

«وَهْزِي إِلَيْكَ بِجَذَعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رُطْبًا جَنِيًّا»

ويساعد في علاج السرطان

ويحتوي التمر كذلك على عنصر السيلينيوم المقاوم للسرطان.
ولذلك 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 يسهّل الولادة

إن عضلة الرحم في مرحلة المخاض والولادة تكون بأبس 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 رُطْبًا 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 وتسهّل خروج الإنسان.

يعالج إسهال الأطفال

ثم إن مزيج التمر والعسل والمصنوع كمادة عجيبية 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 المصنوع 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 السكاكر 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 شر فإنه بركة، فإن لم يجد نرا، فلما 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 أهمها البورون والكالسيوم والكوبالت والحاس والفور والحديد والغنيزيوم 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 تمر 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

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) أي مثل المَلَكِ وَهِيَ السَّفَنُ تَجْرِي فِي الْبَحْرِ، فهذه السفن هي آلات من صنع الإنسان ولكنها مخلوقة لأن الله هو الذي خلق الخشب والحديد وسخر الوسائل لصناعتها، فهي جزء من خلق الله تعالى.

وبما إن الله قال: (وَخَلَقْنَا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ مَا يَرْكَبُونَ) فهذا يدل على أن الله سيخلق وسائل جديدة بصنعها الإنسان للركوب والنقل، وهذه معجزة قرآنية لأنه لا يمكن لأحد في ذلك الزمن أن يتخيل بمثل هذا الأمر!
قد وصل الإنسان إلى الفضاء واخترع العديد من وسائل النقل وجميعها سخرها الله له عسى أن يزداد إيماننا بهذا الخالق العظيم، ومن معجزات القرآن أن الله حدثنا عن وسائل جديدة يقولها تعالى: (وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ) هناك العديد من الإشارات العلمية الخفية جاء العصر الحديث ليتبين صحتها، فمثلا يقول تعالى: (وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّن ذِيَوْتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُم مِّن

الحيطة أن الإنسان هو آخر من معجزات القرآن العظيم في الحديث عن وسائل النقل التي اخترعها الإنسان حديثا وصناعة البلاستيك والألياف الصناعية.. يقول تعالى: (وَالْخَيْلَ وَالْبِغالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ) [التحل: 8].
وهنا أود أن أرف عند قوله تعالى: (وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ).. فهل هناك مخلوقات جديدة سيخلقها الله تشبه الحمير والخيل والبغال؟

الحقيقة أن الإنسان هو آخر المخلوقات ظهورا على وجه الأرض، ولكن الله تعالى يهبنا وسائل نقل وركوب جديدة من خلال تسخير الاختراعات والتكتشفات العلمية وبيسر طرق صناعتها، فالمادة الأولية خلقها الله، وصانع الآلة خلقه الله، ولذلك فإن هذه الوسائل الجديدة للنقل هي من صنع الإنسان ظاهريا.
ولكنها في حقيقة الأمر هي مخلوق من الله، وهذا معنى قوله عز وجل: (وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ) والله اعلم.

والآية التي تؤكد هذه الحقيقة هي قوله تعالى: (وَأَنبِئْهُمْ أَنَّا خَلَقْنَا نَرَسَهُمْ

هذه الكلمات قد تكون من أهم ما ستحفظه في حياتك، إنها رقية يحتاجها كل واحد منا وبخاصة في هذا العصر. مع ملف للطباعة هذه آيات وادعية ينفي على كل واحد منا أن يحفظها ويكررها كل يوم. فهي وسيلة للشفاء والوقاية من الأمراض التي نعرفها ولا نعرفها، وقد يكون حفظك لهذه الرقية سببا في نجاحك في الحياة، لأنها تدركك عند شر العين والحسد والشیطان بإذن الله تعالى.

الطريقة العملية للرقية الشرعية – قراءة الآيات والأدعية تكون بصوت مسموع وتلاوة حسنة، وتحاول ترتيل الآيات بصوت جميل، وذلك لزيادة الخشوع وهو أمر ضروري جدا لضمان الشفاء.

– أن تضع امامك كأس ماء فقلنا عليه ثم تشرب منه وتصح به مكان المرض أو الألم، أو تسبح وجهك وصدرك وتحاول أن تستشعر الشفاء والخشوع والطمأنينة والسكينة. يمكن القراءة على زيت الزيتون أو العسل المذاب بماء أو ماء زمزم، ثم تشرب منه وتمسح مكان الألم. – أن تستيقظ بالشفاء وأن هذه القراءة لن تضر عبدا، بل ستؤثر على خلايا جسك وترفع النظام المناعي لديك وأن الشفاء سيحدث ولو تأخر فلا تستعجل، وقد تكون هذه القراءة سببا في الشفاء من امراض خفية لا نعرفها فيضرها الله عندك من دون أن تشعر!

– يمكن أن نقرأ هذه الرقية في كل احوالك مستلقيا أو جالسا أو واقفا أو في السيارة أو في أي مناسبة، وكان. فذكر الله جائز في كل الأحوال، ولكن بشرط أن تركز تفكيرك مع معاني الآيات، وتخيل وكان جسك يشفي وأن هذه الآيات تقضي على المرض وإنك تمضي نشاطا وحيويا. وهذا الأمر مهم جدا لتسريع الشفاء إن شاء الله تعالى. واليك الرقية الميسرة: 1 – الآيات القرآنية

الفاحة ... سبع مرات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ (1) الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (2) الرَّحْمَنُ الرَّحِيمِ (3) مَا لَكُمْ يَوْمَ الدِّينِ (4) إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (5) أَهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ (6) صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ (7)،

أول خمس آيات من البقرة ... مرة واحدة
بسم الله الرحمن الرحيم
الم (1) ذلك الكتاب لا ريب فيه هدى للمتقين

دراسة: العمل بجد وانتظام يطيل العمر

وجد باحثون أميركيون أن العمل بجد ومثابرة وانتظام مرتبط بإطالة العمر.
ورأى الباحثون من جامعة كاليفورنيا أن من يحبون العمل ويعملون بانتظام قد يعيشون أربع سنوات أكثر من

ووجد باحثون أميركيون أن العمل بجد ومثابرة وانتظام مرتبط بإطالة العمر.
ورأى الباحثون من جامعة كاليفورنيا أن من يحبون العمل ويعملون بانتظام قد يعيشون أربع سنوات أكثر من



(2) الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُدْخِرُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ (3) وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مِمَّا آتَاهُم مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ مِمَّا آتَاهُم مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ مِمَّا آتَاهُم مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ مِمَّا آتَاهُم مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ مِمَّا آتَاهُم مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ

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 مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

آخر آيتين من سورة البقرة ... مرة واحدة
قُلْ الرَّسُولُ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ مِنْ رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا يَفِرُقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (285) لَا يُخْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا يُوَفِّيَهَا نَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَظَاهَا مَا افْتَنَتْ رَبَّنَا لَا يَخْلُفْنَا إِن سَمِعْنَا أَوْ نَحْطَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِلُ عَلَيْنَا أَوْرَاقَنَا كُفْلًا عَلَى الَّذِينَ مِنْ خَلْقِنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا فَلَاقَ لَنَا بِهِ وَأَعِزَّنَا مِنَّا وَافْعَ عَنَّا وَافْعَر لَنَا وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (286)

آخر آيتين من سورة البقرة ... مرة واحدة
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
قُلْ الرَّسُولُ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ مِنْ رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا يَفِرُقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (285) لَا يُخْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا يُوَفِّيَهَا نَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَظَاهَا مَا افْتَنَتْ رَبَّنَا لَا يَخْلُفْنَا إِن سَمِعْنَا أَوْ نَحْطَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِلُ عَلَيْنَا أَوْرَاقَنَا كُفْلًا عَلَى الَّذِينَ مِنْ خَلْقِنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا فَلَاقَ لَنَا بِهِ وَأَعِزَّنَا مِنَّا وَافْعَ عَنَّا وَافْعَر لَنَا وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (286)

آخر أربع آيات من سورة المؤمنون
الْحَسْبُكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسِهِ وَاتَّخَذَ لِنَفْسِهِ أَشْرَافًا (115) فَيَقَالُ اللَّهُ لِلَّذِي لِلَّهِ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (116) وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُخْلِقُ الْكَافِرِينَ (117) وَقُلْ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (118) وَأَنْتَ خَيْرُ الْمُنَافِقِينَ (119)

آخر أربع آيات من سورة المؤمنون
الْحَسْبُكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسِهِ وَاتَّخَذَ لِنَفْسِهِ أَشْرَافًا (115) فَيَقَالُ اللَّهُ لِلَّذِي لِلَّهِ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (116) وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُخْلِقُ الْكَافِرِينَ (117) وَقُلْ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (118) وَأَنْتَ خَيْرُ الْمُنَافِقِينَ (119)

العمل يوم القيامة. يقول تعالى: «وقل اعملوا يسيري الله معكم ورسوله والمؤمنون وستردون إلى عالم الغيب والشهادة فينبئكم بما كنتم تعملون» (التوبة: 105). كذلك أمر الإسلام

بِالِإِحْلَاقِ الْحَسَنَةِ، بل أن أقل شيء في ميزان العبد يوم القيامة حسن الخلق، وأقرب الناس مجلسا من الحبيب الأعظم هم أحاسنهم أخلاقا، كما أخبر بذلك النبي صلى الله عليه وسلم.