

«وَهْزِي إِلَيْكَ بِجَذَع النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رُطْباً جَنِيًّا»

ويساعد في علاج السرطان

ويحتوي التمر كذلك على عنصر السيلينيوم المقاوم للسرطان.
وذلك قد يكون تناول التمر بانتظام، وكل يوم سبع حبات أو أكثر، فإن ذلك قد يفيد في الوقاية من أنواع السرطانات المختلفة.
ويكون هذا الغذاء أكثر فعالية إذا تراقق بالدعاء: (بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم).

التمر يسهل الولادة

إن عضلة الرحم في مرحلة المخاض والولادة تكون بأس الحاجة للسكر الطبيعي كغذاء لهذه العضلة الضخمة نسبيًا.
وبما أن التمر مادة مليئة وسهلة فهي ضرورية للحامل قبل الولادة لتنظيف الكولون والأمعاء وتسهيل الولادة.
ولذلك يقوم التمر بالتأثير على عضلات الرحم فينشطها وينظم حركتها مما يسهل ولادة الحامل.
وهنا يتجلى الإعجاز في قوله تعالى في خطابه لسيدتنا مريم عليها السلام: (وَهْزِي إِلَيْكَ بِجَذَعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رُطْباً جَنِيًّا) [مريم: 25].

ويهدئ الأطفال

يحتوي التمر على السكر الطبيعي والذي هو سهل وسريع الامتصاص والهضم، لذلك فهو مريح وآمن بالنسبة لمعدة الطفل وامعائه.
ويمكن الاستفادة أيضا من عصير التمر خصوصا إذا مُزج مع الحليب ليشكل شرابا مقويا للأطفال والكبار معا.

كما يمكن لهذه العجينة أن تكون بمثابة مادة مهدئة للثة الطفل أثناء بزوغ أسنانه حيث تهدئ لثته وتطريها وتسهل خروج الإنسان.

يعالج إسهال الأطفال

ثم إن مزيج التمر والعسل والمصنوع كمادة عجينية يمكن أن يعالج الإسهال عند الأطفال، ويعالج الزحار أيضا بشرط أن يعطى ثلاث مرات في اليوم.

غذاء للمولود الجديد

وهنا نستذكر هدي النبي الكريم عليه الصلاة والسلام في تحنيت الطفل بالتمر المضغوط وإطعائه قليلا منه بعد ولادته.
وله ثبت العلم ضرورة إعطاء المولود شيئا من الماء والسكر لإسداده بالغذاء وإكسابه المناعة اللازمة ضد الأمراض.
وإذا علينا أن السكر الموجود في التمر من أسهل أنواع السكريات امتصاصا وهضمًا فإنه يكون مناسبًا للمولود الجديد منذ ولادته على أن يتم مضغه أو نلعه بماء النقي ليسهل تناوله.
وهذا يؤكد أن الرسول الأعظم صلى الله عليه وسلم قد سبق الأطباء إلى هذا النوع من التغذية، كيف لا يسبقهم وهو رسول من رب هؤلاء الأطباء؟
وأخيرا.. نذكر حديثا شريفا لنبينا عليه الصلاة والسلام: (إذا افطر أحكم فليطير على ثمر فإنه بركة، فإن لم يجد ثمرًا فماء فإنه يهور) [رواه أبو داود].
ويؤكد علماء الغرب اليوم أن الصوم الفعال يجب أن يكون على الماء والمواد السكرية الطبيعية، والسكر الموجود في التمر هو من أفضل السكريات في الطبيعة.
وهكذا يكون الرسول الكريم علما أصول الصوم الفعال يتناول التمر والماء قبل أن يكتشفه الغرب بقرون طويلة!



من السوم، وإذا تراقق الصوم مع الإفطار على التمر.
كان يحق من أروع الأدوية الطبيعية لصيانة وتنظيف الكبد من السوم المماركة فيه.

يعالج الاضطرابات التنفسية

كما أن شراب التمر يمكنه أن يعالج التهابات الحنجرة والعديد من أنواع الحنى، والرشح والزكام.
ويؤكد الباحثون اليوم أن التمر إذا تم أخذه بانتظام فإنه يعالج التهابات الرئة المزمن.

ويعالج تنسوس الأسنان

يحتوي التمر أيضا على فيتامينات أ وب1 وب2 ويحتوي التمر أيضا على الفلور وهو مقاوم لتسوس الأسنان.
كما يحتوي التمر على عدد من المعادن المهمة باليورون والكالسيوم والكوبالت والنيحاس والفلور والحديد والمنغنيزيوم والمنغنيز واليوتاسيوم والفوسفور والصوديوم والزنك.

من التمر كل يوم وبانتظام سوف يؤثر على الحالة النفسية فيجعلها أكثر استقرارا.

يعالج الوزن الزائد

إن إخواء التمر على تشكيلة واسعة من العناصر الغذائية يجعله غذاء مقاوما للجوع!
وإذا علمنا أن السبب الرئيسي للسمنة هو الإحساس بشكل دائم بالجوع والشبهة للطعام وبالتالي استهلاك كميات أكبر من الشحوم والسكريات أثناء الأكل، فإن العلاج يتناول وضع حبات ثمر عند الإحساس بالجوع سيساعد على الإحساس بالامتلاء والشبع، هذه الحبات سوف تمد الجسم بالسعر الضروري، ونقوم بتنظيم حركة الأمعاء وبالتالي التخفيف بنسبة كبيرة من الإحساس بالجوع.
وبالنتيجة التخفيف من استهلاك الطعام، وهنا يتجلى الهدى النبوي الشريف عندما قال عليه الصلاة والسلام: (لا يجوع أهل بيت عديم التمر) [رواه مسلم].
وهنا نشطيت علاجيا للسمنة الزائدة بواسطة التمر!
ويعالج اضطرابات الكبد يعالج التمر الكبد ويخلصه

الرقية الشرعية الميسرة

آية من سورة النور.... مرة واحدة

اللّهُمَّ ثَوِّرِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلَ ثَوْرِهِ كَشَفَاتِ فِيهَا مَضْجِخَ الْمَضْجِخِ فِي رُجَاجَةِ الرَّجَاجَةِ كَالْبَهِارِ كَوَكَبِ زَوَاجِ يَوْمِهِ مِنْ شَجَرَةٍ شَبَرَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْفَةَ وَلَا عَرَبِيَّةَ يَكُونُ رَيْبُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَنْسَسْهُ بَارَ نَوْرُ نَوْرِ غَوِي يُهْدِي وَاللَّهُ يَنْوِّرُهُ مِنْ بَيَاضِهِ وَيُضْرِبُ اللَّهُ الْأَنْفَالُ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ يَكُلُ شَيْءَ عَالِمٍ (35).

آيات من سورة الصفات.... مرة واحدة

إِنَّا رَبُّنَا الْمَسَاءَ الدُّنْيَا رَبِّيَّةَ الْكَوَاكِبِ (6) وَخَفَلْنَا مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ مَرَدًى (7) لَا يَسْتَعِينُ إِلَى الْمَلَأِ الْأَعْلَى وَيَفْهَقُونَ مِنْ كُلِّ جَانِبٍ (8) نُحَوِّرُ لَهُمْ أَنْجَابَ وَأَصْبَحَ... مرات [(9)] لَا تَخُفْ خَلْقَهُ قَاتِعَهُ شَيْئًا ثَابِتٍ (10).

آية من سورة الزمر.... ثلاث مرات

قُلِ الرَّائِدُ مَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ إِنْ أَرَادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كَاشِفَاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرَادَنِي بِرَحْمَةٍ هَلْ هُنَّ مُمْسِكَاتُ رَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ (38).

آخر أربع آيات من سورة الحشر ... ثلاث مرات

لَوْ أَرَادْنَا هَذَا الْقُرْآنَ أَنْ يَكُونَ لِرَأْيِنَا خَاسِعًا مُتَضَعًا مِنْ خِيشَةِ اللَّهِ وَتَدَكِ الْأَنْفَالِ نُضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ (21) هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (22) هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْحَبِيرُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ (23) هُوَ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (24).

آخر آيتين من سورة القلم... ثلاث مرات

وَإِنْ يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَيَقُولُونَ إِنَّهُ لَمَجْنُونٌ (51) وَمَا هُوَ إِلَّا نَذْرٌ لِّلْعَالَمِينَ

آية من سورة البروج..... سبع مرات
إِنَّ الَّذِينَ قَاتَلُوا الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَتُوبُوا فَلَهُمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ وَلَهُمْ عَذَابُ الْحَرِيقِ.



آيات من سورة آل عمران.... مرة واحدة

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ (8).

رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا تُشَاكِكُ فَقَدْ خَلَقْتَ الْبَاطِلَ « رَبَّنَا إِنَّكَ مِنْ تَدَخُلِ الْبَارِ فَدُفْ أَخْرَجْتَهُ وَمَا لِلْقَائِلِينَ مِنْ أَنْصَارٍ (191).

آيات من سورة يونس ... سبع مرات

قَالَ مُوسَىٰ مَا حَفَظْتُ بِهٖ لِيُتَبَّرَ أَنْ إِلَٰهَ سُبُّهُ إِلَٰهَ اللَّهِ لَا يَضِلُّ عَمَلُ الْمُتَّقِينَ (81) وَيُحَقِّقُ اللَّهُ الْحَقَّ يَكَلِّمُتَهُ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ.

آية من سورة الرعد..... سبع مرات

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَابُوا وَتُوبُوا إِلَيْهِمْ يَقُولُ اللَّهُ إِلَٰهٌ بَدَّلْتُ الْيَوْمَ أَمْرَ الْيَوْمِ (286).

(2) الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ (3) وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِمْ مِنْ رَبِّهِمْ وَالْبَآخِرَةَ هُمُ يُؤْمِنُونَ (4) أُولَئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (5)

آية الكرسي ... ثلاث مرات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ.

آخر آيتين من سورة البقرة.... مرة واحدة

قُلِ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا يَفِرُقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (85) لَا يُكَذِّبُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا رُبَّمَا وَصَّيْهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اغْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا يُلَاقِيْنَا إِلَّا نَحْمٌ وَلَا ذُنُوبٌ إِنَّ سَعْيَنَا لَنْ لَحْمَانٍ رَبَّنَا وَلَا نُحَمِلُ عَيْنِنَا آثِرًا كُنَّا حَفِظْنَاهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفَ عَنَّا وَابْعُثْ لَنَا رَسُولًا نَحْمَلْ آثِمَنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (286).

دراسة: العمل بجد وانتظام يطيل العمر

المختبرين، والذين يبذلون اموالهم على هواهم.
ومن خلال الدراسة السابقة تُرى أن الإسلام يأمرنا بكل ما هو مفيد ونافع لنا في الدنيا والآخرة، فאלله يحضننا على العمل، بل ويجزئنا بأن الله سيرى هذا

وجد باحثون أميركيون أن العمل بجد ومثابرة وانتظام مرتبط بإطالة العمر.
ورأى الباحثون من جامعة كاليفورنيا أن من يحبون العمل ويعطون أكثر من

إشارة قرآنية إلى وسائل جديدة للنقل وصناعة الثياب

في المَلَكِ الْمَشْجُونِ > وَخَلَقْنَا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ مَا يَرْكَبُونَ [يس: 41-42].
لنتأمل قوله تعالى: (وَخَلَقْنَا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ مَا يَرْكَبُونَ) مَا مَعْنَى (مِنْ مِثْلِهِ) إِتَى مِثْلُ الْمَلِكِ وَهِيَ السَّفِينُ تَجْرِي فِي الْبَحْرِ، فَهَذِهِ السَّفِينُ هِيَ الْأَتَمِنْ صَنَعَ الْإِنْسَانِ وَلَكِنَّا مَخْلُوقَةٌ لِأَنَّ اللَّهَ هُوَ الَّذِي خَلَقَ الْخَشَبَ وَالْحَدِيدَ وَسَخَّرَ الْوَسَائِلَ لِصَنَاعَتِهَا، فَهِيَ جِزَاءٌ مِنْ خَلْقِ اللَّهِ تَعَالَى، وَمِمَّا إِنَّ اللَّهَ قَالَ: (وَخَلَقْنَا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ مَا يَرْكَبُونَ) فَهَذَا يَدُلُّ عَلَى أَنَّ اللَّهَ سَيَخْلُقُ وَسَائِلَ جَدِيدَةً بِصَنَاعَتِ الْإِنْسَانِ لِلرُّكُوبِ وَالنَّقْلِ، وَهَذِهِ مَعْجَزَةٌ قُرْآنِيَّةٌ لِأَنَّهُ لَا يُمْكِنُ لِأَحَدٍ فِي ذَلِكَ الزَّمَنِ أَنْ يَنْتِجًا بِعَمَلٍ هَذَا الْأَمْرَ لَقَدْ وَصَلَ الْإِنْسَانُ إِلَى الْفَضَاءِ وَاخْتَرَعَ الْعَدِيدَ مِنْ وَسَائِلِ النَّقْلِ وَجَمِيعِهَا سَخَّرَهَا اللَّهُ لَهُ عَسَى أَنْ يَزِيدَ إِبْرَاهِيمَ هَذَا الْخَالِقَ الْعَظِيمَ، وَمِنْ مَعْجَزَاتِ الْقُرْآنِ أَنَّ اللَّهَ حَدَّثَنَا عَنْ وَسَائِلَ جَدِيدَةٍ يَقُولُهُ تَعَالَى: (وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ) هُنَاكَ الْعَدِيدَ مِنَ الْإِشَارَاتِ الْعَلَمِيَّةِ الْخَلْقِيَّةِ جَاءَ الْعَصْرَ الْحَدِيثَ لِيُثَبِّتَ صِدْقَهَا، فَمِثْلًا يَقُولُ تَعَالَى: (وَاللَّهُ يَجْعَلُ لَكُمْ مِنْ يَدَيْتِكُمْ سَكَنًا وَيَجْعَلُ لَكُمْ مِنَ

الْحَقِيقَةِ أَنَّ الْإِنْسَانَ هُوَ آخِرُ الْمَخْلُوقَاتِ ظُهُورًا عَلَى وَجْهِ الْأَرْضِ، وَلَكِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يَهَيِّئُ وَسَائِلَ نَقْلِ وَرُكُوبٍ جَدِيدَةٍ مِنْ خِلَالِ تَسْخِيرِ الْإِخْتِرَاعَاتِ وَالتَّكْشِفَاتِ الْعِلْمِيَّةِ وَيُبَيِّنُ طَرِيقَ صَنَاعَتِهَا، فَالْمَادَّةُ الْأَوَّلِيَّةُ خَلَقَهَا اللَّهُ، وَصَانَعَ الْآلَةَ خَلَقَهُ اللَّهُ، وَلِذَلِكَ فَإِنَّ هَذِهِ الْوَسَائِلَ الْجَدِيدَةَ لِلنَّقْلِ هِيَ مِنْ صَنَعِ الْإِنْسَانِ ظَاهِرِيًّا، وَلَكِنَّا فِي حَقِيقَةِ الْأَمْرِ هِيَ مَخْلُوقٌ مِنَ الْمَخْلُوقَاتِ اللَّهِ، وَهَذَا مَعْنَى قَوْلِهِ عَزَّ وَجَلَّ: (وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ) وَاللَّهُ أَعْلَمُ.

وَالْأَيَّةُ الَّتِي تُؤَكِّدُ هَذِهِ الْحَقِيقَةَ هِيَ قَوْلُهُ تَعَالَى: (وَأَنبِئْهُمْ أَنَّا خَلَقْنَا نَرَّتَهُمْ



بِالْإِخْلَاقِ الْحَسَنَةِ، بَلْ أَلْغَلَ شَيْءٌ فِي مِيزَانِ الْعَمَلِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَسَنَ الْخُلُقِ، وَأَقْرَبُ النَّاسِ مَجْلِسًا مِنَ الْحَبِيبِ الْأَعْظَمِ هُمُ أَحْسَنُهُمْ أَخْلَاقًا، كَمَا أَخْبَرَ بِذَلِكَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.