

منبر المحراب

السنة العشرون
العدد ٩٩٩ - ٢٦ / شعبان / ١٤٣٣ هـ
الموافق ١٧ / تموز / ٢٠١٢ م

عطاء الله للصائمين في شهر رمضان المبارك

هذا الباب بالريّان لأن مشقة الصائم إنما تكون في الأغلب من العطش، وعندما يدخل الصائمون من هذا الباب يرتوون حتى لا يظمأوا بعده أبداً.

٢- الأثر الاجتماعي للصوم

الأثر الاجتماعي للصوم لا يخفى على أحد. فالصوم درس المساواة بين أفراد المجتمع. الموسرون يحسّون بما يعانيه الفقراء المعسرون، وعن طريق الاقتصاد في استهلاك المواد الغذائية يستطيعون أن يهبوا لمساعدتهم.

قد يمكن تحسيس الأغنياء بما يعانيه الفقراء عن طريق الكلام والخطابة، لكن المسألة حين تتخذ طابعاً حسياً عينياً لها التأثير الأقوى والأبلغ، الصوم يمنح هذه المسألة الهامة الاجتماعية لوناً حسياً، لذلك يقول الإمام الصادق (عليه السلام) في جواب عن سؤال بشأن علّة الصوم: «إِنَّمَا فَرَضَ اللَّهُ الصَّيَّامَ لِيَسْتَوِيَ بِهِ الْغَنِيُّ وَالْفَقِيرُ، وَذَلِكَ إِنْ الْغَنِّي لَمْ يَكُنْ لِيَجِدَ مَسَّ الْجُوعِ فَيَرْحَمَ الْفَقِيرَ، وَإِنَّ الْغَنِّيَ كَمَا أَرَادَ شَيْئاً قَدَّرَ عَلَيْهِ فَأَرَادَ اللَّهُ تَعَالَى أَنْ يَسْوِيَ بَيْنَ خَلْقِهِ، وَأَنْ يُدِيقَ الْغَنِّيَ مَسَّ الْجُوعِ وَالْأَلَمِ، لِيَرْقَ عَلَى الضَّعِيفِ وَيَرْحَمَ الْجَانِعَ»^(١).

ترى، لو أن الدول الغنية في العالم صامت عدّة أيّام في السنة وذاقت مرارة الجوع، فهل يبقى في العالم كل هذه الشعوب الجائعة؟!

٣- الآثار الصحية للصوم

أهمية «الإمساك» في علاج أنواع الأمراض ثابتة في الطب القديم والحديث. البحوث الطّبيّة لا تخلو عادة من الحديث عن هذه المسألة، لأن العامل في كثير من الأمراض الإسراف في تناول الأطعمة المختلفة. المواد الغذائية الزائدة تتراكم في الجسم على شكل مواد دهنية، وتدخل

مثل الإنسان الذي يعيش إلى جوار أنواع الأطعمة والأشربة، لا يكاد يحس بجوع أو عطش حتى يمدّ يده إلى ما لذّ وطاب كمثل شجرة تعيش إلى جوار نهر وفير المياه، ما إن ينقطع عنها الماء يوماً حتى تذبل وتصفّر.

أما الأشجار التي تنبت بين الصخور وفي الصحاري المقفرة، وتتعرض منذ أوائل إنباتها إلى الرياح العاتية، وحرارة الشمس المحرقة حيناً، وبرودة الجوّ القارصة حيناً آخر، وتواجه دائماً أنواع التحديات، فإنها أشجار قوية صلبة مقاومة. والصوم له مثل هذا الأثر في نفس الإنسان، فبهذه القيود المؤقتة يمنحه القدرة وقوة الإرادة وعزيمة الكفاح، كما يبعث في نفسه النور والصفاء بعد أن يسيطر على غرائزه الجامحة.

بعبارة موجزة: الصوم يرفع الإنسان من عالم البهيمية إلى عالم الملائكة وعبارة (لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ) تشير إلى هذه الحقائق. وهكذا الحديث المعروف: «الصَّوْمُ جَنَّةٌ مِنَ النَّارِ»^(٢) يشير إلى هذه الحقائق.

وعن علي (عليه السلام) عن رسول الله (صلى الله عليه وآله) أنه سئل عن طريق مجابهة الشيطان، قال: «الصَّوْمُ يُسَوِّدُ وَجْهَهُ، وَالصَّدَقَةُ تُكْسِرُ ظَهْرَهُ، وَالْحُبُّ فِي اللَّهِ وَالْمُواظَبَةُ عَلَى الْعَمَلِ الصَّالِحِ يَقْطَعُ دَابِرَهُ، وَالِاسْتِغْفَارُ يَقْطَعُ وَتِينَهُ»^(٣). وفي نهج البلاغة عرض لفلسفة العبادات، وفيه يقول أمير المؤمنين علي (عليه السلام): «وَالصَّيَّامُ ابْتِلَاءٌ لِإِخْلَاصِ الْخَلْقِ»^(٤).

وروي عن النبي (صلى الله عليه وآله) قال: «إِنَّ لِلْجَنَّةِ بَاباً يُدْعَى الرِّيَّانُ، لَا يَدْخُلُ فِيهَا إِلَّا الصَّائِمُونَ»^(٥).

يقول المرحوم الصدوق في «معاني الأخبار» معلقاً على هذا الحديث: إنما سمي

(١) بحار الأنوار، ج ٩٦، ص ٢٥٦.

(٢) بحار الأنوار، ج ٩٦، ص ٢٥٥.

(٣) نهج البلاغة، الكلمات القصار، رقم ٢٥٢.

(٤) بحار الأنوار، ج ٩٦، ص ٢٥٢.

(٥) وسائل الشريعة، ج ٧، أول كتاب الصوم، ص ٣.

محاور الموضوع الرئيسية:

١. الآثار التربوية والاجتماعية والصحيّة للصوم
٢. الصوم في الأمم السابقة
٣. امتياز شهر رمضان

الهدف:

التعرف على اهمية الصيام وفوائده.

تصدير الموضوع:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ... (١٨٣) شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ...»

الآثار التربوية والاجتماعية والصحيّة للصوم

للصوم أبعاد متعددة وآثار غزيرة مادية ومعنوية في وجود الإنسان، وأهمها البعد الأخلاقي، التربوي.

١- الأثر التربوي للصوم

من فوائد الصوم الهامة «تلطيف» روح الإنسان، و«تقوية» إرادته، و«تعديل» غرائزه.

على الصائم أن يكفّ عن الطعام والشراب على الرغم من جوعه وعطشه، وهكذا عليه أن يكفّ عن ممارسة العمل الجنسي، ليثبت عملياً أنه ليس بالحيوان الأسير بين المعلن والمضجع، وأنه يستطيع أن يسيطر على نفسه الجامحة وعلى أهوائه وشهوته. الأثر الروحي والمعنوي للصوم يشكل أعظم جانب من فلسفة هذه العبادة.



إليه يصعد الكلم الطيب

امتياز شهر رمضان

هذا الشهر . إنما اختير شهراً للصوم . لأنه يمتاز عن بقية الشهور . والقرآن الكريم يبين مزية هذا الشهر في الآية الكريمة بأنه (الَّذِي أَنْزَلَ فِيهِ الْقُرْآنَ) أي القرآن الذي يفصل الصالح عن الطالح ويضمن سعادة البشرية . وفي الروايات الإسلامية أن كل الكتب السماوية: «التوراة» و«الإنجيل» و«الزبور» و«الصحف» و«القرآن» نزلت في هذا الشهر^(١) . فهو إذن شهر تربية وتعليم ، لأن التربية غير ممكنة دون تعليم صحيح ، ومنهج الصوم التربوي يجب أن يكون مرافقاً لوعي عميق منطلق من تعاليم السماء لتطهير الإنسان من كل أثم .

في آخر جمعة من شهر شعبان ، ألقى رسول الله ﷺ خطبة أعد فيها المسلمين لاستقبال شهر رمضان المبارك قال فيها: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّهُ قَدْ أَقْبَلَ إِلَيْكُمْ شَهْرُ اللَّهِ بِالْبَرَكَةِ وَالرَّحْمَةِ وَالْمَغْفِرَةِ، شَهْرٌ هُوَ عِنْدَ اللَّهِ أَفْضَلُ الشُّهُورِ، وَأَيَّامُهُ أَفْضَلُ الْأَيَّامِ، وَلَيَالِيهِ أَفْضَلُ اللَّيَالِي، وَسَاعَاتُهُ أَفْضَلُ السَّاعَاتِ، هُوَ شَهْرٌ دُعِيتُمْ فِيهِ إِلَى ضِيَاةِ اللَّهِ، وَجُعِلَتْ فِيهِ مِنْ أَهْلِ كَرَامَةِ اللَّهِ. أَنْفُسُكُمْ فِيهِ تَسْبَحُ، وَنُومُكُمْ فِيهِ عِبَادَةٌ، وَعَمَلُكُمْ فِيهِ مَقْبُولٌ، وَدُعَاؤُكُمْ فِيهِ مُسْتَجَابٌ فَاسْأَلُوا اللَّهَ رُبُّكُمْ بَنِيَاتٍ صَادِقَةٍ، وَقُلُوبَ طَاهِرَةٍ أَنْ يُوفِّقَكُمْ لَصِيَامِهِ وَتِلَاوَةِ كِتَابِهِ، فَإِنَّ الشَّقِيَّ مَنْ حَرَّمَ غُفْرَانَ اللَّهِ فِي هَذَا الشَّهْرِ الْعَظِيمِ، وَادَّكَّرُوا بِجُوعِكُمْ وَعَطَشِكُمْ فِيهِ جُوعَ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَعَطَشَهُ، وَتَصَدَّقُوا عَلَى فُقَرَائِكُمْ وَمَسْكِينِكُمْ، وَوَقَرُوا كِبَارَكُمْ، وَارْحَمُوا صِغَارَكُمْ، وَصَلُوا أَرْحَامَكُمْ، وَاحْفَظُوا أَسْنَنَكُمْ، وَغَضُّوا عَمَّا لَا يَحِلُّ النَّظَرُ إِلَيْهِ أَبْصَارَكُمْ، وَعَمَّا لَا يَحِلُّ الْإِسْتِمَاعُ إِلَيْهِ أَسْمَاعَكُمْ، وَتَحَنَّنُوا عَلَى أَيْتَامِ النَّاسِ يُتَحَنَّنْ عَلَى أَيْتَامِكُمْ...»^(٢)

أحزانها ومآسيتها، فقد ورد في «قاموس الكتاب المقدس»: «الصوم بشكل عام وفي جميع الأوقات كان متداولاً في أوقات الأحزان والنوائب بين جميع الطوائف والملل والمذاهب»^(٣) .

ويظهر من التوراة أن موسى ﷺ صام أربعين يوماً، فقد جاء فيها: «أَقَمْتُ فِي الْجَبَلِ أَرْبَعِينَ نَهَارًا وَأَرْبَعِينَ لَيْلَةً لَا أَكُلُ خُبْزًا وَلَا أَشْرَبُ مَاءً»^(٤) . وكان اليهود يصومون لدى التوبة والتضرع إلى الله: «اليهود كانوا يصومون غالباً حينما تتاح لهم الفرصة للإعراب عن عجزهم وتواضعهم أمام الله، ليعترفوا بذنوبهم عن طريق الصوم والتوبة، وليحصلوا على رضا حضرة القدس الإلهي»^(٥) .

«الصوم الأعظم مع الكفارة كان على ما يبدو خاصاً بيوم من أيام السنة بين طائفة اليهود، طبعاً كانت هناك أيام أخرى مؤقتة للصوم بمناسبة ذكرى تخريب أورشليم وغيرها»^(٦) . السيد المسيح ﷺ صام أيضاً أربعين يوماً كما يظهر من «الإنجيل»: «ثم اصعد يسوع إلى البرية من الروح ليجرب من إبليس فبعدما صام أربعين نهراً وأربعين ليلة جاع أخيراً»^(٧) . ويبدو من نصوص إنجيل «لوقا» أن حواريتي السيد المسيح صاموا أيضاً^(٨) .

وجاء في قاموس الكتاب المقدس أيضاً: «... من هنا كانت حياة الحواريين والمؤمنين مملوءة بالابتعاد عن اللذات وبالاعتاب وبالصوم»^(٩) . بهذا نستطيع أن نجد في نصوص الكتب الدينية القديمة (حتى بعد تحريفها) شواهد على ما جاء في القرآن الكريم (كَمَا كَتَبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكَم).

هي والمواد السكرية في الدم، وهذه المواد الزائدة وسط صالح لتكاثر أنواع الميكروبات والأمراض، وفي هذه الحالة يكون الإمساك أفضل طريق لمكافحة هذه الأمراض، وللقضاء على هذه المزابل المتركمة في الجسم.

الصوم يحرق الفضلات والقمامات المتركمة في الجسم، وهو في الواقع عملية تطهير شاملة للبدن، إضافة إلى أنه استراحة مناسبة لجهاز الهضم وتنظيف له، وهذه الاستراحة ضرورية لهذا الجهاز الحساس للغاية، والمنهمك في العمل طوال أيام السنة. بديهي أن الصائم ينبغي أن لا يكثر من الطعام عند «الإفطار» و«السحور» حسب تعاليم الإسلام، كي تتحقق الآثار الصحية لهذه العبادة، وإلا فقد تكون النتيجة معكوسة. العالم الروسي «الكسي سوفورين» يقول في كتابه: «الصوم سبيل ناجح في علاج أمراض فقر الدم، وضعف الأمعاء، والالتهابات البسيطة والمزمنة، والدمامل الداخلية والخارجية، والسل، والاسكليروز، والروماتيزم، والتقرس والإسْتِسْقَاء، وعرق النساء، والخرز (تآثر الجلد)، وأمراض العين، ومرض السكر، وأمراض الكلية، والكبد والأمراض الأخرى.

العلاج عن طريق الإمساك لا يقتصر على الأمراض المذكورة، بل يشمل الأمراض المرتبطة بأصول جسم الإنسان وخلاياه مثل السرطان والسفليس، والسل والطاعون أيضاً»^(١٠) .

عن رسول الله ﷺ قال: «صُومُوا تَصْحُوا»^(١١) . وعنه ﷺ أيضاً: «الْمَعْدَةُ بَيْتُ كُلِّ دَاءٍ وَالْحَمِيَّةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ»^(١٢) .

الصوم في الأمم السابقة

يظهر من النصوص الموجودة في التوراة والإنجيل، أن الصوم كان موجوداً بين اليهود والنصارى، وكانت الأمم الأخرى تصوم في

- (١) كتاب «الصوم طريقة حديثة لعلاج الأمراض»، ص ٦٥، الطبعة الأولى.
- (٢) بحار الأنوار، ج ٩٦، ص ٢٥٥.
- (٣) بحار الأنوار، ج ١٤، من الطبعة القديمة.

- (٤) قاموس الكتاب المقدس، ص ٤٢٧.
- (٥) العهد القديم، سفر التثنية، الفصل ٩، الرقم ٩.
- (٦) قاموس الكتاب المقدس، ص ٤٢٨.
- (٧) نفس المصدر.
- (٨) إنجيل متى، الإصحاح الرابع، الرقم ٢٠.
- (٩) إنجيل لوقا، الإصحاح الخامس، الرقم ٣٣-٣٥.
- (١٠) قاموس الكتاب المقدس، ص ٤٢٨.

- (١١) وسائل الشريعة، ج ٧، أبواب أحكام شهر رمضان، الباب ١٨، الحديث ١٦.
- (١٢) وسائل الشريعة، ج ٧، الباب ١٨ من أبواب أحكام شهر رمضان، ح ٢٠.

