معركة الاقتصاد والتنمية هي رهاننا لصنع المستقبل الافضل للوطن.

علي عبدالله صالح - رئيس الجمهورية

دعاء

دعاء اليوم الرابع عشر

اَللّهُمَّ لا تُؤاخذْني فيه بالعَثَرات، وأقِلْني فيه منَ الخَطَايا وَالْهَفَوات، وَلا تَجْعَلْني فيهِ غَرَضاً للْبَلايا والآفاتِ، بِعِزّتِكَ يا عِزَّ الْمُسلمينَ.

الصيام والمصابون بداء السكري

لا تقاطع بين الصيام و داء السكري، فلا مانع طبي أو صحي يمنع المواطن أن يـؤدي الفرائض التي يؤمن بها ومنها فريضة الصيام، وهنا نؤكد هذا المعنى إلا فيما يقرره الطبيب المختص وبالاعتماد على صحة المواطن نفسه وحالته الصحية.

إن الصيام بالنسبة للمواطن المصاب بداء السكري والذي من النوع المعتمد على الحمية الغذائية أو على الحبوب في علاجه فهنا نقول لهذا المواطن إن الصيام سيكون سهلاً يساعدك كثيراً في التخلص من الوزن الزائد إذا كنت بديناً، وكذلك سينظم لك تغذيتك والتي طالما طلبنا منك أن تنظمها، أضف الى ذلك أن احتياجك للعلاج سيكون أقل فيما لو إلتزمت بارشاداتنا بخصوص تقنين الغذاء وتنظيم التغذية .

إن المريض بالتأكيد يستطيع أن يبرمج تناوله للحبوب حيث يستطيع أن يأخذ حبوبه بوقت اللفطار وكذلك قبل السَحور، ولكن وفي جميع الأحوال على الأخ المريض أن يستشير طبيبه المختص حول الموضوع .

وهناك المرضى الذين يعانون من داء السكري ولكنهم يأخذون الأنسولين في علاجهم ، وهنا مرة أخرى نؤكد بعدم وجود تقاطع بين الصوم وبين حالتهم الصحية ، بلربما ومن الممكن أن يجعلهم أقل احتياجاً لهورمون الأنسولين وهم يؤدون فريضة الصيام ، ولكن المهم هنا في هذه النقطة هو وقت أخذ الأنسولين ، فالمريض اعتاد طيلة الأشهر الماضية أن يأخذ جرعة الإنسولين بأوقات محددة من اليوم مثلاً صباحاً وليلاً ، أما في شهر رمضان فالصائم يستطيع أن يأخذ جرعة الأنسولين بوقت الأفطار وبوقت السحور ، ولاننسى أن جرعة الأنسولين ربما تتغير حسب رأي الطبيب المختص .

إن الصيام فرصة ممتازة للمصابين بداء السكري حيث هناك الفرصة المتاحة لتنظيم نسبة السكر في دمائهم . وهناك ملاحظة مهمة وهي إن الأفطار في شهر رمضان يجب أن لايبيح للصائم المصاب بداء السكري بتناول كل شئ أوأي شئ ، بل يجب أن يبقى على ما هو معتاد عليه من تنظيم الغذاء وكذلك على الموانع التي أرشده عليها طبيبه .

ومع كل ذلك فالمصاب بداء السكري حينما يشعر ويحس بدوار شديد أو دوخة مع تعرق وخفقان وخصوصاً ن الذين يأخذون الأنسولين في علاجهم فننصحهم بالذهاب الى أقرب مؤسسة صحية لقياس نسبة السكر ، أو ايقاف الصوم والأفطار فوراً بقطعة حلوى لاحتمالية حصول هبوط نسبة السكر لديهم ، حيث أن لاحرج على المريض.

إن أجهزة فحص السكر الألكترونية والتي بدأت تنتشر في الأونة الأخيرة هي بلا شك أجهزة متطورة ولكن يجب اعادة تنظيمها بين فترة وأخرى عن طريق الكونترول المرفق مع هذه الأجهزة ، أضافة الى ذلك فاستخدام الشرائط المرفقة مع هذه الأجهزة يجب أن تكون ضمن فترة الاستعمال وليس نافذة الصلاحية (أي Expired) لأن النتائج بكل تأكيد ستكون خطأ .

إن مراجعة الطبيب المختص عزيزي الصائم ، عزيزتي الصائمة المصابة بداء السكري كل اسبوع خلال هذا الشهر أمر مهم يساعدك في الأطمأنان على صحتك بكل تأكيد .

إن إجراء الفحوصات المختبرية أمر في غاية الأهمية لمتابعة الحالة دون أن تحصل أي مضاعفات .

ومن الأمور المؤكدة أن الأيام الأولى لبدء الصيام ستكون فيها بعض الصعوبة وذلك بسبب تغير نظام تناول أو أخذ العلاج ، ولكن بكل تأكيد سريعاً ما سيعتاد الجسم على الترتيب الجديد وسيتعايش مع الوضع الجديد والذي لايطول كثيراً إنه مجرد شهر واحد فقط.

الثأر .. داء الانحطاط والسقوط !!

الشيخ/ أنيس الحبيشي

الثأر ، ذلك الداء اللعين ، الذي يفتك بمقومات الأمة ويسرق منها أغلى كنوز الحضارة ويستعجل أسباب الفناء لها بكل سرعة وسهولة !! والقتل مما عظمه الإسلام من الذنوب .. حتى ذهب نفر من الصحابة كابن عباس – رضي الله عنه – انه من الكبائر التي لا يرجى معها توبة نصوح ! لقول الله تعالى : ((ومن يقتل مؤمناً متعمداً فجزاؤه جهنم خالداً فيها .. وغضب الله عليه ولعنه .. وأعد له عذاباً عظيماً)) !

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : ((لا ترجعوا بعدي كفاراً يضرب بعضكم رقاب بعض)) !!

وعندما شرع الإسلام القصاص ، علله بأحسن العلل وأصدقها فقال : ((ولكم في القصاص حياة يا أولي الالباب لعلكم تتقون)) . والذين يقولون : إن الله أوجب الثأر علينا في كتابه فهم مفترون كذابون ، لأن الله ما ذكر الثأر إلا في باب الإصلاح بين الناس ، وما ذكر حقوق الآدميين في شيء إلا وحبب إليهم العفو ، فقال في سورة البقرة : ((كتب عليكم القصاص في القتلى الحر بالحر والعبد بالعبد والأنثى بالأنثى فمن عفي له من أخيه شيء فإتباع بالمعروف وأداء إليه بإحسان)) وهذه الآية تنصب معانيها عند الصلح بين طائفتين فينظر ما أتلفته كل طائفة من الأخرى من النفوس والأموال فيتقاصان : الحر بالحر والعبد بالعبد والأنثى بالأنثى ، فإذا فصل لاحداهما على الأخرى شيء فإتباع بالمعروف وأداء اليها باحسان ، فان كان قد تعذر عدد القتلى ، أو المال المتلف جعل المصلح بينهما المجهول كالمعدوم ! .

والثأر عادة جاهلية تناقض الفضائل في الإسلام ، وما بلغ الإسلام ما بلغه من درجات عالية في الدنيا هو وأهله الذي اتبعوه إلا بمكارم الأخلاق ومجامع القيم الفاضلة التي زاحم بها الإسلام ذمائم الجاهلية الأولى ! .

والحلم والأناة والصبر أخلاق يحبها الله ورسوله – صلى الله عليه وسلم – وهي التي تحجز صاحبها عن ارتكاب ما يوقع في الشر والهلكة .. وما أحسن ما قاله علي – رضي الله عنه – لسلمان الفارسي لما سأله عن شيء يباعده من غضب الله ؟ قال له علي – رضي الله عنه – : لا تغضب !! .

واحسب – والله أعلم – انه ما ظهر الثأر هذا الظهور المبين . ولا تمكن من بلوغ درجة التهديد لفك عرى المجتمع ، وتمزيق حاضره وتدمير مستقبله إلا بغياب التوجيه الديني الواعي وجهل السلطات في بعض الأزمان بدور الوعظ والإرشاد في توجيه المجتمع نحو خطوط الأمان .. هذا الغياب تمثل في القضاء على التوجيه الديني في بعض البلدان والأزمان ، أو في انحراف هذا التوجيه عن خطه الصحيح ، وتركزه في مسائل لاتسمن ولا تغني من حاجة ! فضلاً عن إفراطه في شرح وتفسير المعلوم من الدين بالضرورة وبالفطرة وبالعقل !! مما أفسح المجال واسعاً لعادات وخلائق الجاهلية الأولى من ان تحل كل القيم والفضائل التي جاهدت الرسل - عليهم السلام - وخاتمهم محمد - صلى الله عليه وسلم - بكل شيء في سبيل اثباتها وتثبيتها !! .

ويتجلى قوله - عليه السلام - : بعثت بالحنفية السمحة ! وكذا قوله : إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق ! ويتجلى هذان القولان وغيرهما في صميم رسالة البناء الأخلاقي التي حملها المرسلون على عواتقهم !! .

وثقافة الثأر افرزها تباعد متراكم وسع على مدى الأيام هوته السحيقة فأضحت قبراً يلتهم كل مباهج الحياة ويعرقل كل قوانين التقدم ، لقد دمر الثأر من القيم كل شيء وأصبح واجباً كفاحه واستئصاله حتى القضاء عليه بما في ذلك قيام مؤتمرات الصلح ، وبناء لجان للاصلاح وإنفاق أموال الزكاة للصرف على انهائه وتعويض من قصرت بهم السبل عن إبصار نور النجاة ومن حصد الثأر رجالهم وثروتهم .

وواجب جميع مؤسسات المجتمع المدني ان يلتفوا مع هذا الجهاد الخيري المأجور ! .

كفانا ظلمات وتخلفاً وفساداً وجوراً .. ولنحشد الهمم لبناء أمتنا وبلادنا بعد ان فتك هذا الداء بخيرها ويكاد يذهب ببركتها ويمنها .. علينا الا نترك غيرنا يبني ونحن نهدم بنياننا على انفسنا مع امتلاكنا كنزاً باقياً لا ينفذ ابداً هو الإسلام بقيمه ومثله ومكارمه !! .

لو صدق منا الوعد وصح منا العزم فإن يأبى الدهر باذن الله أن نرى فيه عز ما نأمل ! ولن تبخل علينا البواقي ان نجني حصاد ما نزرع ! فحي على الجهاد ضد هذه العادة الخبيثة ! وحي على خير العمل ثم حي على الفلاح !!! .

تحت ظلال الإسلام

خصائص متعددة للأمة الاسلامية

منها حل الغنائم فقد كانت الأمم قبلنا على ضربين : منهم من لم يُؤذن له في الجهاد فلم تكن لهم غنائم..ومنهم من أذن له في الجهاد فكانوا يغزون ويجاهدون ويأخذون أموال أعدائهم ولكن لا يتصرفون فيها بل يجمعونها وعلامة قبول غزوهم أن تنزل نار من السماء فتأكلها وعلامة عدم القبول ألا تنزل ...وقد مَنَّ الله على هذه الأمة ورحمها لشرف نبيّها عنده فأحل لهم الغنائم :﴿فكلوا مما غنمتم حلالاً طيبا« وفي الحديث عن جابر رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : ((أعطيت خمسا لم يعطهن أحد قبلي)) وذكر منها: ((وأحلت لي المغانم ولم تحل لأحد قبلي))[البخاري ومسلم]

ومن خصائص الأمة المحمدية أن جعلت لها الأرض مسجدا وطهورا فأيما رجل أدركته الصلاة فلم يجد ماء ولا مسجدا فعنده طهوره ومسجده فيتيمم ويصلي بخلاف الأمم من قبلنا

فإن الصلاة أبيحت لهم في أماكن مخصوصة كالبيع والصوامع ...عن عبد الله بن عمر وأن رسول الله صلى الله عليه وسلم- عام غزوة تبوك- قام يصلي فاجتمع وراءه رجال يحرسونه حتى إذا صلى انصرف إليهم وقال:((أعطيت الليلة خمسا ما أعطيهن أحد قبلي)) وفيه : ((وجعلت لي الأرض مسجدا وطهورا أينما أدركتني الصلاة تمسّحت وصليت ، وكان من قبلي يُعظمون ذلك إنما كانوا يصلون في كنائسهم وبيعهم)) [أحمد وقال الهيثمي رجال ثقات] .

ومن خصائص الأمة المحمدية أن الله وضع عنها الأغلال والأثقال والآصار التي كانت على الأمم قبلها فأحل لها كثيرا مما حُرم على غيرها ، ولم يجعل عليها في أحكامها عنتا وشدة كما قال الله : (هو اجتنابكم وما جعل عليكم في الدين من حرج) « فكانت شريعة المصطفى صلى الله عليه وسلم أكمل الشرائع وأيسرها وأسهلها، حتى قال عليه الصلاة والسلام : ((إني أرسلت بحنيفية سمحة)) [أحمد] وفي الحديث الذي رواه أحمد عن حذيفة يقول الرسول صلى الله عليه وسلم : ((ولم يجعل علينا من حرج)) وحسبك حتى تدرك رحمة الله بهذه الأمة وتيسيره عليها أن تعلم ما يلي :

1- كان بنو إسرائيل إذا أصاب أحدهم البول قرضه بالمقراض فلا يطهر إلا بذلك ، ونحن نكتفي بغسله..(أحمد)

2- كان اليهود إذا حاضت المرأة فيهم لم يؤاكلوها ولم يجامعوها في البيت ..

«أي لم يجلسوا وإياها تحت سقف واحد] وقد أحل للأمة المحمدية الاستمتاع بالحائض فيما دون الفرج»..(مسلم)

3- كان في بني إسرائيل القصاص في القتلى ولم تكن فيهم الدية فخفف الله عنا بتشريع الدية فذلك قوله تعالى:

﴿فمن عُفي له من أخيه شيء فاتباع بالمعروف و أداء إليه بإحسان ذلك تخفيف من ربكم ورحمة

4- كانت بنو إسرائيل إذا أصاب أحدهم ذنبا أصبح مكتوبا على بابه ذنبه .. وكفارة ذلك الذنب ..(أثر عن ابن مسعود رواه ابن جرير).

5- كان صوم من قبلنا من الأمم إمساك عن الكلام مع الطعام والشراب فكانوا في حرج ، ورخص الله لنا بحذف الإمساك عن الكلام ..(قال ابن العربي وأورد ابن كثير أثرا عن مالك بمعناه).

قصة أصحاب السبت

أبطال هذه الحادثة، جماعة من اليهود، كانوا يسكنون في قرية ساحلية ، اختلف المفسّرون في اسمها، ودار حولها جدل كثير ، أما القرآن الكريم، فلا يذكر الاسم ويكتفي بعرض القصة لأخذ العبرة منها.

وكان اليهود لا يعملون يوم السبت، وإنما يتفرغون فيه لعبادة الله ، فقد فرض الله عليهم عدم الانشغال بأمور الدنيا يوم السبت بعد أن طلبوا منه سبحانه أن يخصص لهم يوما للراحة والعبادة، لا عمل فيه سوى التقرب لله بأنواع العبادة المختلفة.

وجرت سنّة الله في خلقه، وحان موعد الاختبار والابتلاء، اختبار لمدى صبرهم واتباعهم لشرع الله. وابتلاء يخرجون بعده أقوى عزما، وأشد إرادة. تتربى نفوسهم فيه على ترك الجشع والطمع، والصمود أمام المغريات.

لقد ابتلاهم الله عز وجل، بأن جعل الحيتان تأتي يوم السبت للساحل، وتتراءى لأهل القرية، بحيث يسهل صيدها ، ثم تبتعد بقية أيام الأسبوع. فانهارت عزائم فرقة من القوم، واحتالوا الحيل –على شيمة اليهود– وبدوا بالصيد يوم السبت ، لم يصطادوا السمك مباشرة، وإنما أقاموا الحواجز والحفر، فإذا قدمت الحيتان حاوطوها يوم السبت، ثم اصطادوها يوم الأحد ، كان هذا الاحتيال بمثابة صيد، وهو محرّم عليهم.

فانقسم أهل القرية لثلاث فرق ، فرقة عاصية، تصطاد بالحيلة، وفرقة لا تعصي الله، وتقف موقفا إيجابيا مما يحدث، فتأمر بالمعروف وتنهى عن المكر، وتحذر المخالفين من غضب الله ، وفرقة ثالثة، سلبية، لا تعصي الله لكنها لا تنهى عن المكر.

وكانت الفرقة الثالثة، تتجادل مع الفرقة الناهية عن المنكر وتقول لهم: ما فائدة نصحكم لهؤلاء العصاة؟ إنهم لن يتوقفوا عن احتيالهم، وسيصبهم من الله عذاب أليم بسبب أفعالهم ، فلا جدة من تحذيرهم بعدما كتب الله عليهم الهلاك لانتهاكهم حرماته.

وبصرامة المؤمن الذي يعرف واجباته، كان الناهون عن المنكر يجيبون: إننا نقوم بواجبنا في الأمر بالمعروف وإنكار المنكر، لنرضي الله سبحانه، ولا تكون علينا حجة يوم القيامة. وربما تفيد هذه الكلمات، فيعودون إلى رشدهم، ويتركون عصيانهم.

بعدما استكبر العصاة المحتالون، ولم تجد كلمات المؤمنين نفعا معهم، جاء أمر الله، وحل بالعصاة العذاب. لقد عذّب الله العصاة وأنجى الآمرين بالمعروف والناهين عن المنكر، أما الفرقة الثالثة، التي لم تعص الله لكنها لم تنه عن المكر، فقد سكت النصّ القرآني عنها ، يقول سيّد قطب رحمه الله: ربما تهوينا لشأنها –وإن كانت لم تؤخذ بالعذاب– إذ إنها قعدت عن الإنكار الإيجابي، ووقفت عند حدود الإنكار السلبي. فاستحقت الإهمال وإن لم تستحق العذاب (في ظلال القرآن).

لقد كان العذاب شديدا ، لقد مسخهم الله، وحوّلهم قردة عقابا لهم لإمعانهم في المعصية.

وتحكي بعض الروايات أن الناهين أصبحوا ذات يوم في مجالسهم ولم يخرج من المعتدين أحد. فتعجبوا وذهبوا لينظرواما الأمر ، فوجدوا المعتدين وقد أصبحوا قردة ، فعرفت القردة أنسابها من الإنس، ولم تعرف الإنس أنسابهم من القردة؛ فجعلت القردة تأتي نسيبها من الإنس فتشم ثيابه وتبكي؛ فيقول: ألم ننهكم! فتقول برأسها نعم.

الروايات في هذا الشأن كثيرة، ولم تصح الكثير من الأحاديث عن رسول الله صلى الله عليه وسلم في شأنها ، لذا نتوقف هنا دون الخوض في مصير القردة، وكيف عاشوا حياتهم بعد خسفهم.

شوربة العدس بروتين الفقراء الذي عرفه الفراعنة

في أيام البرد القارس، ولحظات الاجهاد المتبوعة برغبة في قسط من الراحة، تزداد حاجة المصريين، غنيهم وفقيرهم، لطبق من شوربة العدس الساخنة المزانة ببعض من شرائح البصل المحمر ، وصفة يعيش عليها المصريون في الكثير من ايامهم وتزداد رغبة البعض إليها في شهر رمضان الذي يفضل المسلمون فيه الافطار بطبق الشوربة الساخن.

تاريخ شوربة العدس مع المصريين لا يعود لأيام الجدات ونصائحهن بفوائدها، ولكنها تعود إلى حقبة الفراعنة الذين كانوا من أوائل شعوب الأرض التي تعرفت على حبوب العدس وكيفية استخدامها في طعامهم، وقيل انه كان يطلق عليها اسم «الأدس» طبقاً للغة الهيروغليفية. ويكتسب العدس أهمية خاصة في فئة البقوليات التي عرفها الفراعنة لقيمتها الغذائية العالية.

وقد ورد اسم العدس في القرآن، في قصة بني إسرائيل مع نبي الله موسى ، بينما ورد في العهد القديم على أنه طعام أيام القحط والحزن والألم، في حين اعتبره الرومان من أغذية الطبقات الوضيعة جدا، يأكله الفقراء والراغبون في التقشف وترك متاع الدنيا من الطعام.

وفي مصر الآن يشتهر العدس في الأحياء الشعبية باسم «لحم الفقراء» وهي تسمية يتفق عليها ويؤيدها الطباخ محمود البنا بفندق الفور سيزون مؤكداً أن الدراسات العلمية التي أجريت على حبوب العدس أثبتت أن 300 جرام من العدس تعادل في قيمتها الغذائية حوالي 500 جرام من اللحم الأحمر.

كما يحتوي العدس على العديد من الفيتامينات في مقدمتها فيتامين A وفيتامين B وفيتامين C ، وهو مفيد لمرضى الكبد، لذا كان الطعام المفضل لبعض الملوك.

كما تساعد قشوره في مكافحة الإمساك ومعالجة حالات فقر الدم والأنيميا. وتزداد قيمته عند تناول بعض من شرائح البصل الأخضر معه كما يفعل فقراء مصر.

أذكار

أدعية وأذكار في علاقة المسلم بأخيه

الحب في الله :

إذا أحبك أحد في الله فقل له : إني أحبك في الله . حسن (صحيح سنن أبي داود 965/3)

إذا أخبرك أحد أنه يحبك في الله فقل له : " أحبك الله الذي أحببتني له " . حسن (صحيح سنن أبي داود 965/3)

إذا كان أحدكم مادحاً صاحبه لا محالة فليقل : أحسبُ فُلاَنا . والله حسيبُهُ. ولا أزكي على الله أحداً . أحسبه إن كان يعلم ذاك ، كذا وكذا. (رواه مسلم 2296/4)

الدعاء لمن صنع لك معروفاً :

من صُنع إليه معروف فقال لفاعله : جزاك الله خيراً فقد أبلغ في الثناء. صحيح (صحيح الترمذي 200/2)

الدعاء لمن سببته :

عن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع النبي صلى الله عليه وسلم يقول : اللهم فأيما مؤمن سببته فاجعل ذلك له قربى إليك يوم القيامة . (رواه مسلم 2007/4)

الدعاء لمن عرض عليك ماله :

بارك الله لك في أهلك ومالك. البخاري الفت(88/4)

الدعاء الذي يرفع به الدين ويرجى قضاؤه :

اللهم اكفني بحلالك عن حرامك ، وأغنني بفضلك عن سواك " حسن (صحيح الترمذي 180/3)

اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن ، والعجز والكسل والبخل والجبن وضلع الدين وغلبة الرجال. رواه البخاري (158/7)

الدعاء عند إرجاع الدين (القرض) :

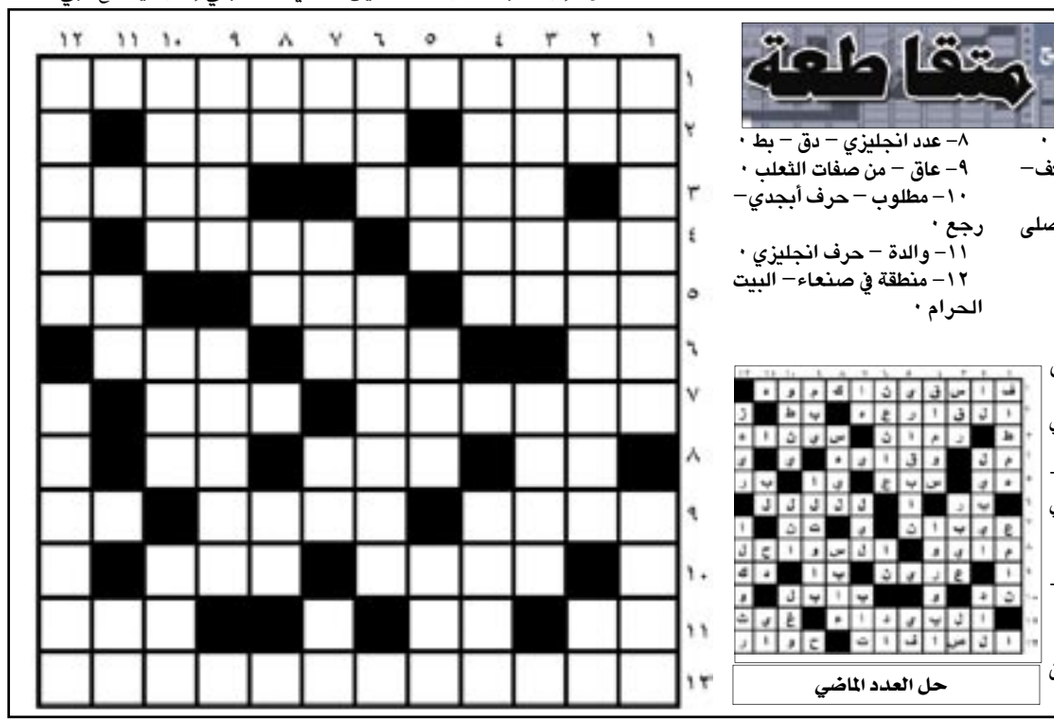
بارك الله لك في أهلك ومالك إنما جزاء السلف الوفاء والحمد. حسن (صحيح ابن ماجه 55/2)

الدعاء إذا رأيت شيئاً يعجبك :

قال عليه الصلاة والسلام : (إذا رأى أحدكم من نفسه أو ماله أو من أخيه ما يعجبه فليدعُ له بالبركة، فإن العينَ حق) (صحيح الجامع/1 212)

كلمات متقاطعة

إعداد / أشواق صالح



أفقيا :

١- اسم الصحابية التي لقبت بمهاجرة الهجرتين ومصلية القبلتين .
٢- مجلة خاصة بالمرأة تصدر عن مؤسسة ١٤ أكتوبر - من العملات .
٣- صوت المريض - أحد الأنبياء .
٤- اسم علم مذكر - نادر .
٥- حيوان اسطوري - في الوجه - حرف نصب .
٦- كثير - عملة كمبوديا- أبو البشر .
٧- بلد أفريقي - أداة حصر .
٨- جواب - قمر- سئم .
٩- ألة حادة - من غزوات النبي صلى الله عليه وسلم- متشابهان .
١٠- مفرد نسمات - نبات .
١١- محافظة يمنية - كف- تهذيب .
١٢- مرضعة الرسول صلى الله عليه وسلم .

عموديا :

١- اسم فرس الرسول صلى الله عليه وسلم - عفو .
٢- مادة قاتلة - بلد أوروبي - حرف عطف .
٣- مدينة أمريكية- المدينة التي بعث فيها النبي شعيب عليه السلام .
٤- في الفم - من الرياحين
٥- من العملات - شك- فترة .
٦- جسد - زيارته .
٧- غير مطبوخ - حيوان ضخم - اله - للتعريف .
٨- عدد انجليزي - دق - بط .
٩- عاق - من صفات الثعلب .
١٠- مطلوب - حرف أبجدي- رجع .
١١- والدة - حرف انجليزي .
١٢- منطقة في صنعاء- البيت الحرام .

حل العدد الماضي