

مختصون أكدوا أنه يقضي على سموم البدن ويظهر الروح من أدران الذنوب

الصيام علاج للأمراض العضوية وغير العضوية



أكد مختصون أن كثرة فوائد الصيام تجعلنا ندرك أن القرآن عندما جعل الصيام فرضاً واجباً على المسلم إنما سبق أطباء العصر الحديث في دعوتهم اليوم إلى هذا الصيام بعدما راوا النتائج المبهرة التي يقدّمها هذا السلاح العجيب للإنسان في مواجهة الكثير من الأمراض.

يقول تعالى: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» [البقرة: 183]. والله تعالى لا يكتب شيئاً على عباده إلا إذا كان فيه مصلحة ومنفعة لهم، ولذلك قد عُرف الصيام منذ آلاف السنين قبل الإسلام عند معظم شعوب العالم، وكان دائماً الوسيلة الطبيعية للشفاء من الكثير من الأمراض، وأن الصوم هو الطريق الطبيعي للشفاء من الأمراض!

اكتسب مزيداً من الطاقة بالصيام

يؤكد الباحثون اليوم أن مستوى الطاقة عند الصائم يرتفع للحدود القصوى! فعندما تصوم أخى المؤمن فإن تغيرات كثيرة تحصل داخل جسدك من دون أن تشعر، فهناك قيود كثيرة تفرض على الشياطين، فلا تقدر على الوسوسة والتأثير عليك كما في الأيام العادية، وهذا ما يرفع من مستوى الطاقة لديك لأنك قد تخلصت من مصدر للتوتر وتبديد الطاقة الغفالة سببه الشيطان.

إن أكثر من عُشر طاقة الجسم تُستهلك في عمليات مضغ وهضم الأطعمة والأشربة التي نتناولها، وهذه الكمّية من الطاقة تزداد مع زيادة الكمّيات المستهلكة من الطعام والشراب، في حالة الصيام سيتم توفير هذه الطاقة طبعاً ويشعر الإنسان بالارتياح والرشاقة، وسيتم استخدام هذه الطاقة في عمليات إزالة السموم من الجسم وتطهيره من الفضلات السامة. إن للجسم مستويات محددة من الطاقة بشكل دائم، فعندما توفر جزءاً كبيراً من الطاقة بسبب الصيام والإمتناع عن الطعام والشراب، وتوفر قسماً آخر بسبب النقاء والخشوع الذي يخيم عليك بسبب هذا الشهر الفضيل، وتوفر طاقة كبيرة بسبب الإسترخاء الكبير بسبب التأثير النفسي للصيام، فإن هذا يعني أن الطاقة الفعالة لديك ستكون في قمتها أثناء الصيام، وتستطيع أن تحفظ القرآن بما يسهولة أكبر، أو تستطيع أن تترك عادة سيئة مثلاً لأن الطاقة المتوفرة لديك تؤمن لك الإرادة الكافية لذلك.

علاج السموم بالصيام

إن الدواء لكثير من الأمراض موجود في داخل كل منا، فجميع الأطباء يؤكدون اليوم أن الصوم ضرورة حيوية لكل إنسان حتى ولو كان يبدو صحيح الجسم، فالسموم التي تتراكم خلال حياة الإنسان لا يمكن إزالتها إلا بالصيام والإمتناع عن الطعام والشراب. يدخل إلى جسم كل واحد منا في فترة حياته من الماء الذي يشربه فقط أكثر من مئتي كيلو غرام من المعادن والمواد السامة!! وكل واحد منا يستهلك في الهواء الذي يستنشقه عدة كيلو غرامات من المواد السامة والملوثة مثل أكاسيد الكربون والرواص والكبريت.

قتال معي كم يستهلك الإنسان من معادن لا يستطيع الجسم أن يمتصها أو يستفيد منها، بل هي عبء ثقيل تجعل الإنسان يحس بالوهن والضعف وحتى الاضطراب في التفكير، بمعنى آخر هذه السموم تنعكس سلباً على جسده ونفسه، وقد تكون هي السبب الخفي الذي لا يراه الطبيب لكثير من الأمراض المزمنة، ولكن ما هو الحل؟

إن الحل الأمثل لاستئصال هذه المواد المتركمة في خلايا الجسم هو استخدام سلاح الصوم الذي يقوم بصيانة وتنظيف هذه الخلايا بشكل فعال، وإن أفضل أنواع الصوم ما كان منتظماً. ونحن عندما نصوم لله شهراً في كل عام إنما نتبع نظاماً ميكانيكياً جيداً لتصريف مختلف أنواع السموم من أجسادنا.

عالج ضغوطك النفسية بالصيام

للصيام قدرة فائقة على علاج الاضطرابات النفسية القوية مثل القصور!! حيث يقدم الصوم للدماغ وخلايا المخ استراحة جيدة، وبفس الوقت يقوم بتطهير خلايا الجسم من السموم، وهذا ينعكس إيجابياً على استقرار

الوضع النفسي لدى الصائم.

حتى إننا نجد أن كثيراً من علماء النفس يعالجون مرضاهم النفسيين بالصيام فقط وقد حصلوا على نتائج مبهرة وناجحة! ولذلك يعتبر الصوم هو الدواء الناجع لكثير من الأمراض النفسية المزمنة مثل مرض القصور والاكتئاب والقلق والإحباط.

إن الصيام يحسن قدرتنا على تحمل الإجهادات وعلى مواجهة المصاعب الحياتية، بالإضافة للقدرة على مواجهة الإحباط المتكرر. وما أحوجا في هذا العصر المليء بالإحباط أن نجد العلاج الفعال لمواجهة هذا الخطر! كما أن الصوم يحسن النوم ويهئ الحالة النفسية. قلدي البدء بالصوم يبدأ الدم بطرح الفضلات السامة منه أي يصبح أكثر نقاء، وعندما يذهب هذا الدم للدماغ يقوم بتنظيفه أيضاً فيكون لدينا دماغ أكثر قدرة على التفكير والتحمل، بكلمة أخرى أكثر استقراراً للوضع النفسي.

عالج الوزن الزائد بالصيام

حالما يبدأ الإنسان بالصيام تبدأ الخلايا الضعيفة والمريضة أو المتضررة في الجسم لتكون غذاء لهذه الجسم حسب قاعدة: الأضعف سيكون غذاء للأقوى، وسوف يمارس الجسم عملية الهضم الآلي للمواد المخزنة على شكل شحوم ضارة، وسوف يبدأ بإبتلاع النفايات السامة والأنسجة المتضررة ويزيل هذه السموم. ويؤكد الباحثون أن هذه العملية تكون في أعلى مستوياتها في حالة الصيام الكامل، أي الصيام عن الطعام والشراب، وبكلمة أخرى الصيام الإسلامي، فتأمل عظمة الصيام الذي فرضه الله علينا والفائدة التي يقدمها لنا.

عالج الشهوة الجنسية بالصيام

إن إنتاج الهرمون الجنسي يكاد يكون معدوماً أثناء الصوم، ولذلك نجد أن للصيام تأثيراً كبيراً على استقرار الحالة الجنسية وتجنب الهيجان الذي يسببه امتلاء المعدة وقلة الخشوع، وإذا علمنا بأن الصوم يؤثر إيجابياً على استقرار الحالة النفسية وعلمنا بأن الحالة الجنسية تابعة بشكل كبير للحالة النفسية، فإن الصوم يعني استقرار الحالة الجنسية وتخفيض أثرها للحدود الدنيا.

عالج شيخوختك بالصيام

أظهرت الدراسات والتجارب أن ممارسة الصيام على الحيوانات يضاعف من فترة بقائها أو حياتها! ونجد كذلك المئات من الكتب الصادرة حول الصيام وهي مؤلفين غير مسلمين، وجميعهم يؤكدون علاقة الصيام بالعمر المديد، ويؤكد كثير من العلماء أن الصوم هو أفضل طريقة للسيطرة على جسم

صحيح ومعافى. وهذا بالنسبة لصيامهم وهو على عصير الفواكه فقط ولا يتميز بأي روحانية أو خشوع أو إحساس بمتعة الصيام كما في البلدان الإسلامية.

إن التنظيف المستمر للخلايا باستخدام الصيام يؤدي إلى إطالة عمر هذه الخلايا وبالتالي تأخر الشيخوخة لدى من ينتظم في الصيام. حتى إن حاجة الجسم من البروتين تخف خلال الصيام إلى الخمس! وهذا ما يعطي قدراً من الراحة للخلايا، حتى إن الصائم هو وسيلة لتجديد خلايا الجسم بشكل آمن وصحيح. فإذا كان هذا تأثير الصيام غير الإسلامي، فكيف بتأثير الصيام الإسلامي؟

عالج التدخين بالصيام

يساعد الصوم على ترك التدخين! فهو يعمل في جسم الإنسان مثل السلاح الخفي الذي لا يرى، فيطرد المواد السامة مثل النيكوتين، وفي نفس الوقت ينظف الدم فتتخفص الشهوة للدخان بسرعة مذهلة.

عالج أمراض المفاصل بالصيام

من الأشياء الغريبة في الصوم أنه يساعد على شفاء آلام الظهر والعمود الفقري والرقبة، وكذلك يعالج الصوم الكثير من حالات الوهن العام والالتهابات بأنواعها.

عالج أمراض الجهاز الهضمي بالصيام

كم هو عدد الأشخاص المصابين بالإمساك المزمن وقد تناولوا الكثير من الأدوية دون أية فائدة، ليتهم يجربون الصوم وسيجدون التحسن السريع لحالتهم بإذن الله تعالى. وكذلك الأمراض المزمنة للجهاز الهضمي يمكن أن يجودا في الصيام حلاً مؤكداً لشفائهما. وكذلك التهاب القولون والتهاب الأمعاء المزمن. ونجد الباحثين يؤكدون أن 85 في المئة من الأمراض تبدأ في القولون غير التنظيف والدمل الملوث.

عالج ضغط الدم العالي

هنالك حالات كثيرة من الإصابة بضغط الدم المرتفع والمزمن حيث لا يعطي الدواء الكيميائي إلا نتائج محدودة، وهذا المرض يعالجه الصيام بشكل جيد.

عالج مرض السكر

فإن الصوم لا يضُرهم، بل يساعدهم على الشفاء. وقد يكون السبب الرئيسي في ذلك هو أن الصائم يتمتع بنفسية جيدة وحالة مستقرة تخيب فيها الانفعالات والاضطرابات، وتخيم عليه السكينة والطمأنينة، وهذا ما ينظم عمل أجهزة الجسم ويجعلها أكثر قدرة وكفاءة في

علاج السكر وتنظيم مستوياته.

عالج الربو بالصيام

الصوم وسيلة جيدة لعلاج الربو وأمراض الجهاز التنفسي. وكثير من الأمراض المزمنة للجهاز التنفسي تزول بمجرد المداومة على الصيام، فسيحان الله!

عالج قلقك بالصيام

والصوم يعالج الأمراض القلبية وتصلب الشرايين. وإنني أعرف شخصاً منذ عشر سنوات وقد أدّله الأطباء ضرورة إجراء عملية للقلب بسبب انسداد قسَم كبير من الشرايين والأوعية، وأكدوا له جميعاً أن حالته في خطر شديد إذا لم يجر هذه العملية ولكنه لم يفعل أي شيء سوى أنه يصوم شهرين قبل رمضان وشهراً بعده، والعجيب أنه يتمتع بصحة جيدة مع العلم أن عمره فوق السبعين.

عالج الكبد بالصيام

أمراض الكبد مهما كان نوعها فقد أثبتت الصوم قدرته على علاجها بدون آثار سلبية.

عالج أمراض الجلد بالصيام

يعالج الصيام أمراض الجلد وبشكل خاص الحساسية والأكزيما المزمنة. ويحدث ذلك بسبب ارتفاع مناعة الجسم أثناء الصوم.

عالج الحصيات بالصيام

يفيد الصوم في الوقاية من مرض الحصى الكلوية. وكذلك الحصيات بأنواعها، وأعود فأتحدث عن الشخص السابق مريض القلب، فقد كان يعاني من وجود حصوة كبيرة في المثانة، ولكن الأطباء لم يستطيعوا إجراء أي عملية له بسبب أن قلبه لا يتحمل التخدير، إلا على مسؤوليته. ولكنه رفض العملية الجراحية أيضاً وقرر أن يصوم فإذا به بعد عدة أشهر لم يعد يشكو من أي شيء، وهذه معلومات مؤكدة ويؤكدها جميع الباحثين اليوم.

عالج السرطان بالصيام

إن الصيام ينفع في علاج الأمراض الخبيثة مثل السرطان. كما أن الصوم يعتبر السلاح رقم واحد في الطب الوقائي.

وأخيراً

عسى أن نستيقن بأن الإسلام لم يأت بشيء إلا وفيه مصلحة ومنفعة لنا، ولم ينهنا عن شيء إلا وفيه ضرر وشر لنا، ولذلك ينبغي أن ندرك ونأمل وتندبر قول الحق عز وجل: «وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ» [البقرة: 184].

وقفات رمضانية

من فتاوى الشيخ محمد صالح

العثيمين (رحمه الله)

عدد ركعات القيام

■ هل لقيام رمضان عدد معين من الركعات ام لا؟
— ليس لقيام رمضان عدد معين على سبيل الوجوب، فلو ان الانسان قام الليل كله فلا حرج، ولو قام بعشرين ركعة او خمسين ركعة فلا حرج، ولكن العدد الأفضل ما كان النبي صلى الله عليه وسلم يفعله وهو احدى عشرة ركعة او ثلاثة عشرة ركعة، فان ام المؤمنین عائشة سئلت كيف كان النبي يصلي في رمضان؟ فقالت لا يزيد في رمضان ولا في غيره على احدى عشرة ركعة، ولكن يجب ان تكون هذه الركعات على الوجه المشروع، وينبغي ان يطيل فيها القراءة والركوع والسجود والقيام بعد الركوع والجلوس بين السجدين، خلاف ما يفعله الناس اليوم، يصلبها بسرعة تمنع المأمومين ان يفعلوا ما ينبغي ان يفعلهوا والامامة ولاية، والوالى يجب عليه ان يفعل ما هو الانفع واصح، وكون الامام لا يهتم الا بان يخرج مكررا فهذا خطأ، بل الذي ينبغي ان يفعل ما كان النبي صلى الله عليه وسلم يفعله، من اطالة القيام والركوع والسجود والقعود حسب الوارد، وكثر من الدعاء والقراءة والتسبيح وغير ذلك.

الأكل أو الشرب عند الأذان الثاني للفجر

■ بعض الاشخاص ياكلون والاذان الثاني يؤذن في الفجر لشهر رمضان، فما هي صحة صومهم؟
— اذا كان المؤذن يؤذن على طلوع الفجر بقيتنا فانه يجب الاسماك من حين ان يسمع المؤذن فلا ياكل او يشرب، اما اذا كان يؤذن عند طلوع الفجر فلنا لا يقينا كما هو الواقع في هذه الا زمان فان له ان ياكل او يشرب الى ان ينتهي المؤذن من الاذان.

السفر المباح للقطر

■ ما السفر المباح للقطر؟
— السفر المباح للقطر وقصر الصلاة هو 83 كيلومترا ونصف الكيلومتر تقريبا ومن العلماء من لم يحدد مسافة للسفر بل كل ما هو في عرف الناس سفر فهو سفر، ورسول الله كان اذا سافر ثلاثة فراسخ قصر الصلاة والسفر المحرم ليس مبيحا للقطر والقطر لان ساعة المصيبة لا تناسبه الرخصة، وبعض اهل العلم لا يفرق بين سفر المعصية وسفر الطاعة لعموم الأدلة والعلم عند الله.

خروج الدم من الصائم

■ خروج الدم من الصائم هل يفطر؟
— النزيف الذي يحصل على الاسنان لا يؤثر على الصوم مادام يحترن من ابتلاعه ما امكن، لان خروج الدم بغير ارادة الانسان لا يعد مفطرا ولا يلزم من اصابه ذلك ان يقضي، وكذلك لو رعى انفه واحترن ما يمكنه عن ابتلاعه فانه ليس عليه في شيء ولا يلزمه قضاء.

حكم استعمال الروائح في نهار رمضان

■ ما حكم استعمال الصائم الروائح العطرية في نهار رمضان؟
— لا باس ان يستعملها في نهار رمضان وان يستنشقا الا بخور لا يستنشقه لان له جرما يصل الى المعدة وهو الدخان.

تقبييل الزوجة

■ هل يجوز للصائم ان يقبل زوجته ويذايعها في الفراش وهو في رمضان؟

— نعم يجوز للصائم ان يقبل زوجته ويذايعها وهو صائم، سواء في رمضان او في غير رمضان، ولكنه ان امنى من ذلك فان صومه يفسد، فان كان في نهار رمضان لزمه امساك بقية اليوم ولزمه قضاء ذلك اليوم، وان كان في غير رمضان فقد فسد صومه ولا يلزمه الامساك لكن اذا كان صومه واجبا وجب عليه قضاء ذلك اليوم وان كان صومه تطوعا فلا قضاء عليه.

المقصود ببركة السحور

■ يقول الرسول عليه الصلاة والسلام تسحروا فان في السحور بركة فما المقصود ببركة السحور؟
— بركة السحور المراد بها البركة الشرعية والبركة البدنية، اما البركة الشرعية فمنها امتثال امر الرسول والاقداء به واما البركة البدنية فمنها تغذية البدن وتقويته على الصوم.

قضاء الفوائت من رمضان

■ ما حكم المسلم الذي مضى عليه اشهر من رمضان بعني سنوات عديدة بدون صيام مع اقامة بقية الفرائض وهو بدون عائق عن الصوم ايلزمه القضاء ان تاب؟

— الصحيح أن القضاء لا يلزمه ان تاب لان كل عبادة مؤقتة بوقت اذا تعمد الإنسان تأخيرها عن وقتها بدون عذر فان الله لا يقبلها منه، وعلى هذا فلا فائدة من قضائه ولكن عليه ان يتوب الى الله عز وجل

ويكثر من العمل الصالح ومن تاب تاب الله عليه.