

# فوائد وأحكام في رمضان

## 3 رمضان

الفتوى من فتاوى الصيام

مقالة الهدى النبوي في رمضان

الاستشارة تأثير الصوم على الشرايين

قصص السلف السلف والصيام

من ذاكرة التاريخ وصول الخليفة عمر بن الخطاب إلى بيت المقدس

اخترنا لكم إسلام ويب في سطور

# فوائد وأحكام في رمضان

## الفتوى من فتاوى الصيام

### السؤال

هل استخدام لزقة الكافيين تبطل الصوم؟ حيث ويتم امتصاص الكافيين عبر الجلد لتصل مجرى الدم ويكون تأثيرها في أمرين.

الأول: تنبيه الجهاز العصبي فيبقى الإنسان يقظاً، والوظيفة الثانية هي: علاج أعراض إدمان الكافيين - القهوة - مثل الصداع والتعب عند التوقف عن شرب القهوة لمن اعتاد عليها

### الإجابة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وصحبه، أما بعد:

فاستعمال هذه اللصقة ليس من المفطرات، لأنها في معنى استعمال الأدهان ونحوها مما يدهن به الجلد، وهذه لا تفسد الصوم، وإن كانت تتخلل مسام الجلد ويمتصها، قال الشيخ ابن عثيمين رحمه الله: دهن الصائم ليس من المفطرات، لأنه لا يدخل في لفظ الأكل والشرب ولا في معناهما فلو ادهن الإنسان في رأسه أو بدنه فلا حرج عليه. انتهى.

وعليه، فلا حرج على من شاء أن يستعمل هذه المادة في نهار رمضان.



# فوائد وأحكام في رمضان

## الهدى النبوي في رمضان

### مقالة

لم يكن حال النبي ﷺ في رمضان كحالهِ في غيره من الشهور، وذلك لعلمه بما لهذه الأيام والليالي من فضيلة خصها الله بها وميزها عن سائر أيام العام.. وسنقف مع شيء من هديه ﷺ في شهر رمضان حتى يكون دافعاً للهمم، ومحفزاً للعزائم..

كان ﷺ يكثر في هذا الشهر من أنواع العبادات، وكان عليه الصلاة والسلام أجود الناس، وأجود ما يكون في رمضان، يكثر فيه من الصدقة، وتلاوة القرآن، والصلاة، والذكر، والاعتكاف..

وكان عليه الصلاة والسلام يحث على السحور ويقول: (تسحروا، فإن في السحور بركة) رواه البخاري. وكان من هديه تعجيل الفطر، وتأخير السحور، وكان يقول: (لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفطر) رواه البخاري

وكان يفطر على رطبات، فإن لم يجد فتمرات، فإن لم يجد حسا حسوات من ماء، وأما السحور فكان يؤخره حتى ما يكون بين سحوره وبين صلاة الفجر إلا وقت يسير، قدر ما يقرأ الرجل خمسين آية. وكان يدعو عند فطره بخيري الدنيا والآخرة.

وكان لا يترك الجهاد في رمضان، بل إن المعارك الكبرى قادها في رمضان، ومنها بدر، وفتح مكة، حتى سُمي رمضان شهر الجهاد..

وكان ﷺ إذا دخل العشر الأواخر أحيا ليله، وأيقظ أهله، وشد مئزره مجتهداً ومثابراً على العبادة والذكر، وكان يعتكف في العشر الأواخر من رمضان حتى توفاه الله..

قال ابن القيم: "وكان من هديه ﷺ في شهر رمضان: الإكثار من أنواع العبادات، فكان جبريل يدارسه القرآن في رمضان، وكان إذا لقيه جبريل أجود بالخير من الريح المرسلة، وكان أجود الناس، وأجود ما يكون في رمضان، يكثر فيه الصدقة، والإحسان، وتلاوة القرآن، والصلاة، والذكر، والاعتكاف، وكان يخص رمضان من العبادة ما لا يخص غيره به من الشهور" ..

هذا هو بَعْضُ هَدْيِ نَبِينَا ﷺ في رمضان، فما أحوجنا إلى الاقتداء والتأسي به في رمضان وفي غير رمضان، ففي هديه السعادة في الدنيا والآخرة، قال تعالى: {لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ

حَسَنَةٌ} (الأحزاب: ٢١)

# فوائد وأحكام في رمضان

## الاستشارة تأثير الصوم على الشرابين

### السؤال

إذا كان أحد الأشخاص يتبع حمية شديدة، أو أنه يصوم -كما يفعل في شهر رمضان- من أي مخزون دهنيّ الجسم يستكمل احتياجه اليومي من السعرات الحرارية؟ وهل الصوم له تأثير إيجابي على الشرابين؟

### الإجابة

من المعروف أن الطاقة تخزن في جسم الإنسان في عدة مصادر أولها هو نسبة سكر الجلوكوز الموجود في الدورة الدموية بعد الوجبات، مثلاً: وجبة السحور إذا وصلت نسبة السكر إلى مستوى السكر الصائم يتم الاعتماد على مخزون السكر من مادة الجليكوجين الموجودة داخل الخلايا، وهي عبارة عن ما يشبه المسبحة، أو وحدات سكر جلوكوز ملتصقة بروابط كيميائية يأخذ الجسم منها ما يحتاجه من السكر، وعند نفاذ ذلك المخزون يعتمد الجسم على المخزون من الدهون في الجسم لإعادة تحويلها إلى وحدات جلوكوز لكي تستخدم كوقود داخل الخلايا مع الأكسجين لإنتاج وحدات الطاقة، والمعروف أن المخزون الدهني عند الرجال يتركز في البطن ( الكرش )، ثم باقي مناطق الجسم في الأفخاذ والأرداف.

والمصدر الأخير للطاقة بعد نفاذ المخزون الدهني هو العضلات، وهذا ما يصل إليه أهل المجاعات؛ حيث يتم استخدام المخزون العضلي للاستمرار في الحياة، وهذا سر مناظر الأطفال في أهل المجاعات، وعند تعويض أي مرحلة من مراحل الحصول على الطاقة يتوقف الذهاب إلى المرحلة التالية؛ ولذلك يعتبر الصوم أحد العوامل في السيطرة على الوزن.

يتبع...

## تتمة ...

والصوم له فوائد عظيمة للإنسان حتى أن مراكز طبية في لندن تتبع طريقة الصوم كنوع من أنواع الحماية الغذائية لعلاج السمنة، وبالطبع فإن خفض نسبة الكوليسترول والدهون الثلاثية في الدم بسبب أن الصيام ينعكس إيجابياً على صحة وسلامة الشرايين، ويمنع ترسب تلك المواد فيها، ويبقي من مرض تصلب الشرايين، مع الحرص على شرب المزيد من الماء لإرواء جميع خلايا الجسم، وعدم تناول كميات زائدة من الدهون ليلاً حتى لا يضيع أثر الصوم نهائياً.

والمهم ألا تجعل نية الصوم هي فقدان الوزن حتى لا يضيع عليك أجر الصوم، بل اجعل نية الصوم والهدف منه قربة لله، ووقاية ووجاء من الانحراف، وتهذيباً للنفس وحملها على الشعور بالفقراء، والتصدق عليهم، وسوف تأتي الفائدة من الصوم لإنقاص الوزن بعد ذلك حتى لا تحرم أجر الصائم. وفقك الله لما فيه الخير..





# فوائد وأحكام في رمضان

## السلف والصيام

### قصص السلف

حال سلفنا الصالح رضوان الله عليهم مع الصيام من أحسن الأحوال، فما كانت نفوسهم تنقبض لإدراك شهر الصيام خوفاً من مشقة الصيام، لأنَّ السنة كلها عندهم كانت صياماً. نعم لقد أدركوا فضل الصيام وما له من الأجر الكبير من الله عز وجل فهو القائل كما في الحديث القدسي: (كُلُّ عَمَلٍ بِنِ آدَمَ لَهُ إِلَّا الصَّيَامُ فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ) رواه البخاري.. فلماذا لا يفرحون بالصيام والله تعالى الكريم الجواد يقول: إنه لي وأنا أجزي به.. عن الواقدي: "كان الإمام ابن أبي ذئب يصلي الليل أجمع، ويجتهد في العبادة، ولو قيل له إن القيامة تقوم غداً: ما كان فيه مزيد من الاجتهاد، أخبرني أخوه عن حاله أنه كان يصوم يوماً ويفطر يوماً، ثم سرد الصوم بعد ذلك". وعن محمد بن عبد الأعلى قال: "قال لي معتمر بن سليمان: لولا أنك من أهلي ما حدثتك بهذا، لقد مكث أبي أربعين سنة يصوم يوماً ويفطر يوماً، ويصلي صلاة الفجر بوضوء عشاء الآخرة". وقال جماعة من شيوخ قزوين: "لم ير أبو الحسن رحمه الله مثل نفسه في الفضل والزهد، أدام الصيام ثلاثين سنة، وكان يفطر على الخبز والملح، وفضائله أكثر من أن تعد". وعن ابن أبي عدي قال: "صام داود بن أبي هند أربعين سنة لا يعلم به أهله، وكان خرازاً يحمل معه غداءه من عندهم، فيتصدق به في الطريق، ويرجع عشياً فيفطر معهم". يقول الحافظ ابن الجوزي مُعلقاً: "يظن أهل السوق أنه قد أكل في البيت، ويظن أهله أنه قد أكل في السوق". وذكر علماء التراجم في سيرة نفسية بنت الحسن أنها كانت تكثر من الصيام، حتى قيل لها: "ترفقي بنفسك. لكثرة ما رأوا منها -، فقالت: كيف أرفق بنفسي؟ وأمامي عقبة لا يقطعها إلا الفائزون". وقد توفيت وهي صائمة. وعن عبيد الله بن محمد التيمي قال: حدثني بعضُ أشيائنا أن رجلاً من عامة هذه الأمة حضرته الوفاة فجزعَ جزعاً شديداً وبكى بكاءً كثيراً.. ف قيل له في ذلك فقال: ما أبكي إلا على أن يصومَ الصائمون لله ولستُ فيهم.. ويصلي المصلون ولستُ فيهم.. ويذكره الذاكرون ولستُ فيهم.. فذاك الذي أبكاني..

# فوائد وأحكام في رمضان

من ذاكرة  
التاريخ

وصول الخليفة عمر بن الخطاب إلى بيت المقدس

في عام 15 هجرية كان وصول الخليفة عمر بن الخطاب رضي الله عنه إلى بيت المقدس ليستلم مفاتيح بيت المقدس من البطريرك صفرونيوس، بعد معارك ضارية لفتح ديار الشام، وكتب الخليفة عمر عهدًا لأهلها يؤمّن أرواحهم وأموالهم عُرف باسم "العهد العمرية".  
وحيثما دخل عمر بن الخطاب بحث عن كعب الأخبار الذي كان يهوديًا ثم أسلم، وسأله عن مكان الصخرة أي المسجد الأقصى.

فتح عمر بيت المقدس وتحقق موضع الصخرة وأمر بإزالة ما عليها من أتربة حتى قيل: إنه كنسها بردائه، وفعل ذلك معه الصحابة والتابعون، ودخلوا جميعا إلى الساحة وصلى عمر في محراب داود ركعتين تحية المسجد، ثم انقضى الليل، وجاء الفجر، فأذّن المؤذن لصلاة الفجر، وهي أول مرة يُؤذّن فيها في القدس الشريف.

وبعد الصلاة عاد المسلمون لتنظيف بقية أنحاء المسجد، ثم قرر المسلمون إعادة بناء المسجد الأقصى، لأنه كان مجرد سور، بداخله مساحة واسعة فقط



# فوائد وأحكام في رمضان

إسلام ويب في سطور

اخترنا  
لكم

يعد موقع بنين وبنات بإسلام ويب Islamweb من المواقع العربية والإسلامية الموجهة للطفل، ويحتوي على المواد المرئية والوسائط المتعددة من الحلقات والأنشطة التفاعلية، ويعتمد أساليب مبتكرة للوصول إلى الطفل من خلال التعلم القائم على الترفيه، وتقديمها في قوالب خفيفة محبة إلى الأطفال؛ كالقصص والأناشيد والألعاب الترفيهية والفلاشات المصورة، وكل ما من شأنه أن يدخل السعادة إلى قلوبهم ويزرع المعرفة في عقولهم. بنين وبنات ضم أركاناً متنوعة ومتعددة، يشمل بيت العلوم وإسلامنا وقصص الأنبياء وعظماء الإسلام وبيت المرح وبوابة التحدي والمنافسة والقرآن الكريم ومكارم الأخلاق وحياة النبي صلى الله عليه وسلم واسمع واستمتع، كل ذلك من أجل تنشئة صحيحة وسليمة للأجيال القادمة.





# تطبيق موسوعة التفسير

موسوعة متكاملة لأشهر كتب التفسير

الفهرسة الموضوعية  
لأكثر من 14 ألف عنوان

مزايا عديدة في البحث والتصفح والمقارنة



حمل التطبيق

[www.islamweb.net](http://www.islamweb.net)