

وقفات مع الشيخ علي الطنطاوي الحلقة ١

علي الطنطاوي

والله ما اذكر انني في صغري لعبت مرة مع الاولاد في الزقاق. ولاتخذت من رفاقي المدرسة اصدقاء خارج جدران المدرسة وفي غير وقت المدرسة. ماذا كنت اصنع؟ اعكف الله عادل - 00:00:00

العادل اذا توزع بضائع مختلفة. هذا قماش رز وسكر وسيارات بابا اذا واحد نقص عليه من نوع وقفات تتصورون اني ذهبت السنة

الماضية قلت امر اجدد بها يعني ذكريات حياتي. الحياة الذكريات. مع الشيخ - 00:00:22

علي الطنطاوي رحمه الله. اذاعة نداء الاسلام من مكة المكرمة. اصلها الثابت وفرعها في السماء السلام عليكم ورحمة الله. وكل عام

وانتم بخير. كلفنا ربنا ان نجوع اليوم كله النهار كله في هذه الايام الطويلة. ثم تأتي في المساء هاي مائدة الافطار. هذه غير مائدة

طعامها اللي بعد - 00:00:49

فالواحد منا يكون عطشان. بيحي بيشر كاسا من الماء او كأسين او ثلاثة. هذي هذي ما هي محسوبة. ثم يأكل قبل الصلاة ربع كيلو

من التمرة. او يأكل معها اشيا هادي يظنها خفيفة من المعجنات وهي - 00:01:23

قيل على المعدة ثم يذهب الى البيت فيوضع امامه الطعام فيأكل الحلو والحامض والحر والبارد كل طبقين او اكثر من الخضر ومن

اللحم. ويأكل بعدها يعني اشياء مهلبية. المهلبية هذه ناس - 00:01:43

قولوا محلبية نسب الحليب لأ هي المهلبية نسبة للوزير المهلب المشهور المعروف هو اللي يعني يقولون اول من اعتنى بها يأكل منها

ثم يأكل من الفاكهة ما الله اعلم به. ثم يأكل من هذه المعجنة - 00:02:03

معجونة بالسمن وفيها الفستق او اللوز او الجوز يشرب معها بعض المرطبات لا يزال يأكل حتى لا يستطيع الحركة. ما عاد يستطيع

يتنفس. طيب ما الفائدة من الصيام؟ ما الفائدة من الصيام اذا ارحنا - 00:02:23

طول النهار ثم جئنا فحملناها ما لا تطيق. تذكرون مرة من سنين ضربت لكم مثلا. هلا في هذا السقاء اللي يحمل على كتفه يعني

صفيحتي الماء يصعد بها الى البيوت اللي في الجبل هنا في مكة ومكة كلها جبال - 00:02:43

هذا يمكن يصعد وينزل في النهار عشرين مرة. كل مرة يحمل صفيحتين. اذا قلنا له تعال يا اخي انا احب ان اريحك تقعد طول النهار

لا تشتغل شيئا لكن اذا جاء المساء تحمل برميلا من الماء كاملا دفعة واحدة يعني ما - 00:03:03

ارحناه منه في النهار حملناه اياه دفعة واحدة. هل نكون قد احسنا اليه او نكون قد اسأنا اليه واحد اشترى السيارة بالتقسيط يدفع

فيه كل شهر مبلغا ضخما من المال يحتمله ويقدر عليه. قلنا يا اخي نحن ارحنا - 00:03:23

الاقساط سنة كاملة على ان تدفع ما تجمع عليك خلال السنة مرة واحدة. هذا امر يسقل عليه فائدة الصيام. اول الصيام لطاعة الله بلا

شك. والصيام عبادة من العبادات يشترط فيها النية - 00:03:43

ربما تكلمت عن النية لان بعض الناس يحتاجون لتصحيح يعني فكرتهم عن النية. ومن جملة فوائد اراحة المعدة التخفيف عنها. فالיום

ربنا عز وجل يعني ترك الناس يأكلون ما يريدون - 00:04:03

الاغنياء ما بخلوا شي للفقراء. الغني يشتري كل الطعام فيأكل كل ما يشتري. ما بقي شي كل ما وجد طيبا في السوق جربنا قال له

وقف. وضع نظاما في هالكون في انظمة لله. هاي سنن الله في الوجود. لا يمكن ان نجد لها - 00:04:23

او تبديلا قال لا في حد معين. اذا اكلت زيادة عن هذا الحد من الاطعمة المغذية. الاطعمة اللي فيها المواد هاي الاحينية البروتينية.

والاطعمة الدهنية وتكون عاقبتها في امراض تنشأ عن كثرة الغذاء - 00:04:43

مراد معروفة الام المفاصل. الرثية هادي. الرثية هي الروماتيزم. النقرس ولزلك كان يسموا النقرس داء ما يصيب الفقير فاذا اكل زيادة ربنا يقول له قف او تحمل النتيجة. والفقير الذي يأكل - [00:05:03](#)

اقل من الحاجة اي لا يجد يصاب ايضا بامراض. في امراض تنشأ عن قلة الطعام فقر الدم هاي الانيميا مثلا يعني اول او شي انسان فيه اعتدال في ميزان هذا الميزان من اراد ان يتبعه عن رضا وعن - [00:05:23](#)

وعن اقتناع الله يكافئه في الدنيا يكافئه بالصحة. يبعد عنه الامراض. اذا ما احب ووجد المال والطعام امامه وشايفين هادي حاطينها كل الافطار. هاي صحيحة. تفاح من حقا هادي. برتقال وعنب حقيقي ها. طبعا - [00:05:43](#)

انتم تسمعون الحديث بعد ما اكلتم فلا اشهيكم بالطعام. اكلتموه. بعد ذلك العقوبة الكبرى شو هي؟ هلاً تلقى بعض الناس وانا واحد منهم شوف هلاً من اقامتي في مكة هل خمس عشرة سنة شوف بطني شو صار يعني في واحد تلقى رجل يمشي - [00:06:03](#)

كأنه امرأة حامل في الشهر الشهر الثامن التاسع لأ في الشهر الرابع عشر. بطنه هيك امامه يمشي لو واحد كلفته بواحد سجن لجريمة عوقب بالسجن مع الاشغال الشاقة. وقالوا له تحمل الحجاب - [00:06:23](#)

او تحمل حجرا تربطه برقبتك او تحمله على عاتقك وتبقى فيه النهار كله. فيه تعذيب اكثر من هيك؟ ولك هادا تعذيب هذا كلف ان يحمل عشرة اكيال عشر كيلويات يعني عشرة الاف جرام كيلو كلمة يونانية كما تعرفون - [00:06:43](#)

معناها الف فهذا حامل على بطنه يماشي فيها اذا صعد الدرج معاناتها ما صعد وحده صعد وهو يحمل هذه كمية الضخمة من الشحم ما لها منفعة. هادي عقوبة الاكثار من الطعام. ايضا ما يفعله بعض النساء - [00:07:03](#)

الصبايا تعلموا لي اياها هادي من اميركا من ممثلات السينما قال بتعمل ريجيم تخفف وزنها تنظر اليها فتراها كانها يعني وحدة داخله في السل والعياذ بالله. قال هذا الجمال عندهم. هذا ليس بجمال. هذا الجمال صق - [00:07:23](#)

يعجب لامارتين مسلا. الغريب ان لا مارتين في اكثر رواياته آآ يصف النساء المحبوبات عنده كلهن ان مريضات هاي تبع رواية رفائيل وغيرها تبع هادي وغيرا غالبا من فهذا ذوق منحرف - [00:07:43](#)

ولذلك يا اخوانا اذا اردتم ان تستفيدوا من الصيام حقيقة واذا اردتم ان تتبعوا سنة الله قانون الله الذي عمله وامرنا وخبرنا اننا لا نستطيع الخروج عليه اذا ينبغي لنا ان نتبع في الطعام النظام المعقول. يعني نأكل ما نحتاج اليه. الانسان - [00:08:03](#)

طبعا التنوع لابد منه تعرفون هذا صار معروفا من كثرة الاحاديث. انا كنت في زماني كنت مولعا الشاب يعني الحرارة الكالورية هي الغذائية وهاي قديش فيها. وعندي والله رفين كاملين كلها كتب في الرياضة - [00:08:33](#)

وكتب في الغذاء انه هادي الاطعمة التشوية هادي اللي تبع بلا ماء الفحم الخبز وايش النشويات اطعمة هذي هذي فيها ما يسمى بالبروتينيات الاحينية بنقول نحن اطعمة زلالية والاطعمة هذي فيها بعض المعادن - [00:08:53](#)

والاطعمة اللي فيها فيتامينات. قالت النتيجة من هذا انني اصب في الام بالمفاصل. اكلت اكثر من الحاجة. فنحن كلنا نأكل اكثر مما نحتاج اليه. لا سيما في من بعض الصائمين. هادا بياكل الاكلة هاي الثقيلة. يبقعد - [00:09:13](#)

بعدين حتى تنهضم. ثم نصف الليل يبأكل يسهر الليل كله ثم ينام الى ما بعد الظهر. ولك شو استفاد من الصيام واتم الكلام ان شاء الله يعني حول هذا الموضوع في الغد في الحلقة الآتية. كلام يتصل بي ثم انتقل - [00:09:33](#)

الى موضوعات غيره السلام عليكم ورحمة الله. والله ما اذكر انني في صغري لعبت مرة مع الاولاد في الزقاق ولا اتخزت من رفاقي في المدرسة اصدقاء خارج جدران المدرسة وفي غير وقت المدرسة - [00:09:53](#)

مازا كنت اصنع؟ اعكف وقتي الارزاق. الله عادل العادل اذا هلاً توزع بضائع مختلفة. هذا قماش ورز وسكر وسيارات اذا واحد نقص عليه من نوع وقفات تتصورون اني ذهبت السنة الماضية قلت امر - [00:10:13](#)

اجدد بها يعني ذكريات حياتي. الحياة الذكريات. مع الشيخ علي الطنطاوي رحمه الله. اذاعة نداء الاسلام من مكة المكرمة. اصلها الثابت وفرعها في السماء - [00:10:39](#)