

الورد والريحان

في احكام واداب صيام رمضان

Roses and basil in the rulings and
etiquette of fasting in Ramadan



By: Ahmed Jood Alkhair
— Assisted by Qabas Al-Ani —

الورد والريحان في أحكام وآداب صيام رمضان

قال تعالى:

(شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ)

البقرة: 185.

- لا بد للصائم من نية مستقلة لكل يوم ولا يشترط التلفظ بها ما دامه قد نوى الصيام في قلبه.
- من كان له عذر فعليه كتمان إفطاره فليس من آداب شهر الصوم المجاهرة بالفطر.
- من أصبح مجنبا فصيامه صحيح، ومن أكل أو شرب ناسيا في نهار رمضان فليتم صومه.
- حقن الأنسولين لمرضى السكري غير مفطرة.

تحقيق وحوار: أحمد الحاج جود الخير
ساعد في الترجمة والتصميم: قبس العاني

آداب الصيام ومستحباته

1. الحرص على تناول طعام السحور، وتأخيرته الى الثلث الأخير من الليل، لقول رسول الله ﷺ: "تسحروا فإن في السحور بركة".
2. تعجيل الفطر وذلك بعد التيقن التام من دخول الوقت، لقول رسول الله ﷺ: "لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفطر".
3. إذا حان موعد الإفطار يستحب الفطر على ثلاث رطبات، أو ثلاث تمرات، وشرب الماء ويفضل قبل أن يصلي صلاة المغرب.
4. يستحب ترديد الدعاء المأثور بعد الإفطار: "ذهب الظمأ، وابتل العروق، وثبت الأجر إن شاء الله تعالى"، وأما قبيل الفطر وعنده فيستحب الدعاء بما شاء، ولا سيما من أدعية مأثورة تتضمن خيري الدنيا والآخرة، وفي ذلك قال رسول الله ﷺ: "ثلاث لا ترد دعوتهم: الإمام العادل، والصائم حتى يفطر، ودعوة المظلوم تحمل على الغمام، وتفتح لها أبواب السماء، ويقول الرب عز وجل: وعزتي، لأنصرنك ولو بعد حين".
5. الإكثار من تلاوة القرآن الكريم، والاستماع له والإنصات إليه، وكثرة الدعاء والإستغفار في نهارات رمضان ولياليه، والمحافظة على أذكار الصباح والمساء، والورد اليومي من الأذكار المأثورة عقب الصلوات المكتوبة، ومثلها السنن المؤكدة والراتبة، والمواظبة على صلاتي الضحى صباحا قبل الظهر، والوتر ليلا بعد العشاء، مع الحرص على إخراج الصدقات بكثرة، وبذل الخير وصنائع المعروف، لما ورد في السيرة النبوية العطرة: "كان رسول الله -ﷺ- أجود الناس، وكان أجود ما يكون في رمضان حين يلقاه جبريل، وكان يلقاه في كل ليلة من رمضان فيدارسه القرآن، فلرسول الله ﷺ أجود بالخير من الريح المرسلة".
6. الحرص على أداء صلاة قيام الليل في المسجد جماعة وبما يعرف بصلاة التراويح، كذلك الحرص على أداء صلاة قيام الليل في المسجد في العشر الأواخر من رمضان وبما يعرف بصلاة التهجد، ومثلها سنة الاعتكاف في المسجد لمن يقدر عليها، مع المحافظة على أداء صلاة الجماعة والجمعة في المسجد.

*مكروهات تفسد الصيام أو تقلل أجره

1. يتحتم كف اللسان وتجنب الغيبة والنميمة والثرثرة فيما لا نفع فيه البتة.
2. تجنب الغمز واللمز والهمز والكلام الفاحش والبيذيء.
3. تجنب التكاثر والنوم الكثير وإضاعة الوقت بمناجاة البرامج الترفيهية والمسلسلات المتلفزة وبما بات يعرف خطأ وتجاوزاً بمسلسلات رمضان، وبما لا ينفع الصائم قط، فهذا شهر العطاء والطاعات والتسابق في الأعمال الصالحة وبذل الخيرات، وليس شهر المسلسلات والترفيه والمسابقات.
4. تجنب الغضب وكثرة الإنفعال والتوتر والصدام مع الآخرين.
5. لا بد من غض البصر عن كل ما حرم الله تعالى.
6. لا بد من كف الأذى قولاً وفعلاً وتقريراً.
7. تجنب تذوق الطعام، والمبالغة في استنشاق العطور، كذلك المبالغة في إستنشاق الماء والمضمضة خلال الوضوء.
8. تجنب تناول الأطعمة بشراسة أثناء الفطور والسحور وما بينهما، فهذا مضر صحياً، ومنهك بدنياً، ومنفر مجتمعي، ومناقض لقيم الصيام ورسائله وأهدافه وغاياته النبيلة السامية، وإن كان لا بد وكما جاء في الحديث الحسن: "ما ملأ ابنُ آدم وعاءَ شراً من بطنه، حسبُ ابنِ آدمَ أَكَلَاتُ يُقَمِّنُ صُلْبَهُ، فإن كان لا محالة فثَلُثْ لَطْعَمِهِ وثَلُثْ لَشْرَابِهِ وثَلُثْ لِنَفْسِهِ".

وجماع كل ما تقدم قول رسول ﷺ: "من لم يدع قول الزور والعمل به، فليس لله حاجة بأن يدع طعامه وشرابه"، وهذا ليس معناه أن يترك الصيام من لم يقدر على ذلك كله أو كله، وإنما هي دعوة نبوية شريفة لترك قول الزور وكل عمل سيء وليس العكس. وفي ذلك قال رسول ﷺ: "الصيام جنة"، فإذا كان أحدكم صائماً فلا يرفث ولا يجهل، فإن امرؤ شاتمته أو قاتله فليقل إنِّي صائمٌ".



أسئلة وأجوبة مهمة للصائمين

قال تعالى: (وَمَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ إِلَّا رَجَالًا نُوحِي إِلَيْهِمْ فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ) [النحل: 43]

من المعلوم عند الفقهاء أن عرض الآراء الفقهية شيء، والإفتاء عن سؤال شيء آخر؛ لأن الإفتاء لا يكون إلا بعد الاستفهام الدقيق عن الواقعة وعن أحوالها والظروف المحيطة بها وعن حال المستفتي وواقعه وغير ذلك، أما الآراء الفقهية فهي مطلقة من غير قيد، وقد لا تتوافق كلها مع حال السائل الذي نريد إجابته، وما سنذكره هنا هو من باب الفتوى وليس من باب عرض الآراء الفقهية. وتمثل أجوبة لجنة الفتوى في المجمع الفقهي العراقي عن أسئلة تتعلق بأحكام الصيام، وقد تفضل بالإجابة عنها أصحاب الفضيلة كل من: (الدكتور عبد المنعم الهيتي، والدكتور محمود العاني، والدكتور عبد الستار عبد الجبار، والدكتور مشعان العيساوي، والدكتور ضياء الدين الصالح، والدكتور حسين غازي، والدكتور سعيد محي الدين، والدكتور عبد الله جاسم، والدكتور طه الزبيدي).

س1: ماهو موعد الإمساك وأذان الفجر، وما موعد الإفطار؟

ج : موعد الإمساك عن الأكل والشرب والمفطرات ظهور الفجر الصادق؛ وهو الذي بينه قوله تعالى: (وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ) فلما نزلت الآية قال عدي بن حاتم رضي الله عنه، عَمَدْتُ إِلَى عِقَالٍ أَسْوَدَ وَإِلَى عِقَالٍ أَبْيَضَ، فَجَعَلْتُهُمَا تَحْتِ وَسَادَتِي، فَجَعَلْتُ أَنْظُرَ فِي اللَّيْلِ فَلَا يَسْتَبِينُ لِي، فَعَدَوْتُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَذَكَرْتُ لَهُ ذَلِكَ فَقَالَ: (إِنَّمَا ذَلِكَ سَوَادُ اللَّيْلِ وَبَيَاضُ النَّهَارِ) رواه البخاري ومسلم، فقد فسر وقت الإمساك بوقت دخول الفجر.

وموعد الفطر غياب قرص الشمس لقوله تعالى: (ثُمَّ أَتَمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ)، وقد بيَّنه النبي ﷺ فقال: (إِذَا أَقْبَلَ اللَّيْلُ وَادْبَرَ النَّهَارُ، وَغَابَتِ الشَّمْسُ فَقَدْ أَفْطَرَ الصَّائِمُ) رواه مسلم، فقد فسر دخول الليل بغياب الشمس، وهذا وقت أذان المغرب.

س2: نرجو من حضراتكم بيان مفسدات الصيام إجمالاً.

ج: إن مفسدات الصوم المتفق عليها بين الفقهاء خمسة وكما يأتي:
الأكل والشرب متعمداً

• الجماع

- إنزال المنى بشهوة وباختياره، ولا بأس بالجنابة للصائم لحديث عائشة -رضي الله عنها- قالت: ((كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُدْرِكُهُ الْفَجْرُ فِي رَمَضَانَ مِنْ غَيْرِ حُلْمٍ، فَيَغْتَسِلُ وَيَصُومُ)) متفق عليه، وحديث أم سلمة -رضي الله عنها-: ((كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُصْبِحُ جُنُبًا مِنْ جَمَاعٍ، لَا مِنْ حُلْمٍ، ثُمَّ لَا يُفْطِرُ وَلَا يَقْضِي)) رواه مسلم.
- تعمّد القيء، فعن أبي هريرة -رضي الله عنه- قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((مَنْ ذَرَعَهُ الْقَيْءُ، فَلَيْسَ عَلَيْهِ قَضَاءٌ، وَمَنْ اسْتَقَاءَ عَمْدًا فَلْيَقْضِ))، رواه أبو داود والترمذي وابن ماجه وأحمد، فالحديث الشريف دليل على أن الصائم إذا تقيأ مستدعياً للقئ فسد صومه، وعليه القضاء، قال ابن المنذر: (أجمعوا على إبطال صوم من استقاء عمداً)، وأما من ذرعه وخرج من غير اختياره، فصومه صحيح ولا شيء عليه.
- خروج دم الحيض والنفاس، لقول النبي صلى الله عليه وسلم: (الْيَسَ إِذَا حَاضَتْ لَمْ تُصَلِّ وَلَمْ تُصُمْ). رواه البخاري. فمتى رأت المرأة دم الحيض أو النفاس فسد صومها ولو كان قبل غروب الشمس بلحظة، وإذا أحست المرأة بانتقال دم الحيض ولكنه لم يخرج إلا بعد غروب الشمس صح صومها، وأجزأها يومها. والله اعلم

س4: ماحكم من أصبح جنباً في نهار رمضان هل يجب عليه القضاء، أم أن صيامه صحيح ؟

ج: من أجنب في الليل ثم أصبح صائماً ولم يغتسل إلا بعد طلوع الفجر، فإن صومه صحيح، وقد دلت على ذلك أحاديث كثيرة، فعن عائشة: أن رجلاً قال: يا رسول الله تدركني الصلاة وأنا جنب فأصوم، فقال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: وأنا تدركني الصلاة وأنا جنب فأصوم، فقال: لست مثلنا يا رسول الله قد غفر الله لك ما تقدم من ذنبك وما تأخر، فقال: والله إني لأرجو أن أكون أخشاكم لله وأعلمكم بما أتقي. رواه مسلم، وعن عائشة: أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم كان يصبح جنباً من جماع - غير احتلام - ثم يصوم في رمضان. متفق عليه، وعن أم سلمة قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يصبح جنباً من جماع - لا حلم - ثم لا يفطر ولا يقضي. رواه مسلم.

هذه الأحاديث استدلت بها الجمهور على صحة صوم من أصبح جنباً فصومه من غير فرق بين أن تكون الجنابة عن جماع أو احتلام، وجزم الامام النووي بأنه استقر الإجماع على ذلك، وقال ابن دقيق العيد: إنه صار ذلك إجماعاً أو كالإجماع. والله اعلم

س5: هل تجب نية الصيام عن كل يوم في رمضان، أم أن نية واحدة بداية الشهر الفضيل تجزئ عن ذلك كله، وهل يشترط تلفظ النية باللسان أم لا؟

ج: لا بد للصائم من نية مستقلة لكل يوم من صوم الفريضة في شهر رمضان، لأن صوم كل يوم عبادة مستقلة فلا بد لها من نية، هذا مذهب جمهور العلماء من الحنفية والشافعية والحنابلة، وقال مالك وهو رواية عن أحمد: تكفي نية واحدة عن رمضان كله، وما في حكمه من كل صوم يجب تتابعه ككفارة الظهر ونحوها، لأنه عبادة واحدة فتكفيه نية واحدة كالصلاة والحج، أما ما لا يجب تتابعه كقضاء رمضان وكفارة اليمين فلا بد فيه من تجديد النية لكل يوم. والقول الأول هو الراجح والمفتى به فلا بد لصحة الصوم من نية مبيتة من الليل لكل يوم من الأيام المذكورة، سواء تتابع صيام تلك الأيام أو تفرق. لا يشترط التلفظ بالنية في الصيام مادام الإنسان قد نوى الصيام بقلبه، وإنما يشترط تبييت النية قبل الفجر، لقول النبي صلى الله عليه وسلم (من لم يبيت الصيام من الليل فلا صيام له). والله اعلم.

س6: من أكل أو شرب ناسيا في نهار رمضان هل عليه شيء من قضاء أو نحوه؟
ج: من أكل أو شرب ناسيا فلا شيء عليه وهو رزق ساقه الله اليه كما ورد في الحديث عن النبي صلى الله عليه وسلم.

س7: يكثر السؤال في كل عام عن الإبر والحقن في العضل والوريد، كذلك حقن الأنسولين لمرضى السكري، والحقنة الشرجية لبعض المصابين بالأمساك الشديد، والسؤال موصول عن حكم استعمال التحاميل ومراهم البواسير الشرجية، هل تفطر الصائم أم لا؟
ج: أما بالنسبة للأبر في العضلة فلا تفطر، وأما الحقن في الوريد فلا تفطر ما لم تكن مغذية، فقد ذهب بعض العلماء إلى أنها إن كانت مغذية فتفطر ورأى البعض الآخر رأى عدم إفطار الصوم بأي حقنة بالعضلة أو الوريد، وكذلك حقن الأنسولين لمرضى السكري غير مفطرة، الحقنة الشرجية مفطرة على رأي الجمهور؟ وهو الأحوط، وكذلك التحاميل ومراهم البواسير الشرجية مفطرة على رأي الجمهور، وهناك من أجازها من المعاصرين.

س8: وماذا عن قطرة الأنف والأذن والعين، فهل تفطر أم لا، ولا سيما أن مرارتها تظهر في الفم بعيد استعمالها بقليل؟
ج: أما قطرة العين فلا تفطر، وأما قطرة الأنف فإن كانت القطرات تصل إلى أصول المنخر فتفطر. وأما إذا وصلت فقط إلى مقدمة الأنف فلا تفطر، وأما قطرة الأذن فإن لم تكن طبلة الأذن مثقوبة فلا تفطر.

س9: ما حكم الحامل والمرضع، هل لهما الفطر وعليهما القضاء فقط أسوة بالمريض، أم أن عليهما القضاء والكفارة معا؟
ج: الحامل والمرضع إذا خافتا على نفسيهما، وتحقق ذلك بالتجربة، أو باستشارة الطبيب المسلم، فلهما الإفطار وعليهما القضاء فقط. وإذا خافت الحامل على جنينها، والمرضع على ولدها فلهما الإفطار وعليهما القضاء وإطعام مسكين عن كل يوم، لأنهما داخلتان في عموم قوله تعالى: (وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ). سورة البقرة من الآية 184.

س10: ما حكم من لم تقض ما عليها من صيام بسبب حيض أو نفاس لعدة رمضانات؟

ج: الواجب على من أفطرت في رمضان من أجل النفاس أو الحيض القضاء قبل أن يأتي رمضان الآخر الذي بعده؛ لقوله تعالى: (وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ) سورة البقرة من الآية 185، والحائض والنفساء من جنس المريض والمسافر فعليهما القضاء. أما إذا أخرته عن رمضان من غير عذر وجب عليها التوبة من ذلك، وعليها القضاء والإطعام، فيكون عليها ثلاثة أشياء: التوبة، وقضاء الصيام، والإطعام عن كل يوم. أما إن أخرت ذلك لمرض لم تستطع معه الصوم، فلا حرج عليها، تصوم بدون إطعام، وليس عليها إثم، لقوله تعالى: (فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ) سورة التغابن من الآية 16.

س11: من هو المريض الذي يباح له الفطر في نهار رمضان، وهل إن إباحة فطره تجيز له المجاهرة بالإفطار علنا أمام الأنظار كما يفعل الكثير منهم عمداً، أو سهواً، أو جهلاً؟
ج: المرض المبيح للإفطار: ما يترتب عليه وقوع محذورٍ ما- أو وقوع ضررٍ- أو زيادته إن كان واقعاً- أو خشية بطله البرء والشفاء منه، وينقسم إلى قسمين:
— المرض الذي يباح معه الإفطار، وهو ما فيه مشقة زائدة عن المشقة المحتملة.
— المرض الذي يجب معه الإفطار، وهو ما يكون الظن الغالب بحصول الهلاك مع الصيام. ويحصل ذلك باستشارة الطبيب المسلم، والتجربة.
أما من كان له عذر فعلي به بكتمان إفطاره فإنه ليس من آداب شهر الصوم المجاهرة بالفطر، ولأن فعله مدعاة للانتقاد والاعتياب، وتشجيع لمن لا يعلم بعذره على تعمد الإفطار والمجاهرة بمعصيته، ولا يليق بالمسلم أن يكون سبباً في الاعتداء على فريضة من فرائض الله، حتى لا يبيء بإثم ذلك. والله تعالى أعلم.

س12: ما حكم من جامع زوجته عامداً في نهار رمضان، وما حكمه إذا فعلها ناسياً أو جاهلاً، وما حكم من كان مفطراً لعذر شرعي وجامع زوجته الصائمة نهاراً؟
ج: من جامع في الفرج في نهار رمضان عامداً بغير عذر أنزل أو لم ينزل تجب عليه الكفارة وهذا لا خلاف فيه بين العلماء ودليلهم ما صح عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: بينا نحن جلوس عند النبي صلى الله عليه وسلم إذ جاءه رجل فقال: يا رسول الله هلكت. قال ما لك؟ قال: وقعت على امرأتي وأنا صائم، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: هل تجد رقبة تعتقها؟ قال: لا. قال فهل تستطيع أن تصوم شهرين متتابعين؟ قال: لا، قال فهل تجد إطعام ستين مسكيناً؟ قال: لا، قال: فمكث النبي صلى الله عليه وسلم. فبينما نحن على ذلك، أتى النبي صلى الله عليه وسلم بعرقلة فيه تمر _ والعرق المكنل _ قال: أين السائل؟ فقال: أنا. قال: خذ هذا فتصدق به، فقال الرجل: على أفقر مني يا رسول الله؟ فوالله ما بين لابتيها _ يريد الحرتين _ أهل بيت أفقر من أهل بيتي. فضحك النبي صلى الله عليه وسلم حتى بدت أنيابه ثم قال: أطعمه أهلك).
أما من جامع زوجته ناسياً أو مخطئاً أو جاهلاً فلا كفارة عليه عند جمهور العلماء، لقوله تعالى (وَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ فِيمَا أَخْطَأْتُمْ بِهِ)، ولقوله صلى الله عليه وسلم (أن الله وضع عن أمتي الخطأ والنسيان وما استكرهوا عليه) رواه ابن ماجه.
أما من كان مفطراً بعذر كالمرض والسفر فلا يجوز له جامع زوجته الصائمة نهار رمضان حتى لا يفسد صومها، ولها أن تمنعه من ذلك ولا تمكنه من نفسها، فإن أكرهت فلا أثم عليها، وهو أثم عليه أن يستغفر الله ويتوب إليه، فإن تساهلت وطاوعته أو رغبت فعليها أن تستغفر الله وتتوب إليه؛ لأنها هتكت صوم رمضان بالجماع، ووجببت عليها الكفارة والقضاء عند جمهور الفقهاء، لأنها عقوبة تتعلق بالجماع، فاستوى فيها الرجل والمرأة.

س13: ما هو حكم من أفطر عامداً متعمداً ومن غير مرض ولا سفر ولا عذر شرعي، وهل يجوز له قضاء ما فاتته وفرط فيه في حال توبته وإنابته لاحقاً أم لا؟

ج: من افطر عامدا في شهر رمضان بالأكل أو الشرب ولم يكن مريضا أو مسافرا وليس لديه أي عذر للإفطار في رمضان فهو آثم ... وإذا تاب واستغفر الله فيجب عليه قضاء ما أفطره ولا كفارة عليه لأن الأصل عدم وجوب الكفارة إلا بما ورد عن الشارع الحكيم ولم يرد من الشارع بوجوب الكفارة إلا في الجماع عامدا وما سوى الجماع ليس في معناه.

س14: نرجو من حضراتكم بيان حكم من فقد الوعي وأغمي عليه في نهار رمضان وهو صائم أيعد ذلك سببا للإفطار أم لا؟

ج: من نوى الصيام من الليل وأصبح صائما ثم طرأ عليه مرض أو حادث أغمي عليه بسبب المرض أو الحادث فإن هذا الإغماء لا يؤثر على الصوم ولا يفسده فإذا استمر الإغماء إلى وقت الإفطار (غروب الشمس) فصومه لهذا اليوم صوما صحيحا، أما إذا استمر الإغماء إلى اليوم الثاني أو لعدة أيام أخرى فإنه في اليوم الثاني وما بعدها يعتبر مفطرا لعدم تبييته النية من الليل.

س15: وماذا عن قضاء ما فات من صيام رمضان للمعذور شرعا، فهل يتوجب عليه التتابع والإسراع بعد انقضاء الشهر الكريم مباشرة، أم يجوز له القضاء على التراخي والتفريق وهل عليه كفارة؟

ج: الأفضل للمسلم أن يبادر بقضاء ما فاتته من شهر رمضان لعذر شرعي، للنصوص الشرعية التي تحت على المسارعة في أداء الطاعات، والمبادرة إلى إسقاط الفرض ؛ لأنه قد يأتي الأجل على حين غفلة فيبقى ما فاتته في ذمته ولا يظن له أولياؤه، ويجوز قضاء الصوم على التراخي في أي وقت من السنة، قبل دخول رمضان آخر، وهذا ما ذهب إليه جمهور الفقهاء ؛ لحديث السيدة عائشة رضي الله عنها قالت: (كان يكون علي الصوم من رمضان، فما أستطيع أن أقضيه إلا في شعبان؛ الشغل من رسول الله صلى الله عليه وسلم، أو برسول الله صلى الله عليه وسلم) رواه البخاري ومسلم، ومن فاتته رمضان لعذر فعليه القضاء فقط، ما لم يدخل عليه رمضان آخر، ومن أخر قضاء رمضان حتى دخل رمضان آخر، فقال جمهور الفقهاء إن كان التأخير بعذر شرعي فعليه القضاء فقط، وإن كان قادرا على القضاء ولم يقض ما فاتته ولا عذر له، فيلزمه القضاء مع الفدية، وهي إطعام مسكين عن كل يوم، لما ثبت عن بعض الصحابة الاقتناء بذلك، عن أبي هريرة رضي الله عنه (أنه قال في رجل مرض في رمضان، ثم صح فلم يصم، حتى أدركه رمضان آخر، قال: يصوم الذي أدركه ويطعم عن الأول؛ لكل يوم مدا من جنطة، لكل مسكين، فإذا فرغ من هذا صام الذي فرط فيه)، رواه الدارقطني وصححه موقوفا، ورؤي عن ابن عمر وابن عباس رضي الله عنهم أنهما قالوا: (أطعم عن كل يوم مسكينا)، وذهب السادة الحنفية إلى أنه لا يلزمه إلا القضاء فقط، ؛ لعموم قوله تعالى: فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مَسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ [البقرة: 184]، فيشمل ما قضاؤه قبل رمضان الثاني أو بعده، ولم يذكر الله تعالى الإطعام؛ ولم ينقل عن النبي صلى الله عليه وسلم المر بالإطعام، ولذا فلا يجب عليه إلا القضاء فقط، ويمكن التفريق إن من أخر قضاء الصيام لعذر فعليه القضاء فقط، ومن أخره تساهلا من غير عذر حتى دخل رمضان الآخر، فيجب عليه القضاء، ويستحب له أن يطعم عن كل يوم مسكينا، من غير إلزام، خروجا من الخلاف. وأما التفريق والتتابع في القضاء، فلا يجب التتابع في قضاء رمضان، وهذا باتفاق جمهور الفقهاء، لعموم قوله تعالى: فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ [البقرة: 184]، فقد أطلق الله تعالى القضاء ولم يُقَيِّدْ بالتتابع، ولقول ابن عباس رضي الله عنهما: (لا بأس أن يفرق) رواه البخاري معلقا؛ ولأنه صوم لا يتعلق بزمان بعينه، فلم يجب فيه التتابع، فإن قضاؤه متتابعا فهو أفضل ليكون القضاء على هيئة الأداء، وذهب الإمام ابن حزم وغيره إلى وجوب التتابع في قضاء رمضان، والراجح قول الجمهور باستحباب التتابع.

س16: ما حكم من غلبه القيء في نهار رمضان، أعليه الفطر، أم مواصلة الصيام من دون حرج؟
ج: لا خلاف بين الفقهاء أن من خرج منه القيء من دون تعمد ولكنه غلبه رغما عنه فصومه صحيح ويستمر بالصيام بقية يومه ولا يجب عليه قضاؤه، وأما من تعمد استخراج القيء بأي طريق سواء بوضع إصبعه في فمه أو غير ذلك فقد فسد صومه ولزمه القضاء؛ لأن التقىء عمداً من المفطرات، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: مَنْ دَرَعَهُ الْقَيْءُ فَلَا قَضَاءَ عَلَيْهِ، وَمَنْ اسْتَقَاءَ فَعَلَيْهِ الْقَضَاءُ. رواه الترمذي وابن ماجه، وذره القيء: أي سبقه وغلبه في الخروج.

س17: هل يؤثر التبرع بالدم على صحة صيام المتبرع للضرورة الملجئة لإنقاذ حياة شخص ما هو بأمر الحاجة إلى أكياس دم تطابق صنف دمه؟
ج: إن مسألة تأثير التبرع بالدم من الصائم على صحة صيامه مقاسة على الحجامة، فقد ذهب جمهور الفقهاء على أن الحجامة ومثلها التبرع بالدم لا يفسدان الصيام، لأن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم وهو صائم. رواه البخاري، وعن أم علقمة قالت: “كنا نحتجم عند عائشة ونحن صيام، وبنو أخي عائشة فلا تنهاهم”، وذهب الحنابلة إلى أن الحجامة ومثله التبرع بالدم يفسدان الصيام ويفطر فاعلهما، لأن النبي صلى الله عليه وسلم قال: “أفطر الحاجم والمحجوم”، رواه الترمذي، والراجح قول الجمهور وهذا الحديث منسوخ، مع التأكيد أن لم تكن هنالك ضرورة في إنقاذ نفس، فالأولى لمن يخشى أن تضعفه الحجامة أو يؤثر عليه التبرع بالدم أن يؤخر ذلك إلى الليل، لأنه قد يضطر إلى الفطر بسببها، فقد كان ابن عمر رضي الله عنهما يحتجم وهو صائم في رمضان وغيره، ثم تركه لأجل الضعف” رواه البخاري معلقاً ومالك في الموطأ، وسئل أنس بن مالك رضي الله عنه: أكنتم تكرهون الحجامة للصائم؟ قال: «لا، إلا من أجل الضعف»، وذلك على عهد النبي صلى الله عليه وسلم، رواه البخاري.

س18: حكم استعمال السواك ومعجون الأسنان في نهار رمضان؟ وماذا عن خلع الضرس وحشوة الجذر وزرع الأسنان ونحوها عند الطبيب المختص في عيادته للضرورة الملحة في نهار رمضان بالنسبة للصائم؟
ج: السواك مستحب لقول النبي صلى الله عليه وسلم” السواك مطهرة للفم مرضاة للرب” رواه البخاري.
ولا يُكره للصائم استعمال السواك في أي وقت، سواء كان قبل الزوال أو بعد الزوال، وهذا مذهب الحنفية، وهو قول للشافعي، ورواية عن أحمد.
وأما معجون الأسنان فحكمه حكم السواك إن تيقن ألا يدخل شيء في جوفه، وقيل لا يستحب استعمال السواك وما في حكمه بعد الزوال للصائم.
وأما حشو الأسنان وتنظيفها وقلعها في نهار رمضان ليس له أثر في صحة الصيام، بل معفو عنه بشرط التحفظ من ابتلاع شيء من الدواء أو الدم، وأن إبرة التخدير لا أثر لها على صحة الصوم، لكونها ليست في معنى الأكل والشرب، ولا تصل إلى الجوف
ووجود طعم حشو الأسنان في الفم لا يؤثر على صحة الصيام إذا لم يصل للحلق، وكذلك إذا وصل مجرد الطعم إلى الحلق، أي إذا لم يتحلل من المادة شيء فإنه لا يفطر.

س19: هناك من يرى بأن السباحة في النهر أو البحر والغطس في الماء للصائم نهاراً تجعله بحكم المفطرين. ماذا تقولون؟

ج: نص العلماء على جوازه، ولو للتبريد فقط إذا كان يغلب على ظن السابح عدم دخول الماء إلى معدته من الأنف (وخاصة عند ثقب طبقتها) أو من الفم، وكان يحسن السباحة بحيث يضمن الحفاظ على صيامه، فلا بأس عليه حينئذٍ من السباحة، ويكون حكمها حكم الاغتسال للصائم.

س20: يعاني بعض الصائمين من الوسوسة القهرية فيما يتعلق بالنخامة وبلع الريق وما ينزل من الأنف وما يخرج من الجوف كالبلغم في نهار رمضان، فهل تعد من المفطرات إذا غلبت صاحبها ولم يحسن ازالتها والتخلص منها كما ينبغي لها أن تزال؟

ج: على الصائم ترك النخامة ولا يحاول أن يجذبها إلى فمه من أسفل حلقه، ولكن إذا خرجت إلى الفم فليخرجها، سواء كان صائماً أم غير صائم، قال النووي: «النخامة إن لم تحصل في حد الظاهر من الفم لم تضر بالاتفاق، فإن حصلت فيه بانصبابها من الدماغ في الثقب النافذة منه إلى أقصى الفم فوق الحلقوم نظر؛ إن لم يقدر على صرفها ومجها حتى نزلت إلى الجوف لم تضر، وإن ردها إلى فضاء الفم أو ارتدت إليه ثم ابتلعها أفطر على المذهب....». (المجموع 319/6).

فالنخامة إذا نزلت من الأنف وأدخلها إلى جوفه مباشرة فلا حرج، وإذا أنزلها في مقدمة فمه وجب أن يخرجها، أما الريق فلا حرج في بلعه لأنه منه واليه ولم يكن من خارج. ولا ينبغي للمسلم أن يوسوس في هذه المسألة ولا يفتح باباً للشيطان يدخل إليه فيتعبه بحيث يُكرّهُه في الصيام، ولا يضع فكره في وجود الريق من عدمه، فليبلعه ولا حرج.

س21: حكم الاحتجام في نهار رمضان للصائم؟

ج: الحجام جائزة ولا تفطر الصائم واحتجم النبي صلى الله عليه وسلم وهو صائم، وكان ذلك بعد فتح مكة وهذا ينسخ ما ورد من أحاديث مخالفة.

س22: نسمع بين الفينة والأخرى ببعض الفتاوى التي تجيز لطلبة الجامعات والثانويات بالإفطار أيام الامتحانات، فهل هناك مسوغ شرعي يبيح للطلبة الإفطار لهذا الغرض؟
ج: الامتحان ليس من أَعذار الإفطار في رمضان والصوم لا يتعارض مع ممارسة الإنسان نشاطه من دراسة وعمل وخلاف ذلك وهي من وسوسة الشيطان.

س23: يزعم العديد من أصحاب المهن الشاقة كالبنائين والحدادين والخبازين والكادحين وأمثالهم بأن لهم الحق للإفطار في نهار رمضان لما يجدونه من مشقة في كسب أرزاقهم وهناك من الفتاوى ما أباحت لهم ذلك، فهل يعد تصرفهم هذا صحيحاً وموافقاً لأحكام الصيام الشرعية؟
ج: منذ شرع الصيام والصائمون يمارسون أعمالهم وشؤون حياتهم فليس العمل من أَعذار الإفطار، فصاحب العمل يتسحر ويستعد ويخرج للعمل صائماً فإذا وجد نفسه لا يقدر على المواصلة ووصل إلى ما يشبه حالة المريض أفطر وقضى في يوم آخر.

س24: من نوى سفراً في نهار رمضان كيف عليه أن يتصرف، أفطر قبل مغادرة حدود البلدة بوجود نية السفر، أم يشترط مغادرة حدودها قبل أن يفطر؟

ج: للمسافر أن يفطر في شهر رمضان أخذاً برخصة الله تعالى له بذلك، ثم يقضي ما فاتته من أيام أفطرها، قال الله تعالى: (وَمَنْ كَانَ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ) البقرة/185، ومن كان في بلده، ثم نوى السفر، فلا يسمى مسافراً حتى يفارق عمران بلده، فلا يحل له أن يأخذ برخص السفر كالفطر والقصر بمجرد نية السفر، لأن الله تعالى إنما أباح الفطر للمسافر، ولا يكون مسافراً حتى يفارق بلده، لقول الله سبحانه تعالى: (فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ) البقرة/185، والشاهد هو المقيم في داره ولا يعد مسافراً حتى يخرج من البلد، وما دام في البلد فله أحكام المقيمين، لا المسافرين، فلا بد من مغادرة حدود بلده بنية السفر ليأخذ برخص السفر الشرعية.

س25: ما هي المسافة التي تبيح الفطر للصائم وقصر الصلاة للمصلي باعتباره مسافراً، وهل أن ما يفعله بعضهم من حيل يحلو له وصفها بأنها "شرعية" تتمثل بخروجه خارج حدود البلدة ومن ثم عودته إليها ليدخل في حكم المسافر يعد فعلاً مشروعاً إذا اقتضت الضرورة؟
ج: اختلف العلماء كثيراً في مسافة القصر على أقوال تصل لعشرين قولاً، إلا أن المعتبر منها قولان:

- قول جمهور أهل العلم من المالكية والشافعية والحنابلة وبعض الحنفية وفقهاء أصحاب الحديث لا يجوز القصر إلا في مسيرة مرحلتين قاصدتين، وهي ثمانية وأربعون ميلاً هاشمياً ويعبر عنها أيضاً بأربعة بُرْد، وهي بالتقريب 80 كيلو متر.
 - ويرى جماعة من أهل العلم أن السفر طويلاً كان أو قصيراً لا حد له فما يسمى سفراً عرفاً جاز القصر والترخص فيه، وبه قال الظاهرية وبعض الحنابلة.
- والراجح هو قول الجمهور من الفقهاء لما فيه من الاحتياط للعبادة، فإذا كان السفر للمسافة المذكورة بأي وسيلة نقل قديمة أو معاصرة تبيح له قصر الصلوات الرباعية، أو قصرها وجمعها، وكذلك الفطر على أن يقضيه في وقت لاحق.
- وأما عن التحايل لإسقاط الصوم: فإنه يُحرّم فعل الحيل لإسقاط الواجب الشرعي، فمن سافر من أجل الفطر كان السفر حراماً عليه، وكان الفطر كذلك حراماً عليه، لأن التحايل لإسقاط الواجب لا يسقطه، كما أن التحايل على المحرم لا يجعله مباحاً، وقد نصّ الفقهاء على أن: من سافر ليفطر حرم أي السفر والإفطار، حيث لا علة للسفر إلا الفطر، فأما الفطر فلعدم العذر المبيح، وهو السفر المباح، وأما السفر فلائنه وسيلة إلى الفطر المحرم.

س26: نرجو بيان فدية المريض مرضاً مزمناً وهل يجوز له دفع كفارة الإفطار نقداً نهاية الشهر عن كل يوم أفطره خلاله وكيف يتم تقييمها؟ أم يتوجب عليه إطعام مسكين عن كل يوم خلال الشهر؟

ج: المرض مرضاً مزمناً والكبير الهرم يباح لهم الفطر، والدليل على إباحة الفطر لهم قوله تعالى: {وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ} (الحج: 78)، وقال في آية الصيام: {يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمْ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمْ الْعُسْرَ} (البقرة: 185)، فمن لا يرجى برؤه من أصحاب الأمراض المزمنة بشهادة طبيب مسلم ثقة ماهر في اختصاصه، الواجب عليه إطعام مسكين عن كل يوم أفطره، لقول الله تعالى: (وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مَسْكِينٍ)، والقدر الواجب في الإطعام هو مد من طعام عن كل يوم، ومقدار المد 750 جراماً تقريباً، وقيل نصف صاع وهو مدان، أو كيلو ونصف تقريباً، وهو أحوط.

وأوجب الجمهور إخراجها طعاماً لنص الآية، وأجاز الحنفية إخراج القيمة، والذي نراه هو الأخذ بقول الجمهور، إلا إذا كان في إخراج القيمة مصلحة فلا حرج في إخراجها، ويمكنه إخراج الفدية مجتمعة من أول الشهر أو آخره أو يوماً بيوم.

اختلف الفقهاء في وقت إخراج فدية الصيام لمن عجز عنه، وأقرب القولين في ذلك جواز إخراج الفدية أول شهر رمضان، أو وسطه، أو آخره قبل يوم أو يومين، فالفدية بدل مخفّف يجب على الكبير والمريض المزمّن، والمناسب في البدل هو التخفيف والتيسير، وليس التقييد والتشديد، والأصل فيها إطعام مسكين وإجاز السادة الحنفية إخراج القيمة نقداً، وعند بعض الفقهاء تجوز عند الحاجة أو وجود مصلحة في إخراجها نقداً.

والأصل أن تخرج إما طعاماً أو نقداً، فإن أخرجها بأي صورة فقد أجزأت عنه، وإذا أخرجها نقداً ثم أحب أن يخرجها طعاماً فيجوز تطوعاً وخروجاً من الخلاف.

س27: حبذا لو بينتم للصائمين سنن الصوم ومستحباته وما ينبغي للصائم الاكثار منه في ليله ونهاره وما يتوجب عليه الاحجام عنه طيلة الشهر الفضيل.
ج: سنن الصّوم ومستحباته كثيرة، أهمّها:

• السَّحُور، وقد ورد فيه حديث أنس رضي الله تعالى عنه أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكََةً)، وتأخير السَّحُور، وتعجيل الفطر، لقوله صلى الله عليه وسلم: (لا يزال النَّاسُ بخير ما عَجَّلُوا الفطر)، ويستحبُّ أن يكون الإفطار على رطبات، فإن لم تكن فعلى تمرات، فقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يفطر قبل أن يصلي على رطبات، فإن لم تكن رطبات فتميرات، فإن لم تكن تمرات حسا حسوات من ماء) رواه الترمذي، ولقوله صلى الله عليه وسلم: (إذا أفطر أحدكم فليفطر على تمر، فإنه بركة، فمن لم يجد فليفطر على ماء، فإنه طهور) رواه الترمذي وابن ماجه، ويستحبُّ أن يدعو عند الإفطار، قال عليه الصلاة والسلام: (إِنَّ لِلصَّائِمِ دَعْوَةً لَا تَرُدُّ)، وكان صلى الله عليه وسلم إذا أفطر قال: (ذهب الظَّمأُ، وابتلت العروق، وثبت الأجر إن شاء الله تعالى) رواه ابو داود.

• وينبغي للصائم الإكثار من الأعمال الصالحة والطاعات ولا سيما التي اختص بها شهر رمضان، ومنها: المحافظة على صلاة التراويح جماعة والحرص على العمرة في رمضان، والاعتكاف في المسجد، ولا سيما العشر الأواخر، والإكثار من قراءة القرآن والاذكار، وإخراج الصدقات، وتقديم الخير لمن يحتاجه وصلة الأرحام .

• وعلى المسلم أن يتجنب ما يحبط صومه من المعاصي الظاهرة والباطنة، فيصون لسانه عن اللغو والهذيان والكذب، والغيبة والنميمة، والفحش والجفاء، والخصومة والمراء، ويكف جوارحه عن جميع الشَّهَوَاتِ والمحرَّمات، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (قال الله تعالى: كُلَّ عمل ابن آدم له إلا الصَّيَامَ، فإنه لي وأنا أجزي به، والصَّيَامُ جَنَّةٌ، وإذا كان يوم صوم أحدكم، فلا يرفث ولا يصخب، فإن سابه أحد أو قاتله، فليقل: إني امرؤ صائم) متفق عليه، وقال صلى الله عليه وسلم: (من لم يدع قول الزُّور، والعمل به، فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه) رواه البخاري.

س 28: نصيحة أخيرة للصائمين والمفطرين بعذر أو من دون عذر للفائدة العامة.

ج: كلمتنا لإخواننا وأخواتنا: إن رمضان فرصة للارتقاء في مقامات القرب من الله تعالى، وهو موسم للاستثمار مع الله تعالى، فهو فرصة لمن فرط فيما سبق أن يتوب إلى الله وأن يبدأ صفحة جديدة، وتصفيد الشياطين يساعد ضعيف الإرادة على الاقبال على العبادة، وفرصة للصائمين في زيادة الحسنات، وتجديد العهد مع الله تعالى، فكن من المستثمرين في رمضان.

نسأل الله تعالى أن يتقبل منا ومنكم صالح الاعمال، وصلى الله وسلم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين والحمد لله رب العالمين.

الصيام عبادة وعلاج

من منا لا يذكر رائعة الشاعر محمود غنيم، التي أداها السيد النقشبندي رحمه الله تعالى، بصوته الرخيم العذب الرقراق في واحدة من أروع أناشيده:

هل تطلبون من المختار معجزة.. يكفيه شعب من الأجدات أحياء

نعم لقد أحيانا النبي المصطفى ﷺ وبما أوحى إليه من الحق سبحانه، شعوبا وأما عقائديا، ودينيا، وأخلاقيا، وفكريا، وتربويا، واجتماعيا، وإنسانيا، وعدد ما شئت من فضائل لا تحصى أذهلت

القاصي والداني في كل شؤون ومناحي الحياة وبما شهد لها البعيد قبل القريب، العدو قبل الصديق، وبما أضحت البشرية تذهل بإعجازها المتجدد، وبعمقها وحكمتها وسعتها ودلالاتها يوماً بعد آخر. فبعد سنين طويلة من الإغفال المتعمد والتغاضي وعدم الاهتمام بسرد فوائد الصوم الكبيرة وعلى المستويات كافة أو ركنها على الرفوف أو الاكتفاء باستدعاء دراسات قديمة تعود الى حقبة الأربعينات والخمسينات والستينات وحتى منتصف السبعينات عن فوائد الصيام الصحية على سبيل المثال لا الحصر، وإذا بالمراكز والبحوث والدراسات الطبية كلها تؤكد على عظمة الصيام وفوائده الفسيولوجية، والسيكولوجية، البيولوجية الكبيرة وتحض الناس على الصيام.

جاء في الأثر (صوموا تصحوا)، وقد كشف بحثٌ علميٌّ رصينٌ صدرَ في آذار من عام 2025 بمشاركة 82 باحثاً من 15 دولة، نُشرت تفاصيله في مجلة "فرونتيرز إن نيوتريشن"، بأن للصيام دورٌ في التحسين الملحوظ للدهون الثلاثية والكوليسترول الكلي وانخفاض مستويات السكر في الدم". وبحسب المجلة الأمريكية للتغذية السريرية ووفقاً للدكتور (مارك ماتسون)/

فإن الصيام مفيدٌ للقلب والأوعية الدموية ويقلل مخاطر الإصابة بالباركنسون والزهايمر. أما خبير الطب التكاملية الألماني (غوستاف دوبوس) فينصح بـ "الصوم المتقطع" لمدة 16 ساعة وبما يساوي صيام نهار كامل يعقبه أكل وجبتين صحتين وبما يعادل وجبتين فطور وسحور لأن الصوم يُريح المعدة ويعطي فرصة لحرق الدهون وفقاً لصحيفة "بيلد" الألمانية. ونشرت مجلة (بلوس وان) العلمية دراسة تفيد بأن الصيام يسهم في خفض الوزن وضغط الدم مع تعديل نسبة الدهون والجلوكوز في الدم بحسب دويتشه فيله الألمانية.

ومن فوائد الصيام إضافة الى كونه فريضة على كل مسلم، زيادة على أجره وثوابه العظيم، تحييد البكتيريا الضارة في المعدة مقابل زيادة البكتيريا النافعة بحسب دراسة للدكتور (بروس فالانس) نُشرت نتائجها بمجلة (PLOS Pathogens) عام 2021.

الى ذلك كشفت مجلة (نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسين) بأن الحد جزئياً من تناول الطعام لمدة تتراوح بين 8 – 14 ساعة من شأنه تحسين القدرات الفكرية ورفع حساسية الأنسولين ومنع تطور مرض السكري وخطر أمراض القلب وتحسين نظام المناعة بحسب الدكتور (مارك ماتسون) من جامعة (جون هوبكنز).

أما صحيفة (ديلي ميل) البريطانية فقد نشرت دراسة / عام 2023 للدكتور أندراس مايفيلد كشفت عن أن 43 % من الأشخاص الذين اعتمدوا الصيام الصحيح تمكنوا من خفض اعتمادهم على الأدوية لتنظيم ضغط الدم مقارنة بغيرهم، وبحسب مجلة "قام أكتويل" الفرنسية فإن الصيام لأيام متتالية مع إتباع نظام غذائي صحي يساعد مرضى المفاصل وارتفاع ضغط الدم. لتتحفنا مجلة "ميديكال إكسبرس" بأن الصيام يعزز جهاز المناعة ويساعد في منع تطور بعض الأمراض أما مجلة (علم الأعصاب الطبيعي) فنشرت دراسة عام 2022 تفيد بأن الصيام يؤثر على توزيع الخلايا التائية وبما يسهم في مكافحة الجراثيم وحماية الجسم من الأمراض.

وأما المركز الصيني للبحوث السريرية فكشف عن أن نظام الصيام المتقطع/ يُغير محور الميكروبيوم في الدماغ البشري.

بدورها كشفت البروفيسورة كريستا فارادي، من جامعة إلينوي الأمريكية أواخر العام 2023 بأن تناول الطعام المُقيّد زمنياً يُمكن أن يكون بديلاً عملياً للأشخاص المصابين بالسكري من النوع الثاني.

فيما كشفت دراسة علمية أجريت في (كلية ليونارد ديفيس) بأن الصيام قد يُقلل من مخاطر الشيخوخة وبما يجعل الأشخاص أصغر بيولوجياً مع تجديد وظائف التمثيل الغذائي والمناعة. الى ذلك تقول الاديبية والشاعرة العراقية المغتربة مي العيسى، وهي رئيسة تحرير مجلة "همس الحوار" الصادرة في لندن والمعتمدة في المكتبة البريطانية، أن " الغرب يتجه نحو الصيام المتقطع كما يسمونه intermittent fasting من أجل صحة أفضل".

وتضيف العيسى أن صديقتها الإيطالية ستيفانيا، وزوجها هواكين الإسباني يعتمدونه وقد أذاعت لها صديقتها "الإيطالية سرا قائلة لها" نحن وبكل فخر نصوم صيامكم وها نحن نشعر بصحة أفضل وقد استفاد هواكين استفادة كبيرة من هذا الصيام لكونه يعاني من مرض القلب وقد وضعوا له بطارية لتقوية العضلة".

وفي سياق متصل بما سبق ذكره أنفا نشر موقع "ميديكال إكسپرس" تقريراً يفيد بأن "الصيام المتقطع منتشر بشكل متزايد، حيث وجدت بعض الدراسات أنه يعزز جهاز المناعة ويساعد في منع تطور بعض الأمراض"، مشيرة إلى "وجود العديد من تطبيقات الهواتف الذكية التي يمكن للأشخاص من خلالها تسجيل فترات الصيام المتقطع ومعرفة المزيد عن فوائد الصيام".

ولله در القائل:

الصوم رابطة الإخاء قويةً
الصوم درسٌ في التساوي حافلٌ
وحبال ود الأهل والأصحاب
بالجود والإيثار والترحاب

تذكير بأهم مسائل الصوم وتلخيص

قال تعالى: (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ).

ونحن نعيش اليوم بين يدي شهر كريم هو شهر النفحات والخيرات، شهر يتسابق فيه المؤمنون لأداء الفرائض والطاعات، شهر يشمر فيه الصائمون عن ساعد الجد لترك المعاصي والمنكرات، شهر قال في وصفه بعض أعلامنا، أوله رحمة وأوسطه مغفرة وآخره عتق من النيران، وقالوا فيه أيضاً بأن فريضته تعدل سبعين فريضة، وسنته تعدل فريضة فيما سواه، من صام نهاره وقام ليله فقد أوتي خيراً كثيراً، ومن حرم صيامه فقد حرم الخير كله، فيه ليلة هي خير من ألف شهر - ليلة القدر -.

وصلى الله على سيدنا محمد القائل في الحديث القدسي: "قال الله: كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ، إِلَّا الصِّيَامَ؛ فَإِنَّهُ لِي، وَأَنَا أَجْزِي بِهِ".

وقوله ﷺ: "من صام رمضان إيماناً واحتساباً، غُفر له ما تقدم من ذنبه".

وقوله ﷺ: "إذا جاء رمضان فتُحت أبواب الجنة، وغلقت أبواب النار، وصُفدت الشياطين".

وقوله ﷺ: "من قام رمضان إيماناً واحتساباً غُفر له ما تقدم من ذنبه".

وقوله ﷺ: "من قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً، غُفر له ما تقدم من ذنبه".

وقوله ﷺ: "الصيام والقرآن يشفعان للعبد يوم القيامة، يقول الصيام: أي رب، منعته الطعام والشهوات بالنهار، فشفعني فيه، ويقول القرآن: منعته النوم بالليل، فشفعني فيه، فيشفعان".

وقوله ﷺ: "الصلوات الخمس، والجمعة إلى الجمعة، ورمضان إلى رمضان كفارات لما بينهما إذا اجتنبت الكبائر".

ونظراً لانتاج الأسئلة وكثرة الاستفسارات حول كل ما يتعلق بأحكام الصيام وآدابه ولاسيما عن مفسدات الصوم ومحاذيره ونحوها، وانطلاقاً من قوله تعالى في محكم التنزيل: (فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ).

وقول رسول الله ﷺ في فضل رمضان: "بني الإسلام على خمس شهادة أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة وحج البيت وصوم رمضان".

ولغرض تلخيص كل ما سلف من أهم إجابات العلماء الأفاضل فلقد حاورنا استاذ الفقه الدكتور حلمي عبد الحكيم الفقي، لسؤاله عن كل ما يدور بخلد السائلين وكل ما يتردد على ألسنتهم، فأجاب على أسئلتنا مشكوراً وبإدراجه بالسؤال الأول:

س1: ما حكم صيام رمضان؟

ج: صيام رمضان فريضة فرضها الله عز وجل على المسلمين كما فرضها على الأمم السابقة لقوله تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون).

س2- ما معنى الصيام؟

ج: الصيام هو الامتناع عن الطعام والشراب والشهوات من طلوع الفجر إلى غروب الشمس، وهذا هو الصيام في الإسلام وفي الأمم السابقة، فالصيام ليس إبدال طعام بطعام، وإنما هو الامتناع عن كل الطعام وكل الشراب، وأما ما يطلق عليه صيام في بعض الأديان ومضمونه إبدال طعام بطعام فهذا من تحريف المحرفين.

س3: ما هي مفسدات الصيام؟

ج: يبطل الصيام ويفسده كل ما وصل إلى الجوف من طعام أو شراب، كذلك جماع الرجل زوجته في نهار رمضان.

س4: هل يشترط التلفظ بنية الصيام باللسان؟

ج: لا يشترط التلفظ بالنية، فمن تسحر بالليل قاصدا الصيام تقربا إلى الله بهذا الإمساك فهو: ناو، ومن عزم على الكف عن المفطرات أثناء النهار فهو ناو، كذلك وإن لم يتسحر وما يؤيد مذهب الشافعية ورجحه على قول مالك، أن صيام كل يوم عبادة مستقلة لأن بطلان صيام يوم لا يبطل غيره ولتخلل المفطرات بين صيام اليوم والذي يليه فيجب على المسلم نية الصيام لكل يوم من رمضان على حده ويجب أن تكون النية قبل طلوع الفجر.

س5: من أصبح جنبا في نهار رمضان هل يجب عليه القضاء، أم أن صيامه صحيح ولا يجب عليه سوى غسل الجنابة؟

ج: من أصبح جنبا في نهار رمضان فإن صيامه صحيح ولا يجب عليه سوى الاغتسال فقط.

س6: من أكل أو شرب ناسيا في نهار رمضان هل عليه شيء من قضاء أو نحوه؟

ج: من أكل أو شرب ناسيا في صيام فرض أو نفل فصيامه صحيح، وليتم صومه، لخبر الصحيحين أن النبي صلى الله عليه وسلم قال {من نسي وهو صائم فأكل أو شرب فليتم صومه فإنما أطعمه الله وسقاه}.

س7: هل يجوز للمريض مرضا مزمن أن يدفع كفارة الإفطار نقدا نهاية الشهر عن كل يوم أفطره؟ وكيف يتم تقييمها؟ أم يتوجب عليه إطعام مسكين عن كل يوم خلال الشهر الفضيل؟

ج: المريض مرضا مزمن يجوز له الفطر وعليه أن يطعم عن كل يوم مسكينا وجبتين من أوسط ما يطعم أهله، فإن أخرج قيمة الفدية نقدا جاز والله أعلم.

س8: ما حكم من غلبه القيء في نهار رمضان، أعليه الفطر، أم مواصلة الصيام من دون حرج؟ من غلبه القيء في نهار رمضان فصيامه صحيح ولا حرج عليه أما من استقاء عامدا فصيامه باطل.

س9: ما حكم خلع الضرس في نهار رمضان وبالأخص مع خروج الدم وربما ابتلاع بعضه ايضا ؟

ج: خلع الضرس في نهار الشهر الفضيل لا يبطل الصوم حتى وإن سال الدم، أما إذا ابتلع بعض الدم بلا قصد منه فلا شيء عليه وصيامه صحيح وإن بلع الدم مختارا فصيامه باطل.

س10: ما حكم النخامة وما ينزل من الأنف، كذلك ما يخرج من الجوف كالبلغم في نهار رمضان إذ أن بعض الصائمين يعاني من الوسوسة في ذلك؟

ج: إذا كان البلغم في الحلق فهو كابتلاع الريق العادي لا يفطر باتفاق، أما إذا وصل شيء من ذلك إلى فضاء الفم وأمكنه بصفه ومجه لكنه ابتلعه فلفقهاء في ذلك رأيان.

س11: حكم استعمال التحاميل والحقن ومراهم البواسير الشرجية هل تؤثر على صحة الصوم؟
ج: استعمال التحاميل والحقن ومراهم البواسير الشرجية لا يؤثر على صحة الصوم، لأن كل هذا ليس أكلا ولا شربا ولا في معنى الأكل والشرب والله أعلم.

س12: هل يجوز التبرع بالدم لضرورة قصوى ولمن هو بأمر الحاجة إليه أثناء الصوم؟
ج: التبرع بالدم في نهار رمضان لا يفطر الصائم سواء كان للتحليل أم للتبرع أم لأي غرض طبي آخر فهذا لا يفطر الصائم لأنه كالحجامة لا تفتقر الصائم على الراجح من آراء العلماء والله أعلم.

س13: هل يجوز للمعذور عذرا شرعيا لمرض أو سفر أن يجاهر بفطره نهارا كما يفعل الكثير منهم سهوا وربما عمدا؟

ج: ليس من الأدب المجاهرة بالفطر في نهار رمضان لمن أبيح له الفطر حتى لو كانت حائضا أو نفساء فيجب عليها الفطر ولكن لا يستحب لها المجاهرة بذلك، أما من كان عذره ظاهرا كالمريض فلا حرج عليه إذا أفطر أمام الناس لأن عذره ظاهر.

س14: هل يجوز إخراج زكاة الفطر في بداية رمضان وأوسطه، أم يشترط في إخراجها قبل يوم أو يومين من عيد الفطر؟

ج: فرض رسول الله ﷺ زكاة الفطر طهرة للصائم من اللغو والرفث وطعمة للمساكين، وبين النبي ﷺ حكمة مشروعية زكاة الفطر فقال {أغنوهم عن طواف هذا اليوم} رواه البيهقي في السنن، وتجب على كل مسلم عنده قوت يومه فهي تجب على الغني والفقير المالك لمقدار الصاع، وتجب زكاة الفطر على الصغير والكبير والذكر والأنثى من المسلمين ويجوز تقديم إخراج زكاة الفطر من أول يوم من شهر رمضان ويجوز إخراجها في أي وقت من أيام رمضان شرط أن تخرج قبل صلاة العيد.

س15: وما هي قيمة زكاة الفطر، وهل يجوز إخراجها نقدا، أم يشترط فيها أن تكون عينا؟

ج: روى البخاري ومسلم عن ابن عمر رضي الله عنهما، أن رسول الله ﷺ {فرض زكاة الفطر من رمضان صاعا من تمر أو صاعا من شعير علي العبد والحر والذكر والأنثى والصغير والكبير من المسلمين}، فقيمة زكاة الفطر صاع من غالب قوت البلد وهو ما يساوي ثلاث كيلو غرامات تقريبا من غالب قوت البلد، أرز أو قمح أو شعير أو غير ذلك ويستحب الزيادة على القدر المحدد شرعا، ويجوز إخراج زكاة الفطر نقدا، قال بذلك عمر بن عبد العزيز والحسن البصري وسفيان الثوري وأبو حنيفة النعمان والبخاري، وهذا ما أرجحه والله أعلم.

لافتات ولفتات إنسانية رمضان

قال تعالى: ﴿وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا﴾

[الإنسان: 8]

(سلة الفواكه والخضار للمتغف العابر والمار)

من الأعمال الرحمانية المهمة التي طبقها بعض باعة الفاكهة والخضار في رمضان خلال الأعوام القليلة الماضية وبما يستدعي التذكير بها والتشجيع عليها هي (سلة الفواكه والخضار للمتغف العابر والمار)، حيث يتنازل المتبضع وبعد الفراغ من تسوقه في محال الخضار والفواكه عن موزة واحدة. عن تفاحة. عن خيار. عن برتقالة. عن حبتي طماطم. ثلاث حبات بطاطا. .. حبتي باذنجان. .. الخ، ليضعها كلها في سلة ثابتة موضوعة عند باب البقالة الرئيس مكتوب في قطعة معلقة وسطها عبارة: "ضع ما زاد عن حاجتك. لمساعدة من هو بأمس الحاجة لها"، ليمر المتغفون والعاطلون وذوي الدخل المحدود قبيل موعد الإفطار أو نهاية اليوم، وعند الاسحار فيأخذوا منها ما يحتاجونه بلا مقابل من دون أن يعرفوا من الذي وضع الفواكه والخضار في هذه السلال طمعا بالأجر والثواب.

(خبز المتغفين في رمضان مجاني)

وهذا عمل إنساني ورحماني آخر تم تطبيقه في العديد من الدول الإسلامية ويتضمن شراء الميسورين لربطات الخبز من الأفران ووضعها داخل سلال أنيقة موضوعة عند أبواب المخازن مكتوب على كل منها: (خذ ما تحتاجه من الخبز، ودع الباقي لغيرك).

(أمبيرك على حسابي)

من التجارب الرمضانية الواعدة والتي أتمنى إعمامها هي تخفيض أسعار المولدات الكهربائية الأهلية إلى النصف، وإعفاء بعض الأسر الفقيرة من الفاتورة خلال الشهر الفضيل، وذلك في مبادرة رمضان رحمانية وإنسانية طيبة يتبناها أصحاب المولدات الأهلية، وحبذا لو تنازل بعضهم عن أجور المولدات السحب لشهر رمضان بالكامل وبخاصة للعوائل المتغفة وذات الدخل المحدود.

(وَمَنْ أَحْيَاهَا)

أقترح تخفيض أسعار الأدوية خلال الشهر الفضيل وذلك في مبادرة رحمانية يتبناها أصحاب المذاخر والصيدليات، إضافة إلى تخفيض أجور الفحص والتشخيص من قبل الأطباء في العيادات الاستشارية العامة والخاصة، فضلا على تخفيض أسعار التحليل والاشعة والسونار والايكو والمفراس والرنين ونحوها من قبل أصحاب مختبرات التحليلات المرضية. كما أقترح تخفيض أسعار التضميد وزرق الإبر وقياس الضغط والسكري والحرارة ليتبناها المضمدون والمعاونون الطبيون، وأتمنى أن يخط كل واحد من الأنف ذكرهم على واجهة صيدليته، عيادته، مختبره، مذكره، لافتة صغيرة مكتوب عليها ((تخفيض الاسعار بنسبة 25 - 50 % بمناسبة شهر الصيام والقيام))

(يا مالك العقار لطفا خفض الإيجار)

لا يفوتني أن أقترح إعمام تجربة تخفيض أو التنازل عن إيجار الشقق والمحال والدكاكين لشهر رمضان المبارك جزئيا أو كليا، من قبل مالكي العقارات والعمارات الميسورين ماديا و المقتردين

والأثرىاء لصالح المتعففين والكادحين والعاطلين وذوي الدخل المحدود حسبة لله تعالى في رمضان طمعا بالأجر والثواب ولإدخال الفرح والسرور على قلوب المستأجرين في هذا الشهر الكريم.

تجربة (المسحراتي المتطوع بإيقاظ النيام مع الإطعام)

معلوم بأنه وفي معظم الدول الإسلامية هناك عادة فلكلورية رمضانية رائعة تعرف بـ المسحراتي ولاسيما في الأحياء التي لا يسمع فيها صوت الأذان إلا بصعوبة حيث يتطوع بعض الصائمين للعمل على إيقاظ العوائل الكريمة وقت السحر ليتنسى للصائمين إعداد سحورهم وتناولهم قبل موعد أذان الفجر، مستخدما صوته الجهوري الرخيم مع أدوات مساعدة ومن أبرزها الطيلة مرددا عبارات بليغة وبأنغام جميلة نحو: "يا صائم قم ووحد الدائم" و"يا نايم وحد مولاك، ولا تنسى ذكر الخالق الذي لا ينساك" و"قوموا على سحوركم، ولا يفوتكم الدعاء والتهجد والاستغفار في بيوتكم" وغيرها.

وفي بعض الدول يحمل المسحراتي معه قائمة بأسماء العوائل الكريمة من سكنة الأزقة القديمة ليقف أمام كل بيت مناديا باسم كبير العائلة ورب الأسرة، وانطلاقا من ذلك استحدث بعضهم فكرة رحمانية جميلة تتضمن عناوين العوائل الفقيرة في عامة المنطقة حيث يزود الموسرون – المسحراتية – ببعض المواد التموينية والغذائية المهمة ليضعها المسحراتي بنفسه أثناء تجواله على عتبة دور هذه العوائل الكريمة مرددا عبارة "يا أصحاب الدار، تسحروا وافرحوا وصلوا على المصطفى المختار"، وذلك في تجربة إنسانية فريدة مستلهمة من روح الشريعة الغراء حري بالجميع إعدامها في جميع الدول الإسلامية.

(خيام رمضان وموائد الافطار الجماعية)

أقترح إطلاق ما يعرف بـ"خيام" أو "موائد الافطار الجماعية" في كل مكان، في الأزقة، في الحارات، في المناطق الشعبية، في الميادين والساحات العامة ليجود الخيرون بأطعمتها وفاكهتها وحلوياتها ومشروباتها الباردة والساخنة، وليأكل طعامها سائر الصائمين ولاسيما من المستطرقين والكادحين والعاطلين والمتعففين وعمال النظافة والدليفي وسواق التاكسي والتكتك وغيرهم على أن تكون بعيدة كل البعد عن الصور والشعارات والدعايات والإعلانات والاجندات والبروباغندات المناطقية والعشائرية والانتخابية والسياسية ليكون العمل خالصا لوجهه تعالى.

(خيرات رمضان للحد من تداعيات الغلاء والحرمان)

ويتضمن توزيع "سلال رمضان" بواقع سلة واحدة لكل عائلة متعففة بداية الشهر الفضيل على أن تكرر التجربة منتصفه وأواخره كذلك، تتضمن كل سلة منها "قنينة زيت طعام + علبة معجون طماطة + كيس عدس + كيس شاي + كيس رز + كيس سكر + كيس حليب + كيس طحين صفر أبيض + كيس سباكيتي + كيس معكرونة + كيس شعرية + كيس ماش + كيس فاصوليا + كيس لوبيا حمراء + اكياس اندومي خضار ودجاج" وما شاكل.

(مشروع الإفطار أجر لا ينقطع في الإقامة والأسفار)

الحق يقال أن أشد ما لفت انتباهي وأثار إعجابي ذلك المشروع الخيري الرائع الذي أطلقتته في رمضان من العام الماضي (سواعد الاطعام) في مصر الحبيبة والمخصص لإفطار الصائمين في رمضان داخل القطار على التمر والماء واللبن وبعض الاطعمة الخفيفة التي يجود بها الخيرون. ولا يسعني هاهنا إلا أن اقترح اقتباس التجربة وإعدامها خلال شهر رمضان لتوزيع طعام الافطار بين الصائمين في كراجات النقل العامة ومحطة القطار أثناء المغادرة والوصول والانتظار من جهة، وداخل القطارات أثناء سيرها من جهة أخرى، قبيل أو بعيد أن يحين موعد الافطار بحسب التوقيت المحلي لكل دولة.

(إحياء المآدب الرمضانية)

أتمنى من كل قلبي المحافظة على مآدب المساجد الرمضانية العامة واتساع رقعتها وتنويع موائدها أكثر فأكثر، مشفوعة بالمواظبة على توزيع قناني المياه المعدنية + اللبن الشنينة + التمر + الشورية بين الصائمين في عموم المساجد وطيلة الشهر الفضيل، امتثالا للحديث النبوي الشريف ” مَنْ فَطَرَ صَائِمًا، كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ، غَيْرَ أَنَّهُ لَا يُنْقَصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْءٌ ”.

(اتلاف دفاتر الديون)

وهي عادة تراثية انسانية قديمة قد أعيد احيائها مجددا امتثالا للحديث النبوي الشريف: ” مَنْ أَنْظَرَ مُعْسِرًا أَوْ وَضَعَ لَهُ، أَظْلَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ تَحْتَ ظِلِّ عَرْشِهِ يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلَّا ظِلُّهُ ”. وأرجو أن لا تنحصر عملية اتلاف دفاتر الديون وتحمل تكاليفها بأصحاب الدكاكين والمحال التجارية وإنما بعامة الناس حيث يقوم الموسرون بالذهاب الى صاحب الدكان ليطلبوا منه دفتر الديون لدفع ما فيه من مستحقات مالية متراكمة بذمة الناس ومعظمهم من الفقراء ومن ثم يمزقون الصفحة التي تم دفعها ليقوموا بإحراقها وحبذا لو صوروا مجمل العملية تمهيدا لبثها على التيك توك وانستغرام والريلز ويوتيوب وبقية المنصات لتكون سنة حسنة لكل من يشاهدها ويعجب بها وبما يستحق التقليد والاقتباس.

Roses and basil in the rulings and etiquette of fasting in Ramadan

said: (The month of Ramadan in which the Qur'an was revealed as guidance for mankind and clear proofs of guidance and the criterion).

- The fasting person must have a separate intention for each day, and it is not required to verbalize it as long as he has intended to fast in his heart.
- Whoever has an excuse should conceal his breaking of the fast, as it is not in accordance with the etiquette of the month of fasting to openly break the fast.
- Whoever wakes up in a state of ritual impurity, his fast is valid. And whoever eats or drinks forgetfully during the day in Ramadan, let him complete his fast.
- Insulin injections for diabetic patients do not break the fast.

Reporting and interview by: Ahmed Al-Hajj Joud Al-Khair

Translation and design assistance provided by: Qabas Al-Ani

Etiquette and recommended practices of fasting

- Make sure to eat the pre-dawn meal (suhoor), and delay it until the last third of the night, because the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said: "Eat the pre-dawn meal, for there is blessing in it".
- Hastening to break the fast, after being absolutely certain that the time has arrived, because the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said: "People will continue to be in a good state as long as they hasten to break the fast".
- When it is time to break the fast, it is recommended to break the fast with three fresh dates or three dried dates, and to drink water, preferably before praying the Maghrib prayer.
- It is recommended to recite the supplication that has been narrated after breaking the fast: "The thirst has gone, the veins are moistened, and the reward is confirmed, God willing." As for the time before breaking the fast, it is recommended to supplicate with whatever one wishes, especially with supplications that are narrated and include the good of this world and the hereafter. Regarding this, the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said: "Three whose supplication is not rejected: the just ruler, the fasting person until he breaks his fast, and the supplication of the oppressed

is carried on the clouds, and the gates of heaven are opened for it, and the Lord, the Almighty and Majestic, says: By My might, I will surely help you, even if after a while” .

- Increase the recitation of the Holy Quran, listen to it attentively, and frequently supplicate and seek forgiveness during the days and nights of Ramadan, maintain the morning and evening remembrances, and the daily portion of the remembrances transmitted after the obligatory prayers, and the same applies to the confirmed and regular Sunnah prayers, and be consistent in performing the Duha prayer in the morning before noon, and the Witr prayer at night after Isha, while being keen to give charity frequently, and to do good and acts of kindness, as it was mentioned in the fragrant Prophetic biography: “The Messenger of God - may God bless him and grant him peace - was the most generous of people, and he was most generous in Ramadan when Gabriel would meet him, and he would meet him every night of Ramadan and they would study the Quran together. The Messenger of God - may God bless him and grant him peace - was more generous with good than the blowing wind”.
- Being keen to perform the night prayer in the mosque in congregation, known as Tarawih prayer, as well as being keen to perform the night prayer in the mosque during the last ten days of Ramadan, known as Tahajjud prayer, and similarly the Sunnah of I’tikaf in the mosque for those who are able to do it, while maintaining the performance of congregational and Friday prayers in the mosque.

Disliked actions that invalidate fasting or reduce its reward

- It is necessary to restrain the tongue and avoid backbiting, gossip, and idle chatter about things that are of no benefit whatsoever.
- Avoid winking, slander, backbiting, and obscene and vulgar language.
- Avoid laziness, excessive sleep, and wasting time watching entertainment programs and television series, which are mistakenly and excessively known as Ramadan series, and which do not benefit the fasting person at all. This is a month of giving, obedience, and competing in good deeds and doing good, not a month of series, entertainment, and competitions.

- Avoid anger, excessive emotional outbursts, tension, and clashes with others.
- It is necessary to turn a blind eye to everything that God Almighty has forbidden.
- It is necessary to stop causing harm in word, deed, and approval.
- Avoid tasting food, excessively inhaling perfumes, and excessively inhaling water and rinsing the mouth during ablution.
- Avoid eating food greedily during Iftar and Suhoor and in between, as this is harmful to health, physically exhausting, socially off-putting, and contrary to the values, message, goals, and noble objectives of fasting. If it is necessary, as stated in the good hadith: “The son of Adam does not fill a vessel worse than his stomach. A few morsels are enough for the son of Adam to keep him upright. If he must eat more, then a third should be for his food, a third for his drink, and a third for his breath”.

The sum of all that has been mentioned is the saying of the Messenger of God, may God bless him and grant him peace: “Whoever does not give up false speech and acting upon it, God has no need for him to give up his food and drink.” This does not mean that one should abandon fasting if one is unable to do so, either entirely or completely. Rather, it is a noble prophetic call to abandon false speech and every evil deed, and not the other way around.

In this regard, the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said: “Fasting is a shield. So, if one of you is fasting, let him not speak obscenely or act foolishly. If someone insults him or fights him, let him say, ‘I am fasting’”.

Important questions and answers for those fasting

said: And We did not send before you any but men to whom We revealed. So, ask the people of knowledge if you do not know. [An-Nahl: 43].

It is known among jurists that presenting legal opinions is one thing, and issuing a fatwa on a question is another; because issuing a fatwa only happens after a thorough inquiry about the incident, its circumstances, the surrounding conditions, the situation of the person seeking a fatwa, his situation, and other things. As for legal opinions, they are absolute without restriction, and not all of them may be compatible with the situation of the questioner we want to answer. What we will mention here is in the form of a fatwa and not in the form of presenting legal opinions.

The answers of the Fatwa Committee of the Iraqi Fiqh Council to questions related to the rulings of fasting were kindly provided by the following esteemed scholars: (Dr. Abdul-Munim Al-Hiti, Dr. Mahmoud Al-Ani, Dr. Abdul-Sattar Abdul-Jabbar, Dr. Mish'an Al-Issawi, Dr. Daa Al-Din Al-Saleh, Dr. Hussein Ghazi, Dr. Saeed Muhi Al-Din, Dr. Abdullah Jassim, and Dr. Taha Al-Zaydi).

Q1: What is the time for fasting and the Fajr prayer call, and what is the time for breaking the fast?

A: The time to stop eating, drinking, and breaking the fast is when true dawn appears; This is what is explained by the Almighty's words: (And eat and drink until the white thread of dawn becomes distinct to you from the black thread [of night]). When the verse was revealed, Adi ibn Hatim, may God be pleased with him, said and eat and drink until the white thread of dawn becomes distinct to you from the black thread. I kept looking at them during the night, but I could not distinguish them. So, I went to the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, and told him about it. He said: That is only the blackness of the night and the whiteness of the day. (Narrated by Al-Bukhari and Muslim). He explained the time of abstaining from food and drink as the time of the dawn.

The time for breaking the fast is when the sun sets, as stated in the verse: "Then complete the fast until nightfall. "This was clarified by the Prophet (peace and blessings be upon him). He said: "When the night comes and the day goes, and the sun sets, then the fasting person has broken his fast. " Narrated by Muslim. He explained the beginning of the night as the setting of the sun, and this is the time of the Maghrib prayer.

Q2: We ask you to explain in general what invalidates fasting.

A: The things that invalidate fasting, as agreed upon by the jurists, are five, as follows:

- Eating and drinking intentionally
- sexual intercourse
- Ejaculation with lust and by choice, and there is no harm in being in a state of ritual impurity for the fasting person, based on the hadith of Aisha - may God be pleased with her - who said: ((The Prophet, may God bless him and grant him peace, would be overtaken by dawn in Ramadan without having had a dream, so he would perform ghusl and fast)) agreed upon, and the hadith of Umm Salamah - may God be pleased with her - who said: ((The Messenger of God, may God bless him and grant him peace, would wake up in a state of ritual impurity from intercourse, not from a dream, then he would not break his fast nor make it up)) narrated by Muslim.

- Intentionally vomiting. On the authority of Abu Hurairah - may God be pleased with him - the Messenger of God - may God bless him and grant him peace - said: ((Whoever vomits involuntarily, there is no need for him to make up the fast, but whoever vomits intentionally must make it up.)) Narrated by Abu Dawud, Al-Tirmidhi, Ibn Majah and Ahmad. The noble hadith is evidence that if a fasting person vomits intentionally, his fast is invalidated, and he must make it up. Ibn Al-Mundhir said: (They agreed on invalidating the fast of one who vomits intentionally). As for one who vomits involuntarily and it comes out without his choice, his fast is valid and there is nothing required of him.
- The discharge of menstrual and postpartum blood, as the Prophet, may God bless him and grant him peace, said: “Isn’t it true that when a woman menstruates, she neither prays nor fasts?” Narrated by Al-Bukhari.
- If a woman sees menstrual or postpartum blood, her fast is invalidated, even if it occurs a moment before sunset. However, if a woman feels the onset of menstrual blood but it does not appear until after sunset, her fast is valid and her fast for that day is considered complete. And God knows best.

Q4: What is the ruling for someone who becomes ritually impure during the day in Ramadan? Does he have to make up the fast, or is his fast valid?

A: If someone becomes ritually impure (junub) at night and then begins fasting, but does not perform ghusl (ritual purification) until after dawn, his fast is valid. Many hadiths support this. For example, Aisha reported that a man said, “O Messenger of Allah, I am sometimes in a state of ritual impurity (junub) when the time for prayer comes, yet I fast. ” The Messenger of Allah (peace and blessings be upon him) replied, “I am also sometimes in a state of ritual impurity (junub) when the time for prayer comes, yet I fast. ” The man said, “You are not like us, O Messenger of Allah. Allah has forgiven you your past and future sins. ” The Prophet (peace and blessings be upon him) said, “By Allah, I hope that I am the most God-fearing among you and the most knowledgeable of what to be wary of. ” (Narrated by Muslim). Aisha also reported that the Prophet (peace and blessings be upon him) would sometimes wake up in a state of ritual impurity (junub) from intercourse—not from a wet dream—and then fast during Ramadan. (Agreed upon). Umm Salama reported that the Messenger of Allah (peace and blessings be upon him) would sometimes wake up in a state of ritual impurity (junub) from intercourse—not from a wet dream—and then neither break his fast nor make it up later. (Narrated by Muslim).

These hadiths were used by the majority of scholars as evidence for the validity of the fast of one who wakes up in a state of ritual impurity (junub), regardless of whether the impurity resulted from sexual intercourse or nocturnal emission. Imam al-Nawawi asserted that there was a consensus on this matter, and Ibn Daqiq al-Eid stated that it had become a consensus or something close to it. And God knows best.

Q5: Is it necessary to have the intention to fast for each day in Ramadan, or is one intention at the beginning of the holy month sufficient for all of that? And is it required to verbalize the intention or not?

A: The fasting person must have a separate intention for each day of the obligatory fast in the month of Ramadan, because fasting each day is an independent act of worship, so it must have an intention. This is the opinion of the majority of scholars from the Hanafis, Shafi'is, and Hanbalis. Malik said, and it is a narration from Ahmad: One intention is sufficient for the whole of Ramadan, and for what is similar to it from every fast that must be consecutive, such as the expiation for zihar and the like, because it is one act of worship, so one intention is sufficient for it, like prayer and Hajj. As for what does not have to be consecutive, such as making up for Ramadan and the expiation for an oath, then it is necessary to renew the intention for each day.

opinion is the more correct and the one that is given fatwas. Therefore, for the fast to be valid, there must be an intention made the night before for each of the mentioned days, whether the fasting of those days is consecutive or separate.

Verbalizing the intention is not required for fasting, as long as one intends to fast in their heart. Rather, it is required to make the intention before dawn, based on the Prophet's saying (peace and blessings be upon him): "Whoever does not intend to fast before dawn, then there is no fast for him." And God knows best.

Q6: If someone eats or drinks forgetfully during the day in Ramadan, is there anything required of him to make up for it or anything similar?

A: Whoever eats or drinks forgetfully, there is no blame on him, and it is sustenance that God has provided to him, as mentioned in the hadith of the Prophet, may God bless him and grant him peace.

Q7: Every year, there are many questions about needles and injections into the muscle and vein, as well as insulin injections for diabetic patients, and enemas for some people with severe constipation. The question is also related to the ruling on using suppositories and anal hemorrhoid ointments, whether they break the fast or not.

A: As for injections into the muscle, they do not break the fast. As for injections into the vein, they do not break the fast unless they are nourishing. Some scholars have held that if they are nourishing, then they break the fast, while others have held that fasting is not broken by any injection into the muscle or vein. Likewise, insulin injections for diabetic patients do not break the fast. An enema breaks the fast according to the majority opinion, and this is the more cautious view. Likewise, suppositories and anal ointments for hemorrhoids break the fast according to the majority opinion, and there are some contemporary scholars who have permitted them.

Q8: What about nasal, ear, and eye drops? Do they break the fast or not, especially since their bitterness appears in the mouth shortly after their use?

A: Eye drops do not break the fast, but nasal drops, if the drops reach the roots of the nostrils, then they break the fast. If it only reaches the front of the nose, it does not break the fast. As for ear drops, if the eardrum is not perforated, they do not break the fast.

Q9: What is the ruling for pregnant and breastfeeding women? Are they allowed to break their fast and only have to make it up later, like the sick person, or do they have to make it up and pay expiation together?

A: If a pregnant or breastfeeding woman fears for her own health, and this is confirmed through experience or by consulting a Muslim doctor, then she may break her fast and she only has to make it up later.

If a pregnant woman fears for her fetus, and a breastfeeding woman fears for her child, they may break their fast and must make up the missed days and feed a poor person for each day missed, because they are included in the general meaning of God Almighty's words: "And upon those who are able [to fast, but with hardship] is a ransom: feeding a poor person." (Surah Al-Baqarah, verse 184).

Q10: What is the ruling for a woman who did not make up the fasts she owed due to menstruation or postpartum bleeding for several Ramadans?

A: The obligation of a woman who broke her fast in Ramadan due to postpartum bleeding or menstruation is to make up the missed days before the next Ramadan comes, because God Almighty says: "And whoever is ill or on a journey - then an equal number of days [must be made up]" (Surat Al-Baqarah, verse 185). Menstruating and postpartum women are of the same category as the sick and the traveler, so they must make up the missed days.

But if she delays it beyond Ramadan without an excuse, she must repent for that, and she must make up the fast and feed the poor. So she has three

things to do: repentance, making up the fast, and feeding the poor for each day.

But if she delays it due to an illness that prevents her from fasting, then there is no blame on her. She fasts without feeding, and there is no sin on her, because God Almighty says: "So fear God as much as you are able" (Surat At-Taghabun, verse 16).

Q11: Who is the patient who is permitted to break his fast during the day in Ramadan, and does the permission to break his fast allow him to openly break his fast in public in front of people, as many of them do intentionally, unintentionally, or out of ignorance?

A: The illness that permits breaking the fast: that which results in the occurrence of some impermissible thing - or the occurrence of harm - or its increase if it is already occurring - or the fear of a delay in recovery and healing from it, and it is divided into two categories:

The illness that permits breaking the fast, which is an illness that causes hardship beyond what is tolerable.

The illness that necessitates breaking the fast, which is when there is a strong likelihood of death if one fasts. This is determined by consulting a Muslim doctor and through experience.

As for those who have a valid excuse, they should conceal their breaking of the fast, for it is not in keeping with the etiquette of the month of fasting to openly break the fast. Furthermore, such an act invites criticism and backbiting, and encourages those unaware of their excuse to deliberately break their fast and openly commit their sin. It is unbecoming for a Muslim to be the cause of transgressing against one of God's obligatory duties, lest he bear the sin of doing so. And God knows best.

Q12: What is the ruling on someone who has intercourse with his wife intentionally during the day in Ramadan? What is the ruling if he does it forgetfully or ignorantly? And what is the ruling on someone who was not fasting due to a legitimate excuse and had intercourse with his fasting wife during the day?

A: Whoever has sexual intercourse during the day in Ramadan intentionally and without a valid excuse, whether or not he ejaculates, must offer expiation. There is no disagreement among scholars on this point, and their evidence is what was authentically narrated from Abu Hurairah (may Allah be pleased with him), who said: While we were sitting with the Prophet (peace and blessings be upon him), a man came to him and said, "O Messenger of Allah, I am ruined! " He asked, "What is the matter? " The man replied, "I had intercourse with my wife while I was fasting. " The Messenger of Allah (peace and blessings be upon him) asked, "Can

you free a slave? ” The man said, “No. ” He asked, “Can you fast for two consecutive months? ” The man said, “No. ” He asked, “Can you feed sixty poor people? ” The man said, “No. ” The Prophet (peace and blessings be upon him) remained silent... While we were in this state, the Prophet (peace and blessings be upon him) was brought a bundle of dates—and a basket of dates—and he asked, “Where is the one who asked? ” The man replied, “Here I am. ” The Prophet (peace and blessings be upon him) said, “Take this and give it in charity. ” The man said, “To someone poorer than me, O Messenger of Allah? By Allah, there is no household between these two lava fields—meaning the two lava fields—poorer than my household. ” The Prophet (peace and blessings be upon him) laughed until his molars were visible, then said, “Feed it to your family” .

As for the one who has intercourse with his wife forgetfully, mistakenly, or ignorantly, there is no expiation due upon him according to the majority of scholars, due to the Almighty’s saying: “There is no blame upon you for that which you have done unintentionally, ” and due to the Prophet’s saying, may God bless him and grant him peace: “God has relieved my nation of mistakes, forgetfulness, and what they are forced to do. ” Narrated by Ibn Majah.

As for someone who is not fasting due to an excuse such as illness or travel, it is not permissible for him to have intercourse with his fasting wife during the day in Ramadan so as not to invalidate her fast. She has the right to prevent him from doing so and not allow him to have intercourse with her. If she is forced, there is no sin on her, but he is sinful and must ask God for forgiveness and repent to Him. If she is lenient and obeys him or desires it, then she must ask God for forgiveness and repent to Him because she has violated the Ramadan fast by having intercourse, and she is obligated to pay expiation and make up the fast according to the majority of jurists, because it is a punishment related to intercourse, so the man and the woman are equal in this regard.

Q13: What is the ruling on someone who deliberately breaks their fast without illness, travel, or any legitimate excuse? Is it permissible for them to make up for what they missed and neglected if they repent and turn back to God later, or not?

A: Whoever deliberately breaks his fast in the month of Ramadan by eating or drinking, and is not sick or traveling and has no excuse for breaking his fast in Ramadan, is sinful... If he repents and asks God for forgiveness, he must make up what he broke his fast, and there is no expiation due on him, because the basic principle is that expiation is not required except for what has been reported from the Wise Lawgiver, and the Lawgiver has not reported the obligation of expiation except for deliberate intercourse, and anything other than intercourse is not in its meaning.

Q14: We ask you to explain the ruling on someone who loses consciousness and faints during the day in Ramadan while fasting. Is this considered a reason to break the fast or not?

A: If someone intends to fast from the night and begins fasting, then an illness or accident occurs and he faints due to the illness or accident, this fainting does not affect the fast and does not invalidate it. If the fainting continues until the time of breaking the fast (sunset), then his fast for this day is a valid fast. However, if the fainting continues until the second day or for several other days, then on the second day and thereafter he is considered to have broken his fast because he did not intend to fast from the night.

Q15: What about making up missed Ramadan fasts for someone who has a legitimate excuse? Is it obligatory for him to fast them consecutively and quickly immediately after the end of the holy month, or is it permissible for him to make them up gradually and separately? And is there any expiation required of him?

A: It is best for a Muslim to hasten to make up for what he missed of Ramadan due to a legitimate excuse, because of the legal texts that urge hastening to perform acts of obedience and hastening to fulfill the obligation; because death may come upon him unexpectedly, and what he missed remains on his conscience and his guardians do not notice it. It is permissible to make up the fast at any time of the year, before the arrival of another Ramadan, and this is what the majority of jurists have said. According to the hadith narrated by Aisha (may Allah be pleased with her), she said: "I would have days of fasting to make up from Ramadan, and I could not make them up except in Sha'ban, due to my being occupied with the Messenger of Allah (peace and blessings be upon him)." (Narrated by Al-Bukhari and Muslim). Whoever misses Ramadan due to a valid excuse is only required to make up the missed days, unless another Ramadan arrives. If someone delays making up their missed Ramadan fasts until another Ramadan arrives, the majority of scholars say that if the delay was due to a legitimate excuse, they are only required to make up the missed days. However, if they were able to make up the missed days and did not do so without a valid excuse, they are obligated to make up the missed days and pay a ransom (fidyah), which is feeding a poor person for each day missed. This is based on the rulings of some of the Companions, as narrated by Abu Hurairah (may Allah be pleased with him), who said regarding a man who fell ill during Ramadan, then recovered but did not make up the missed days. .. He fasts, until another Ramadan comes upon him. He said: He fasts the one that comes upon him and feeds for the first one; for each day, a mudd of wheat, for each poor person. When he has finished this, he

fasts the one that he neglected. It was narrated by Al-Daraqutni and he authenticated it as a statement of a Companion. It was narrated on the authority of Ibn Umar and Ibn Abbas, may God be pleased with them, that they said: (Feed a poor person for each day). The Hanafi scholars held that he is only obligated to make up the fasts. Because of the general statement of God Almighty: “So whoever among you is ill or on a journey, then an equal number of days [must be made up]. And upon those who are able [Fasting for] a limited number of days. So whoever among you is ill or on a journey [during them] - then an equal number of days [are to be made up]. And upon those who are able [to fast, but with hardship] - a ransom [as substitute] of feeding a poor person [each day]. And whoever volunteers excess - it is better for him. But to fast is best for you, if you only knew.

[Al-Baqarah: 184], it includes what he made up before the second Ramadan or after it, and God Almighty did not mention feeding; It was not reported that the Prophet, may God bless him and grant him peace, commanded feeding, so he is only obligated to make up the missed days. It is possible to differentiate between those who delay making up the missed days due to an excuse, and those who delay it out of laziness without an excuse until the next Ramadan arrives, and they are obligated to make up the missed days. It is recommended for them to feed a poor person for each day, without obligation, to avoid disagreement.

As for sequential and consecutive fasting in making up missed days, consecutive fasting is not obligatory in making up missed days of Ramadan. This is agreed upon by the majority of jurists, due to the generality of the Almighty’s statement: “Then an equal number of days [must be made up]” [Al-Baqarah: 184]. God Almighty made the obligation of making up missed days general and did not restrict it to consecutive fasting. This is also based on the statement of Ibn Abbas, may God be pleased with them both: “There is nothing wrong with making them up separately. ” This was narrated by Al-Bukhari in a suspended form. It is because it is a fast that is not tied to a specific time, so consecutive fasting is not obligatory in it. If one makes it up consecutively, it is better so that the making up is in the same manner as the original performance. Imam Ibn Hazm and others held that consecutive fasting is obligatory in making up missed days of Ramadan, but the more correct view is that of the majority, which is that consecutive fasting is recommended.

Q16: What is the ruling for someone who is overcome by vomiting during the day in Ramadan? Is it obligatory for him to break his fast, or to continue fasting without any hardship?

A: There is no disagreement among scholars that if someone vomits unintentionally, but it overcomes them against their will, their fast is valid and they can continue fasting for the rest of the day without having to make it up. However, if someone intentionally induces vomiting by any means, whether by putting their finger in their mouth or otherwise, their fast is invalidated and they must make it up, because intentionally inducing vomiting breaks the fast. The Prophet (peace and blessings be upon him) said: “Whoever vomits unintentionally does not have to make up the fast, but whoever induces vomiting must make it up.” (Narrated by al-Tirmidhi and Ibn Majah). “Uttered unintentionally” means that it came out before them and overcame them.

Q17: Does donating blood affect the validity of the fast of the donor due to the urgent need to save the life of someone who desperately needs blood bags that match his blood type?

C- The issue of the effect of blood donation by a fasting person on the validity of his fast is measured against cupping. The majority of jurists have concluded that cupping and similarly blood donation do not invalidate the fast, because the Prophet, may God bless him and grant him peace, underwent cupping while he was fasting. Narrated by Al-Bukhari, and on the authority of Umm Alqamah, who said: “We used to have cupping done at Aisha’s house while we were fasting, and Aisha’s nephews were there, and she did not forbid them.” The Hanbalis held that cupping and similarly blood donation invalidate the fast and break the fast, because the Prophet, peace and blessings be upon him, said: “The one who performs cupping and the one who is cupped have broken their fast.” Narrated by At-Tirmidhi. The more correct view is that of the majority, and this hadith is abrogated. However, it should be emphasized that unless there is a necessity to save a life, it is better for someone who fears that cupping will weaken him or that blood donation will affect him to postpone it until night, because he may be forced to break his fast because of it. Ibn Umar, may God be pleased with him, used to have cupping done while fasting in Ramadan and at other times, then he stopped because of weakness. Narrated by Al-Bukhari in a suspended narration and by Malik in Al-Muwatta. Anas bin Malik, may God be pleased with him, was asked: “Did you dislike cupping for the fasting person?” He said: “No, except because of weakness.” This was during the time of the Prophet, peace and blessings be upon him. Narrated by Al-Bukhari.

Q18: What is the ruling on using a miswak and toothpaste during the day in Ramadan? And what about tooth extraction, root canal filling, dental implants, and the like, at the specialist doctor’s clinic due to urgent necessity during the day in Ramadan for the fasting person?

A: Using a miswak is recommended because the Prophet, may God bless him and grant him peace, said: “The miswak is a purifier for the mind and pleasing to the Lord.” Narrated by Al-Bukhari.

It is not disliked for a fasting person to use a miswak at any time, whether before or after noon. This is the view of the Hanafi school, and it is a statement of Al-Shafi’i, and a narration from Ahmad.

As for toothpaste, its ruling is the same as that of a miswak if one is certain that nothing will enter his stomach. It has been said that it is not recommended for a fasting person to use a miswak or anything similar after noon.

As for filling, cleaning, and extracting teeth during the day in Ramadan, it does not affect the validity of the fast; rather, it is permissible provided one is careful not to swallow any of the medicine or blood. Similarly, an anesthetic injection does not affect the validity of the fast, as it is not considered eating or drinking and does not reach the stomach.

The presence of a taste of dental fillings in the mouth does not affect the validity of the fast if it does not reach the throat, and likewise if the taste alone reaches the throat, i. e. if nothing of the substance is dissolved, then it does not break the fast.

Q19: Some people believe that swimming in the river or sea and diving into the water during the day makes a fasting person considered to have broken their fast. What do you say?

A: The scholars have stated that it is permissible, even if only to cool down, if the swimmer is reasonably certain that water will not enter his stomach through the nose (especially if his eardrum is pierced) or through the mouth, and he is a good swimmer in a way that ensures he can maintain his fast. In that case, there is nothing wrong with him swimming, and its ruling is the same as the ruling for a fasting person taking a bath.

Q20: Some fasting people suffer from obsessive-compulsive disorder regarding phlegm, swallowing saliva, what comes out of the nose, and what comes out of the stomach like phlegm during the day in Ramadan. Is it considered one of the things that invalidate the fast if it overcomes its owner and he does not remove it and get rid of it as it should be removed?

A: The fasting person should avoid phlegm and not try to draw it into his mouth from the bottom of his throat. But if it comes out into the mouth, he should expel it, whether he is fasting or not. Al-Nawawi said: “If phlegm does not reach the visible part of the mouth, it does not harm by consensus. But if it reaches it by flowing from the brain into the opening through it to the farthest part of the mouth above the throat, then it should be considered. If he is unable to expel it and spit it out until it descends into the stomach, it does not harm. But if he returns it to the space of the mouth or it returns

to it and then he swallows it, he breaks his fast according to the school of thought..." (Al-Majmu' 6/319).

If phlegm comes down from the nose and is taken directly into the stomach, there is no harm in that. If it comes down to the front of the mouth, it must be expelled. As for saliva, there is no harm in swallowing it because it comes from within and is not from outside.

A Muslim should not be preoccupied with this matter, nor open a door for Satan to enter and trouble him to the point of making him dislike fasting. He should not dwell on the presence or absence of saliva, so he should swallow it without any harm.

Q21: What is the ruling on cupping during the day in Ramadan for a fasting person?

A: Cupping is permissible and does not invalidate the fast. The Prophet, may God bless him and grant him peace, underwent cupping while fasting, and this occurred after the conquest of Mecca. This abrogates what has been reported in conflicting hadiths.

Q22: We occasionally hear some fatwas that permit university and high school students to break their fast during exam days. Is there a legitimate justification that permits students to break their fast for this purpose?

A: Exams are not an excuse for breaking the fast in Ramadan, and fasting does not conflict with a person's activity of studying, working, and so on. This is from the whispers of Satan.

Q23: Many people with strenuous professions, such as builders, blacksmiths, bakers, laborers, and the like, claim that they have the right to break their fast during Ramadan because of the hardship they face in earning their living. There are fatwas that permit them to do so. Is their action correct and in accordance with the legal rulings of fasting?

A: Since fasting began, those who fast have been carrying on with their work and life affairs. Work is not an excuse for breaking the fast. The employer eats his pre-dawn meal, prepares, and goes out to work while fasting. If he finds himself unable to continue and reaches a state similar to that of a sick person, he breaks his fast and makes it up on another day.

Q24: If someone intends to travel during the day in Ramadan, how should he act? Should he break his fast before leaving the town limits while having the intention to travel, or is it a condition to leave its limits before breaking his fast?

A: A traveler may break his fast during Ramadan, taking advantage of the dispensation granted to him by God Almighty. He must then make up the days he missed. God Almighty says: (And whoever is ill or on a journey -

then an equal number of days [must be made up]) Al-Baqarah/185. If someone is in his town and then intends to travel, he is not considered a traveler until he leaves the inhabited area of his town. It is not permissible for him to take advantage of the concessions for travel, such as breaking the fast and shortening prayers, merely by intending to travel, because God Almighty only permitted breaking the fast for the traveler. He is not considered a traveler until he leaves his town, as God Almighty says: (So whoever sights [the new moon of] the month, let him fast it) Al-Baqarah/185. The one who sights [the new moon] is the one who is staying in his home and is not considered a traveler until he leaves the town. As long as he is in the town, he has the rulings for residents, not travelers. Therefore, he must leave the boundaries of his town with the intention of traveling in order to take advantage of the legal concessions for travel.

Q25: What is the distance that permits a fasting person to break their fast and a worshipper to shorten their prayers, considering them as a traveler? And is what some people do in terms of tricks that they like to describe as “legitimate,” which is represented by going outside the town limits and then returning to it to enter into the ruling of a traveler, considered a legitimate act if necessity requires it?

A: Scholars have differed greatly regarding the distance at which prayers may be shortened, with up to twenty different opinions, but only two of them are considered authoritative:

The majority of scholars from the Maliki, Shafi'i, Hanbali, and some Hanafi and Hadith scholars say that shortening prayers is not permissible except on a journey of two stages, which is forty-eight Hashemite miles, also referred to as four Burds, which is approximately 80 kilometers.

A group of scholars believe that there is no limit to the length of a journey, whether long or short. Whatever is considered a journey according to custom allows for shortening prayers and taking concessions. This is the view of the Zahiri school and some Hanbalis.

The most likely opinion is that of the majority of jurists, due to the precaution it provides for worship. If the journey is for the aforementioned distance by any means of transport, old or modern, it permits him to shorten the four-rak'ah prayers, or to shorten and combine them, as well as to break the fast on the condition that he makes it up at a later time.

As for trickery to avoid fasting: it is forbidden to use trickery to avoid a religious obligation. So, whoever travels for the purpose of breaking the fast, the travel is forbidden for him, and breaking the fast is also forbidden for him, because trickery to avoid an obligation does not make it nullified, just as trickery to avoid something forbidden does not make it permissible. The jurists have stated that: whoever travels to break the fast, it is forbidden

for him to travel and to break the fast, since there is no reason for the travel except breaking the fast. As for breaking the fast, it is because there is no excuse that permits it, which is the permissible travel, and as for the travel, it is because it is a means to breaking the forbidden fast.

Q26: Please explain the expiation for a chronically ill patient. Is it permissible for him to pay the expiation for breaking the fast in cash at the end of the month for each day he broke his fast during it, and how is it assessed? Or is he obligated to feed a poor person for each day during the month?

A: The chronically ill and the very old are permitted to break their fast. The evidence for their permissibility to break their fast is the Almighty's statement: {And He has not placed upon you in the religion any difficulty} (Al-Hajj: 78). And He said in the verse about fasting: {Allah intends for you ease and does not intend for you hardship} (Al-Baqarah: 185). So, whoever has no hope of recovery from chronic illnesses, according to the testimony of a trustworthy and skilled Muslim doctor in his specialty, is obligated to feed a poor person for each day he breaks his fast, according to the Almighty's statement: {And upon those who are able [to fast, but with hardship] is a ransom: feeding a poor person}. The amount required for feeding is a mudd of food for each day, and the amount of a mudd is approximately 750 grams. It has also been said that it is half a sa', which is two mudds, or approximately one and a half kilos, which is more cautious.

The majority of scholars require that it be given as food, based on the text of the verse. The Hanafis permit giving its value. What we see is that we should adopt the opinion of the majority, unless there is an interest in giving its value, in which case there is no harm in giving it. He can give the ransom all at once from the beginning of the month or the end of it or day by day.

The jurists differed on the timing of paying the expiation for fasting for those who are unable to fast. The closest of the two opinions on this is that it is permissible to pay the expiation at the beginning of Ramadan, or in the middle of it, or at the end of it, a day or two before. The expiation is a reduced substitute that is obligatory for the elderly and the chronically ill. What is appropriate in the substitute is reduction and facilitation, not restriction and severity. The basis of it is feeding a poor person. The Hanafi scholars permitted paying the value in cash, and according to some jurists it is permissible when there is a need or there is an interest in paying it in cash.

The basic principle is that it should be given either as food or cash. If he gives it in any form, it is sufficient for him. If he gives it as cash and then

wishes to give it as food, it is permissible as a voluntary act and to avoid disagreement.

Q27: It would be good if you could explain to those who are fasting the Sunnahs and recommended acts of fasting, what the fasting person should do more of during the night and day, and what he must refrain from doing throughout the holy month.

A: There are many recommended and desirable acts of fasting, the most important of which are:

Suhoor (pre-dawn meal), and regarding it, there is a hadith narrated by Anas (may God be pleased with him) that the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "Eat Suhoor, for there is blessing in Suhoor." Delaying Suhoor and hastening Iftar (breaking the fast) is also recommended, as the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "People will continue to be well as long as they hasten to break their fast." It is recommended to break the fast with fresh dates, and if none are available, then with dried dates. The Messenger of God (peace and blessings be upon him) used to break his fast before praying with fresh dates, and if none were available, then with dried dates, and if none were available, then he would drink a few sips of water. (Narrated by At-Tirmidhi). The Prophet (peace and blessings be upon him) also said: "When one of you breaks his fast, let him break it with dates, for they are a blessing. If he cannot find dates, then let him break it with water, for it is pure." (Narrated by At-Tirmidhi and Ibn Majah). It is recommended to supplicate at the time of breaking the fast. The Prophet (peace and blessings be upon him) said: "The fasting person has a supplication that is not rejected." When the Prophet (peace and blessings be upon him) broke his fast, he would say: "The thirst has gone." The veins were moistened, and the reward was confirmed, God willing. (Narrated by Abu Dawud)

The fasting person should increase good deeds and acts of worship, especially those specific to the month of Ramadan, including: maintaining the Tarawih prayer in congregation, being keen to perform Umrah during Ramadan, observing Itikaf in the mosque, especially during the last ten days, increasing the recitation of the Qur'an and remembrance of God, giving charity, providing good to those in need, and maintaining kinship ties.

A Muslim must avoid what invalidates his fast, whether it be outward or inward sins. He must guard his tongue from idle talk, vain talk, lying, backbiting, slander, obscenity, rudeness, quarreling, and disputation. He must restrain his limbs from all desires and forbidden things. The Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said: "God Almighty said: 'Every deed of the son of Adam is for him, except fasting,

for it is for Me, and I will reward for it. ' Fasting is a shield. When one of you is fasting, let him not engage in obscene talk or raise his voice. If someone insults him or fights with him, let him say: 'I am fasting. ''' (Agreed upon). He, may God bless him and grant him peace, also said: "Whoever does not give up false speech and acting upon it, God has no need of him giving up his food and drink. " (Narrated by Al-Bukhari.)

Q28: A final piece of advice for those who are fasting and those who are not, with or without an excuse, for the general benefit.

A: Our message to our brothers and sisters: Ramadan is an opportunity to rise in the ranks of closeness to God Almighty. It is a season for investing with God Almighty. It is an opportunity for those who have been negligent in the past to repent to God and start a new page. The chaining of the devils helps the weak-willed to turn to worship, and it is an opportunity for those who fast to increase their good deeds and renew their covenant with God Almighty. So be among those who invest in Ramadan.

We ask God Almighty to accept our good deeds and yours, and may God bless and grant peace to our Prophet Muhammad and his family and companions, and praise be to God, Lord of the Worlds.

Fasting is both an act of worship and a form of therapy.

Who among us does not remember the masterpiece of the poet Mahmoud Ghoneim, which was performed by Mr. Naqshbandi, may God have mercy on him, in his melodious, sweet, and flowing voice in one of his most wonderful songs?

Are you asking the Chosen One for a miracle? .. It is enough that he revived a people from the graves.

Yes, the Prophet Muhammad (peace and blessings be upon him) revived, through what was revealed to him from the Almighty, peoples and nations in terms of beliefs, religion, morals, thought, education, society, and humanity, and in terms of countless virtues that amazed everyone, near and far, in all aspects of life, and which was witnessed by the distant before the near, the enemy before the friend, and by which humanity has become amazed by its renewed miracle, and by its depth, wisdom, breadth, and significance day after day.

After many years of deliberate neglect, overlooking, and not paying attention to listing the great benefits of fasting at all levels, or putting them

on the shelves, or being content with recalling old studies dating back to the forties, fifties, sixties, and even the mid-seventies about the health benefits of fasting, for example, all medical centers, research, and studies confirm the greatness of fasting and its great physiological, psychological, and biological benefits, and urge people to fast.

It is said in the tradition (Fast and you will be healthy), and a solid scientific study issued in March 2025 with the participation of 82 researchers from 15 countries, the details of which were published in the journal "Frontiers in Nutrition", revealed that fasting has a role in the noticeable improvement of triglycerides and total cholesterol and the decrease in blood sugar levels. According to the American Journal of Clinical Nutrition and according to Dr. Mark Mattson/

Fasting is beneficial for the heart and blood vessels and reduces the risk of developing Parkinson's and Alzheimer's.

German integrative medicine expert Gustav Dobos recommends "intermittent fasting" for 16 hours, equivalent to a full day's fast, followed by two healthy meals equivalent to breakfast and suhoor, because fasting rests the stomach and gives an opportunity to burn fat, according to the German newspaper Bild.

The scientific journal PLOS ONE published a study indicating that fasting contributes to weight loss and lower blood pressure, while also modifying blood fat and glucose levels, according to Deutsche Welle.

Among the benefits of fasting, in addition to it being an obligation for every Muslim, and in addition to its great reward and recompense, is the neutralization of harmful bacteria in the stomach in favor of increasing beneficial bacteria, according to a study by Dr. Bruce Vallance, the results of which were published in the journal PLOS Pathogens in 2021.

Meanwhile, the New England Journal of Medicine revealed that partially restricting food intake for a period of 8-14 hours It would improve intellectual abilities, increase insulin sensitivity, prevent the development of diabetes and the risk of heart disease, and improve the immune system, according to Dr. Mark Mattson of Johns Hopkins University.

The British Daily Mail published a 2023 study by Dr. Andras Mayfield revealing that 43% of people who adopted proper fasting were able to reduce their dependence on medications to regulate blood pressure compared to others. According to the French magazine "Femme Actuelle", fasting for consecutive days while following a healthy diet helps patients with joint problems and high blood pressure.

Medical Express magazine informs us that fasting boosts the immune system and helps prevent the development of certain diseases, while the journal Nature Neuroscience published a study in 2020 indicating that fasting affects the distribution of T cells, thus contributing to fighting germs.

And to protect the body from diseases.

The Chinese Center for Clinical Research revealed that the intermittent fasting system/

It alters the microbiome axis in the human brain.

Professor Krista Varady of the University of Illinois in the United States revealed in late 2023 that time-restricted eating can be a practical alternative for people with type 2 diabetes.

A study revealed A scientific study conducted at Leonard Davis College found that fasting may reduce the risks of aging and make people biologically younger while renewing metabolic and immune functions.

Meanwhile, Iraqi expatriate writer and poet Mai Al-Issa, editor-in-chief of “Whispers of Dialogue” magazine published in London and accredited by the British Library, says that “the West is moving towards intermittent fasting, as they call it, for better health”.

Al-Issa adds that her Italian friend Stefania and her Spanish husband Huaquin follow it, and her Italian friend confided in her, saying, “We are proudly fasting your fast, and we feel healthier. Huaquin has benefited greatly from this fast because he suffers from heart disease, and they have implanted a battery to strengthen the muscle” .

In a related context, the Medical Express website published a report stating that "intermittent fasting is becoming increasingly widespread, as some studies have found that it boosts the immune system and helps prevent the development of some diseases, "noting that" there are many smartphone applications through which people can record periods of intermittent fasting and learn more about the benefits of fasting".

How true are the words of the one who said:

Fasting strengthens the bonds of brotherhood... and the ties of affection between family and friends.

Fasting is a lesson in equality, full of generosity, selflessness, and hospitality.

A reminder of the most important issues of fasting and a summary

God Almighty said: “The month of Ramadan in which the Qur’an was revealed as guidance for mankind and clear proofs of guidance and criterion. So whoever sights the crescent of the month, let him fast it” .

Today we live in the presence of a blessed month, a month of blessings and goodness, a month in which believers compete to perform obligatory acts and acts of obedience, a month in which fasting people roll up their sleeves

to abandon sins and evils, a month in which some of our scholars described it as having a beginning of mercy, a middle of forgiveness, and an end of emancipation from the fires of Hell. They also said that its obligatory act is equivalent to seventy obligatory acts, and its Sunnah is equivalent to an obligatory act in other months. Whoever fasts during its days and prays during its nights has been given much good, and whoever is deprived of fasting during it has been deprived of all good. In it is a night that is better than a thousand months - the Night of Decree.

May God bless our master Muhammad, who said in the sacred hadith: "God said: Every deed of the son of Adam is for him, except fasting; it is for Me, and I will reward for it".

And the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "Whoever fasts Ramadan with faith and expectation of reward, his past sins will be forgiven".

And the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "When Ramadan comes, the gates of Paradise are opened, the gates of Hell are closed, and the devils are chained up".

And the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "Whoever observes Ramadan with faith and expectation of reward will have his past sins forgiven".

And the Prophet (peace and blessings be upon him) said: "Whoever prays on the Night of Decree out of faith and seeking reward, his previous sins will be forgiven".

And he, may God bless him and grant him peace, said: "Fasting and the Qur'an will intercede for the servant on the Day of Resurrection. Fasting will say: O Lord, I prevented him from food and desires during the day, so let me intercede for him. And the Qur'an will say: I prevented him from sleep at night, so let me intercede for him. And they will intercede".

said: "The five daily prayers, and from one Friday prayer to the next, and from one Ramadan to the next, are expiations for what is between them, if one avoids major sins".

Given the succession of questions and the abundance of inquiries about everything related to the rules and etiquette of fasting, especially regarding things that invalidate fasting, its prohibitions, and the like, and based on what God Almighty says in the Holy Quran: (So ask the people of knowledge if you do not know.)

The Messenger of God, may God bless him and grant him peace, said regarding the virtue of Ramadan: "Islam is built upon five pillars: testifying that there is no god but God and that Muhammad is the Messenger of God, establishing prayer, paying zakat, performing Hajj, and fasting Ramadan". In order to summarize all of the above, which are the most important answers from distinguished scholars, we interviewed Professor of

Jurisprudence, Dr. Helmy Abdel Hakim El-Feky, to ask him about everything that is on the minds of the questioners and everything that is on their tongues. He kindly answered our questions, and we began with the first question:

Q1: What is the ruling on fasting during Ramadan?

A: Fasting during Ramadan is an obligation that God Almighty imposed on Muslims, just as He imposed it on previous nations, as He Almighty said: “O you who have believed, decreed upon you is fasting as it was decreed upon those before you that you may become righteous”.

Q2: What is the meaning of fasting?

A: Fasting is abstaining from food, drink, and desires from dawn until sunset. This is fasting in Islam and in previous nations. Fasting is not about replacing one food with another, but rather about abstaining from all food and all drink. As for what is called fasting in some religions, which involves replacing one food with another, this is a distortion by those who distort.

Q3: What invalidates fasting?

A: Fasting is invalidated and broken by anything that reaches the stomach from food or drink, as well as a man having intercourse with his wife during the day in Ramadan.

Q4: Is it required to verbally express the intention to fast?

A: It is not required to verbalize the intention. Whoever eats the pre-dawn meal at night intending to fast as an act of worship to God through this abstinence is considered to have made the intention. Whoever resolves to abstain from things that break the fast during the day is also considered to have made the intention, even if he does not eat the pre-dawn meal. What supports the Shafi'i school of thought and gives it precedence over Malik's opinion is that fasting each day is an independent act of worship because the invalidity of one day's fast does not invalidate another, and because things that break the fast are interspersed between the fast of one day and the next, the Muslim must have the intention to fast for each day of Ramadan separately, and the intention must be made before dawn.

Q5: If someone becomes ritually impure (junub) during the day in Ramadan, is he obligated to make up the fast, or is his fast valid and he only needs to perform the ritual bath (ghusl) for ritual impurity?

A: If someone becomes ritually impure during the day in Ramadan, his fast is valid and he only needs to perform ghusl (ritual bath).

Q6: If someone eats or drinks forgetfully during the day in Ramadan, is there anything required of him to do, such as making up the fast or anything similar?

A: If someone eats or drinks forgetfully while fasting, whether it is an obligatory or voluntary fast, his fast is valid, and he should complete his fast, because of the hadith in the two Sahihs that the Prophet, may God bless him and grant him peace, said: “Whoever forgets while fasting and eats or drinks, let him complete his fast, for it is God who has fed him and given him drink”.

Q7: Is it permissible for a patient with a chronic illness to pay the expiation for breaking the fast in cash at the end of the month for each day he broke his fast? And how is it assessed? Or is he obligated to feed a poor person for each day during the holy month?

A: A patient with a chronic illness is permitted to break his fast, and he must feed a poor person two meals of average quality for each day he feeds his family. If he pays the value of the expiation in cash, it is permissible, and God knows best.

Q8: What is the ruling for someone who is overcome by vomiting during the day in Ramadan? Is it obligatory for him to break his fast, or to continue fasting without any hardship?

A: If someone is overcome by vomiting during the day in Ramadan, his fast is valid and there is no blame on him. But if someone vomits intentionally, his fast is invalid.

Q9: What is the ruling on having a tooth extracted during the day in Ramadan, especially if there is bleeding and perhaps some of it is swallowed as well?

A: Tooth extraction during the day in the holy month does not invalidate the fast, even if blood flows. However, if some blood is swallowed unintentionally, there is no blame on him and his fast is valid. But if he swallows blood intentionally, his fast is invalid.

Q10: What is the ruling on phlegm and what comes out of the nose, as well as what comes out of the stomach like phlegm during the day in Ramadan, since some fasting people suffer from obsessive thoughts about that?

A: If the phlegm is in the throat, it is like swallowing normal saliva and does not break the fast, by consensus. However, if some of it reaches the oral cavity and he is able to spit it out but swallows it, then the jurists have two opinions on this.

Q11: Does the use of suppositories, injections, and anal hemorrhoid ointments affect the validity of fasting?

A: The use of suppositories, injections, and anal hemorrhoid ointments does not affect the validity of the fast, because all of this is neither eating nor drinking, nor is it in the same sense as eating and drinking, and God knows best.

Q12: Is it permissible to donate blood in extreme necessity and for someone who is in dire need of it while fasting?

A: Donating blood during the day in Ramadan does not invalidate the fast, whether it is for analysis, donation, or any other medical purpose. This does not invalidate the fast because it is like cupping, which does not invalidate the fast, according to the most likely opinion of scholars, and God knows best.

Q13: Is it permissible for someone who has a legitimate excuse due to illness or travel to openly break their fast during the day, as many of them do unintentionally and perhaps deliberately?

A: It is not polite to openly break the fast during Ramadan for those who are permitted to break the fast, even if they are menstruating or postpartum. They must break the fast, but it is not recommended for them to do so openly. As for those whose excuse is obvious, such as a sick person, there is no harm in them breaking the fast in front of people because their excuse is obvious.

Q14: Is it permissible to pay Zakat al-Fitr at the beginning and middle of Ramadan, or is it required to pay it one or two days before Eid al-Fitr?

A: The Messenger of God, peace and blessings be upon him, prescribed Zakat al-Fitr as a purification for the fasting person from idle talk and obscenity, and as food for the poor. The Prophet, peace and blessings be upon him, explained The wisdom behind the legitimacy of Zakat al-Fitr is that he said, “Make them independent of begging on this day. ” Narrated by Al-Bayhaqi in Al-Sunan. It is obligatory on every Muslim who has enough food for the day. It is obligatory on the rich and the poor who own the amount of a sa’. Zakat al-Fitr is obligatory on the young and the old, male and female, of the Muslims. It is permissible to give Zakat al-Fitr from the first day of Ramadan, and it is permissible to give it at any time during the days of Ramadan, provided that it is given before the Eid prayer.

Q15: What is the value of Zakat al-Fitr, and is it permissible to give it in cash, or is it required that it be in kind?

A: Al-Bukhari and Muslim narrated on the authority of Ibn Umar, may God be pleased with them both, that the Messenger of God, may God bless him and grant him peace, obligated the Zakat al-Fitr of Ramadan, a sa' of dates or a sa' of barley, on every Muslim, slave and free, male and female, young and old. The value of Zakat al-Fitr is a sa' of the staple food of the country, which is approximately three kilograms of the staple food of the country, such as rice, wheat, barley, or something else. It is recommended to give more than the amount specified by Sharia. It is permissible to give Zakat al-Fitr in cash. This was stated by Umar ibn Abd al-Aziz, Al-Hasan al-Basri, Sufyan al-Thawri, Abu Hanifa al-Nu'man, and Al-Bukhari. This is what I consider most likely, and God knows best.

Ramadan humanitarian gestures and signs

said: And they give food, in spite of their love for it, to the needy, the orphan, and the captive.

[Al-Insan: 8]

A basket of fruits and vegetables for the needy passerby

One of the important acts of mercy that some fruit and vegetable vendors have implemented during Ramadan in the past few years, which warrants mention and encouragement, is the (fruit and vegetable basket for the needy passerby), where the shopper, after finishing his shopping in the fruit and vegetable shops, gives up one banana, one apple, one cucumber, one orange, two tomatoes, three potatoes, two eggplants, etc. , to put them all in a fixed basket placed at the main door of the grocery store, with a sign hanging in the middle of it saying: "Put in what is surplus to your needs. " To help those who are in dire need of it, " so that the needy, the unemployed, and those with limited income may pass by before the time of breaking the fast or the end of the day, and at dawn, and take from it what they need without charge, without knowing who put the fruits and vegetables in these baskets in the hope of reward and recompense.

Bread for the needy during Ramadan is free

This is another humanitarian and compassionate act that has been implemented in many Islamic countries. It involves the wealthy buying bundles of bread from bakeries and placing them in elegant baskets at the doors of bakeries, each with the words: "Take what you need of the bread, and leave the rest for others" .

Ampere on my account

One of the promising Ramadan initiatives that I hope will be implemented is to reduce the prices of private generators by half and exempt some poor families from the bill during the holy month. This is a kind, compassionate, and humane Ramadan initiative adopted by the owners of private generators. It would be wonderful if some of them waived the generator fees for the entire month of Ramadan, especially for needy families with limited income.

And whoever saves a life

I propose reducing drug prices during the holy month in a charitable initiative adopted by the owners of warehouses and pharmacies, in addition to reducing the fees for examination and diagnosis by doctors in public and private consulting clinics, as well as reducing the prices of analysis, X-rays, ultrasound, echocardiography, CT scans, MRIs and the like by the owners of medical analysis laboratories.

I also suggest reducing the prices of dressings, injections, blood pressure, blood sugar, and temperature measurements, so that nurses and medical assistants can adopt this. I hope that each of the aforementioned will write on the front of his pharmacy, clinic, laboratory, or warehouse a small sign that says ((Price reduction of 25-50% on the occasion of the month of fasting and prayer.((

Landlord, please reduce the rent

I would like to suggest generalizing the experience of reducing or waiving the rent of apartments, shops and stores for the holy month of Ramadan, partially or completely, by the owners of financially well-off, capable and wealthy properties and buildings, for the benefit of the needy, the hardworking, the unemployed and those with limited income, for the sake of God Almighty in Ramadan, hoping for reward and recompense, and to bring joy and happiness to the hearts of tenants in this holy month.

Experience of (the volunteer Ramadan drummer who wakes up those who are sleeping while providing food)

It is well known that in most Islamic countries there is a wonderful Ramadan folk tradition known as the "Musaharati," especially in neighborhoods where the call to prayer is difficult to hear. Some fasting individuals volunteer to wake families at dawn so they can prepare and eat their pre-dawn meal (suhoor) before the Fajr prayer. Using his melodious, resonant voice and a drum, he chants eloquent phrases in beautiful melodies, such as: "O "O fasting one, rise and praise the Everlasting One, " and "O sleeping one, praise your Lord, and do not forget to mention the

Creator who does not forget you, ” and “Rise for your pre-dawn meal, and do not miss supplication, night prayers, and seeking forgiveness in your homes, ” and others.

In some countries, the Ramadan drummer carries with him a list of the names of the honorable families who live in the old alleys, so that he stands in front of each house calling out the name of the head of the family and the head of the household. Based on this, some of them have created a beautiful compassionate idea that includes the addresses of poor families in the general area, where the wealthy provide the Ramadan drummer with some important food and supplies, so that the Ramadan drummer himself places them while he is going around to the doorstep of the homes of these honorable families, repeating the phrase, “O people of the house, eat your pre-dawn meal and rejoice and pray for the chosen one, ” in a unique humanitarian experience inspired by the spirit of the noble Sharia, which everyone should generalize in all Islamic countries.

Ramadan tents and communal iftar tables

I propose setting up what are known as “tents” or “collective breakfast tables” everywhere, in alleys, lanes, popular areas, public squares and plazas, so that the generous may provide their food, fruits, sweets, and cold and hot drinks, and so that all fasting people may eat their food, especially the passers-by, the toiling, the unemployed, the needy, the cleaning workers, the delivery people, the taxi and tuk-tuk drivers, and others, provided that it is far removed from pictures, slogans, advertisements, announcements, agendas, regional, tribal, electoral, and political propaganda, so that the work is purely for the sake of God Almighty.

Ramadan's blessings to mitigate the effects of high prices and deprivation
The distribution of "Ramadan baskets" includes one basket for each needy family at the beginning of the holy month, and the experience will be repeated in the middle and end of it as well. Each basket includes: a bottle of cooking oil, a can of tomato paste, a bag of lentils, a bag of tea, a bag of rice, a bag of sugar, a bag of milk, a bag of white flour, a bag of spaghetti, a bag of macaroni, a bag of vermicelli, a bag of mung beans, a bag of beans, a bag of red cowpeas, and bags of Indomie (vegetable and chicken), and so on.

The breakfast project is a continuous reward, whether you are staying or traveling

To be honest, what caught my attention and impressed me the most was that wonderful charitable project that I launched in Ramadan last year (the "Hands of Feeding" project) in beloved Egypt, which is dedicated to providing Iftar meals for fasting people in Ramadan inside the train,

consisting of dates, water, milk, and some light foods that are generously provided by benefactors.

Here, I can only suggest adopting and generalizing the experience during the month of Ramadan to distribute Iftar food among those fasting in public transport garages and train stations during departure, arrival, and waiting on the one hand, and inside trains while they are moving on the other hand, before or after the time of Iftar according to the local time of each country.

Reviving Ramadan banquets

I sincerely hope that the Ramadan banquets in mosques will be maintained, expanded, and diversified, accompanied by the continued distribution of mineral water bottles, buttermilk, dates, and soup to those fasting in all mosques throughout the holy month, in compliance with the noble Prophetic tradition: “Whoever provides food for a fasting person will have a reward like his, without anything being deducted from the reward of the fasting person” .

Destruction of debt books

It is an ancient human tradition that has been revived in compliance with the noble Prophetic Hadith: “Whoever gives respite to a debtor in difficulty or forgives him, God will shade him on the Day of Resurrection under the shade of His Throne on a day when there is no shade except His” .

I hope that the process of destroying debt books and bearing its costs will not be limited to shop and store owners, but will include the general public, where the wealthy go to the shop owner to ask him for the debt book to pay the accumulated financial dues owed by people, most of whom are poor, and then they tear out the page that has been paid for in order to burn it. It would be good if they filmed the whole process in preparation for broadcasting it on TikTok, Instagram, Reels, YouTube and the rest of the platforms, so that it would be a good tradition for everyone who sees it and admires it and what is worthy of imitation and quotation

وفي الختام تقبل الله تعالى منا ومنكم صيامنا وصيامكم، قيامنا وقيامكم، تلاواتنا وتلاواتكم، صدقاتنا وصدقاتكم، صلواتنا وصلواتكم. .. قولوا آمين