

قال ﷺ: إنكم رمضان شهر بركة يغشاكم الله فيه فينزل الرحمة ويحط الخطايا ويستجيب فيه الدعاء. فينظر الله الي ننافسكم فيه ويباهي بكم ملائكته. فأروا الله من أنفسكم خيرا. فإن النشي من حرم من رحمة الله عز وجل. فوَقْنَا فِي رَمَضَانَ أَمِنَ الْأَوْقَاتِ وَأَنْفُسَهَا. وكل منا يقضي هذا الشهر الفضيل بطريقته، فكيف تقضي يومك في رمضان وماذا تقدم فيه؟.. حلقات يومية نتعرف خلالها على كيفية قضاء الشهر.

رمضان  
في حياتهم



## الداعية عبد الرحمن السماوي: أيقظوني لصلاة القيام ولكنني أقمت صلاة الفجر



فخبل الي انها صلاة الفجر فتقدمت وامسكت الميكروفون واقمت الصلاة حتى اعلموني انها صلاة القيام. والله المستعان.

صلاة القيام اخبروني وقالوا تصلي في هذه الليلة فاستعددت لكنني غفوت ونمت في الصلاة ثم جاءوا وايقظوني وقت صلاة القيام فقامت سريعا وتوضأت فحُتت والناس في الصفوف

يقول الامام والخطيب بوزارة الاوقاف والشؤون الاسلامية الشيخ عبدالرحمن السماوي: رمضان يعني لي الخير كله فهو كله خير نهاره وليله وساعاته ودقائقه، فهذا الشهر اختصه الله تعالى من بين الاشهر لما فيه من الفضائل والهيئات والرحمات. انه شهر القرآن فينبغي الا اضيع فيه دقيقة واحدة من غير طاعة وقربة الى الله، استغلته في عمل الخير والعبادات حتى اتقرب الى الله اكثر، فهو بمثابة محطة ايمانية اتزود فيه من الخير والطاعات، وهو فرصة للتغيير الى الافضل وهو يعين على تربية النفس وتركيتها، فهو يعني لي كل شيء من التقرب الى الله واصلاح النفس، واستغلال الوقت خاصة الاجر والحسنات فيه مضاعفة فهو شهر كريم، قاله نسال ان يجعلنا فيه من المقبولين.

مدعي الصيام

الإنسان يمر في مواقف في طفولته وشبابه، فمرحلة الطفولة كلها مواقف براءة، اذكر انه لما كنا صغارا كان احدنا اذا اراد ان ياكل في نهار رمضان وهو يدعي الصيام يقول اغمض عينيك واشرب فانت اذا لم تر الماء وشربت وانت مغمض العينين فلا زلت صائما.

غفوت رغم عني

اما في شبابي فأتذكر اول صلاة صليتها في



### بنات رسول الله ﷺ

## الزوجة الوفية زينب رضي الله عنها بكاها النبي بكاءً شديداً عند موتها

وبناتها رضي الله عنهم فاسلمت زينب مع أمها وأخواتها رقية، وأم كلثوم، وفاطمة بينما ظل أبو العاص بن الربيع علي (دين قريش) وعرضت عليه قريش أن يزوجه ما شاء من نساء قريش إلا أنه رفض ولبى أن يطلق زوجته خديجة رضي الله عنها فادلتها حين تزوجت، وهي توصيها برعاية زوجها وبيتها، وكانت خديجة قوة لها ولأخواتها وبعد نزول الوحي على رسول الله ﷺ بالرسالة الخاتمة، كان أول من آمن به أهل بيته ﷺ خديجة

رسول الله ﷺ يعزها ويكرمها لأنها أخت خديجة رضي الله عنها، تزوجت زينب من أبي العاص بن الربيع وهو من رجالات مكة المعدودين مالا وأمانة وتجارة - وذلك قبل النبوة - وقد أهدتها أمها خديجة رضي الله عنها فادلتها حين تزوجت، وهي توصيها برعاية زوجها وبيتها، وكانت خديجة قوة لها ولأخواتها وبعد نزول الوحي على رسول الله ﷺ بالرسالة الخاتمة، كان أول من آمن به أهل بيته ﷺ خديجة

خديجة رضي الله عنها. شبت زينب رضي الله عنها في بيت النبوة في سعادة غامرة بين محمد ﷺ وأبيها وأمها خديجة رضي الله عنها حيث كانا في حب ووثام يظلان أبناءهما بأجنحة الرحمة والرفقة والحنان، كانت زينب كبرى أخواتها وقد تلقت من أمها وصايا في حب ورعاية بيتها حين خطبها ابن خالتها أبو العاص بن الربيع زينة شباب قريش من أمها، وخالتها هي: هالة بنت خويلد بن أسد، وكان

هي زينب بنت محمد بن عبدالله بن عبدالمطلب بن هاشم بن مناف بن قصي الهاشمي القرشي ابنة رسول الله ﷺ سيد الخلق أجمعين وإمام الأنبياء وخاتمهم، وأمها: خديجة بنت خويلد بن أسد بن عبدالعزى بن قصي بن كلاب القرشية، أم المؤمنين من اشراف قريش رضي الله عنها. ولدت زينب في سنة ثلاثين من عمر رسول الله ﷺ، وهي كبرى بناته ﷺ وقد ولدت في مكة المكرمة في بيته مع أم المؤمنين

### وصايا نبوية

## عسل النحل

يلعب العسل دورا اساسيا في نمو الاسنان وحماتها، ويلعب العسل دورا مهما في الوقاية من كثير من الامراض المختلفة، وقد أثبت الطب الحديث ان للعسل دورا مهما في علاج:

اضطرابات الجهاز الهضمي، وثبت ان للعسل تأثيرا قويا لمرضى الكبد واستعمال العسل في علاج امراض الجهاز الهضمي.

ولقد ثبت فائدة العسل تماما اذا كان مرض البول السكري لا يرجع الى انعدام الانسولين تماما وإنما يرجع الى صعوبة تنبيه الخلايا التي تفرزه في الدم، كما ان العسل يشبه المضادات الحيوية اذ له القدرة على ابادة الكثير من الميكروبات والفيروسات والفطريات.

كان النبي ﷺ حينما يستيقظ من نومه وبعد فراغه من الصلاة وذكر الله عز وجل يتناول كوبا من الماء مذابا فيه ملعقة من عسل النحل ويذيقها اذابة جيدة، لانه ثبت علميا ان الماء يكتسب خواص المادة المذابة فيه بمعنى ان جزيئات الماء تترتب حسب جزيئات العسل فكانت تشرب كوبا من العسل، ومن فوائد العسل: انه مادة غذائية عالية القيمة يمتص بسرعة داخل الجهاز اللمفاوي ليصل الى الدم، يقوم العسل بتعويض السكريات المستهلكة بسبب المجهود الجسماني او الذهني الذي يبذله الشخص.

ثبت ان العسل يعمل على تقوية القلب. للعسل دور فعال في تنظيم ضغط الدم وزيادة نسبة الهيموجلوبين في الدم.

### مساجد الرحمن



## مسجد الزلفة

من روائع العمارة الاسلامية مسجد الزلفة في سلطنة عمان الذي يتميز بقبابه الكثيرة والرائحة والاروقة تطل على روضه مساحة خضراء ممتدة.