

المجلد السادس مجالس شهر رمضان

عنوان الكتاب: مجالس شهر رمضان .

المؤلف: فضيلة الشيخ / محمد بن صالح بن عثيمين يرحمه

الله تعالى .

الطبعة: ١٩٩٨ م .

الناشر: مكتبة العبيكان بالرياض .

عدد الصفحات: أكثر من ١٥٠ صفحة من القطع الكبير .

وقبل أن نغوص في أعماق الكتاب، أقول: إن الشيخ محمد بن صالح العثيمين - يرحمه الله تعالى - لا يحتاج إلى التعريف فهو علم مشهور يعرفه القاصي والداني، ومن أبرز علماء المملكة العربية السعودية بعد سماحة الشيخ / عبدالعزيز بن باز - يرحمه الله تعالى - له الكثير الكثير من الإنتاج الفكري في المكتبات والإذاعة وعلى المنابر والصحف وغيرها، ويعرفه مستمعو إذاعة القرآن الكريم من خلال برنامج نور على الدرب، وسؤال على الهاتف، وبرنامج من أحكام القرآن الكريم .

فعلمه غزير ونشاطه وعطاؤه كبير، وخيره - جزاه الله خيراً - كثير.

أما كتاب «مجالس شهر رمضان» فيعد من أوائل الكتب التي ألفت لقراءتها في أيام أو ليالي شهر رمضان المبارك، ثم ظهرت بعده وعلى منهجه وطريقته كتب عديدة وشبيهة له.

قسم الشيخ محمد بن عثيمين - يرحمه الله تعالى - كتابه إلى ثلاثين موضوعاً بعدد أيام شهر رمضان، وسمى كل موضوع مجلساً فقال المجلس الأول ويليه المجلس الثاني فالثالث وهكذا، ووضع تحت رقم المجلس موضوع الحديث بهذه الصورة، «المجلس الحادي والعشرون في فضل العشر الأواخر من رمضان».

مهد لهذه المجالس أو لكتابه «مجالس شهر رمضان» بكلمة قصيرة قال فيها: «أما بعد فهذه مجالس لشهر رمضان المبارك تستوعب كثيراً من أحكام الصيام والقيام والزكاة، وما يناسب المقام في هذا الشهر الفاضل، رتبها على مجالس يومية أو ليلية، انتخبت كثيراً من خطبها من كتاب «قرة العيون المبصرة بتلخيص كتاب التبصرة» مع تعديل ما يحتاج إلى تعديله،

وأكثرت فيها من ذكر الأحكام والآداب لحاجة الناس إلى ذلك، وسميته «مجالس شهر رمضان» أسأل الله تعالى أن يجعل عملنا خالصاً لله، وأن ينفع بها إنه جواد كريم».

إذن المقدمة أو بالأحرى هذه الكلمة تشرح ماهية كتاب «مجالس شهر رمضان» وتبين مادته العلمية وطريقة توزيعها على أيام شهر رمضان.

وحينما نطالع فهرس موضوعات الكتاب نقرأ منه ما يأتي:

الجلس الأول: في فضل شهر رمضان ... المجلس الرابع: في حكم قيام رمضان، المجلس الخامس: في فضل تلاوة القرآن وأنواعها، المجلس السادس: في أقسام الناس في الصيام، المجلس الثامن: في بقية أقسام الناس في الصيام وأحكام القضاء ... المجلس الثالث عشر: في آداب قراءة القرآن، المجلس السادس عشر: في الزكاة ... والمجلس الثامن عشر: في غزوة بدر ... المجلس الثالث والعشرون: في وصف الجنة جعلنا الله من أهلها ... المجلس الثلاثون: في ختام الشهر..

فمن تقسيم المجالس نلاحظ أن الشيخ ابن عثيمين يحاول أن يستوفي الموضوع حقه، فمثلاً موضوع أقسام الناس في

رمضان تناوله في ثلاثة مجالس وكذلك موضوع أنواع تلاوة القرآن الكريم .

فطول الموضوع تبعاً لأهميته، وحاجته إلى الإيضاح والتفصيل .

وحتى نضع النقاط على الحروف نأخذ مثلاً موضوع تلاوة القرآن فقد تحدث الشيخ عن فضل التلاوة في المجلس الخامس وفي المجلس الثاني عشر تحدث عن النوع الثاني من التلاوة، وفي المجلس الثالث عشر أكمل الموضوع عن آداب قراءة القرآن، فالملاحظ أنه لا يتناول الموضوع في أيام متتالية حتى لا يسأم المستمع من الاستماع إضافة إلى حصول الإحاطة بتناول الموضوع من جميع جوانبه وبخاصة أن تلاوة القرآن الكريم في شهر رمضان هي من أبرز العبادات وأيسرها على المسلم إلى جانب ميل النفس إليها .

يقول الشيخ محمد بن عثيمين - يرحمه الله تعالى - في كتابه مجالس شهر رمضان تحت عنوان في فضل تلاوة القرآن وأنواعها . « تلاوة كتاب الله على نوعين : تلاوة حكمية وهي تصديق أخباره وتنفيذ أحكامه بفعل أو امره واجتناب نواهيه،

وتلاوة لفظية وهي قراءته وقد جاءت النصوص الكثيرة في فضلها إما في جميع القرآن، وإما في سور أو آيات معينة منه. ففي الصحيحين عن عثمان بن عفان - رضي الله عنه - أن النبي ﷺ قال: «خيركم من تعلم القرآن وعلمه» وفيهما عن عائشة - رضي الله عنها - أن النبي ﷺ قال: «الماهر بالقرآن مع السفارة الكرام البررة والذي يقرأ القرآن ويتتعتع فيه وهو عليه شاق له أجران، والأجران أحدهما على التلاوة والثاني على مشقتها على القارئ...» إلخ حديث المجلس.

وختم الموضوع بالحديث عن ختام شهر رمضان، وكيف يجب على المسلم أن يحرص على العبادة بعد رمضان، وفضل صيام الست من شوال، وبعض أحكام العيد... إلخ.



obeikandi.com

المُتَابِع السَّابِع

رسالة رمضان

عنوان الكتاب: رسالة رمضان .

المؤلف: فضيلة الشيخ / أبو بكر جابر الجزائري .

الطبعة: الأولى ١٤٠٠ هـ

الناشر: مكتبة دار العاصمة بالرياض .

عدد صفحاته: ١٦٥ من القطع الصغير .

يُعد هذا الكتاب أو بالأصح الكتيب من الكتب الصغيرة ويسميتها البعض كتب «الساندوتش» لأنها تقرأ في جلسة انتظار أو دقائق قليلة . وهذا النوع انتشر في الآونة الأخيرة وكثر استخدامه؛ لأن سعره قليل في متناول الطاقة، وغير مكلف، وغالباً ما توزع هذه الكتيبات كهدايا للمصلين والضيوف والطلاب وغيرهم . كما أن طباعته غير مكلفة، وله قوة شرائية في سوق المكتبات .

أعود إلى كتاب «رسالة رمضان» فأقول: تضمن الكتاب مقدمة وأكثر من ثلاثين موضوعاً وخاتمة .

وفي مقدمة الكتاب يشرح مؤلفه فكرة الكتاب وأسلوب

تناوله للموضوعات وأهميتها، وما دعاه لتأليفه وإعداده، إلى غير ذلك فيقول غفر الله له ولوالديه: «رسالة رمضان هي عبارة عن دراسة عامة شاملة لركن عظيم من أركان الإسلام، صوم رمضان المعظم، دراسة علمية تتبع جزئيات هذه العبادة وكلياتها، فلا تغفل ناحية من نواحيها الحكيمة والعلمية، بل تتناولها بأسلوب سهل، وعبارة مبسطة واضحة، تدركها العقول على تفاوتها وتتناولها الأفهام على اختلافها، بحيث يتصفحها المسلم - ومهما كانت ثقافته - فيعرف عن هذه العبادة ما ينبغي أن يعرفه كل مسلم عنها، هذا وإني - جرياً وراء الإصلاح الديني والروحي معاً - قد سلكت في هذه الرسالة ما سلكته في وضع رسالة الحج المبرور» قبلها فجمعت فيها من كل مذهب أحسنه ومن كل خير أصدقه، فكانت - بحمد الله - جامعة للأمة ومذاهبها، قاضية على الفرقة وأسبابها، كما فصلت فيها الأحكام تفصيلاً يسهل فهمها ويرغب في حفظها، فذكرت لذلك عقب كل حكم دليله، وعقب كل مسألة حكمتها أو علتها، كشفاً عن أسرار العبادة وإظهاراً لفوائدها..» إلخ

إذن من مقدمة الكتاب عرفنا أسلوب ومنهج المؤلف، ومن الموضوعات التي تناولها في هذا الكتاب ما يأتي:-

الصوم وأحكامه، تاريخ فرض الصوم على هذه الأمة، فضائل الصوم، أقسام الصوم، فضائل رمضان، صفات قارئ القرآن، رسالة في الاعتكاف، رسالة في الاعتمار، شروط الصيام، أحكام الصيام في السفر، أركان الصيام، مكروهات الصيام، مبطلات الصيام، ما يباح للصائم فعله وما يعفى عنه في الصوم، زكاة الفطر ودليل وجوبها، أنواع الطعام التي تخرج منها الزكاة، وأخيراً الخاتمة.

ومن ذلك نفهم أن الشيخ أبا بكر الجزائري قد مرّ على جميع أو أكثر ما يتعلق بالصيام من أحكام وسنن وآداب وفضائل، ولم يترك إلا النذر اليسير حتى يبقى الكتاب محافظاً على حجمه المناسب،

وهناك ملاحظة مهمة جداً هي أن الشيخ يقرن الحكم بالعلة، فإذا ذكر حكم أمرٍ ما كالتحريم أتبعه بذكر علة التحريم.

كما أن الكتاب لا يخلو من التنبيهات الجيدة ذات العلاقة بالموضوع، وأما عن طول الموضوعات وقصرها فبحسب تناول

المؤلف لها، فبعضها يتجاوز ست عشرة صفحة كما في أقسام الصيام، وبعضها لا يزيد عن صفحة واحدة كما في موضوع «الاعتماد».

ولنأخذ نموذجاً من هذه الموضوعات «فضائل رمضان» فيقول: «إن لم يكن لرمضان من فضل سوى أنه كان ظرفاً لنزول القرآن الكريم فيه لكان ذلك كافياً لشرفه، وعلو مكانته، قال تعالى: ﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ﴾ .، كيف وقد خصَّه الله بليلة القدر، وهي خير من ألف شهر. وخصَّه الله بفضائل عظيمة، ومزايا عديدة فهو خير شهر لخير أمة، كان رسول الله ﷺ إذا هلَّ هلاله بَشَّرَ أُمَّتَهُ بِإِهْلَالِهِ، وقال: «أيها الناس قد جاءكم شهر مبارك افترض الله عليكم صيامه، تفتح فيه أبواب الجنة، وتغلق فيه أبواب الجحيم، وتغل فيه الشياطين فيه ليلة خير من ألف شهر، من حُرِمَ خيرها فقد حُرِمَ». ثم يلي ذلك الأحاديث التي جاءت في فضل رمضان.

وختم الشيخ الجزائري كتابه بخاتمة قصيرة قال فيها بعد أن حمد الله تعالى على توفيقه وهدايته وإعانتته، قال: هذا ولا

يفوتني في هذه الخاتمة أن أنبه إلى أن ما علّلت به بعض المنهيات وما جعلته حكمة لبعض الواجبات، لم يكن إلا من قبيل الرأي والاجتهاد فقد أصيب في ذلك وقد أخطئ، فإن أصبت فمن الله تعالى، وإن أخطأت فمن نفسي واستغفر الله، كما أنني لا أدعي العصمة في كل ما كتبت من أحكام الصيام ومسائله، بل أعتقد أنني معرض للخطأ كغيري من سوى المعصومين إلى آخره.



obeikandi.com

المجلد الثامن

توجيهات وفوائد للصائمين والصائمات

عنوان الكتاب: توجيهات وفوائد للصائمين والصائمات .

المؤلف: الشيخ الداعية / عمر بن سعود العيد .

الطبعة: الأولى عام ١٤١١ هـ .

الناشر: دار العاصمة بالرياض .

عدد صفحاته: لا تتجاوز ١١٠ صفحة من القطع الصغير .

من بطاقة الكتاب ومن عدد صفحاته يتبين أنه من الكتيبات الصغيرة الحجم ويسمى البعض بكتب « الجيب »؛ لصغر حجمها وسهولة حملها وقصر الوقت الذي تستغرقه في قراءتها .

يتضمن الكتيب مقدمة وسبعة وخمسين توجيهاً وفائدة من فوائد الصيام يقول مؤلف الكتاب الشيخ / عمر العيد في مقدمته بعد أن حمد الله تعالى: أيها الإخوة الصائمون، أيتها الأخوات الصائمات، هذه مجموعة توجيهات ومواعظ وفوائد، جمعتها من عدة كتب، أقدمها خالصة لوجه الله تبارك وتعالى، ونحن نستقبل هذا الشهر الكريم بقلوب

مشتاقه و نفوس مؤمنة راضية، أقدمها لهذه النفوس المؤمنة التي تصوم لله تعالى، رغبة في الأجر والثواب، لهذه العيون التي تذرف الدموع خشية من الله تبارك وتعالى ورغبة فيما عند الله من الأجر والثواب في هذا الشهر المبارك.

أهدي لهم هذه التوجيهات من باب التعاون على البر والتقوى، والتواصي على طريق الخير.

وتلا المقدمة – أو لنقل خطبة الكتاب كما يسميها الأوائل – تمهيد صدره بأبيات شعر قال فيها:

مرحباً أهلاً وسهلاً بالصيام * * يا حبيباً زارنا في كل عام
 قد لقيناك بحب مضمع * * كل حب في سوى المولى حرام
 فاقبل اللهم ربي صومنا * * ثم زدنا من عطاياك الجسام
 لا تُعاقبنا فقد عاقبنا * * قلق أشهرنا جُنح الظلام
 وكما ذكرنا سابقاً أن الكتاب تضمن أكثر من خمسين موضوعاً نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر:-

رمضان شهر التنافس في الطاعة، الصيام ليس مدعاة للكسل، الصيام يحفظ القلب، الصيام يحفظ اللسان، الصيام يحفظ العين، الصيام يحفظ الأذن، الآباء يحثون أبناءهم على الصيام، الإسراف في طعام الإفطار، عدم تضييع ليالي رمضان

باللعب، تفتير الصائمين، عدم الانشغال بفوازير رمضان، التصنّع بالبكاء، التجمعات في الشوارع، اختيار الإمام حسن الصوت، الإفطار العمد في رمضان، استعداد النساء لصلاة التراويح، الصلاة السريعة عند بعض الأئمة، التخفيف في دعاء القنوت، رمضان فرصة للتوبة الصادقة، إجازة العيد، وماذا بعد رمضان، موعظة ووداع.

تلك كانت أهم أو بالأحرى بعض الموضوعات التي تناولها مؤلف الكتاب، وبالتمعن والتركيز عليها نلاحظ حرص المؤلف - جزاه الله خيراً - على التطرق لكثير من القضايا والأخطاء الشائعة في المجتمع كخروج النساء إلى الأسواق، والأكل حتى التخمة، والنوم عن صلاة الفجر وإهمال الطلاب لواجباتهم، وغير ذلك. وقد عالجها بأسلوب سلس واضح مُدعم بالدليل الشرعي، بعيداً عن الغلو والتشديد على أمة الإسلام، كما أنها لا تخلو من أبيات الشعر حسب المناسبة، ومن ربط الموضوع والموعظة أو التنبيه بالواقع الملموس، حتى يمكن القارئ من الفهم والاستيعاب، وبخاصة أن مثل هذه الكتيبات يتناولها ويقرؤها الصغار والكبار، الذكور والإناث من شتى المستويات التعليمية، يستفيد منها الجميع بلا تحديد؛ لأنها كما ذكرنا في المتناول دائماً.

من موضوعات كتاب « توجيهات وفوائد للصائمين والصائمات » نختار هذه الفقرة: يقول تحت عنوان: « الإسراف في طعام الإفطار »: « كثير من الناس يمدّون موائد كبيرة، في هذا الشهر، وقد اشتملت على أصناف المأكّل والمشرب، ويكلفون أنفسهم أحياناً ما لا يطيقون بأنواع اللحوم والخضار والفاكهة والحلويات والعصيرات والمتبلات، وأغلب هذا يفيض عن حاجتهم ويرمى .

لم يطلب رمضان منّا ذلك، فبعض النساء تعطي زوجها ورقة طولها ذراع وعرضها كذلك ليحضر ما فيها من السوق، وهذا يستنزف المال في غير موضعه بلا طائل ولا فائدة، وأغلبها ترف لا فائدة منه وإسراف لا خير فيه ومنهبيّ عنه، بل هو مذموم في الشرع، فعلينا الاعتدال والتوسط في ذلك، لا تقتير منهبيّ عنه، ولا إسراف وتبذير مُحَرَّم أيضاً. فالأسرة عليها أن تقتصد وتضع كل شيء في محله ومكانه، مع أن بعض المسلمين يقاسون الفقر والحاجة الشديدة، ولا يجدون ما يفطرون عليه، ونحن لا نعبأ بهم، فالأولى بنا أن نتبرع من هذا الطعام لهم بما تجود به أنفسنا، فهم إخوة لنا، وفرض علينا مساعدتهم .

الجزء التاسع

الصوم مدرسة تربي الروح وتقوي الإرادة

من فضائل هذا الشهر الكريم أن الكتب التي تتحدث عنه كثيرة، ففي كل يوم من أيامه المباركة تطالعنا المكتبات بالجديد في شتى العلوم والمعارف وبخاصة ما هو متعلق بالصيام أو خاص برمضان، واليوم نختر لك - عزيزي القارئ - كتاباً جديداً في طباعته قديماً عريقاً في تأليفه، كتاباً لعالم من أجل العلماء السابقين - رحمهم الله تعالى - ومن بطاقة الكتاب تعرف من هو. تقول بطاقة الكتاب المعلومات الآتية:

عنوان الكتاب: الصوم مدرسة تربي الروح وتقوي الإرادة.

المؤلف: الشيخ عبدالرحمن الدوسري يرحمه الله تعالى.

الطبعة: الأولى لعام ١٤٠٤هـ.

الناشر: مكتبة الرشد بالرياض.

عدد الصفحات: ١٥٠ صفحة من القطع المتوسط.

عزيزي القارئ: كانت تلك بطاقة الكتاب، ومنها تعرفنا على مؤلف الكتاب الشيخ /عبدالرحمن الدوسري - رحمه الله تعالى - من علماء المملكة العربية السعودية الذين توفوا منذ

عشرات السنوات، وكانت لهم مؤلفات وأشرطة كثيرة، وهو من العلماء الذين أثروا وتأثروا، وقدموا علماً نافعاً لأضاء للناس دروبهم سنوات وسنوات، أسأل الله تعالى له المغفرة والرحمة.

قدم هذا الكتاب الأستاذ/ سعيد محمود وقال في تقديمه: عندما وضع أمامي الجزء الثاني من كتاب الشيخ عبدالرحمن الدوسري الكبير «صفوة الآثار والمفاهيم» لإعادة النظر فيه قبل طبعه مرة ثانية، رأيت فيه عدة موضوعات يمكن أن تفصل وتعرض مستقلة ككتاب. وكلام الشيخ عن الصوم هو واحد من تلك الموضوعات التي بذل فيها جهده ووقته خدمة لله ودينه وعباده المؤمنين، فقد تناول الموضوع - رحمه الله - بطريقة جديدة تنطلق من الظروف التي يعيشها المسلم في وقتنا الحاضر.. فكانت رؤيته جريئة واعية شاملة، ولهذا كله رأيت أن يعرض هذا البحث من صفوة الآثار في كتاب مستقل لما يحمله من فائدة قد لا يجدها القارئ في الكتب الكثيرة التي وضعت في الصوم كفرص وعبادة.

وعن منهج الشيخ عبدالرحمن الدوسري في هذا الكتاب يقول المقدم: استفاد الشيخ - ولأبعد حد - من الآيات

والأحاديث الكثيرة التي تعالج موضوعه، ووفق في إبراز الصوم كمدرسة عليا تقوي الإرادة والعزيمة، وتغرس في أبنائها الصدق والإخلاص، وتنير في أرواحهم معاني الأخوة والمحبة والمساواة والتضامن والتكافل والتعاقد.

من تقديم الأستاذ/ سعيد محمود للكتاب تبين لنا أن مادة الكتاب مقتطعة من كتاب آخر عنوانه «صفوة الآثار والمفاهيم» للشيخ عبدالرحمن الدوسري كما يتبين أن المؤلف انتهج أسلوباً مختلفاً يتميز بطرح وعرض جديدين .. كما أنه أقام علاقة جميلة رائعة بين رمضان والقرآن، وبين رمضان والدعاء. والآن نستعرض الموضوعات التي احتواها هذا الكتاب ومنها:-

معنى الصوم، الصوم تربية ومدرسة، صوم المريض والمسافر وصوم عاشوراء، رمضان والقرآن، يريد الله بكم اليسر، الصيام الصحيح فرصة لاستجابة الدعاء، كيفية الصوم وحدوده، فوائد أحكام الصيام.

وبعض الموضوعات يتجاوز تناوله أكثر من ثلاثين صفحة كموضوع «رمضان والقرآن» كما أن الشعر العربي يتخلل

بعضها . ويجمع المؤلف بين الفقه والطب وبين العلم والإيمان
وبين الواقع والأصل .

أيضاً حينما نقرأ في بعضها نلاحظ أن الشيخ يشير إلى
بعض الإحصائيات التي تذكرها الصحف والمجلات وبعض
وسائل الإعلام الأخرى، ومن الأمور التي فصل فيها أحكام
الدعاء فقد ذكر له ستاً وعشرين شرطاً وأدباً وجميعها مقرونة
بالدليل الشرعي من الكتاب أو السنة أو الأثر.

والآن أخي الكريم نقدم لك مقطعاً من هذا الكتاب القيم
يقول الشيخ الدوسري - يرحمه الله - : في الصوم خير تربية
للإنسان على القوة العامة في كل شيء، وعلى فضائل الصراحة
في القول والإخلاص في العمل، وعلى الجد والعزم ورباطة
الجأش بقوة العزم، فهو يُعلم الناس كيف يترفعون عن مظاهر
الحيوانية التي غاية همّها الأكل والشرب وإشباع الغريزة،
يعلمهم كيف يسمون بأنفسهم إلى مستوى تغطتهم الملائكة
عليه، نعم يغطّهم عليه الذين غداً أرواحهم ذكر الله
وعبادته، وحسن مراقبته؛ لأنّه يربي في المسلمين ملكة الصبر،
وقوة معنوية على قهر النفس .. ففي هذه التربية محو لسلطان

المادة وطغيانها على النفوس حتى لا يشتد سلطانها على سلوك
البشر المسلم والصوم - أيضاً - يربي في النفوس رعاية الأمانة
والإخلاص في العمل، ولا يراعي غير وجه الله تعالى فيه، وهذه
فضيلة عظمى تقضي على رذائل المداهنة والرياء والنفاق .

وفي الصوم امتثال لأمر الله وإقرار عملي بوجوده وبقيمته
العظمى في الوجود، وفي هذه العبادة الشريفة أكثر من المنح
والعطاء لأنها فيها كبت للذات والإنسان . وفي الصوم خطوة
أخرى في طريقة توحيد الإنسان وسعيه نحو وحدة ذاته في
تحصيله النفس مطمئنة التي لا تخضع لما سوى الله وتحقق في
هذه العبادة كمال الخضوع والالتزام لحدود الله تعالى . . . الخ



obeikandi.com

المجلد العاشر

صوموا تصحوا - دراسة علمية لفوائد الصيام الصحية

عزيري القارئ: من فضل الله تعالى على عباده أن جعل في أداء العبادات كالصلاة والصيام والزكاة والحج وغيرها العديد من الفوائد والمنافع الاجتماعية أو الصحية أو البيئية أو النفسية أو جميعها معاً.

والصوم من العبادات التي أجمع الأطباء والعلماء والحكماء على فوائده الصحية والطبية والاجتماعية وكذا النفسية، هذا الإجماع ليس وليد اليوم ولكنه قديم منذ قرون، ولقد انبرى المختصون للتأليف في هذا الموضوع، فكان منها هذا الكتاب وإليك بطاقته:

عنوان الكتاب: صوموا تصحوا - دراسة علمية لفوائد

الصيام الصحية.

المؤلف: الشيخ سعيد بن عبدالرحمن الأحمري.

الطبعة: الأولى ١٤٠٧ هـ.

الناشر: مكتبة المعارف بالرياض.

عدد الصفحات: ١١٢ صفحة من القطع المتوسط.

من بطاقة الكتاب تبين أن الكتاب حجمه صغير، ومؤلفه أحد الدعاة الأخيار الذين نحسبهم كذلك ولا نزكي على الله أحداً.

وقد استقى المؤلف مادة كتابه من ١٥ مصدراً ومرجعاً في الطب والفقهاء والثقافة الإسلامية ونحوها.

وأما عن محتويات الكتاب فيصل عددها إلى ثمانية عشر موضوعاً إضافة إلى المقدمة والخاتمة ومن هذه المواضيع أذكر ما يأتي:

الصوم في القرآن، تأثير الصوم في حفظ الصحة، حمية الصوم للجوارح الصوم وصحة الجسم، الصوم والجهاز الهضمي، الصوم من ضروريات الحياة، الصوم يؤخر الشيخوخة، الدكتور ماك فادون وآراؤه في الصوم، الصوم وتهدئة الأعصاب، من تجارب الأشخاص الذين صاموا .. إلخ

ولمعرفة قصة تأليف هذا الكتاب يقول المؤلف في مقدمته: «وقع تحت يدي كتاب «الصوم الطبي» وهو دراسة حول الصوم الطبي نظام الغذاء الأمثل تأليف د. آلان كوت، وقد درسته فوجدته صحيحة جديدة في عالم الطب الحديث يثبت

أن الصوم علاج فعال يفوق ما توصل إليه العلم الحديث في القرن العشرين من أنواع العقاقير الطبية وغيرها، فرجعت لكتب الفقه وأقوال علماء الإسلام والأطباء المسلمين لأعرف رأيهم فيما توصل إليه العلم الحديث وهل صحيح أن هذا أحد أسرار الصيام وفوائده؟ ثم يتحدث عن الطريقة التي اتبعها في إعداد الكتاب فيقول: الطريقة التي سوف أسلكها في كتابي أنني سأبين أولاً آراء علماء الإسلام في فوائد الصيام الطبية والصحية، ثم آتي على الكتاب المذكور فأستخرج منه العبرة ونتائج التجربة من فوائد الصيام التي أجريت في المصحات في أوروبا وأمريكا..»

أسلوب المؤلف في الكتاب سلس وأفكاره مرتبة ترتيباً منطقياً، ويلاحظ القارئ أن المؤلف وظف الحديث الشريف واستفاد منه، في الاستدلال بأحاديث الصوم وبجعل بعض مقاطعها عناوين داخلية في الكتاب. كما يلحظ القارئ أن المؤلف يجعل الكثير من الحقائق والمعلومات المهمة على شكل نقاط مستقلة لمزيد من الاهتمام بها.. إضافة إلى أنه يلخص بعض المواضيع الطويلة في ثلاثة أو أربعة أسطر في النهاية.

وكنموذج لما تضمنه الكتاب أقدم لك - عزيزي القارئ -

هذا المقطع تحت عنوان «الصوم وصحة الجسم» قال المؤلف الأحمري: الصوم وقاية من الزوائد والرواسب في الجسم، فالجسم في حالة الصوم يبدأ في استهلاك أو إحراق أنسجته الداخلية.. وأول الأعضاء التي يتغذى عليها الجسم هي الأعضاء التي تكون مريضة بأي مرض بسبب فيها احتقاناً أو تقيحاً أو التهاباً. وبديهي أن أول الخلايا التي تُستهلك هي الخلايا المريضة أو الهرمة. فهذه هي أول ما يتأكسد من أنسجة الجسم وتحترق، ثم يتخلص الجسم منها. فالصوم في هذه الحالة يقوم مقام مشرط الجراح الذي يزيل الخلايا التالفة الضعيفة من كل عضو مريض، فيعطيه فرصة يسترد خلالها حيويته ونشاطه، بهذه النظرية يكون الصوم وقاية للجسم من كثير من الزيادات مثل الحصوة والرواسب الكلسية والزوائد اللحمية وأنواع البروز والأكياس الدهنية وأيضاً الأورام الخبيثة، فقد لوحظ بالأشعة أن جميع هذه الزوائد يصغر حجمها أثناء فترة الصوم.

أخي الكريم: كان ذلك مقطوعاً من كتاب «صوموا تصحوا» وفي الكتاب يعرض المؤلف شيئاً مما جاء في كتاب «الصوم الطبي» فيقول عرف الإنسان الصوم منذ وجد على

ظهر الأرض ومنذ أن بدأ يأكل، فلقد صام أنبياء العهد القديم والعهد الجديد . . صام كل من موسى وعيسى مدة أربعين يوماً تهيئاً لتلقي الوحي السماوي . وصام قدماء الإغريق ليطهروا أجسادهم، ويشحذوا نشاطهم العقلي، وصام الهنود الحمر الأمريكيون طلباً للرؤى والأحلام ولإرضاء آلهتهم . وصام الإنجليز المهاجرون إلى أمريكا لتوفير الأغذية ولممارسة ضبط النفس .

وختم المؤلف كتابه بخاتمة قال فيها : ما أسرع أن تنجلي دهشتنا عندما نعرف أن أي حقيقة يتوصل إليها العلماء في أي زمان قد أشار إليها الإسلام قبل ذلك بقرون، فكن يا أخي الشاب المسلم على بصيرة من أمر دينك، واثقاً لا تغتر بما عند الآخرين . فأنت صاحب رسالة عالمية روحية علمية تستطيع أن تقود البشرية إلى ميادين التقدم والرقى .

