الصباح الإسلامية
08
العدد 1913 - السنة السابعة
الثلاثاء 17 رمضان 1435 - الموافق 15 يوليو 2014
Tuesday 15 July 2014 - No.1913 - 7th Year

«وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ»

الدعاء في العـ

العباد يغفلون عن سؤال من يقضي الحاجات كلها ولا يعجزه شيء وهو الغني عن العالمين وهم فقراء إليه

لا مؤمن إلا ويعلم أن النافع الضار هو الله سبحانه وأنه تعالى يعطي من يشاء ويمنع من يشاء

الحمد لله الكريم الوهاب، خلق خلقه من تراب، غافر الذنب وقابل التوب شديد العقاب، ذي الطول لا إله إلا هو إليه المصير، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمدًا عبده ورسوله، صاحب الوجه الأنور والجبين الأزهر، إمام الأنبياء وسيد الحنفاء، صلوات الله وسلامه عليه وعلى آله وأصحابه وأتباعه، الذين آمنوا وهُدوا إلى الطيب من القول، وهدوا إلى صراط الحميد.

عندما تنزل الحاجة بالعبد فإنه ينزلها بأهلها الذين يقضونها، وحاجات العباد لا تنتهي، يسألون قضاءها المخلوقين، فيجابون تارة ويردون أخرى، وقد يعجز من انزلت به الحاجة عن قضائها، لكن العباد يغفلون عن سؤال من يقضي الحاجات كلها؛ بل لا تقضي حاجة دونه، ولا يعجزه شيء، غني عن العالمين وهم مفتقرون إليه، إليه ترفع الشكوى، وهو منتهى كل نجوى، خزائنه ملأى، لا تغيضها نفقة، يقول لعباده ﴿إِنَّمَا قَوْلُنَا لِشَيْءٍ إِذَا أَرَدْنَاهُ أَنْ نَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ﴾

كل الخزائن عنده، والملك بيده ﴿تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [الملك] ﴿وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنَزِّلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَعْلُومٍ﴾ [الحجر]، يخاطب عباده في حديث قدسي فيقول: (يا عبادي لو أن أولكم وآخركم وإنسكم وجنكم قاموا في صعيد واحد فسألوني فأعطيت كل إنسان مسألته ما نقص ذلك مما عندي إلا كما ينقص المخيط إذا أدخل البحر) [رواه مسلم 2577] ويقول سبحانه: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ﴾ [فاطر].

لا تنقص خزائنه من كثرة العطايا، ولا ينفد ما عنده، وهو يعطي العطاء الجزيل ﴿مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ﴾ [النحل: 96] قال النبي عليه الصلاة والسلام (يدُ الله ملأى لا تغيضها نفقة سحاءُ الليل والنهار، أرأيتم ما انفق منذ خلق السماء والأرض؟ فإنه لم يغض ما في يده، وكان عرشه على الماء وبيده الميزان يخفض ويرفع) [رواه البخاري 684 ومسلم 993].

هذا غنى الله، وهذا عطاؤه، وهذه خزائنه، يعطي العطاء الكثير، ويجود في هذا الشهر العظيم، لكن أين السائلون؟ وأين من يحولون حاجاتهم من المخلوقين إلى الخالق؟ أين من طرقوا الأبواب فأوصدت دونهم؟ وأين من سألوا المخلوقين فردوا؟ أين هم؟ دونكم أبواب الخالق مفتوحة! يحب السائلين فلماذا لا تسألون؟.

لماذا الدعاء؟! لا يوجد مؤمن إلا ويعلم أن النافع الضار هو الله سبحانه، وأنه تعالى يعطي من يشاء، ويمنع من يشاء، ويرزق من يشاء بغير حساب، وأن خزائن كل شيء بيده، وأنه تعالى لو أراد نفع عبد فلن يضره أحد ولو تمالأ أهل الأرض كلهم عليه، وأنه لو أراد الضر بعبد لما نفعه أهل الأرض ولو كانوا معه، لا يوجد مؤمن إلا وهو يؤمن بهذا كله، لأن من شك في شيء من ذلك فليس بمؤمن، قال الله تعالى: ﴿وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ يُصِيبُ بِهِ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [يونس: 107].

نعم والله لا ينفع ولا يضر إلا الله تعالى ﴿إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فَإِلَيْهِ تَجْأَرُونَ﴾ [النحل: 53].

﴿وَإِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فِي الْبَحْرِ ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِيَّاهُ﴾ [الإسراء: 67] سقطت كل الآلهة، وتلاشت كل المعبودات وما بقي إلا الله تعالى ﴿ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِيَّاهُ﴾ [الإسراء: 67] ﴿قُلْ فَمَنْ يَمْلِكُ لَكُمْ مِنَ اللَّهِ شَيْئًا إِنْ أَرَادَ بِكُمْ ضَرًّا أَوْ أَرَادَ بِكُمْ نَفْعًا﴾ [الفتح:11]

لا يسمع دعاء الغريق في لجة البحر إلا الله، ولا يسمع تضرع الساجد في خلوته إلا الله، ولا يسمع نجوى المكلوم المظلوم وعبرته تتردد في صدره، وصوته يتحشرج في جوفه إلا الله، ولا يرى عبرة الخاشع في زاويته والليل قد أسدل ستاره إلا الله ﴿وَإِنْ تَجْهَرْ بِالْقَوْلِ فَإِنَّهُ يَعْلَمُ السِّرَّ وَأَخْفَى ﴿7﴾ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى﴾ [طه:8] يغضب إذا لم يسأل، ويحب كثرة الإلحاح والتضرع، ويحب دعوة المضطر إذا دعاه، ويكشف كرب المكروب إذا سأله ﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ﴾ [النمل:62].

روى أبو هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «ينزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر فيقول: من يدعوني فأستجيب له؟ من يسألني فأعطيه؟ من يستغفرني فأغفر له؟» [رواه البخاري 7494 ومسلم 758].

الله أكبر، فضل عظيم، وثواب جزيل من رب رحيم، فهل يليق بعد هذا أن يسأل السائلون سواه؟ وأن يلوذ اللائذون بغير حماه؟ وأن يطلب العبادُ حاجاتهم من غيره؟ أيسألون عبيدا مثلهم، ويتركون خالقهم؟! أيلجأون إلى ضعفاء عاجزين، ويتحولون عن القوي القاهر القادر؟! هذا لا يليق بمن تشرف بالعبودية لله تعالى، يقول النبي صلى الله عليه وسلم (من نزلت به فاقة فأنزلها بالناس لم تسد فاقته، ومن نزلت به فاقة فأنزلها بالله فيوشك الله له برزق عاجل أو آجل) [رواه أبو داود 1645 والترمذي وصححه 2326].

فضل الدعاء

إن الدعاء من أجل العبادات، بل هو العبادة كما قال النبي صلى الله عليه وسلم، ذلك لأن فيه من ذل السؤال، وذل الحاجة والافتقار لله تعالى والتضرع له، والانكسار بين يديه، ما يظهر حقيقة العبودية لله تعالى، ولذلك كان أكرم شيء على الله تعالى كما قال النبي عليه الصلاة والسلام (ليس شيء أكرم على الله من الدعاء) [رواه الترمذي وحسنه 3370 وابن ماجه 3829].

وإذا دعا العبد ربه فربه أقربُ إليه من نفسه ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [البقرة: 186]، قال ابن كثير رحمه الله تعالى: (في ذكره تعالى هذه الآية الباعثة على الدعاء متخللة بين أحكام الصيام إرشاد إلى الاجتهاد في الدعاء عند إكمال العدة بل وعند كل فطر كما روى ابن ماجه عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: (إن للصائم عند فطره دعوة ما ترد) [رواه ابن ماجه 1753، وانظر تفسير ابن كثير 1/ 328] دعوة عند الفطر ما ترد، ودعاء في ثلث الآخر مستجاب، وليلة خير من ألف شهر، فالدعاء فيها خير من الدعاء في ألف شهر، ما أعظمه من فضل! وأجزله من عطاء في ليال معدودات، فمن يملك نفسه وشهوته، ويستزيد من الخيرات، وينافس في الطاعات، ويكثرُ التضرع والدعاء.

ليالي الدعاء

نحن نعيش أفضل الليالي، ليال تعظُم فيها الهبات، وتنزل الرحمات، وتقال العثرات، وترفع الدرجات.

فهل يعقل أن تقضى تلك الليالي في مجالس الجهل والزور، وربُ العالمين ينزل فيها ليقضي الحوائج، يطمع على المصلين في محاريبهم، قانتين خاشعين مستغفرين سائلين داعين مخلصين، يلحون في المسألة، ويرددون دعاءهم: ربنا ربنا، لانت قلوبهم من سماع القرآن، واشرأبت نفوسهم إلى لقاء الملك العلام، واغرورقت عيونهم من خشية الرحمن، فهل هؤلاء أقرب إلى رحمة الله وأجدر بعطاياه أم قوم قضوا ليلهم فيما حرم الله، وغفلوا عن دعائه وسؤاله؟ كم يخسرون زمن الأرباح؟ وساء ما عملوا؟ ما أضعف هممهم، وما أحط نفوسهم، لا يستطيعون الصبر لياليَ معدودات !!

من يستثمر زمن الربح؟!

هذا زمن الربح، وفي تلك الليالي تقضى الحوائج، فعلق - أخي المسلم - حوائجك بالله العظيم، فالدعاء من أجل العبادات وأشرفها، والله لا يخيب من دعاه قال سبحانه: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾ [غافر: 60] وقال تعالى: ﴿ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ﴿55﴾ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [الأعراف:56].

العلاقة بين الصيام والدعاء

آيات الصيام جاء عقبها ذكرُ الدعاء ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [البقرة: 186] قال بعض المفسرين: (وفي هذه الآية إيماءٌ إلى أن الصائم مرجو الإجابة، وإلى أن شهر رمضان مرجوة دعواته، وإلى مشروعية الدعاء عند انتهاء كل يوم من رمضان) [التحرير والتنوير 2/ 179] والله تعالى يغضب إذا لم يسأل قال النبي عليه الصلاة والسلام (من لم يسأل الله يغضب عليه) [رواه أحمد 2/ 442 والترمذي 3373].

دروس رمضان «15»

للشيخ محمد إبراهيم الحمد

ولو فعل الأغنياء المسرفون ذلك لأضافوا إلى قربة الصوم قربة عظيمة عند الله، ألا وهي الإحسان إلى المعدمين، وللقيام بهذه الخصلة من الخير مزية في المجتمع؛ لأنها تقرب القلوب في هذا الشهر المبارك، وتشعر الصائمين كلهم بأنهم في شهر إحسان، ورحمة وأخوة.

ثم إن الإنسان لو طاوع نفسه في تعاطي الشهوات، والتهام ما حلا من المطاعم وما مرّ، وما برد منها وما حرّ، وطاوع نفسه باستيفاء اللذة إلى أقصى حد - لكانت عاقبة أمره شقاءً ووبالاً، ونقصاً في صحته واختلالاً، ولكانت الحمية في بعض الأوقات واجباً بما يأمر به الطبيب الناصح؛ تخفيفاً على الأجهزة البدنية، وادخاراً لبعض القوة إلى الكبر وإبقاءً على اعتدال المزاج، وتدبيراً منظماً للصحة.

وإن ذلك لهو الحكمة البارزة في الصوم، فكيف يُقلَب الأمر رأساً على عقب؟! ويجعل من شهر الصوم ميداناً للتوسع في الأكل والشرب؟!.

قال الله - عز وجل -: «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ».

قال بعض العلماء: «جمع الله بهذه الآية الطبَّ كلَّه».

قال النبي: «ما ملأ ابن آدم وعاءً شراً من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه، وثلث لنفسه» أخرجه أحمد، وصححه الألباني في صحيح الجامع.

أيها الصوام: لا يخفى على عاقل ما للتوسع في المآكل والمشارب من عواقب وخيمة على دين المرء ودنياه زيادة على ما مضى؛ فهو مما يورث البلادة، ويعوق عن التفكير الصحيح، وهو مدعاة للكسل، وموجبٌ لقسوة القلب، وهو سبب لمرض البدن، وتحريك نوازع الشر، وتسلط الشيطان.

قال شيخ الإسلام ابن تيمية - رحمه الله -: «وقد ثبت عن النبي» أنه قال: «إن الشيطان يجري من ابن آدم مجرى الدم» رواه البخاري.

ولاريب أن الدَّم يتولد من الطعام والشراب؛ ولهذا إذا أكل أو شرب اتسعت مجاري الشيطان، ولهذا قيل: «ضيقوا مجاريه بالجوع».

وإذا ضاقت انبعثت القلوب إلى فعل الخيرات التي تُفتَح بها أبواب الجنة، وإلى ترك المنكرات التي تفتح بها أبواب النار، وصفدت الشياطين، فضعفت قوتهم وعملهم بتصفيدهم، فلم يستطيعوا أن يفعلوا في شهر رمضان ما كانوا يفعلونه في غيره ولم يقل: «إنهم قتلوا»، ولا ماتوا، بل قال: «صفدوا» والمصفد من الشياطين قد يؤذي، لكن هذا أقل وأضعف مما يكون في غير رمضان، فهو بحسب كمال الصوم ونقصه، فمن كان صومه كاملاً دفع الشيطان دفعاً لا يدفعه الصوم الناقص، فهذه المناسبة ظاهرة في منع الصائم من الأكل والشرب، والحكم ثابت على وفقه. اهـ

قال لقمان - عليه السلام - لابنه: «يا بني! إذا امتلأت المعدة! نامت الفكرة، وخرست الحكمة، وقعدت الأعضاءُ عن العبادة».

وقال عمر - رضي الله عنه -: «من كثر أكله لم يجد لذكر الله لذة».

وقال علي - رضي الله عنه -: «إن كنت بطناً؛ فعد نفسك زمناً».

وقال بعض الحكماء: «أقلل طعاماً، تحمدْ منامًا».

وقال بعض الشعراء:

وكم من لقمة منعت أخاها ××× بلذة ساعة أكلات دهر
وكم من طالب يسعى لأمر ××× وفيه هلاكُهُ لو كان يدري

وقال ابن القيم - رحمه الله -: «وأما فضول الطعام: فهو داع إلى أنواع كثيرة من الشر؛ فإنه يحرك الجوارح إلى المعاصي، ويثقلها عن الطاعات، وحسبك بهذين شراً، فكم من معصية جلبها الشبع، وفضول الطعام، وكم من طاعة حال دونها فضل وقي شر بطنه؛ فقد وقي شراً عظيماً، والشيطان أعظم ما يتحكم من الإنسان إذا ملأ بطنه من الطعام».

إلى أن قال - رحمه الله -: «ولو لم يكن من الامتلاء من الطعام إلا أنه يدعو إلى الغفلة عن ذكر الله - عز وجل - وإذا غفل القلب عن الذكر ساعة واحدة جثم عليه الشيطان، ووعده، ومناه، وشهاه، وهام به في كل واد؛ فإن النفس إذا شبعت تحركت، وجالت وطافت على أبواب الشهوات، وإذا جاعت سكنت - وخشعت وذلت». اهـ

بل إن الذين يتوسعون في المآكل لا يجدون لها لذة كما يجدها المقتصدون.

قال شيخ الإسلام ابن تيمية - رحمه الله -: «فالذين يقتصدون في المآكل تعميهم بها أكثر من المسرفين فيها؛ فإن أولئك إذا أدمنوها، وألفوها لا يبقى لها عندهم كبير لذة مع أنهم قد لا يصبرون عنها، وتكثر أمراضهم بسببها». اهـ

أيها الصائمون الكرام: إذا كان الأمر كذلك؛ فما أحرانا أن نجعل من شهرنا الكريم فرصة لتوطين نفوسنا على الاعتدال في المآكل والمشارب؛ فالنفوس طلعة لا ترضى بالقليل من اللذات؛ فإذا جاهدناها: انقدعت عن شهواتها، وكفت عن الاسترسال مع لذاتها ورغباتها، وإن من أحكم ما قالته العرب قول أبي ذؤيب الهذلي:

والنفس راغبة إذا رغبتها ××× وإذا تُرد إلى قليل تقنع

أما إذا استرسلنا معها، وأعطيناها كل ما تريد؛ فإنها ستقودنا إلى الغواية، وتنزع بنا إلى شر غاية.

وصلى الله وسلم على نبينا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين.

رمضان شهر الفرح

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، أما بعد:

فإن الفرح مطلب مُلِحّ، وغاية مبتغاة، وهدف منشود، والناس كل الناس يسعى إلى فرح قلبه، وزوال همه وغمه، وتفرق أحزانه وآلامه.

ولكنْ قلَّ من يصل إلى الفرح الحقيقي، ويحصل على السعادة العظمى، ويتجو من الآلام والأتراح.

والحديث هنا سيدور حول معنى الفرح، وأسبابه، وموانعه.

وبعد ذلك نصل إلى معنى الفرح في الصيام، وكيفية كون هذا الشهر الكريم شهر فرح.

أيها الصائم الكريم! الفرحُ لذةٌ تقع في القلب بإدراك المحبوب، وميل المشتهى، فيتولد من إدراكه حالة تسمى الفرح والسرور.

كما أن الحزن والغمّ من فقد المحبوب، فإذا فقده تولد من فقده حالة تسمى الحزن والغم.

والفرحُ أعلى نعيم القلب ولذته وبهجته، فالفرحُ والسرورُ نعيمه، والهمُ والغمُ عذابه.

والفرح بالشيء فوق الرضا به، فإن الرضا طمأنينةٌ وسكونٌ وانشراح.

والفرح لذةٌ وبهجةٌ وسرورٌ، فكل فرح راضٍ، وليس كلُّ راضٍ فرحاً.

ولهذا كان الفرحُ ضدَّ الحزن، والرضا ضدَّ السخط، والحزنُ يؤلم صاحبه، والسخط لا يؤلمه إلا إذا كان مع العجز عن الانتقام.

ولقد جاء الفرح في القرآن على نوعين: مطلق ومقيد، فالمطلق جاء في الذم كقوله - تعالى -: «لا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ»، وقوله: «إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ».

والفرحُ المقيَّد نوعان - أيضاً - مقيَّد بالدنيا يُنسي فضل الله ومنّه، وهو مذموم كقوله - تعالى -: «حَتَّى إِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَإِذَا هُمْ مُبْلِسُونَ».

يتبع

مجالس رمضانية

صوم رمضان خير للمؤمن في

صوم رمضان خير للإنسان في دنياه وآخرته؛ فللصائم فرحتان: فرحة عند إفطاره، وفرحة عند لقاء ربه، وفي كل مكسب؛ فبجانب كسب رضا الله -سبحانه وتعالى- ما يناله من ثواب الآخرة، فهناك الكسب الصحي الذي يناله المسلم من صوم شهر كامل، فيخرج الإنسان الصائم من شهر رمضان سليم النفس، قوي الإرادة، عطوفا؛ حيث تتربى داخل نفسه سمة العطف على البائس والمحروم، وفي تحكمه في نفسه الأمّارة بالسوء والبعد بها عن اللذات والشهوات كل المكسب، فتتسامى النفس عن الرذائل والخبائث، ويشعر الإنسان بتغلبه على نفسه وقهره إياها، فتقوى شخصيته، ويصبح ذا نفع للمجتمع.

وفي الصيام يحفظ الإنسان لسانه وجوارحه عن المخالفات والمشاتمة ونحوها، ويعودها على ذلك. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث يفحش في القول، ولا يصخب (لا يرفع صوته) فإن سابه أحد أو قاتله فليقل إني صائم» (متفق عليه).

ويجب على المسلم القوي أن يحرص على دوام كسبه الصحي من صوم شهر رمضان؛ ففي حرصه خير برهان على إيمانه بأن كل ما فرضه الله تعالى علينا خير، وفي طاعته -سبحانه وتعالى- كل الخير؛ ففي صوم رمضان كسب لطاعة الله، وكسب لصحة الإنسان فما من فرض فرضه الله علينا إلا وفي أدائه مكسبان: مكسب في الآخرة وفي هذا خير الثواب، ومكسب الدنيا. وإني لأرى أن كل فرض من فروض الله علينا لا يخلو من مكسب يعم علينا في دنيانا، ومن هذه الفروض صوم شهر رمضان، وذلك الصوم الذي ينعم على كل فرد منا -المريض قبل السليم- بالكسب الصحي، الذي لو حرص عليه الإنسان لازداد تمتعه بدنياه قبل آخرته، وازداد تقربه له تعالى.

فالمؤمن القوي البنية والصحة هو المؤمن القادر على أداء فرائض الله (تعالى) من صلاة وصيام، وبذلك نرى أن في الصوم كل الخير؛ ففي صيام المؤمن لشهر رمضان طاعة لله (سبحانه وتعالى)، وكسب لبدنه وصحته، وكسب للمريض والسليم.

ففي رمضان يخف الإفراط في الطعام فيرتاح القلب؛ لأن الصيام يعمل على تخفيض ضغط الدم المرتفع، وتخليص الجسم من الشحوم المتراكمة، وتقليل كولسترول الدم، وفي كل هذا كسب للقلب المريض؛ فما بالك من تأثير ذلك على القلب السليم؟ ولو التزمنا جميعًا، ومريض القلب خاصة، بروح شهر رمضان، وتجنبنا عدم الإفراط في الطعام، كما التزمنا في شهر رمضان؛ لتحسنت صحة مريض القلب، واستغنى تمامًا عن الدواء، وجنبنا القلب السليم عناء التخمة والإفراط في الطعام، وما لها من أثر سيئ على القلب السليم قبل المريض.

فمتوالصيام ينقص الوزن فيتحسن مريض الروماتيزم، خصوصًا مرضى الروماتيزم المفصلي العظمي؛ حيث تلعب زيادة وزن الجسم دورًا رئيسيًا في حدوثه، وما يحدث في شهر رمضان من نقص في الوزن يكفي لإحداث تحسن في حالة المفصل؛ حيث يقل الاحتكاك