

صومها تصفها

إعداد/ عبدالله بخاش

يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم " إذا أفطر احدمك ، فليفطر على تمر ، فإنه بركة فإن لم يجد فالماء ، فإنه طهور" صدق رسول الله .

فالإمعاء كما يقول الدكتور أنور المفتي رحمه الله تمتص المواد السكرية الذاتية في أقل من خمس دقائق فيرتوي الجسم ، وتزول أعراض نقص السكر والماء منه ، لأن سكر الدم ينخفض أثناء الصوم ، فيؤدي إلى الشعور بالجوع وإلى بعض التغيرات أحياناً ، وهذا سرعان ما يزول بتناول المواد السكرية ، وهنا تظهر الحكمة النبوية الشريفة في البدء بتعاطي مادة سكرية كالتمر بالذات ، ولو علمنا مايشتمل عليه البلح بأنواعه المختلفة لأدركنا أكثر وأكثر تلك الحكمة النبوية العالية ، فالدراسات الغذائية أثبتت الآتي:-

أولاً:- يحتوي البلح (التمر) على مواد سكرية تبلغ نسبتها ٧٠٪، معظم تلك السكريات الموجودة في التمر من نوع السكريات المحولة ، مثل سكر الفاكهة الذي يسمونه الفركتوز ، وهذا السكر سهل الهضم وسهل الاحتراق ومن ثم تتولد عنه طاقة عالية ، دون أن تكلف الجسم عناء شديد في تحويلها أو هضمها أو تمثيلها الغذائي ، وبالطبع فإن السكر الذي نستعمله في طعامنا واعني به سكر القصب (السكرور) وقد ثبت من دراسات اجرتها منظمة الصحة العالمية أن السكرور أي قصب السكر والشمنذر أن زيادة استعمالها له علاقة ببعض أمراض القلب والشرايين ما يتصل بالسمنة من مضاعفات . ثانياً:- يحتوي التمر على معادن كثيرة هامة أشهرها:- البوتاسيوم- الصوديوم - الكالسيوم- الماغنسيوم ، وهي معادن لها أهميتها فيما يتعلق بالعمليات الكيماوية في جسم الإنسان، وتدخل في تركيب أنسجته ونقص أحدها يكون له آثار ضارة على الجسم فضلاً عن أنه طبقاً لبعض الأبحاث الحديثة وجد أن الماغنسيوم يقاوم الشيخوخة.

ثالثاً:- الألياف التي يحتويها البلح، تعتبر عاملاً هاماً في تنشيط حركة الأمعاء ومرونتها ، أي أنها ملين طبيعي يحمي من الإمساك ومايجر من عسر هضم واضطرابات مختلفة. رابعاً:- أن البلح الرطب فيه كمية من هرمون البنوسين وهذا الهرمون من خواصه عمل انقضاة في الأوعية الدموية بالرحم، ومن ثم يساعد على منع حدوث النزيف الرحمي.

ومن هنا نرى تلك الحكمة النبوية السامية في تفضيل التمر والماء وهما من العناصر الهامة بالنسبة لجسم الإنسان.



صهاريج الطويلة «عدن»



الاتسان اليمني لاحتياجاته قديماً كنظام مائي منظور لبي احتياجات عصره واستمرت حتى اليوم . ولنظام الصهاريج أهداف متعددة مختلفة عن الصهاريج الأخرى الموجودة بالمدينة والتي اقتصر دورها على اعتبارها خزانات لجمع الماء وحفظه وهدف الصهاريج هو توفير الماء في متناول المستهلك ولكنه يعكس دينماتي وتكنولوجيا بارعة وجهها حضاري فريد وهو وسيلة لتلقف الماء عبر جدران جازفة، أما منحوتة بصخور الجبل أو مبنية بالحجارة والقضاض وتقوم بثلاث مهمات تلقف الماء ، وحجز الحجارة والظمي الساقط مع الشلالات وتوجيه الماء عبر سلسلة من هذه الجدران لتضريه إلى حيث تكون الحاجة إليه إلى صهاريج المدينة.

ويكمن الحديث عن الصهاريج بعد ترميم الانجليز في فترة احتلالهم لعدن ، والذي كانوا يتوقعون نتائج مرضية تعيد الصهاريج كما كانت عليه ولكن

مدن ومعالج

إعداد عبد الواحد الضراب

تقع صهاريج الطويلة بوادي الطويلة في امتداد خط منازل من الجهة الشمالية الغربية لمدينة عدن (كريتر) وهي واقعة أسفل مصبات هضبة عن المرتفعة حوالي (٨٠٠ قدم) وتتأخذ الهضبة شكلاً شبه دائري ويقع المصب عند رأس وادي الطويلة .

وتصل الصهاريج بعضها ببعض بشكل سلسلة وهي مشمدة في مضيق يبلغ طوله (٧٥٠ قدماً) تقريباً دائري بها جبل شمسسان بشكل دائري باستثناء منفذ يؤدي ويتصل بمدينة كريتر ، تقوم الصهاريج بحجز المياه المنحدرة من الهضبة في شبكات المصارف والسدود والقنوات التي استحدثت بهدف تنقية المياه من الشوائب والأجبار.

ويعلق المؤرخ عبد الله محيز على عدم وجود تاريخ لهذه الصهاريج بأنه ليس من الضروري البحث عن تاريخ لمثل هذه الصهاريج فوجودها ضروري في أي زمان أو مكان خاصة في مدينة عدن شحت أبارها وتعرض أهلها بحكم موقعها لخطر الموت عطشاً إن هي حوصرت لزمين طويل ، وتقوم الصهاريج بتلقف المياه وحفظها وخزنها تم تصريفها لامتثالها.

وقد ورد ذكر الصهاريج في كتابات المؤرخين والرحالة الإسلاميين قديماً أمثال الهمداني والرحالة الجغرافي العربي المقدسي صاحب (احسن التقاسيم في معرفة الأقاليم) وابن الجوارح صاحب كتاب (المستنصر) وابن بطوطة وابن اليعرب وغيرهم من المؤرخين .

وقد تم إعادة ترميم الصهاريج مع احتلال الانجليز لعدن عام ١٨٣٦م ، وتعد صهاريج الطويلة مائة معمارة هندسية تدل على عظمة ابتكار

رمضانيات

الشيخ / يحيى النجار وكيل وزارة الاوقاف والإرشاد

الحمد لله والصلوة والسلام على رسول الله ومن صام لربه وقام ليلة بعد أن صام نهار شهر رمضان المبارك نقول ان هذه الأيام هي فرصة للمسلم وهي محطة من المحطات التي يتزود منها لأخرته ويخفف منها من ذنوبه ولا شك ان الإنسان خطأ ، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم " كل ابن آدم خطاء وخير الخطائين التوابين " فإذا اردنا ان يقول الله منا الصوم فلنتزود من هذه المحطة العظيمة وهي التخفيف من الذنوب كيف لا والفريضة في شهر رمضان بسبعين فريضة في سواه والثاقفة كفريضة وقرأة القرآن بكل حرف عشر حسنات وكما اخبر الرسول عليه الصلاة والسلام بقوله " لا اقول الم حرف ولكن كل حرف ولام حرف وميم حرف والحسنة بعشر أمثالها ويضاعف كل اضعافاً كثيرة لمن يشاء من عباده " على المسلم لا سيما ابنانا الشباب وبناتنا الفتيات ان يتخذوا من هذه الأيام أيام رمضان المباركة محطة للاستغفار والتوبة إلى الله سبحانه وتعالى ومادام ان الإنسان يخطئ فيب التوبة مفتوح فيها الخطأ وارد على كل انسان ولكن باب التوبة مفتوح قال تعالى " قل يا عبادي الذين اسرفوا على انفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ان الله يغفر الذنوب جميعاً إنه هو الغفور الرحيم " ويقول صلوات ربي وسلامه عليه " إن الله إذا كان في الثلث الاخير من الليل ينزل إلى سماء الدنيا فيقول هل من مستغفر فأغفر له هل من تائب فاتوب عليه ، وورد عنه أيضاً " إن الله يبسط يده بالنهاية ليتوب مسي الليل ويبسط يده في الليل ليتوب مسي النهار حتى تطلع الشمس من مغربها " حقيقة مثل هذه الأيام العظيمة هذه المواقف العظيمة هذا الدور الذي يدور علينا كل عام شهر رمضان المبارك يدور على المسلمين في كل عام كمحطة لهم ليتزودوا بالآيمان ويتخففوا كل ما وقع بهم من خطأ جعل الله صيامنا مقبولاً وكل عمل يتقرب اليه من صلاة وصيام مقبولاً عنده سبحانه وتعالى إنه نعم المولى ونعم النصير.

أذكار رمضان

- الدعاء عند رؤية الهلال
" اللهم أهله علينا باليمن والإيمان ، والسلامة والإسلام ، ربي وربك الله " صحيح (صحيح الترمذي ٢/١٨٧)

- عند سماع المؤذن
يقول مثل ما يقول المؤذن إلا في "حي على الصلاة ، وحي على الفلاح " فيبدلها ب " لا حول ولا قوة الا بالله "

" من قال حين يسمع المؤذن : " أشهد (وفي رواية وأنا أشهد) أن لا إله الا الله ، وحده لا شريك له ، وأن محمد عبده ورسوله ، رضيت بالله ربا ، وبمحمد رسولا وبالإسلام ديناً " غفر له ذنبه " (رواه مسلم ١/٢٩٠) يقول ذلك تشهد المؤذن (ابن خزيمة ١/٢٢٠) ملاحظة : عندما يقول المؤذن : الصلاة خير من النوم ، نقول : الصلاة خير من النوم "

- بعد الأذان
من قال حين يسمع النداء : " اللهم رب هذه الدعوة التامة والصلوة القائمة ات محمدا الوسيلة والفضيلة ، وأبعثه مقاماً محمودا الذي وعدته ، حلت له شفاعتي يوم القيامة " (رواه البخاري ١/٢٥٢) (الوسيلة : منزلة في الجنة لاينبغي إلا لعبد من عباد الله) ، (الفضيلة : أي المرتبة الزائدة على الخلاق) ، (محموداً : المراد بالمقام المحمود الشفاعة) يصلي على النبي بعد فراغه من إجابة المؤذن " (مسلم ١/٢٨٨) الدعاء لإرد بين الأذان والإقامة " صحيح (صحيح الترمذي ٢/١٨٥)

- أذكار الطعام
" إذا أكل احدمك طعاماً فليقل : بسم الله ، فإن نسي في أوله فليقل : بسم الله في أوله وآخره " صحيح (صحيح الترمذي ٢/١٧٧) " من أطعمه الله الطعام فليقل : اللهم بارك لنا فيه وأطعمنا خيراً منه . ومن سقاه الله لبناً فليقل : اللهم بارك لنا فيه وزدنا منه " حسن (صحيح الترمذي ٢/١٥٩)

- عند الفراغ من الطعام
" من أكل طعاماً ثم قال : الحمد لله الذي أطعمني هذا الطعام وبرزقته من غير حول مني ولا قوة غفر له ما تقدم من ذنبه " حسن (صحيح سنن أبي داود ٢/١٧٠) " الحمد لله الذي أطعم وسقني وسوغه وجعل له مخرجاً " صحيح (صحيح سنن أبي داود ٢/٣٠) " بسم الله ، وأبئت العروق وثبت الأجر إن شاء الله " حسن (صحيح سنن أبي داود ٢/٤٤٩) ، (العروق : أي تكايد لذهاب الطما) " كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقرأ على رطب ، قبل أن يصلي ، فإن لم تكن رطباً فعلى تمرات ، فإن لم تكن حسا حسوات من ماء " حسن (صحيح صحيح سنن أبي داود ٢/٤٤٨)

- يقول الصائم إذا سابه أحد
" إني صائم ، إني صائم " (متفق عليه)

- عند الذهاب الى المسجد
" اللهم اجعل قلبي نوراً ، وفتي لساني نوراً ، واجعل في سماعي نوراً ، واجعل في بصري نوراً ، واجعل في خلقي نوراً ، ومن أمامي نوراً ، واجعل

رمضان في صعدة

مع إطلالة الشهر الكريم عمت الفرحة أرجاء محافظة صعدة وقد انعكس ذلك على ملامح الكبار بافراح عودة رمضان وتجلت في مظاهر إختفاء الشباب والأطفال بهذا الشهر بأبعاد التناصير على قمم الجبال المجاورة للقرى الريفية بالمديريات وخروج الشباب من بيوتهم بالمدينة والسهر حتى الفجر....

ومع بدء أول أيام الشهر الكريم لوحظ الخصوصية والتفرد اللذين يتميز بهما شهر رمضان ، فنجد المواطنين مع اقتراب موعد أذان الظهر وقد ملأوا المساجد لأداء الصلاة وتلاوة القرآن، وتشكيل حلقات العلم بعد كل صلاة خصوصاً في جامع الهادي وهو الجامع الأكبر والأشبهون في الهوي افضوني

ويجلس الناس في الجامع من بعد صلاة الظهر حتى صلاة العصر ليعتصروا بعد ذلك بالخروج انواج إلى الأسواق لشراء احتياجاتهم ومتطلبات الشهر الكريم بما يشكل ازدهاراً كبيراً وسط الاسواق . إلى جانب أن البعض يذهب إلى محلاته التجارية والأخرى للزفة وقضاء اوقات الراحة كون هذا الوقت بالذات يمثل المنتسب الوحيد لأبناء المحافظ أكثر ما يميز أبناء محافظة صعدة هو التألف الاجتماعي الكبير الذي يفرض ذاته باستمرار لكل زائر للمحافظة ولهذا

أمين ... أمين أمين
الحمد لله الذي أنزل القرآن العظيم في شهر رمضان الكريم ، والصلوة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

فقد صح في السنة أن النبي صلى الله عليه وسلم سعد المنبر وقال : (أمين ، أمين ، أمين وفي رواية [سعد رسول الله المنبر فلما رقي عتبة قال : (أمين) . ثم رقي أخرى فقال : (أمين) . ثم رقي عتبة الثالثة فقال : (أمين)]

قيل : يا رسول الله ! إنك صنعت المنبر فقلت : أمين ، أمين ، أمين ؟ فقال : إن جبريل صلى الله عليه وسلم أتاني فقال : من أدرك شهر رمضان ، فلم يغفر له ، فدخل النار : فأبعده الله ، قل : أمين ، فقلت : أمين ، ومن أدرك أبويه أو أحدهما ، فلم يبرهما ، فمات ، فدخل النار : فأبعده الله ، قل : أمين ، فقلت : أمين . فقال العلامة الألباني رحمه الله : (حسن صحيح / صحيح الترغيب: ١٦٧٩) وقال المحدث مقيبل الوادي : (حسن يترقى إلى الصحيح لغيره / الصحيح المسند : ١٢٩٨)

لقد بدأ بشهر رمضان قبل بر والوالدين وير والوالدين من أعظم القربات في شهر رمضان ونذكره قبل الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم عند ذكره وهو من أجود القربات لا سيما في رمضان وثبت أيضاً في السنة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : (رَغَمَ أَنْفَ رَجُلٍ دَخَلَ عَلَيْهِ رَمَضَانَ ثُمَّ أَسْلَخَ قَبْلَ أَنْ يَغْفَرَ لَهُ) رواه الترمذي (٢٥٤٥)



ويعتبر الجامع ملاذ الكثير من المواطنين في هذا الشهر المبارك .
جامع الإمام الهادي هو أحد أشهر الجوامع اليمنية ، ومن أهم معالم محافظة صعدة .. في شهر رمضان المبارك يبرز الجامع كعلازة مهيبة للمدينة وتنشط من خلاله حلقات دراس العلم التي تتكون في أرجائه المتباعدة لقرأة القرآن وتلاوته ، ولمناقشة الكثير من القضايا الدينية ،

وأن للصائم فرحتين إذا أفطر فرح يفطره وإذا لقي ربه فرح بصومه رواه مسلم ٨٠٧/٢ ، وأن الصيام يشفع " للعبد يوم القيامة يقول : أي رب منعتني الطعام والشهوات بالنهاية فشغفني فيه " رواه أحمد ١٧٤/٢ وحسن الهيتمي إسناده : المجمع ١٨١/٣ وهو في صحيح الترغيب ٤١١/١

وأن " الصوم جنة وحصن حصين من النار " رواه أحمد ٤٠٢/٢ وهو في صحيح الترغيب ٤١١/١ وصحيح الجامع ٢٨٨٠ وأن " من صام يوماً في سبيل الله ما بعد ذلك اليوم وجهه عن النار سبعين خريفاً " رواه مسلم ٨٠٨/٢

وعلما أن رمضان ركن من أركان الإسلام وقد أنزل فيه القرآن ، وفيه ليلة خير من ألف شهر ، و " إذا دخل رمضان فتحت أبواب الجنة وغلقت أبواب جهنم وسئلت الشياطين " رواه البخاري الفتح رقم ٢٢٧٧ وصيامه يعدل صيام عشرة أشهر أنظر مسند أحمد ٢٨٠/٥ وصحيح الترغيب ٤٢١/١

و " من صام رمضان إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه " رواه البخاري فتح رقم ٢٧ ، و " لله عزّ وجلّ عند كل فطر عتقاء " رواه أحمد ٢٥١/٥ وهو في صحيح الترغيب ٤١٩/١ . وبعد معرفة هذه الفضائل لا نسال أنفسنا هل أعطينا هذا الشهر حقه ومستحقه من الأعمال الواجبة والمندوبة فضلاً عن اجتناب الأفعال