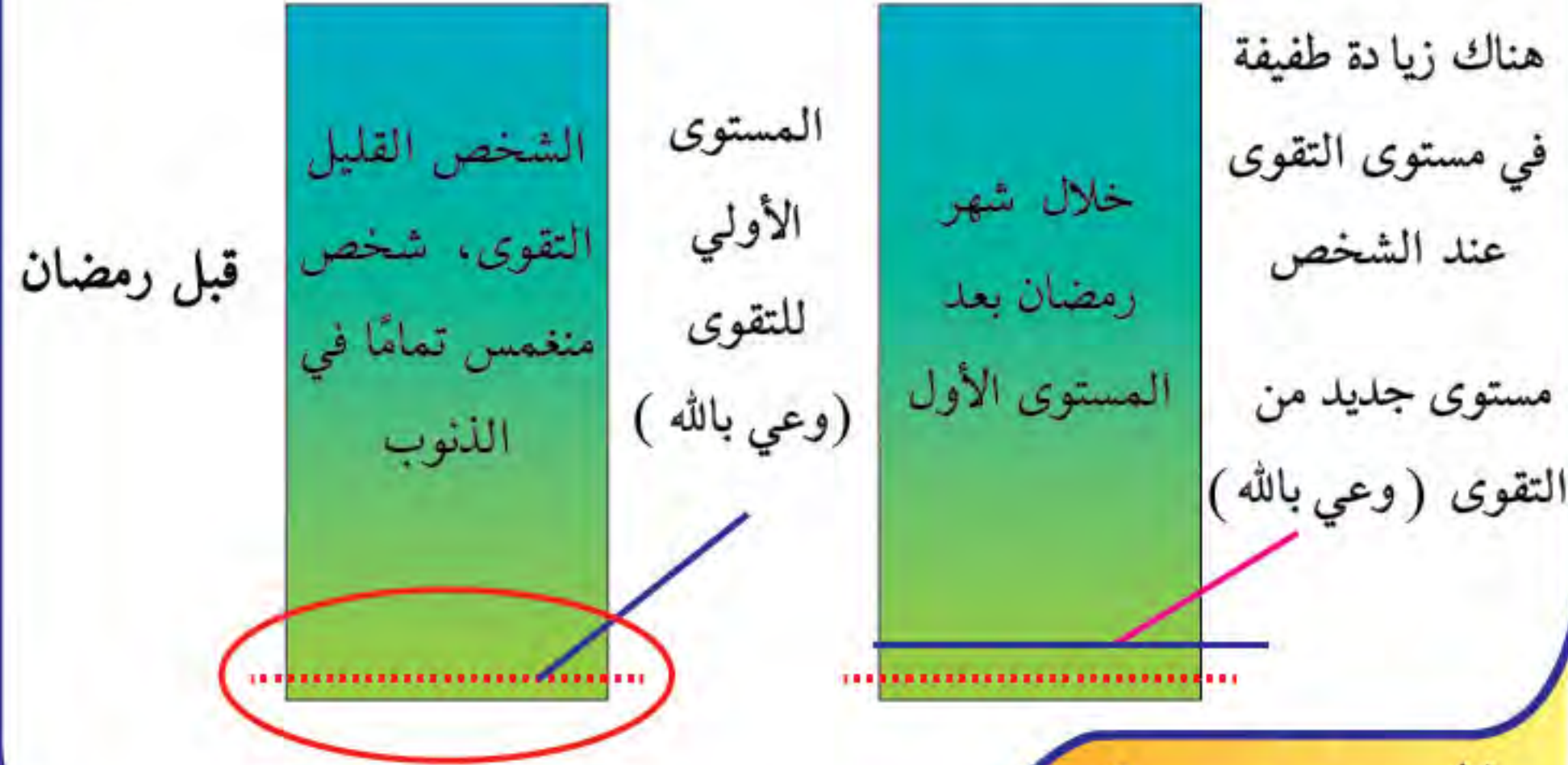


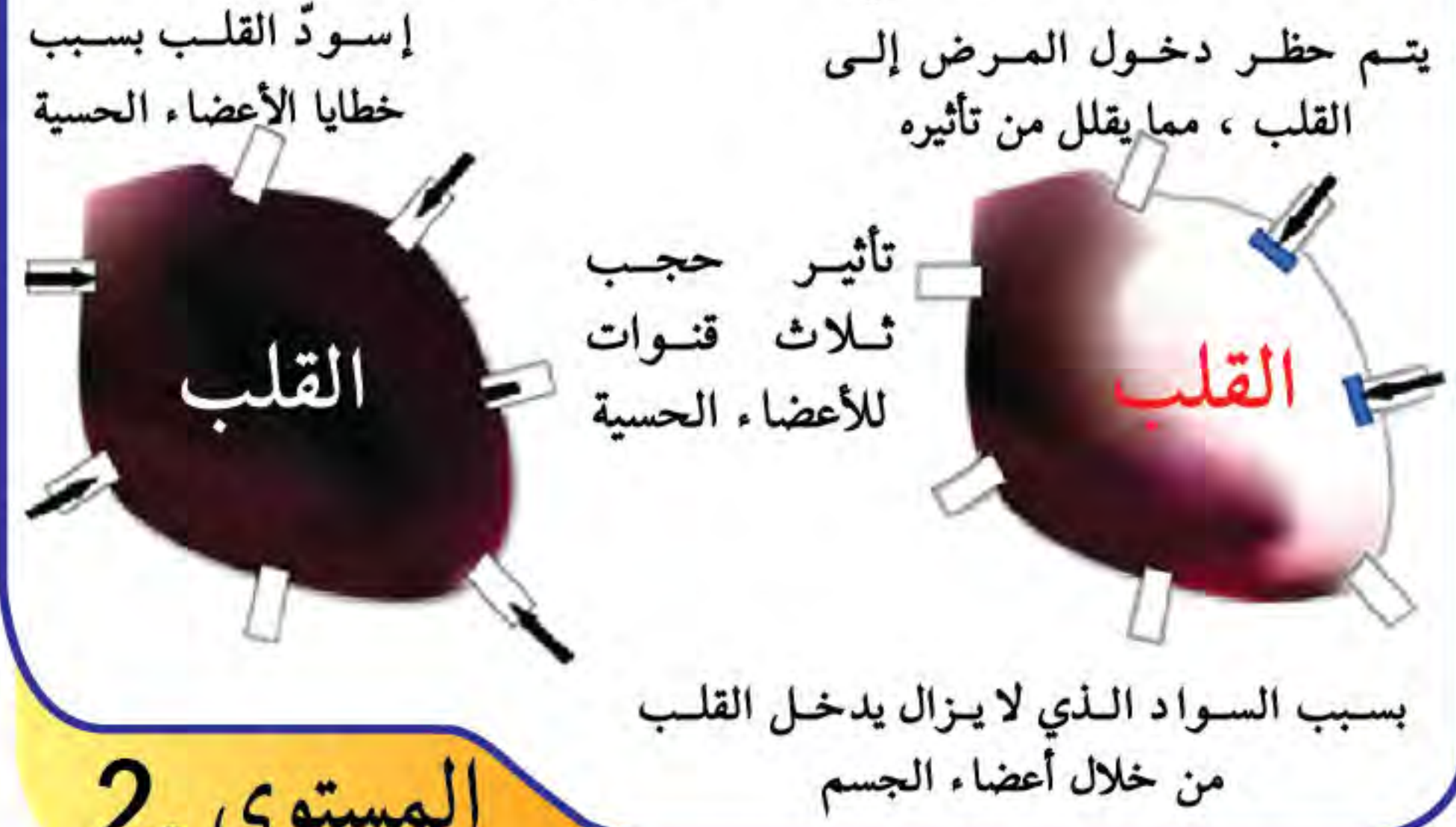
مخطط موجز لمستويات الصوم الروحي المختلفة

الامتناع عن الأكل والشرب والعلاقات الزوجية من الفجر إلى غروب الشمس وأداء الصلوات الخمس و صلاة التراويح



المستوى 1.

مراقبة ذنوب اللسان والعينين والقدمين والامتناع عنها (بما في ذلك المستوى 1)



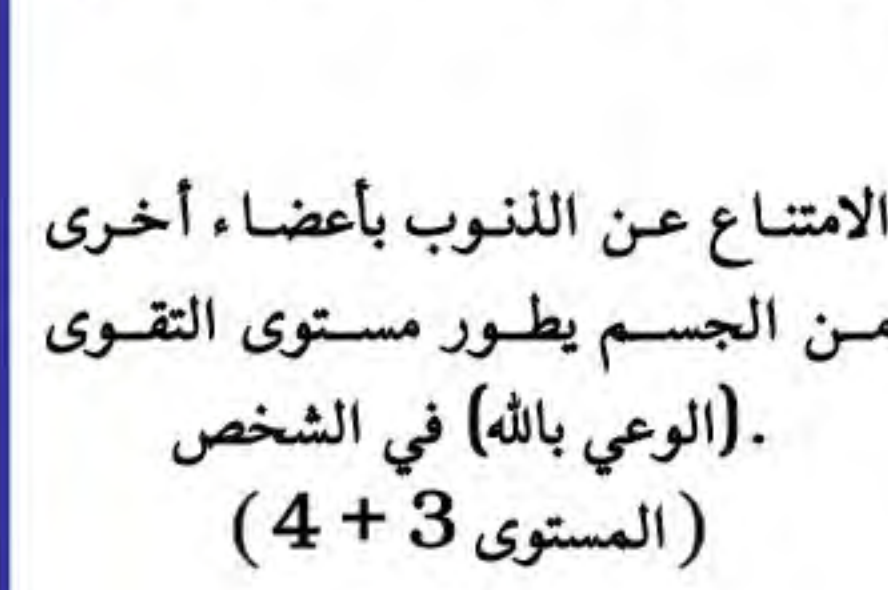
المستوى 2.

لمراقبة والامتناع عن جميع ذنوب أعضاء الجسم الحسية (بما في ذلك المستوى 1 و 2)



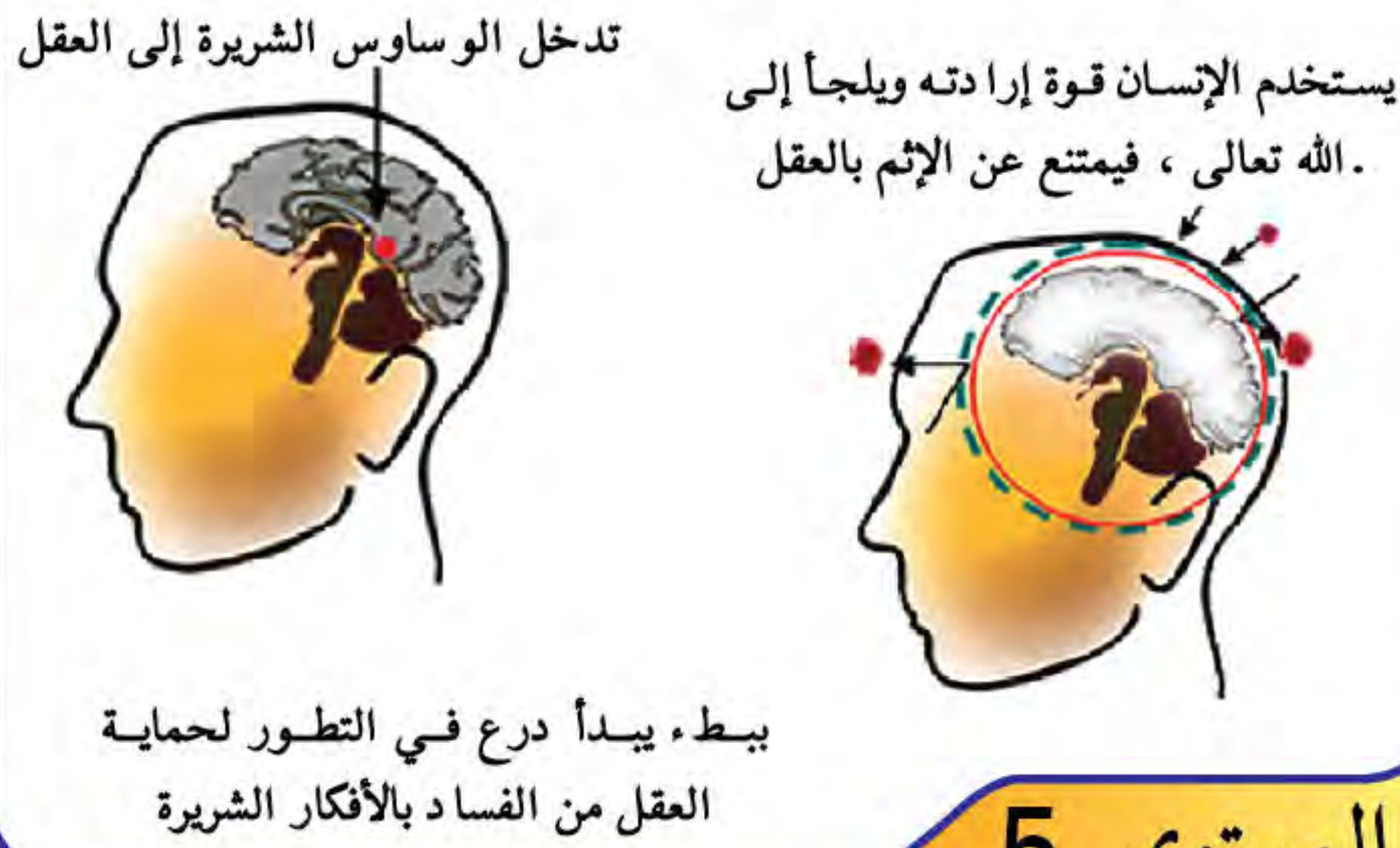
المستوى 3.

لستخدم قلبك وتدعو الله في كل عبادتك. استخدم أعضائك الحسية لعمل الخير من خلال الوفاء بحقوق الله، وخلق وممارسة الأمل في رمضان (بما في ذلك المستوى 3)



المستوى 4.

أن يمتنع عن الأفكار الآثمة (بما في ذلك المستوى الرابع)



المستوى 5.

لستخدم قلبك وعقلك لتتذكر وتأمل في يوم القيامة وكل ما خلق الله (بما في ذلك المستوى)



المستوى 6.

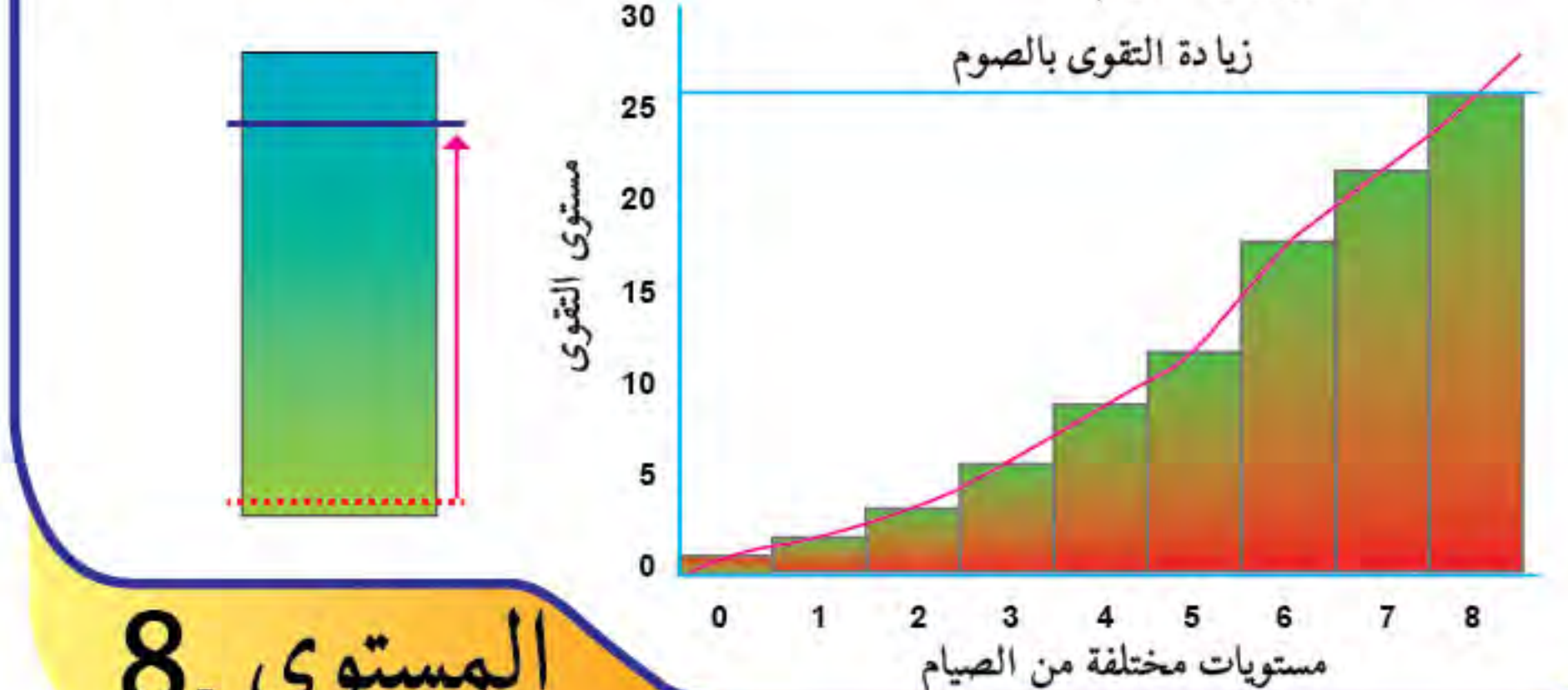
استخدم قلبك وعقلك للتركيز حقاً على الله ورسوله الحبيب (صلى الله عليه وسلم) والتفكير في حياة الرسول الأخير وخاتم الأنبياء (صلى الله عليه وسلم) (بما في ذلك المستوى 6)



المستوى 7.

أن يفنى كلياً في حب الله ورسوله الحبيب (صلى الله عليه وسلم) وأن يكون في حضرة الله بقلبه وعقله وروحه طوال الصوم

رسم بياني يوضح العلاقة بين التقوى والصيام



المستوى 8.

أعمال وجب أدائها في شهر رمضان

- عند حلول رمضان، صلي ركعتين صلاة التوبة، قدم ذنوبك إلى الله عز وجل واستغفر له وقل إنك ظلمت نفسك وظلمت الآخرين؛ انوي أنك لن تذنّب؛ على الأقل ليس في هذا الشهر.
- تبنى أسلوب الحياة والممارسات النبوية وسنة النبي صلى الله عليه وسلم خاصة في طريقة الأكل والشرب.
- صل صلاة التوبة وصلاة الشكر كل صباح ومساءً، للاستغفار وشكر ربنا على إعطاء هذا الشهر الرحيم لهذه الأمة.
- قم بصلاة التسبيح كل يوم بعد صلاة الظهر.
- حاول أن تقوم دائماً بذكر الله على الأقل في بداية ونهاية كل أفعالك.
- ضع في اعتبارك المفاتيح الثلاثة
■ آمن وأشعر بأن الله يراك ويسمعك وهو حاضر دائماً معك، هذه هي المفاتيح التي ستفتح عبادتك وتحافظ على صدقها-
- كن واعياً بوجود الله وساعد في تلبية احتياجات جيرانك وكل من لهم حق عليك.
- تبرع للجمعيات الخيرية وساعد في تلبية احتياجات أولئك الذين ليس لديهم شيء في حين أن لديك كل شيء.
- تلاوة الأذكار يومياً للصباح والمساءً وتفكر في معناها.
- حاول أن تحافظ على صومك الروحي مهما كان مستواك باستخدام ورقة للاحتفاظ بسجل الصيام.
- قم بصلاة التراويح بإخلاص وسعادة لإرضاء ربنا.
- اقرأ القرآن لمدة 30 دقيقة إلى ساعة على الأقل كل يوم وتفكر في معناه.
- استخدم وقتك بحكمة لأن هذا الشهر يأتي مرة واحدة فقط في السنة، وأحياناً سيأتي مرة واحدة للناس الذين لن يروه مرة أخرى.
- يجب عليك التحدث بالمناجاة وتقديم ذنوبك والتواصل مع الله لمدة 15 دقيقة. على الساعي أن يستخدم قلبه في التحدث إلى ربه مستغفراً، فهو [الله عز وجل] المستمع لمن يستغفر.
- يجب أن تصلي على النبي 300 مرة صباحاً ومساءً. فالنبي صلى الله عليه وسلم هو الذي نقل لهذه الأمة وعي هذا الشهر المجيد.
- تحديث علم الفقه في الصيام مثل مبطلات الصوم وما إلى ذلك.
- يجب على الإخوة والأخوات الذين يمارسون دورة التطهير الذاتي مضاعفة المدة التي يؤدون فيها أذكارهم.
- قم بما لا يقل عن 8 ركعات من صلاة التهجد. أطلها بركوعك وسجودك. تلاوة أذكار المساء لتجهد 100 مرة لكل منهما. تخيل أنك جالس في حضرة الله تعالى.

الله اكبر [x100] الحمد لله [x100] سبحان الله وبحمده [x100]

سبحان الملك القدوس [x100] استغفر الله [x100] لا إله إلا الله [x100]

اللهم إني أعوذ بك من ضيق الدنيا يوم القيامة [x100]