

إفطار جماعي يستقطب ألفي شخص في هولندا

الجماعية، وبهذا يسهمون في التعريف بدينهم وثقافتهم.
ويرى الأكاديمي الهولندي المسلم عبد الوحيد فان بومال أن الخيمة مثلت جسراً لبناء تواصل صحي بين المسلمين والهولنديين، وعبر عن اعتقاده بأهمية مثل هذه المبادرات التي تركز على المشترك الإنساني بين الثقافات المختلفة.

الهولنديين بالإسلام والمسلمين بشكل صحيح، وإنشاء تفاعل بين أشخاص من أعراق وأديان مختلفة.
من جهته، قال ملحق الشؤون الدينية في القنصلية التركية بروتردام إسماعيل حلمي بلجي «إن القادمين من الأناضول إلى هولندا يسعون عبر هذه الخيمة إلى نقل تقاليد رمضان الأناضولية إلى أبنائهم وعلى رأسها الإفطارات

استرداد / مناجات:
اجتذبت خيمة الإفطار التي تنظمها منظمات المجتمع المدني في العاصمة الهولندية أمستردام ألفي شخص في أول اليومين المخصصين للإفطار.
ووفقاً لوكالة أنباء الأناضول قال أيدين أورا المسؤول عن تنظيم الخيمة التي تستمر يومين «إن الهدف من هذه الفعالية هو تعريف



رمضانيات

أبواب الحسنات في شهر رمضان



قطوف رمضانية



وداعاً لرائحة الفم في رمضان

في شهر رمضان تزداد الشكوى من تغيير رائحة الفم نتيجة الامتناع عن الطعام ساعات طويلة، وللتخلص من رائحة الفم أثناء الصيام ننصحك سيدتي باتباع النصائح التالية:
- احرصي على تناول كوب من الشاي الأخضر في السحور فهو يحتوي على مواد مضادة للبكتريا المسببة للرائحة الكريهة.
- يمكنك أيضاً وضع أعواد القرفة في الشاي لزيادة الفعالية في التغلب على البكتريا وإنعاش الفم.
- البقدونس والنعناع: مضغ القليل من أوراق البقدونس أو النعناع بعد تناول وجبة تحتوي على عناصر ذات نكهات قوية يساعد على الحفاظ على رائحة فم منعششة، فهذه الأوراق تحتوي "المونوتربينز" وهي مادة طيارة تنتقل بسرعة من الأوعية الدموية إلى الرئتين حيث تنتشر رائحتها عن طريق التنفس وتساعد على إنعاش الفم لفترة طويلة.
إذا لم تستطع مضغ البقدونس.. يمكن إضافة البقدونس أو الكزبرة إلى الأطباق المختلفة فيكون له المفعول نفسه خصوصاً على الشوربة والسلطات والمشويات.
- ابتعدي عن الأطعمة المالحة جدا والنفاذة والمخللات والبهارات ذات الروائح النفاذة، حتى لا تسبب رائحة كريهة للعرق خاصة مع ارتفاع درجات الحرارة في الصيف.
- تعتبر ثمرة الكيوي أغنى الثمار بفيتامين C ثمرة الكيوي الواحدة تحتوي على ما تحتاجين إليه من هذا الفيتامين في اليوم. والذي يؤدي نقصه إلى ضعف وتفكك طبقة الكولاجين في اللثة، ويعرضها للضعف فلا تقوى على القيام بدورها ويجعلها أكثر تأثراً بالجرثيم.
- بذور السمسم: تتمتع بذور السمسم بقدرة فائقة على تنظيف الأسنان، فمضغ هذه البذور يزيل طبقة البلاك ويساعد على بناء ميناء الأسنان فضلاً عن غناها بالكالسيوم الذي يحافظ على صحة العظام حول الأسنان واللثة.
- الماء... للتخلص من رائحة: شرب الماء بعد الصيام يحافظ على رطوبة اللثة وهو أفضل وسيلة لتعزيز إفراز اللعاب الذي يعتبر أقوى دفاع للجسم ضد الجرثيم التي تسبب البلاك ونخر الأسنان.
المضمضة في الوضوء: مضمضة الفم أكثر أثناء الوضوء، تساعد على التخلص من بقايا الأطعمة العالقة في الفم وبين الأسنان والتي يمكن أن تتحلل وتسبب رائحة متغيرة للفم والأملل شرب ثمانيّة أكواب من الماء يومياً، فذلك يحافظ على رطوبة اللثة والجسم بأكمله.

والصف الأول ثم لم يجدوا إلا أن يستهموا عليه لاستهموا
« - المداومة على صلاة الضحى: يصبح على كل سلامي من أحدهم صدقة، فكل تسبيحة صدقة، وكل تحميدة صدقة، وكل تهليلية صدقة، وكل تكبيرية صدقة، وأمر بالمعروف صدقة، ونهي عن المنكر صدقة، ويجزئ من ذلك كله ركعتان يركعهما في الضحى»
- الدعاء بين الأذان والإقامة: «الدعاء بين الأذان والإقامة لا يرد»
- المحافظة على الصلوات الخمس: «ما من امرئ مسلم تحضره صلاة مكتوبة فيحسن وضوئها وخشوعها وركوعها، إلا كانت له كفارة لما قبلها من الذنوب مالم تؤت كبيرة، وذلك الدهر كله»
- المحافظة على الصلاة في وقتها: «سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم: أي العمل أفضل قال الصلاة لوقتها»
- المحافظة على صلاة الفجر والعصر: «من صلى البردين دخل الجنة»
- المحافظة على صلاة الجمعة: «الصلوات الخمس، والجمعة إلى الجمعة، ورمضان إلى رمضان، مكفرات ما بينهم إذا اجتنبت الكبائر»
- تحري ساعة الإجابة يوم الجمعة: «فيها ساعة لا يوافقها عبد مسلم وهو قائم يصلي يسأل الله شيئاً إلا أعطاه إياه»
- قراءة سورة الكهف: «من قرأ سورة الكهف في يوم الجمعة أضاء له النور ما بين الجمعتين»
- الذهاب إلى المسجد: «من غدا إلى المسجد أو راح أعد الله له نزلاً في الجنة كلما غدا أو راح»
- الصلاة في المسجد الحرام: «صلاة في مسجدي هذا أفضل من ألف صلاة فيما سواه من المساجد إلا المسجد الحرام، وصلاة في مسجدي هذا خير من ألف صلاة فيما سواه إلا المسجد الحرام»
- المحافظة على صلاة الجماعة: «صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفرد بسبع وعشرين درجة»
- الحرص على الصف الأول: «لو يعلم الناس ما في النداء

عليها إلا وجبت له الجنة»
- الدعاء بعد الأذان: «من قال حين يسعد النداء: اللهم رب هذه الدعوة التامة والصلوة القائمة أت محمداً الوسيلة والفضيلة وابعثه عموماً خيراً»
- الدعاء بين الأذان والإقامة: «الدعاء بين الأذان والإقامة لا يرد»
- المحافظة على الصلوات الخمس: «ما من امرئ مسلم تحضره صلاة مكتوبة فيحسن وضوئها وخشوعها وركوعها، إلا كانت له كفارة لما قبلها من الذنوب مالم تؤت كبيرة، وذلك الدهر كله»
- المحافظة على الصلاة في وقتها: «سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم: أي العمل أفضل قال الصلاة لوقتها»
- المحافظة على صلاة الفجر والعصر: «من صلى البردين دخل الجنة»
- المحافظة على صلاة الجمعة: «الصلوات الخمس، والجمعة إلى الجمعة، ورمضان إلى رمضان، مكفرات ما بينهم إذا اجتنبت الكبائر»
- تحري ساعة الإجابة يوم الجمعة: «فيها ساعة لا يوافقها عبد مسلم وهو قائم يصلي يسأل الله شيئاً إلا أعطاه إياه»
- قراءة سورة الكهف: «من قرأ سورة الكهف في يوم الجمعة أضاء له النور ما بين الجمعتين»
- الذهاب إلى المسجد: «من غدا إلى المسجد أو راح أعد الله له نزلاً في الجنة كلما غدا أو راح»
- الصلاة في المسجد الحرام: «صلاة في مسجدي هذا أفضل من ألف صلاة فيما سواه من المساجد إلا المسجد الحرام، وصلاة في مسجدي هذا خير من ألف صلاة فيما سواه إلا المسجد الحرام»
- المحافظة على صلاة الجماعة: «صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفرد بسبع وعشرين درجة»
- الحرص على الصف الأول: «لو يعلم الناس ما في النداء

- الإخلاص: قال الله تعالى: { وما أمروا إلا ليعبدوا الله مخلصين له الدين حنفاء ويقيموا الصلاة ويؤتوا الزكاة وذلك دين القيمة }
- تجريد التوبة لله تعالى: «من تاب قبل أن تطلع الشمس من مغربها تاب الله عليه»
- الدعاء عند رؤية الهلال: «اللهم أهله علينا باليمن والإيمان، والسلامة والإسلام، ربي وربك الله»
- صيام رمضان إيماناً واحتساباً: «من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه»
- صيام ست من شوال: «من صام رمضان وأتبعه ستاً من شوال كان كصوم

أدعية رمضانية



اللهم افتح لي فيه أبواب الجنان
واغلق عني فيه أبواب النيران
ووفقني فيه لتلاوة القرآن

صورة وحديث

عن عبد الله بن عباس رضي الله عنه قال:
(كان رسول الله صلى الله عليه وسلم أجود الناس، وكان أجود ما يكون في رمضان حين يلقاه جبريل، وكان يلقاه في كل ليلة من رمضان فيدارسه القرآن، فلرسول الله صلى الله عليه وسلم أجود بالخير من الريح المرسلة)
رواه البخاري



مما ينبغي فعله في الشهر العظيم

- تمهينة الأجواء والنفوس للعبادة، والإسراع إلى التوبة والإنابة، والفرح بدخول الشهر، وإتقان الصيام، والخشوع في التراويح، وعدم الفتور في العشر الأواسط، وتحري ليلة القدر، ومواصلة ختمه بعد ختمه مع التباكي والتدبر، وعمرة في رمضان تعدل حجة، والصدقة في الزمان الفاضل مضاعفة، والاعتكاف في رمضان مؤكد.
- لا بأس بالتهنئة بدخول الشهر، وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يبشر أصحابه بقدوم شهر رمضان ويحثهم على الاعتناء به فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «أتاكم رمضان شهر مبارك، فرض الله عز وجل عليكم صيامه، تفتح فيه أبواب السماء، وتغلق فيه أبواب الجحيم، وتغل فيه مردة الشياطين، فيه ليلة هي خير من ألف شهر، من حرم خيرها فقد حرم الناسي»
- تمهينة الأجواء والنفوس للعبادة، والإسراع إلى التوبة والإنابة، والفرح بدخول الشهر، وإتقان الصيام، والخشوع في التراويح، وعدم الفتور في العشر الأواسط، وتحري ليلة القدر، ومواصلة ختمه بعد ختمه مع التباكي والتدبر، وعمرة في رمضان تعدل حجة، والصدقة في الزمان الفاضل مضاعفة، والاعتكاف في رمضان مؤكد.
- لا بأس بالتهنئة بدخول الشهر، وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يبشر أصحابه بقدوم شهر رمضان ويحثهم على الاعتناء به فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «أتاكم رمضان شهر مبارك، فرض الله عز وجل عليكم صيامه، تفتح فيه أبواب السماء، وتغلق فيه أبواب الجحيم، وتغل فيه مردة الشياطين، فيه ليلة هي خير من ألف شهر، من حرم خيرها فقد حرم الناسي»