يقول عز وجل شهر رمضان الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان فمن شهد منكم الشهر فليصمه البقرة 185 وأنت أخي الحبيب كلما دخل شهر رمضان نويت الصوم امتثالاً لأمر الله عز وجل، يقول الرسول صلى الله عليه وسلم " من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه ومع هذا الجزاء العظيم فإن للصوم فوائد صحية كبيرة،

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي