كلمات صائم

وكانت الأفواج تتزاحم وتتدافع ، بشكل فوضى ولكنه جميل ..
فأنى أين هذا الحاشد ؟
إلى « الحكمة » لاستقبال الهلال ، والترحاب بالضيف العزيز ..
بطل الهلال من على فتنطلق الزغاريد .. ويدوى صوت الفرح والمدافع والطبول ..
والآن : فلأردد قول النبي الكريم ، وقد ترامت إلى الهلال نظراته الشريفة :
أللهم أهله علينا بالأمن والإيمان ، والسلامة والإسلام ، هلال خير ورشد ، ربنا وربك الله ، آمنا بالذى خلقك ، أللهم إنا نسألك خير ما فى هذا الشهر وخير ما بعده .

رمضان

فى كل عام تغدو وتروح .. وفى كل عام تذهب وتجيء .. وفى قدومك ذكريات .. وفى ذهابك ذكريات ..

ـ فيك نزل القرآن الكريم .. معجزة النبي العظيم .. وناموس الحياة .. ومبعث السعادة والصفاء .. وسند الضاد .. وملاذ الفئة .. وقاهر الكفرة المكابرين ..

ـ فيك فتحت مكة المكرمة ، فكمل الدين ، وخفقت راية الإسلام ، وعزت كلمة الإيمان ، وانبثقت أنوار السعادة المحمدية ، فعمت وفاضت .

ـ فيك ليلة القدر ، وما أدراك ما ليلة القدر ، ليلة القدر خير من ألف شهر ، تنزل الملائكة والروح فيها بإذن ربهم من كل أمر سلام هى حتى مطلع الفجر .

ـ فيك الرحمة الربانية تتجلى وتلمع . فيأمل اليائس ، ويرجو القانط ، وتفرح عن النفوس أعباء الشرور والآثام ؛ وترفرف أعلام الأمن والاطمئنان ..

ـ فيك البر تنفق سوقه ، فترفأ عبرات الفقراء المعدمين ، وتخف لوعة المعوزين ويأخذ البشر طريقه فى جميع النفوس . فيمحى الكرب . ويتلاشى الهم والغم . ويتبدد الشجو والشجن ..

الصوم

الصوم نفحة قدسية ، ومنة علوية ، تقبل للعاثر عثرته ، وللمسيء إساءته

الصوم سر بين العبد وخالقه ، قال عز وجل : كل عمل ابن آدم له إلا الصيام ، فانه لى وأنا أجزى به ، فإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب ، فإن سابه أحد أو قاتله فليقل إنى صائم . .

الصوم تجرد من الغرائز المنحطة والشهوة الوضيعة ، واتصاف بالملائكة الأبرار ، لأن مرتبة الانسان بين البهائم والملائكة . رفعه عن الأولى نور العقل ، وحطته عن الثانية ظلمة الشهوة . .

الصوم جماع الفضائل ، وأساس الخلق الطيب النبيل ، وتجلى غشاوة العيون . ودين القلوب ، ومهدىء شرة النفوس وحدة الطباع .

الجمال

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

عرف ذلك الغرب . فسعى له كل المساعي وأخيرا وجد ضالته فى الصوم ، فبالصوم تمكنت نجوم السينما فى « هوليوود » وملكات الجمال فى العالم من حفظ توازن الجسم وجريان الدم فيه أحر كانيا . أما المساحيق . أما الجمال الصناعى . فقد ذهبا وفنيا . أقام إلا فى مصر حيث الجهل فاش ، والأفكار مريضة سقيمة . فالسمنة هنا عنوان المرأة الصحيحة الجسم الفارطة الجمال . ولا تكون سمنة مع صوم . إذن فلا داعى للصوم . هذه النظرية الخاطئة هى سبب البلاء والعن . فالموت الفجائى نتيجة السمنة والشحم الكثير . والكسل والفتور وكثرة النوم . نتيجة السمنة والشحم . . ثم تغضن الوجه والبطن بسرعة . . نتيجة السمنة والشحم . . .

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

الشباب

تكثر الدموع عند تولى عهد الشباب وقدوم عهد المشيب . . وخاصة الشيب المبكر . . وتكثر الأبحاث العلمية حول إعادة الشباب فى زمن الهرم والكبر . . ولكن يقول « مكفادن » أبو الرياضة البدنية فى العالم . . . إن الصوم كفيل بإعادة الشباب وإطالة العمر وتجديد النشاط . . وذلك بأن الجسم يأكل نفسه فى الصوم أى يأكل الأنسجة التى لا لزوم

لها ويستهلك الشحم الزائد على الحاجة .. فتجدد الأنسجة ويجرى الدم فى العروق بقوة . . فيذهب الكبر .. وتتجدد العزائم : .وقد جرب هذه التجربة الدكتور « أنطون كارلسون » ومساعده فى رجل فى سن الأربعين فبصيامه اسبوعين رجعت إليه أنسجة شاب فى حدود الثلاثين

الجوع

روى أنه مالا فى نبى ربه إلا على جوع وكانت عائشة تقول إن رسول الله صلى الله عليه وسلم « لم يمتلىء قط شبعا وربما بكيت رحمة له مما أرى به من الجوع » وقال عيسى عليه السلام « يامعشر الحواريين : أجيعوا أكبادكم وأعروا أجسادكم ، لعل قلوبكم ترى الله عز وجل » وفى التوراة « اتق الله وإذا شبعت فاذكر الجياع » وقيل « وضعت الحكمة والعلم فى الجوع ووضعت المعصية والجهل فى الشبع »

قال النزالى « أعظم المهلكات لابن آدم شهوة البطن لأنها على التحقيق ينبوع الشهوات ومبعث الأدواء والآفات

قال عليه السلام « إن الشيطان يجرى من ابن آدم مجرى الدم من العروق ، فضيقوا مجاريه بالجوع »

أجل فمعظم الأمراض من الشبع .. ومعظم المهالك من الشبع . . والفتور وخمود الذهن من الشبع .. والبطنة والسمنة من الشبع . والموت الفجائى نتيجة الشبع .. ولن تقود الشهوة المرء إلا إذا شبع . فالناس يحفرون قبورهم بأيديهم .. وعلى أنفسهم هم الجانون . وبذلك فالصوم نعمة كبرى ومنة عظمى تريح الجسد من تعب متواصل وجهد متوال ، وتصفى الذهن وتوقد القريحة وتريح النفس والفؤاد ، وبه تذهب الرواسب العصبية والفضلات المعدية والأخلاط المعوية . لكل شىء زكاة وزكاة الجسد الجوع

الدواء

من الخطل أن يزعم زاعم بعد ذلك بأن الصوم مضعف للجسم ، مذهب لحمرة الوجه وتورد الدم . فهو الدواء إذا عظم الداء والبلسم الشافى فى كثير من العلل والأسقام . . . واليوم نرى الطب الحديث يعالج الأمراض المزمنة والمستعصية بالصوم كالشلل والزهرى والكساح . واذن فلم يكن النبى صلى الله عليه وسلم مبالغا حين قال « لو علمت أمتى ما فى رمضان من الخير والبركة لتمنت أن يكون السنة كلها »

نعم فليس هناك أعز من الصحة أو أثمن منها .. وليس هناك أعظم من الشفاء عند اليأس

والأمل عند القنوط.

الصحة

تسر النفس عندما تؤدى الواجب عليها ويشملها شعور الغبطة والفرح عندما ترى نفسها لم تؤخر شيئا لغد . . فهذه الغبطة وذاك الفرح يلبهان الغدد الموية ويزيدان عصارة الهضم. فلا يحصل إمساك أو أى تعب آخر . والصوم واجب بل فرض ضرورى أداؤه . لذلك لاعجب ولا غرابة من تحسن الصحة فى الصوم

كبح جماح الشهوة يأتى من الصوم وهذا الكبح يفيد الجسم ويزيده قوة ونشاطا . . ولذلك نرى الغالبية العظمى من أبطال الرياضة يصومون عن الشهوة لتحقق آمالهم فى النجاح والظفر .

ويتسمم الدم من تعفن الأغذية فى المعدة . والصوم يحول دون ذلك التسمم وهذا التعفن

الدين

يرمي الدين من الصوم إلى مقاصد نبيلة وفضائل جزيلة ، كتهر النفس عما تشتهيه وتحبه لتستعد للتقوى وملاقاة الخالق بقلب عامر بالإيمان ، كما يعودها الصبر والجلد والأناة واحتمال المشاق وحفظ الجوارح عن الحرمان والزهد والرحمة والعطف والشفقة والحنان والصدق والأمانة وغير ذلك من أمهات الفضائل وجماع الأخلاق والآداب :

قال عليه السلام : الصوم نصف الصبر والصبر نصف الإيمان

جهـــل

من الفاضح أن يهجم الانسان على الأكل ساعة الفطور هجمة الأسد الجائع على الحيوان الواهن الضعيف . فان هذا لايتفق وحكمة الصوم فى الجوع دائرة فى تهذيب النفس والخلق وإصلاح الجسم والجسد . لان الصوم ليس معناه الامتناع عن الأكل نهارا واستبداله ليلا .. كلا ..الصوم أعظم من ذلك وأرفع . ثم إن التعب الذى يشعر به الآكل عقب فطوره ويتسبه للصوم ظلما وعدوانا . ليس من الصوم فهو المتسبب وعلى نفسها تجنى براقش . ولنا فى رسول الله أسوة حسنة فقد كان يفطر فى رمضان على بعض من التمر فإن لم يجد فماء

ثم إن التفنن فى صنوف الأكل وكثرة أنواعه لا يفيد الصحة مطلقا . فخير الطعام بسيطه ومفيده

آداب

وعلى الصائم أن يمتنع عن الغيبة والنميمة والمجون والنظر للغير ، وأن يكثر من تلاوة القرآن واستغفار الرحمن والاحسان إلى الأهل والغير . وأن يكون صورة من الملائكة وأن يمثل الوداعة والخلق السمح الكريم فلا يسب ولا يشتم . وأن يعظ ويصح ما أمكن وأن يحضر الصلاة جماعة ولا ينسى صلاة القيام . فالصائم ماهو إلا إنسان جديد : ومخلوق جديد . أمامه الجنة مفتوحة الأبواب

تضرع

أللهم خذ بيدنا إلى الصراط السوى . ووفقنا إلى ماتحبه وترضاه .. واعف عنا واغفر لنا.

اللهم اجعل رمضان مباركا على أمة نبيك عليه السلام . . . آمين

حامد محمد خليل