

صومها تصونها

يقول الدكتور محمد الظاهري أستاذ الأمراض الجلدية إن علاقة التغذية بالأمراض الجلدية علاقة متينة، فالامتناع عن الطعام والشراب مدة ما يقلل من الماء في الجسم والدم، وهذا بدوره يدعوا إلى قلة في الجلد، ويحدث تزداد مقاومة الجلد للأمراض الجلدية المؤذية والميكروبية وقلة الماء في الجلد تقلل أيضاً من حدة الأمراض خاصة المنتشرة بمساحات كبيرة في الجسم.

وخلو الجهاز الهضمي من الطعام لفترة من النهار طوال شهر الصوم المبارك يساعد جداً على التخلص من البثور العفنة فيه، ومن الجرائيم التي تعيش عالة عليها ويغذيها الطعام والشراب، ولاشك أن التخلص من البثور العفنة ويجريتها سببها فرصة نادرة لإزالة سبب العلة في كثير من أمراض الإنسان، والإقلال من الملح في الطعام، وعدم شرب السوائل لفترة محدودة من اليوم يقللان من فرصة وجود الماء في الجسم وفي الجلد، وبذلك تقلل الأمراض الالتهابية والحادة من جلدية وغيرها.

والامتناع عن تعاطي بعض المأكولات في شهر الصوم التي تضر بالصحة العامة أبلغ الضرر في فرصة نادرة للعلاج، ومثال على ذلك أمراض الحساسية التي تستفيد فائدة كبرى عندما تمتنع عن تعاطي الحواشي والبيض والسمك والموز والمانجو والفراولة والشيكولاتة والكاكاو وغيرها من تلك الأغذية التي تجعل أمراض زيادة الحساسية في بعض الحالات صعبة وعسيرة، كما أن الامتناع عن المواد الدهنية في الطعام لفترة محدودة، يساعد على شفاء معظم الأمراض، وما يخص بأمراض الجلد تقل البشرية الدهنية والتهاب الجلد الدهني وحب الشباب والدماامل والبثور، والتهابات الثنابات وقشور الرأس وتساقط الشعر وغيرها.

ومع ذلك فهناك أمراض يحسن فيها الإطار كمرض الجذام وبعض الأمراض الجلدية الخطيرة التي تستوجب العلاج المستمر مثل مرض (نو القعاعات) ومرض التهاب الجلد الحاد والمنتشر ومرض الذئبة الحمراء المنتشرة وغيرها.

ولا شك في أن الهدف الأساسي من الشرائع والآداب الإسلامية أساساً تهدف حماية الإنسان وسعادته، والمسلم الحق يتقبل هذه الآداب بالرضا والتسليم لأنها طاعة وصحة وإيمان، ولا يجب أن تعتمد بعض المصححات للأمراض الجلدية على الصوم أساساً، ليس في الدول الإسلامية ولكن في بعض الدول الأوروبية التي نظرت إلى الأمر من وجهة نظر علمية بحتة.

إعداد/ عبدالواحد الضراب



حمام علي.. سر التسمية وجمال الطبيعة

مدن ومعالم

إعداد/ العقيد عبدالكريم علي المهدي

لهذا الأحواض سواقي يمر فيها الماء هذه المدينة التي يوجد فيها الحمام الساخن ماءً والذي يتوافد إليه السائحون من كل حذب وصوب اليمنيين من كل الجهات، ويستحمون في هذا الحوض للاستجمام حيث يكون الماء فيه ساخنًا طبيعياً وتبقى على مدار الأيام والسنين، والاستحمام به يعالج الكثير من الأمراض كبعض الأورام والروماتيزم ويبيد في الجسم نشاطاً وجيوية.

يسمى هذا الحمام (بحمام العليل) نسبة كما يقال إلى رجل اسمه علي كان مريضاً بالروماتيزم وهو ما يسمى في الماضي وجع المفاصل فحضر حوضاً ليجتمع الماء فيه واغتسل وشفي من مرضه وقد استعرت شهرة هذا الحمام بعد راحياً من الحمامات الطبيعية في اليمن كحمام السخنة وحمام دمث وغيرها من الحمامات الطبيعية الشهيرة في اليمن، وفي هذا المكان بنيت الحمامات منذ زمن طويل بناءً أثرياً رائعاً يسوق جميلة وأحواض رائعة.

عبادة رمضان علاقة الصوم بصحة الجهاز الهضمي

جهازنا الهضمي فقد وجد أن الجهاز الهضمي يتأثر بالتغيرات في نمط الحياة، وهذا هو الحال في شهر رمضان، حيث يتغير نمط الحياة بشكل كبير، وهذا بدوره يؤثر على الجهاز الهضمي، وقد وجد أن الصوم يساعد في تحسين صحة الجهاز الهضمي، وذلك من خلال تقليل تناول الطعام، مما يقلل من الضغط على الجهاز الهضمي، كما أن الصوم يساعد في تحسين حركة الأمعاء، مما يقلل من خطر الإصابة بالإمساك.

يعد الصيام للجهاز الهضمي وقت استراحة من عملية الهضم التي يقوم بها باستمرار طالما الإنسان يأكل، وهناك أخطاء كثيرة يقع فيها الكثيرون في هذا الشهر الكريم التي من المفترض أن يكون شهر راحة للجهاز الهضمي ولكنه يصبح وقت إرهاق وإيذاء له.

إعداد/وردة العواضي

من حكمة الصوم أنه وقاية وعلاج للفرد والمجتمع من الفقر والجهد والمجترع وهي آفات الأضرار والممرضات الإنسانية التي تركت

بلعام بن باعورا

هؤلاء أبو عامر بن حفيي المعروف بالراهب، لأنه كان ليس مسوح الرهباني في الجاهلية، وعرف التوحيد وتكلم مع النبي محمد صلى الله عليه وسلم في المدينة، ولكنه كثر، وخرج إلى الشام ليستعين بالروم على المسلمين، وكتب إلى المناققين في المدينة يقول: استعدوا فاني أتكم من عند قيصر بجند لتخرج محمداً من المدينة، وهو أعوانه أصحاب مسجد الضرار، لكنه مات في الشام، وعلم النبي صلى الله عليه وسلم عن طريق الوحي بحقيقة الأغراض التي بني من أجلها مسجد ضرار فهده وأحرقة، ولهذا قال سعيد بن المسيب: إن أية الأعراف زلت في أبي عامر، والحق أن الآية عامة في كل من عرف الحق وأعرض عنه وأوتي القرآن ولم يعمل به وذلك مثل علم بعام وأشياها.

وهناك أمية بن أبي العباس الذي قال عن عبد الله بن عمرو إنه نزل فيه قول الله عز وجل (واتل عليهم نبأ الذي أتته أيتها فانسأل منها...) إلى قوله تعالى: (فناقض القصص لعلمهم يتفكرون). لأن أمية بلغته معجزات النبي محمد صلى الله عليه وسلم وآياته وبراهينه كما ظهرت لكل ذي بصيرة واجتمع بالنبي صلى الله عليه وسلم، ورضي دينه ولكنه انقلب على عقبيه، ولم يتبعه وصار إلى مولادة المشركين، ورثي الكفار من أهل بدر قبيح الله، وفيه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (أمن شعره ولم يؤمن قلبه)، فان له أشعاراً ربابية، وحكماً وفصاحة، ولكن لم يشرح فيه صدره ليرفعه درجات في العلم والولاية. ومن

حكاية من القرآن الكريم

فريد محسن علي

بلعام بن باعورا تناقل المفسرون قصته عن التوراة بأنه كان من علماء بني إسرائيل في زمن موسى عليه السلام، وكان حجاب العموة ويهته موسى إلى ملك مدين ليذمه إلى الإيمان، فاقنع عليه الملك وأعطاه واقعه فاتبع دينه، وترك دين موسى، وأخذ إلى متع الدنيا وسكن إلى عالم الطين، وأنسلخ من دين الله، وصار علماً على ضلال الفكر، وعسى البصيرة، وسوء الاختيار وصار يضرب به المثل في الضلال المشابهة لحالته، يضرب به المثل لمن يختار الآتي على الأعلى والكفر على الإيمان، كما يضرب به المثل لمن أخذ الرشوة لإبطال حق أو تغييره.

ويشتهر بلعام في عصر النبي محمد صلى الله عليه وسلم ناطقة من العرب من أهل الكتاب عرفوا الحق وعليتهم شهواتهم وفتنتهم الشبهات، إن هؤلاء الذين فيجت صفتهم في الصفات وساء، منهم في الأمثال لإحادهم وتكذيبهم بآيات ربهم، أنفسهم كانوا يظلمون، أي ما ظلمهم الله ولكن هم ظلموا أنفسهم وبعد أن أمر الله سبحانه وتعالى نبيه بأن يقص قصص المنسلخ عن آيات الله على أمثاله من الضالين وأرباب الشبهات ليتفكروا فيه، وسبحان الله كم من إنسان استعمل حواسه في الشر وعقله ونكاها في الشر، وكم من إنسان خرم الانتفاع بمواهب الطبيعة بعدم استعماله إياها فيما يرفعه درجات في العلم والولاية. ومن

ثواب صلاة الفجر وركعتا الفجر

هما السنة القبلية التي تسبق صلاة الفجر، وهي من أحب الأمور إلى النبي صلى الله عليه وسلم إذ يقول: «ركعتا الفجر خير من الدنيا وما فيها». وفي رواية لمسلم (لهما أحب إلي من الدنيا جميعاً).

فإذا كانت الدنيا بأسرها وما فيها لا تساوي في عين النبي صلى الله عليه وسلم شيئاً أمام ركعتي الفجر فمماذا يكون فضل صلاة الفجر بذاتها؟ لن يلج النار.

وقد ذكر النبي صلى الله عليه وسلم أن من حافظ عليها وعلى العصر دخل الجنة وأبعد عن النار فقد روي البخاري ومسلم قوله صلى الله عليه وسلم: «من صلى البردين دخل الجنة».

وقال صلى الله عليه وسلم: «لن يلج النار أحد صلى قبل طلوع الشمس وقبل غروبها». والبردان هما صلاة الفجر والعصر.

مع أولي العلم

فضل صيام شهر رمضان جاءت نصوص تخص رمضان قال تعالى (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون) وقال تعالى (شهر رمضان الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان) وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال (من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه، ومن قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه) وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم (إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة وأغلقت أبواب النار وصفدت الشياطين). وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ثلاثة لا ترد دعوتهم: الصائم حتى يفطر، والإمام العادل، ودعوة المظلوم يرفعها الله فوق الغمام ويفتح لها أبواب السماء، ويقول الرب: وعزتي وجلالي لا نصرنك ولو بعد حين).

وقال النبي صلى الله عليه وسلم (إن الله يفرض عليكم صيام رمضان وسنتت لكم قيامه فمن صامه وقامه إيماناً واحتساباً، خرج من ذنوبه كيوم ولدته أمه).

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم (الصوام الخس والجعة إلى الجعة ورمضان إلى رمضان، مكفرت لما بينهما إلا الجنات الكبار).

عن ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (عزى الإسلام وقواعد الدين ثلاثة عليهن أسس الإسلام، فمن ترك واحدة منهن فهو كافر خلال الدم، شهادة أن لا إله إلا الله، والصلوة المكتوبة، وصوم رمضان).

ومعلوم أن صيام رمضان ثابت بالكتاب والسنة والإجماع من أنكر فرضيته فهو كافر، إلا إذا كان قريب عهد بالإسلام أو كان عايش في وجود مجتمع غير إسلامي فيفطر ويعلم.

بم يثبت شهر رمضان ويجب صومه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (إذا رأيتم الهلال فصوموا وإذا رأيتموه فاقطروا، فإن غم عليكم فصوموا ثلاثين يوماً).

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم (إذا رأيتموه فصوموا وإذا رأيتموه فاقطروا، فإن غم عليكم فاقطروا له). وعن عبد الله بن عباس أنه جاء إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: إني رأيت الهلال، فقال صلى الله عليه وسلم (اتشبهوا أن لا إله إلا الله؛ قال: نعم، قال: تشهد أن محمداً رسول الله؛ قال: نعم قال صلى الله عليه وسلم: يا بلال فاذن بالناس أن يصوموا غداً).

ويثبت الشهر عادة بالشهر الذي قبله، أو بروية هلاله بأول ليلة منه، وروية الهلال تكون يوم التاسع والعشرين من شهر شعبان أي بعد انتهاء هذا اليوم.

نبوت رؤية الهلال وما يترتب عليها يرى بعض الفقهاء أنه لا يثبت إلا بشاهدين عدلين لقول رسول الله صلى الله عليه وسلم (فبان شاهدان مسلمان فصوموا واقطروا).

وحديث بن عمر قال: (تراى الناس الهلال فأخبرت النبي صلى الله عليه وسلم أني رأيت فصام وأمر الناس بصيامه).

قال تعالى: ﴿واقِيمُوا الصلوة وأتوا الزكاة وأركعوا مع الراكعين﴾ صدق الله العظيم

فبادر أخي المسلم بدفع الزكاة إلى إدارة تحصيل الواجبات الزكوية بوحدتك الإدارية