

نشر الدعوة الصحية

القواعد الواجب اتباعها

- ١ - اغسل وجهك ويدك وعنقك وأذنيك ونظف أظفرك كل يوم .
- ٢ - نظف أسنانك بالمشوك أو بالفرجون (الفورشة) كل يوم .
- ٣ - استشق الهواء من أنفك لا من فمك .
- ٤ - كن معتدل القائمة في جلوسك وقوفك .
- ٥ - رتب أدواتك واعتن بأعمالك في المدرسة .
- ٦ - راع آداب المائدة واعتن بترتيب أدواتها .
- ٧ - حافظ على نظافة جسمك كله وبخاصة الشعر .
- ٨ - لا تدخل أصابعك في أنفك أو في فمك .
- ٩ - لا تشرب قط من إناء شرب منه غيرك .
- ١٠ - اغسل يديك قبل تناول الطعام ويده .
- ١١ - استحم أي اغسل جسمك غسلًا تامًا بالماء الساخن والصابون مرة في الأسبوع على الأقل .
- ١٢ - أكثر من أكل الخضراوات المطبوخة والقواكه الناجحة .
- ١٣ - اعتن بتجديد هواء المكان الذي تكون فيه ، والعب في الهواء الطلق ما أمكن ذلك .
- ١٤ - اجتهد في تزيين اخواتك الأطفال وحشهم على اتباع قواعد الصحة .

(المجلة الشهرية ١٠٣٣٥ ص ١٩٢٧ / ١٥٠٠٠٠)

خطبة عيد الأضحى

هذا الحديث من خطبة عيد الأضحى

بسم الله الرحمن الرحيم
 بكرة تسعاً ولاءً إفراداً أيتها الكعبة في نفسي ثم يقرأ
 أولها ما استفتح وتبرك بأيراد حديث ممتد وروى عن النبي صلى الله
 عليه وسلم أنه قال ما من يوم عظيم إلا يرسل الله ملائكته الكرام
 أن يقفوا على أبواب المساجد وأيديهم مصاحف من جوهرة وأدوية
 من فضة وأنظفهم من ذهب فيكتبون الأول بالأول والأخير بالأخير
 فتد إذا دخل الإمام جفت الأقلام وطويت الصحف وحلست
 الملائكة يستمعون الخطبة فتأدبوا معهم بإعجاب الله وأعلموا
 بإعجاب الله من صلاة العيدين سنة وهي من السنن المؤكدة المواتية
 المستنفة على كل بالغ ومراهق فإذا انتهى الإمام للخطبة وهلل الله
 وكبر وجدد رتبة وشكر فالواجب عليكم يا أهل هذه المحقر
 أن تنصتوا للسلام وتسمعوا الوعظ على التمام فإنها سنة فيكم
 محمد عليه الصلاة والسلام وأعلموا أن كل خطيب يبدء في تطعيم
 بالحمد لله ما خلا خطبتي هذين العيدين الصيدين السعيدين
 والشهدين العظيمين والقرنين النيرين يبدء فيهما بالكبير والتعديس
 لله الصالح الأكبر **الله أكبر** الله أكبر إذا خرجت من منازلهم قاصدين
 الحج إلى بيت الله الحرام وودعوا الأهالي والحبيرين وشركوا أولادهم
 كالأيتام وتوجهوا إلى مكة يتبعون بدموع حسام أو أتوا بها
 مطاياهم يركبون وأيامهم وقصفتوا على أنفسهم وضأوا نفوسهم إلى البيت
 الطاهر **الله أكبر** إذا شئت فقل إن العبد المامل لأوصالت الله على
 الخردود هائل وتطمعوا اليوم بأمة والأبواب بالهدى المواتية
 أول المنادى فطمعوا المصانع والبرقيات واستمعوا من ماء جحش فرد