

كلمات صائم

وكانت الأقواص تتراحم وتتدافع ، بشكر فوضى ولكن جيل ..
قال أين هذا الحادث ؟

إلى « المحكة » لاستقبال الهلال ، والنزاع بالضيف العزيز ..

بطل الهلال من عل فتنتلق الزقاريد .. ويدوي صوت النرح والمدافع والطبول ..

والآن : فلا تردد قول النبي الكريم ، وقد ترامت إلى الهلال نظراته الثمينة :

ألهم أمه علينا بالأمن والأيمان ، والسلامة والإسلام ، هلال خير وورع ، ربنا وربك
الله ، آمنا بالذي خلقك ، ألهم إنا نسألك خير ما في هذا الشهر وخير ما بعده .

رمضان

في كل عام تنمو وتروح .. وفي كل عام تذهب ونحيى .. وفي قدومك ذكريات ..
وفي ذهابك ذكريات ..

- فبك زلزال القرآن الكريم .. بمعجزة النبي العظيم .. وناموس الحياة .. ومبعث
السعادة والهدى .. وسند الضاد .. وملاذ الفنة .. وفاء الكثرة المسكابين ..

- فبك فتحت مكة المكرمة ، فكل الدين ، وخفقت راية الإسلام ، وعزت كلمة
الأيمان ، وانبتقت أنوار السعادة الحميدة ، فمت وفاضت .

- فبك ليلة القدر ، وما أدراك ما ليلة القدر ، ليلة القدر خير من ألف شهر ، تنزل
الملائكة والروح فيها بإذن ربهم من كل أمر سلام هي حتى مطلع الفجر .

- فبك الرحمة الربانية تنجلي وتنتفع . فيأمل البائس ، ويرجو الفاسد ، وتطرح عن
النفوس أعباء الشرور والآثام ، وترفرف أعلام الأمن والأطمئنان ..

- فبك البر تنفق سوقه ، فترفأ عبرات الفقراء المعدمين ، وتخفف لوحة الموزين
ويأخذ البشر طريقه في جميع النفوس . فيمحي الكرب . وينالني الهم والتم . ويتبدد الشجر ،
والشجن ..

الصوم

الصوم نقحة قدسية ، ومنة عليية ، تقبل للعائر عثرته ، والدي . إسمائه

الصوم مربيين العبد وخالفه ، قال عز وجل : كل هل ابن آدم له إلا الصيام ، فإنه لي وأنا أجزي به ، فإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب ، فإن سابه أحد أو قاتله فليقل إنى صائم ..

الصوم تجرد من الفرائز المنحلة والشهوة الوضعية ، وانصاف بالملائكة الأبرار ، لأن مربية الأناس بين البهائم والملائكة . رفعه عن الأولى نور العقل ، وحطته عن الثانية ظلمة الشهوة ..

الصوم جاع الفضائل ، وأساس الخلق الطيب النبيل ، وعلى غشاوة العيون . ودين القلوب ، ومهدى شرة النفوس وحلقة العالما .

الجمال

الجمال مطلب كل نفس . وأغنية كل فؤاد ، وأغنية كل قلب .. ولا يكون جمال بدون رشاقة ودم وجاهزية .

عرف ذلك الغرب . فسمى له كل المساعي وأخيرا وجد ضالته في الصوم ، فبالصوم تمكنت نجوم السينما في « هيلوورد » وملكات الجمال في الدالمن حفظ توازن الجسم وجريان الدم فيه أحرقا . أما المساحيق . أما الجمال الصناعي . فقد ذهبوا ونيا . أدم إلا في مصر حيث الجبل قائم ، والآفكار مربية سقيمة . فالسنة هنا عنوان المرأة للصحيحة الجسم القارطة الجمال . ولا تكون سمنة مع صوم . إذن فلا داعي للصوم . هذه النظرية الخاطئة هي سبب البلاء والحن . فالمرأة التي تفتقر إلى السنة والشحم الكثير . والكسل والقنور وكثرة النوم . نتيجة السنة والشحم .. ثم تفضن الوجه والبطن بسرعة .. نتيجة السنة والشحم ..

فهل يتدبر ذلك فتياتنا .. وخاصة المتعلمات ويعرفن أن الدين الإسلامي دين عام خالد كل حسن منه والبه ؟

الشباب

تكثر الدعوى عند تولى عهد الشباب وقدم عهد الشباب .. وخاصة الشيب المبكر .. وتكثر الأبحاث العلمية حول إحياء الشباب في زمن الهرم والكسب .. ولكن يقول « مكفادن » أير الرياضة البدنية في العالم ... إن الصوم كقيل بأعادة الشباب وإطالة العمر وتجديد النشاط .. وذلك بأن الجسم يأكل نفسه في الصوم أي يأكل الأنسجة التي لا لزوم

لها ويستمدك الشحم الزائد على الحاجة .. فتجدد الأنسجة ويجرى الدم في العروق بقوة ..
فيذهب الكبير .. وتجدد المزاج .. وقد جرب هذه التجربة الدكتور « أنطون كارلسون »
ومساعدته في رجل في سن الأربعين فبصيامه أسبوعين رجعت إليه أنسجة شباب في حدود
الستاتين

الجوع

روى أنه مالا في نبي ربه إلا على جوع وكانت فائقة؛ تقول إن رسول الله صلى الله عليه
وسلم « لم يمتلئ قط شبعاً وبعث بكيت رحمة له مما أرى به من الجوع » وقال عيسى عليه السلام
« يا معشر الطواغيت : أجبوا أعبادكم وأعرؤا أجسادكم ، لعل قلوبكم تری الله عز وجل »
وفي التوراة « اتق الله وإذا شبعت فذكر الجوع » وقبل « وضعت الحكمة والعلم في الجوع
ووضعت المصيبة والجهل في الشبع »

قال القرآن « أعظم المملكات لابن آدم شهرة البطن لأنها على التحقيق ينبوع الشهوات
ومبعث الأدواء والآفات

قال عليه السلام « إن الشيطان يجري من ابن آدم مجرى الدم من الدروق ، فضيقوا
شبابه بالجوع »

أجل فعظم الأمراض من الشبع .. ومعظم المهلكات من الشبع .. والفتور وخود الدهن
من الشبع .. والبطنة والسمنة من الشبع . والموت الفجائي قبيحة الشبع .. ولن نقود الشهوة
المرء إلا إذا شبع . فالتاس يحفرون قبورهم بأيديهم .. وعلى أنفهم ثم الجائون . وبذلك
قال الصوم نعمة كبرى ومنه عظمى تريخ الجسد من تعب متواصل وجهد متوال ، وأمنى الدهن
وتوفد القرعنة وتريخ النفس والنفاد ، وبه تذهب الرواسب العvisية والفضلات المدمرة
والأخلاط المعوية . لكل شيء وكافة وكافة الجسد الجوع

الدواء

من الخطأ أن يزعم زاعم بعد ذلك بأن الصوم مضاعف لاجتماعه ، مذهب الحسرة الوجه
وتورد الدم . فهو الدواء إذا عظم الداء والبسم الشافي في كثير من الداء والأشقام ...
واليوم ترى الطب الحديث يعالج الأمراض المزمنة والمنتهية بالصوم كالشلال والزهري
والسكراس . واذا قل يمكن النبي صلى الله عليه وسلم نبأنا حين قال « لو علمت أمي ما في
رمضان من الخير والبركة لمت أن يكون السنة كلها »

نعم فليس هناك أعز من الصحة أو أتمن منها .. وليس هناك أهدى من الشفاء عند اليأس

والأمل عند القنوط.

الصحة

نسر النفس عندما تؤدي الواجب عليها ويشملها شعور التنبطة والفرح عندما ترى نفسها لم تؤخر شيئاً لغيره . فهذه التنبطة وذلك الفرح بهما من الغدد المعوية ويزيدان عصارة الهضم . فلا يحصل إمساك أو أي تعب آخر . والصوم واجب بل فرض ضروري أداؤه . لذلك لا عجب ولا غرابة من تحسن الصحة في الصوم كبح جراح الشهوة يأتي من الصوم وهذا الكبح يفيد الجسم ويزيد قوة ونشاطاً . . . ولذلك نرى الغالية العظمى من أبطال الرياضة بصوم موت عن الشهوة لتحقيق آمالهم في التبحر والظفر .

ويشعرون الدم من تعفن الأغذية في المعدة . والصوم يحول دون ذلك التسمم وهذا التعفن الدين

يرى الدين من الصوم إلى مقاصد نبيلة وفضائل جزيلة ، كتهذيب النفس عما تشبهه ونحوه لتستمد لتتقوى وملازمة الخلق بقلب عامر بالإيمان ، كما يعودها الصبر والجلد والأتانة واحتمال المشاق وحفظ الجوارح عن الحرمان والزعذ والرحمة والمطف والشفقة والحنان والصدق والأمانة وغير ذلك من أهميات الفضائل وجماع الأخلاق والآداب : قال عليه السلام : الصوم نصف الصبر والصبر نصف الإيمان

جوهل

من التناضح أن يهجم الإنسان على الأكل ساعة التطور هجمة الأسد الجائع على الخبوان الواهن الضعيف . فان هذا لا ينفق وحكمة الصوم في الجوع دائرة في تهذيب النفس والخلق وإصلاح الجسم والجسد . لان الصوم ليس معناه الامتناع عن الأكل نهائياً واستبداله ليلاً . . . كلا . . الصوم أعظم من ذلك وأرفع . ثم إن التعب الذي يشعر به الأكل عقب فطره ويشبه الصوم قلماً وعذواناً . ليس من الصوم فهو المنسب وعلى نفسهما تحبى براقت . ولنا في رسول الله أسوة حسنة فقد كان يفطر في رمضان على بعض من الترقأ لم يجد فاء ثم إن التفتن في صنوف الأكل وكثرة أنواعه لا يفيد الصحة مطلقاً . فخير الطعام بسيطه ومفيده

آداب

وعلى الصائم أن يمتنع عن الغيبة والنميمة والجور والظن للنير ، وأن يكثّر من تلاوة القرآن واستغفار الرحمن والاحسان إلى الأهل والنير . وأن يكون صورة من الملائكة وأن يمثل الوداعة والخلق السخى الكريم فلا يبس ولا يشتم . وأن يعظ ويصيح ما أمكن وأن يحضر الصلاة جماعة ولا يلهي صلاة القيام . فالصائم مأمور إلا إنسان جديد : وشغلون جديد . أمامه الجنة مفتوحة الأبواب

نشرع

ألهم خذ بيدنا إلى الصراط السوى . ووفقنا إلى ما نحب وترضاه .. واعف عنا واغفر لنا .
ألهم اجعل رمضان مباركا على أمة نبيك عليه السلام . . . آمين

حامد محمد خليل

