذكره وثلاوة كتابه.

هذه بعض أسرار الصوم وآثاره، وهذا هو ما كان يفهمه السلف الصالح من معاني الصوم، وبذلك كانوا معجزة الإسلام في الثبات على الحق والدعوة إليه والتخلق به، فلم تر الإنسانية من مضاهيم بسمو أنفسهم وتبل غاياتهم وبعد مهمهم وإشراقه أرواحهم وهدياً قلوبهم وحسن أخلاقهم.

من فرائده في كتاب الله عز وجل قبل أن يموت «إن المتقين في جنات ونهر في مقعد صدق عند مليك مقتدر».

قد يقول قائل: هذه قصص السابقين وحكايات الغابرين، أما الآن فلا يوجد مثل ذلك. نقول له: لا يل لأيزال الله يظهر حسن خاتمة من تمسك بكتابه ليدرك على صدق هذا الكتاب الذي من تمسك به نجا.

فهذا شيخ القراء بمجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف بالمدينة المنورة الشيخ عامر السيد عثمان، ابتلاه الله قبل وفاته بسبع سنين يمرض قطع أحياله الصوتية فأصبح قارئ القرآن بلا صوت، هل يسكت أو يتوانى ويعجز؟ لا يل ظل يدرس لزامته عن طريق حركة الشفاهة والإيماءات والشهيق حتى جاءه مرض الموت فأصبح قصيد الأسرة البيضاء في المستشفى، وقبل وفاته بثلاثة أيام سمعه أهل المستشفى يقرأ القرآن بصوت جهوري عذب ندي لمدة ثلاثة أيام حتى ختم فيهن القرآن من الفاتحة إلى الناس، ثم أسلم الروح إلى بارئها فرحمه الله رحمة واسعة. (الجزء من جنس العمل للفقاهي 434/2) نقلًا عن المجلة العربية (عدد 171 ص70).

وما هو الشيخ محمد بكر إسماعيل صاحب كتاب الفقه الواضح وغيرها من المصنفات الكثير. هذا الرجل حفظ القرآن وهو ابن ست سنين ثم فقد بصره فلم يياس بل تعلم القراءات العشر ثم التحق بالأزهر وحصل على الماجستير والدكتوراه حتى أصبح أستاذًا في التفسير وعلوم القرآن، وظل حياته يتعلم ويعلم ويؤلف الكتب حتى الليلة السابقة قبل وفاته ليلة كان يكتب كتاباً عن الأخلاق الإسلامية فكان آخر ما كتب في هذا الكتاب فصل «الإخلاص لله في القول والعمل» ثم لما كانت الليلة التالية قام لله يصلي فقرأ في الركعة الثانية «يا أيها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنتي». ثم رجع، ثم قام، ثم هوى ساجداً، فكانت آخر سجدة في حياته، وبيعت امرء على ما مات عليه. (جريدة الأهرام المصرية 25 يناير 2006).

فانظر لنفسك أخي في الله أي خاتمة تحب أن تختم حياتك بها، فإذا أردت حسن الخاتمة فالحق بهذا الركب واحفظ القرآن وتديره واعمل به كي تكون من الناجين واجعل من رمضان اتصالاتك نسأل الله حسن الخاتمة.

قصص أهل القرآن عند الموت

لأن شهر رمضان هو شهر القرآن فتعالى معي عزيزي القارئ لأهدي لك هذه الهدية في رمضان من قصص أهل القرآن فإذا أردت أن تعيش سعيداً فعيش مع القرآن، قال تعالى «قل بفضل الله وبرحمته فبذلك فليفرخوا فو خير مما يجمعون» (يونس: 58)، قال بعض السلف: «فضل الله الإسلام ورحمته القرآن»، وقال بعضهم: «فضل الله القرآن ورحمته أن جعلنا من أهله»، فمن أدركه فضل الله ورحمته كان من أهل القرآن، ومن كان من أهل القرآن رزقه الله فرحاً يجده في قلبه، فرحاً حقيقياً ناجماً عن سكون القلب واطمئنائه «الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب» (الرعد: 28)، وإذا أردت أن تموت حميداً فعيش مع القرآن، وإليك أخي الكريم هذه الطائفة من القصص تحكي لك فيها اللحظات الأخيرة من حياة بعض حاملي القرآن عبر تاريخ المسلمين.

فهذا عبد الله بن عباس ترجمان القرآن الذي دعى له النبي - صلى الله عليه وسلم - فقال: «اللهم فقهه في الدين وعلمه التأويل» فوهب حياته لتعلم القرآن وتفسيره وما فيه من أحكام وأسرار، يعتمد على تفسيره كل من أتى بعده، ظل على هذا الحال حتى مات فلما ذهبوا به ليدفنوه يدخل نعشه طائر لم ير مثل خلقته من قبل ولم ير خارجاً منه «يا أيها النفس المطمئنة» (الفجر: 27) وسمعوا بعد دفنه صوتاً على شفير القبر لا يدرى من القائل «يا أيها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنتي».

وأخر وهو أبو جعفر يزيد بن الققاع المدني صاحب القراءة المشهورة من القراءات العشر رجل عاش حياته للقرآن وعي القرآن في صدره فلما مات غسلوه فظنوا ما بين نحره وفؤاده - منطقة الصدر - فوجدوا فيها كورقة المصحف فيقول نافع عولي ابن عمر وهو ممن غسله: فما شك من حشره أنه نور القرآن.

أما شيخ الإسلام وثعلبة الأنعام أحمد بن عبد الحليم بن تيمية الذي عاش حياته في سبيل الله، يجاهد بالكلمة والستان، سجنه أعداؤه في آخر حياته فانكب على تفسير القرآن، نزّعوا الأوراق من بين يديه فكان يكتب على الجدران، حتى منعه من الأقلام فكان يكتب على تلاوة القرآن يختمه الختمة تلو الختمة حتى كان آخر ما قال

- قال لقمان لابنه «يا بني حملت الجدول والحديد وكل شيء ثقيل فلم أحمل شيئاً هو أثقل من الجار السوء وذقت المرار فلم أذق شيئاً أمر من الفقر».

- يا بني احضر الجنازة ولا تحضر العرس فإن الجنازة تذكرك الآخرة والعرس يشبهك الدنيا.

- يا بني لا تكن حلوا فتبلع ولا مرا فتلتفط.

- يا بني إذا أردت أن تؤاخي رجلاً فأغضبه قبل ذلك فإن انصفاك عند غضبه والأ فاحذر.

- يا بني لا تؤخر التوبة فإن الموت يأتي بغتة.

- يا بني أن الذهب يجرب بالنار والعبد الصالح يجرب بالبلاء فإذا أحب الله قوما ابتلاهم فمن رضى فله الرضى ومن سخط فله السخط.

- يا بني مع دنياك باخرتك لريحهما جميعاً ولا تبع آخرتك بدنياك تخسرهما معاً.

ابتهال

يا أجود من أعطي
ويا خير من سئل
ويا أرحم من استرحم
أرحم ضعفي وقلة حيلتي وأعفني من وجعي



فضل الصيام في القرآن والسنة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه ما تقدم من ذنبه

3. مرتبة الفضلة

ولتأمل النظرة النبوية للطعام في قوله صلوات ربي وسلامه عليه: «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمت ثقيمن صلبه، فإن كان فاعلاً قللت طعامه وثقلت لشرايه وثقلت لنفسه أن أشراً ما يملأ البطن، ومعلوم بالحس والتجربة والخبر الطبي أن أكثر ما يضر القلب والبطن امتلاء البطن والمعدة فالبطن إذا امتلأ بالطعام ضاقت عن الشراب... وإذا شرب الإنسان ضاقت عن النفس ووجد جهداً ومعاونة كبيرة في تنفسه وكأنه يحمل أثقالاً على صدره!

لحظة من فضلك

كثير من الناس فهم شهر رمضان فهما خاطأً وأوضح ما يدل على ذلك الطوائف التي تشددا كافة مؤسسات مجتمعاتنا بدءاً من الأفراد والأسر وانتهاء بالمجتمع كله والمعامل في حال الأمة الإسلامية والأمة العربية على وجه الخصوص بجد أن الأمة ممثلة في أفرادها تشعن طوائفاتها وكأنها مقبلة على موسم جفاف وقحط ومجاعة لا تبقى ولا تدر، فاسلمون يستقبلون ضيفهم بإفراغ جيوبهم عند التجار... تجار الأطعمة والأشربة، والقليل الأمور قبلاً من أن يكون شهر رمضان شهر الصيام والإقبال من الطعام... صار شهر الطعام والإكثار منه إلى حد غريب، ويخرج المسلم من رمضان ممثلي الجسم غليظ الكرش لا ممثلي المصحف بالأعمال الصالحة والחסنات وأتواغ القرب والمطاعات فهل تستطيع أن تجعل هذا العام مستخفاً عن سابقه؟ يمكنك ذلك أن تخلّصت عن سلع الدنيا ورغبت في سلة الله إلا وهي الجنة... الجنة... الجنة... الجنة.

الحديث أثبت أن الصيام يمكن الجسم من أداء وظائفه الحيوية

ويخفف الوزن بسهولة ويعطي فرصة للأنسجة والأعضاء لمصاية يشي من التلّخ أو الاحتقان أو الانتهاب للشفاة فالجسم يتغذى خلال فترة الصوم بالنسجة الداخلية فإن كان ثمة شيء من الاحتقان أو الانتهاب أو التلّخ قد بدأ يصيب الأنسجة، فإن أول ما يتهدم منها الخلايا لمصاية فتتأكسد ويتخلص الجسم منها.

كما أنه يذيب ما قد بدأ يتكون من الحصيات والي وأسب الكلىة والزوائد اللحمية وأنواع البروز والنمو الخبيث ويجسّن الوظائف العامة في الجسم، ويعيد الشباب للخلايا والأنسجة ويظهر الأنسجة من الفضلات السامة التي تراكت في الجسم ويحرك سكر الكبد والدهون الاحتياطية المتركمة تحت الجلد وبروتينات العضلات والغدد.

كما تقوم كافة الأعضاء بالتضحية بما تدخره من مخزون احتياطي لكي تحافظ على بقاء الدم والقلب والمخ في حالة طبيعية، ويؤمن راحة فيزيولوجية للقناة الهضمية والجهاز العصبي المركزي ويعيد عملية الاستقلاب في الجسم إلى طبيعتها، ويساعد الكلية على الإبقاء على اليوتاسيوم والسكر في الدم بشكل متوازن كما أنه علاج قد يعد الوحيد لعدد من الأمراض وهذا يكفيه من الريح وإن كان هذا على صعيد الفوائد المادية أما على الصعيد المعنوي فلا حصر لفوائده لأن سمو الروح الذي يتحصل عليه الصائم ومغفرة الذنوب وراحة القلب وطمأنينة النفس لا يمكن الحصول عليها بكنوز الأرض كلها!

مراتب الطعام

من المعلوم أن مراتب الغذاء ثلاثة كما ذكرها ابن القيم - رحمه الله - في تحفته (زاد المعاد):

1. مرتبة الحاجة
2. مرتبة الكفاية

يقول تعالى: «يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون» (البقرة: 183)

ويقول تعالى: «شهر رمضان الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان فمن شهد منكم الشهر فليصمه ومن كان مريضاً أو على سفر فعدة من أيام أخر يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون» (البقرة: 185).

أحاديث شريفة

روى البخاري ومسلم عن النبي صلى الله عليه وسلم قوله «من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه» وعن سلمان بن عامر - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم «إذا أفطر أحدكم فليطعم على تمر، فإنه بركة، فإن لم يجد تمراً فإماء له طهور».

وعن أنس - رضي الله عنه - قال: «كان رسول الله صلى الله عليه وسلم: يظفر على رطبات قبل أن يصلي، فإن لم تكن رطبات فتمرات، فإن لم تكن ثمرات خشاً خسوات من ماء».

الحكمة من وصية الرسول صلى الله عليه وسلم بالأفطار على التمر

كان من هديه صلى الله عليه وسلم الإفطار على التمر ومن وراء هذا الهدى النبوي حكمة رائعة، وإن فيه هدياً طبياً وصحياً عظيماً.

لفد اختيار النبي صلى الله عليه وسلم هذه المأكولات دون غيرها، لأن أهم شيء يجب تزويد الصائم به حال قطره هو طاقة جديدة تعرض ما فقدته في نهار صومه.

والطاقة تأتي من تناول غذاء في صورة مادة دهنية أو سكرية أو بروتينية، ثم تتحول بالهضم إلى عناصرها الأولية، فتتمص إلى الدم ويحترق جزء منها بالأنسجة مولدا الطاقة.

وأسرع شيء يمكن امتصاصه ونهائه إلى الدم هو المواد السكرية والنشوية وبخاصة تلك التي تحتوي على سكر أحادي (غلوكوز) أو ثنائي (سكروز) ويحتوي الجزء المأكول من التمر على 87 في المئة من الوزن، وبه مواد سكرية حوالي 73 في المئة من وزن الجزء المأكول، 2.2 في المئة بروتينات، 6 في المئة دهون وحوالي 22 في المئة ماء.

فتناول الرطب أو التمر يزود الجسم بمادة سكرية بكمية كبيرة فضلاً عن السرعة في التزويد، لأن المعدة والأمعاء خاليتين ومستعدتان للعمل والامتصاص السريع وبخاصة في وجود نسبة الماء العالية في الرطب.

ماذا يريح صائم رمضان؟

الصائم لرمضان يريح ربحاً لا حد له فلو لم يريح سوى أنه: يريح الجهاز الهضمي ويمتص أغشية الجسم فرصة للتخلص مما يتجمع حولها من النفايات والمواد الحامضية والتوكسينات التي تتولد في الجسم باستمرار ويعطي راحة تامة للأعضاء الحيوية الهامة ويوقف امتصاص الأغذية التي تتحلل داخل الأمعاء ويخلص القناة الهضمية من الجراثيم والتخمرات.