



## كنوز رمضان

### كنوز الحسنات

"من أتى خصلة في رمضان، فكأنما أدى فريضة فيما سواه، ومن أدى فريضة في رمضان كمن أدى سبعين فريضة فيما سواه".

## أثمن ثلاث ساعات في رمضان



### وقت السحر

السحر هو الوقت الذي يكون قبيل الفجر قال تعالى (المستغفرين بالأسحار).

فأحرص أخي الصائم على هذا الوقت الثمين بكثرة الدعاء والاستغفار حتى يؤذن الفجر، وخاصة أننا في شهر رمضان.

فلنستغل هذه الدقائق الروحية فيما يقوى صلتنا بالله تعالى.

قال تعالى: حاشا على اغتنام هذه الساعات الثمينة بالتسبيح والتهليل:

(وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ومن أناء الليل فسبح وأطراف النهار لعلك ترضى). وقال تعالى: (وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ومن الليل فسبحه وأدبار السموات). قال الحسن البصري رحمه الله: (الدنيا ثلاثة أيام أما أمس فقد ذهب بما فيه، وأما غداً فلعلك لا تدركه، وأما اليوم فلك فاعمل فيه).



## النصيحة الرابعة

إن روحانية هذا الشهر تدفع إلى الحرص على عمل الطاعات والالتزام بعبادات حميدة فاعقل العزم على الاستمرار بعبادات رمضان في ما اعتدت عليه.

## تبوك تطلق خدمة (ساعة فتوى) للرد على الصائمين



الرياض / متابعة : بدأت بمفكرة الدعوة بتبوك بإطلاق خدمة البرنامج الرمضاني للفتاوى والاستشارات المعروف باسم "ساعة فتوى"، وذلك بمشاركة عدد من المشايخ العلماء وطلبة العلم من أبرزهم الشيخ العلامة عبد الرحمن البراك

والشيخ الدكتور محمد بن عبد الرحمن العريفي، والشيخ الدكتور يوسف بن عبد الله الأحمد، والشيخ عبد العزيز بن مرزوق الطريفي، والشيخ عبد المحسن بن عبد الله الزامل، بالإضافة إلى الشيخ حميدان الجهني والشيخ سلطان العمري. وبحسب جريدة «الرياض» السعودية، أكد الشيخ حميدان الجهني المشرف العام على الموقع والداعية المعروف أن الخط الخاص بالبرنامج سيستقبل كافة الاستشارات ويرد على أسئلة المتصلين واستفساراتهم الشرعية يومياً. حيث سيستقبل هذا الخط كافة الاستشارات ويرد على أسئلة المتصلين واستفساراتهم الشرعية يومياً من الساعة (4:45 - 5:45 مساءً).. من داخل المملكة على رقم الجوال: (0556351803)، ومن خارج المملكة على رقم الجوال: (0096656351803)

## استشارات دينية

### حكم شم الصائم رائحة الطيب والعود

س : هل يجوز للصائم أن يشم رائحة الطيب والعود ؟

ج : لا يستنشق العود، أما أنواع الطيب غير البخور فلا بأس بها، لكن العود نفسه لا يستنشق؛ لأن بعض أهل العلم يرى أن العود يفسد الصائم إذا استنشقه؛ لأنه يذهب إلى المخ والدماغ، وله سريان قوي، أما شمه من غير قصد فلا يفسده الشيخ ابن باز، مجموع فتاوى ومقالات متنوعة.



## رمضانيات



## إطلاق مشروع الترجمة الفورية للتراويح من الحرمين

الرياض / متابعة : بدأت وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد منذ أول ليلة من رمضان، في إطلاق مشروعها السنوي "الترجمة الفورية لصلاة التراويح"، بالتعاون مع وزارة الثقافة والإعلام والرئاسة العامة لشؤون المسجد الحرام والمسجد النبوي، عبر قناتي القرآن الكريم من المسجد الحرام باللغة الإنجليزية، والسنة النبوية من المسجد النبوي بالفرنسية.

وبحسب جريدة "عكاظ" السعودية، أعلن مستشار الوزير لشؤون الحج والعمرة ومدير المشروع الشيخ طلال بن أحمد العقيل، أن 40 قناة فضائية تبث الترجمة بالتعاون مع تلفزيون المملكة، مشيراً إلى أن المشروع يسعى لإيصال معاني القرآن الكريم بطريقة ميسرة إلى كافة المسلمين في أنحاء الأرض، خاصة المتحدثين بغير اللغة العربية. وأوضح العقيل أن ترجمة الآيات القرآنية أعدت بأسلوب يتناسب مع مختلف الشرائح

## أدعية الرسول في رمضان

الأدعية المأثورة عن النبي صلى الله عليه وسلم في رمضان :

### دعاء العشر الأيام الأوائل

أشهد أن لا إله إلا الله، وأستغفر الله، اللهم إني أسألك الجنة وأعوذ بك من النار .

### دعاء العشرة الثانية

اللهم إني أسألك برحمتك التي وسعت كل شيء أن تغفر لي .

### دعاء العشرة الأخيرة

اللهم إنك عفو كريم تحب العفو فاعف عني .

## فوائد التمر في رمضان



بروفيسور بريطاني يدعو إلى التعرف على الإسلام

والكربوهيدرات - إن التمر يساعد على تصحيح حموضة البول الناتجة من الصيام، ما يقي الجسم من كون الحصوات. - كما أنه غني بالفيتامينات والمعادن، وغني بالألياف الغذائية، ما يجعل الصائم يشعر بالشبع فلا يندفع إلى تناول الطعام بصورة كبيرة تضر بجهازه الهضمي. - يحتوي الرطب على مادة تنبه تقلصات الرحم وتزيد انقباضها وخاصة أثناء الولادة.

إمداد الجسم بالطاقة - سكر الفركتوز الموجود بالتمر يعوض السكر المحترق في الدم نتاج الحركة وبذل الجهد فلا يفتر الصائم ولا يتعب. - يقوي الكبد والقلب والدم لما يحتويه من منجم معادن سهلة وسريعة الامتصاص. - تناول التمر ثم الشورية السهلة الهضم يحفز المعدة والأمعاء على إفراز الأنزيمات الهاضمة، فيسهل هضم باقي الإفطار الذي يحتوي على البروتينات

الإنسان. - إن الصائم يعتره نقص بعض أنواع من السكاكر ( ولذا الصوم مفيد لمرضى السكر خاصة ) التي تمد بالطاقة وكذلك بعض العناصر الحيوية الهامة التي بتغيرها في الإفطار والسحور بالبدائل الغذائية تعد نعمة من الله لتنقية الجسم وتطهره بالصوم وكأنها تغيير زيت السيارة مثلاً. - التمر سريع الهضم والامتصاص خلال ساعة من تناوله ما يسرع في



قال تعالى : (وهزي إليك يجمع الخلة تساقط عليك رطباً جنياً) ، هل تعرفون الحكمة من تناول التمر مع الإفطار وفوائده الكثيرة :

## "وأن تصوموا خير لكم"



### الجهاز الهضمي

يقل إفراز العصارة المعدية أثناء الصيام، حيث يعتمد إفرازها على وجود طعام في الجهاز الهضمي، فبتعطى حركة الأمعاء وتأخذ راحة ضرورية لتجديد نشاطها. كما أظهرت التجارب ضبط الصيام لحموضة المعدة الزائدة التي يعاني منها الكثير من الناس، وبالتالي تقل فرص الإصابة بقرح الأمعاء.

## أوقات الصلاة لشهر رمضان 1431 هـ لعموم محافظات الجمهورية اليمنية بجزء من الالف من الثانية

المدينة	الفجر	الشروق	الظهر	العصر	المغرب	العشاء
صعده	4:33:17.140	5:40:59.379	12:09:55.702	3:16:33.026	6:34:39.029	7:42:15.249
عن	4:33:55.778	5:47:20.848	12:06:34.844	3:13:09.155	6:21:40.480	7:34:58.419
نزع	4:36:44.404	5:45:25.064	12:10:35.662	3:15:59.076	6:31:35.020	7:40:09.303
المكلا	4:14:51.676	5:29:15.309	11:50:12.804	2:54:49.370	6:06:57.472	7:21:15.114
اب	4:35:31.437	5:43:13.125	12:09:59.352	3:14:45.182	6:32:35.858	7:40:10.121
عق	4:24:04.272	5:38:38.701	11:59:25.494	3:04:03.823	6:16:02.812	7:30:28.860
مارب	4:28:34.036	5:38:31.471	12:05:19.617	3:12:07.762	6:27:56.050	7:37:45.794
الضالع	4:33:44.846	5:47:56.648	12:07:48.215	3:12:58.531	6:23:31.288	7:37:36.446
الحديدة	4:39:09.387	5:53:11.114	12:14:55.322	3:20:12.198	6:32:27.038	7:46:22.518
الموطة	4:34:06.249	5:46:16.511	12:07:11.159	3:13:21.138	6:23:56.242	7:35:59.239
نمار	4:33:44.147	5:40:53.156	12:09:07.163	3:13:47.228	6:33:10.131	7:40:11.464
سينون	4:14:01.431	5:29:15.767	11:51:37.202	2:59:39.278	6:09:47.138	7:24:53.815
زنجبار	4:32:00.523	5:45:58.734	12:05:12.179	3:11:15.031	6:20:16.488	7:34:07.831
عران	4:33:48.370	5:41:38.563	12:10:56.106	3:18:18.276	6:36:01.570	7:43:45.009
حجة	4:35:08.261	5:43:47.538	12:12:20.502	3:19:48.341	6:36:40.712	7:45:12.537
المحويت	4:35:42.847	5:43:44.278	12:12:32.484	3:19:28.119	6:37:09.734	7:45:03.568
البيضاء	4:29:55.271	5:37:29.347	12:04:24.511	3:09:08.067	6:27:07.015	7:34:35.753
حزم الجوف	4:29:12.852	5:39:30.121	12:07:07.678	3:15:38.496	6:30:32.546	7:40:42.349
صعدة	4:32:25.547	5:41:35.568	12:11:40.677	3:22:02.070	6:37:32.136	7:46:34.321
الفضية	3:59:56.585	5:14:59.085	11:37:59.327	2:46:42.570	5:56:47.402	7:11:43.630
حبيسقطري	3:58:07.386	5:11:22.733	11:30:35.149	2:37:22.182	5:45:40.172	6:58:48.652