يعد شهر رمضان أكثر أشهر السنة بركةً على الإطلاق، ففيه أنزل الله سبحانه وتعالى القرآن الكريم، فهو أحد أركان الإسلام، حيث قال الله سبحانه وتعالى: (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِيَ أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلاَ يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُواْ الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُواْ اللّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ) [البقرة: 185]، وقد فرض الله سبحانه وتعالى صوم كل أيام هذا الشهر على جميع المسلمين المقتدرين بدنياً في مختلف أنحاء العالم، وذلك من طلوع الفجر حتى مغيب الشمس من ذات اليوم. يعد شهر رمضان ذو أهمية دينية كبيرة، ففيه تغلق أبواب النار وتفتح أبواب الجنة، وصيامه كاملاً يكفر الذنوب والخطايا والمعاصي، وفيه يتصدق المسلمون على الفقراء والمساكين، كما أنّ ثواب العمرة في هذا الشهر مضاعف بأضعاف عديدة، والتي اعتبرها الله سبحانه وتعالى خير من ألف شهر، حيث تنزل الملائكة فيها على الأرض وتُفتح أبواب السماء للمحتاجين والمتضرعين له، إضافة لذلك يمتاز شهر رمضان بصلاة التراويح، والتي تقرب العبد من الله وتجعله يسارع لنيل رضاه ومحبته، كما توفر جواً من الأمان له، كما أنه شهر مدراس القرآن والجود، حيث يقضي المسلمون ساعات عديدة في قراءة القرآن، ويجتمعون على مائدة الطعام، وهذا ينعكس إيجاباً على حياة المسلم، كما يفتح له أبواب الخير والرزق. يعود شهر رمضان بالعديد من الفوائد الصحية على جسم الإنسان، حيث إنّه ينشط عمل الجهاز الهضمي ويعالج مشاكله المختلفة، ويعزز عمل الدماغ وينشطه، ويحسن من الحالة النفسية والمزاجية، وذلك من خلال حرق الدهون الزائدة في الجسم، كما يخلص الجسم من السموم والملوثات المتراكمة فيه، إضافة لذلك فهو يخلص الإنسان من العديد من العادات السيئة، والتي أبرزها تناول الأطعمة الجاهزة والتدخين في الختام، وفعل الخير،

Summarized by © lakhasly.com