دراسة ألمانية تؤكد أن صلاة قيام الليل تؤخر الشيخوخة

كتب / حسين البربري

تمكن علماء فرنسيون من رصد مكان الساعة البيولوجية في الإنسان وذلك بعد اكتشاف مجموعة من الخلايا العصبية تقع في النواة فوق التصالبية (وسط المخ) ويبدو أنها مركز التحكم في الإيقاع اليومي وتتكون النواة من جزأين جزء يوجد في النصف الأيمن من المخ والجزء الثاني في النصف الأيسر وكل جزء يتكون من عشرة آلاف خلية عصبية ملتصقة ببعضها البعض وتقوم على تنظيم الجداول الزمنية والتنسيق مع بقية الخلايا للوصول إلى ما يجب أن يكون علية أنشطة الجسم على مدار اليوم وتوجد هذه النواة فوق نقطة التقاء العصبين البصريين في قاع الجمجمة حيث أن عمل هذه النواة يرتبط بالضوء الذي يعمل على خلق التزامن بين الساعة الداخلية ودورات النور والظلام في العالم الخارجي وفى خلايا هذه النواة يتم نسخ وترجمة موروث جين الساعة الذي يسهم بدور كبير في مدى دقة هذه الساعة وهو المسؤول عن ضبط الساعة البيولوجية. ومن جانبه أكد الدكتور هاني المنصوري استشاري التغذية والميكروبيولوجى أن السلوك الشخصي له اثر فعال في صناعة الهرمون المهم داخل الإنسان والذي يعطل آثار الشيخوخة والتقدم في العمر كما أن تناول أطعمة معينة يلعب دورا مهما في محاربة الشيخوخة وكذلك إتباع سلوك غذائي مع الراحة النفسية التي توفرها العبادات والابتعاد عن المهيجات والعادات الضارة .

وأكد الدكتور هاني أن هناك بحثا ألمانيا يؤكد أن صلاة المسلمين تؤخر الشيخوخة مشيرا إلى أن الله فرض على عبادة الصلاة وجعل لها أوقاتاً محددة خمسة أوقات في اليوم والليلة وهناك صلاة السنن إضافة إلى التطوع ويتضمن أداء الصلاة القيام ببعض الحركات التعبدية من المسلم إلى الخالق عز وجل في خشوع وذل مثل الوقوف في وضع القيام من الانحناء في حالة الركوع والسجود والجلوس بعد ذلك في حالة التشهد وهذه الحركات كافة تتضمن رياضة منتظمة لجميع الأجزاء المفصلية ومن ثم تعتبر تمرينات لتقوية العمود الفقري وهو ما بقى من الشيخوخة.

وأشار إلى أن من يريد الحفاظ على الساعة البيولوجية يجب عليه الحفاظ على قيام الليل والصلاة وقد يتصور البعض إن العبادة بالليل تقلب موازين الساعة البيولوجية لكن هذا غير صحيح حيث كل عضو من أعضاء أجسامنا وأنفسنا مخلوقة على الفطرة الإيمانية وقيام الإنسان للعبادة ليلا فانه يعيد انسجام مكونات جسمه .

زكاة النفس وزكاة أموال التجارة والمخول بجمعها وتوزيعها

صنعاء / سبأ :

تعد الزكاة الركن الثالث من أركان الإسلام لقول الرسول الكريم محمد صلى الله عليه وسلم : " بني الإسلام على خمس شهادة أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة وصوم رمضان وحج البيت من استطاع إليه سبيلا ".

وان كلمة الزكاة مشتقة في اللغة العربية من كلمة (زكا) والمقصود بها النماء والطهارة و البركة، وان الحكمة من الزكاة تطهير النفوس من البخل وهي أعلى درجات التكافل الاجتماعي لقول الله تعالى (خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها وصل عليهم أن صلاتك سكن لهم " صدق الله العظيم.

كما لم يوجد أي اختلاف في نصاب زكاة النفس وأموال التجارة ومصارفها فقد اجمع علماء المسلمين أن نصاب زكاة النفس هو صاع من تمر أو شعير أو زبيب أو أقط أو قمح أو أي طعام أخر من قوت البلد وذلك لحديث أبي سعيد ألخدري "كنا نخرج زكاة الفطر إذ كان فينا رسول الله صلى الله عليه وسلم صاعا من الطعام أو صاعا من شعير أو صاعا من زبيب أو صاعا من أقط فلم نزل كذلك حتى نزل علينا معاوية المدينة فقال إني لأرى مدين من سمراء الشام أو قمحها يعدل صاعا من التمر فأخذ الناس بذلك" .

وبالنسبة لزكاة أموال التجارة والمعتمدة على العملات الورقية فهي ما يكافئ 85 جراما تقريبا من الذهب الخالص ونسبة زكاته 2.5 بالمائة سنويا وفقا للسنة الهجرية.

مصارف الزكاة

ولكن مصارف الزكاة والجهة المسئولة عن جبايتها وصرفها هي التي بدأت اليوم تأخذ بأسم الاجتهاد الشخصي الذي قد يصيب مرة ويخط عدة مرات تختلف رغم أن مصارف الزكاة قد حددها الله سبحانه تعالى في كتابه العزيز" إنما الصدقات للفقراء والمساكين والعاملين عليها والمؤلفة قلوبهم وفي الرقاب والغارمين وفي سبيل الله وابن السبيل فريضة من الله والله عليم حكيم"، وفي الحديث الصحيح قال رسول الله لمعاذ بن جبل حين أرسله إلى اليمن(ادعهم إلى شهادة أن لا إله إلا الله واني رسول الله فان أطاعوك لذلك فأعلمهم أن الله افترض عليهم خمس صلوات في كل يوم وليله فان هم أطاعوك لذلك فأعلمهم أن الله افترض عليهم صدقة في أموالهم تؤخذ من أغنيائهم فترد على فقرائهم " .

وحول هذه الاجتهادات الشخصية للعامة في توزيع الزكاة ووجدنا أن البعض يقوم بتوزيع الزكاة على المستحقين والأخر يفضل الاعتماد على الجهة المختصة في الدولة ولأهمية هذا الجانب ومن اجل إلقاء مزيد من الضوء على الموضوع أجرت وكالة الأنباء اليمنية(سبأ) استطلاعا على عدد من المواطنين لمعرفة وجهات نظرهم حول توزيع زكاة النفس وزكاة أموال التجارة .

حيث استهل بائع زيوت محركات السيارة قاسم محمد المطري برأيه حول توزيعه لزكاة النفس التي يدفعها عن عائلته المكونة من 12 نفسا قائلا: أنا اعتمد على شيخ القرية وتقديمها له سنويا وهو بدوره يجمع الزكاة من أهالي القرية ويقدمها للجهة المختصة في الدولة ونأخذ منه لقاء ذلك سنداً بالإيصال، وفي اعتقادي أن يتم توزيع الزكاة مباشرة على الفقراء والمساكين.

ويؤيد الموظف في الهيئة العامة للطيران المدني والأرصاد فيصل السياغي وجهة نظر المطري قائلاً: بالنسبة للموظف يتم خصم زكاة النفس من راتبه من قبل عمله لكني لا اكتفي بذلك بل أقوم بتسليم بقية زكاة الأسرة التي اعولها إلى أمين القرية .

في حين نجد الموظف بوزارة النفط والمعادن أمين الحزمي له تصرف آخر بالنسبة لتوزيع زكاة النفس، حيث ذكر انه يسلم الزكاة له وللأسرة التي يعولها لوظيفته فضلا انه يقوم بتوزيع الزكاة عليه بطريقة العين من خلال توزيع الحب والدقيق على الفقراء والمستحقين الذين يعرفهم جيدا.

ويبرر الحزمي تصرفه حول ذلك من اجل التحري في تأدية زكاة النفس على أكمل وجه ويبرئ ذمته أمام الله خاصة وان هناك رأيين مختلفين للعلماء حيال هذا الموضوع.

تصرفات التجار لتوزيع الزكاة

وحول تصرفات التجار لتوزيع زكاة النفس وزكاة أموال تجارتهم قال رجل الأعمال طه حسين خيران بان زكاة النفس يقوم بتسليمها للدولة عبر عقال الحارات أما بالنسبة لزكاة أموال تجارته فهو يقسمها إلى نصفين فالنصف الأول يسلمه للدولة والنصف الآخر يوزعه على الفقراء والمحتاجين في حارته وأقاربه.

في حين تاجر الفواكه والتمور علي مسعد أشار إلى أنه يقوم بنفسه بتوزيع زكاة النفس وزكاة تجارته على المحتاجين من أهل قريته، مبررا موقفه أن الجبايات التي تجمعها الحكومة لا تصل إلى فقراء أهل قريته الذين هم في أمس الحاجة إليها.

حكم الشرع

ومن اجل معرفة حكم الشرع تجاه تصرفات المواطنين في توزيع الزكاة أكد الشيخ الدكتور حمود السعيدي الوكيل المساعد لوزارة الأوقاف والإرشاد عضو جمعية علماء اليمن أن الزكاة ضريبة من ضرائب الإسلام وركن من أركان الإسلام ويجب على كل مسلم أن يؤديها فقد قرنها الله عز وجل في أكثر من93 موضعا في القرآن الكريم (أقيموا الصلاة وآتوا الزكاة) والخليفة أبو بكر الصديق قال: والله لأ قاتلن من منعني عقال بعير كان يؤديه إلى رسول الله.

ولهذا قاتل الخليفة المرتدين من اجل الزكاة، فالزكاة يجب أداؤها عن طيب نفس مرتاح الضمير لا معبساً ولا مستنكراً لأنها فريضة مثل الصلاة فعلى المسلم أن يؤديها إذا حال عليها الحول وتوفر النصاب..موضحا أن الجهة التي تسلم إليها هي بيت مال المسلمين المتمثلة في مصلحة الواجبات التي أمر النبي صلى الله عليه وسلم أن تؤدى إليها فقد كانت تجبى إلى الرسول الزكاة وهو يأمر بتوزيعها..فكانت تجبى إليه الزكاة من البحرين ومن الحجاز ومن نجد ثم يوزعها.

وقال السعيدي : فإذا أذن الوالي للتجار أو أصحاب الأموال أن يؤدوا زكاتهم لمن يرون فلا بأس أما بغير موافقة الوالي فلا يجوز لان بيت مال المسلمين مسئول عن المسلمين وهي واجبة من واجبات الله عز وجل، فلا يجوز للمسلم أن يصرفها هنا أو هناك صحيح إذا صرفها لمستحقيها من غير بيت مال المسلمين فهي تؤدى عنه لكنه يأثم بعدم أدائها لبيت المسلمين ويجب أن تكون هناك ثقة وإيمان وتصديق .

وتابع قائلا : ونحن نعاني الآن عدم الاستجابة لولي أمر المسلمين فالشعوب العربية كلها خرجت عن ولي أمر المسلمين سواء كان برا أو فاجرا فخرجوا عليه وبالتالي تمردوا على أداء الزكاة وتمردوا على تنفيذ الأوامر.

أما زكاة النفس فيجوز للمسلم كما يقول الشيخ السعيدي إن يوزعها بنفسه على الفقراء والمحتاجين والمساكين فالرسول صلى الله عليه وسلم يقول (أغنوهم عن مسألة هذا اليوم) ولا تعطى للواجبات والعقال وغيرهم.

أدعية رمضانية

(لا تجمعوا حسناتكم في إناء مكسور)

- تتوضأ أحسن وضوء.. لكن تسرف في الماء
- {والله لا يحب المسرفين}
- تتصدق على الفقراء بمبلغ كبير لكن تذلهم وتضايقهم {لا تبطلوا صدقاتكم بالمن والأذى}
- تقوم الليل وتصوم النهار وتطيع ربك لكنك قاطع الرحم {تحرم اجر طاعاتك إذا كان الهجر فوق 3 أيام}
- تصوم وتصبر على الجوع والعطش لكنك نمام وتسب وتشتم وتلعن {من لم يدع قول الزور والعمل به، فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه}

(فلا تجمعوا حسناتكم في إناء مكسور)
تجمعونها بصعوبة من جهة
وتسقط عليكم بسهولة من جهة أخرى..

حال السلف الصالح في رمضان

قال الرسول صلى الله عليه وسلم يقول عز وجل:
كل عمل ابن آدم له الحسنة بعشر أمثالها
إلى سبعمائة ضعف إلا الصيام فإنه لي وأنا أجزي به
ترك شهوته وطعامه وشرابه من أجلي.
للصائم فرحتان :فرحه عند فطره وفرحه
عند لقاء ربه ولخلوف فم الصائم أطيب عند الله
من ريح المسك
وقال : - من صام رمضان إيماناً واحتساباًغفر له ما تقدم من ذنبه.
وكان حال السلف اتباع كل ماجاء به الرسول صلى الله عليه وسلم.

من أدعية الأنبياء

دعاء موسى عليه السلام

((رَبِّ اشْـرَحْ لي صدْرِي . وَيسِّـرْ لي أَمـرِي . وَاحلُلْ عقْدَةً من لّسانَي . يفْقَهُوا قَوْلي))

((رَبِّ إِنّي ظَلَمتُ نفْسِي فَاغْفرْ لي))

((رَبِّ إِنّي لما أَنزَلْتَ إِلَيَّ منْ خيرٍ فَقيرٌ))

دعاء سيدنا زكريا عليه السلام

((رَبِّ هبْ لي من لَّدُنكَ ذُرّيةً طَيّبةً إِنكَ سميعُ الدُّعاء))

((رَبِّ لا تذَرْنّي فَرْدًا وَأَنتَ خَيرُ الْوَارِثين))

دعاء سيدنا سليمان عليه السلام

((رَبِّ أَوْزِعنّي أَنْ أَشكُرَ نَعمتَكَ الّتي أَنعَمتَ علَيَّ وَعلَى وَالدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخلْنّي برَحمتكَ في عبادِكَ الصالحين))

من روائع الإعجاز التاريخي في القرآن الكريم

لقب (ملك) على حاكم مصر في عهد يوسف

من إعجاز القرآن التاريخي أنه أطلق لقب (ملك) على حاكم مصر في عهد يوسف، فقال تعالى: {وقَال الملك إني أرى سبع بقرات} [يوسف: 43]. بينما أطلقت التوراة على نفس الحاكم لقب فرعون.

والسبب في عدم إطلاق القرآن لقب (فرعون) على حاكم مصر في عهد يوسف عليه السلام أن لقب برعو - وهو أصل لقب فرعون - لم يكن يطلق على حاكم مصر نفسه في ذلك العصر، بل كان يعني (القصر الملكي).

ولم يبدأ إطلاق هذا اللقب على حاكم مصر إلا بعد عصر يوسف عليه السلام بما لا يقل عن مائتي سنة.

وهكذا ففي العصر الذي عاش فيه موسى كان لقب (فرعون) يطلَق على حاكم مصر، وبذلك يتجلى الإعجاز التاريخي للقرآن الكريم الذي كان دقيقاً حين لم يستخدم لقب (فرعون).إلا مع حاكم مصر في عهد سيدنا موسى، في حين عممت التوراة استخدام لقب فرعون على حاكم مصر في عصر كل من إبراهيم ويوسف وموسى عليهما السلام رغم أن المصريين لم يستخدموه للدلالة على حاكم مصر في الزمن الذي عاش فيه كل من إبراهيم ويوسف عليهم السلام.

ويقول الفخر الرازي: «إن هذه القصص دالة على نبوة محمد عليه الصلاة والسلام لأنه كان أمياً وما طالع كتاباً ولا تلمذ أستاذاً.

فإذا ذكر هذه القصص على الوجه من غير تحريف ولا خطأ دل ذلك على أنه إنما عرفها بالوحي من الله وذلك يدل على صحة نبوته».