

صوم رمضان علاج للأمراض الجسدية والنفسية

البلاي: العلاج الإيماني نجح في شفاء الكثير من المدمنين وتعديل سلوكهم

ونلاحظ ان ذلك يؤدي الى تحسين حالتهم النفسية.

هو الحل

وحول العلاقة بين الصيام وقوة الإرادة النفسية، أكد د.خضر البارون ذلك بقوله: أرى ان قدوم شهر رمضان فرصة جيدة وموسم مهم يساعدنا في مواجهة كثير من المشكلات النفسية، والمقال على ذلك حالة المدخنين الذين اعتادوا على التدخين بانتظام خلال الايام العادية بمعدل زمني لا يزيد على دقائق معدودة بين اشغال سبجارة وأخرى حتى يتم الاحتفاظ بمستوى معين من مادة النيكوتين التي تم تصنيقها ضمن مواد الامسان، لذا فإن قدوم شهر الصيام والاضطرار الى الامتناع عن التدخين على مدى ساعات النهار هو فرصة للمدخنين الراغبين في الاقلاع لاتخاذ قرار التوقف نهائيا عن التدخين، ونلاحظ ان نسبة نجاح الاقلاع عن التدخين في شهر رمضان اكبر من النسبة المعتادة في الاوقات الأخرى والتي لا تزيد على 20٪، بمعنى ان كل 10 من المدخنين يبدأون في الاقلاع بنجاح فقط منهم ويعود الى التدخين 8 مرة أخرى، وبالنسبة للامدان وهو احدى المشكلات المستعصية التي تواجه الأطباء النفسيين فإن تحقيق نتائج ايجابية في علاج هذه الحالات يمكن ان تزيد فرصته مع صيام رمضان، فالصيام تقوية للإرادة المتدبنة لدى المدمنين وقبولهم تحدي الامتناع عن الطعام والشراب خلال نهار رمضان يساهم في تقوية إرادتهم ومقاومتهم لإلحاح تعاطي مواد الامدان المختلفة، فهو فرصة كبيرة للخروج من مأزق الامدان لمن لديه الدافع المرضي بالصيام في رمضان

الخاص الذي يميز هذا الشهر من المشاركة العامة بين المسلمين في تنظيم اوقاتهم خلال اليوم بين العبادة والعمل في فترات محددة، وتخصيص اوقات موحدة يجتمعون فيها للافطار، وهذه المشاركة في حد ذاتها لها اثر ايجابي من الناحية النفسية على المرضى النفسيين الذين يعانون من العزلة ويشعرون بأن صابتهم بالاضطراب النفسي قد وضعت حاجزا بينهم وبين المحيطين بهم في الأسرة والمجتمع، وشهر رمضان بما يتضمنه من نظام شامل يلقي بظلاله على الجميع حين يصومون خلال النهار، وتتميز سلوكياتهم عموما بالالتزام بالعبادات ومحاولات التقرب الى الله، وتحم مظاهر التراحم بين الناس مما يعيد على الهدوء النفسي والخروج من دائرة الهموم النفسية المعتادة التي تمثل معاناة للمرضى النفسيين فيسهم هذا التغيير الايجابي في حدوث تحسن في حياتهم النفسية.

يمنح الصبر

واكد د.ايل ان للصوم آثارا ايجابية في تقوية الإرادة التي تعتبر نقطة ضعف في كل مرضى النفس، كما ان الصوم هو تقرب الى الله يمنح املا في فنان تحقيق نتائج ايجابية في علاج هذه الحالات يمكن ان تزيد فرصته مع صيام رمضان، فالصيام تقوية للإرادة المتدبنة لدى المدمنين وقبولهم تحدي الامتناع عن الطعام والشراب خلال نهار رمضان يساهم في تقوية إرادتهم ومقاومتهم لإلحاح تعاطي مواد الامدان المختلفة، فهو فرصة كبيرة للخروج من مأزق الامدان لمن لديه الدافع المرضي بالصيام في رمضان



د.خضر البارون



د.كاظم ايل



الداعية عبدالحميد البلاي

الصالحين، وهذا يعطيني دفعة قوية بالثبات والاستمرار على طريق الايمان، حيث ان المدمن يشعر دائما باحتقار الناس له، وينذهم له في كل محفل. وأضاف البلاي: هذه بعض المشاعر الحقيقية التي ينقلها احد التائبين من المخدرات وهو شعور واقعي لا يمكن ان ترقى النظريات والدراسات لمثل الواقع المرئي. وان شعور المدمن انه استطاع مقاومة الرغبات منذ الفجر الى ساعة الغروب يعطيه دفعا قويا بإمكانية الاقلاع ويفضح امامه الأعيب ايليس بعدم القدرة على ترك المخدر.

وصدق رسول الله ﷺ عندما قال في الحديث الصحيح: «للصائم فرحتان فرحة عند فطره، وفرحة عند لقاء ربه» رواه مسلم عن أبي هريرة.

أثر ايجابي

ويوضح الاخصائي النفسي د.كاظم ايل اهم ما يميز شهر رمضان عن بقية الأشهر، فيقول: ان الصيام الذي يعني الامتناع عن تناول الطعام والشراب لهذه الاسباب فإبنا في ممارسة الطب النفسي ننصح جميع المرضى بالصيام في رمضان

قدي، كما أشعر بصفاء الرؤية عند الصوم وأيضا تتخفف نسبة الكوليسترول في دمي وينخفض وزني وأشعر بالخفة، كما أشعر بثقة زائدة في نفسي عندما أصوم، وعادة في الايام العادية أتصاب بسرعة وتزداد حساسيتي لسكل توصية او نصيحة أو أي أمر من الآخرين ولكنني بالصوم أشعر بقوة كبيرة ولا أتأثر بالمضايقات. ومازال البلاي يسرد لنا اعترافات مدمن صام رمضان فيقول: وما دمت ان صائما لا أشعر بأي نوع من الكآبة والضيقة والتي عادة ما تصاحب المدمن المقلع لمدة طويلة من الزمن قد تمتد الى سنة أو اكثر بعد اقلعه، وسبب ذلك انني أشعر انني مع الله سبحانه وتعالى. كما أصبحت لدي أفضل الله ثم الصيام سيطرة قوية على سلبياتي وأهملها التدخين، حيث استطعت التدرج الى ان توقفت تماما.

القوة والثبات

وزاد: وعندما أصوم يزداد تقديري واحترام المقربين لي وأشعر بهم بعاملونني وكأنتي من

يرى المتخصصون والعلماء ان قدوم شهر رمضان فرصة جيدة وموسم مهم يساعدنا في مواجهة كثير من المشكلات النفسية وعلاج الإدمان والاكتئاب حول هذه القضية، نتعرف على آراء أهل العلم.

العلاج الإيماني

يقول رئيس جمعية بشائر الخير لمعالجة الإدمان الداعية عبدالحميد البلاي: حين يصوم المدمن او تارك المخدرات الجديد، فإنه يشعر بقدرته على الصمود والتحصي لمحاولات الشيطان، ثم يشعر بالقوة والقدرة على ترك المخدر، ويقنعه الصوم بالإمكانية العملية لتترك المخدرات، وبلسدة النصر على وساوس الشيطان. وأشار البلاي الى ان لجنة بشائر الخير اعتمدت وسائل متعددة للعلاج بالطريقة الايمانية، ويشكل أداء الفرائض والنوافل اهم هذه الوسائل، حيث تلاحظ تأثير الصيام الكبير في تعديل سلوك المدمنين، وكثير من المدمنين يزداد ثباتهم مع طريق الايمان بعد شهر رمضان، وبسبب تأثير الصيام كعبادة للمدمنين في ثباتهم على الاقلاع، فإن البعض منهم يصوم الاثني عشر والخميس بعد فترة من التعاطي تتجاوزت 20 عاما.

اعترافات مدمن نائب

وقال البلاي: سألت احد هؤلاء عن الفوائد التي يشعير بها عند صومه فقال لي: ان هناك الكثير جدا من هذه الفوائد، وانكر منها ان نسبة السكر تتخفف في دمي عندما أصوم وتختفي الأعراض المصاحبة لارتقاعه مثل الحذر والتتمل في اصابع

فتاوى

د.عجيل النشمي



صيام يوم الشك

هل يجوز صيام يوم الشك؟

نحن نعمل في سلك الإطفاء نظام نوبات 24 ساعة، عملنا هذا هل يعتبر بمثابة جهاد في سبيل الله؟  
● لا يجوز صيام يوم الشك لثبتي النبي ﷺ عن صيامه. العمل في سلك الإطفاء لا تتوافر فيه شروط الجهاد في سبيل الله ما لم تكن في ظروف الحرب، أعادنا الله وإياكم منها، ولكن لكم أجر العمل إذا أخلصتم فيه النية وأديتموه على وجهه، خاصة أن عملكم فيه إنقاذ للناس من الحرائق وما تجره من نكبات.

أنواع صوم التطوع

ما أنواع صوم التطوع على مدار السنة؟

- أنواع صوم التطوع عديدة نذكرها فيما يلي:
- صوم ستة أيام من شوال: لقول النبي ﷺ «من صام رمضان ثم أتبعه ستا من شوال فكأنما صام الدهر».
- الصوم في الأشهر الحرم: وهي ذو القعدة وذو الحجة والمحرم وربيع.
- صوم يوم عرفة: وهو اليوم التاسع من ذي الحجة، وصومه لغير الواقفين بعرفة من الحجاج، لما ورد عن النبي ﷺ «صوم يوم عرفة يكفر سنتين ماضية ومستقبلة» أخرجه أحمد والنسائي وغيرهما وفي حديث آخر قال ﷺ «من صام يوم عرفة غفر له سنتين متتابعين» أخرجه الطبراني في الكبير.
- صوم عشرة أيام من ذي الحجة: لغير الحاج لما ورد عن النبي ﷺ «ما من أيام العمل الصالح فيها أحب إلى الله عز وجل من هذه الأيام يعني أيام العشر» قالوا: يا رسول الله ولا الجهاد في سبيل الله؟ قال: ولا الجهاد في سبيل الله إلا رجل خرج بنفسه وما له ثم لم يرجع من ذلك بشيء» أخرجه البخاري وأحمد والترمذي.
- صوم شهر المحرم: لقول النبي ﷺ «أفضل الصيام بعد شهر رمضان شهر الله المحرم» أخرجه مسلم وأحمد وغيرهما.
- صوم تاسوعاء وعاشوراء: لما ورد من قول النبي ﷺ «صوم عاشوراء يكفر ستة ماضية» وقوله عليه الصلاة والسلام «صوموا يوم عاشوراء وخالفوا اليهود، وصوموا قبله يوما أو بعده يوما» أخرجه أحمد والبيهقي، وقال ﷺ «لئن بقيت إلى قابل لأصومن اليوم التاسع».
- صوم يومي الاثنين والخميس لحديث عائشة ﷺ قالت: «كان النبي ﷺ يتحرى صيام الاثنين والخميس» أخرجه أحمد والترمذي وغيرهما.

ما الجوف عند الفقهاء؟

يردد الفقهاء كثيرا ما يفطر بأنه ما دخل الجوف، فما هو الجوف، وكيف نضبطه؟

- اختلف الفقهاء في معنى الجوف، وتكلموا عنه عند كلامهم عن الجائفة، وهي جرح يصل إلى الجوف. فالملكية يرون أن الجوف هو البطن والظهر. وعند الحنفية ما بين اللبنة (أسفل العنق وأول الصدر) والعبانة، ولا تكون الجائفة في العنق والحلق والفخذ والرجل، وهي تختص بجوف البطن أو جوف الرأس. وعند الشافعية الجائفة جرح ينفذ لجوف باطن محيل للغذاء أو الدواء (أي الجهاز الهضمي)، أو طريق للمحبل، كبطن وصدور وتغر وجنبين. وعند الحنابلة: الجائفة ما وصل إلى جوف العضو، وظهر وصدور وورك وساق وعضد مما له جوف.
- وجاء في القاموس: «الجوف: هو من ثغر النحر إلى المثانة»، وفي الحديث: «لا تنسوا الجوف وما وعى» أي ما يدخل إليه من الطعام والشراب ويجتمع فيه.
- وأوضح ما قيل في الجوف: قول د.محمد في البار: الجهاز الهضمي من أوله إلى آخره أنبوب مجوف، إلا أنه يضيق في مواضع مثل المريء، ويتسع في مواضع مثل المعدة. وهو على حقيقة الجوف المقصود في الصيام، إذ هو موضع الطعام والشراب، وكل ما يدخل إلى الجهاز الهضمي متجاوزا الغم والبليوم يكون سببا للإفطار ومسدا للصيام، من أوله إلى هناك قناة ما بين العين والأنف، فإذا وضع الإنسان قطرة في عينه فإنها تصل إلى الأنف، ومن الأنف قد تصل إلى البلعوم، ولذا اعتبرها كثير من الفقهاء مسببة للإفطار، وأما الأذن فإن وضع أي سائل في الأذن الخارجية لا تصل إلى الأذن الوسطى (التي تصل إلى البلعوم، وتعرف بالقناة البلعومية السمعية)، وبالتالي فالسائل لا تصل إلى القناة السمعية البلعومية، إلا إذا كانت طبلة الأذن مخروقة.

«قذيفة الحسنات»

مدفع الإفطار

ليس مستغربا ان يطلق الكثيرون على مدفع رمضان اسم «قذيفة الخير» فهو القذيفة الوحيدة التي يتفائل الناس بها ويتناولون إفطارهم على وقها. يتوافد على قصر نايف في العاصمة الكويت على مدى ايام شهر رمضان المبارك جمهور من الكبار والصغار لمشاهدة لحظة انطلاق مدفع الإفطار في تقليد توارثته الاجيال منذ عهد الشيخ مبارك الصباح «الكبير» الحاكم السابع للكويت. وحول تاريخ استخدام مدفع الإفطار في الكويت، يذكر الفلكي والمؤرخ عادل السعدون في كتابه «موسوعة الأوائل الكويتية» ان علي بن عقاب بن علي الخزرجي هو اول من قام بإطلاق مدفع رمضان في الكويت وقد تعلم رماية المدفع من العثمانيين. وأوضح السعدون انه في عهد الشيخ مبارك الصباح عهد الي بن عقاب إطلاق المدفع وقتي الفطور والسحور حيث كان يطلق طلقتين في كل وقت ثم أصبحت طلقة واحدة في عهد الشيخ أحمد الجابر الصباح وفي المناسبات كالعيد تطلق 7 طلقات وعند زيارة الحكام والضيوف الكبار



المهتدون

الأميركي محمد يوسف: مع الإسلام شعرت بآدميتي

وتناقشت معه حول بعض الشبهات التي كانت تثار حول الإسلام، وهناك نطقت بالشهادتين، وتعلمت بعض امور ديني بعد ان غيرت اسمي من «بيتر» الى «بلال» ومن وقتها شعرت بأنني اولد من جديد، كل شيء تغير في حياتي الاحترام، الاتزان، الصدق، النظام، الرحمة، الحب، كل ذلك واكثر وجدته في الإسلام. اشعر براحة وسكينة خاصة عند ادائي صلاة الفجر في المسجد، أصبحت الآن عاشق كل شيء بعد ان استرددت آدميتي في كنف الإسلام. لم ابل بكل الصعوبات التي واجهتني بعد اعتناقي للإسلام خاصة من أهلي، ولكنني اخترت الطريق الصحيح، فلن ينفعني احد يوم القيامة، (لكم دينكم ولي دين)، اتمنى ان اصبح داعية للإسلام لارشده كل الناس وادعواهم ان يقرأوا كثيرا عن هذا الدين العظيم، ولا يكتفوا بما تروجه بعض وسائل الاعلام الغربية ضد الإسلام.



الأميركي محمد يوسف متحددا للزميلة ليلى الشافعي

يقول محمد يوسف الأميركي بعد اسلامه: عملت مع جنود الجيش الأميركي في تحرير الكويت ورايت كيف يعيش هذا البلد الطيب في حب ومؤاخاة وتردد الأذان على سمعي فهزني بقوة فقد كانت الحياة غير الحياة التي كنت اتمنى ان أعيشها لم اشعر يوما اني انسان مخلوق للعبادة والعمل معا، كل شيء كان كنييا امامي حتى صلاتي كنت اضليها لاكثر من ايله، ومرة واحدة كل اسبوع كما حال كل المسلمين. كان لي اصدقاء مسلمون في اميركا ولكنني لم اهتم بالديانة الاسلامية وعندما جئت الى الكويت فهمت ان الإسلام دين يحترم العقل ويدعو الى التبرير والتفكير ويرفض الغموض كما هو الحال في الكنيسة التي تعتبر النقاش كفرا وخروجا عن اللاهوتية، شسينا فشيئا وجدت نفسي اتعلق بالإسلام وكان شيئا ما كان يسيطر على كل كياني فتهت له جوانحي فشعرت برغبة صادقة في اعتناق هذا الدين العظيم وذهبت مرات ومرات الى لجنة التعريف بالإسلام وكانت لي النجاة فقد هيا الله تعالى لي من الاسباب ان آتي الى الكويت ولفت نظري لمصقات ونشترات لجنة التعريف بالإسلام. اسرعت البلاي وجلست مع الداعية المتحدث بلغتي

تراكم الكفارات

ما حكم من كان عليه كفارة من رمضان، وحال عليه الحول مرة ثانية، وأصبحت عليه كفارتان، وحال الحول مرة ثالثة، وأصبحت عليه ثلاث كفارات؟  
● جمهور الفقهاء قالوا بوجود الكفارات، وبعد ما حدث، ولا تكفي كفارة واحدة على الجميع، وهذا هو القول الراجح، لأن كل يوم من ايام رمضان يعتبر عبادة مستقلة، فإذا فسد يوم منه بسبب الجماع، فسد اليوم الذي خصه الفعل، وهكذا. وذهب بعض الفقهاء، إلى أن كفارة واحدة تكفي، محتجين بأن الفعل تكرر قبل ان يكفر عنه صاحبه، وسبب هذا الفعل واحد، فتتداخل كفارته ويكفيه كفارة واحدة.

لم يسمع الأذان

ما حكم الشخص الذي لم يسمع الأذان الثاني وظل مستمرا في تناول سحوره حتى سمع إقامة الصلاة هل يبطل صومه، وما الحكم إذا أظفر وهو يظن أن المغرب قد آن وهو لم يؤذن بعد؟  
● يبطل الصوم في هذا الحال ولا عبرة بظنه عدم دخول وقت الفجر، وعليه أن يقضي هذا اليوم، ومثل ذلك لو أظفر قبل غروب الشمس ظانا أنها قد غربت، فإنه يبطل صومه وعليه قضاء هذا اليوم.