

خطبه الجمعة - الخطبة ٢٥٤ : خ ١ - رمضان ١ - شهر الصوم ، خ ٢ - الصيام دورة وقائية وعلجية.

لفضيلة الدكتور محمد راتب النابلسي بتاريخ: ١٩٨٩-٠٤-٠٧

## بسم الله الرحمن الرحيم

### الخطبة الأولى :

الحمد لله ثم الحمد لله ، الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لننهدي لولا أن هدانا الله ، وما توفيقي ولا اعتصامي ولا توكلني إلا على الله ، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، إقراراً بربوبيته ، وإرغاماً لمن جد به وكفر ، وأشهد أن سيدنا محمداً صلّى الله عليه وسلم ، سيد الخلق والبشر ، ما اتصلت عين بنظر ، أو سمعت أذنُ بخبر ، اللهم صلّ وسلم وبارك على سيدنا محمد ، وعلى آله وأصحابه ، وعلى ذريته ، ومن والاه ، ومن تبعه إلى يوم الدين ، اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا إنك أنت العليم الحكيم ، اللهم علمنا ما ينفعنا ، وانفعنا بما علمتنا وزينا علينا ، وأرنا الحق حقاً وارزقنا اتباعه ، وأرنا الباطل باطلًا وارزقنا اجتنابه .

### للعبدات في الإسلام حكم عظمى :

أيها الأخوة المؤمنون : في الإسلام عبادات كبرى لها حكم عظمى، إن خلت هذه العبادات من الحكم ، أو من فهم الحكم ، أصبحت طقوساً ووثنيات، المسلم ليس كالنافقة عقلها أهلها ثم أطلقواها ، فلا تدرى لا لما عقلت ، ولا لما أطلقت ، ربنا سبحانه وتعالى يقول في القرآن الكريم:



لابد للمؤمن من معرفة الحكمة وراء العبادات

﴿خُذُوا مَا أَتَيْنَاكُمْ بِقُوَّةٍ وَادْكُرُوا مَا فِيهِ﴾

[سورة البقرة: ٦٣]

واذكروا ما فيه من الحكمة ، فالعبادة التي أمر الله بها من صوم ، أو من صلاة ، أو من حج ، أو من زكاة ، يجب أن تقع على النحو الذي أراده الله عز وجل ، فإذا عرف الإنسان حكمة الصيام مثلاً ، صام كما أراد الله ، أما إذا غفل عن حكمة الصيام ، فربما صام كما يصوم عامة المسلمين، جوعٌ وعطشٌ ليس غير .

في الإسلام عادات عده ، لها حكم عظمى ، ينبغي أن نتعرف إلى هذه الحكم ، كي تقع العبادة على النحو الذي أراد الله عز وجل ، والصيام من هذه العبادات ، بل إن الصيام كما قال عليه الصلاة والسلام :

### (( الصيام نصف الصبر ))

[ ابن ماجه عن أبي هريرة رضي الله عنه ]

### (( الصبر نصف الإيمان ))

[ أبو نعيم في الحلية والخطيب في التاريخ من حديث ابن مسعود بسنده حسن ]



فالصيام ربع الإيمان بالتحديد ، فما الصيام ؟ لماذا كتب علينا الصيام ؟ إن الله سبحانه وتعالى أَجَلَ وأَعْظَمَ مِنْ أَنْ يُأْمِنَنَا بِعِبَادَةٍ تَبْدَأُ بِتَرْكِ الطَّعَامِ وَتَتَهْيَى بِتَتَوَالُهِ ، إِنَّ الصَّيَامَ لَهُ حَكْمٌ عَظِيمٌ ، وَغَایَاتٌ أَعْظَمُ مِنْ أَنْ نَدْعِ الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ فِي النَّهَارِ ، وَنَأْكُلُهُ فِي اللَّيلِ ، لَا بدَّ مِنَ الْبَحْثِ عَنْ حَكْمَ الصَّيَامِ ، رَبُّنَا سَبَّاحُهُ وَتَعَالَى أَشَارَ فِي الْقُرْآنِ إِلَى حَكْمَ الصَّيَامِ فَقَالَ جَلَّ مِنْ قَائِلٍ :

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصَّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقَوْنَ ﴾

[ سورة البقرة : ١٨٣ ]

"لعلكم تتذلون ماذا ؟ تتذلون أن تذلون في معصية ، لعلكم تتذلون أن تذلون في سخط الله ، لعلكم تتذلون مضار الدنيا ، لعلكم تتذلون منزلاقاتها ، لعلكم تتذلون مغرياتها ، لعلكم تتذلون المعاصي فيها ، لعلكم تتذلون ما يبعدكم عن الله عز وجل ، وكيف تنتهي المعاصي ؟ وكيف ننتهي الزلل ؟ وكيف ننتهي الانحراف إن لم تكن لنا رؤية صحيحة ترينا الحق حقاً فنتبعه والباطل باطلًا فنجتنه؟"

كيف تنتهي الحفرة من دون مصباح ؟ كيف تنتهي الحشرة القاتلة من دون مصباح ؟

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصَّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقَوْنَ ﴾

[ سورة البقرة : ١٨٣ ]

أيها الأخوة المؤمنون : ما من موقف تقه ، ما من تصرف تفعله ، ما من حركة تتحركها ، ما من كلمة تقولها ، ما من عمل تعمله ، تعطي وتأخذ ، وتغضب وترضى ، وتصل وتقطع وتمعن ، هذه المواقف ، هذه التصرفات، هذه المسالك ، لا بد من أنها تصدر عن رؤية تراها، فإذاً أن تكون الرؤية صحيحة ، فتكون قد



### متى صحت الرؤية صح العمل

نجوت وسعدت ، وإنما أن تكون الرؤية مغلوطة فتكون قد أهلكت وهلكت ، أساس العمل صحة الرؤية ، متى صحت الرؤية صح العمل ، فهذا الذي يرى أن من الذكاء أن يأخذ ما ليس له ، وأن من القوة أن يعتدي على ما عند الآخرين ، هذه رؤية مغلوطة ، لأن الله سبحانه وتعالى لا بد من أن يحاسبه على عمله ، إذاً هو يدفع الثمن كبيراً ، ما من شيء يعرض لك ، ما من شهوة تتजذب إليها ، ما من موقف تقه ، إلا وراء هذا الموقف رؤية أملت عليك هذا الموقف ، هنا بيت القصيدة، الرؤية كيف تصح وكيف تصبح الرؤية ضبابية؟ أو كيف يصبح الإنسان في عمي؟ قال الله عز وجل :

﴿فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾

[سورة الحج: ٤٦]

لماذا اعتدى على مال فلان؟ لماذا اعتدى على مال أخيه؟ لأنه أعمى ، لماذا غش الناس؟ لأنه أعمى ، لماذا أساء التصرف؟ لأنه أعمى ، لماذا اعتدى على أعراض الآخرين؟ لأنه أعمى ،

لماذا نافق؟ لأنه أعمى ، لماذا وضع

نفسه موضع الذلة خوفاً على رزقه؟

لأنه أعمى ، لماذا ضيع من دينه الشيء

الكثير ليرضي مخلوقاً؟ لأنه أعمى .

﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ

مَعِيشَةً ضنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

أَعْمَى\* قَالَ رَبِّي لَمْ حَشَرْتَنِي أَعْمَى وَقَدْ

كُنْتُ بَصِيرًا\* قَالَ ذَلِكَ

[سورة طه: ١٢٤-١٢٦]

كنت أعمى في الدنيا ، هذا الذي يقع



لا يملك رؤية صحيحة من يعصي الله ويعتدي على الخلق

في المعاصي ، هذا الذي ينحرف ، هذا الذي لا يطيع الله عز وجل ، هذا الذي يرضي مخلوقاً ويعصي خالقاً ، هذا الذي يظن أن الذكاء أن تأخذ ما ليس لك ، هذا الذي يظن أن قوة الشخصية في اقتناص الشهوات ، هذا الذي يرى أن الدنيا محدودة، ولا بد من أن ينغمس في الشهوات إلى قمة رأسه حتى يسعد بها أعمى ، إن لم تملك الرؤية الصحيحة فلا بد من الانحراف في القول والسلوك والعمل ، إن لم تملك الرؤية الصحيحة ، هذا الذي يدرب عضاته كل يوم ، في البرد القارس ، لماذا يفعل هذا ؟ لأن له رؤية

صحيحة، هجر الأرائك الوثيرة ،  
ودرب عضاته على الجري خوفاً من  
مرض القلب ، إنه يرى ما لا يراه  
الآخرون

هذا الذي يعرض له مبلغ كبير ،  
فينتفض كالعصفور ، ويقول : معاذ الله  
إني أخاف الله رب العالمين لأن في هذا  
المال شبهة ، هذا له رؤية صحيحة ،  
هذا الذي يغض بصره عن محارم الله ،

هذا مستثير ، لأنه يأخذ الثمن من الله كبيراً ، وثميناً ، إنها سعادته الزوجية ، حينما يقول الله عز وجـلـ :

ما من معصية ترتكب إلا بسبب العمـى

﴿ قُلْ لِّمُؤْمِنِينَ يَغْضُبُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ ﴾

[٣٠] سورة النور :

حينما يطبق هذه الآية ، ينطلق من رؤية صحيحة ، هذه الرؤية تقول : إن طاعة الله فوز عظيم في الدنيا والآخرة ، هذا الذي لا يأخذ ما ليس له خوفاً من الله عز وجل ، هذا ذو بصيرة، استثار قلبه بنور الله ، لذلك أنها الأخوة المؤمنون : ما من مشكلة على وجه الأرض إلا وهي مسببة عن معصية فيها مخالفة عن أمر الله عز وجل ، وما من معصية ترتكب إلا بسبب العمـى ، إلا بسبب خطأ الرؤية ، إلا بسبب ضعف الرؤية ، إلا بسبب البعد عن الله عز وجل .

### أحكام الصلة بالله أساس استئارة القلب :

أيها الأخوة الأكارم : الناس رجالن لا ثالث لهما ، شقي وسعيد ، شقي أي مقطوع عن الله ، متقلت من منهجه ، مسيء إلى خلقه ، وسعيد أي موصول بالله ، منضبط بشرعه ، محسن إلى خلقه .

فيما أيها الأخوة المؤمنون : إن الصيام من أجل التقوى ، من أجل أن تتقى الخطأ ، من أجل أن تتقى الذنب ، من أجل أن تتقى العداوة ، من أجل أن تتقى ما ليس لك ، من أجل أن تتقى سخط الله عز وجل ، من أجل أن تتقى الشقاء في الدنيا ، من أجل أن تتقى الشقاء في الآخرة :

**﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتُبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتُبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾**

[سورة البقرة : ١٨٣]

ولن تتقوا إلا إذا استثار قلبكم بنور الله ، ثم قال عليه الصلاة والسلام :

**(( الصلاة نور ))**

[قطعة من حديث طويل ، رواه مسلم عن أبي مالك الحارث بن عاصم الأشعري رضي الله عنه]



لن تستقيم على أمر الله إلا إذا فكرت في ملكته

ولن يستثير القلب بنور الله إلا إذا أحكمت الصلة بالله ، ولن تحكم الصلة بالله إلا إذا استقمت على أمر الله ، ولن تستقيم على أمر الله إلا إذا فكرت في ملكته الله ، إذا فكرت بخلق السموات والأرض فعرفته ، وإذا طبقت أمره فعبدته ، عندئذ تتعقد الصلة بين العبد وربه ، ومع انعقاد الصلة يقذف النور في القلب ، ومتنى قذف نور الله في القلب رأيت الحق حقاً فاتبعه ، وبالباطل باطلًا فاجتبه .

يا أيها الأخوة المؤمنون : هذه حقيقة كبرى .

**﴿ أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ ﴾**

[سورة الأنعام: ١٢٢]

نور في قلبه يريه الحق حقاً فيتبعه ، ويريه الباطل باطلًا فيجتبه .

**﴿ أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا ﴾**

[سورة الأنعام: ١٢٢]

**مرتبة التقوى :**

أيها الأخوة المؤمنون : الله سبحانه وتعالى يبين بأية محكمة واضحة ناصعة كالشمس بأن الصيام من أجل التقوى ، والتقوى مرتبة فوق مرتبة الإيمان ، بدليل قوله تعالى :

**﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ ﴾**

[سورة آل عمران: ١٠٢]

والتقى مراتب ، بدليل قوله تعالى :

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ ﴾

[سورة آل عمران: ١٠٢]

### للصوم فوائد جمة فهو عبادة نسبت إلى الله :

أيها الأخوة الأكارم : وأمر الله عز وجل أجل وأعظم من أن يكون له حكمة واحدة ، إن للصوم حكم جليلة ، إن للصوم فوائد جمة ، فهو عبادة نسبت إلى الله عز وجل .

عن أبي هريرة قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

(( كُلُّ عَمَلٍ إِبْنٍ آدَمَ يُضَاعِفُ لَهُ ، الْحَسَنَةُ بِعْشَرَةِ أَمْتَالٍ هَا إِلَى سَبْعِمِائَةِ ضِعْفٍ ، قَالَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ ) : إِلَّا الصَّوْمُ ، فَإِنَّهُ لِي ، وَأَنَا أَجْزِي بِهِ ))

[مسلم عن أبي هريرة]

أي أجر الصوم يفوق سبعمئة ضعف لما تفعله في شهر الصوم .

(( يَدْعُ شَهْوَتَهُ وَطَعَامَهُ مِنْ أَجْلِي ))

[مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه]

أنت إذا تركت المعصية تتركها في الحقيقة من أجلك أنت ، إذا أخذت ما ليس لك أتلف الله مالك ، وربما أتلف المبطل مع مالك .

(( من أخذ أموال الناس يريد أداءها أدى الله عنه ، ومن أخذ يريد إتلافها أتلفه الله ))

[البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه]

إذا امتنع المسلم عن أكل أموال الناس بالباطل ، ربما كان هذا الامتناع بداع من حبه لذاته ، يخاف أن يتلف ماله ، يخاف أن يتلف مع ماله ، يمتنع عن أكل المال الحرام ، وإذا ترك الإنسان شرب الخمر فمن أجل صحة عقله ، وإذا ترك الإنسان الزنى فمن أجل صحة جسده ومكانته الاجتماعية ، ولكن إذا ترك المباح ، إذا ترك الطعام



ترك الصائم للطعام والشراب في الصيام هو من أجل الله

والشراب ، ترك ما يحل له ، هذا الترك من أجل من ؟ من أجل الله عز وجل ، تترك المعصية من أجل نفسك ، خوفاً على سلامتك ، خوفاً على صحتك ، خوفاً على سمعتك ، ولكنك تترك الطعام والشراب وهو اللذان أباحهما الله عز وجل في سائر أيام العام ، تتركهما من أجل الله عز وجل ، وهل هناك من عبادة أجل وأعظم من أن تدع شيئاً مباحاً من أجل الله عز وجل ، لهذا يقول الله سبحانه وتعالى في الحديث القديسي :

(( كل عمل ابن آدم يضاعف له الحسنة بعشرة أمثالها إلى سبعمائه ضعف ، قال الله تعالى : إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به ، يدع شهوته وطعامه من أجلي ، للصائم فرحتان : فرحة عند فطره وفرحة عند لقاء ربه ، ولخلوف فيه أطيب عند الله من ريح المسك ))

[مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه]

و زاد عليه ، والصوم جنة ، والجنة هي الترس ، تتقى به ، والصوم جنة من النار ، وإن جهل على أحدكم جاهل - أي خاصمه - وهو صائم فليقل : إني صائم ، إني صائم ، إني صائم .

### الصيام لا يعدله شيء من العبادات :

أيها الأخوة المؤمنون : أحاديث أخرى تتم هذا الحديث ، لأن النبي عليه الصلاة والسلام في سنته المطهرة بين الناس ما نزل إليهم من قرآن كريم ، فيقول عليه الصلاة والسلام في حديث رواه النسائي وابن خزيمة :

(( عليك بالصوم فإنه لا مثل له ))

[النسائي وابن خزيمة عن أبي أمامة]

أي لا شيء يعدله من الثواب ، لا شيء يعدله من العبادات ، ويقول عليه الصلاة والسلام في حديث صحيح على شرط الإمام مسلم :

(( ليس الصيام من الأكل والشرب ، إنما الصيام من اللغو والرفث فإن سابك أحد ، أو جهل عليك فقل : إني صائم ، إني صائم ))

[الحاكم في المستدرك والبيهقي في شعب الإيمان عن أبي هريرة]



ويقول عليه الصلاة والسلام في حديث آخر صحيح على شرط الإمام البخاري :

(( رب صائم ليس له من صيامه إلا الجوع ، ورب قائم ليس له من قيامه إلا السهر ))

[ابن ماجه عن أبي هريرة رضي الله عنه]

أي القائم في صلاة التراويف .

هذا الذي له عادات ، وله انحرافات ، وله مخالفات ، له تساهل في كسب المال ، في إنفاق المال ، في النظر للنساء ، هذا الذي يقيم في رمضان كما هو في أيام العام ، من دون تعديل ، من دون تبديل ، من دون توبية نصوح ، هذا الذي يأتيه رمضان وكأنه عادة من عوائده ، كأنه نمط من أنماط الحياة التي اعتادها من قبل ، هذا الذي عنده النبي عليه الصلاة والسلام :

(من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه ))

[البخاري وأحمد في مسنده وأبو داود والترمذى وابن ماجه عن أبي هريرة :]

## مراتب الصيام :

أيها الأخوة المؤمنون : ليس الصيام ترك الطعام والشراب ، هذا صيام العوام ، هذا صيام الجهلة ، هذا صيام الدهماء ، هذا صيام السوق من الناس ، ولكن الصيام كما أراده الله عز وجل ، ترك الطعام والشراب وهما مباحان ، توصلًا إلى ترك المخالفات والمعاصي ، فهذا الذي يدع طعامه وشرابه ، وهو قد أحل له ، فلأنه يدع المعصية من باب أولى ، لأن يدع المعصية المحرمة من باب أولى ، فلذلك : الإمام الغزالى في أحياء علوم الدين صنف الصوم على ثلات مراتب .

المرتبة الأولى : صيام العامة ، هؤلاء الذين يقيمون على ما كانوا عليه قبل رمضان ، من مخالفات ، ومن تقصيرات ، ومن تجاوزات ، ومن معاصي ، ويأتي رمضان ، ويصومون رمضان ، ويدعون الطعام والشراب ، وينصرفون إلى شهواتهم ولذاتهم بعد الإفطار وكأن شيئاً ما كان ، هؤلاء العامة صيامهم جوع وعطش .



الصوم ثلات مراتب

المرتبة الثانية : صيام المؤمنين ، ولكن المؤمنين يدعون الطعام والشراب ، ويدعون كل المعاصي والآثام ، يحفظون الرأس وما وعى ، يحفظون أعينهم عن النظر إلى الحرام ، يحفظون آذانهم عن استماع الباطل واستماع ما يسخط الله عز وجل ، يحفظون أيديهم ، يحفظون أرجلهم ، يحفظون أسرهم ، زوجاتهم ، بناتهم ، يحفظون بيوتهم ، يحفظون متاجرهم ، يحفظون علاقاتهم الاجتماعية ، من كل خلل وكل انحراف ، هؤلاء هم المؤمنون ، الذين يدعون كل مخالفة ، و كل معصية .

المرتبة الثالثة : صيام الخاصة ، فهم يدعون ما سوى الله عز وجل ، هذا شهر كدورة تربوية مكثفة ينصرف في هذا الشهر بكله ، بوقته ، بطاقاته ، بإمكاناته إلى الله عز وجل ، يقضيه في تلاوة القرآن ، وتدبره ، وفي حفظه ، يقضيه في العمل الصالح ، يقضيه في طلب العلم ، يقضيه في التقرب إلى الله عز وجل ، هذا صيام الخاصة ، فلما أن تصوم صيام العامة ، وإنما أن تصوم صيام المؤمنين ، وإنما أن تصوم صيام الخاصة .

أيها الأخوة المؤمنون : حاسبو أنفسكم قبل أن تحاسبو ، وصلوا نفسكم بالله عز وجل قبل ألا يتاح لكم مثل هذا الوصل ، هذا شهر كريم ، أتيح لنا أن نتصال بالله عز وجل ، جعلت صلاة التراويح من أجل أن نتصال بالله عز وجل ، وجعلت بعد فرض العشاء ، تكون قد أكلت الطعام ، وبالت عرقك ، وقوى بدنك ، عندها قف بين يديه واستمع إلى قوله تعالى في الصلوات يتلى عليك ، اللهم أعننا على الصيام والقيام وغض البصر وحفظ اللسان ، والحمد لله رب العالمين .

\* \* \*

### الخطبة الثانية :

الحمد لله رب العالمين ، وأشهد أن لا إله إلا الله ولبي الصالحين ، وأشهد أن سيدنا محمدًا عبده ورسوله صاحب الخلق العظيم ، اللهم صلّ وسلم وبارك على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

### فوائد رمضان الصحيحة :



الصيام يحمي من الشيخوخة المبكرة

أيها الأخوة المؤمنون : الحديث عن عبادة الصيام وما فيها من تقوى وإكرام لا يعني أن الصيام ليس له فوائد صحية ، إن في الصيام من الفوائد الصحية ما لا يصدقه عقل ، لأن خالق هذا الإنسان هو الذي فرض عليه الصيام ، وأمر الله سبحانه وتعالى أجل وأعظم من أن ينصرف إلى حكمة واحدة ، إن للصيام حكمًا لا تعد ولا تحصى .

بعض العلماء قال : إن الصيام صورة وقائية سنوية ، دورة وقائية سنوية ، تقي كثيرةً من الأمراض ، أسلوب وقائي ، سلوك وقائي من أجل سلامه هذه العضوية ، ودورة علاجية بالنسبة لبعض الأمراض ، دورة وقائية لكثير من الأمراض ، ودورة علاجية لبعض الأمراض ، وأنه - أي الصيام - يقي المسلم المتبع لسننه المعتدلة في تناول الطعام في أثناء الصيام أمراض الشيخوخة .

أمراض الشيخوخة تظهر في الشيخوخة ، ولكن مسبباتها تبدأ في الشباب ، فاستهلاك العضوية العنيف يأتي الصيام ليجعل هناك توازنًا بين استهلاك العضوية وبين وقاية الأجهزة ، فذلك معظم أمراض الشيخوخة تترجم عن الإفراط في إرهاق العضوية طوال الحياة ، إرهاق العضوية في

الطعام والشراب ، فيسائر الملاذات ، في العمل ، في التعب ، في بذل الجهد ، يأتي الصيام ليريح هذه العضوية ، وليصح الأخطاء التي ارتكبت في بقية أشهر العام ، إن الأخطاء التي يرتكبها الإنسان في أيام العام تتراكم يأتي هذا الشهر ليصحي هذه الأخطاء كلها ، فيعود الجسد إلى نشاطه.

### الصيام دروة وقائية و علاجية :

أيها الأخوة المؤمنون : ورد في الجامع الصغير حديث شريف رمز له السيويطي بأنه حسن يقول عليه الصلاة والسلام : " صُومُوا تَصْحُّوا . "

فالصيام - كما يقول العلماء - إلى الطب الوقائي أقرب منه إلى الطب العلاجي ، بدليل أن المريض يرخص له أن يفطر ، بعض هذه الحكم أن الصيام يخفف العبء عن جهاز

الدوران ، القلب والأوعية ، حيث تهبط نسبة الدسم والحموضة ، تتحفظ حموضة البول في هذا الشهر إلى أدنى درجة ، ومع انخفاض هذه النسبة يقي الإنسان نفسه من مرض خطير هو تصلب الشرايين ، الذي يسبب إرهاق القلب ، والذبحة الصدرية ، ومع انخفاض نسبة حمض البول في الدم يقي الإنسان نفسه من مرض آخر هو التهاب المفاصل .



**الصيام أقرب إلى الطب الوقائي منه إلى العلاجي**

إن الصيام يخفف العبء عن جهاز الدوران ، يريح الأوعية والقلب بانخفاض نسبة الدسم في الدم ، وانخفاض نسبة حمض البول ، إن الصيام يريح الكليتين بإقلال فضلات الاستقلاب ، يحول الطعام إلى طاقة عملية تسمى الاستقلاب ، في شهر الصيام ينخفض الاستقلاب إلى أدنى مستوى هذا بشرط أن يصوم كما أمر



**الصوم صيانة سنوية لأجهزة الجسم**

النبي عليه الصلاة والسلام ، أن يأكل باعتدال ، أما أن يجعل الطعام في الليل مكان النهار فليس هذا هو الصيام ، هناك من يأكل ويأكل ويأكل .

يقولوا العلماء : إن سكر الكبد في الصيام يتحرك ، المخزون السكري في الكبد يتحرك ، ومع تحرك هذا المخزون يتجدد نشاط الكبد ، والإنسان لا يستطيع أن يعيش من دون كبد أكثر من ثلات ساعات ، إن الصيام يدعو سكر الكبد إلى التحرك ، ويتحرك معه الدهن المخزون تحت الجلد ، وتتحرك معه البروتينات ، والغدد ، وخلايا الكبد ، إن الصيام كما قال بعض الأطباء يبدل الأنسجة وينظفها ، وكأنه صيانة سنوية لأنسجة وأجهزة الجسم ، هذا عن الناحية الوقائية ، فماذا عن الناحية العلاجية ؟

إن الصيام يعد علاجاً لبعض الأمراض ، منها التهاب المعدة الحاد ، منها إيقاعات الحمل العنيدة ، منها ارتفاع الضغط الشرياني ، منها الداء السكري ، منها قصور الكلية المزمن ، ومنها بعض الأمراض الجلدية .

أيها الأخوة المؤمنون : أمر الله مبارك ، أمر الله يطهر النفس ، وينيرها ، ويعطيك الرؤية الصحيحة ، تعرف الحق من الباطل ، والخير من الشر .

#### الدعاء :

اللهم اهدنا فيمن هديت ، وعافنا فيمن عافت ، وتولنا فيمن توليت ، وبارك لنا فيمن أعطيت ، وقنا واصرف عنا شر ما قضيت ، فإنك تقضي بالحق ولا يقضى عليك ، اللهم أعطنا ولا تحرمنا ، وأكرمنا ولا تهنا ، وأثرنا ولا تؤثر علينا ، أرضنا وارض عنا ، واقسم لنا من خشيتك ما تحول به بيننا وبين معصيتك ، ومن طاعتكم ما تبلغنا بها جنتك ، ومن اليقين ما تهون به علينا مصائب الدنيا ، ومتعمنا اللهم بأسماعنا وأبصارنا وقوتنا ما أحبتنا ، واجعله الوارث منا ، واجعل ثأرنا على من ظلمنا ، وانصرنا على من عادنا ، ولا تجعل الدنيا أكبر همنا ، ولا مبلغ علمنا ، ولا تسلط علينا من لا يخافك ولا يرحمنا ، مولانا رب العالمين ، اللهم أصلح لنا ديننا الذي هو عصمة أمرنا ، وأصلاح لنا دنيانا التي فيها معاشنا ، وأصلاح لنا آخرتنا التي إليها مردنا ، واجعل الحياة زاداً لنا من كل خير ، واجعل الموت راحة لنا من كل شر ، مولانا رب العالمين ، اللهم اسقنا الغيث ولا تجعلنا من القانطين ، اللهم اسقنا الغيث ولا تجعلنا من القانطين ، اللهم اسقنا الغيث ولا تجعلنا من القانطين ، ولا تهلكنا بالسنين ، ولا تأخذنا بفعل المسيئين ، يا رب العالمين ، اللهم أعننا على الصيام والقيام وغض البصر وحفظ اللسان وأدخلنا الجنة بسلام ، وببارك لنا في شهر رمضان ، اللهم بفضلك ورحمةك أعلِّ كلمة الحق والدين ، وانصر الإسلام ، وأعز المسلمين ، وخذ بيد ولاتهم إلى ما تحب وترضى ، إنك على ما تشاء قادر ، وبالإجابة جدير .

#### والحمد لله رب العالمين