

بيوت المسلمين في رمضان

«شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَذَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ» (البقرة: 185)

قال المصطفى -صلى الله عليه وسلم: «من صام رمضان إيمانًا واحتسابًا غفر له ما تقدم من ذنبه، ومن قام ليلة القدر إيمانًا واحتسابًا غفر له ما تقدم من ذنبه» - رواه البخاري ومسلم.

من كنوز الدعاء

الدعاء عند الإفطار: «ذهب الظما وابتلت العروق وثبت الأجر إن شاء الله».

دعاؤك لمن تفطر عنده: «أفطر عندكم الصائمون وأكل طعامكم الأبرار، وصلبت علكم الملائكة»، والدعاء في ليلة القدر: «اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عني».

لشهر الصيام خصائص عظيمة وميزات فريدة، تنعكس إيجابًا على الصائم المسلم والمجتمع المسلم والبيوت المسلمة فالصائم يكون حريصًا لا يرفث ولا يفسق ولا يجهل ويدع قول الزور والعمل به ويتجنب الغيبة والنميمة ويكف سمعه وبصره ويكف أذاه عن الناس ويغتني الأوقات في الطاعة والذكر وصنوف العبادة والدعاء.

أما البيوت المسلمة في رمضان فلها خصائص إيمانية فهي بيوت يكثُر فيها تلاوة القرآن الكريم والاستماع إليه لأن البيت الذي يقرأ فيه القرآن يزداد خيرُه وبركته والبيت الذي لا يقرأ فيه القرآن يقل خيرُه ونقل بر كته وذلك لأن الحياة في رحاب القرآن نعمة لا يعرفها إلا من ذاقها قتلاوتها نعمة وبركة وتنزل الرحمات على قارئه والمستمعين إليه فتخشع قلوبهم وتتواصل مع كلمات الله.

قال محمد بن كعب: كنا نعرف قارئ القرآن بـ «صفرة اللون» يشير إلى سهره وطول تَجده

وقيل لرجل ألا تنام؟ فقال: إن عجائب القرآن أطرن نومي، وصحب رجل آخر فرأه لا ينام فتعجب فقال: إن عجائب القرآن أطرن نومي وما أخرج من عجبوبة إلا وقعت في أخرى.

والبيوت المسلمة في رمضان يطعم فيها المواساة الذي يزداد فيه في رزق المؤمن كما ورد في الحديث الشريف «من فطر فيه صائمًا كان مغفرة لذنوبه، وعتقًا لرقبته من النار، وكان له مثل أجره من غير أن ينقص من أجره شيء». قالوا يا رسول الله ليس كلنا يجد ما يفرط به الصائم قال: «يعطي الله هذا الثواب من فطر صائمًا على مذقة لبن، أو تمر، أو شربة ماء».

وإطعام الطعام منزلة عظيمة للمسلم الصائم فهذه طهرة لماله وبركة في منزله ومعاونة للصائمين على صيامهم وتحقيق لمفاهيم إسلامية مثل التزاور في الله والتحاب في الله وكذا صلة للرحم المسلمة، خاصة إذا كان الصائمون المطعمون من ذوي الرحم فيجتمع للمسلم فضلين معا (إطعام الصائم - صلة الرحم).

وهي بيوت تعمر بالذكر والتسبيح، والدعاء في شهر الصيام، يرجى قوله فليس هناك شيء أكرم على الله من الدعاء وأعظم أوقات الدعاء للصائم في ليلة القدر وقت السحر وعند الإفطار فيستقبل الشهر بالدعاء «اللهم أهله علينا باليمن والإيمان والسلامة والإسلام والتوفيق لما نحب وترضى ربي وربك الله».

وترضى ربي وربك الله».

وهي بيوت تخرج منها الصدقات فتعطي للمحتاجين فأفضل الصدقة صدقة في رمضان والجمع بين الصيام والصدقة من أبلغ الأبواب في تكفير الخطايا واثقاء جهنم والمباعدة بينهم وهي من موجبات الجنة التي أعد الله فيها غرقًا لمن طيب الكلام وأطعم الطعام وأدام الصيام. ولأن الصيام لا يسلم غالبًا من اقتران خلل أو نقص به وتكفيره للذنوب مشروط بالتحفظ مما لا ينبغي قولًا وفعلًا فالصدقة تجبر تفطير طهرة وخله ولهذا وجبت في رمضان زكاة الفطر طهرة للصائمين من اللغو والرفث وهي تحقيق لمعنى المجتمع المسلم المترابط المتكافل الذي يشعر الغني فيه شعور الفقير ويحس بإحساسه ويكون المسلمون عندئذ بنيانًا واحدًا يشد بعضه بعضًا ولا مجال للحقد والحسد والضغينة والبغضاء لأن الغني يبذل للفقير فيدعو له بالبركة في المال والرزق.

كما أن بيوت المسلمين في رمضان لا يستمع فيها إلى المعازف والأغاني وآلات اللهو وكل صنوف المنكرات وذلك بصوم آذان أهلها عن سماع الفواحش من القول البذيء من الكلام ففطر على سماع الهدى والذكر وطيب الكلام وتلك آذان المسلم التقى الذي يعلم مسيئو لية السميع [إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا] (الإسراء: 36).

إن البيوت التي يتعلق فيها أصحابها بالاستماع أو اللهو أو مشاهدته رغم كونهم صائمين هي بيوت استوطنها الشيطان فعبت قلوب أهلها وسلك طريقًا داخل عقولهم ومد حباله وشياكه في هذه البيوت «ومن الناس من يَشْهَرُ لِهَوِّ الْحَدِيثِ لِلضَّلِ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذُهَا هُزُوًا أَوْ لَنُكِّ لِهَمِّ عَذَابِ مُهَيِّنٍ» [لقمان: 6]

إن بيوتنا في رمضان هي بيوت هذبها الصيام وطهرها القيام ونقى أهلها الصبر على الطاعات واثلتفت بالأخلاق الإسلامية وانصهرت في معين الصيام.

اللهم أنسنا من النار وأعدنا من دار الخزي والبوار وأنسنا برحمتك دار المتقين الأبرار يا أرحم الراحمين.

ويقول الرسول عليه الصلاة والسلام «بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه» ومع ذلك فإن الناس يسرفون في تناول الطعام ويمألون بطونهم حتى التخمّة.

ومن الناحية الصحية ما جاء عن الرسول صلى الله عليه وسلم «صوموا تصحوا»، فقد بينت الدراسات العلمية أن الأفراد الذين يتناولون طعامهم في شهر رمضان باعتدال وحسن اختيار تنخفض عندهم نسبة الكوليسترول والدهون والسكر في الدم بالإضافة الى اراحة الجهاز الهضمي وتحسن في العديد من الجوانب الصحية ولكن للأسف ما يحدث هو العكس فنجد أن ملء البطون والإسراف في تناول مالد وطاب من كل أنواع الحلويات والأكلات الدسمة في هذا الشهر قد أدى الى حدوث العديد من الاضطرابات الهضمية بين الناس.

أما من الناحية الاقتصادية فنجد أن أغلب الأسر تستعد لشهر رمضان بشراء المزيد من الأغذية، ونجد أن الأسر تحمل نفسها عبئًا ماديًا كبيرًا لتوفير هذه الاحتياجات الغذائية وحتى التجار قد وقعوا في نفس الخطأ فهم يقومون بتوفير كميات كبيرة مضاعفة عن الأيام العادية من اللحوم والأغذية الأخرى وكان الفرد يحتاج الى غذاء أكثر في شهر رمضان على حين أن معظم الأفراد لا يحتاجون إلى زيادة في المغذيات في شهر رمضان بل قد يحتاج بعضهم إلى كمية غذاء أقل خاصة من المواد النشوية والدهنية (المولدة للطاقة) وذلك راجع الى أن حركتهم وجهدهم المبذول في شهر رمضان أقل وقد أجرينا دراسة علمية في شهر رمضان وتبين من نتائج الدراسة زيادة وزن الأفراد خلال شهر رمضان ويرجع السبب في ذلك إلى الأسباب التالية:

1 - قلة الحركة خلال النهار يؤدي إلى قلة احتياج السرعات الحرارية.

2 - وجود اطعمة مميزة لهذا الشهر الكريم مثل الكنافة والقطيف والسوسوك.

3 - كثرة الولائم فالصائم إما عازم أو معزوم.

4 - الإفراط في تناول المواد والمعجنات والحلويات والمقليات.

كما يلاحظ في شهر رمضان الكريم اختفاء الوجبات الصحية وظهور الأطعمة الأخرى المختلفة وقد يرجع ذلك الى عدة اسباب هي:

ما أن يطل علينا شهر رمضان المبارك حتى يقوم الناس بالعديد من السلوكيات الغذائية الخاطئة فلأسف هناك فهم خاطئ للممارسات الغذائية في الشهر الفضيل، فنجد أن الأسر تتسارع الى شراء وتكديس الأطعمة والتفنن في طبخها ومله الموائد بما لذ وطاب من الاكلات والأغذية حتى ان المطبخ لتحضير هذا الكم الهائل من الطعام الذي يفوق احتياجات الاسرة.

كثرة الولائم في هذا الشهر الكريم فالصائم غالبًا ما يكون داعيًا أو مدعوا ومن هذا المنطلق يصعب تقديم الأطعمة الخفيفة والتي قد تكون صحية للضيوف.

لرمضان بعض الاطباق والأطعمة الخاصة والتي يحرص الصائمون على تناولها مما يجد من الاقبال على الخضراوات والفاكهة الطازجة.



التبكير إلى المساجد يدل على عظيم الشوق والأنس بالعبادة ومناجاة الخالق.

19 - احرص على توجيه من تحت إدارتك إلى ما ينفعهم في دينهم فإنهم يقلبون منك أكثر من غيرك.

20 - لا تكثر من أصناف الطعام في وجبة الإفطار فهذا يشغل أهل البيت عن الاستفادة من نهار رمضان في قراءة القرآن وغيره من العبادات.

21 - قلل من الذهاب إلى الأسواق في ليال رمضان وخصوصًا في آخر الشهر لئلا تضيق عليك تلك الأوقات الثمينة.

22 - اعلم أن هذا الشهر المبارك ضيف راحل فاحسن ضيافته فما أسرع ما تذكره إذا ولي.

23 - احرص على قيام ليالي العشر الأواخر فهي ليالي فاضلة وفيها ليلة القدر التي هي خير من ألف شهر.

24 - اعلم أن يوم العيد يوم شكر للرب فلا تجعله يوم انطلاق مما حبست عنه نفسك في هذا الشهر.

25 - تذكر وأنت فرح مسرور بيوم العيد إخوانك التيامي والتكالي والمعدمين واعلم أن من فضلك عليهم قادر على أن يبدل هذا الحال فسارع إلى شكر النعم ومواساتهم.

26 - احذر من الفطر دون عذر فإن من أفطر يومًا من رمضان لم يقضه صوم من

9 - انتهز فرصة هذا الشهر للامتناع الدائم عن تعاطي ما لا ينفك بل يضرك.

10 - اعلم أن العمل أمانة فحاسب نفسك هل أداؤه كما ينبغي.

11 - سارع إلى طلب العفو ممن ظلمته قبل أن يأخذ من حسناتك.

12 - احرص على أن تفرط صائمًا فيصير لك مثل أجره.

13 - اعلم أن الله أكرم الأكرمين وأرحم الراحمين ويقل التوبة من التائبين وهو سبحانه شديد العقاب يمهّل ولا يمهّل.

14 - إذا فعلت معصية وسترك الله سبحانه وتعالى فاعلم أنه إنذار لك لتتوب فسارع للتوبة واقعد العزم على عدم العودة لتلك المعصية.

15 - اعلم أن الله سبحانه تعالى أياح لنا الترويج عن النفس بغير الحرام ولكن التمدادي وجعل الوقت كله ترويحًا بوقت فرصة الاستزادة من الخير.

16 - احرص على الاستزادة من معرفة تفسير القرآن - وأحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم - والسيرة العطرة - وعلوم الدين. فطلب العلم عبادة.

17 - ابتعد عن جلساء السوء واحرص على مصاحبة الأخيار الصالحين.

18 - إن الاعتياذ على العبادة أما في رمضان فيزيد تركيزنا على غذاء الروح مثل الذكر، قيام الليل، القرآن فتتنشط الروح وإذا نشطت الروح أصبح الجسد قادرًا على الطاعة والزيادة فيها، وتنعلم من رمضان أيضًا الصبر والمسامحة والإيتار فكثيرًا ما كنت أجد على مائدة الإفطار أخوة لي قبل أن يأكل أحدهم تمرته ينظر إلى من بجانبه فإن لم يجد أكامه تمرًا أتركه على نفسه والكثير من الأخلاق، فلماذا بعد رمضان نترك كل هذا بعد أن تعودنا عليه وعندئذ مثال لرجل يمتلك سيارة قام بإدخالها إلى مركز الصيانة لعمل صيانة لها وإصلاح ما فسد فيها ثم بعد أن تمت عملية الصيانة اللازمة لها وتزويدها بالبنزين أوقف السيارة ولم يستعملها ... فهل هذا معقول بعد أن أصبحت السيارة قادرة على السيرة بسرعة وبقوة يتركها.

ونصبح قادرين على المضى في طريق الهداية والإيمان نتوقف ونهمل أنفسنا نتصالح مع الشيطان ونركز على البدن في الغذاء لا على الروح والبدن معا.

وهذه جملة من النصائح الرضائية التي من يعمل بها تنهض بهمة ويسمو بها عمله وروحه ومنها :

1 - احرص على أن يكون هذا الشهر المبارك نقطة محاسبة وتقويم لأعمالك ومراجعة وتصحيح لحياتك.

2 - احرص على المحافظة على صلاة التراويح جماعة فقد قال صلى الله عليه وسلم من صلى مع الإمام حتى ينصرف كتب له قيام ليلة

3 - احذر من الإسراف في المال وغيره فالإسراف محرم ويقلل من حظك في الصدقات التي تؤجر عليها.

4 - انعقد العزم على الاستمرار بعد رمضان على ما اعتدت عليه فيه.

5 - اعتبر بمضي الزمان وتابع الأحوال على انقضاء العمر.

6 - إن هذا الشهر هو شهر عبادة وعمل وليس شهر نوم وكسل.

7 - عود لسانك على دوام الذكر ولا تكن من الذين لا يذكرون الله إلا قليلا.

8 - عند شعورك بالجوع تذكر أنك ضعيف ولا تستغني عن الطعام وغيره من نعم الله.

الالتبيهات على المخالفات في الصلاة وقال أن هذا العمل يشغل المصلي عن الخشوع والتدبر ويعتبر عبثًا.

17 - أن بعض أئمة المساجد يرفع صوته بدعاء القنوت أكثر من اللازم ولا ينبغي رفع الصوت إلا بقدر ما يسمع الإمام وقيل قال تعالى: «ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يَحِبُّ الْمُعْتَدِينَ» ولما رفع الصحابة رضي الله عنهم أصواتهم بالتكبير نهاهم النبي صلى الله عليه وسلم عن ذلك، وقال «أربعوا على أنفسكم إنكم لا تدعون أصمًا ولا غائبًا» رواه البخاري ومسلم.

18 - يلاحظ على كثير من الأئمة في الصلوات التي يشترط تطويل القراءة فيها كقيام رمضان وصلاة الركوع والسجود والقيام بعد الركوع والجلوس بين السجدين والمشروع أن تكون الصلاة متناسبة اقتداء بالنبي صلى الله عليه وسلم فقد كان مقدار ركوعه وسجوده قريبًا من قيامه وكان إذ رفع رأسه من الركوع مكث قائمًا حتى يقول القائل قد نسي وإذا رفع رأسه من السجود مكث جالسًا حتى يقول القائل قد نسي.

وقال البراء بن عازب رضي الله عنه: رقت الصلاة مع النبي صلى الله عليه وسلم فوجدت قيامه فركعته فقيامه بعد الركوع فسجدته فجلوسه بين السجدين قريبًا من السواء وفي رواية ما خلا القيام والقعود قريبًا من السواء والمراد أنه إذا أطال القيام أطال الركوع والسجود وما بينهما وإذا خفف القيام خفف الركوع والسجود وما بينهما.

وينصح أئمة المساجد بأن يقرأوا صلاة رسول الله صلى الله عليه وسلم في زاد المعاد وفي كتاب الصلاة لابن القيم رحمه الله فقد أجاد في وصفها وأفاد رحمه الله وغفر لنا وله ولوالدينا ولجميع المسلمين. وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

وعلى الصائمين معرفة أن شهر رمضان كان فرصة للتغيير، فرصه لكسب المزيد من المهارات، ففي رمضان تعلمنا كيف ننظم الوقت نأكل في موعد محدد ونمسك عن الطعام في وقت محدد، وتتعلم منه أيضًا أن الاتزان فنحن في رمضان نوازن بين غذاء الروح وغذاء البدن ففي بقية شهور السنة نركز على غذاء البدن ونهمل غذاء الروح فيحدث الكسل والفطور وعدم المقدرة على العبادة أما في رمضان فيزيد تركيزنا على غذاء الروح مثل الذكر، قيام الليل، القرآن فتتنشط الروح وإذا نشطت الروح أصبح الجسد قادرًا على الطاعة والزيادة فيها، وتنعلم من رمضان أيضًا الصبر والمسامحة والإيتار فكثيرًا ما كنت أجد على مائدة الإفطار أخوة لي قبل أن يأكل أحدهم تمرته ينظر إلى من بجانبه فإن لم يجد أكامه تمرًا أتركه على نفسه والكثير من الأخلاق، فلماذا بعد رمضان نترك كل هذا بعد أن تعودنا عليه وعندئذ مثال لرجل يمتلك سيارة قام بإدخالها إلى مركز الصيانة لعمل صيانة لها وإصلاح ما فسد فيها ثم بعد أن تمت عملية الصيانة اللازمة لها وتزويدها بالبنزين أوقف السيارة ولم يستعملها ... فهل هذا معقول بعد أن أصبحت السيارة قادرة على السيرة بسرعة وبقوة يتركها.

فهذا الحال يحدث بعد رمضان فيعد أن يتم شحن بطاريات الإيمان فينا

