

المقدمة

الحمد لله ، والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ، ومن تبع هداة

وبعد

فإن الله عز وجل خلق الكون الفسيح ، بما فيه من سموات ، وما فيهن من شمس ،
وقمر وكواكب ، وأراض ، وما عليها من جبال ، وبحار ، ومحيطات ، وزروع ،
وأشجار ، ودواب ، وبشر تعيش ، وتمشي عليها ، وملائكة تملأ الأرض ، والسماء
مناطة بأعمال ، وكل هذا الخلق يسبح لله عز وجل ، قال - تعالى- : ﴿ تَسْبِيحٌ لَهُ

السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ ^ج ¹ ﴿

قد خلق الله سبحانه هذا الكون الكبير وفق نظام بديع ، ودقيق ، لا خلل فيه ، ولا
تصادم بين أجزائه ، وأوجد على الأرض مخلوقا مميزا من بين كل المخلوقات ،
كرمه ، وأسبغ عليه من النعم الكثير ، لا تحصى ، ولا تعد ، قال - تعالى : ﴿ اللهُ

الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنْ
الشَّمَرَاتِ رِزْقًا لَكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمْ ^ط الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ ^ط وَسَخَّرَ
لَكُمْ ^ط الْأَنْهَارَ ﴿٣٢﴾ وَسَخَّرَ لَكُمْ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ ^ط وَسَخَّرَ لَكُمْ الَّيْلَ

¹ - سورة الإسراء الآية 44

وَالنَّهَارَ ﴿٣٣﴾ وَءَاتَكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا

تُحْصُونَهَا^١ ﴿٣٤﴾ ، هذا المخلوق هو الإنسان ، ميزه الخالق - سبحانه وتعالى - بالعقل

وجعله على صورة ، وهياة خاصتين به، فيهما من الجمال ، وبديع الصنع ما يفوق

الوصف : قال- تعالى : ﴿ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوِّكَ فَعَدَلَكَ ﴿٧﴾ فِي أَيِّ صُورَةٍ مَا شَاءَ

رَبِّكَ^٢ ﴿٨﴾ ، استخلفه في الأرض عابداً له وحده ، معمرأ ، ومصلحاً ، مكلفاً بمهام

موكلة إليه ، مسخرا لها ، وفق المنهج الرباني الذي وجهه إليه بالهدى والنور على

أيدي رسله الكرام ، شريعة توافق عقله ، وإمكانياته ، وقدراته ، وما أعطاه الله - عز

وجل - من قوة ، وبدن ، وعلى ما فطره ، فالدين الإسلامي دين الفطرة .

وللوقوف على معرفة أهمية القدرات العقلية ، والبدنية المتمثلة في جسم الإنسان ،

وفكره ، والحالة الصحية بشكل عام ، وتوافقها مع محيطها ، ومع الدور المكلف به

في هذه الدار الدنيا، فإن هذه الدراسة تدرس مدى اهتمام الشريعة الإسلامية بصحة

الإنسان ، بعنوان :

(الصحة الوقائية في الشريعة الإسلامية)

أهمية الموضوع :

هذه الدراسة محاولة للوقوف على بعض التوجيهات الواردة في القرآن الكريم ،

والسنة النبوية الشريفة ، من خلال الأوامر ، والنواهي ، والتوجيهات التي يرى

العلماء من خلال استنباطاتهم ، أن لها علاقة بصحة الإنسان ، والمحافظة على

¹ - سورة ابراهيم الآيات 32-34

² - سورة الانفطار الآيتين 7 ، 8

سلامته من الأمراض ، والعلل ، وكل ما يهدد كيانه ، ووجوده لإدراك وفهم مدى رعاية الخالق- عز وجل- لمخلوقه المتميز عن كثير من خلقه في هذا الجانب .

أهداف الدراسة :

أولا - الهدف الذاتي :

بما أنني أحد الفنيين العاملين بقطاع الصحة ، وتحديدًا في مجال الصحة الوقائية ، أدرس العلوم الشرعية ، فإن هذا الموضوع يمثل حلقة الوصل بين المجالين .

ثانيا - الهدف المنهجي البحثي :

لم يكن الدين الإسلامي في يوم من الأيام ، أو حقبة من الزمان يقتصر اهتمامه على أداء العبادات ، والفرائض ، والشعائر الدينية الأخرى فحسب ، بل تعدى ذلك إلى أنه يلم ، ويحيط بجميع جوانب حياة الإنسان ، وجميع أنشطته الحيوية ، ومعاملاته الشخصية ، وأكثر من ذلك أنه يراعى أموره الصحية وخاصة سلامة بدنه من الأمراض ، والاضطرابات ، والأخطار التي تهدد حياته ، وصحته .

هذه الرعاية الربانية تستدعي البحث عنها، والدراسة فيها من خلال كتاب الله القرآن الكريم ، والسنة الشريفة ، وما توصل إليه العلماء حول ذلك .

إشكالية الدراسة :

القرآن الكريم كتاب هداية ، وبيان ، يجلي الغموض ، ويهدي به الله -- سبحانه وتعالى- عباده إلى الطريق المستقيم من خلال توجيهاته ، وأوامره ، ونواهيته ، ويراعي في ذلك مصالحهم الحيوية ، بما في ذلك الحالة الصحية التي عليها الإنسان، وكيفية الحفاظ عليها باتباعه للنصوص الواردة في ذلك .

فما علاقة الاستقامة بصحة الإنسان؟ وكيف يمكن توظيف أوامر الخطاب الديني ونواهيه في الصحة الوقائية؟ وما المجالات الحيوية التي تعنى بالصحة من خلال القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة؟ .

وما تأثيرها في تحقق مقاصد الشريعة في النفس، والعقل؟ باعتبار أن صحة العقيدة تكمن في صحة النفس، والعقل، وتحريم بعض المطاعم، والمشروبات وبعض السلوك في إصباح البدن، وبعض الآداب العامة التي يسلكها المسلم في سلامة البيئة .

حدود الدراسة :

تتم دراسة الموضوع من خلال استقراء، وتحليل النصوص من الكتاب، والسنة المتعلقة بالنفس، والعقل، والصحة العامة، وبيان مفاهيمها، ومدلولاتها، وأحكامها الفقهية مما يتبين في كتب التفسير، وفي كتب شروح الحديث النبوي الشريف، والقواعد الفقهية المرتبطة بها، وما توصل إليه العلماء حول ذلك .

حصر آيات القرآن الكريم المتعلقة بالصحة الوقائية .

شرح تفسير تلك الآيات وفق ما تدعو إليه الحاجة .

فالتحديد حيث حصر الموضوع في إطار مفهوم الصحة الوقائية في الشريعة الإسلامية، ودلائل ثبوتها، وإمكانية إعمال الآيات التي تتضمنها تفعيلاً مقارباً، وكذلك السنة النبوية الشريفة، واستنباطات العلماء في ذلك .

الدراسات السابقة :

من خلال البحث في المصادر، والمراجع المتاحة للنظر فيما كتب حول هذا الموضوع أو فيما يتعلق ببعض جزئياته، أو ما شابه ذلك، اتضح لي وجود دراستين ذات علاقة بموضوع البحث فيما يخص اهتمام الشريعة الإسلامية بصحة الإنسان، ويمكن الإشارة إليهما على عجل كما يأتي :

1- أطروحة دكتوراه بعنوان : منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ،
صادرة عن جامعة الجديدة بأسبوط بمصر، سنة 2011م .

2- أطروحة دكتوراه بعنوان : الطب والشريعة صادرة عن جامعة دمشق بسوريا
سنة 1983م .

وعلاقة دراستي بهاتين الدراستين تكمن فيما تلتقي بهما ،وما تختلف عنهما
تتضح ما يأتي :

1- اهتمت الدراسة رقم (1) للباحث : علي بهلول أحمد على منهج القرآن الكريم
في تحقيق الصحة النفسية فقط ، أي أنها اقتصرت في البحث في القرآن الكريم
فقط دون مصادر الشريعة الأخرى عن أدلة إثبات الاهتمام بالصحة النفسية فقط
بينما كان مجال بحث دراستي في القرآن الكريم ، والسنة النبوية الشريفة ،
واستنباطات العلماء حول صحة الإنسان بوجه عام ، النفسية ، والبدنية ،
والمحيط الذي يعيش فيه (البيئة) .

2 - اهتمت الدراسة رقم (2) للباحث بالجانب الطبي (العلاجي) بينما اهتمت
دراستي بالجانب الوقائي في الشريعة الإسلامية ، أي الإبقاء ، والمحافظة على
نعمة الصحة التي وهبها الله - عز وجل - لعباده ، وكيفية تفادي الأسقام ، والعلل .

منهج الدراسة :

تعتمد دراستي على المنهجين الاستقرائي ، والوصفي التحليلي للبحث في هذا
الموضوع ، فكون الدراسة تعتمد على آيات القرآن الكريم التي تهتم بصحة الإنسان ،
واعتمادها كأدلة على ذلك ، وما جاء في السنة النبوية الشريفة باعتبارها شارحة ،
ومفسرة للقرآن قولاً ، وعملاً وما توصل إليه العلماء ، والمفسرون في هذا الجانب
من شرح النصوص ، وبيانها ، محاولة للخروج بخلاصة علمية فيما يتعلق بحفظ
صحة الإنسان (الصحة الوقائية) على أن تقسم خطة الدراسة كالآتي :

مقدمة وتمهيد وثلاثة فصول وخاتمة وفهارس .

المقدمة تحتوي على أسباب اختيار الموضوع ، و أهمية موضوع الدراسة ، والأهداف ، و إشكالية الدراسة ، و الدراسات السابقة ، والمنهج ، والتقسيم .

الفصل التمهيدي : ويضم ثلاثة مباحث مقسمة كما يأتي:

المبحث الأول- تعريفات تختص بالصحة

المطلب الأول - تعريف الصحة والمرض

المطلب الثاني - تعريف الوقاية والتقوى

المطلب الثالث - تعريف الطب الوقائي والروحاني

المبحث الثاني - تعريفات تختص بالبيئة

المطلب الأول - تعريف البيئة

المطلب الثاني - التلوث البيئي وأقسامه

المطلب الثالث - علم صحة البيئة

المبحث الثالث - قيمة الإنسان عند الله – تعالى - وسر وجوده

المطلب الأول - خلق الله للإنسان

المطلب الثاني -الغاية من خلق الإنسان ووجوده في الكون

المطلب الثالث - نعم الخالق على المخلوق والإمكانات التي مده بها

الفصل الأول - أدلة الصحة الوقائية النفسية (حفظ النفس من الاضطراب)

المبحث الأول - أدلة الصحة الوقائية في الجانب النفسي من القرآن الكريم

المطلب الأول - الجانب العقدي (العقيدة)

المطلب الثاني - العبادات

المطلب الثالث - المعاملات

المبحث الثاني - أدلة حفظ النفس من السنة النبوية الشريفة

المطلب الأول - في العقيدة

المطلب الثاني - في العبادات

المطلب الثالث - في المعاملات

المبحث الثالث - أدلة حفظ النفس من الاضطرابات من أقوال العلماء

المطلب الأول - في العقيدة

المطلب الثاني - في العبادات

المطلب الثالث - في المعاملات بين المسلمين

الفصل الثاني - أدلة الصحة الوقائية البدنية (حفظ البدن من العلل والأسقام)

المبحث الأول - أدلة الصحة الوقائية البدنية من القرآن الكريم

المطلب الأول - حفظ النفس البشرية من مقاصد الشريعة

المطلب الثاني - أمور وسلوكيات نهى الله عنها لضررها على صحة الإنسان

المطلب الثالث - أمور ينبغي للمؤمن اتباعها

المبحث الثاني - أدلة الصحة الوقائية البدنية من السنة النبوية الشريفة

المطلب الأول - في النظافة والطهارة

المطلب الثاني - في الأكل والطعام

المطلب الثالث - في مكافحة الأمراض المعدية

المبحث الثالث – أدلة الصحة الوقائية البدنية من استنباطات و أقوال العلماء

المطلب الأول - المطعم والمشرب

المطلب الثاني - النوم واليقظة والحركة والسكون

المطلب الثالث - محظورات يجب الابتعاد عنها

الفصل التمهيدي

ويضم ثلاثة مباحث

المبحث الأول : تعريفات

وينقسم إلى ثلاثة مطالب

المطلب الأول - الصحة والمرض و التنقيف الصحي

أولا - الصحة

الصحة لغة : " خلاف السقم ،وهي الأصل، ومعناها : ذهاب المرض و

البراء من كل عيب ، وريب ، نقول صح فلان من علته ، وأصحه الله ، أزال

المرض عنه¹ "

اصطلاحا : "هي تحسين حالة الإنسان جسما ، ونفسيا ، وعقليا ، وليس مجرد

غياب المرض²."

وهي كذلك كما عرفتها منظمة الصحة العالمية : "اكتمال السلامة البدنية ، والنفسية

والاجتماعية ، وليست الخلو من الأمراض ، والعلل فقط³ ."

¹ - لسان العرب لابن منظور مادة (ص ح ح) 288 / 7

² - الطب الوقائي في الإسلام سعيد صالح الحمدان ص2 المكتبة الإلكترونية الشاملة

³ - مؤتمر منظمة الصحة العالمية الذي انعقد ببيالطا بروسيا سنة 1982 م

الصحة النفسية : " أن يعيش الإنسان على فطرته في قرب من الله ، وسلامة مع الناس ووثام مع النفس ، وسلامة في الجسد ، ونجاح في الحياة¹ " .

ثانيا - المرض

المرض لغة : "السقم ، وهو نقيض الصحة يكون للإنسان ، والبعير ، وهو اسم للجنس²."

المرض : " هو الداء ، أو العلة وهي حالة غير طبيعية تصيب الجسد البشري ، أو العقل البشري ، محدثة انزعاجا ، أو ضعفا في الوظائف " .

المرض اصطلاحا : "هو حالة خارجة عن الطبيعة تصيب اعضاء الجسم بأضرار متفرقة ، ومختلفة ، فتوقف عمل وظائفه إما مؤقتا ، أو لفترة طويلة ، يشعر عنده المصاب وهو المريض بضعف ، وتعب ، وعدم القدرة على إنجاز أمور حياته بشكل سليم كما في الوضع الطبيعي³ " .

أقسامه حسب اماكن حدوثه :

أ- المرض الجسدي : هو الذي يصيب أحد أعضاء الجسم مثل : القلب ، أو الكبد أو اليدين ، أو القدمين ، أو بعض الأطراف الأخرى.

ب- المرض النفسي : " وهو الذي يتعلق بالحالة الشعورية للإنسان مثل الاضطراب أو الاكتئاب ، ويؤدي إلى ضعف الشخصية ، والإحباط ، أو الانتحار⁴ " .

الضر : ضر ، وضره ضرا ، وضر به : وهو ما ضد النفع⁵ .

التثقيف الصحي : هو عملية إعلامية هدفها حث الناس لتبني نمط حياة ، وممارسات صحية سليمة ، من أجل رفع المستوى الصحي للمجتمع ، والحد من انتشار

1 - الصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس ص 67

2 - لسان العرب لابن منظور حرف الميم موقع اسلام ويب

3 - الطب الوقائي في الإسلام ص 3 سعيد بن صالح الحمدان / المكتبة الشاملة

4 - المصدر نفسه

5 - معجم الباقلائي ص 274 ت سميرة فرحات ط1 / 1411 هـ / 1991م المؤسسة الجامعة للدراسات والنشر والتوزيع بيروت لبنان

الأمراض ، بنشر المفاهيم الصحية السليمة ، وتعريف الناس بأخطار الأمراض ، وإرشادهم إلى وسائل الوقاية منها¹ .

واهتم الدين الإسلامي بهذا الجانب في القرآن والسنة ، إذ يدخل في تعريف الناس بالعبادات الحسنة ، وآداب المأكل ، والمشرب ، والملبس ، والطهارة ، والاعتسال المفروضة ، والمسنونة ، وما يتعلق بصحة البيئة ، وتحذير الناس من أضرار الممارسات المحرمة مثل : شرب الخمر ، والزنا² .

عن تميم الداري -رضي الله - عنه قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - :
الدين النصيحة قلنا لمن ؟ قال : لله ولكتابه ، ولرسوله ، ولأئمة المسلمين ،
وعامتهم³

المطلب الثاني : الوقاية والتقوي

الوقاية لغة : من وقى ، وهو الحفظ ، والصون⁴ ، وقى : وقاه الله وقيا ، ووقاية .
أي صانه ، وحماه⁵ ، في القرآن ، قال تعالى : ﴿ وَمَا لَهُمْ مِّنَ اللَّهِ مِن وَاقٍ ﴾⁶ ،
وهي الحماية ، والصيانة عن الأذى⁷ .

الوقاية اصطلاحاً : أي نشاط يؤدي إلى إنقاص ، أو الحد من اعتلال الصحة من
الأمراض⁸ .

وهي طريقة لتجنب الضرر ، أو الاعتلال ، والمرض في المقام الأول⁹ .

والوقاية طبياً : جملة من الوسائل تهدف لحماية الفرد ، والمجتمع من المرض¹ .

1 - الموسوعة الطبية الفقهية ص 150 احمد محمد ، محمد هيثم الخياط ط2 / 1431هـ / 2010 م دار النفائس بيروت لبنان

2 - المصدر نفسه

3 - أخرجه مسلم في صحيحه كتاب الإيمان 55 / 1 / 74 ، بيان ان الدين النصيحة مسلم الحجاج أبو الحسين القشيري النيسابوري ط/ دار إحياء التراث العربي بيروت لبنان

4 - لسان العرب لابن منظور حرف الواو ، ج3 ص 347 موقع اسلام ويب

5 - المصدر نفسه

6 - سورة الرعد ----- الآية 24

7 - الموسوعة الطبية الفقهية ، حرف الواو 712

8 - موقع المركز الوطني السعودي للوقاية من الأمراض ومكافحتها

9 - موقع ويكيبيديا الطبي

كما ورد في قوله تعالى: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قَوًّا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا

النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ﴾² ، (قوا أنفسكم ، وأهليكم) ، أي اصرفوا عنها النار، والعذاب ،

باتباع التدابير التي تحول ، وتمنع النار ، والعذاب³ ، وقد وردت في عدة مواقع من

القرآن الكريم بلفظ التقوى، وتعني الوقاية ، والحفظ ، قال - تعالى - : ﴿هُوَ أَهْلُ

النَّقْوَى وَأَهْلُ الْمَغْفِرَةِ﴾⁴ فالتقوى هي الأصل ، ومثلها الاتقاء وهو اتخاذ الوقاية ،

وحفظ الشيء مما يؤذيه ، ويضره

التقوى لغة : أصلها (وقوى) ، وهو فعلى من وقيت ، مأخوذة من الفعل الثلاثي (

وقى) ، ومعناه الحفظ ، والصون ، نقول وقيت الشيء ، أقيه ، وقاية ، ووقاء : إذا

صننته ، وسترته ، وحفظته عن الأذى ، والاسم التقوى ، وفعلها اتقى ، وهو افتعل من

(وقى)⁵ .

التقوى اصطلاحاً : أن تجعل ما بينك ، وبين ما حرم الله حاجباً ، أو حاجزاً .

وأن يتقي الإنسان ما يغضب ربه ، وما فيه ضرراً لنفسه ، أو غيره ، قال تعالى :

﴿فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفَعَّلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ

وَتَكْرَدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ النَّقْوَى^ج وَاتَّقُونَ يَتَأُولَى^ب الْأَلْبَابِ﴾⁶ ، وقال

1 - الموسوعة الطبية الفقهية حرف الواو 712

2 - سورة التحريم ----- الآية 6

3 - تفسير العز ابن عبد السلام 6 / 496

4 - سورة المدثر ----- الآية 56

5 - لسان العرب لابن منظور

6 - سورة البقرة ----- الآية 197

أَيْضاً: ﴿ أُنزِلَ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ

تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾¹

الفحشاء الزنا ، والمنكر الشرك ، أمور تغضب الخالق ، وتضر بالخلق وإن الصلاة والذكر ، والدعاء ، و الأمر بالمعروف ، تنهى عن كل ذلك ، وتجنب المسلم غضب الله ، ووقوع المحذور²

العدوى : دخول العوامل الممرضة (جراثيم ، و فيروسات ، و طفيليات ، ونحوها) إلى جسم الإنسان وتكاثرها فيه ، وتفاعل الجسم معها³ .

المطلب الثالث : الطب الوقائي و الطب الروحاني

أولاً - الطب الوقائي :

هو علم المحافظة على الفرد ، والمجتمع في احسن حالاته الصحية بوقايته من الأمراض قبل وقوعها ، وصيانة صحته بتحسين ظروفه المعيشية ، ومنع الحوادث ، وأسباب التوتر العصبي⁴ .

والجدير بالذكر هنا أن علم الطب الوقائي يرتكز على قاعدة واحدة مهمة ، وهي مبدأ الوقاية خير من العلاج ، أي المحافظة على نعمة الصحة خير من التفريط فيها ومن ثم محاولة إصلاحها ، وإرجاعها بمختلف وسائل العلاج .

ولتطبيق هذا المبدأ وإنجاحه يلزم تطبيق السلوكيات التي تعتبر عناصر تكوينه مثل :

1 - سورة العنكبوت ----- الآية 45

2 تفسير العز ابن عبد السلام للآية 45 من سورة العنكبوت 4 / 412

3 - الموسوعة الفقهية الطبية ص 647 حرف العين

4 - التعريفات باب الطاء علي الجرجاني ت إبراهيم الأبياري ط1 / 1405 هـ دار الكتاب العربي بيروت لبنان

أ- المداومة على النظافة بشكل مستمر سواء كانت النظافة الشخصية ، أو العامة

ب- الابتعاد عن كل ما هو ضار بالصحة ، وهذا في الغالب قد حرّمته الشريعة ،

مثل : الخمر ، والدم ، والجيفة ، والزنا ، وإلى غير ذلك مما حرم الله .

ج- أكل الحلال الطيب من الطعام ، وتجويده .

د- ممارسة الرياضة ، والعمل ، والابتعاد عن الكسل .

ويهتم الطب الوقائي بجميع النواحي الصحية ، (النفسية ، والبدنية ، وصحة البيئة) .

ثانياً - الطب الروحاني :

"هو العلم بكاملات القلوب ، و آفاتها ، وأمراضها ، وأدوائها ، وبكيفية حفظ

صحتها واعتدالها¹ " .

ويقتصر اهتمام الطب الروحاني على الصحة النفسية ، (الصحة الوقائية في

الجانب النفسي) ، بتغذية الإيمان في قلب المؤمن ، وزيادة وهجه ، وشحنته ،

بالمداومة على الطاعات ، والأعمال الصالحة خاصة المداومة على قراءة القرآن ،

والذكر ، والتسبيح ، والاستغفار ، وأعمال الخير ، فكل هذه السلوكيات التي تغذي

الإيمان تكون بمثابة وقاية من الاضطرابات ، ومزالق الشيطان ، وتؤمن رضا الله ،

وتقوي عقيدة المسلم .

¹ - التعريفات للجرجاني باب الط

المبحث الثاني البيئة وأضرارها

هذا المبحث يختص بالبيئة وينقسم إلى ثلاثة مطالب

المطلب الأول - مفهوم البيئة

- 1- **البيئة** : هي كل ما يحيط بالإنسان من مكونات عضوية ، (حية) مثل النباتات ، والحيوان ، وغير عضوية ، غير حية ، كالصخور ، والتربة ، والمياه ، والهواء ، يؤثر فيها الإنسان ، ويتأثر بها¹
- 2- **البيئة بلغة الجغرافيا** : هي المكان ، أو الإطار الذي يحيط بالإنسان يحوي الماء ، والهواء ، والتربة ، والكائنات الحية ، والشمس ، والحرارة ، والرطوبة ، والرياح ، والسحب² .
- 3- **الإيكولوجيا** : هي العلم الذي يهتم بدراسة العلاقات القائمة ، والمتبادلة بين الكائنات الحية من جهة ، وبين البيئة ، وأسلوب الحياة³ .

المطلب الثاني - أضرار البيئة

التلوث البيئي : هو التغير السلبي الذي يطرأ على أحد مكونات الوسط البيئي ، وينتج عن النشاط الإنساني مقارنة بالوضع الطبيعي قبل تدخل الإنسان⁴ .
وتكون له صور مختلفة ، مثل :

- 1- التلوث العضوي الطبيعي بفعل مواد عضوية مثل القمامة .
- 2- التلوث الكيماوي بفعل مواد كيماوية مثل المبيدات الحشرية .
- 3- التلوث الإشعاعي بفعل مواد مشعة مثل ما يحدث في الحروب .

1 - جغرافية التنمية والبيئة عيسى علي إبراهيم ، فتحى عبد العزيز ص187 ط1 / 1424 هـ / 2004 م دار النهضة العربية بيروت
2 - المصدر نفسه
3 - المصدر نفسه
4 - التلوث البيئي اسبابه واطارته ومكافحته فؤاد حسن صالح ، مصطفى محمد ابو قرين ص1 ط1 / 1992 م دار الكتب الوطنية بنغازي

المطلب الثالث - صحة البيئة

علم صحة البيئة :

"هو علم يهتم بخلق بيئة صحية لا تنتفد إليها الأمراض بفضل النظافة ، وإيجاد عناصر مناسبة مثل الهواء النقي ، والماء الصالح للشرب ، والتربة النظيفة ، والأشجار¹".

ومن خلال التعريف تظهر علاقة علم صحة البيئة بعلم الطب الوقائي الذي يبحث في كيفية منع حصول الإصابات ، و الأمراض ، والحد من انتشارها ، والإبقاء على الوضع الطبيعي (صحة جيدة بدون علل) سواء على الحالة النفسية ، أو البدنية ، أو في البيئة ، وبما أن علم صحة البيئة يبحث في الكيفية التي تمنع التلوث ، ووقوع الأمراض ، والإبقاء على بيئة نظيفة خالية من كل ذلك ، إذن علم صحة البيئة هو فرع من علم الطب الوقائي .

المبحث الثالث - قيمة الإنسان عند الله

(قيمة المخلوق عند الخالق وسر وجوده)

وينقسم إلى ثلاثة مطالب كما يلي :

المطلب الأول - خلق الإنسان

من خلال ما ورد عن رب العزة في القرآن الكريم حول أصل الإنسان في الوجود نلاحظ

1- أنه لم يكن في وقت من الأوقات موجوداً كما اخبر المولى بذلك في قوله :

¹ - الطب الوقائي في الإسلام سعيد صالح الحميدان ص 4-

﴿ هَلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ حِينٌ مِّنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُن شَيْئًا مَّذْكُورًا ﴾¹ وقوله

تعالى: ﴿ أَوَلَا يَذَّكَّرُ الْإِنْسَانُ أَنَا خَلَقْنَاهُ مِن قَبْلُ وَلَمْ يَكُ شَيْئًا ﴾²

، لم يكن الإنسان شيئاً مذكوراً في الخلق ، إلا أنه كان شيئاً مذكوراً ، لأنه كان مصوراً من طين لازب ، ومن حمأ مسنون لمدة أربعين سنة قبل أن ينفخ فيه الروح³ ، ويصبح إنساناً حياً من بين مخلوقاته .

2- إن أصل الإنسان من التراب ، قال -تعالى : ﴿ إِنَّ مَثَلَ عِيسَى عِنْدَ اللَّهِ

كَمَثَلِ آدَمَ خَلَقَهُ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ قَالَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ﴾⁴ ، هكذا

صور الله - سبحانه وتعالى - عبده آدم - عليه السلام - أبا البشر بعد أن خلق الكون ، وأن أصله من طين ، وبلا أب ، أو إنما هي إرادة الخالق وحده بعد أن نفخ فيه الروح فأصبح بشراً يمشي في ملكوت الله ، قال تعالى : ﴿ وَمِنْ

ءَايَاتِهِ أَنْ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ إِذَا أَنْتُمْ بَشَرٌ تَنْشُرُونَ ﴾⁵ ، وهنا يبين

الخالق- عز وجل - عظمته ، وكمال قدرته ، أن أصل خلق الإنسان من تراب ، صوره ، وصنعه على هيئة إنسان متكامل ، ونفخ فيه من روحه فصار حياً يمشي بين باقي خلقه

1 - سورة الإنسان الآية 1

2 - سورة مريم الآية 67

3 - تفسير عز الدين بن عبد السلام الآية الأولى من سورة الإنسان 7 / 225 موقع التفاسير

4 - سورة آل عمران الآية 59

5 - سورة الروم الآية 20

3- وخلق من نسله بشرا كثيرين¹ ، قال - تعالى : ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ

سُلَالَةٍ مِّن طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نَظْفَةً فِي قرارٍ مَّكِينٍ ﴿١٣﴾ ثُمَّ خَلَقْنَا النَّطْفَةَ

عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا

الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾²

يصور لنا الله - سبحانه وتعالى - في هذه الآيات خلقه لنا منذ أربنا آدم ، وكيف خلق منه باقي البشر والذين مازالوا يتناسلون ، ويمدح الخالق نفسه بقوله :

﴿ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾³

4- إن الإنسان له نهاية ، أي : أن قرار خلقه من الله الخالق - عز وجل - ليس أبديا بل لأجل محدد عنده - سبحانه وتعالى- ثم يطبق عليه القرار الثاني الذي

صدر عن رب العزة ، ويتضمنه قرار بدء خلقه ، بقوله تعالى : ﴿ وَاللَّهُ

خَلَقَكُمْ ثُمَّ يُنَوِّفْكُمْ⁴ ، وقال تعالى أيضا : ﴿ هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ طِينٍ

ثُمَّ قَضَىٰ أَجَلًا وَأَجَلٌ مُّسَمًّى عِنْدَهُ⁵ ، وقال تعالى : ﴿ وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ

¹ - تفسير ابن كثير لابي الفداء اسماعيل بن كثير القرشي الدمشقي 2 / 49 ، 6 / 308 / ط / 1420 هـ / 1999 م دار طيبة للنشر والتوزيع

² - سورة المؤمنون الآيات 12- 14

³ - سورة المؤمنون الآية 14

⁴ - سورة النحل الآية 70

⁵ - سورة الأنعام الآية 2

أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِنَبَأًا مُّوجَّلاً ﴿١﴾ وقال تعالى ايضاً : ﴿ إِنَّكَ مَيِّتٌ

وَإِنَّهُمْ مَّيِّتُونَ ﴿٣٠﴾ ٢ . أي أن البشر لا يخلدون في الدنيا ، إنما وجودهم فيها

مؤقت ، ومرهون بأجل محدد عند الخالق - سبحانه وتعالى - الذي بيده أمر ،
ووقت موت الإنسان ، وانتقاله إلى الدار الآخرة .

المطلب الثاني : الغاية من خلق الإنسان ووجوده في هذا الكون

من خلال النصوص الواردة في القرآن الكريم والتي تبين أن حواراً جرى بين
الله - عز وجل - وملائكته حول خلق الله تعالى للبشر ، و الغاية من ذلك يتضح ما
يأتي :

1- أن الله عز وجل خلق الملائكة قبل خلق الإنسان ، وأنها كانت تعبد الله كما

ورد عن المولى - عز وجل - في قوله : ﴿ وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَأِكَةِ إِنِّي

جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً ﴿٣﴾ ، يخبر المولى - عز وجل - بامتثانه على بني آدم

بذكرهم في الملأ الأعلى قبل إيجادهم ، وخلقهم بإبلاغه لملائكته بأنه سيخلق

بشراً من صلصال من حمأ مسنون ، يخلف بعضهم بعضاً ، جيلاً بعد جيل⁴

2- أن الملائكة ردت بسؤال رب العزة تستفسر فيه عن الغاية من خلق كائن قد

يفسد ، ويبطش ، قال تعالى : ﴿ قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا

11 - سورة آل عمران الآية 145

2 - سورة الزمر - الآية 30

3 - سورة البقرة الآية 30

4 - تفسير ابن كثير 30 / 1 / 216

وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ ﴿١﴾ ، وسؤال

الملائكة ليس اعتراضاً : ، بل الاستعلام عن الحكمة من خلقه ، مع أنه سيفسد ، ويسفك الدماء ، وهم أي الملائكة قائمون بعبادة الله - عز وجل - بصلاتهم ، وتسبيحهم ، وتقديسهم له جل شأنه² .

3- إن للإنسان قيمة تلو على كل المخلوقات الأخرى حتى الملائكة الأعلى وهم الملائكة المسبحة بقدسه ، وقد رد - سبحانه وتعالى - على استفسارهم بقوله عز وجل : ﴿ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴾³ ، وقوله - سبحانه وتعالى -

﴿ وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا ﴾⁴ ، وقوله - تعالى :

﴿ فَإِذَا سَوَّيْتُهُمْ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴿٢٩﴾ فَسَجَدَ

الْمَلَائِكَةُ كُلُّهُمْ أَجْمَعُونَ ﴿٣٠﴾ إِلَّا إِبْلِيسَ أَبَى أَنْ يَكُونَ مَعَ

السَّاجِدِينَ ﴾⁵ ، وإن الله - عز وجل - امتن على آدم ، وذريته بكرامة

عظيمة : إذ أمر الملائكة بالسجود له ، وسجدوا تكريماً له⁶ ، وطرده إبليس من رحمته الذي رفض السجود لمن كرمه الخالق - عز وجل - .

1 - سورة البقرة الآية 30

2 - تفسير ابن كثير 1 / 216

3 - سورة البقرة الآية 30

4 - سورة البقرة الآية 34

5 - سورة الحجر الآيات 29 - 31

6 - تفسير ابن كثير 1 / 227

4- إن خلق الله للبشر لم يكن عبثاً ، بل لحكمة، وغاية ، قال تعالى :

﴿ أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴾¹

وقال - تعالى أيضاً : ﴿ أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى ﴾² ، أي ، أظننتم أنكم

مخلوقون عبثاً بلا قصد ، ولا إرادة ، ولا حكمة ، وأن الله - سبحانه - وتعالى
يخلق شيئاً عبثاً ، تعالى الله عن ذلك علواً كبيراً³ .

5- إن خلق الله للإنسان له حكم ، وغايات كما يأتي :

أ- الغاية الكبرى والأهم لعبادته وحده ، قال تعالى : ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ

وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾⁴ ، يفصح - سبحانه وتعالى - عن الغاية

من خلق البشر بما ورد في الآية : لأمرهم بعبادتي ، لا ، لاحتياجي لهم⁵ .

ب- حمل الأمانة ، قال تعالى : ﴿ إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ

وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ ﴾⁶ ، الأمانة

هي الطاعة والفرائض وما يتعلق بها من ثواب ، وعقاب ، عرض الخالق

- عز و جل - على السموات ، والأرض ، والجبال ، قبل أن يخلق آدم ،

فلم يطقنها ، فتحملها آدم⁷ .

1 - سورة المؤمنون - الآية 115

2 - سورة القيامة - الآية 36

3 - تفسير ابن كثير - / 500

4 - سورة الذاريات - الآية 56

5 - تفسير ابن كثير - / 7 / 425

6 - سورة الأحزاب - الآية 72

7 - تفسير ابن كثير - / 488

ت- الخلافة في الأرض ، قال تعالى : ﴿ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ ﴾¹

وقال أيضا : ﴿ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَفَ الْأَرْضِ ﴾²، أي أن النسل

المتتابع ، قوما يخلف بعضهم بعضا ، أمة بعد أمة ، جيلا بعد جيل³ .

ث- غاية عملية تميز البشر العابدين من بعضهم في العبادات ، والأعمال

الصالحة، قال تعالى : ﴿ لِيَبْلُوكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ﴾⁴ ، وقال

أيضا : ﴿ الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ

الْغَفُورُ ﴾⁵ ، وقال- سبحانه وتعالى - : ﴿ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ

وَمِنَ الْأَرْضِ مِثْلَهُنَّ يَنْزِلُ الْأَمْرُ بَيْنَهُنَّ لِنَعْلَمَ مَا أَنَّهُ اللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا ﴾⁶ ، يخبر المولى - عز وجل -

عن قدرته التامة ، وسلطانه العظيم ليكون ذلك باعنا على تعظيم ما في

الأمانة ، ما شرع من الدين القويم⁷ .

1 - سورة النمل -- الآية 62

2 - سورة الأنعام - الآية 165

3 - تفسير ابن كثير - 6 / 205

4 - سورة هود - الآية 7

5 - سورة الملك - الآية 2

6 - سورة الطلاق - الآية 2-1

7 - تفسير ابن كثير -- 8 / 156

1 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 24 ط 1 / 1432 هـ 2011 م الدار العثمانية للنشر عمان

المطلب الثالث

نعم الخالق على المخلوق (الإمكانيات ، والقدرات التي مده بها)

وهي الإمكانيات التي زود الله بها الإنسان :ليتمكن من تحمل الأمانة ، وتحقيق الغاية من وجوده ، والمنوطة به :

1- أن خلقه على الفطرة ، فهو مفلطح على التوحيد ومعرفة الله¹ ، والعيش في

ملكوته كما أراد ، قال تعالى : ﴿ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا

بَدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ﴾² ، فطبيعة تكوينه ، ونظام حياته يتوافق و الناموس

الذي عليه الطبيعة ، وكل الكون ، وليس شاذاً ، أو مناقضاً له ، فأصل خلقه من طين لازب (تراب الأرض الممزوج بالماء) ، و يحتاج إلى أن يشرب الماء الموجود في الطبيعة سواء من الأنهار ، أو الوديان ، والغدران ، أو الذي في الآبار بباطن الأرض ليروي عطشه ، ويتنفس الأكسجين المختلط بهواء الطبيعة ، ويتغذى على النباتات ، والحبوب التي في الطبيعة ، ويتعامل مع كل الموجودات حوله ،

2- إن نفخة الروح هي التي منحت الإنسان خصائص عديدة ميزته عن غيره من المخلوقات بميزات كثيرة أهمها الإدراك ، والوعي ، والإرادة ، وتحمل المسؤولية ، والقدرة على ضبط النفس وهو مناط التكليف³ ، قال تعالى :

¹ - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص24 ط1 / 1432 هـ / 2011 م الدار العثمانية للنشر عمان الأردن

² - سورة الروم -- الآية 30

³ - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص 20

﴿ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ ^ط وَجَعَلَ لَكُمْ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ

1 ﴿

3- إمكانيات جسدية تتمثل في الهيئة التي خلقه الله - تعالى- عليها ، من قوام يحمله ، وأرجل يمشي بها في ملكوته عزو جل ، ويدين يأكل بهما ، ويعمل بهما ، وعينين يبصر بهما الأشياء ، ولسان يتكلم به ، ويخاطب به غيره ، وقوة البدن ، ونعمة الصحة ، والجمال، قال تعالى : ﴿ فِي أَيِّ صُورَةٍ مَا شَاءَ

رَكَّبَكَ ^٨ ﴾² ، وقال أيضا : ﴿ هُوَ الَّذِي يُصَوِّرُكُمْ فِي الْأَرْحَامِ كَيْفَ

يَشَاءُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ^٦ ﴾³ .

4- التناسل ، والتوالد ، والإكثار ، وهو ما حصل من بعد خلق آدم الذي جاء من ذريته ، ونسله كل البشر المتواجدون الآن ، قال- تعالى- : ﴿ الَّذِي أَحْسَنَ

كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ ^ط وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ^٧ ﴾⁴ ، وقال أيضا :

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ إِذَا أَنْتُمْ بَشَرٌ تَنْشُرُونَ ^٥ ﴾

وهو ما يحقق غاية الخلافة في الأرض التي وردت في المطلب السابق .

1 - سورة السجدة -- الآية 9

2 - سورة الانفطار -- الآية 8

3 - سورة آل عمران - الآية 6

4 - سورة السجدة -- الآية 7

5 - سورة الروم -- الآية 20

5- القدرة على التعلم ، قال تعالى : ﴿ وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ﴾¹ ، أي أنه

مهياً لتلقي المعرفة ، وتطبيقاتها ، فهو يولد وله الرغبة في التعلم ، ولديه الفضول لمعرفة واستكشاف الأشياء من حوله .

6- الحياة : إن وجود الإنسان الفاعل في هذا الكون ، ولكي يحقق الأهداف المكلف بها يستلزم أن يكون حيا ، وقد وهبه الخالق الحياة ومدلولاتها : الروح ، والعقل ، وقد وردت عن المولى - عز وجل- في القرآن الكريم آيات تدل على ذلك منها مثلا قوله- تعالى : ﴿ كَيْفَ تَكْفُرُونَ بِاللَّهِ

وَكَنتُمْ أَمْواتًا فَأَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ثُمَّ إِلَيْهِ

تُرْجَعُونَ ﴾² ، ويعبر عن الحياة ومدلولاتها بالـنفس .

و النفس : "هي الطاقة التي تنخلق في الإنسان من لحظة نفخ الروح في الجسد لتصبح القوة المعبرة عن علاقة الذات المكونة ، وتركيبية الإنسان ، وتظهر في سماته ، وخصائص شخصيته "

النفس لغة : " النفس مفرد ، جمعها أنفس ، أو نفوس ، وهي تعني الروح ، فالنفس والروح شيئا واحدا³ ، وهي مبدأ الحياة ، لأن الكائنات الحية هي الكائنات المتنفسة ، أي أن عملية التنفس في الكائن الحي تحدث من نفخ الروح فيه فتصبح بذلك دليلا على وجود الروح به"

¹ - سورة البقرة --الآية 31

² - سورة البقرة --الآية 28

³ - أبو بكر الأنباري - محمد بن القاسم بن محمد بن بشار بن الحسن بن بيان بن سماعة بن فروة بن دعامة أبو بكر الأنباري المقرئ النحوي 271 هـ / 328 هـ ترتيب المدارك وتقريب المسالك 3 / 45 القاضي عياض

النفس في القرآن : وردت لفظة نفس في مواضع كثيرة في القرآن الكريم بمعان متعددة ، ولكن ذات علاقة ببعضها¹ كما يأتي :

أ- النفس بمعنى الذات الإنسانية كما ورد عن رب العزة قوله : ﴿يَأْتِيهَا النَّاسُ

اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا

وَنِسَاءً﴾² ، وقد عنى بها سبحانه وتعالى آدم عليه السلام ، أما قوله : ﴿لَا

يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾³ ، فهي ذات كل شخص .

ب- النفس بمعنى الروح التي به يحيا الإنسان ، ويكون بها الإحساس ، والإدراك ،

تفارقه عند الموت ، قال تعالى : ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي

لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فِيمِمْسِكُ^ط الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ

الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى﴾⁴ .

¹ - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 35 ط 1 / 1432 هـ / 2011 م الدار العثمانية للنشر عمان الأردن

² - سورة النساء -- الآية 1

³ - سورة البقرة -- الآية 286

⁴ - سورة الزمر - الآية 42

ت- النفس بمعنى العقل ، قال تعالى : ﴿ يَسْمَعُونَ كَلِمَ اللَّهِ ثُمَّ يُحَرِّفُونَهُ مِنْ

بَعْدِ مَا عَقَلُوهُ وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴿٧٥﴾ ^١ ، وقال أيضا : ﴿ إِنَّ شَرَّ

الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الضَّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يُعْقِلُونَ ﴿٢٢﴾ ^٢ .

ث- النفس صفة في الإنسان توجهه نحو الخير، والشر، قال تعالى : ﴿ فَطَوَّعَتْ

لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ ﴿٣٠﴾ ^٣ ، وقال

أيضا : ﴿ وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ ^ج قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا ^ط

فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ ﴿١٨﴾ ^٤ .

7- الوراثة : وهي لغة الأمر القديم الذي يتوارثه اللاحق عن السابق .

وهي طبيا : انتقال الصفات البنيوية من الوالدين إلى الأولاد ، عنى بها الإسلام
عناية كبيرة لما يترتب عليها من حقوق العباد ^٥ .

1 - سورة البقرة - الآية 75
2 - سورة الأنفال - الآية 22
3 - سورة المائدة - الآية 30
4 - سورة يوسف - الآية 18
5 - الموسوعة الطبية الفقهية حرف الواو ص 899

8- العقل :

العقل لغة : الفهم ، أو الحجر والنهي ، العقل يحجر الإنسان ، وينهاه عما يضره ، يعقل صاحبه عن التورط في المهالك ، وهو ايضا الفكر ، والذهن ، الفؤاد¹ .

العقل اصطلاحاً² : عرف أهل الشرع العقل بأنه : القوة المتهيئة لقبول العلم ، أو الغريزة التي بها يتهيأ الإنسان لفهم الخطاب ، والتمييز بين الحسن ، والقبح ، والحق والباطل .

عرفه القاضي أبوبكر الباقلاني³ : بأنه العلم بوجوب الواجبات ، واستحالة المستحيلات ، ومجاري العادات⁴ .

وعرف أهل الطب العقل بأنه : العقل وظيفة من وظائف الدماغ لأن الإنسان الذي يصاب دماغه إصابة بليغة يصبح كالمجنون ، ويفقد إدراكه ، ووعيه ، وتختل تصرفاته ، ويطل العقل أو الدماغ على العالم الخارجي من خلال الحواس الخمس⁵ .

¹ - لسان العرب لابن منظور ، و التعريفات للجرجاني

² - الموسوعة الطبية الفقهية ص 664 / 665 حرف العين

³ - ابوبكر محمد بن الطيب بن محمد بن جعفر ت 403 هـ / 1013 م ، فقيه ولد بالبصرة ، وعاش في بغداد وفيها توفي ، انتهت إليه رئاسة المذهب المالكي في عصره ، وكان قاضياً ، وكانت له مناظرات في الرد على المعتزلة والرافضة . ترتيب المدارك وتقريب المسالك للقاضي عياض 3 / 45

⁴ - المصدر نفسه

⁵ - المصدر نفسه

الفصل الأول : الصحة الوقائية النفسية

(حفظ النفس من الاضطراب)

وينحصر في ثلاثة مباحث

المبحث الأول

أدلة الصحة الوقائية في الجانب النفسي من القرآن الكريم .

يتكون من ثلاثة مطالب هي كما يأتي :

المطلب الأول – الصحة الوقائية في آيات العقيدة

إن كلام الله – تعال- كله فيه الخير والسعادة للإنسان ، قال تعالى : ﴿ وَنَزَّلْنَا

عَلَيْكَ الْكِتَابَ تَيِّدُنَا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهَدَىٰ وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ ﴿٨٩﴾ ¹ ،

وقال أيضا : ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ

الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾ ² . يخبرنا المولى- عز وجل - من خلال الآيات

التي وردت بأن : القرآن فيه الهدى، والبشرى، والشفاء ، والنور الذي يضيء الطريق للعباد ، ويهديهم إلى سواء السبيل ، ويخرجهم من الظلمات إلى النور بما فيه من منهج متكامل ، يرسم الطريق الصواب ، وينظم شؤون الحياة للفرد والمجتمع، بأفضل أسلوب ، ليعيش المؤمن المتبع لهذا المنهج وهذه الشريعة منعماً سعيداً في الدنيا مترفعاً عن الرذائل والمعاصي، والوحشية ، وشريعة الغاب ، والفساد، وبتابعه لهذا المنهج الرباني، وطاعة الله يكون أقرب إلى

¹ -سورة النحل --الآيه 89.

² - سورة الإسراء -الآيه 82

الملائكة، ويحظى برضاء الله - قال تعالى : ﴿ إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي

هِيَ أَقْوَمٌ ۗ ¹

إلا أن القسم الخاص بالعقيدة كما يرى العلماء في تقسيمهم للقرآن (الآيات الدالة على العقيدة والتوحيد ، والدالة على العبادات ، والدالة على المعاملات) أي أن الآيات الدالة على وجود الله عز وجل ، والإيمان به وحده وهو ما يعرف بالقرآن المكي .

تتجلى فيه الصحة الوقائية النفسية بوضوح ، أي أن الخالق يوجه عباده إلى ما يجعلهم في أمان نفسي ، فكثيراً من آياته ترسم ، وتبين لنا أسلوباً وقائياً باتباعه يتفادى المؤمن الكثير من الآفات والأمراض النفسية .

ومن خلال هذا المطلب سنرى كيف أن العقيدة السليمة وتوحيد الله تعالى : تجعل المؤمن يعيش في سعادة وراحة نفسية :

أولاً : الإيمان الصحيح التام بالله عز وجل سبباً من أسباب الصحة النفسية

إن الإيمان بالله الواحد الأحد وعدم الشرك به هو أول أبواب السعادة ، قال تعالى

﴿ وَالْعَصْرِ ^١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ^٢ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ

وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ^٣ ۗ ² ، وأول خطوة للخروج من الظلمات إلى

النور ، ومن ظلام الشرك ، والاضطراب ، والتخبط إلى الهداية ، وأول مراتب الرضى والقرب من الخالق فيتحقق الاستقرار النفسي ، والطمأنينة ، وكلما كان

¹ - سورة الإسراء --آية 9

² -سورة العصر. - الآيات 3-1

الإيمان قويا زاد صفاء النفس ونقاؤها ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ

أَسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي

كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ¹ ويسبق هذا الإيمان معرفة الإنسان لله - عز وجل - خالقه ،

وصاحب الفضل والنعم عليه معرفه حقيقه حتى الإيمان المطلوب ².

ولهذا بعث الله- تعالى- نبيه سيدنا محمداً - عليه الصلاة والسلام - ، ومن قبله أنبياء

ورسل لأقوام غيرنا ، ليعرفوهم بخالقهم ، وحقه عليهم المتمثل في الإيمان به ،

وعبادته وحده دون سواه ، وترك عبادة الأصنام ، والحيوانات ، وغير ذلك من

رموزا لكفر، والشرك ، قال تعالى : ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ³ ،

وعبادة الله هي الغاية ، والمهمة التي من اجلها خلقنا ، ووجدنا على هذه البسيطة ،

قال تعالى : ﴿ فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ ^٣ الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّنْ جُوعٍ

وَأَمَّنَّهُم مِّنْ خَوْفٍ ^٤ ﴿

وكان رسول الله - صلى الله عليه وسلم - خير داع وهاد إلى الصراط المستقيم ، و

نحن نشهد له - عليه الصلاة والسلام - بأنه ادى الأمانة، وبلغ الرسالة على خير وجه

وعلم الأمة أمور دينها كما أمره الله - سبحانه وتعالى - بقوله : ﴿ يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا

¹ -سورة فصلت الآية 30.

² - عقيدة المسلم ص 9 للغزالي

³ - سورة الذاريات الآية 56.

⁴ - سورة قريش الآية 3-4.

أُنزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ ﴿١﴾ وعاش بين أصحابه يبلغ الدعوة إلى الله ، ويشرح لهم

ويعلمهم أمور دينهم ، ودنياهم ، وفق المنهج الذي ارتضاه الخالق ، قال تعالى :

﴿ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَنْفَكِرُونَ ﴾ ﴿٤٤﴾²

كانت حياته - عليه الصلاة والسلام - تطبيقاً عملياً لشرع الله ، وكان القدوة ، والمعلم فأخذوا عنه الدين علماً ، وعملاً وهو ما يعرف بالسنة النبوية الشريفة ، فذاق الصحابة - رضوان الله عليهم - حلاوة الإيمان بالله ورسوله فكانت عبادتهم له طواعية ، ورغبة في أجره ، وثوابه ، ورضاه ، وانتهاءهم عن المعاصي والشرك ، والجهالة خوفاً من عذابه ، وخشوعاً ورهبة ، وبعداً عن سخطه .

ثانياً :- حسن الاعتقاد في الله وطرد الشرك والوساوس سبباً من أسباب الصحة :

استدل المؤمن من خلال فهمه لأمر دينه إلى وحدانية الله - عز وجل - خالق الكون ومدبره ، فصحت عقيدته ، وصفت نفسه وبعثت عن الشكوك

والوساوس قال تعالى : ﴿ قَالَتْ رَسُولُهُمْ أَفِي اللَّهِ شَكٌّ فَاطِرِ

السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ﴾³

وتزيد عظمة الله في قلب المؤمن ، ويكبر حبه لخالقه ، ويحسن ظنه به ، ويسلم الله كل أمره متوكلاً عليه ، ويكون القبول والثواب من الكريم الرحمن فيغمره برضاه ، راحة في البال ، وسكينة في القلب ، ويبرأ من الاضطراب والقلق والتذمر ، قال

⁵ - سورة المائدة الآية 67.

² - سورة النحل - الآية 44

³ سورة ابراهيم - الآية 10

تعالى : ﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ﴾¹ أما من لم ينعقد قلبه على الإيمان بالله ، أو لم تصف نفسه من الوسوس ، والشكوك ، فحاله في إرهاق ، واضطراب ، وقلق ما لم يصل إلى الدرجة العالية من الإيمان التي يرضى بها الله تعالى عنه ، ويحيطه برعايته وحفظه ، قال تعالى : ﴿ وَالْعَصْرِ ﴾

﴿ ١ ﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿ ٢ ﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ

وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿ ٣ ﴾ .²

ثالثاً - طاعة الله عز وجل واتباع هديه والثبات عليه سبب من أسباب الصحة:

إن طاعة المؤمن لرب العزة ، واتباع هداه يعودان عليه برضا الخالق ، ويجلبان السكينة والطمأنينة ، ولكي يظل المؤمن على هذه الحالة من الراحة النفسية ، وتوصف نفسه بالنفس مطمئنة ، يتطلب الأمر منه الثبات ، والصبر على النهج القويم ، وعدم الانحراف عن الاستقامة ، وعدم مخالفة الهدى إلى الضلال ، وإن حصل شيء من ذلك فعليه أن يسارع إلى التوبة والندم ، والرجوع إلى الصراط المستقيم ، وفي ذلك يقول المولى عز وجل : ﴿ فَمَنْ أَتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى ﴾ ﴿ ١٢٣ ﴾ وَمَنْ أَعْرَضَ

عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴾³

ويتبين من كلام الله - تعالى - أن الإنسان يكون على إحدى حالتين ، إما اتباع شرعه وهديه ، ونوره ومنهجه فيفوز بالرضا منه، ويعيش في أمن واستقرار ، وراحة بال وسعادة ، وحياة تخلو من الضيق والاضطراب النفسي ، وإما الإعراض عن هدى الله

¹ - سورة الفتح الآية 4

² - سورة العصر - الآية 1-3

³ - سورة طه -- الأيتين 123، 124

أو التقصير فيه ، فيعيش الانسان في ضنك العيش تعيسا شقيا ، يعاني من الأمراض النفسية ، والاضطراب والقلق ، وقد يقع في دائرة الاستحواذ الذي يقع فيه الكثير ممن ينحرفون ويخرجون أنفسهم عن الجادة ، ممن يخبر عنهم المولى- عز وجل- فيقول:

﴿ أَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ ﴾¹ وكذلك من ترك نفسه لوساوسها ولم

يلجمها ، قال تعالى : ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلَهُمْ مَا تُوَسَّوَسُ بِهِ نَفْسُهُ ﴾²

رابعاً :- تقوية الصلة بالخالق والمداومة على قراءة القرآن والذكر من أسباب الصحة:

حتى لا يقع المؤمن في شرك الاستحواذ ، والخروج من دائرة الطاعة لله التي تجلب السعادة ، ويتقي الإصابة بالأمراض النفسية ، عليه بتحسين نفسه بالمداومة على قراءة القرآن الكريم كلام الله المقدس المبارك ، وقد أرشدنا إليه - عز وجل- في مواقع عديدة لنتمتع بصفاء النفس وصحتها ، ومن أبرز الإشارات الدالة على الصحة

الوقائية النفسية وأوضحها قوله -تعالى : ﴿ يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن

رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾³ .

وكذلك المداومة على ذكر الله ، وتعويد المؤمن نفسه على أوراد يومية من قراءة للقرآن ، وذكر ، وتسبيح ، واستغفار ، وأن يظل لسانه رطبا بذكر الله ولا ينقطع اتصاله بخالقه ، ولا يغفل عن ذلك ، ويعيش في دائرة الأمان من أي عارض نفسي ،

وفي ذلك يرشدنا المولى - عز وجل - فيقول : ﴿ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ

1 - سورة المجادلة --الآية 19

2 - سورة ق --الآية 16

3 - سورة يونس --الآية 57

بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾¹ ، وألا يترك نفسه

لأهوائها ، ورغباتها ، ووساوسها .

خامساً - الصبر والثبات عند الشدائد والابتلاء من أسباب الوقاية :

قد تعرض للمؤمن حالات من الشدة والعسر في اوقات أو أيام كدر يرى فيها ما لا يسره ، يبئلى فيها ، ويختبر ، ويقاس عندها إيمانه ، وثباته ، وفي ذلك يقول الله -

تعالى- : ﴿ أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴿٢﴾ وَلَقَدْ

فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكٰذِبِينَ ﴿٢﴾² ،

ويقول أيضا : ﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ

وَالْأَنْفُسِ وَالْأَمْوَالِ وَالشَّمْرِتِ وَالصَّبْرِينَ ﴿١٥٥﴾³ ، ويقول سبحانه ، وتعالى :

﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجْتَهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ ﴿٤﴾⁴ .

فالمسلم الذي عقد قلبه على الإيمان ، إيماناً صحيحاً تاماً بالله ، وملائكته ، وكتبه ورسله ، واليوم الآخر ، والقضاء خيره وشره ، ويقبل بما كتبه الله له ، ويصبر على

الشدائد ، ويثاب على ذلك ، قال - سبحانه وتعالى : ﴿ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ

4- سورة الرعد -- 128

1- سورة العنكبوت --3

2-سورة البقرة ---155

3-سورة محمد ---1و

قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾¹ عليه أن يصبر على الشدائد ، ويحمد الله على

كل الأحوال حتى يجتاز المحن بنجاح ويثاب على ذلك نعم الثواب ، قال تعالى :

﴿ إِنَّمَا يُوفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴾² ويلبسه المولى - عز وجل - حلة الرضا

والرحمة والأمن على صبره واحتسابه عند ابتلائه راضيا بما قدر الله له مطمئنا الى

أن يرزق اليسر بعد الشدة ، قال تعالى : ﴿ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ

يُسْرًا ۚ ﴾³ ، أما الجزع عند المصيبة أو الشدة وعدم قبول الابتلاء والاشمئزاز،

والتشاؤم ، ورفض ما قدر الله أن يكون لعبده يخرج من حال الإيمان الذي يرضي

المولى إلى ما يغضبه والعياذ بالله من ذلك ، فيقع في المعصية ، ويحذرنا المولى من

ذلك بقوله : ﴿ وَبَاءُ وَبِغَضَبٍ مِّنَ اللَّهِ ﴾⁴ وعندها لا يعرف المرء طعما لنعمة

الصحة والراحة النفسية .

سادسا :- ملازمة الدعاء من أسباب الصحة والوقاية :

إن الدعاء والتضرع إلى الله- تعالى - من أحب الأعمال والطاعات التي يؤديها

المؤمن الذي انعم الله عليه بالهداية والدخول للحضيرة الآمنة أمة الإسلام ، وقد تحقق

إيمانه التام ، وأحاطه المولى- عز وجل - بالرعاية ، وانزل عليه من السكينة ما

يحقق له الأمان والطمأنينة ، وذاق حلاوة الإيمان ، وقراءة القرآن ، والذكر والتسبيح

وثبت ونجح فيما فد امتحن الله إيمانه به من شدائد وابتلاءات ، واستغفر مما قد بدر

منه من هفوات وزلات وإذا أراد المؤمن أن تزيد سعادته في الدنيا وتدوم ، فعليه

4- سورة البقرة - الآية 156

5 - سورة الزمر - الآية 10

3 - سورة الشرح -- الأيتين 6،5

4- سورة آل عمران - الآية 112

بدعاء الله تضرعا وخيفة ، وقد أمر المولى - عز وجل - بذلك في كتابه العزيز ، وربط بين تحقيق ما يتمنى العبد من خالقه بالدعاء في قوله تعالى : ﴿ وَإِذَا

سَأَلْتَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلَيْسَتْ جِيبُوا

لِي وَلِيَوْمُنَّوْا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾¹ أي أن المولى - عز وجل - يجيب

دعوة عبده بلا واسطه ولا حجب ، فليس بين العبد وربّه حواجز تمنع أو تحجب تضرعه لربه ومناجاته وطلبه ، وخاصة عند الضرورة، قال تعالى : ﴿ أَمَّنْ يُجِيبُ

الْمُضْطَّرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ ﴾² أي الاستعانة بالله عند الكرب ، والشدائد ،

والمرض يدعو المسلم ربه ليخفف عنه أزمته ، والدعاء حاجة فطرية من العبد الضعيف إلى القوة الخارقة التي بمقدورها وحدها أن ترفع البلاء ، وتريح النفس ، وتبدل الحال ، وهذه القوة هي قوة الله - سبحانه وتعالى - الذي فطر النفوس على

الإيمان به ، قال تعالى : ﴿ أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَّرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ

وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَأَلَا لَهُ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ ﴾³ ﴿٦٢﴾

ويقول - تعالى - ايضا ﴿ ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً ﴾⁴ ، أي تذلا ، وخشوعا ،

ويقينا ، بوحداية الله ، وقدرته ، وسيطرته على كل شيء ودعاء المسلم ، وطلبه ، ومناجاته لربه استجابة لأمره - سبحانه وتعالى - ولحاجة المسلم للاستجابة من

¹ - سورة البقرة -- الآية 186

² - سورة النمل -- الآية 62

³ - سورة النمل -- الآية 62

⁴ - سورة الاعراف -55

العزیز الحکیم فی تحقیق طلبه ، وأمنه وسعادته ، وكشف الضر عنه ، وابعاد الخطر ،

ومن لا يدعوا الله كمن لا يذكره ، قال تعالى : ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ

لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا ﴾¹ ، أي لا ينعم بالأمن من الله ولا الطمأنينة ولا السعادة بل

الأمراض والآفات والعلل التي تصيب النفس والقلب .

سابعاً - التحصن من الشيطان وسد أبواب غوايته من أسباب الوقاية:

الشيطان - لعنه الله - العدو الأول والأخطر للإنسان ، عصى رب العزة حسدا لأدم

وتكبرا ، فلم يسجد له إذ أمره الله وأخبرنا المولى - عز وجل - بذلك بقوله : ﴿ وَقَدْ

خَلَقْنَاكُمْ ثُمَّ صَوَّرْنَاكُمْ ثُمَّ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ لَمْ يَكُنْ

مِّنَ السَّاجِدِينَ ﴿١١﴾²

فندر اللعين نفسه وذريته وكل قدراته ليضل الإنسان عن الصراط المستقيم ،

وإبعاده عن الطاعة ، ليحرم من رضا المولى ورحمته ، ويعيش الشقاء ، والتعاسة والغضب .

ولم ينكر ذلك بل تجراً وخاطب رب العزة بعزمه على ذلك فقال : ﴿ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي

لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴾³ ﴿٣٩﴾ ، متوعدا ضعاف الإيمان

المتكاسلين عن العبادة ، والطاعة باستدراجهم ، وجرهم للمعاصي ، ولقد حذرنا

¹ - سورة طه -- الآية 125

1 - سورة الأعراف -- الآية 11

2 - سورة الحجر -- الآية 39

المولى - عز وجل - من ذلك في كثير من المواقف إذ يقول : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ

اللَّهِ حَقٌّ فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغُرُورُ ۝٥٠﴾ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ

فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ ۝١﴾ ، وتكرر التحذير من

الشیطان الرجيم من المولى عز وجل للناس بأن يتخذوه عدوا لهم ، ولا يتبعوا

خطواته ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوتِ الشَّيْطَانِ ۝٢﴾ ، ولقد

انقسم الناس إلى قسمين ، أما القسم الأول منهم أطاع الله تعالى في ذلك ، وعمل بقول

الحق ، وترك ما حذرهم منه ، وتحصنوا بالله العزيز القدير ، فكانوا مؤمنين طائعين

هم حزب الله ، تسلحوا بالقرآن ، والتسبيح ، والاستغفار ، والاستعاذة من الشيطان

الرجيم عملا بقوله - تعالى - : ﴿ وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ

إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝٢٠٠﴾ ، وقوله أيضا : ﴿ وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيْطَانِ

۝١٧﴾ وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ ۝١٨﴾ ، وقال تعالى أيضا : ﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ

النَّاسِ ۝١﴾ . هؤلاء هم حزب الله المفلحون في كنف المولى عز وجل ، ورعايته

آمنين مطمئنين ، متحابين ، لا عداوة بينهم ، ولا بغضاء ، ولا شقاء.

1 - سورة فاطر --الآيتين 6/5

2 - سورة النور ---الآية 21

3 - سورة الأعراف ---200

4 - سورة المؤمنون ---97 / 98

5 - سورة الناس ---الآية 1

وأما القسم الآخر من الناس فهم ضعفاء الإيمان ، والنفوس ، الذين عصوا ، وخالفوا أمر الله وانجروا ، وتتبعوا خطوات الشيطان ، وصفهم - الله عز وجل - بحزب الشيطان بقوله :

﴿ اسْتَحْوِذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولَئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ

الْخَاسِرُونَ ﴿١٩﴾¹ ، زين لهم حب الدنيا ، وحب الشهوات ، وزين لهم المعاصي ، فما استقاموا كما أمرهم الخالق سبحانه ، بل انحرفوا عن الصراط المستقيم ، قال تعالى :

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ

بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ﴿٢﴾ ، وقال - تعالى أيضاً : ﴿ الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ

وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٦٨﴾³ ،

والخوف من الفقر وانقطاع الرزق أهم المداخل الرئيسية للضغوط النفسية المؤدية إلى القلق ، والحزن ، والهجم ، والغم ، والاكتئاب⁴ ، وقد يقع هؤلاء الناس في صراع وحروب ، وتباغض ، وتطاحن ، خاصة فيما يتعلق بأمور الدنيا ، ومكاسبها التي

تنشأ بسببها العداوة ، قال - تعالى أيضاً : ﴿ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ

الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ

1 - سورة المجادلة --19

2 - سورة النور ---21

3 - سورة البقرة ---268

4 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول

مُنْهَوْنَ ﴿٩١﴾¹ ، ولهذا كله حذرنا المولى - عز وجل - من الشيطان ، واتباعه ،

وأمرنا بالتحصن بالله ، وطاعته ، وتلاوة القرآن ، والذكر باستمرار لتصفو النفس من الوسوس ، والشكوك ، ولأن الشيطان - عليه لعنة الله - مصدر رئيسي للضغط النفسي الجالب للهموم ، والمشاكل النفسية ، يصيب الإنسان بالمس ، والجنون ، والخوف كما ورد عن رب العزة بقوله : ﴿الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لَا يَقُومُونَ إِلَّا كَمَا

يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ﴾²

ثامناً - التوبة وترك المعاصي وطلب المغفرة :

التوبة لغة : هي الرجوع عن الذنب³ .

وفي الاصطلاح : 1- " رجوع العبد إلى الله - تعالى - بجل عقدة الإصرار على الذنب عن القلب ، ثم القيام بكل حقوق الرب سبحانه⁴ " .

2- (الإقلاع عن الذنوب بالقلب والجوارح)⁵ ، والتوبة النصوح أن يقلع الإنسان عن الذنب في الحاضر ، ويندم على ما بدر منه في الماضي ، ويعزم على ألا يفعل في المستقبل⁶ .

الأصل أن الإنسان عندما اهتدى إلى الله وآمن به ربا وإلهاً ، وسيدنا محمداً - عليه الصلاة والسلام - رسولا ونبياً ، وبما أنزل عليه من نور وهدى ، وما شرع الله من حلال وحرام ، انه قد انتهى عما نهى الله عنه ، وقد ترك طريق المعاصي ، وسلك طريق الهداية ، إلا أن زلة قدم أو غواية الشيطان ، أو الصحبة والقذوة السيئة

1 - سورة المائدة --91

2 - سورة البقرة --275

3 -مختار الصحاح مادة (ت و ب) الطاهر احمد الزاوي

4 - التعريفات للجرجاني ص 95

5 - تزكية النفوس و تربيتها ص 47

6 - تفسير القرآن العظيم 4 / 131

قد تقوده إلى بعض الهفوات وارتكاب المعاصي بسبب ضعفه أمام مغريات الدنيا ، وتأثير العوامل سالفه الذكر ، فالإنسان خلق يكابد مشاقها ، ويقاوم ثلاث مؤثرات قوية وهي : غواية الشيطان ، ووسوسة النفس ، وشدة الغريزة ، وحال الإنسان هذا الذي وقع تحت تأثير أحد هذه العوامل وزلت قدمه عن الطريق المستقيم إلى طريق المعاصي والذنوب ، إما أن يستمر في ذلك الدرب تائها يبحث عن اللذات ، واتباع الشهوات ، وبذلك يكون عاصيا لله عز وجل ، قال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ

وَرَسُولَهُ وَيَتَعَدَّ حُدُودَهُ يُدْخِلْهُ نَارًا خَالِدًا فِيهَا وَلَهُ عَذَابٌ

مُهِينٌ ¹ ، وقال أيضا : ﴿ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ ² ،

وخروج الإنسان عن طاعة الله إلى معصيته يجلب غضب الله وسخطه ، قال تعالى :

﴿ وَإِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ لِلنَّاسِ عَلَى ظُلْمِهِمْ ³ وَإِنَّ رَبَّكَ لَشَدِيدُ الْعِقَابِ ⁴ ﴿٦﴾

وإما أن يكون قد ندم على ما ارتكب من ذنب ورجع إلى الله - عز وجل - تائبا طالبا العفو والمغفرة ، والستر ، وحينئذ يكون الاستغفار عبارة عن :

طلب المغفرة باللسان ، والتوبة عبارة عن الإقلاع عن الذنوب بالقلب والجوارح ¹ فيجد الله - عز وجل - عفورا رحيفا يقبل التوبة عن عباده ويعفو عن كثير ، قال تعالى :

﴿ وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَعَمِنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ

رَحِيمٌ ⁴ ، وقال أيضا : ﴿ وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ

1 - سورة النساء - الآية 14

2 - سورة الطلاق - الآية 1

3 - سورة الرعد -- الآية 6

4 - سورة الأعراف -- الآية 153

ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَهُ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ

مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴿١٣٥﴾¹، قال تعالى : ﴿ وَأَنْ أَسْتَغْفِرُوا رَبَّهُمْ ثُمَّ

تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَنِّعَ كُمْ مِّنَّا حَسَنًا ﴾² فيجد المولى توابا ، غفورا ، فتنبدل سيئاته إلى

حسنات ، ويعيش متمتعا بالأمان ، والسكينة في رضا الخالق تبارك وتعالى .

المطلب الثاني

أدلة الصحة الوقائية النفسية من القرآن الكريم في العبادات

المقصود بالعبادات : (الطهارة ، و الصلاة ، و الزكاة ، و الصوم ، و الحج)

للقوف على أدلة مختلفة وعديدة ، على أنها تحمي المسلم ، و تحفظه من الأمراض النفسية أذكر ما يأتي :

أولاً- الطهارة

الطهارة لغة : هي النظافة³ ، والنقاوة ، والنزاهة عن الأقدار ، والأوساخ ، حسية

كانت أم معنوية⁴ :

حسية كقوله تعالى : ﴿ وَيَأْتِيكَ فَطَهْرٌ ﴾¹ ، و معنوية كقوله : ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ

صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ﴾² .

1 - سورة آل عمران -- الآية 135

2 - سورة هود -- الآية 3

3 - تعريفات ومصطلحات فقهية معاصرة باب الطهارة د عبد العزيز عزت ص2 ط / مؤسسة الأزهر

4 - المعونة على مذهب عالم المدينة للفاضل عبد الوهاب البغدادي 1 / 117

والطاهر : من عصمه الله - تعالى - من المخالفات³ والوساوس والهواجس .
الطهارة اصطلاحاً : صفة حكمية يستباح بها ما منعه الحدث أو حكم الخبث⁴ وهي إما باطنة معنوية ، أو ظاهرة حسية ، والظاهرة إما فيما يتعلق بالبدن كالوضوء والغسل وإما فيما يتعلق بالثوب والمكان .

فالمعنوية كقوله تعالى : ﴿ حُذِّمْنَ أَمْوَالَهُمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ﴾⁵ . . .

والإسلام يعتمد أساساً على الطهارة الروحية الباطنة ، والجسدية الظاهرة معا ، فهي تربط بين العقيدة والعبادات (الإيمان بالقلب والقول باللسان، والعمل بالجوارح) .

والطهارة الباطنة⁶ : هي الطهارة القلبية ، والروحية ، والنفسية ، وهي المعيار الذي تقاس به قيمة الإنسان ، وهي القاعدة السليمة للعلاقات ، والتعامل بين الناس ، قال

تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ

أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْفَقَكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴾⁷ (١٣) ، فهي تمثل الإيمان الصحيح

بالله - عز وجل - الواحد الأحد ، وملائكته، وكتبه، ورسله ،واليوم الآخر، والقدر خيره وشره وطرده الشرك والوساوس .

وتكمن أهمية الطهارة في كونها شرطاً دائماً لصحة العبادات⁸ وخاصة الصلاة التي تتكرر خمس مرات في اليوم ، وقراءة القرآن ، والحج ، ومستحبة لباقي العبادات مثل الصوم ، والذكر ، والتسبيح ، وكل القربات .

1 - سورة المدثر - الآية 4

2 - سورة التوبة - الآية 103

3 - التعريفات للجرجاني

4 - الشرح الصغير على أقرب المسالك إلى مذهب الإمام مالك

5 - سورة التوبة -- الآية 103

6 - أمة الطهارة ص20 عبد الحميد مهدي ط1 1403هـ 1983م دار البعث للطباعة والنشر قسنطينة الجزائر

7 - سورة الحجرات - الآية 13

8 - الفقه الإسلامي وأدلته ص239 وهبه الزحيلي ط10 1428هـ 2007م دار الفكر المعاصر دمشق

وبما أن الصلاة قيام بين يدي الله - تعالى- فأدائها بالطهارة الحسية تعظيم لله¹ وغياب الطهارة يعني وجود الاستفزاز الذي يخل بالتعظيم وينافي مبدأ النظافة ، فبالطهارة تطهر الروح والجسد معا ويتوازن المسلم جسما وروحا، قلبا وقالبا² .

وعناية الإسلام بالطهارة، وحث المسلم على أن يكون دائما على طهارة حسية ومعنوية دليل على الحرص الشديد على النقاء والصفاء، والزينة، والنظافة ، والحفاظ على الصحة الخاصة والعامة³، وبناء جسد في أصح قوام ، وأجمل منظر ، ولصون البيئة والمجتمع من انتشار الأمراض لأن غسل الأعضاء الظاهرة المعرضة للغبار والأتربة والجراثيم يوميا بشكل متكرر ، وغسل البدن عقب كل جنابة ، كفيل بحماية المسلم من أي تلوث فالطهارة وقاية والوقاية خير من العلاج .

ثانياً - الصلاة :

وهي عماد الدين ،والركن الثاني من أركان الإسلام بعد الشهادتين مفتاح الدخول للإسلام ، وهي عبارة عن أقوال وأفعال مخصوصة ، مبدوءة بالتكبير ومنتبهة بالتسليم⁴ ، استجابة لأمر الله تعالى ﴿ فَأَقِمْوْا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى

الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾⁵، إن الصلاة قرّة عيون المحبين ، ولذة أرواح ،

ونفوس الموحدين الخاشعين ، ومحك أحوال الصادقين ، وهي رحمة من الله مهداة لعباده المؤمنين⁶ منذ ولادة المسلم ومجيئه إلى الدنيا بأذنها وإقامتها في كلتا أذنيه، وبالصلاة عليه من قبل جماعة المسلمين عند وفاته ترحما عليه ، وطيلة فترة حياته يصلحها بين يدي الله - تعالى- وهو مقبل عليه يتلذذ بقربه ومناجاته ، وحمده والثناء عليه ، وتوحيده بالعبادة ،حتى ينال رضاه وقبوله ،خمس مرات في اليوم ،وكل مرة

1 - الفقه الإسلامي وأدلته

2 - أمة الطهارة ص 38

3 - المصدر نفسه

4 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص163

5 - سورة النساء - الآية 103

6 - اسرار الصلاة لابن القيم 59

تتكرر المتعة والانشراح ، وطهارة من مذموم قد وقع بينهما ، ومكفرة له ، وهي تحقق التوازن النفسي الذي يقصده التنظيم الإسلامي للكيان البشري كله في آن واحد (الجسم ، والعقل ، والروح)، نصيب الجسم فيها هو الحركات التي يقوم بها المصلي من قيام ، وركوع ، وسجود ، تحرك وسكون ، ونصيب العقل هو التفكير وإدراك ما يقوله فيها من قرآن ، ودعاء ، وذكر ، ونصيب الروح هو الخشوع والتقوى والتطلع لله أن يتقبل ويرضى¹.

وبعد أدائها يضع الله تعالى عليه رداء القبول ، فالصلاة نور وقوة في القلب والجوارح وسعة في الرزق ، فغيث الرحمة ينزل كالمطر التي تنبت الشجر والزهر، والغفلة عنها تأتي بقحط القلوب وجذبها فتصير أرضاً بوراً، قال - تعالى : ﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴾² وترى المؤمن الموفق في

العبادة في قمة السعادة وهو يناجي ربه كما قال تعالى في سورة الفاتحة : ﴿ إِيَّاكَ

نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾³ وفي الحديث القدسي عن رب العزة أنه قال :

"قسمت الصلاة بيني وبين عبدي نصفين ولعبدني ما سأل ، فإذا قال العبد : (الحمد لله رب العالمين)، قال تعالى : حمدني عبدي ، وإذا قال العبد (الرحمن الرحيم) قال تعالى : أثنى علي عبدي ، وإذا قال العبد (ملك يوم الدين)، قال تعالى : مجدني عبدي ، وإذا قال (إياك نعبد وإياك نستعين)، قال تعالى : هذا بيني وبين عبدي ولعبدني ما سأل ، فإذا قال : (اهدنا الصراط

¹ -منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص163 علي بهلول احمد

² - سورة المؤمنون --- الآيات 1 / 2

³ - سورة الفاتحة --- الآية 5

المستقيم صراط الذين أنعمت عليهم) ، قال تعالى : هذا لعبدي ولعبدي ما سأل ((¹ .والعبد يسأل السعادة والراحة في الدنيا ،وحسن نعيم الآخرة.

والسعادة في الدنيا وراحة النفس التي تتحقق من الصلاة تكمن في أسرارها الظاهرة والباطنة المتعددة ، ولأن البحث في أسلوب القرآن في تحقيق الصحة الوقائية النفسية نقف على بعض الأسرار الظاهرة الملموسة منها :

1. الصلاة تزكية للنفس :

إن الصلاة أسلوب ومنهج تربوي بنائي للنفس والسلوك² ، ولا يقتصر نشاط المصلي على الجوانب الحسية الحركية المتمثلة في الوقوف ، والركوع ، والقيام ، والسجود ، والانتظام في صفوف ، وإنما هي عبادة عملية تؤدي بكل جوارح ومشاعر المصلي ، وحواسه ، وبقلبه ، وعقله ووجدانه ، ولسانه ، وفكره ، لذلك تنمية لكل هذه الجوانب مجتمعة التي تمثل شخصية المسلم ، وهذ النظام الذي يعتني بالكيان البشري كاملا في نفس الوقت ، يحقق التوازن النفسي ، والاستقرار الداخلي ، فتزويد شحنة الإيمان وتكبير بالخشوع والتقوى ، ويعمر الوجدان ، وينعم بالراحة والأمان بدوام تواصل المؤمن بالله عز وجل ،والصبر على الحر والبرد الشديدين ، قهرا للأنانية والتكبر والحقد ، ليحل التواضع ، ولين الجانب ، والرحمة بين المصلين³ .

2- الصلاة وقاية من المشكلات النفسية :

في الجانب الحياتي تلعب الصلاة دورا مهما في وقاية النفس مما قد يعتريها من اضطراب ، وتعب ، وفراغ ، ويتمثل ذلك في⁴ :

أ – أوقات الصلاة : بين المولى - عز وجل - لرسوله الكريم عليه -الصلاة والسلام-

الصلوات المفروضة ومواقيتها ، قال تعالى : ﴿ فَأَقِمْوْا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى

¹ - المنقلى من الأحاديث القدسية ص65 الباب 13 فيما يتعلق بالصلاة ، وأخرجه مسلم في صحيحه كتاب الصلاة باب وجوب قراءة الفاتحة 296/ 1/ 395

² - الإسلام وعلم النفس ص 56

³ - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 164

⁴ -المصدر نفسه

الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾¹ ، وقال تعالى أيضا : ﴿ أَقِمِ الصَّلَاةَ

لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنِ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا ﴾²

وهي خمس صلوات مفروضة في اليوم واللييلة موزعة على خمسة أوقات :
(الصبح ، و الظهر ، و العصر ، و المغرب ، و العشاء .)

هذه المواقيت ليست عشوائية ، ولكنها محسوبة ، ومناسبة لنشاط المسلم ومع
ذروة تناقص طاقاته ، حتى يصبح المسلم في حياة فاضلة ، قوية منتجة طوال اليوم ،
وإن هذا التخطيط الإلهي أعظم توجيه لقدرات الإنسان وطاقاته كي يستمر عطاءً
واطمئناً³ .

أي أن كل وقت من أوقات الصلاة يأتي ليعيد إعمار النفس والبدن بالطاقة ،
والحافز من خلال الروحانيات ، ونور الاتصال بالخالق ومناجاته ، فيمن على عبده
بالقبول ، والرضى ، والأمن .

وهكذا يكون يوم المسلم مليئاً بالطاعة الجالبة لرضا الله ورحمته ، ولا يحتمل فراغاً
ينعكس عليه بالاكتئاب أو القلق ، أو بفتح باب للشيطان .

إنما هو وعمل متواصل في سعادة وامن من عند الله تعالى .

ب- إقامة الصلاة وتكبيرة الإحرام :

إن الأذان إعلان لوقت الطاعة المناسب ، وبدء شحذ الهمم ، وخاصة عند الفجر ، فهو
تهيئة للنائم ، وتثويب له لصلاة خير من النوم .

فيسارع المسلم طائعا راغبا في أداء الواجب ، والظفر بالخير الكثير من إله كريم
العطاء ، فيبدأ الاستعداد لذلك الواجب بالوضوء الذي هو طهارة حسية ومعنوية ،
بدنية وروحانية أيضا ، ثم الوقوف بين يدي الخالق في اتجاه القبلة ، وإقامة الصلاة
تاركا الدنيا وما فيها من متاع ، وزينة براقية ، يتسابق عليها الخلق ، ويتكالبون

¹ - سورة النساء -- الآية 103

² - سورة الإسراء - الآية 78

³ - القرآن والصحة النفسية جمال أبو العزائم ص59

ويتصارعون ، وتكون سببا في الحروب والمشاحنات ، والسعي فيها تعب، وكد ، وهم ، وقلق بسبب عجز الإنسان عن حل صراعاته¹ وهي فتنة زائلة سوف يتركها يوما ، ويترك كل ما جمع منها وفيها .

وانسلاخه منها و توجهه إلى الله - عز وجل - هو ازاحة لهم وتعب واقبال على الصفاء النفسي ، والرحمة الإلهية ، والراحة، وبتكبيره الإحرام تكون النفس قد صفت وهي في الحضرة الإلهية ، محمية من مخاوف الدنيا ، وقلق الحياة ، لأنها في ذمة الله

قال - تعالى: ﴿ وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ﴾² .

من خلال ما تقدم تتضح قيمة الصلاة وفائدتها في تحقيق الصحة النفسية من أي علة أو اضطراب ، والأدلة على ذلك كثيرة وواضحة من القرآن الكريم و من خلالها تتبين المعاني الأتية³ :

1- الوقاية من الخوف والحزن عن المصلي ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا

وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَءَاتَوْا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا

خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾⁴ (٢٧٧)

2- تقي المصلي من الهلع والجزع ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴾⁵ (١٩)

إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ

عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾ ﴾⁵

1 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 181

2 - سورة البقرة الآية 45

3 - المصدر السابق منهج القرآن الكريم

4 - سورة البقرة --الآية 277

5 - سورة المعارج --الآيات 19- 23

3- تقوم السلوك والأخلاق وتمنع الفحشاء ، قال تعالى : ﴿ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّمَا

الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا

تَصْنَعُونَ ¹ .

4- تكفر السيئات ، وترفع الدرجات ، وتقي من الشعور بالذنب ، قال تعالى :

﴿ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ

السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ ² .

5- الصلاة معونة من الله - تعالى- للإنسان في سائر أحواله ، قال تعالى :

﴿ وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ³ . صلاة الاستسقاء عند احتباس المطر ،

صلاة الاستخارة ، عندما يعرض الإنسان لأمر لا يقدر على أخذ القرار فيه ،
صلاة قضاء الحاجة عندما يصعب على الإنسان تحقيق غاية .

ثالثاً - الزكاة :

الزكاة لغة :- الزيادة والنماء⁴ ، ومصدر زكى الشيء: إذا نما وزاد ، وزكى فلان إذا

صلح ، وترد أيضاً بمعنى التطهير⁵ .

1 - سورة العنكبوت --الآية 45

2 - سورة هود --- الآية 114

33 - سورة البقرة -الآية 45

4 - المعجم الاقتصادي الإسلامي الشرياصي احمد ص209 / ط1 / 1401 هـ / 1981 م دار الجيل

5 - نيل الأوطار في شرح منتقى الأخبار من احاديث سيد الأخيار للشوكاني ص97 المجلد الرابع كتاب الزكاة /ت /مصطفى الحلبي .

فالزكاة هي البركة ، والنماء ، والطهارة ، والصلاح¹ ، قال تعالى : ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ

زَكَهَا ۝۹ ﴾² ، أي من زكى نفسه بطاعة الله عز وجل فطهرها من الذنوب بفعل

الطاعات واجتناب المعاصي³ ، قال تعالى : ﴿ فَأَرَدْنَا أَنْ يُبَدِّلَهُمَا رَبُّهُمَا خَيْرًا

مِّنْهُ زَكَاةً وَأَقْرَبَ رُحْمًا ۝۸۱ ﴾⁴ أي خير منه صلاحا ، ودينا ، وطهارة⁵ .

وقد تأتي بمعنى الصدقة بفتح الصاد والبدال وهي العطية⁶ وهي أعم من الزكاة .

وتعتبر الزكاة الشرعية الركن الثالث من اركان الإسلام ، ووردت في القرآن بلفظ

الزكاة ، قال تعالى : ﴿ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ ۝۷ ﴾⁷ ، وقال تعالى أيضا :

﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ۝۸ ﴾⁸ .

الزكاة في الاصطلاح :- هي حق واجب في مال خاص لطائفة مخصوصة في وقت مخصوص⁹ .

قال تعالى : ﴿ لَنْ نَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّىٰ تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ ۝۱ ﴾¹ لقد اشترط المولى

علينا في الآية السابقة دفع الزكاة لنيل بره ورضاه .

1- المعجم الوسيط المجلد الثاني ص196 ط2 / 1972 دار المعارف مصر .

2 - سورة الشمس -الآية 9

3 - الزكاة : الأسس الشرعية والدور الإنمائي والتوزيعي / نعمت عبد اللطيف مشهور / رسالة دكتوراه / المعهد العالي للفكر الإسلامي المؤسسة الجامعية للنشر والتوزيع ط1 / 1413هـ / 1993م القاهرة .

4 - سورة الكهف --الآية 81

5 - لسان العرب لابن منظور المجلد الثالث ص1849 .

6 - المعجم الاقتصادي الإسلامي للشرباصي ص251 .

7 - سورة البقرة -- الآية 110

8 - سورة التوبة --الآية 103

9 - المعجم الاقتصادي الإسلامي ص 209

وللزكاة في أذهان الكثيرين من الناس صورة ساذجة ، وأنها ليست نظاما اقتصاديا ، واجتماعيا كما شرع الله تعالى ، وإنما هي يد تدخل في جيب لتخرج شيئا ما وتضعه في يد ممتدة مترقبة² .

و المحتاجون من الناس صنفان³ : الأول من ليس له دخل قط ، والثاني من له دخل ولكن لا يكفيه ، وقد خلق الله - سبحانه وتعالى- الأرض ، وقدر فيها اقواتها ، وضمن لكل فم طعامه ، وعلى الناس أن يكدحوا لتحصيل أقواتهم ، فمن ضل الطريق إلى مرتزقه ، أو أعياه بلوغه تمد له يد العون حتى يجد ما يقوته ، وأهله ، وربما اضطر بعض الناس إلى الاستدانة ، وكما هو معلوم الدين هم ثقيل على المدان ، وقد يكون الدائن مرابياً وهذه معصية تغضب الخالق وتمحق الرزق .

لذلك شرع الله - تعالى- الزكاة على عباده ، ليسارع هذا النظام الاقتصادي الإسلامي إلى إسعاف هؤلاء الناس وإخراجهم من الضيق والحر ج ، ولنماء الرزق والمال ، وهي الركن الثالث بعد الشهادتين والصلاة ، قال - تعالى - ﴿ وَمَا أُمِرُوا إِلَّا

لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينٌ

الْقِيَمَةِ ﴿٥﴾⁴ ولها عظيم الأثر والنفع إذا أقيمت في مجتمع إسلامي ، وإذا حبست

كان الأثر سيء على ذلك المجتمع

فالأثر الطيب والنفع الحاصل والمترتب على اخراج الزكاة يتمثل في الاتي :

1 - سورة آل عمران -- الآية 92

2 - الزكاة الأسس الشرعية والدور الإنمائي نعمت عبد اللطيف مشهور

3 - المصدر نفسه

4 - سورة البينة -- الآية 5

1- إن إعطاء الزكاة عبادة مالية تمثل مع باقي العبادات برهان الإيمان وصدقه

عند المسلم واستجابة لأمر الله ، قال - تعالى - : ﴿ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا

الزَّكَاةَ ۚ ¹ .

2- إعطاء الزكاة طاعة لله جعلها الله سببا لنزول رحمته على عباده المؤمنين

وشرطا لرضاه والبر ، قال تعالى : ﴿ وَرَحِمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ ²

فَسَاكِنُهَا لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَالَّذِينَ هُمْ بِآيَاتِنَا يُؤْمِنُونَ ² ﴿

وقال أيضا : ﴿ لَنْ نَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ ³ ﴿

3- الزكاة حق لله في أموال الأغنياء من المسلمين لطائفة أخرى مبينة ومحددة

بقوله تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَعْلُومٌ ﴿٢٤﴾ لِّلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ⁴ ﴿

ولكن لا يقتصر أثرها على العلاقة بين العبد وربّه فقط كالصلاة ، وإنما يمتد إلى كثير من المسلمين من تزكى ومن أعطيت له الزكاة فيحصل الحب والتراحم والعطف بينهم .

4- إن تعريف الزكاة لغة واصطلاحا يرتبط بالنماء ، فأخراجها تنمية للمال الذي تخرج منه ، وتكثير له ، وتنميتها للفقير أيضا بزيادة قدرته على الإنفاق .

5- إن مفهوم الزكاة يعني التطهير : أي تطهير نفس المتزكي من داء الشح والقسوة ، وزرع الرحمة والعطف على الفقير ، والإيثار عن النفس للغير بدل ذلك .

1 - سورة المزمل - الآية 20

2 - سورة الأعراف -- الآية 156

3 - آل عمران -- الآية 92

4 - سورة المعارج - الآيتان 24-25

أما الأثر السيئ الناتج عن منع الزكاة : كما هو معلوم أنها أحد أركان الإسلام الذي لا يصح بدونها ، إنكارها كفر ، وحجبها معصية لله ، تحجب المطر من رب العالمين¹ زيادة على أن تكدس الأموال عند البعض من المسلمين دون غيرهم ينتج عنه خلل اقتصادي وأمني، حيث يضطر المحتاج للسرقه عند الحاجة ،ويحدث الاضطراب ، ويتزعزع بذلك السلوك النفسي ، والأخلاقي ، وينعدم الأمان والاطمئنان .

رابعاً - الصوم

الصوم لغة : الإمساك والكف² وقد يكون عن الكلام ، كما ورد في قوله - تعالى -

على لسان مريم بنت عمران : ﴿ فَقَوْلِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ

الْيَوْمَ إِنْسِيًّا ﴾³ أي صمتا وإمساكا عن الكلام .

و يكون أيضا الإمساك والكف عن الطعام والشراب⁴ كما في قوله تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا

الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾⁵ وهذا هو محل البحث وغايته .

فالصوم في عرف الشرع واصطلاحا : " هو الإمساك عن المفطرات من طلوع الفجر الصادق إلى غروب الشمس بنية⁶ " .

1 - الزكاة الأسس الشرعية والدور الإنمائي نعمت عبد اللطيف مشهورص310
2 -مختار القاموس ص565(ص و م) الطاهر احمد الزاوي ط 1 / 1383 هـ -1964 الدار العربية للكتاب ليبيا تونس
3 - سورة مريم -الآية 26
4 - مختار القاموس .
5 - سورة البقرة --الآية 183
6 - العبادات أحكام وأدلة الصادق عبد الرحمن الغرياني ج2 ص205 ط14/ 2012مكتبة الشعب مصراته .

أي الإمساك عن المفطرات المتمثلة في شهوتي البطن والفرج¹ خلال شهر رمضان نهاراً من طلوع الفجر إلى غروب الشمس بنية العبادة المفروضة وامتنالاً لأمره -

تعالى- في قوله: ﴿ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى

لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ

فَلْيَصُمْهُ ۗ ﴾² وهو الركن الرابع من أركان الإسلام الخمسة الواجب تحققها في

المسلم ، فرض في شهر شعبان من السنة الثانية من الهجرة³ فرض عين على كل مسلم ومسلمة ، صحيحاً غير مسافر ، معلوماً من الدين بالضرورة ، يكفر جاحده ومنكره ، ويفسق تاركه⁴ .

حكمة مشروعيته :

من حكمة مشروعية الصوم أن له آثاراً إيجابية في ثلاث اتجاهات⁵ تعود على الصائم بالنفع في دينه ودنياه كما يلي :

1- الصوم بنية العبادة طوعية، انقياد لأمر الله يجعل الصائم يعيش في حالة استثنائية، متصلاً بالخالق ، تاركاً لذات الدنيا ، لتصفى نفسه وتخلص للعبادة ، وتتحسس لذاتها ، ولا يطلع على هذه الحالة إلا الله تعالى ، إذا لم يتباه الإنسان بنفسه ، ويدخلها الرياء ، ولذلك خصها الله - تعالى - بإضاقتة إليه دون العبادات الأخرى حيث ورد عنه - عز وجل - في الحديث القدسي : ((الصوم لي وأنا أجزي به))⁶ وقد أخبرنا - عز وجل - بأنها عبادة تثمر التقوى في

¹ -فقه السنة السيد سابق المجلد الأول العبادات ص364 / ط5 - 1402 هـ - 1982 م دار الفكر بيروت

² - سورة البقرة --آية 185

³ - العبادات أحكام وأدلة الصادق عبد الرحمن الغرياني .ص 215

⁴ - أحكام العبادات في التشريع الإسلامي ص99 كتاب الصوم .

⁵ - حكمة التشريع الإسلامي وفلسفته علي احمد الجرجاني ص136 ط1 / 1427 / 1428 هـ / 2007 م دار الفكر بيروت لبنان

⁶ - صحيح الأحاديث القدسية باب الصوم ص 110

قوله بعد الأمر بالصيام : ﴿ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾¹ والتقوى خلوص

النفس لله وصفائها من الشكوك والوساوس .

2- الصوم مدرسة تربوية لتهديب الأخلاق ، وسمو النفس عن شهواتها ورغباتها ودلالة عن قوة العزيمة ، وعدم الخضوع لضعف النفس البشرية ، والالتزام بأوامر الله ، فالإنسان يملك نفسه يوجهها حسب الشرع لا حسب الشهوة .

3- الصوم يعود بالنفع على الصائم بتقوية صحته النفسية والبدنية ، فهو أمام مغريات الدنيا وطيب الأكل، وأنواعه ، قد يصاب بمرض الهلع ، والجشع الغذائي ، فالإفراط في الأكل ، والتهام الأغذية الشهية باستمرار يسبب التخمة والسمنة ، والأمراض والعلل ، والصوم عنها لفترة ينظم عملية التغذية ، ويعطي راحة للمعدة للتخلص من السموم ، والشحوم ، فيقلل من الإصابة ببعض الأمراض ويحافظ على الصحة النفسية والبدنية.

4- المساواة بين الغني والفقير في وقت الإفطار والسحور، وشعور الغني الصائم بالجوع مشاركة للفقير جوعه يكون دافعا لعطفه عليه والإحساس به ومساعدته للتنتشر الرحمة ، والوئام الاجتماعي، والأمان .

خامساً - الحج :-

الحج لغة : " هو القصد ، والحج هو الغلبة بالحجة ، وقصد مكة للنسك² ، وسمي الذهاب إلى البيت الحرام حجا لأن الناس تقصده مرة بعد أخرى " .

والحج شرعا : قصد مخصوص بالتوجه إلى مكة لأداء عبادة تشتمل على إحرام ، وطواف وسعي ، ووقوف بعرفة³ .

1 - سورة البقرة - الآية 183

2- لسان العرب لابن منظور حرف الحاء (ح ج ج) الجزء 4 موقع اسلام ويب

3 - أحكام العبادات في التشريع الإسلامي كتاب الحج / فائق سليمان دلول ص145 / مركز الأصدقاء للطباعة غزة فلسطين ط1

1427/ - 2007م

وهو الركن الخامس من أركان الإسلام ، وهو عبادة قلبية بدنية مالية ، فرض على كل مسلم ومسلمة قادرين على أدائه بالبدن والمال¹ عملا بقوله - تعالى : ﴿ وَ لِلَّهِ عَلَى

النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا ۚ ﴾² .

وقد شاءت حكمة الله- عز وجل - أن يتخذ لنفسه بيتا يزار فيه ، وهو بيته الحرام الذي بمكة وبه الكعبة المشرفة ، الصورة المادية التي ترمز إلى أسى الغايات الروحية³ وزواره عباده المؤمنون القادمين إليه من كل بقاع الأرض ، طوافون حول الكعبة الشريفة ، في استسلام وخشوع ، لمعبود واحد هو الله - تبارك وتعالى- معظمين شعائره، ملبين لندائه، مستجيبين لأمره بقوله تعالى : ﴿ وَأَذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ

رِجَالًا وَعَلَىٰ كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ ۖ ﴾⁴ ، هاتفين مرددين

بلغه واحدة

(لبيك اللهم لبيك، لبيك لا شريك لك لبيك، إن الحمد والنعمة لك والملك لا شريك لك)

وكان فضلا من الله أن يكرم زائريه ، فيغمرهم بالرحمة والمغفرة ، وأن يؤمنهم في غدوهم ورواحهم ومقامهم ، ويهيئ لهم أسباب الراحة والطمأنينة، فجعل أيام الحج حرما ، وحرمة الزمان تعم المكان⁵، وكذلك جعل مكان الحج حرما ، وحرمة المكان تعم الزمان ، وبهذا يتحقق الأمن للزائرين .

1 - احكام العبادات في التشريع الإسلامي ص145

2- سورة آل عمران --الآية 97

3 - العبادات في الإسلام محمد اسماعيل عبده ص 379 ط1 دار العلوم القاهرة

4 - سورة الحج --الآية 27

5 - المصدر السابق العبادات في الإسلام

وقد اخبرنا المولى -عز وجل - أن للحج منافع عديدة ، قال - تعالى : ﴿ لِيَشْهَدُوا

مَنْفَعَهُمْ ﴾¹ .

ومجيء لفظ (منافع) نكرة ، دلالة على كثرة المنافع ، وتعددتها ، وتجدها² وأشرفها ما يثمره الحج من فوائد تزكية النفس ، وتحقق صحتها، إضافة إلى فضائل ومنافع اخرى تبين حكمة ومشروعية الحج منها :

1- يقوي صلة العبد بالله ، فهو طاعة العبد لربه ، واستجابة لأمره في قوله تعالى:

﴿ وَأَذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَىٰ كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ ﴾³

2- التأسي بإبراهيم - عليه السلام - وزوجه وولدهما إسماعيل في الامتثال لأمر الله، ومحاربة الشيطان ارضاء الله تعالى .

3- توحيد مشاعر المسلمين، حيث إنهم يأتون ملبيين لنداء الله على اختلاف أجناسهم في لباس واحد .

4- للحج فضل كبير في الأجر والثواب ، ومغفرة الذنوب ، وبرحمة الله على عباده .

5- تعرف الحجاج على بعضهم جماعات وأفراداً في مشهد يوحد مشاعر الحجاج ولباسهم وفعالهم ولغتهم على سعيد واحد ،دون تمييز بين غني وفقير، على

¹ - سورة الحج --الآية 28

² - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 201

³ -سورة الحج --الآية 27

عبادة الله الواحد الأحد ، قال - تعالى : ﴿ إِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً

وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاعْبُدُونِ ﴿٩٢﴾ ¹ .

6- إذا كان الإيمان بالله الواحد هو جوهر الصحة النفسية ، ومرتكزها ، فإن وحدة الأمة تعني من الناحية النفسية² :

أ- إشباع رغبة الحاج ودوافعه بانتمائه للجماعة ، وأنه عضو في هذه الأمة الكبيرة .

ب- إحساس الفرد بتقدير الجماعة وحضوره لهذا الجمع السنوي الذي يعتبر مؤتمراً إسلامياً يعالج قضايا الأمة .

ت- العمل الجماعي المتمثل في عبادة الحج المتساوي فيها كل الحجاج علاج للنفس تطهرها من الكبر، والزهو ، والتعالي على الناس ، والحسد والكراهية ، وتغرس بدلها صفات التواضع، والأخوة ، والرحمة ، فيتحقق الوئام الاجتماعي .

ث- إن زيارة الحاج لبيت الله الحرام و للكعبة الشريفة ، ولمسجد الرسول - عليه الصلاة والسلام - بالمدينة، ومنازل الوحي ، ومشاهد سيرة الرسول عليه - الصلاة والسلام - تمد المسلم بطاقة روحية إيجابية ، تزيل عنه عناء الحياة ومشاقها ، وتحيطه بالأمن والطمأنينة.

¹ - سورة الأنبياء - الآية 92

² - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 202

المطلب الثالث

أدلة الصحة الوقائية النفسية من القرآن في المعاملات

سيتم البحث في هذا المطلب عن أدلة وقائية تضمن سلامة الحالة النفسية من خلال الآيات التي تعنى بالمعاملات ، والتي توجه المؤمن إلى كيفية ممارسته لأنشطته ، وعلاقاته ، ومعاملاته بأسلوب يحقق له الأمان النفسي ، وسيكون البحث عنها فيما له علاقة بمعاملاته على المستوى الشخصي أولاً ، ثم على مستوى الأسرة ثانياً ، ثم على مستوى الجماعة أخيراً .

أولاً - على المستوى الفردي الشخصي :

بما أن المعاملات نتاج علاقة بين اثنين أو أكثر ، وهي تشمل كل عمل يقوم به الإنسان الفرد نحو بني جنسه كالبيع ، والشراء ، والزواج ، والهبة ، وغيرها من الأنشطة الحياتية¹ فنلاحظها على المستوى الشخصي في اتجاهين كما يأتي :

(علاقة المخلوق بالخالق ، و علاقة المخلوق بنفسه)

علاقة المسلم الفرد بربه (علاقة المخلوق بالخالق)

تكون علاقة المسلم بربه وهو بأهلية كاملة بعد بلوغه سن التكليف ، بعد أن كانت أحادية الجانب ، وذلك بناء على أمره سبحانه وتعالى لعباده بالإيمان به ، وتوحيده ، وعبادته بعد أن خلقه ، وأوجده في هذا الكون ، وعلى الصورة التي ارتضاها له ، وأسبغ عليه من النعم الكثير لأجل راحته، وسعادته ، والغاية من خلقه له عبادته وحده

كما ورد عنه - سبحانه وتعالى- في قوله : ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا

¹ - الزواج والطلاق ص19

لِيَعْبُدُونِ ﴿١﴾ ، ووعدته - سبحانه وتعالى - أن يثيبه ويكافئه إن أحسن ذلك في الدنيا

والآخرة ، ففي الدنيا يغمره بالرحمة ، والهداية ، والرضى ، وفي الآخرة نعيم الجنة ،

قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَءَامِنُوا بِرِسُولِهِ ءُتُوتَكُمْ كَفْلًا مِّن

رَحْمَتِهِ ءُوَجَعَلْ لَكُمْ نُورًا تَمْشُونَ بِهِ ءُ﴾ (٢) ، وقال - تعالى أيضا : ﴿ بَلَى

مَنْ ءَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ ءُجْرَةٌ عِندَ رَبِّهِ ءُ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا

هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾ (٣) ، وقال - عز وجل - : ﴿ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَءَلْيَوْمِ

ءُءَاخِرِ ءُوعَمِلَ صَءَلِحًا فَلَهُمْ ءُجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ

يَحْزَنُونَ ﴿٤﴾ (٤) ، وبتحقق الإيمان المطلوب ، والعبادات المفروضة ، والطاعات يظل

المسلم برحمة الله في دائرة الأمان والرضا من عنده - سبحانه - الكفيلة بتحقيق
الطمأنينة والسعادة .

علاقة الفرد بنفسه : لم يترك الله - تعالى - تجلت حكمته - لمخلوقه المكرم
دون غيره من المخلوقات الأخرى الحرية فيما يتعلق بأمر نفسه كما يشاء ، بل أرشده
إلى سبل السلام التي ينبغي له أن يسلكها ، ومنها :

1 - سورة الذاريات - الآية 56

2 - سورة الحديد -- الآية 28

3 - سورة البقرة -- الآية 112

4 - سورة البقرة -- الآية 62

1- ليحافظ على ما أودعه الخالق فيه من عقل وبدن كأمانة عليه ألا يفرط فيها من خلال خطاب الله ، وإن كان بصيغة الجمع فالمعنى المقصود كل فرد من

جماعة المسلمين بقوله -عز وجل - : ﴿ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ۗ ﴾

وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٩٥﴾¹ أي الابتعاد عن كل ما هو

ضار ويلحق الأذى بالنفس البشرية ، سواء كان الضرر بالبدن أو بالعقل والنفس وهو المهم هنا ، الحالة النفسية والعقلية التي يجب أن يحافظ عليها المؤمن في استقرار وطمأنينة ، والأمان الذي يكون أولاً بالدخول في رحمة الله ورضاه ، ثم بالوقاية من وساوس النفس ، وغواية الشيطان ، والابتعاد عن الغضب والانفعال وكل ما يضر العقل كالخمر والمخدرات .

2- الاستقامة مع الله - سبحانه وتعالى- واتباع منهجه ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ

الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا

تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا ﴾² ، أي أن رحمة الله بعبده ورضاه تحققان له الأمان

النفسي ، والحياة الطيبة ، وقال- تعالى أيضا : ﴿ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا

الصَّالِحَاتِ وَءَامَنُوا بِمَا نُزِّلَ عَلَىٰ مُحَمَّدٍ وَهُوَ الْحَقُّ مِنْ رَبِّهِمْ كَفَّرَ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ

¹ - سورة البقرة--159

² - سورة فصلت --30

وَأَصْلَحَ بِأَمْرِهِ ^١ وَمَنْ صَلَحَ بِأَلِهِ اسْتَقَامَ شَعُورُهُ وَتَفَكَّرَهُ وَاطْمَأَنَّ قَلْبُهُ

وَضَمِيرُهُ ، وَارْتَأَتْ مَشَاعِرُهُ ، وَأَعْصَابُهُ ، وَرَضِيَتْ نَفْسُهُ ، وَتَمَتَّعَ بِالْأَمْنِ وَالسَّلَامِ .

3 - أن يكون من ضمن جماعة المسلمين الصالحين : الناس على اختلافهم إما مشرك وإما مؤمن ، والمؤمنون على اختلاف ، فمنهم الصالحون ، ومنهم العصاة المذنبون وعلى المسلم أن ينضم إلى جماعة المسلمين الصالحين الذين جاء وصفهم في سورتي المؤمنون ، والفرقان ، حتى ينعم بالرضاء والسعادة في الحياة الدنيا، قال - تعالى :

﴿ فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ ^٢ وَالثَّبَاتُ وَالصَّبْرُ لَا

يُفَارِقُهُمْ قَالَ - تعالى : ﴿ وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ

وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ ، وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا

نُطِعَ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ ، عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ ^٣

ثانيا- المعاملات على مستوى الأسرة

إن الأسرة هي نواة المجتمع الإسلامي ، وقاعدة بنائه ، لذلك يجب أن تبنى وفق المنهج المثالي الذي يتغذى منه النشء، واللبات المتتالية .

والأسرة نتاج زواج رجل بامرأة خالية من الموانع بعقد شرعي ⁴ .

1 - سورة محمد -- الآية 2

2 - سورة البقرة -- الآية 38

3 - سورة الكهف -- 28

4 - الزواج والطلاق في الفقه الإسلامي محمد كمال الدين امام ص 32 ط 1/ 1996 المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر بيروت

والبحث هنا في كلام الله لبيان الآيات التي تؤكد ضمان الصحة الوقائية النفسية لأسرة مسلمة تعيش حياة خالية من الاضطرابات والتصادم من خلال المراحل التي تمر بها كما يأتي : (مرحلة بناء الأسرة ومقدمات الزواج) ، (مرحلة بعد بناء الحياة الزوجية وتربية الاولاد) .

أولا مرحلة بناء الأسرة

يتم بناء الأسرة وتكونها بالزواج وهو (ميثاق شرعي يقوم على أسس من المودة ، والرحمة ، والسكينة ، تحل به العلاقة بين رجل وامرأة ، ليس أحدهما محرما على

الآخر)¹ ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ

وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَنْتُمْ ۗ ﴾²

ويعد الزواج عبادة ، وقربة الهية ، وأمر تقتضيه الفطرة الإنسانية ، وله مكانة اجتماعية عليا ، لأنه يتعلق بذات الإنسان وكيان المجتمع ، فيه تتكون الأسر ، وتتوالد ويتكاثر النسل ، والبيئة الملائمة لتربية النشء ، وإعداده لعمارة الأرض ، لذلك يجب أن يهيأ المجال الديني والأخلاقي فيه³ .

ويعتبر مشروع الزواج من أهم المشاريع العملية في حياة المسلم والذي يعبر عنه بلفظ النكاح في الشريعة الإسلامية⁴ ، وقد حث الخالق - عز وجل- على التزواج والتناسل

بلفظ النكاح في عدة مواضع من الفران الكريم منها قوله : ﴿ وَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا

¹ - الزواج والطلاق في الفقه الإسلامي ص32

² - سورة الحجرات - الآية 13

³ - احكام الأسرة في الشريعة الإسلامية مصطفى عبد الغني شبيه ص 17 ط1 / 2001 دار الكتب الوطنية بنغازي

⁴ - موسوعة الزواج الإسلامي السعيد ص42

نُقَسِّطُوا فِي الْيَتْمَىٰ فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ ﴿١﴾ ، ولم يترك إنجاز ، وإتمام

هذا المشروع بشكل عشوائي أو عبثي، بل وفق ضوابط أرشد إليها المولى - عز وجل- مثل مراعاة الدين ، والخلق ، والصلاح في الرجل والمرأة طرفي الزواج ، لضمان العيش وفق مبادئ ، وقيم ، وسلوك سوي خال من المشاكل ، ولا يقف الفقر حاجزا لتحقيق السعادة الزوجية المرجوة ، بل يكون سببا في زيادة الرزق كما ورد في قوله - تعالى - : ﴿ وَأَنْكِحُوا الْأَيْمَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا

فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَسِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٣٢﴾ ولم تقتصر المعايير والضوابط على الجانب الديني والأخلاقي بل تعدى ذلك إلى الجانب الخلقي مثل: مراعاة الشكل والصفات الوراثية التي قد تنتقل إلى الأطفال ، قال تعالى : ﴿ قَالَتْ

إِحْدَاهُمَا يَتَّابَتِ أَشْجَرُهُ إِذَا خَيْرٌ مِنْ أُسْتَجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ ﴿٣٦﴾ ٣

إشارة إلى القوام وبنية الجسم ، وقال تعالى أيضا : ﴿ ذُرِّيَّةً بَعْضُهَا مِنْ بَعْضٍ وَاللَّهُ

سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٣٤﴾ ٤ ، إشارة إلى دور الوراثة لأن الآباء الطيبون ينجبون أبناء

طيبين ٥ ، قال تعالى : ﴿ وَالْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرِجُ نَبَاتَهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ ۗ وَالَّذِي خَبثَ لَا

1 - سورة النساء - الآية 3
2 - سورة النور - الآية 32
3 - سورة القصص -- 26
4 - سورة آل عمران -- 34
5 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص 355

يَخْرُجُ إِلَّا نَكَدًا¹ ، وقد جاء في تفسير المنار ما نصه في تفسير الآية السابقة :

" يدل المثان على أن الوراثة سبب فطري لهذا التفاوت في الاستعداد ، ولهذا يحسن أن تفضل المرأة النقية الكريمة الأخلاق الطاهرة الأعراق على المرأة الجميلة إذا كانت من بيت رديء وعلى المرأة المتعلمة إذا كانت غير طيبة العرق"² .

وهناك ضابط آخر يجب مراعاته عند اختيار الزوجة في مرحلة البناء ، وهو الكفاءة³ التي تعتبر معياراً منهجياً يهدف إلى تحقيق التوافق بين الزوجين للوصول للاستقرار الأسري من خلال مراعاة العمر، والثقافة ، والدين ، لمنع التذبذب والاصطدام ، قال

تعالى : ﴿ الْحَيِّثُ لِلْحَيْثِينَ وَالْحَيْثُوتُ لِلْحَيْثَاتِ⁴ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ

وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ⁴ ﴿

إن العناصر السابقة أو المعايير التي وجه إليها الله -تعالى- من خلال الآيات السابقة هي بمثابة اصطفاة للطرفين كوقاية من حدوث مشاكل زوجية تسبب الاضطرابات النفسية المختلفة .

وأولى خطوات بناء الأسرة قبل الزواج هي الخطبة ، وهي من مقدماته ، والخطبة بكسر الخاء مصدر خطب ، يقال خطب فلان المرأة خطبة إذا طلب أن يتزوجها ، وهي تختلف عن الخطبة بضم الخاء وهي الموعدة⁵ .

وفي الاصطلاح الشرعي⁶ : "هي أن يتقدم الرجل إلى امرأة معينة تحل له شرعا ، أو إلى أهلها ليطلب الزواج بها" .

1 - سورة الأعراف -- الآية 58

2 - تفسير المنار للآية 58 من سورة الأعراف

3 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص355

4 - سورة النور -- الآية 26

5 -- لسان العرب لابن منظور (خ ط ب) 1 / 360

6 - احكام الأسرة في الشريعة الإسلامية ص65

((التماس الزواج من امرأة معينة أو رجل معين))¹ .

أي أنها إظهار الرغبة في الزواج² من طرف لطرف آخر وإعلام الطرف الآخر بذلك وتعتبر تمهيدا للزواج ولا تلزم به ، قد تكون من جانب المرأة احيانا كما ورد في

القرآن عن الرجل الصالح³ شعيب خاطبا موسى لابنته بقوله : ﴿ قَالَ إِنِّي أُرِيدُ أَنْ

أُنكِحَكَ إِحْدَى ابْنَتَيَّ هَاتَيْنِ ﴾⁴ بعد إظهار إحدى بناته رغبتها في ذلك ، قال -

تعالى : ﴿ قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَجِرْهُ ^ط إِنِّي خَيْرٌ مِمَّنْ اسْتَجَرْتَهُ الْقَوِيُّ

الْأَمِينُ ﴾⁵

وتعطى فرصة اطلاع كل طرف على الآخر ، ومحاولة معرفته ، والنظر إليه ، للوصول لقرار الموافقة أو الرفض من الطرفين .

ويتبين مما ورد سابقا من القرآن الكريم اهتمام الشريعة ببناء أسرة يكون الأساس فيها أي مرحلة البناء تضمن سلامة البنين من الاضطراب بالتقاء إرادة الطرفين في المشروع.

ثانيا - الحياة الزوجية داخل الأسرة

الأسرة مأخوذة من (أسر) وأصله القيد برباط⁶ .

¹ - الزواج والطلاق في الفقه الإسلامي ص 39

² - الزواج والطلاق في القانون الليبي عبد السلام محمد الشريف ص 26 ط 1 / 1981 بنغازي

³ - المصدر نفسه

⁴ - سورة القصص - الآية 27

⁵ - سورة القصص -- الآية 26

⁶ - مختار الصحاح مادة (أسر)

وهي الرابطة الناشئة بين الرجل والمرأة بعقد زواج وفقا لشرع الله ¹ الذي احاطها برعاية تامة تحميها من أي اضطراب أو خطر يهدد كيانها بضمان توفر حقوق الطرفين الزوج والزوجة ، ويبدو ذلك واضحا كما يلي :

أ - تحقق الاطمئنان النفسي والمساكنة ، قال تعالى : ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ

مِّنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ﴾ ² ،

والمساكنة الزوجية التي أرادها الله من خلال هذه الآية هي المظلة الواقية من غيوم الشحناء ، والبغضاء ، والتخاصم ، بل هي منبع المودة ، والرحمة المتبادلة ، وتعد بمثابة الماء والهواء اللذين ينعشان العلاقة الزوجية ، خاصة وأنها بدأت باتفاق الطرفين ، من خلال خطبة ، ومقابلة نتج عنها رضا كل طرف بالآخر ، وهذه عوامل إيجابية تولد الحب ، والاطمئنان ، وتبعد القلق ، والتوتر، وسائر العقد النفسية³

ب - الحرص على استمرار ترابط الأسرة :

استمرار الحياة الزوجية من مقاصد الدين الإسلامي ⁴ ، لذلك حرمت الأنكحة الفاسدة التي كانت قبل الإسلام ، والاقتصار على الزواج الذي يهدف إلى بناء أسرة مسلمة مستقرة بموجب عقد بني على نية الدوام مدى الحياة ، يثمر بإنجاب اطفال ينشأون في كنف والدين مسلمين قدوة لهم ، يتربون على الإسلام منذ نعومة اظفارهم ، ووجه

الوالدين إلى تقوى الله في ذلك ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي

1 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص349

2 - سورة الروم الآية 21

3 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص 358

4 - المصدر نفسه

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً^١

وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ^١ ، والحرص على تقوى الله من الطرفين

يضمن السلامة من المنغصات ، والقهر ، والغلبة ، ووجه المولى - عز وجل -

الرجال إلى حسن معاملة الزوجات فقال تعالى : ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ^٢ ،

والرفق بهن تقديرا لدورهن العظيم داخل الأسرة ، ولكن أثار القرآن في نفوس

الطرفين الشعور بأن كلا منهما ضروري للآخر فقال تعالى : ﴿ هُوَ الَّذِي

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا^٣ ، وقال تعالى

أيضا : ﴿ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لِهِنَّ^٤ وبالزواج تتحقق الأهداف الآتية :

أ- حفظ النسل: إن الغرض من خلق الإنسان هو العبادة والإستخلاف ، أي أن يعبد الله خالقه وحده دون غيره ، وأن يكون خليفته في الأرض ، قال تعالى :

﴿ وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَأِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً^٥ ﴿

لعمارة الأرض التي لا تتحقق بفرد واحد بل ببشر كثيرين ، وإن من مقتضيات الإستخلاف التوالد ، والتناسل ، والتكثير من الناس العابدين لله ، والحافظين للدين ، والنهج ، وإن تكاثر الإنسان ليس كتكاثر باقي المخلوقات فلا بد أن يتم

1 - سورة النساء - الآية 1

2 - سورة النساء - الآية 19

3 - سورة الأعراف - الآية 189

4 - سورة البقرة - الآية 187

5 - سورة البقرة - الآية 30

بالتزاوج ، وحفظ النسل هو الأصل الذي وضع له النكاح وجعلت فيه الشهوة ، باعثة ، و مستحثه له ¹، وفي قوله تعالى :

ب- ﴿ نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ ﴾ ² ، يتبين أن

النكاح شرع للنسل ، ويدل على ذلك أن المولى - عز وجل - أخبر بأن النساء موضع حرث للرجال ، والحرث لا يكون إلا للإنبات والرغبة في التناسل والإنجاب فطرية في نفس الإنسان تتحقق بها السعادة بين الزوجين ، واستقرار الحياة الزوجية -والعاطفية ، وقد جاء في قوله تعالى على لسان زكريا -عليه

السلام : ﴿ هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ ^ط قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً

طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ ﴾ ³ ، وجاء في موضع آخر قوله - تعالى :

﴿ وَزَكَرِيَّا إِذْ نَادَى رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ

الْوَارِثِينَ ﴾ ⁴ .

ت- العناية بالأولاد وتربيتهم : يتضمن المنهج الذي يرشد إليه المولى من خلال آيات القرآن الكريم العناية بالأطفال قبل ولادتهم ومجيئهم إلى هذه الدنيا وبعد ، فقبل وجودهم كانت العناية بالأسرة منذ بداية تكوينها في مراحلها الأولى .

أما بعد الولادة ومنذ اللحظة الأولى ، ولما لمرحلة الطفولة من أهمية بالغة في حياة الإنسان ، لكونها مرحلة تأسيس الشخصية الإسلامية السوية ⁵ ، فقد دلت بعض

¹ - احكام الأسرة في الشريعة الإسلامية ص33

² - سورة البقرة --الآية 223

³ - سورة آل عمران --38

⁴ - سورة الأنبياء --89

⁵ - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول أحمد ص 364

الآيات إلى جملة من الأمور تعتبر منهجا يراعى لأجل تحقق السلامة النفسية للمسلم في مراحل عمره القادمة ، ومن هذه الأمور ما يلي :

1- حسن التسمية¹ : أشار الله - تعالى إلى أن يختار الوالدان لمولودهما اسما جميلا

من خلال عنايته - تعالى بتسمية بعض أنبيائه قائلا : ﴿ يَنْزَكِرِيَا إِنَّا

نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا ﴾² ، لأن

الإسم يلزم الإنسان طوال حياته فلا بد أن تستبعد الأسماء القبيحة أو الدالة على شيء غير مرغوب فيه ، فقد يكون لسوء الاختيار³ ، وتحت تأثير الأعراف السائدة مهددا للصحة النفسية بالسخرية ، والتشاؤم ، ولا يخفى ما للإسم الجميل من تفاؤل وقبول ، وزيادة الثقة بالنفس .

2- الرضاعة الطبيعية : نرى بوضوح عناية الخالق بمخلوقه الجديد المتمثلة في الأمر بإرضاعه من ثدي أمه ، لما لذلك من تأثير إيجابي سريع على نموه

جسميا ، وعقليا وانفعاليا ، واجتماعيا⁴ ، قال - تعالى : ﴿ وَالْوَالِدَاتُ

يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ ﴾⁵ ، وقال تعالى أيضا : ﴿ وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ

مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ ﴾⁶ ، حيث إن حمل الأم لمولودها بين ذراعيها لفترة

طويلة وهي ترضعه له أعظم الأثر على نموه النفسي ، وإن تأخر الفطام يشعر

1 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص 365

2 - سورة مريم -- الآية 7

3 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية

4 - المصدر نفسه

5 - سورة البقرة -- 233

6 - سورة القصص الآية 7

الطفل بالاطمئنان ، والحماية ويقلل الإحساس بالقلق النفسي¹ ، قال - تعالى :

﴿ وَحَرَّمْنَا عَلَيْهِ الْمَرَاضِعَ مِنْ قَبْلُ فَقَالَتْ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ أَهْلِ بَيْتٍ

يَكْفُلُونَهُ لَكُمْ وَهُمْ لَهُ نَصِیحُونَ ﴿۱۲﴾² ويستفاد من الآيات أن

الرضاعة الطبيعية توفر للطفل الحاجات النفسية وهي الشعور بالأمان ، والاطمئنان لما فيها من دفء عاطفي ، وحنان ، وحب ، أي يقتات التغذية بالحب ، والحنان مع توفر الأمان³ .

3- النفقة والحضانة : يحتاج الأولاد في مرحلة الطفولة إلى الحضانة والإنفاق عليهم ، وقد أمر الخالق - عز وجل - الأب أن ينفق على مولوده ، قال -

تعالى: ﴿ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾⁴ ، لأن الطفل لا

يستطيع أن ينفق على نفسه فوجب أن ينفق والده عليه ، ويوفر له الغذاء ، والكساء ، والمأوى ، والعلاج ، والاحتياجات الأخرى ، إلى مرحلة ما بعد الطفولة والبلوغ ، وحضانتهم من قبل والديهم ليتم نموهم إلى مرحلة الاعتماد على أنفسهم نموا سليما جسديا ، وعقليا ، ونفسيا⁵ .

4- تربية الأولاد (تهذيبهم ، وتأديبهم ، وتعليمهم) :

إن تربية النشء ليصبحوا مسلمين وفق ما يرضي الله تعالى مسؤولية الأسرة بالدرجة الأولى في مرحلة الطفولة ، وهو حق الأطفال على آبائهم ، وتوجيههم إلى اتباع أفضل السلوكيات لتفادي رفض المجتمع وانكاره لأي سلوك غير جيد برد فعل

سلبي عليهم ، وقد أوجب الله - عز وجل - ذلك فقال : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ

1 - منهج الإسلام في الوقاية النفسية للطفل محمد احمد النابلسي ص 32 العدد 34 سنة 1994 القاهرة

2 - سورة الفصص - الآية 12

3 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول أحمد ص 368

4 - سورة البقرة --233

5 - منهج القرآن الكريم

وَأَهْلِكُمْ نَارًا ﴿١﴾ ، بل زاد في التوضيح والتفصيل بصورة تربوية نفسية مؤثرة ² ،

بقوله سبحانه وتعالى : ﴿ وَإِذْ قَالَ لُقْمَنُ لِابْنِهِ ، وَهُوَ يَعِظُهُ ، يَبْنَى لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ ^ط

إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ ﴿١٣﴾ ³ ، وتعتبر وصية لقمان لإبنيه منهج عمل

تربويا للنشء ، خاصة أن أول الوصية هي عدم الشرك بالله ، واتباع السلوكيات
الوقائية المنضبطة .

أي أن حق الطفل على والديه حسن تربيته ، وحسن تعليمه ، وتوجيهه وفق ما
يرضي الخالق - عز وجل - ما يضمن له الرضا والاستقرار النفسي . وهكذا حال
الأسرة المسلمة التي تتبنى ما ورد من توجيهات في كتاب الله ويتم تطبيقها عمليا
داخلها ، نجد أنها محاطة بسياج واقٍ متين يحفظها من العواصف ، يصعب انهيارها
، يسودها الود والحب والاحترام .

ثالثا - المعاملات على مستوى الجماعة (بين الناس)

إن المعاملات بين المسلمين ، وعلاقتهم ببعضهم محكومة في الشريعة الإسلامية
بضوابط ، وتوجيهات تشكل نظاما وقائيا يضبطها ، ولم يترك لمزاج أو هوى أي
فرد منهم قد يكون سلوكه غير سوي فيشكل خطرا على المجتمع .

إن الحكمة من وضع هذه الضوابط ، أو المنهج السلوكي للمسلمين أن تحقيق
الاحترام ، و الوئام ، والانسجام ، وعدم التصادم ، والافتتال ، والنزاعات التي قد
تتعرض سلبا على عقل الإنسان ، وفكره ، وحالته النفسية .

والأدلة على اهتمام الشريعة الإسلامية بالصحة الوقائية النفسية من القرآن الكريم
واضحة جلية ، نقف على بعضها كما يأتي :

¹ - سورة التحريم - الآية 6

² - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية ص 370

³ - سورة لقمان الآية 13

1- إكمال الإيمان بالله - تعالى- مرهون ببر الوالدين ، والإحسان إليهما، قال

تعالى : ﴿ وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ^ط وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ﴾ ¹

وحيث إن الطمأنينة والأمان لا يتحققان ما لم يرض الله على عبده ، ورضاه مرهون بالإيمان الصحيح به دون غيره والإحسان إلى الوالدين وكسب رضاهم ، وتفادي غضبهم ، وقرن بين وجوب التعبدية والشكر له بوجوب

الإحسان إلى الوالدين ² ، قال تعالى : ﴿ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ

وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ^ع إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا

تَقُلْ لَهُمَا آفٌ وَلَا نَهْرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ³ ﴾ .

2- الاستقامة والتزام الحق والعدل ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا

كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ وَلَوْ عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ أَوِ الْوَالِدِينَ

وَالْأَقْرَبِينَ ^ع إِنْ يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَىٰ بِهِمَا فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَىٰ

أَنْ تَعْدِلُوا ^ع وَإِنْ تَلَوْا أَوْ تَعْرَضُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا ﴾ ⁴ ،

يا معشر المؤمنين كونوا قائمين بالعدل والإنصاف ، وأدوا شهادتكم كما أمركم الله ، ولو كان على أنفسكم أو أبويكم أو أقاربكم ، لا داعي لشهادة

1 - سورة النساء -- الآية 36

2 - من توجيهات القرآن العظيم ص 274 .

3 - سورة الإسراء -- 23

4 - سورة النساء - الآية 135

الزور من أجل المنفعة والغنى ، لأن الغنى والفقر بيد الله ، كما ورد عنه في

قوله : ﴿ يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُونُوا قَوْمِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلَا

يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ عَلٰٓى ءَلَّا تَعْدِلُوْا اَعْدِلُوْا هُوَ اَقْرَبُ لِلتَّقْوٰى ﴾¹ .

3- الوفاء بالعهد : والوفاء بالعهد خاصية يجب على المسلمين التزامها ، لزيادة

الثقة بينهم ، والمحبة ، و سلامة وسهولة التعامل ، قال تعالى : ﴿ وَأَوْفُوا

بِعَهْدِ اللّٰهِ اِذَا عٰهَدْتُمْ ﴾² ، وقال أيضا : ﴿ يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اَوْفُوا

بِالعُقُوْدِ ﴾³ .

4- التخلق والاتصاف بما ورد في سورة المؤمنون من قوله تعالى : ﴿ قَدْ اَفْلَحَ

الْمُؤْمِنُوْنَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خٰشِعُونَ ﴿٢﴾ وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللّٰغُو

مُعْرِضُونَ ﴿٣﴾ وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكٰوةِ فَاعِلُونَ ﴿٤﴾ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوْجِهِمْ

حٰفِظُونَ ﴿٥﴾ اِلَّا عَلٰى اَزْوَاجِهِمْ اَوْ مَا مَلَكَتْ اَيْمٰنُهُمْ فَاِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُوْمِيْنَ ﴿٦﴾

فَمَنْ اَبْتَغٰى وَّرَآءَ ذٰلِكَ فَاُولٰٓئِكَ هُمُ الْعٰدُوْنَ ﴿٧﴾ وَالَّذِينَ هُمْ لِاٰمٰنَتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ

1 - سورة المائدة - الآية 8

2 - سورة النحل - الآية 91

3 - سورة المائدة - الآية 1

رَعُونَ ﴿٨﴾ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴿١﴾¹ ، مدح الله - تعالى -

المؤمنين الواردة صفاتهم أو وجه إلى التزام الصفات المذكورة بلفظ أفلح بمعنى فاز وسعد² ، وكل ما ورد فيها ، ليسود بينهم الود والرحمة لأدائهم الزكاة ، وإعراضهم عن اللغو ، وحفظهم لفروجهم ، وعدم ممارسة الزنا ، وخشوعهم في الصلاة ، وحفاظهم على العهد ، وأداء الأمانة.

5- الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر كما أمر الله - تعالى بقوله : ﴿وَلْتَكُنْ

مِّنكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ

وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾³ ، أي ولتكن منكم جماعة متحدة

عقيدة وشريعة ، تأمر ، وتعرف بالمعروف وهو كل قول أو فعل عرف بالشرع ، والعقل حسنه بين المسلمين ، وينهون عن المنكر وهو كل قول أو فعل عرف بالشرع والعقل قبحه⁴ ، والقصد من ذلك القضاء على السلوكيات السلبية في المجتمع وزرع الأخلاق الحميدة الإيجابية بدلها لضمان راحة الجميع .

6- حسن معاملة الناس : من الخصال الحميدة التي تنشر الحب بين الناس حسن

معاملة المؤمن لباقي أفراد المجتمع بالحب ، والتواضع ، وفعل الخير ، وقول الجيد من الكلام ، والصفح عن ظلمه ، وكظم الغيظ ، ومد يد العون في كل

أمر ارتضاه الشرع ، وما فيه خير وصلاح⁵ ، قال تعالى : ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ

1 - سورة المؤمنون --الآيات 1- 9

2 - من توجيهات القرآن العظيم ص5

3 - سورة آل عمران -الآية 104

4 - من توجيهات القرآن الكريم ج2 ص121

5 - المصدر نفسه

وَالنَّقَوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ﴿١﴾ ، وقال أيضاً : ﴿ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ

فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَبْطِ مِنَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ

يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴾² ، قال تعالى : ﴿ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا ﴾³ الجميل

من القول يطرد الأضغان ويمحو الغل من الصدور⁴ .

7- غض البصر وحفظ الفرج ، قال تعالى : ﴿ قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ

أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ ﴾⁵ .

يخاطب المولى - عز وجل - رسوله الكريم عليه - الصلاة والسلام- أن يكلف المؤمنين بغض البصر عن ما لا يحل لهم من غير أزواجهم ، ويحفظوا فروجهم عما لا يحل لهم ، وذلك سدا لباب الفساد الأخلاقي ، وعدم التعرض لشرف الغير وأعراضهم⁶ .

8- العمل الصالح ، قال تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ

مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ﴾⁷ .

1 - سورة المائدة - الآية 2

2 - سورة آل عمران - 134

3 - سورة البقرة -- 83

4 - من توجيهات القرآن الكريم ج 2 ص 122

5 - سورة النور -- 30

6 - من توجيهات القرآن الكريم

7 - سورة النحل -- 97

9- اتباع الوصايا الواردة في سورة الحجرات التي وصى الله - تعالى - نبيه-
صلى الله عليه وسلم - وعباده المؤمنين ، وحذرهم من الفاسقين اصحاب
الفتن في قوله تعالى :

أ- ﴿ يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنِيٍّ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِمِجْهَلَةٍ

فَنُصِّحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ ﴿٦﴾¹ ، التثبت قبل الحكم والإقدام لكي لا يقع
الظلم بسبب ورود خبر غير مؤكد صدقه.²

ب- الإصلاح بين المسلمين ، قال تعالى : ﴿ وَإِنْ طَائِفَتَانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ اقْتَتَلُوا

فَأَصْلِحُوا بَيْنَهُمَا فَإِنْ بَغَت إِحْدَاهُمَا عَلَى الْأُخْرَىٰ فَقَاتِلُوا الَّتِي تَبْغِي حَتَّىٰ تَفِيءَ إِلَىٰ

أَمْرِ اللَّهِ فَإِنْ فَاءَتْ فَأَصْلِحُوا بَيْنَهُمَا بِالْعَدْلِ وَأَقْسِطُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ ﴿٣﴾³

الإصلاح بين المتخاصمين بالقسط ، والعدل، وردع من لا يرضى ويلتزم الحكم .

ت - احترام الغير وعدم الاستهزاء بهم، قال تعالى : ﴿ يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ

قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ

¹ - سورة الحجرات - الآية 5

² - تفسير المنار سورة الحجرات

³ سورة الحجرات --- الآية 9

وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ﴿١﴾ ، ينهى الله عن السخرية من بعض

الناس وخاصة البسطاء ، وكذلك ينهى عن اللمز ، والتنابز بالألقاب القبيحة.

ث - حسن الظن بالغير ، وعدم التجسس على الآخرين كما أمرنا الله - تعالى- بذلك

في قوله : ﴿يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا

تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ﴿٢﴾ اجتناب سوء الظن ، والتجسس ، والاغتياب

وهكذا بعض الأدلة من القرآن الكريم فيما يخص المعاملات بين المسلمين ، سواء كانت توجيهاً إلى سلوك لينبغي لهم اتباعه ، أو سلوك آخر ينبغي لهم اجتنابه و التي ترسم في مجملها منهجاً وقائياً للصحة النفسية مبنياً على الحب والوئام ، والمساواة بين الجميع.

1 - الحجرات - الآية -11

2 - الحجرات -- الآية-12

المبحث الثاني

أدلة الصحة الوقائية النفسية من السنة النبوية الشريفة

وينحصر في ثلاثة مطالب كما يأتي :

المطلب الأول : العقيدة والتوحيد

للقوف على الأدلة التي تثبت وجود منهج وقائي للصحة النفسية في السنة النبوية المطهرة القولية منها والفعلية ، من الأولى البحث في سيرة المصطفى عليه الصلاة والسلام ، وتتبع مراحل عمره ، فهو القدوة ، والمعلم ، والرسول الكريم عليه الصلاة

والسلام ، قال تعالى : ﴿ لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ ﴾¹ فقد

عاش حياته كلها داعياً إلى الخير ، وبعث بالنور والهدى لجميع الخلق من الإنس والجن ، ليخرجهم من الظلمات إلى النور، و من عبادة العباد إلى عبادة رب العباد² ، وحررهم من الظلم والاضطهاد ، والكفر ، والضلال ، والعذاب في الدنيا والآخرة ، فالتف حوله المسلمون قائداً ، ومعلماً ، وهادياً .

محمد الانسان قبل أن يبعث رسولا عليه - الصلاة والسلام - :

من خلال البحث في سيرته - عليه الصلاة و السلام - قبل أن يوحى إليه ويصبح رسولاً نجد أن الخالق - عز وجل - أحاطه بعناية خاصة عن غيره من البشر ، تبدو واضحة وجلية منعكسة في شخصيته وسلوكه في كل مراحل عمره عليه - الصلاة والسلام - قبل النبوة .

فقد عُرف عنه أنه دون غيره من البشر اجتمعت فيه كل الخصال الحميدة ، والأخلاق النبيلة مثل الصدق ، والأمانة ، والوفاء ، والاستقامة ، والرحمة بالضعفاء ،

¹ - سورة الأحزاب - الآية 21

² - الرسول الأعظم احمد ديدات ت ص 5 ترجمة علي عثمان المكتبة الشاملة

وحسن الكلام ولينه¹ ولم يسجد في حياته لصنم ، ولم يمارس المعاصي ، ولم يعرف الخمر ولا اللهو والعبث فقد صفت نفسه عن كدورات الجهالات الذميمة ، والحياة المضطربة² ، أي أن حياته عليه- الصلاة و السلام- قبل البعثة كانت محاطة برعاية خاصة من المولى -عز وجل- وقد ألقى في قلبه كرهاً لما عليه المجتمع الجاهلي من فسادٍ وضلال³

فعاش مترفعاً عن كل عيب أو نقيصة محبوباً بين الناس ، واشتهر بأنه الصادق الأمين احتكم إليه عندما اختلفت القبائل في مكة حول وضع الحجر الأسود بمكانه من الكعبة وكان له عليه - الصلاة والسلام - شرف وضعه بمحله وانهى بذلك الخلاف بينهم⁴ .

وكان عليه- الصلاة و السلام - كثير التعبد في غار حرا يفكر في آلاء الله وعظيم قدرته يناجي خالقه الذي آمن به قبل التكليف ، واستمر على هذا الحال إلى أن اتاه الأمين جبريل بالوحي من الله عز وجل .

محمدُ الرسول - عليه الصلاة والسلام

بعدما بلغ - صلى الله عليه وسلم - من عمره أربعين عاماً متفرداً بين الخلق بالشمائل الطيبة ، ومكارم الأخلاق مجانبا كل الطباع السيئة ومغريات الحياة حتى

مدحه الخالق- سبحانه وتعالى- بقوله : ﴿ وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾⁵ وهو

في غار حراء حيث كان يقضي فيه تجليات إيمانية نزل عليه أمين الوحي جبريل بالحق والنور المبين من عند رب العزة بأول الوحي (اقرأ) ، فاستقبل الأمر العظيم الذي قد هيئ له من قبل ، ولكن ورغم عناية الله الخاصة به ، ولكونه بشراً ،

1 - السرة النبوية دروس وعبر ص 17 مصطفى السباعي 1381هـ دمشق

2 - المصدر نفسه ص 18

3 - المصدر نفسه

4 - المصدر نفسه ص 19

5 - سورة القلم - الآية 4

ارتعد وفرع من عظمة الموقف ، ولكن سخر له الله - تعالى- الدعم من آل بيته ، ومع شعوره باصطفاء الله -عز وجل - له دون غيره من البشر ،وما جاءه من خيرٍ

ليبلغه للناس أجمعين ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ ﴿١﴾ قُمْ فَأَنْذِرْ ﴿٢﴾ وَرَبِّكَ فَكَبِّرْ



فامتثل لأمر الله تعالى ، وأخذ على عاتقه تبليغ الناس بالدعوة إلى الإيمان بالله الواحد الأحد ، وترك ما سواه ، واخراجهم من الظلمات إلى النور .

وأول من دعا من الناس آل بيته زوجته خديجة وابن عمه علياً - رضي الله عنهما-

ثم عشيرته ، وقبيلته ، وباقي قبائل مكة ، قال - تعالى : ﴿ وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ

الْأَقْرَبِينَ ﴿٢﴾ ، فأمن به آل بيته ، والضعفاء والمضطهدون ، وأصحاب البصيرة

والعقول والحكماء مثل أبي بكر الصديق ، لأنهم رأوا في دعوته الخير الكثير، مثل الحق والعدل ، والمساواة ، والسعادة، وهروبا من الواقع المعيش حينها لما فيه من جور ، وظلم ، وفساد أخلاق ،فسارعوا للإيمان به .

أما أصحاب العقول المتطرسة ، والطغاة من قريش وغيرهم من القبائل لم يتركوا عبادة الأصنام ، ويتنازلوا عن جاهليتهم ، بل وأكثر من ذلك حاربوا الإسلام وأذوا من أسلم ، وحاولوا القضاء عليه في مهده والإبقاء على كفرهم وشركهم .

وهذا يبين أمرين :

أولا : أن الدين الإسلامي دين يوافق العقل السليم، والفكر الخالي من أي لوث أي (دين الفطرة) .

1 - سورة المدثر -للايات 1 ، 2 ، 3
2 - سورة الشعراء الآية 214

ثانيا :أن المصطفى -عليه الصلاة والسلام- منذ أن خلق كان طيب النفس والسريرة ،
والعقل السليم ، اصطفاه الخالق من بين البشر لتلقي رسالته وأن يبلغ بها باقي الخلق .
و لمعرفة أدلة الصحة الوقائية في الجانب النفسي ؛ نقف على النقاط التالية :

1- عندما انقطع الوحي عنه - صلى الله عليه وسلم - لفترة من الزمن شق عليه ذلك ، و حزن حزنا شديدا حتى فكر أن يتردى من على رؤوس شواهق الجبال¹ ، ظنا منه عليه - الصلاة والسلام - بأن الله - تعالى- قلاه وتركه لوحدته بعدما أنس بقربه ، وذاق حلاوة الإيمان به فأصابه الغم من انقطاع الود وقربه من المولى² .

2- إن الإيمان يجعل المؤمن في أعظم وأروع علاقة ارتباط بخالقه ، وهي علاقة حب العابد للمعبود ، التي تشعره بأن هناك قوة تسنده ، وتساعده ، وتحميه ، فهو تحت سلطان العلي القدير الذي يعطيه احساس الإيمان به الحماية ، لذلك لا يشعر بالخوف ، والهلع ، والفرع ، وهي المشاعر التي تؤدي للإصابة بالاضطرابات ، والأمراض النفسية الشائعة³ ، وهذه العلاقة تولد عند المؤمن بالله عز وجل قوة الحب لتشمل الناس وكل المخلوقات التي حوله ، فيشعر بالانتماء والحب لما حوله بدلا الشعور بالوحدة والخوف وباقي المشاعر السلبية⁴ ، ويمده بطاقة روحية هائلة كالحب والرحمة تعينه على مشاق الحياة وتجنبه القلق .

3- إن ثبات المؤمنين على إيمانهم بالله وعقيدتهم بعد أن نزل بهم العذاب والاضطهاد من قبل كفار قريش وغيرهم ، لدليل على صدق إيمانهم ، وسمو نفوسهم وأرواحهم عن الكفر والشرك بما عرفوه وعاشوه من راحة الضمير ، واطمئنان النفس ، وأجر الله أجل شأننا ، وأعظم من العذاب البدني⁵ ، وإن متعة

1 - السيرة النبوية لابن كثير تحقيق واختصار محمد علي القطب ص 51ط3 / 1407 هـ 1987 م دار المسيرة بيروت

2 - السيرة النبوية دروس وعبر احمد ديدات ص 36

3 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول ص 85

4 - المصدر نفسه

5 - السيرة النبوية دروس وعبر احمد ديدات ص 36 .

الإيمان بالخالق ، وحلاوته تقطع الطريق على المشركين لتحقيق هدفهم من تعذيبهم لمن أسلموا حتى يرتدوا عن دينهم .

4- ما ورد عن المصطفى - صلى الله عليه وسلم - في حلاوة الإيمان : فعن أنس- رضي الله عنه - : عن النبي عليه - الصلاة والسلام - أنه قال : ((ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان : من كان الله ورسوله أحب إليه مما سواهما ، وأن يحب المرء لا يحبه إلا الله ، وأن يكره أن يعود في الكفر بعد أن أنقذه الله منه ، كما يكره أن يقذف في النار))¹ ، بين المصطفى -عليه الصلاة والسلام - من خلاله الحال الذي يجب أن يكون عليه المسلم حتى يستشعر لذة وطعم الإيمان الحقيقي ،في كونه يحب الله ورسوله على ما عداهما من ملاذ الدنيا ، وأن يجعل الغاية من صلته بالآخرين ممن حوله وحبه لهم الله ، وأن يتمسك بدينه حتى وإن أودي من أجل تركه كارهاً الدخول في الكفر والفسوق والعصيان كراهة دخوله ووقوعه في النار² ، أي أن الإيمان الصحيح يولد في نفس المؤمن متعة وحلاوة تجعله يتمسك به ولا يقدم عليه شيئاً مهما كان عظيماً ، ويرتقي به عن كل ملذات الدنيا الكاذبة التي يقع في مصيبتها مرضى القلوب من المنافقين والمشركين .

5- ما ورد عن المصطفى عليه- الصلاة والسلام -في زيادة الإيمان ونقصه في قلب المؤمن ،فعن أبي هريرة- رضي الله عنه -عن النبي- صلى الله عليه وسلم- قال " الإيمان بضع وستون شعبة ، أفضلها قول لا إله إلا الله ، وأدناها إمطة الأذى عن الطريق ، والحياء شعبة من الإيمان³ " ، ففي هذا الحديث يبين النبي عليه- الصلاة والسلام - مراتب الإيمان التي تبدأ بالشهادتين إلى أن تصل إلى أدناها وهي إمطة الأذى عن طريق المارة ، ولكن أشار بشكل خاص إلى الحياء الذي هو من ضمن المراتب ، لما له من أهمية عظيمة، لأن المؤمن إذا كان بين الناس على حياء لا يمكن أن يتجرأ على الخالق وعلى ما

¹ - صحيح مسلم كتاب الإيمان باب ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان عدد 22 زكي الدين المنذري ط1 /1427/2007 المنصورة

² - المنهل الحديث في شرح الحديث ص11 موسى شاهين و عبد العال احمد

³ - صحيح البخاري باب أمور الدين رقم 9 ، ومختصر صحيح مسلم باب الحياء من الإيمان رقم 15

حرم عليه ، والذي يقل حياؤه بين الناس ، فلا يزال كذلك حتى يتجرأ على حدود الله ، وكان عليه- الصلاة و السلام- أشد حياءً من العذراء في خدرها¹ ، كما يرشدنا الحديث إلى أن الإيمان يزيد وينقص ، فيزيد باستيفاء شعبه وفروعها وينقص بنقصها² ، وإن التصديق في قلب المؤمن لا يجوز عليه النقصان ، وإنما يجوز عليه الزيادة بالعلم والعمل ، فالدين ثلاثة أجزاء ، الإيمان جزء ، والأعمال جزآن فرائض ونوافل³ ، والمعنى العام أن على المؤمن الحرص على أن يجمع من مراحل الإيمان ما أمكن ليتمتع بحلاوة إيمانه ورضا الله - تعالى - عنه .

6- جزاء المؤمن بحسناته في الدنيا والآخرة : عن أنس بن مالك - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله عليه - الصلاة والسلام - " إن الله لا يظلم مؤمنا حسنة ، يعطى بها في الدنيا ويجزى بها في الآخرة ، وأما الكافر فيطعم بحسناته في الدنيا ، حتى إذا أفضى إلى الآخرة ، لم يكن له حسنة يجزى بها⁴ " إن الكافر إذا مات على كفره لا ثواب له في الآخرة ، ولا يجازى فيها بشيء من عمله في الدنيا من الأعمال الصالحة بل يطعم بها في دنياه جزاء كل ذلك من صلة الرحم ، والصدقة والضيافة ، وتسهيل الخيرات ، لعدم توفر شرطها الذي هو الإيمان بالله ، لأنه هو الوعاء الحافظ للعبادات والأعمال الصالحة للآخرة ، وورد لفظ حسنة في الحديث الشريف لأنها تشبه صورة حسنة المؤمن ظاهرا ولا يتخلص من العذاب بسببها ، قال - تعالى ﴿ مَن كَانَ يُرِيدُ الْعَاجِلَةَ

عَجَّلْنَا لَهُ فِيهَا مَا نَشَاءُ لِمَن نُّرِيدُ ثُمَّ جَعَلْنَا لَهُ جَهَنَّمَ يَصَلُّهَا مَذْمُومًا

1 - شرح صحيح البخاري ج 9 - 3/6 .

2 - المنهل الحديث في شرح الحديث ص8

3 - فتح الباري في شرح صحيح البخاري باب زيادة الإيمان ونقصه 103/ 1

4 - مختصر صحيح مسلم باب جزاء المؤمن بحسناته في الدنيا والآخرة رقم 60 ص16

مَدْحُورًا ﴿١٨﴾ ، أما المؤمن فيدخر له حسناته ، وثواب أعماله إلى

الآخرة ، ويجزى بها في دنياه أيضا ، ومن عظم تكريم الله - تعالى - للمؤمن أن يجمع له بين الجزاءين في الدنيا والآخرة ، ففي الدنيا سعادة ، وراحة بال ، وسعة في الرزق ، و أمن وأمان ، وفي الآخرة الجنة وحسن نعيمها ، وقوله عليه - الصلاة والسلام - ((لا يظلم مؤمنا)) أي لا يترك مجازاته بشيء من حسناته ، ولا ينقص ، وحقيقة الظلم مستحيلة من الله تعالى² .

7- في قوله - عليه الصلاة والسلام - في حب المولى لعبده المؤمن : فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال النبي عليه - الصلاة والسلام - " إن الله إذا أحب عبدا ، دعا جبريل - عليه السلام - فقال : إني أحب فلانا فأحبه ، قال : فيحبه جبريل ثم يُنادي في السماء فيقول : إن الله يحب فلانا فأحبوه ، فيحبه أهل السماء ، قال : ثم يوضع له القبول في الأرض ، وإذا بغض عبدا دعا جبريل فيقول : إني أبغض فلانا فأبغضه ، قال : فيبغضه جبريل ، ثم ينادي في أهل السماء ، إن الله يبغض فلانا فأبغضوه ، قال : فيبغضونه ، ثم يوضع له البغضاء في الأرض³ " ، محبة الله لعبده هي إرادته الخير له ، وهدايته ، وانعامه عليه ، ورحمته ، وبغضه إرادة عقابه أو شقائه ونحوه ، وحب جبريل والملائكة ، استغفارهم له ، وثنائهم عليه ، ودعاؤهم له ، ويوضع له القبول في الأرض ، أي الحب في قلوب الناس ، ورضاهم عنه ، فتميل له القلوب ، وترضى عنه⁴ .

8- في قوله - عليه الصلاة والسلام - في ذكر الله والتقرب إليه : فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - "ويقول الله - تعالى : أنا عند ظن عبدي بي ، وأنا معه حين يذكرني ، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي ، وإن ذكرني في ملأٍ ، ذكرته في ملأٍ خيرٌ

1 - سورة الإسراء ----- الآية 18

2 - شرح النووي على مسلم 17 / 150

3 - صحيح مسلم كتاب البر والصلة باب إذا أحب الله عبدا حبه إلى عباده 1771

4 - شرح النووي على مسلم 16 / 184

منه ، وإن اقترب إلي شبراً، تقربت إليه ذراعاً ، وإن تقرب إلي ذراعاً ، تقربت إليه باعاً ، وإن أتاني يمشي ، أتيته هرولة ¹ " ، قوله عز وجل : (أنا عند ظن عبدي بي) بالغفران له إذا استغفر، والقبول إذا تاب ، والإجابة إذا دعا ، والكفاية إذا طلب ، والرجاء ، وتأميل العفو ² ، وقوله أنا معه حين يذكرني بالرحمة ، والتوفيق ، والهداية ، وقوله: ((ذكرني في نفسه ، ذكرته في نفسي)) ، أي أثابه الله ، وجازاه عما عمل بما لا يطلع عليه أحد ، وقوله ذكرته في ملا خير منهم ، أي في ملائكة خير من تلك الطائفة ، وقوله تقرب مني شبراً وباقي الحديث ، معناه : إن تقرب إلي بطاعتي ، تقربت إليه بالرحمة ، والتوفيق ، والهداية ، وإذا زاد في مشيه مسرعاً في طاعتي ، صببت عليه الرحمة وسبقته بها ، والمقصود تضعيف الجزاء له ³ .

وخلاصة ما ورد في النقاط السابقة أن صفاء النفس ووقايتها من الإضطرابات يكون في الإيمان بالله - تعالى - وحبه والتقرب منه بكثرة الذكر ، وحب رسوله الكريم ، واتباع سنته ، وحب إخوته المؤمنين حباً في الله والعيش معهم في وئام ، وتعاون ، وألفة .

المطلب الثاني

أدلة وقاية النفس من الاضطراب من السنة النبوية الشريفة في العبادات
إهتمام السنة النبوية المطهرة واضح في كل العبادات المكلف بها المسلم كما سيأتي
تفصيله : :

أولاً - في الطهارة :

للعادة آثار طيبة في الحالة النفسية للمؤمن تتمثل في : راحة البال ، والأمان النفسي، والطمأنينة ، ويشعر المؤمن بقدر عظيم من السعادة عند وبعد أدائه لأي من العبادات المفروضة ، وخاصة المتبوعة بنوافل وطاعات إضافية متقرب بها إلى الله

¹ أخرجه مسلم في كتاب الذكر باب الترغيب في ذكر الله والتقرب إليه 1886

² - شرح النووي على مسلم 2/ 17

³ - المصدر نفسه

عز وجل ، وتتولد هذه المشاعر الإيجابية ، وتنعكس من رضا الخالق ، وقبوله لما قدمه و يقدمه من عمل مطلوب منه ، والذي يكون مبنياً على عقيدة صحيحة أساسها إخلاص النية لله ، والطهارة القلبية التي تخرج المؤمن من نجاسة الكفر إلى طهارة الإيمان ، وهي الطهارة المعنوية التي أشار إليها النبي - عليه الصلاة والسلام - فيما ورد عنه :

1- عن أبي مالك - رضي الله - عنه قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم :
"الطهور شطر الإيمان ، والحمد لله تملأ الميزان ، سبحان الله وبحمده تملآن ما بين السموات والأرض ، والصلاة نور ، والصدقة برهان ، والصبر ضياء والقرآن حجة لك أو عليك ، كل الناس تغدو ، فبائع لنفسه ، فمعتقها أو موبقها¹ " ويجمع هذا الحديث عبادات مختلفة كالطهارة ، والذكر ، والحمد ، والتسبيح ، والصلاة ، والصدقة ، وتلاوة كتاب الله - عز وجل - ف قوله عليه - الصلاة والسلام - ((الطهور شطر الإيمان)) أي ينتهي مضاعفة الأجر فيه إلى نصف أجر الإيمان من غير تضعيف² ، وتطهير النفس عن الشرك ، وإنجاس الكفر ، وتطهير الجوارح عن عبادة غير الله ، والعبادة محتاجة لطهارة لا تتم إلا بها ، ((والحمد لله تملأ الميزان ، وسبحان الله وبحمده تملآن ما بين السموات والأرض)) بيان لأجر الحمد إذا أضيف إلى التسبيح ، وثناء العبودية على شئئين (المعرفة بالله ، والافتقار إلى الله)³ ، ((والصلاة نور)) هي سبب لإشراق أنوار المعارف ، وانشراح القلب ، ومكاشفات الحقائق لتقرغ القلب فيها⁴ ، وفي قوله - عليه الصلاة و السلام ((كل الناس تغدو ، فبائع نفسه ، فمعتقها ، أو موبقها)) الناس تذهب في طريقين من يبيع نفسه فمعتقها أو موبقها فمهلكها⁵ .

1 - أخرجه مسلم في كتاب الوضوء باب فضل الوضوء 120

2 - إكمال المعلم شرح صحيح مسلم للقاضي عياض 4/ 2

3 - المصدر نفسه

4 - المصدر نفسه 5/2

5 - المصدر نفسه

2- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - عليه الصلاة والسلام "إذا توضأ العبد المسلم أو (المؤمن) فغسل وجهه ، خرج من وجهه كل خطيئة نظر إليها بعينه مع الماء أو (مع آخر قطر الماء) ، فإذا غسل يديه خرج من يديه كل خطيئة كان بطشتها يده مع الماء أو (مع آخر قطر الماء) فإذا غسل رجليه خرجت كل خطيئة مشتها رجلاه مع الماء أو (مع آخر قطر الماء) حتى يخرج نقيا من الذنوب¹ " إذا غسل الوجه خرجت من وجهه كل خطيئة نظر إليها بنية حتى تخرج من تحت أشعار عينه لأن ، العين طليعة القلب فهي كالغاية² ، وفي يديه تخرج من تحت أظفار يديه ، وفي رأسه تخرج من أذنيه ، وفي رجليه تخرج من أظفار رجليه ، أي أن المغفور له بالوضوء تخرج الخطايا المختصة بأعضاء الوضوء حتى يخرج نقيا من الذنوب ظاهره العموم³ .

3- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أنه لقي النبي - صلى الله عليه وسلم - في طريق من طرق المدينة وهو جنب فانسل فذهب واغتسل ، ففقد النبي - عليه الصلاة والسلام - ، فلما جاء قال - عليه الصلاة والسلام " أين كنت يا أبا هريرة ؟ قال : يا رسول الله لقيتني وأنا جنب فكرهت أن أجالسك حتى أغتسل فقال رسول الله - عليه الصلاة والسلام : سبحان الله إن المؤمن لا ينجس⁴ " أنكر الرسول- عليه الصلاة والسلام - على أبي هريرة اعتقاده التنجس بالجنابة ، لأن المسلم ليس بنجس⁵ بعكس المشرك الذي لم يتطهر بالإيمان عملا بقوله - تعالى : ﴿ إِنَّمَا الْمُشْرِكُونَ نَجَسٌ ﴾⁶ ، والنجاسة المقصودة

هنا ليست النجاسة الحسية الظاهرة وإنما هي التي عكس الطهارة المعنوية القلبية التي تكتسب بالإيمان ، فالمؤمن عملا بقوله - عليه الصلاة والسلام -

1 - أخرجه مسلم في كتاب الوضوء باب خروج الخطايا مع الوضوء 121 / الموطأ كتاب الطهارة ما جاء في الوضوء 61/ 30

2 - اكمل المعلم شرح صحيح مسلم للقاضي عياض 23 / 2

3 - المصدر نفسه 24/ 2

4 - أخرجه مسلم في كتاب الغسل باب المؤمن لا ينجس 168

5 - المنهل الحديث في شرح الحديث ص 60

6 - سورة التوبة -- الآية 28

طاهر طهارة معنوية قلبية ولو كان على جنابة تفقده الطهارة الحسية التي تمنعه من أداء بعض العبادات¹.

وخلاصة ما ورد في الأدلة السابقة أن الإيمان بالله وكتبه ورسله واليوم الآخر والقضاء خيره وشره ، يطهر القلب من الشرك والكفر ، ويجعل فيه نورا ، ولطفا ومحبة لله وتعلقا به ، تنعكس على الحالة النفسية بالأمان والاستقرار النفسي ، وتحيطه بسياج يقيها من الإصابة بالقلق ، والهم ، والغم ، والاضطرابات النفسية .

ثانيا - في الصلاة :

ورد فيما سبق في الطهارة قول المصطفى- عليه الصلاة والسلام- "الطهور شطر الإيمان ، والحمد لله تملأ الميزان ، وسبحان الله وبحمده تملأ ما بين السموات والأرض ، والصلاة نور، والصدقة برهان ،والصبر ضياء ، والقرآن حجة لك أو عليك ،كل الناس تغدو ، فبائع أنفسهم ، فمعتقها ، أو موبقها² " وما ورد في شرح الحديث للنووي ، أن الصلاة مبعث النور ، وانسراح القلب ، وبيان الحقائق ليتشربها قلب المؤمن ليرتاح ، وهي صلة العبد بربه الواحد الأحد ، ويجاهد نفسه والشيطان ليؤديها ،والمصطفى- عليه الصلاة و السلام - ورد عنه أحاديث كثيرة يحث المسلمين فيها على الصلاة ، والمحافظة عليها لما تعود به من نفع في دنياه وآخرته ، فمنها قوله - عليه الصلاة والسلام - :

1- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد ، يضرب كل عقدة : عليك ليل طويل فارقد ، فإن استيقظ فذكر الله انحلت عقدة فإن توضأ انحلت عقدة فإن صلى انحلت عقدة ، فأصبح نشيطا طيب النفس ، وإلا أصبح خبيث النفس كسلان³ " ، والعقد بمعنى السحر للإنسان⁴ ، ويفهم من ظاهر الحديث عند النوم سواء صلى قبله أو لم يصل ، فيعقد الشيطان على

1 - المنهل الحديث في شرح الحديث ص60

2 - صحيح مسلم كتاب الوضوء باب فضل الوضوء 120

3 - صحيح البخاري كتاب الصلاة باب عقد الشيطان على قافية الرأس 1142

4 - عمدة القارئ شرح صحيح البخاري بدر الدين احمد العيني 11 / 305

رأس المؤمن عند النوم ثلاث عقد لمنعه من القيام ويوسوس له بأن عليك ليلاً طويلاً، فيثقله في نومه إذا أراد الاستيقاظ للصلاة وذكر الله¹ ، فيصبح تعباً كسلان سيئ المزاج وغير مرتاح بخلاف من قام وتوضأ وصلى وذكر الله واستغفر فانحلت عقده كمن لم يعقد عليه لزوال أثره ، فيصبح نشيط البدن طيب النفس مرتاح البال².

2- عن جندب بن سفيان قال : قال - صلى الله عليه وسلم - " من صلى الصبح فهو في ذمة الله ، فإياك يا ابن آدم لا يطلبنك الله من ذمته في شيء³ " فالذمة هنا هي الضمان والأمان ، فصلاة الصبح تأمين من المخاطر وضمان من الله عز وجل لعبده أي حفظه وأمانته⁴.

3- كان - صلى الله عليه وسلم - إذا همه شيء فزغ إلى الصلاة ، وكان يقول : "يا بلال أرحنا بها⁵" ، وكان يقول - عليه الصلاة والسلام- " جعلت قرعة عيني في الصلاة⁶ " ، لما تحققه من راحة نفسيه ، وطمأنينة ، وصفاء⁷.

4- عن ابن عمر - رضي الله عنهما - قال : قال - عليه الصلاة والسلام - "اجعلوا في بيوتكم من صلاتكم ، ولا تتخذوها قبوراً⁸" ، أي نوروا بيوتكم بالصلاة ، وذكر الله ، وقراءة القرآن كي تتسع على أهلها ، ويكثر فيها الخير وتحضر الملائكة وتدحض الشياطين ، فيكون البيت راحة لساكنيه⁹.

مما تقدم تتبين أهمية الصلاة في تحقيق التوازن النفسي ، والاستقرار الداخلي ، والأمان الذي يتكرم به الله على عبده ، ووشائج القربى بتواصل المخلوق بالخالق في صورة عبادة ومناجاة ، وما ورد من نقاط ماهي إلا دلائل على تحقق الصحة النفسية من السنة النبوية الشريفة التطبيق الفعلي للعبادات الواردة في شريعتنا السمحاء .

1 - عمدة القاري شرح صحيح البخاري 11 / 306

2 - المصدر نفسه 11 / 307

3 - المسند المستخرج على صحيح الإمام مسلم للأصبهاني 1468 ص 252/2 ط 1417 هـ 1996 م بيروت لبنان

4 - شرح النووي على مسلم ص 5 / 158

5 - مسند أحمد عن رجل من اسلم 37 / 23

6 - سنن النسائي كتاب عشرة النساء باب حب النساء 3940

7 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص 167

8 - أخرجه البخاري ، في باب التطوع في البيت 1187 ، صحيح مسلم 1820

9 - المنهل الحديث في شرح الحديث ص 87 ج 1 موسى شاهين وعبد العال احمد

ثالثا - في الزكاة :

وقفت في المبحث الأول على أدلة تحقق الصحة النفسية في الركن الثالث من أركان الإسلام- وهو الزكاة - من القرآن الكريم ، كما نقف بالمبحث في السنة النبوية عن إثبات أن الزكاة عامل مهم في تحقق التوازن النفسي ، والاستقرار من خلال الأدلة التالية :

1- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - عليه الصلاة والسلام: " ما من يوم يصبح العباد فيه إلا ملكان ينزلان فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقاً خلفاً ، ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكاً تلفاً ¹ " ، يخبر المصطفى - عليه الصلاة والسلام- بنزول ملكين إلى الأرض كل صباح، ويكون حال الإنسان على إحدى صورتين : الأولى : منفق لماله في أعمال الخير التي منها الصدقة فيدعو له أحدهما بالخلفة من مال الله الكثير ، فتكون له بشارة بأن عقب الإنفاق خير وزيادة² ، تصديقا لقوله - تعالى : ﴿ وَمَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُ ^ط

وَهُوَ خَيْرُ الرَّزَاقِينَ ﴿ ٣٩ ﴾ ³ ، وقوله : ﴿ فَأَمَّا مَنْ أَعْطَى وَاتَّقَى ﴿ ٥ ﴾

وَصَدَقَ بِالْحَسَنَى ﴿ ٦ ﴾ فَسَنِيْرُهُ لِلْيَسْرَى ﴿ ٧ ﴾ . ⁴

والصورة الأخرى التي يكون عليها الإنسان الذي يملك المال ولا ينفقه في أعمال البر فيدعو عليه الملك الآخر بتلف ماله وخسارته دنيا وآخرة ، عملا

بقوله - تعالى : ﴿ وَأَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنَى ﴿ ٨ ﴾ وَكَذَّبَ بِالْحَسَنَى ﴿ ٩ ﴾

1 - صحيح البخاري كتاب الزكاة باب قوله تعالى (فأما من اعطى واتقى) رقم 1442 ص 473

2 - شرح النووي على مسلم 7/ 79

3 - سورة سبا- الآية 39

4 - سورة الليل - الآياتان 6 - 7

فَسَنِّيَسِرُهُ لِلْعَسْرَى ﴿١٠﴾ وَمَا يُغْنِي عَنْهُ مَالُهُ إِذَا تَرَدَّى ﴿١١﴾ ¹ ، ويحث

المصطفى- عليه الصلاة والسلام- في هذا الحديث على الإنفاق من مال الله في أوجه الخير، ومنها الصدقة ليجازيه المولى- عز وجل - بزيادة ماله والبركة فيه ويهناً به في دنياه ، ويثاب في أخراه وألا يمسك ماله ولا ينفق منه خوفاً من نقصه وفقره فيحرم الغنى وبركة الرزق في الدنيا ويعاقب في الآخرة ² .

2- عن حكيم بن حزام - رضي الله عنه- قال : قال رسول الله - عليه الصلاة والسلام- " اليد العليا خير من اليد السفلى ، وابدأ بمن تعول ، وخير الصدقة عن غنى ، ومن يستعفف يعفه الله ، ومن يستغن يغنه الله ³ " ، وفيه يحث على الصدقة والزكاة ويصف المتصدق - وهو صاحب اليد العليا المنفقة - بأنه أفضل من صاحب اليد السفلى السائلة ، وأن المعطي أفضل من المعطى له ، والمتفضل خير من المتفضل عليه ، وإن الله - عز وجل - يحب معالي الأمور والنفقة على الأهل أولى من الصدقة ، لأن النفقة فريضة والصدقة تطوع ، ولا صدقة إلا عن غنى أي بعد إحراز قوته وقوت عياله ، لا أن يتصدق وهو محتاج ⁴ .

3 - عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله -عليه الصلاة والسلام - " مثل المنفق والبخيل ، كمثل رجلين عليهما جبتان من حديد من ثدييهما إلى تراقيهما أما المنفق فلا ينفق إلا سيعت عنه ، أو وفرت على جلده حتى تخفي بنانه وتعفو أثره وأما البخيل فلا يريد أن ينفق شيئاً إلا لزقت كل حلقة مكانها ، فهو يوسعها ولا تتسع ⁵ " ، إن الله ينمي مال المتصدق ويستره ببركة إنفاقه من ماله من قرنه حتى قميه ، وجميع عوراته بالفعل في الدنيا ، والأجر في الآخرة فيعيش في سعة الرزق مستورا ولا يشتد عليه الحال ، وأما البخيل فيظن أن ستره في إمساك ماله عنده فلا يمتد عليه

¹ - سورة الليل - الآيات 8 - 11

² - شرح البخاري لابن بطال 3 / 439

³ - أخرجه البخاري 1428 كتاب الزكاة باب لا صدقة إلا عن ظهر غنى

⁴ - شرح البخاري لابن بطال 428/

⁵ - أخرجه البخاري كتاب الزكاة باب مثل المتصدق والبخيل 1443

ولا يستتر من عوراته شيئاً حتى تبدو للناس ، ويبقى منكشفاً كمن يلبس جبة تبلغ ثدييه ولا تجاوز قلبه الذي يأمره بالإمساك ، فيفتضح في الدنيا ويوزر في الآخرة¹.

4 - عن حذيفة - رضي الله عنه - قال : قال النبي - عليه الصلاة والسلام - "فتنة الرجل في أهله ، وولده ، وجاره تكفرها الصلاة ، والصدقة ، والمعروف"² ، فتنة الرجل في أهله وماله وولده هي محبته لهم ، وانشغاله بهم عن كثير من الخير والأعمال الصالحة ، وتفريطه فيما يلزمه القيام بحقوقهم ، وتأديبهم ، وتعليمهم ، فإنه راع لهم ومسؤول عن رعيته ، وفتنة الرجل في جاره من هذا³.

من خلال النصوص السابقة من السنة النبوية الشريفة التي تعتبر أدلة تثبت أن الزكاة والصدقة تحقق الاستقرار و التوازن النفسي ، وتحول دون الاضطراب ، والقلق والخوف من الفقر ، لأنها تجعل المنفق في طاعة الله ورضاه وهداه ، وبدعوة المصطفى- عليه الصلاة والسلام - ((اللهم صل عليهم))⁴ ، وبسعة الرزق ، والبركة والنماء بدعوة الملائكة ((اللهم أعط منفقا خلفا))⁵ ، ولكونه أفضل من الممسك ماله ، والسائل الناس صدقة ، فهو اليد العليا ، وصاحب العطاء ((اليد العليا خير من اليد السفلى))⁶ ، ولكون الزكاة والصدقة تكفر الخطايا واللمم والتقصير الذي قد يقع فيه المؤمن .

فكل ما ورد عنه - صلى الله عليه وسلم - في الزكاة والصدقة عوامل تعود على من ينفق ماله امتثالاً لأمر الله - تعالى- بالرضا والقبول ، والسعادة ، والراحة النفسية .

رابعاً - في الصوم :

للصوم آثار إيجابية تعود على المؤمن الصائم بالشعور بالثقة والسعادة والراحة النفسية ، نستدل عليها ونلتمسها من أقوال المصطفى- عليه الصلاة والسلام - كما يأتي

¹ - شرح صحيح البخاري لابن بطال ص 441/3

² - أخرجه البخاري كتاب الزكاة باب الصدقة تكفر الخطيئة 1435

³ - شرح صحيح البخاري لابن بطال ص 472

⁴ - مختصر صحيح مسلم للمنذري كتاب الزكاة باب الدعاء لمن أتى بصدقة 510 ص 102

⁵ - صحيح لبخاري ج 1 كتاب الزكاة باب في قوله تعالى ((من أعطى واتقى)) 1442

⁶ - المصدر نفسه كتاب الزكاة باب لا صدقة الا عن ظهر غنى 1429

1- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال النبي- عليه الصلاة والسلام- " إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة ، وغلقت أبواب النار ، وصفدت الشياطين¹ " ومعنى قوله فتحت أبواب الجنة أي ما فتح الله به على العباد من الأعمال المستوجب بها الجنة كالصلاة والصوم ، وتلاوة كتاب الله ، وكل أعمال البر ، وإن الطريق إلى الجنة في رمضان أسهل والأعمال فيه أسرع إلى القبول² ، وتغلق أبواب النار بما قطع الله - تعالى - عن الصائمين من المعاصي ، والأعمال المستوجب بها النار ، ولقطة ما يؤاخذ الله - عز وجل- عباده بسيئاتهم لتركهم لها واتجاههم للطاعات ، أي أن الصائم يسهل له سلوك الطريق الحسن الذي يرضي الله - تعالى- ببركة الشهر الفضيل ، ويترك فيه الأعمال غير المرغوب فيها شرعا ، ويتجاوز فيه عن السيئات التي تعود عليه بالقلق وعدم الرضاء ، وتصفد الشياطين : أي أن الله - عز وجل- يعصم المسلم من المعاصي ووسوسة الشياطين ، ويرزقه التعفف عما كان عليه من اتباع للشهوات³ .

2- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - عن النبي - عليه الصلاة والسلام قال- " كل عمل ابن آدم له إلا الصيام ، فإنه لي وأنا أجزي به ، والصيام جنة ، فإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث يومئذ ولا يسخب ، فإن سابه أحد أو قاتله فليقل إني امرؤ صائم ، والذي نفس محمد بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله يوم القيامة من ريح المسك ، وللصائم فرحتان يفرحهما : إذا أفطر فرح بفطره ، وإذا لقي ربه فرح بصومه⁴ " ، بما أن الصوم معناه هو الصبر عن شهوتي البطن ، والفرج⁵ ، بأن الصائم إذا صبر نفسه عن المطعم ، والمشرب والمنكح امتثالا لله ، جزاه الله الجزاء الحسن ، ولهذا خص- سبحانه وتعالى - جزاء الصوم عن هذه الشهوات له - سبحانه- دون باقي العبادات ، فالمسلم يعظم شهر رمضان بتركه لأمر بعضها شهوات وبعضها ضروري ومنها الإمساك عن مجادلة الخصوم⁶ ، والكلام في غير طاعة الله ، فلا

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري كتاب الصيام باب فضل الصيام 572 ص 114

2 - شرح صحيح البخاري لابن بطال ص 20

3 - المصدر نفسه

4 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 571 كتاب الصيام باب فضل الصيام ص114،

5 - شرح صحيح البخاري لابن البطال ص24

6 - المصدر نفسه 25/ 26

يرفت ولا يجهل، وإن كبح جماح النفس عن الشهوات هو ارتقاء بها ، وسمو عن حياة الخوف والغرور والرفث

3- عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - عن النبي - عليه الصلاة و السلام - قال : "ما من عبد يصوم يوماً في سبيل الله ، إلا باعد الله بذلك اليوم وجهه عن النار سبعين خريفاً¹ " ، هذه بشارة من البشارات التي تبعث في نفس المؤمن الطمأنينة والانشراح إذ يخبرنا المصطفى - عليه الصلاة والسلام - بأن من يصوم يوماً يبعد الله -تعالى- عنه عذاب النار سبعين سنة مقابل ذلك اليوم ، ويغمره بالرضاء والرحمة والبركة في الدنيا² .

4- عن حذيفة - رضي الله عنه - عن المصطفى - عليه الصلاة والسلام - قوله : " فتنة الرجل في أهله ، و ماله ، و جاره ، تكفرها الصلاة ، والصيام ، والصدقة³ " ويرشد النبي - عليه الصلاة و السلام - من خلال هذا الحديث الشريف إلى فضل صوم التطوع الذي به تكفر سيئات كثيرة كتقصير المسلم في أداء بعض النوافل بانشغاله بأهله ، وأولاده ، وورزقه ، وكذلك تقصيره وإهماله لبعض أعمال الخير، وحقوق الجار وصغائر الذنوب ، فالصوم يكفرها ، ويعطي للصائم الشعور بالارتياح لجبره لهذا الخلل⁴ .

خامساً - في الحج :

بما أن الحج من أركان الإسلام الخمسة⁵ ، يبدأ بالتوجه والسفر إلى بيت الله الحرام قصدا لأداء هذه الشعيرة ، من كل بقاع الأرض ، تلبية لنداء الخالق في قوله

– تعالى ﴿ وَادِّعِ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَىٰ كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 609 كتاب الصوم باب فضل الصوم في سبيل الله ص119

2 - شرح صحيح مسلم للنووي ص 7 / 116

3 - صحيح البخاري كتاب الزكاة باب الصدقة تكفر الخطيئة 1435،

4 - شرح صحيح البخاري لابن بطال ص 14

5 - المبحث الأول من هذا الفصل الفقرة الأخيرة المتعلقة بالحج ص27

مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ ﴿١﴾ من خلال رحلة إيمانية جماعية ، تملؤها روحانيات التهليل

والتلبية يتساوى فيها المسلمون على اختلاف ألوانهم وأجناسهم بلباس واحد ، وفي مكان واحد بلد آمن حرم الله - تعالى - الذي لا يضام فيه الحاج ولا يشعر بالاضطهاد ، ولا الجوع ، ولا العطش ، متحررين من منغصات الدنيا ، وهم يطوفون بالبيت العتيق ، ويسعون بين الصفاء والمروة ، ويرمون الجمرات في إشارة إلى قذف الشيطان والتخلص من وساوسه كما فعل أبونا إبراهيم - عليه السلام - ، وكذلك الوقوف بعرفات الله متشبهين بالملائكة في حضور ومشهد فيه روحانيات تتجلى فيه الرهبة والفرحة ، والرحمة من الله العزيز الرحمن ويبشرهم بالمغفرة وقبول العبادة ، ويشعر الحاج بسعادة كبيرة وفرحة ، بالإضافة إلى ما جاء عن النبي - صلى الله عليه وسلم - من بشارات للحاج منها :

1- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : سئل أي الأعمال أفضل فقال " إيمان بالله ورسوله ، ثم جهاد في سبيل الله ، ثم حج مبرور² " ، وفيه يرشدنا المصطفى - عليه الصلاة والسلام - إلى حج بيت الله الحرام لأنه أفضل الأعمال بعد الإيمان بالله ورسوله الذي يعتبر باب الدخول للإسلام³ ، أما الجهاد فكان لتمكين الدين وانتشاره عندما حارب أول الأمر ، أو إذا أراد العدو غزو بلاد الإسلام وإن النساء جهادهن الحج كما ورد عن أم المؤمنين (إن أفضل جهادكن الحج)⁴ ، لما في الحج من خير كثير في الدنيا والآخرة فهو القصد إلى بيت الله الحرام والطواف به ، ليغمرهم الله برحمته وفضله ، وليشهدوا منافع لهم من تجارة ، ورزق ، وتعارف .

2- عن أبي هريرة - رضي الله تعالى عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه " من حج فلم يرفث ولم يفسق ، رجع كيوم ولدته أمه⁵ " ، والمقصود من ذلك من حج ولم

1 - سورة الحج - الآية 27

2 - أخرجه البخاري في كتاب الحج باب فضل الحج المبرور 1519 ص 491

3 - شرح البخاري لابن بطال 4 / 190

4 - المصدر نفسه

5 - أخرجه البخاري في كتاب الحج باب فضل الحج المبرور 1521

يجامع زوجه ، أو يرتكب المعاصي من فسوق ، وسباب ، وجدال الناس غفرت ذنوبه
ورجع من حجه كما ولدته أمه¹ .

3- عن أبي هريرة -رضي الله عنه - قال : أن النبي - عليه الصلاة والسلام- قال
" العمرة إلى العمرة كفارة لما بينهما ، والحج المبرور ليس له جزاء إلا الجنة² " ،
الحج المبرور الذي لا رياء فيه ، ولا رفت ، ولا فسوق ، ولا يخالطه إثم مأخوذ من
البر وهو الطاعة ، وبمال حلال³ .

4- عن علي بن محمد ، عن عبيد الله بن موسى ، عن عثمان بن الأسود ، عن محمد بن
عبدالرحمن بن أبي بكر- رضي الله عنهم - ، قال : كنت عند ابن عباس - رضي الله
عنه- جالسا ، فجاءه رجل ، فقال : من أين جئت ؟ قال : من زمزم ، قال فشربت منها
كما ينبغي؟ قال : وكيف ؟ قال : إذا شربت منها فاستقبل القبلة ، واذكر اسم الله ،
وتنفس ثلاثا ، وتضع منها ، فإذا فرغت فاحمد الله - عز وجل - ، فإن رسول الله -
صلى الله عليه وسلم- قال : " إن آية ما بيننا وبين المنافقين ، أنهم لا يتضعون من
زمزم⁴ " ، عن ابن عباس - رضي الله عنه - قال : (إن ماء زمزم لما شرب منه)⁵
وقال مجاهد (إن شربته شرب الشفاء شفاك الله وإن شربته تريد أن تقطع ظمأك
قطعه الله ، وإن شربته تريد يشبعك اشبعك الله ، وهي هزيمة جبريل ، وسقيا الله
إسماعيل)⁶ ، وعن وهب بن منبه قوله : (تجدها في كتاب الله - يعني زمزم- شراب
الأبرار ، وطعام طعم ، وشفاء من سقم لا تنزح ولا تدم ، من شرب منها حتى يتضع
أحدثت له شفاء ، وأخرجت منه داء)⁷ .

1 - شرح ابن بطلال ص 476

2 - صحيح البخاري كتاب الحج باب وجوب العمرة وفضلها 1773

3 - شرح البخاري لابن بطلال ص 434

4 - سنن ابن ماجه 3061 سنن البيهقي 9936 باب سقاية الحاج 487/2 ،

تعليقات شعيب الأرنؤوط ومن معه في تحقيقه لسنن ابن ماجه : (اسناده ضعيف ، محمد بنعبد الرحمن بن ابي بكر- وهو الجمحي -
روي عنه اثنان ولم يوثقه احد ، وباقي رجاله ثقات وقد اختلف على عثمان في تسمية شيخه كما يلي :

اخرجه البخاري في التاريخ الكبير 1 / 157- 158 من طريق عبيد الله بن موسى ، وفي التاريخ الأوسط 2 / 176 من طريق عبد الله
بن المبارك ، والبيهقي 5 / 147 من طريق مكي بن ابراهيم ، ثلاثتهم عن عثمان بن الأسود ، بهذا الإسناد .

وأخرجه عبدالرزاق 9111 وعنه البخاري في التاريخ/158 والطبراني 11246 من عبد الرحمن بن عمر بن بوزية .

واخرجه البيهقي 5 / 147 من طريق عبد الوهاب الثقفي ، عن عثمان بن الأسود عن جليس لابن عن ابن عباس .

وأخرجه الحاكم 1 / 472 من طريق إسماعيل بن زكريا

5- شرح صحيح البخاري لابن بطلال 317/4

6 - المصدر نفسه .

7 - المصدر نفسه

إن ما ورد في النقاط السابقة يوضح الأثر المترتب عن أداء فريضة الحج في نفس الحاج من سعادة ، وشفاء ، فهي رحلة تلبية لنداء الله عز وجل ، ملؤها الإيمان والروحانيات ، لأرض مقدسة ، وحرمة الله الأمن ، فهم ضيوف عنده ، محاطون بكرمه ورحمته ، يشربون من ماء زمزم ، ارتواء ، وشفاء ، وطعام ، تحفهم الملائكة ، وتغشاهم الرحمة ، فلا خوف ، ولا هم ، ولا كدر .

المطلب الثالث

أدلة حفظ النفس من السنة النبوية الشريفة في المعاملات

المعاملات بين المسلمين ما يجري بينهم من تعامل دنيوي كالبيع ، والشراء ، والزيارات ، وغيرها ، وهي انعكاس لأخلاقهم ، وثقافتهم الموروثة ، والمكتسبة . فالموروثة هي نتاج جينات الأبوين الذين يفترض أن تم اختيارهما لبعضهما وفق ما نهبت إليه الشريعة الإسلامية كما مر في المطلب الثالث من المبحث الأول . أما الثقافة والأخلاق المكتسبة فهي نتاج ما يتضمنه الدين الإسلامي من توجيهات ، ومحاولة تطبيقها عمليا وفق سنة المصطفى عليه الصلاة والسلام ، فهو المعلم ، والمرشد والهادي إلى سواء السبيل .

وللوقوف على الأدلة التي توجه المسلمين إلى التعامل بأحسن وافضل صور المعاملات التي تولد في الأنفس المحبة والود ، وتحدث بينهم الألفة والترابط ، وتبعد التطحان والتباغض كما وردت في السنة النبوية الشريفة نذكر ما يلي :

أولاً : في شخص رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وخلقته : وهو من أفضل خلق الله خلقاً ، وأدباً ، وأكثر الناس لينا في تعامله مع الآخرين ، شهد له القرآن الكريم وجميع الخلق بذلك :

1- عن سعيد بن هشام -رضي الله عنه - قال : سألت عائشة - رضي الله عنها - فقلت : أخبريني عن خلق رسول الله - عليه الصلاة والسلام - فقالت : (كان خلقه القرآن)¹ أي خلقه كان جميع ما حصل في القرآن ، فإن كل ما استحسنته ، واثنتي عليه ، ودعا

¹ - مسند الإمام أحمد بأحكام الأرنؤوط 25341 تعليق شعيب الأرنؤوط (اسناد صحيح على شرط الشيخين) 102 / 27

إليه فقد تحلى به ، وكل ما استهجنه ، ونهى عنه ، تجنبه ، وتخلّى عنه ، فكان القرآن بيان خلقه¹ ، وقد ورد عنها أيضا -رضي الله عنها - (لم يكن فاحشا ، ولا متفحشا ، ولا سخابا في الأسواق)² أي لم يكن يلفظ بفحش الكلام ، ولا يتكلفه ، ولا يجزي السيئة بالسيئة ، ولكن يعفو ، ويصفح ، وكان خلقه القرآن يغضب لغضبه ، ويرضى لرضاه ، ولا يواجه أحدا في وجهه بشيء يكرهه³ .

2- عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - قال : (كان رسول الله -صلى الله عليه وسلم - أشد حياء من العذراء في خدرها ، وكان إذا كره شيئا عرفناه في وجهه)⁴ ، والحياء من الأخلاق المحمودة ، وخصال الإيمان ، ما لم يخرج إلى الضعف والمهانة والعذراء الفتاة البكر التي لم تفرغ بعد من عذرتها⁵ .

3- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - ، قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - "بعثت لأتمم صالح الأخلاق"⁶ ، أي ليعلم المسلم الأخلاق الحميدة ، وليبين له المنهج الذي يجب عليه اتباعه ، والسلوك القويم لتعامله مع إخوانه المسلمين ، للعيش في وفاق وسلام .

ثانيا فيما ورد عنه معلما الناس صالح الأخلاق :

1- إلى التحاب في الله : عن ابي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " إن الله يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالي ، اليوم أظلم في ظلي ، يوم لا ظل إلا ظلي "⁷ ، وهي بشارة للمؤمنين المتحابين لبعضهم الله ، لا لأمر دنوية ، مع بشارات اخرى كثيرة ، تبعث في نفوس المتحابين البهجة والسعادة .

¹ - فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر 6 / 575

² - صحيح البخاري 5682 باب لم يكن النبي 2243/5

³ - إكمال المعلم شرح صحيح مسلم للقاضي عياض 193/7

⁴ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1568 باب كان النبي أشد حياء من العذراء في خدرها ص313

⁵ - إكمال المعلم شرح صحيح مسلم كتاب الفضائل باب كثر حياؤه صلى الله عليه وسلم 7 / 143

⁶ - مسند أحمد 9187 / البيهقي 2130 الشهادات ، من شخصية الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم 1 / 24 المكتبة الشاملة

⁷ - صحيح مسلم 1768 باب المتحابين في الله ص 357

2- إلى أن يكون المسلم في جماعة المسلمين متحدين : فعن أبي موسى قال : قال رسول الله -عليه الصلاة والسلام - " المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً¹ " ، أي أن يكون المسلم من ضمن الجماعة حتى يتقوى بهم ويستعين بهم على مصاعب الحياة ، ومؤازرة المسلمين لبعضهم وتعاونهم لجلب الخير والنفع ، ودفع الضرر .

3- الإحسان إلى الجيران ، فعن عائشة رضي الله عنها ، قالت : سمعت رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يقول " ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه"² حرصت الشريعة الإسلامية على التعايش السلمي المبني على الود ، والبر والتعاون ، والرحمة بين المسلمين ، وأن اهتمام المسلم بجاره من باب أولى لتأسيس السلم والأمن الاجتماعي.

4- رعاية الأيتام ، وكفالتهم ، ومد يد العون للمساكين وضعفاء الحال : عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " كافل اليتيم له أو لغيره أنا وهو كهاتين في الجنة"³ ، وأشار بالسبابة والوسطى، وعن أبي هريرة أيضاً " الساعي على الأرملة والمسكين ، كالمجاهد في سبيل الله " وأحسبه قال "كالقلم لا يفتنر ، وكالصائم لا يفطر"⁴ ، اهتمام المسلمين بضعفاء الحال منهم ، واليتامى ، والأرامل ، وتقديم الرعاية اللازمة لهم ، وتوفير احتياجاتهم ، ترمم ما بنفوسهم من الأم ، وجراح ، وتذيب الفوارق بينهم ، فلا يشعرون بالحرمان ، والنقص ، والضيق ، والحرج ، لهذا بشر الساعين عليهم بكرم الله - تعالى - في الثواب

5- صلة الأرحام : عن أنس بن مالك - رضي الله عنه - قال : قال النبي- عليه الصلاة والسلام - " من سره أن يبسط عليه رزقه ، أو ينسأ في أثره ، فليصل رحمه "⁵ ، وقد ورد عن الإمام النووي في بيان المراد من قوله - صلى الله عليه وسلم - (بسط

¹ - أخرجه مسلم في صحيحه 1773 باب المؤمن للمؤمن كالبنيان ص 358

² - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1780 كتاب البر باب الوصية بالجار ص 359


³ - المصدر نفسه باب كافل اليتيم 1766

⁴ - المصدر نفسه باب ثواب الساعي على الأرملة والمسكين 1767 ص 357

⁵ - مختصر صحيح مسلم للمنذري كتاب البر والصلة باب صلة الرحم تزيد في العمر 1762 ص 356

الرزق) توسيعه ، وكثرته ، والبركة فيه ، أما لفظه ((ينساً)) هنا مهموزة بمعنى يؤخر ، و((الأثر)) هو الأجل ، ويكون المراد من ذلك على احد ثلاثة أوجه كما يأتي الوجه الأول : المراد البركة في العمر ، وهي التوفيق للطاعات ، وعمارة الأوقات بما ينفعه في الآخرة .

أما الوجه الثاني : المحتمل من لفظ (ينساً في أثره) ويظهر للملائكة في اللوح المحفوظ ، أن عمره ستون سنة إلا أن يصل رحمه ، فإن وصلها زيد له أربعون ، وقد علم الله سبحانه وتعالى ما سيقع له من ذلك ، وهو معنى قوله - تعالى :

﴿ يَمْحُوا اللَّهُ مَا يَشَاءُ وَيُثَبِّطُ ^ط وَعِنْدَهُ أُمُّ الْكِتَابِ ﴾  إلى علم الله

تعالى ما سبق قدره ، ولا زيادة بل هي مستحيلة بالنسبة إلى ما ظهر للمخلوقين بتصور الزيادة وهو مراد الحديث .

أما الوجه الثالث : فهو بقاء ذكره الجميل بعده فكأنما لم يمتهن² .

6- التزام الصدق وترك الكذب : فإن عبد الله بن مسعود كان يقول : ((عليكم بالصدق ، فإن الصدق يهدي إلى البر ، والبر يهدي إلى الجنة ، وإياكم والكذب ، فإن الكذب يهدي إلى الفجور ، والفجور يهدي إلى النار ، ألا ترى أنه يقال صدق وبرو كذب وفجر))³ ، في هذا الحديث الحث على تحري الصدق ، وهو قصده ، والاعتناء به ، وعلى التحذير من الكذب و التساهل فيه ، فإنه إذا تساهل فيه كثر منه وعرف به ، وإن العبد ليتحرى الصدق ، وكذا الكذب ، فمن تحرى الصدق بالقصد الصحيح ، صار له سجية حتى يستحق الوصف به ، ومن تحرى الكذب وكرره حتى استحق اسم المبالغة بالوصف بالكذب ، لم يكن من صفات كملة المؤمنين ، بل المنافقين ، ويستحق عقوبة الكاذب وهي النار⁴ .

1 - سورة الرعد - الآية 39

2 - شرح النووي صحيح مسلم 16/ 110

3 - الموطأ باب ما جاء في الصدق والكذب ص578

4 - فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر 342/4

ثالثاً ما نهى عنه - عليه الصلاة والسلام - من سلوك بين المسلمين :

1- التمسك بالخصال الحميدة وترك الرديئة : عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((إن الله يرضى لكم ثلاثاً ، ويسخط لكم ثلاثاً ، يرضى لكم أن تعبدوه ولا تشركوا به شيئاً ، وأن تعتصموا بحبل الله جميعاً ، وأن تتاصحوا من ولاة الله أمركم ، ويسخط لكم قيل وقال ، وإضاعة المال ، وكثرة السؤال))¹ ، وفيه يحثنا المصطفى - عليه الصلاة والسلام - على الإخلاص في العبادة والتوحيد ، والاعتصام بحبل الله جميعاً ولا نفرق ، ومناصحة السلطان وولاية الأمر منا في شأن الرعية ، وينهانا عليه الصلاة والسلام عن كثرة الحديث في أحوال الناس والخوض في شؤونهم ، والأحاديث التي لا فائدة منها ، وكذلك الحفاظ على أموالنا وعدم الإسراف فيها وتبذيرها ، واستعمالها في غير حقها² .

2- ينهى - عليه الصلاة والسلام - عن الفتنة : عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((من شر الناس ذو الوجهين الذي يأتي هؤلاء بوجه ، وهؤلاء بوجه))³ ، وفيه يحذرنا من سلوك خطير يحدث الفتنة بين المسلمين ، وشق صفهم ، ووصف فاعله بشر الناس ، وهو ذو الوجهين ، الذي يأتي لهؤلاء بكلام ولآخرين بكلام فتتولد المشاحنة ، والبغضاء بينهم ، وينتج عن ذلك العداوة بدل الألفة ، والانقسام بدل الاجتماع .

3- نهى عن كثرة الكلام بغير ذكر الله : عن مالك أنه بلغه : أن عيسى بن مريم - عليه السلام - كان يقول " لا تكثروا الكلام بغير ذكر الله ، فتقسو قلوبكم ، فإن القلب القاسي بعيد من الله ، ولكن لا تعلمون ولا تنظروا في ذنوب الناس كأنكم أرباب ، وانظروا في ذنوبكم كأنكم عبيد ، فأما الناس مبتلى ومعافى ، فارحموا أهل البلاء ،

¹ - الموطأ باب ما جاء في اضعاء المال 1816/20 ، مسند أحمد 8316

² - الاستذكار لابن عبد البر 8 / 580 (ابو عمر يوسف بن عبدالله بن عبد البر النمري) تحقيق: سالم محمد عطا ط 1 / 1421هـ

2000م دار الكتب بيروت

³ - الموطأ 1817/21 باب ما جاء في اضعاء المال وذو الوجهين ص 579

احمدوا الله على العافية" ¹، أي أنه لا ينبغي أن يتكلم المرء إلا إذا كان الكلام خيرا
"من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا ، أو ليصمت ²" ، وهو الذي ظهرت فيه
المصلحة ، وإن شك في المصلحة لا يتكلم ³ .

رابعا : وصاياه - عليه الصلاة والسلام - في خطبة حجة الوداع :

حرص - عليه الصلاة والسلام - على يتعاشش المسلمين من بعده بود ، وحب
ووثام ، بعيدين عن المشاحنات، والصراعات من أجل الدنيا ، وكان مما ورد عنه
ناصحا وموصيا ما يلي ⁴ :

1- التمسك بكتاب الله ، قال عليه الصلاة والسلام " وقد تركت فيكم ما لن تضلوا بعده إن
اعتصمتم به كتاب الله ⁵ "

2- حرمة المسلم لدى أخيه المسلم ، قال - عليه الصلاة والسلام - " أيها الناس إن
دماءكم ، وأموالكم ، و أعراضكم حرام عليكم كحرمة يومكم هذا في بلدكم هذا في
شهركم هذا ⁶ " .

3- عدم الاقتتال بينهم ، قال - صلى الله عليه وسلم - " لا ترجعوا بعدي كفارا يضرب
بعضكم رقاب بعض ⁷ ألا إن الشيطان قد يئس أن يعبد المصلون ، ولكنه في
التحريش بينكم " .

4- نهى عن الظلم ، بقوله - عليه الصلاة والسلام - " اسمعوا مني تعيشوا ، ألا تظلموا ،
ألا تظلموا ، ألا تظلموا ، إنه لا يحل مال امرئ مسلم إلا بطيب نفسه منه ⁸ " .

5- تقوى الله في النساء وحسن معاشرتهن ، قال - صلى الله عليه وسلم " واتقوا الله في
النساء، فإنهن عندكم عوان ، لا يملكن لأنفسهن شيئا ، وإن لهن عليكم حقا ، ولكم

1 - موطأ مالك 8 / 1804 باب ما يكره من الكلام بغير ذكر الله / الأذكار النووية للنووي 8/881 ص332

2 - صحيح البخاري 1 / 874

3 - الأذكار النووية للنووي ص 332

4 - مختصر السنة النبوية لابن كثير ص484

5 - نفس المصدر

6 - نفس المصدر ص 489

7 - نفس المصدر

8 - نفس المصدر 491

عليهن حق ، ألا يوطنن فرشكم أحدا غيركم ، ولا يأذنن في بيوتكم ، ولهن عليكم رزقهن وكسوتهن بالمعروف¹ "

6- الحرص على أدا الأمانة ، قال - عليه الصلاة والسلام - " ألا ومن كانت عنده أمانة فليؤديها إلى من ائتمنه عليه² " .

7- الصبر على الأذى ، قال - عليه الصلاة والسلام : " المؤمن الذي يخالط الناس ويصبر على أذاهم ، خير من المؤمن الذي لا يخالط الناس ولا يصبر على أذاهم³ " .

8- الخصال الحميدة ، قال صلى الله عليه وسلم - "أربع إذا كن فيك فلا عليك ما فاتك من الدنيا ، صدق حديث ، وحفظ الأمانة ' وحسن الخلق ، وعفة مطعم⁴ " .

9- حسن الخلق ، قال - عليه الصلاة والسلام- " أكمل المؤمنين إيمانا ، أحسنهم أخلاقا الموطؤون أكنافا الذين يألفون ويؤلفون ، لا خير فيمن لا يألف ولا يؤلف⁵ " .

10- التواضع ، قال - عليه الصلاة والسلام - "إن الله أوحى إلي أن تواضعوا ، حتى لا يفخر أحد على أحد ، ولا يبغى أحد على أحد⁶ " .

إن ما ورد في النقاط السابقة من توجيهات للمسلمين باتباع سلوك يضمن لهم الحياة في وفاق مع أنفسهم ومع الآخرين ، ويبعد عنهم منغصات العيش ، دلالة على اهتمام السنة النبوية الشريفة بصحة المسلم النفسية وخلوها من الاضطرابات .

1 - مختصر السنة النبوية لابن كثير

2 - مختصر السنة النبوية لابن كثير 491

3 - قطوف من الشمائل المحمدية محمد جميل زيتوا/22

4 - شعب الإيمان للبيهقي 4801 ، مسند أحمد بن حنبل 6652

5 - شعب الإيمان لأبي بكر البيهقي 7983 ، جامع الأحاديث للسيوطي 4380

6 - صحيح مسلم للنيسابوري 7389 ، السنن الكبرى للبيهقي 21613

المبحث الثالث

أدلة حفظ النفس من الاضطراب من خلال استنباطات العلماء بعد النظر في كتاب الله ، والسنة النبوية الشريفة ، والبحث عن ما يثبت اهتمام الشريعة الإسلامية بصحة المسلم ، ووقايته من العلل ، و الإصابات النفسية ، وبعد الوقوف على بعض من تلك الأدلة واستعراضها ، يأتي الدور على ما استنبطه بعض العلماء ، واستخلصوه من تلك الأدلة ، وبيان آراء البعض منهم حولها ، ويتمثل في المطالب الثلاثة الآتية :

المطلب الأول

فيما يتعلق بأمور العقيدة

الإنسان مخلوق ضعيف معرض لاتباع الهوى وما تميل إليه النفس من شهوات ، وملذات أحيانا ، وجنوح نحو الشر ، والنزاع ، والخصومات أحيانا أخرى ، وما إلى ذلك بفعل مؤثرات كثيرة ، ومتنوعة ، تبعث على الشر ، والرغبة ، والطغيان¹ ، من هنا كان الإنسان بحاجة إلى منهج قويم يقيمه ، ويلزمه ، ويكون متطابقا مع طبيعته ، وفطرته ، وهذا المنهج هو الدين الإسلامي فهو يقوق كل المناهج ويعلوها ، و مناسب لمكونات النفس البشرية ، وقادر على معالجة كلياتها ، وجزئياتها يبدا بالإيمان به ، ويؤكد عليه بالأعمال الصالحة التي تطهر النفس البشرية وتزكيها وتغرس فيها الخير وتنعم به كما سيتبين فيما يأتي :

1- الإيمان التام :

يبدأ الإيمان بقبول الإنسان لهذا المنهج وهو الدين الإسلامي طواعية دون إكراه ، وبتوافق العقل ، والحرية ، والإرادة مع مضمون ، وإرادة المنهج الرباني ، فيكون الصلاح والبر ، والتقوى ، والفلاح ، ويكون كل سلوك سوي متزن ، من حب ،

¹ - لماذا يمزق القرآن باب الوصية بقراءة القرآن علي بن نايب الشحود ج1 ص 14

وعدل ، وأمانة ، وإخلاص ، وصبر ، وتوكل على الله عز وجل ، واستقامة على أمره دون سواه ، أما اختلاف إرادة الإنسان مع إرادة المنهج الرباني ، وعدم التوافق فلا يكون الإيمان به ولا يتحقق الاتزان النفسي ، وعناصر الخير بل يسلك السلوك السيء والشر ، والانحراف وتكون النتيجة قلقاً في النفس ، واضطراباً ، وانعكاسات سلبية¹ . الإيمان هو بداية الطريق صوب الصحة النفسية ، فالإيمان هو محورها ، وركيزتها الأساسية ، وهو الشرط لبقيتها² ، فلا أمن ولا رضا ، ولا سعادة ، ولا طمأنينة إلا بالإيمان بالله - تبارك وتعالى - وإن كل من يبحث عن الأمن في نفسه ، أو مجتمعه أو أمته لن يجده إلا في الإيمان بالله ، فعليه أولاً أن يؤمن بالله ، وأن يخضع جميع أعماله ، وجوارحه ، وهواه لله - تبارك وتعالى - وأن يكون تابعاً لما جاءت به الشريعة الإسلامية³ ، ولا سبيل إلى إصلاح شيء من أمور الخلق ، الإصلاح التام إلا بالدين الإسلامي ، وإن النظم المخالفة له لا تستقيم بها أمور الدنيا والدين ، لأنه كله صلاح وإصلاح ، وكله دفع للشرور ، والأضرار وكله يدعو للخير ، والهدى ، ويحذر من الشر والردى ، وإن هلاك المشركين من الأمم السابقة وشقاءهم كان بسبب الشرك بالله - تعالى - الذي هو ضد الإيمان ، وهو باطل في الشرع ، فاسد في العقل⁴ ، وإن خيري الدنيا والآخرة في توحيد الله فهو العامل الأعظم لتفريج كربات الدنيا ، وانسراح القلب ، واطمئنان النفس⁵ ، ولفظ الإيمان يدخل فيه الإسلام والأعمال الصالحة كما⁶ ورد عن النبي - عليه الصلاة والسلام - في قوله : ((الإيمان بضع وستون شعبة ، أفضلها قول لا اله إلا الله ، وأدناها إمطة الأذى عن الطريق ، والحياء شعبة من الإيمان⁷)) الإيمان ، والإسلام ، والإحسان ، فالإيمان في القلب ، والإسلام والإحسان علانية⁸ .

2- الأعمال الموجبة من تمام الإيمان :

1 - لماذا يمزق القرآن 1 باب الوصية بقراءة القرآن وتدبره ج1 ص 15 علي المشحود وزارة الأوقاف السعودية
2 - منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية علي بهلول احمد ص85
3 - الإيمان وأثره في الأمن ص6
4 - الدين الصحيح يحل جميع المشاكل للعلامة السعودي دار المنهاج ص1،
5 - القول السديد شرح كتاب التوحيد عبد الرحمن السعدي ج1 ص20 1421 وزارة الأوقاف السعودية
6 - الإيمان لابن تيمية 11/2
7 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 30 كتاب الإيمان باب الحياء من الإيمان
8 - كتاب الإيمان لابن تيمية 11/2

المؤمن إنما يكون مؤمنا حقا ، إذا ارتكز اعتقاده على العمل الصالح¹ ، فالأعمال الصالحة من العبادات المحصلة للسعادة ، الواقية من السخط ، والعذاب ، والمسلم يبحث عن السعادة ويطلبها من حيث يرضي الله عز وجل من عبادات ، وأعمال صالحة² ، قال تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ ۖ

فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ۗ ﴾³ ، ومن خلالها يخبر المولى - عز وجل - عن فلاح من

تمسك بعهده علما وعملا في العاجلة بالحياة الطيبة ، ويبشره في الآخرة بالجزاء الحسن ، بالعلم النافع ، والعمل الصالح ، والذين عملوا الصالحات هم الذين عرفوا الحق وصدقوا به ، وعملوا بما علموه من الحق والدعوة إلى الله⁴ ، ويقول الحسن البصري رحمه الله : " هذا حبيب الله هذا ولي الله ، أسلم لله ، وعمل بطاعته ، ودعا الخلق إليه ، فهذا النوع أفضل أنواع الإنسان وأعلامهم درجة عند الله يوم القيامة⁵ " .

3- مجاهدة النفس في دفع الشهوات والخوض بها في الباطل :

ذم الله - عز وجل- الخوض بالباطل واتباع الشهوات ، وأخبر أن من كانت هذه حالته ، فقد حيط عمله في الدنيا ، وفي الآخرة هو من الخاسرين ، ونظير هذا قول أهل

النار وقد سئلوا : ﴿ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ ۚ ﴾⁶ ، كيف دخلوها⁷ ، قال- تعالى :

﴿ قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ ﴿٤٣﴾ وَلَمْ نَكُ نُطْعِمُ الْمَسْكِينِ ﴿٤٤﴾ وَكُنَّا نَخُوضُ مَعَ

1 - الإيمان لابن تيمية 2 / 179

2 - مجموع الفتاوي لابن تيمية 1 / 53

3 - سورة النحل -----الآية 97

4 - مفتاح دار السعادة لابن القيم 1 / 45

5 - رسالة ابن القيم ص20

6 - سورة المدثر -الآية 42

7 - مفتاح دار السعادة لابن القيم 1 / 40

الْحَافِظِينَ ﴿٤٥﴾ وَكُنَّا نُكَذِّبُ بِيَوْمِ الدِّينِ ﴿٤٦﴾¹ ، ومجاهدة النفس في دفع الشهوات

التي تحول بين العبد وكمال الطاعة ، وما توحيه شياطين الجن والإنس ، وهو ما يكون سببا في فساد العبد وشقائه في معاشه ومعاده كما في قوله تعالى :

﴿ كَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ كَانُوا أَشَدَّ مِنْكُمْ قُوَّةً وَأَكْثَرَ أَمْوَالًا وَأَوْلَادًا

فَأَسْتَمْتَعُوا بِخَلْقِهِمْ فَأَسْتَمْتَعْتُمْ بِخَلْقِكُمْ كَمَا اسْتَمْتَعَ الَّذِينَ مِنْ

قَبْلِكُمْ بِخَلْقِهِمْ وَخُضْتُمْ كَالَّذِي خَاضُوا أُولَئِكَ حِطَّتْ أَعْمَالُهُمْ

فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿٦١﴾² ، وهذا شأن

النفوس الساعية في نيل الشهوات ، والخوض بالباطل الذي لا يجدي إلا الضرر العاجل والآجل ، ويبتلي الله هذه النفوس بالشقاء والتعب في تحصيل مرادها وشهواتها³ .

4 - التوبة والاستغفار: الإنسان يذنب دائما فهو فقير مذنب ، وربّه يرحمه، ويغفر له وهو الغفور الرحيم⁴ ، فلولا رحمة الله وإحسانه ، لما وجد خير أصلا ، لا في الدنيا لا في الآخرة ، ولولا مغفرته لما وقى العبد شر ذنوبه ، وهو محتاج دائما إلى حصول النعمة ، ودفع الضرر ، والشر ، ولا تحصل النعمة إلا برحمته ، ولا يندفع الشر إلا بمعرفته لعبده المذنب المقر بذنبيه ، المستغيث ، التائب ، المستغفر من ذنوبه ، فيغفر له الله ، ويدفع عنه عذابه ، ولا يسلط عليه بذنوبه⁵

ويقول الغزالي في كتابه إحياء علوم الدين: " التوبة عبارة عن معنى ، ينتظم ، ويلتئم

1 - سورة المدثر - الأيتان 43-46

2 - سورة التوبة الآية 69

3 - مفتاح دار السعادة لابن القيم 1 / 40

4 - مجموع الفتاوى لابن تيمية 1 / 42 قاعدة في توحيد الله وإخلاص الوجه والعمل له

5 - مجموع الفتاوى لابن تيمية 1 / 55

من ثلاثة أمور مرتبة ، علم ، وحال ، وفعل ، فالعلم الأول ، والحال الثاني ، والفعل الثالث ، والأول موجب للثاني ، والثاني موجب للثالث ، أما العلم فهو معرفة ضرر الذنوب كونها حجابا بين العبد والمحبوب ، فينتج من هذه المعرفة ألم في القلب ، واسف وهذا يسمى ندماً ، حينها ينبعث ما يسمى بالإرادة ، والقصد على فعل له علاقة وهو ترك التوبة¹ " ، أي إذا أدرك العبد الضرر المترتب على مخالفته ، ومعصيته لخالقه ، وأن الذنوب سموم مهلكة ، وتمنع رضا الله ورحمته ، يثور نور الإيمان الذي بالقلب على نار المعاصي والذنوب ، وبالتوبة والاستغفار ينقشع الحجاب برحمة الله تعالى ، فالعلم ، والندم والقصد المتعلق بالترك في الحال والاستقبال هو معنى التوبة وليس الندم فقط² .

5- ملازمة الذكر، والتسبيح ، والدعاء :

أفضل الذكر ، لا اله إلا الله ، والتحميد ، والتهليل ، والتكبير، من منازل ومراتب الذكر العالية ، فهو توحيد لله ، وتقديس له دون غيره ، يبعد الشياطين ، ويريح القلب المهموم³ ، والحمد افضل الدعاء ، ومفتاح الكلام ، والتسبيح زكاة ، وتزكية ، والزكاة هنا هي طاعة الله عز وجل ، والإخلاص ، والتزكية طهارة للنفس ، من الكفر ، والذنوب⁴ ، وإن حقيقة العبد قلبه وروحه لا صلاح لها إلا بإلهها ، الله الذي لا اله إلا هو ، فلا تظمنن في الدنيا إلا بذكره ، وإن قررة العيون ، وسرور القلوب ، ولذات الأرواح في التوجه إلى الله ، والإنابة إليه ، وذكره ، والتوكل عليه ، والاستعانة به لكشف الضر ، ورفع الهم ، وبه تحيا القلوب⁵ ((مثل البيت الذي يذكر فيه الله ، والبيت الذي لا يذكر فيه الله ، مثل الحي والميت))⁶ ، والذكر والتسبيح آخر الليل ، وعند النوم ، وأوقات الأذان والإقامة ، وعند السجود لله ، وادبار

1 - ابو حامد الغزالي إحياء علوم الدين ج 4 / ص 5 ط 2 1431 هـ 2010 م دار الفجر القاهرة

2 - المصدر نفسه

3 - ابن تيمية قاعدة حسنة في الباقيات الصالحات ت محمد عبد المقصود ط 1 1422 هـ 2002 م مكتبة أضواء السلف الإسماعيلية

4 - المصدر نفسه

5 - مجموع الفتاوى لابن تيمية 1 / 25

6 - المصدر نفسه

الصلوات ، والاستغفار ، فإن من ذكر الله واستغفره ثم تاب إليه ، متعه متاعاً حسناً¹.

المداومة على قراءة القرآن : يقول ابن تيمية في فضل قراءة القرآن⁶
" القلب الحي المغذى بقراءة القرآن ، والذكر ، كفصل الربيع من السنة الذي تنزل فيه المطر ، وترتوي الأرض وتنبت العشب والزهر ، وتورق الأشجار وتزهو وتعطي الثمار " ، وفي الأثر (اللهم اجعل القرآن ربيع قلوبنا ، ونور صدورنا)²
وعن أبي موسى الأشعري - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن ، كمثل الأترجة طعمها طيب وريحها طيبة ومثل المؤمن الذي لا يقرأ القرآن كمثل التمرة طعمها طيب ولا ریح لها، ومثل المنافق الذي يقرأ القرآن كالريحانة ريحها طيب وطعمها مر ، ومثل المنافق الذي لا يقرأ القرآن كمثل الحنظلة طعمها مر ولا ریح لها³ ، وجعل - عليه الصلاة والسلام - الناس أربعة اثنان في كل قسم ، فأحدها فيه أهل الإيمان الذين يقرأون القرآن وهم خيار الناس ومعهم أهل الإيمان الذين لا يقرأون القرآن وهم دونهم وهؤلاء هم السعداء ، والقسم الآخر وهم المنافق الذين أوتوا القرآن بلا إيمان ، ومعهم من لم يؤت القرآن ولا الإيمان وهم الأشقياء ، والمعنى أن الإيمان ، والقرآن نور في قلب المؤمن ، وأنهما أصل كل خير في الدنيا⁴.

ويقول السيوطي : " قراءة القرآن تشرح الصدور ، وتنير القلوب ، ويتأمل القاري الأوامر والنواهي ، ويستبشر بآيات الرحمة والخير، ويستغيث بالرحمن إذا مر بآيات العذاب⁵ ، ويأتي الفرج ، فهو شفاء ورحمة ، ونور وهداية ، وتحضره الملائكة ، وتفر الشياطين ، وتنزل الرحمة والسكينة على جليس قارئ القرآن⁶ .
ويقول الرازي : " أهل القرآن هم اغنى الخلق ، ولا فقر بعده⁷ .

¹ - الكلم الطيب فصل في ذكر الله طرفي النهار ص21

² - رسالة ابن تيمية في امراض القلوب وشفاؤها ص7

³ - صحيح البخاري 5020 باب فضل القرآن على سائر الكلام ، السنن الكبرى للإمام النسائي 8981

⁴ - مفتاح دار السعادة لابن القيم 1 / 49

⁵ - الإتقان في علوم القرآن للسيوطي ص 127،

⁶ - حفظ القرآن وتعليمه 3 / 12 فضل تلاوة القرآن

⁷ - فضائل القرآن للرازي باب كل آية نور ص14

وخالصة ما ورد أن الله - عز وجل - جعل الإيمان به ، وتقواه ، وعبادته ، وذكره ، والأعمال الصالحة هي السبيل الوحيد للحصول على ولاية الله لعبده ، وهي أعلى مطلوب ، وعليها مدار السعادة في الدنيا والآخرة¹ .
والولاية هي القرب ، والمحبة ، والنصرة أي يحوطه بعنايته ، ورعايته ، ويحفظه ، ويكفيه ما يهمله ، ويصرف عنه الشرور والأفكار الخبيثة² .

المطلب الثاني

فيما يتعلق بالعبادات

أولا الطهارة : وقد تطرق البحث إليها في المطلب الثاني من المبحث الأول من هذا الفصل صفحة (58) ، وبيان تعريفها وبيان قسَميها المعنوية منها والحسية ، وكونها ضرورية بقسَميها لاكتمال الإيمان ، وحسن أداء العبادات ، وما يهـم هنا هي الطهارة الحسية التي يعبر عنها بلفظ الطهارة ، ويعبر عن القذارة بلفظ النجاسة³ ، و الطهارة في أصول الدين ، فأول خطوة في الدخول للدين الإسلامي هي الغسل أي الاستحمام (الطهور شطر الإيمان)⁴ وهي جزء من العبادات ، فلا صلاة إلا بوضوء ، أي التنزه عن كل ما هو ضار من نجاسة وأوساخ ، وإزالة التلوث بالكائنات الحية من ميكروبات وغيرها ومحو للخطايا ، و علو للمقام والدرجات طرد للشيطان ، وراحة للنفس : عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال: أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال: " ألا أدلكم على ما يمحو الله تعالى به الخطايا ويرفع به الدرجات ؟ قالوا : بلى يا رسول الله " قال : إسباغ الوضوء على المكاره ، وكثرة الخطا إلى المساجد ، وانتظار الصلاة بعد الصلاة فذلكم الرباط⁵ " ، وتكون الطهارة سلوكا منتظما للمسلم لمنع المرض ، وللشعور بالارتياح⁶ ، فقوام النفس طهارتها من

¹ - أثر الإيمان في تحصين الأمة ضد الأفكار الهدامة عبدالله الجربوع 138/1 ط1 1423هـ 2003م موقع مكتبة المدينة الرقمية

² - المصدر السابق

³ - الطب الوقائي في الإسلام / من صحة الأرواح إلى صحة الأجساد والبيئة ص5 سعيد صالح الحمدان / الدمام

⁴ - مختصر صحيح مسلم كتاب الوضوء باب فضل الوضوء 120 ص 32

⁵ - صحيح مسلم كتاب الوضوء باب فضل اسباغ الوضوء على المكاره 25 ص 34

⁶ - الطب الوقائي في الإسلام ص5

دنس الأوزار ، وآلامها لتفوز بالكرامات والسعادة الدنيوية والأخروية¹ فالنفس إذا كانت طاهرة زكية ، تتصف بالأخلاق الحميدة ، ينبغي الحفاظ عليها وحفظ صفاتها الحسنة ، وإذا كانت عليلة فهي عديمة الصفاء ، ينبغي أن يجلب لها الصفاء ، والاعتدال فلا بد من صفاء النفس والقلب من العلل ثم صفاء البدن ونقاؤه لاحقا مما قد يلحق به من عوارض وعلل تفقده صحته² ، والنظافة طاردة لكثير من العوارض المرضية ، وملازمة النظافة والطهارة والاستعداد للعبادة امتثالاً لما ورد في الحديث الشريف الذي يعظم أمر الطهارة ويصفها بشرط الإيمان تعود على المسلم بالشعور بالارتياح والسعادة ، لأنه على الصورة التي يحبها الله تعالى فيمحو بها عنه بعض ما يكدر صفوه³ .

ثانيا : الصلاة : تعد الصلاة طمأنينة للقلب ، وراحة للنفس ، ومخلصة لها من ما يكدر صفوها ، وتبعد المسلم عن السلوك السيء غير المرغوب فيه ، وكل عمل له أثر سيء ، وتقوي صلة العبد بربه ، وتعود عليه بالرضاء وغفران الذنوب⁴ ، وفي هذا يقول الإمام النووي : " إن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، وتمنع من المعاصي ، وتؤدي إلى الصواب ، وهي سبب لانشراح القلب ، ونور يستضاء به ، ومعينة على الشدائد ، وقضاء الحوائج "⁵ ، وإن كثرة النوافل سبب لتحصيل محبة الله والصلاة الخاشعة تساعد على تهدئة النفس وإزالة التوتر ، لأن المصلي وهو بين يدي الله - عز وجل - يستشعر عظمة الخالق المدبر لهذا الكون ، فيخرج منها وقد ألقى بكل همومه ، وترك أمر علاجها لرب رحيم⁶ ، وتقيد الحركات المستمرة المتتالية في الصلاة والتي تعتبر رياضة بدنية تحدث استرخاء وتزيل التوتر ، والاضطرابات⁷ .

1 - تصفية القلوب من ادران الأوزار والذنوب الإمام يحيى بن حمزة اليماني ت حسن مقبولي ص20 ط2 1412 هـ 1991 م مؤسسة

الكتب العلمية بيروت

2 - المصدر نفسه

3 - اكمال المعلم شرح صحيح مسلم كتاب الطهارة باب فضل الوضوء 3/ 2

4 - اركان الإسلام ص10،

5 - شرح النووي كتاب مسلم كتاب الطهارة والصلاة 4/14

6 - الصحة والطب باب عبادات ربانية / فوائد الصلاة الطبية ص3

7 - المصدر نفسه

ثالثا الزكاة : الزكاة قنطرة بين النار و بين الجنة ، من أدى زكاته قطع القنطرة¹ .
الزكاة فيها الإحسان إلى الناس ، وهي برهان الإيمان ، وفيها منافع للمعطي ،
وللمعطي له² ، فالمعطي تطهره من الذنوب ، و الأخلاق الرذيلة ، وقبح الشح ، وهي
من الحسنات اللاتي يذهبن السيئات ، ويوصف المعطي بين الناس بالرحمة ،
والإحسان ، والشفقة على الخلق ، وتطهر المال من الأوساخ ، والآفات ، فإن
للأموال آفات مثل آفات البدن ، ومن أعظم الآفات الأموال المحرمة ، فهي مثل
الجرب تسحته ، وتحل به النكبات ، وتطهير الأموال بالزكاة يبعد عنها تلك الآفات ،
وتنميتها ، وتكثرها بحلول البركة وترقى بالأخلاق الى المكارم .

والمعطي له تسد له حاجاته ، وتدفع عدائية الفقر ، فإن الفقراء إذا لم يعطوا الزكاة
تولدت فيهم مشاعر الكراهية ، والبغض لأصحاب الأموال ، فيكون دفع الزكاة لهم
تطمينا ، وجبرا لخواطرم وتسكينا لقلوبهم ، فلا يكون التباغض بينهم والحد³ ،
ومنع الزكاة يحبس المطر⁴ ، ويهدم النظام الاقتصادي ، ويحدث فوارق بين
المسلمين ، ويقطع الصلات بين الأغنياء والفقراء ، فشح الغني بماله ، وحقد الفقير
بقلبه ، فمن أدى زكاة ماله ذهب عنه شره ، وبرئ من الشح⁵ ، وينقى ، وينمو مال
الغني إذا أنفق منه على المحتاج ، ويتطهر قلب الفقير من الحقد ، والحسد على هذا
الغني فيما أعطاه الله ، فإذا أخذ الزكاة يطيب قلبه ، ويدعو له بالخير ، والزيادة ،
ويولد بينهما الحب مكان الحقد ، ويعيش الجميع في أمان ، فهي نظام اقتصادي
اجتماعي يضمن الرخاء والسعادة للفرد ، والمجتمع⁶ .

رابعا الصوم : الصوم طاعة لله تعالى ، يثاب عليها المؤمن ثوابا مفتوحا لا حدود له
لأنه لله سبحانه وتعالى ، وكرم الله واسع ، و ينال الصائم بصومه رضوان الله عليه
ويغمره برحمته ، والصوم كفارة للذنوب من عام لآخر ، ويستقيم الأمر بطاعة الله ،

1 - تفسير القرآن عبدالرزاق الصنعاني 61/3

2 - تفسير اللطيف المنان في خلاصة تفسير الأحكام الزكاة و ما في إخراجها من فوائد 138/ 1 عبد الرحمن السعدي ط1 1422
وزارة الأوقاف السعودية

3 - المصدر نفسه

4 - إتحاف الخبرة المهرة كتاب الزكاة 3 / 5 احمد بن أبي بكر البوصيري

5 - كنز المال علي بن حسام المتقي الهندي 6 / 449 ط1 1989 مؤسسة الرسالة بيروت

6 - أثر الزكاة والصدقة في المجتمع الإسلامي شرح الأربعين النووية 14 / 4 عطية بن محمد منزلة الزكاة في الإسلام

فالصوم يحقق التقوى في نفس الصائم ويعينه على مقاومة الأهواء ، ونزعات الشيطان ، ويقوي الإرادة ، ويساعد على صفاء الذهن ، واتقاد الفكر ، وينمي العاطفة ، والرحمة ، والأخوة ، والتعاون ، والتضامن بين المسلمين ، وتتقوى الروابط الاجتماعية عند المسلمين¹.

و من فوائد الصيام شعور الصائمين بأنهم أمة واحدة ، يأكلون في وقت واحد، ويشعر الغني بالفقير ، ويغلق مزلق الشيطان لابن آدم ، وبه تتقوى الأواصر بين أفراد المجتمع²

و غاية الصيام العظمى هي تقوى الله - تعالى - الذي يجود على عباده الصائمين بالرضاء ، وغفران الزلات ، ومضاعفة الحسنات ، وتكون فيه الألفة بين الصائمين ، والجود والكرم ، وتتطهر النفوس من الأخلاق السيئة ، وتعود لأصلها الطاهر ، وتتخلص من سلطان الشيطان³.

خامسا الحج : الحج كباقي العبادات ينظم سلوك المسلم ، ويعوده على الانضباط ، والصبر ، ولباس الإحرام يرقق القلب ، ويبعد الكبر ، والزينة ، والترفع ، وهو عبادة بدنية مالية ، يؤدي فيها الحاج الشكر لله المتفضل عليه بالنعمتين ، وتواجهه بالبقاع المقدسة يذكره بماضي الإسلام التليد ، وجهاد الرسول عليه الصلاة والسلام ، والصحابة ، والسلف الصالح وأفضالهم على الأمة ، مما يحدث في نفسه الاعتزاز بذلك الماضي الرائع ، ووجوده مع جماعة المسلمين يحقق الوحدة والألفة ، والحب ، والتعاون ، والمساواة ، والترابط بين حجاج العالم الإسلامي كله⁴.

وفي الحج يلبس الحاج لباس الإحرام متجرداً من كل زينة ، تاركاً كل أسباب الترف ، والكبرياء فيتقوى إيمانه ، وتذوب الفوارق بين الحجاج ليحل بدلها الحب ، والود ، والتناصح ، ومحو الذنوب ، والراحة النفسية ، وفرح الحاج بحجه وعمرته⁵.

1 - الفقه الإسلامي وأدلته 3/3 وهبة الرحيلي فوائد الصيام ط4 دار الفكر دمشق

2 - فوائد الصيام وأدابه 2/ 220 لابن عثيمين ت محمد المسند

3 - فوائد الصيام وحكمه العظيمة عبد الرحمن احمد الحنبلي

4 - الفقه الاسلامي و أدلته وهبة الرحيلي 3 / 403 دار الفكر دمشق

5 - المصدر نفسه .

والحج والعمرة سببان في الغنى وبسط الرزق ، وفيهما وحدة القصد ، والهدف ، ووحدة المشاعر والقلوب ، والاجتماع على الخير ، والتناصح ، واقتفاء آثار الأنبياء والمرسلين لشحن الهمم ، وزيادة الإيمان في النفوس ، وترك المعاصي ، وينعمون بلذة العيش براحة وأمان في بيت الله الحرام¹.

وهكذا فإن كل العبادات سواء المفروضة منها أو السنن ، والنوافل إذا كانت خالصة لوجه الله ، خالية من الشرك والرياء ، مبنية على العقيدة الصحيحة ، فإنها تنعكس على المسلم بالأمن النفسي ، والطمأنينة على المستوى الشخصي ، وبالوئام الاجتماعي ، رحمة ، وكرما من الله عز وجل بعباده الطائعين .

المطلب الثالث

فيما يتعلق بالمعاملات بين المسلمين

يرى علماء الأمة أن المعاملات بين المسلمين وفقا للشريعة الإسلامية مبنية على أحسن قيم الخير، والأخلاق ، والمبادئ السامية التي تضمن راحتهم وسعادتهم في كل جوانب الحياة، من حب ، وتعاون ، وصدق ، وإيثار ، ودفع للضرر ، والشر ، والفساد، وكل ما يمكن أن يحقق السعادة ، فلا يكون بينهم جائع ، أو مظلوم ، أو محروم من أي حق من حقوق الإنسانية في إطار الشريعة الغراء، بل بالعكس جانب المعاملات في الدين الإسلامي يكفل للفرد والمجتمع الحياة الآمنة السعيدة التي أساسها الأخلاق الحميدة ، وفي هذا يقول المصطفى - عليه الصلاة والسلام- ((بعثت لأتمم صالح الأخلاق))² ، وعلى هذا فإن آداب الإسلام المتضمنة مكارم الأخلاق هي الغاية الأخرى من بعثة النبي- عليه الصلاة والسلام - بعد توحيد الله ، وعبادته دون غيره³.

¹ - فتاوى لمجموعة من العلماء ت عبد الله الفقيه الشبكة الإسلامية

² - مسند أحمد 9187 سبق تخريجه ص 69

³ - آداب الإسلام عبد الظاهر عبد الله علي 4/1

وقبل أن يؤدب أمته بآداب الإسلام ، كان الله - عز وجل - قد أدبه ، وهياه ليكون لهم القدوة الحسنة، والأسوة الطيبة¹، وبهذا تكون آداب الإسلام قد تمثلت في أدب رسول الله - صلى الله عليه وسلم - في الطراز الأول ، والنمط العالي ، والمثل الأعلى لكل مسلم يجب أن يتخلق بأخلاقه ، ويعمل وفق عمله² .

وقد بين علماء الأمة أن مكارم الأخلاق التي تتم وفقها المعاملات بين المسلمين التي جاءت بها الشريعة الإسلامية والتي بينها القرآن الكريم ، والسنة النبوية الشريفة تتمثل في النوايا ، والأقوال ، والأفعال، من بيع وشراء ، وأخذ ، وعطاء ، في الحرب ، والسلم وكيف يعامل المسلم والديه ، وجيرانه ، وأقاربه ، والضيف ، والمريض، واليتامى ، والفقراء، وكل الناس مسلمين أم غير ذلك³ ، وفي حديث المصطفى- صلى الله عليه وسلم- " الإيمان بضع وستون شعبة، فأفضلها قول لا إله إلا الله ، و أدناها إمطة الأذى عن الطريق ،والحياء شعبة من الإيمان⁴ "، يبين أن الإيمان يتضمن الأخلاق إلى جانب التوحيد ، وأن الحياء من خلق الإسلام ، وإن تزكية النفس ، وتقويم الأخلاق ، وتهذيب الأعمال من كمال الإيمان⁵، إن للمعاملات بين المسلمين التي جوهرها، وأساسها مكارم الأخلاق أهمية كبرى في المجتمع ، فهي تجعل المسلم جزءاً لا يتجزأ في جسد واحد مع باقي المسلمين ، يتخذ من الدنيا مطية للأخرة ، وسبيلاً للسعادة في الدارين، وإن فقدانها يؤدي إلى مختلف الأمراض، والعلل النفسية، والجسدية، والاجتماعية ، والاقتصادية ، وحتى السياسية⁶، وإذا خلت المعاملات بين أفراد المجتمع من مكارم الأخلاق ،ارتكسوا في حمأة الفساد ، والفوضى ، وتصير الحياة يسودها الخوف ،والعدوانية، والتباغض بدل الحب ، والتعاون، والنظام المبني على العدل وحسن الخلق، ويوم مكن الله عز وجل للأمة ، لم يكن النصر لسيوفهم بقدر ما كان لعقيدهم وحسن أخلاقهم⁷ ، ومن مكارم الأخلاق

1 -- آداب الإسلام 4/1

2 - المصدر نفسه

3 - المصدر نفسه

4 - مختصر صحيح مسلم باب الحياء من الإيمان 30 سيق تخريجه

5 - الأخلاق والتزكية عبد الكريم الحمداوي ص6 ط1 1425 طرابلس الغرب

6 - المصدر نفسه

7 - المصدر نفسه ص8

الأخوة ، وهي رابطة نفسية¹ تورث الشعور العميق بالعاطفة ، والمحبة ، والاحترام بين كل من تربطهم أواصر العقيدة الإسلامية ، وركائز الإيمان القوي ، فهذا الشعور الأخوي الصادق يولد في نفس المسلم ما يمكنه من اتخاذ مواقف إيجابية تجاه الغير مثل التعاون ، والرحمة ، والآداب النافعة التي تبقي الود ، وتحسن العشرة ، و العفو والصفح ، ومقابلة الإساءة بالإحسان²، والابتعاد عن كل ما يضر بالغير في أنفسهم ، وأموالهم ، وأعراضهم³، قال تعالى : ﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ ﴾⁴ ، والعدل وعدم

الظلم أيضاً من مكارم الأخلاق في التعامل بين المسلمين ، وفي الحديث القدسي عن رب العالمين أنه قال: ((يا عبادي إني حرمت الظلم على نفسي ، وجعلته بينكم محرماً فلا تظالموا))⁵ ، يقول ابن تيمية : " هذا يجمع الدين كله ، فإن كل ما نهى الله عنه راجع إلى الظلم ، وكل ما أمر به راجع إلى العدل "⁶ ، أي أن كل خير داخل في العدل ، وكل شر داخل في الظلم ، والمقصود أن يقوم الناس بالقسط مع التوحيد الذي هو أصل الدين وهو أعظم العدل ، وضده الشرك الذي هو أعظم الظلم ، وإن الظلم ثلاثة دواوين : ديوان لا يغفر الله منه شيئاً وهو الشرك ، وديوان لا يترك الله منه شيئاً وهو ظلم العباد بعضهم بعضاً ، فإن الله ينصف المظلوم من الظالم ، وديوان لا يعبا الله به شيئاً وهو ظلم العبد لنفسه فيما بينه وبين ربه ، أي أن مغفرة هذا الضرب ممكنة ، فإن شاء عذبه ، وإن شاء غفر له ، وبهذا فإن العدل واجب في كل شيء ، والظلم محرّم في كل شيء ، فلا يظلم المسلم بل يعدل⁷ .

ومما تبنى عليه المعاملات بين المسلمين الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، أي ما تعرفه القلوب والعقول ، وما تنكره القلوب والعقول ، وهما وعاءان للعبادات الإسلامية ، أي لا تكاد تخرج عنهما رحمة من الله ، ولطفاً، ولئن كان المعروف هو

1 - الأخوة الإسلامية وأثارها عبد الله بن جار الله ص2

2 - الأنوار الساطعة 3 عبد العزيز السلطان 1 / 123

3 - الأخوة الإسلامية

4 - سورة الحجرات - الآية 10

5 - مختصر صحيح مسلم للمنذري كتاب الظلم باب تحريم الظلم 1828 ص 366

6 - الفتاوى الكبرى لابن تيمية كتاب السنة والبدعة فصل قوله تعالى (وجعلته بينكم محرماً) 1 / 89

7 - المصدر نفسه

المقبول اجتماعياً ودينياً لكونه موافقاً للعادة والعبادة ، شاملاً لكل ما تعارف عليه الناس من الفضائل ، والمعاملات التي لا تضر المجتمع ، ولا تعارض الدين ، فإن والمنكر ما لا يقبل اجتماعياً ولا دينياً ، وبهذا المعروف ، وهذا المنكر الذي يعرفه القلب والعقل ، أرشدت الشريعة السمحة الغراء ، لمصلحة المجتمع ، ومعاشات الناس التمييز بين النافع والضار من التصرفات¹

والقصد من أن تتضمن الشريعة مكارم الأخلاق في المعاملات هو صلاح الأمة ، وحفظ نظامها ، ودوامه² .

¹ - الأخلاق والتزكية ص9 عبد الكريم الحمداوي
² - التحرير والتنوير 1 / 40

الفصل الثاني: الصحة الوقائية البدنية

(حفظ البدن من الأسقام والعلل)

ويضم ثلاثة مباحث

المبحث الأول :

أدلة الصحة الوقائية البدنية من القرآن الكريم

وينقسم إلى ثلاثة مطالب كما يلي :

المطلب الأول

حفظ النفس البشرية من مقاصد الشريعة الإسلامية

إن من المقاصد الكبرى في الشريعة الإسلامية بعد حفظ الدين ، هو حفظ النفس¹ من الهلاك ، والزوال ، ومن كل اذى قد يلحق بها.

الإنسان الكائن الحي الأفضل من بين مخلوقات الله تعالى، وجد في هذا الكون لعبادة

الله وحده كما ورد عن - المولى عز وجل - في قوله : ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ

وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾^{٥٦} ، ولعمارة الأرض ، واستخلافها قال - تعالى :

﴿ ثُمَّ جَعَلْنَاكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ مِنْ بَعْدِهِمْ لِنَنْظُرَ كَيْفَ تَعْمَلُونَ ﴾^{١٤} ،³

ولكي يؤدي ما كلف به من وظائف ، ومهام ، يتطلب الأمر أن يكون قادرا على تأدية تلك المهام ، لذلك أوجده الخالق سبحانه وتعالى بهيئة ، وبدنٍ يلائم العيش في هذا الكون ، ولينجز ما أوكل إليه بكفاءة ، وبالصورة التي خلق عليها بقوله تعالى :

¹ - الكليات الأساسية للشريعة الإسلامية ص53 أحمد الريسوني ط1/ 2013 دار الكلمة للنشر القاهرة

² - سورة الذاريات -- الآية 56

³ - سورة يونس -- 14

﴿ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوِّكَ فَعَدَلَكَ ﴾¹ ، وينبغي المحافظة على هذه الهيئة ،

وهذا البدن من الهلاك² ، ولم تغفل الشريعة الإسلامية الغراء هذا الأمر ، فجعلت حفظ النفس البشرية من الكليات الكبرى ، وللنسل حق الحياة والحفظ ، وجعلت من لوازمه وأحكامه المشتركة ، تحريم القتل ، و تحريم المساعدة عليه ، وتحريم العدوان وفرض العقوبات الزاجرة والتي منها : .

1- تحريم الانتحار وإزهاق الروح :

على المسلم أن يحافظ على نفسه ، وبدنه ، ولا يستعجل اجله ويزهق روحه ، ويطلب الموت ، ويستعجل الخروج من الدنيا لأي سبب كان قال- تعالى : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا

أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴾³ ، وقد نهى عن ذلك الخالق - سبحانه

وتعالى - وحرمه لأن فيه اضطراباً للنفس ، وعدم الرضا بما قسم الله ، والشك في حكمة الأحكام الشرعية⁴ ، وقال ابن مسعود - رضي الله عنه - " الانتحار واستعجال الأجل محرم لأن فيه هلاك الإنسان الذي أصابه اليأس والقنوط من رحمة الله ، وسوء الظن به"⁵ ، والمؤمن قادر على احياء نفسه بما أحله الله له⁶ .

أي أن الخالق أودع هذا الجسم والبدن أمانة لدى المخلوق لا يحق له الإساءة أو إلحاق الضرر بهذه الأمانة لأن الخالق وحده من له حق التصرف في مخلوقه ، ومن حرصه على سلامته أن رفع عنه المشقة في كثير من فروع العبادة التي يمكن أن تلحق الضرر به في حال أدائها للتيسير عليه .

1 - سورة الانفطار -7

2 - الكليات الأساسية للشريعة الإسلامية احمد الريسوني ص53

3 - سورة النساء - الآية 29

4 - التحرير و التنوير لابن عاشور 5 / 30 ط التونسية 1997م دار سحنون للنشر والتوزيع تونس

5 - تفسير ابن كثير 2 / 279

6 - أ ضواء البيان في ايضاح القرآن بالقرآن 104/3

2- التيسير في التكاليف والرخص في العبادة :

من مقاصد الشريعة السماح بالتيسير في العبادة ، قال تعالى : ﴿ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ

نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ¹ ، وهو ما تعارف عليه بالرخص ، وهي الإباحة للمضطر ،

شرط أن يكون غير متجانف لإثم ، أبيع له شرعا ترك أحد التكاليف ، أو تأجيلها مثل الصلاة ، أو الصوم ، أو إباحة ما حرم عنه ، كأكل الميتة ، أو شرب الخمر لإنقاذ نفسه من الخطر ، وفي حال عدم استفادته من الرخص ، وامتناعه عنها ، وصار إلى الهلاك ، والموت ، اعتبر عند العلماء عاصيا لله ، قاتلا لنفسه ، لأن امتناعه عن أكل الميتة مثلا عند الضرورة ، كامتناعه ، وتركه لأكل الخبز ، وشرب الماء ² ، أي أن من امتنع من المباح حتى مات ، كان قاتلا لنفسه ، متلفا لها عند جميع أهل العلم ، ولا يختلف عندهم هذا الحكم للعاصي ، أو للمطيع ³ ، وللعاصي الذي ترك الرخصة عند الضرورة وهلك ، ضربان من المعصية ، خروجه عن الطاعة ، وجنابته على نفسه

بهلاكها ⁴ ، قال- تعالى : ﴿ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ⁵﴾

أي أن الرخصة قد تكون واجبة للمضطر ، كأكل الميتة عند الخوف من الهلاك بسبب الجوع ، وعدم وجود ما يسد رمقه من غير المذكور ، لو لم يأكل منها لإنقاذ نفسه ، كان عاصيا بتركه الأكل ، وهلاكه ⁶ ، وكذلك شرب الخمر للمطيع المضطر ، يشرب منها مقدار ما يسد به رمقه ، أو يبلع به ما كان صعبا بلعه بالقليل الذي لا يذهب العقل

1 - سورة البقرة --286

2 - من أحكام القرآن للجصاص ت محمد قماوي 1/ 157 ط1 / 1415 هـ 1994 دار احياء التراث بيروت

3 - المصدر نفسه 1/ 159

4 - المصدر نفسه 1 / 305

5 - سورة البقرة --الآية 195

6 - أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن محمد الأمين الشنقيطي 3 / 104

والإباحة فيما ورد في المحرمات مقدار ما يذهب الخطر فقط ، وما يسد به الرمق ،
ويزيل الخطر¹ ، أي أن الحفاظ على الروح ، والجسد على أفضل حال ، أمر تبنته
الشريعة الغراء ، ومن مقاصدها الكبرى ليحقق الغاية من وجود الإنسان في الكون ،
عبادة الله وحده ، وعماراة الأرض .

3- تحريم قتل الأولاد والوآد والإجهاض :

إن إرادة الله الخالق - عز وجل - إذا اقتضت أمرا ، لا يجوز للمخلوق نقضها ، فإذا
أراد- سبحانه وتعالى- خلق إنسان على هذه البسيطة ، فهو وحده - جل في علاه-
المتصرف في أجله ، ورزقه ، ولهذا فإن قتل الأولاد بعد الولادة ، أو الإجهاض قبلها
خوفا من الفقر ، أو العار حرام ، قال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِّنْ إِمْلَاقٍ ^ط

نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ ^ط

وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَلِكُمْ وَصَّكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ ^ط

تَعْقِلُونَ ^ط ² ، وقال أيضا : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ^ط

إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْئًا كَبِيرًا ^ط ³ جاء التحريم في الآية الأولى التي وردت

في سورة الأنعام ، بصيغة النهي ، عن قتل الأولاد من إملاق ، أي من الفقر الواقع
على الأسرة ، أما التحريم الوارد أيضا بصيغة النهي في سورة الإسراء من خشية
الإملاق ، أي من خشية الفقر المحتمل⁴ .

والنهي الوارد هنا يشمل قتل الأطفال بعد الولادة وهو الوآد ، وقتل الأولاد قبل
الولادة في حالة الحمل وهم أجنة في بطون أمهاتهم، وهو الإجهاض ، ويشمل العزل

¹ - من أحكام القرآن للجصاص 1/ 160

² - سورة الأنعام -- الآية 151

³ - سورة الإسراء --- الآية 31

⁴ - تفسير الشيخ شعراوي 2044

أيضا ، أي منع النسل من أصله ، وهو الواد الخفي، وكل هذه الصور (العزل ، والإجهاض ، والواد) هو قتل ، وهو وزرٌ عظيمٌ ، وفعل قبيح¹ ، ومعصية الله الذي خلقهم ، وتكفل برزقهم ، ومحاربة لإرادة الله ، ومعاندة وتحد² ، والأرض لم تضق بسكانها ، وهي واسعة وبها الخير الكثير .

4- تحريم القتل في العموم إلا بالحق

وكما يحرم على الإنسان قتل نفسه أو أولاده بل يحافظ عليها ، يحرم عليه أيضا قتل الآخرين، بل المحافظة على سلامة أرواحهم، وأبدانهم³ كما جاء في قوله - تعالى :

﴿ قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبِّيَ عَلَيْكُمْ أَن تَشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ

إِحْسَانًا وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِمَّنْ إِمْلَقَ تَحْنُ نَزُّقُكُمْ وَإِيَاهُمْ وَلَا تَقْرَبُوا

الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ

ذَلِكَ وَصَّكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿١٥١﴾⁴ ، الإسلام ينظر إلى وجود الإنسان على أنه

بناه الله ، فلا يحق لأحد أن يهدمه إلا بالحق كما أمر المولى- عز وجل - بقوله :

﴿ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ﴾⁵ ، و إن دم المسلم معصوم ، ومن

يتعدى على نفس واحدة فكأنما اعتدى على الناس جميعا ، قال تعالى : ﴿ مَنْ قَتَلَ

نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا

1 - تفسير اللباب لابن عادل ابو حفص الحنبلي 2261

2 - زهرة التفاسير محمد أبو زهرة 4374 دار الفكر العربي

3 - التحرير والتنوير لابن عاشور 6/ 30

4 - سورة الأنعام ---151

5 - سورة الإسراء --الآية 33

فَكَأَنَّهُمْ أَحْيَاءُ النَّاسِ جَمِيعًا ﴿١﴾ ، ويقول ابن جرير : " قتل النفس التي حرم الله

بغير حقها من الكبائر "2، وعن ابن عباس - رضي الله عنه - قال : " أن كل ما نهى الله عنه كبيرة ، وكل شيء عُصِيَ الله فيه فهو كبيرة "3 ، وفي العموم فإن القتل بغير حق محرم شرعا كما ورد في النصوص السابقة من كلام الله- تعالى - في مختلف

المواقع ، قال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴾ ﴿٢٩﴾ 4

في سورة النساء ، وقال أيضاً : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ ﴾ 5 في سورتى الأنعام ،

والإسراء ، وقال : ﴿ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ﴾ 6 في

سورتى الأنعام و الإسراء أيضاً ، وجعل المسلمين في لفظ (انفسكم بعضهم بعضا) كنفسٍ واحدةٍ لاتحاد دينهم7 ، أي لا تزهقوا أرواح بعضهم بعضاً8 ، وحماية النفس في كل الآيات الدالة على أنها من مقاصد الشريعة الغراء تضمن سلامة البدن ضمناً لأنه الوعاء الحاوي لها ، ولتحقيق هذا المقصد تضمنت أحكاماً رادعة في حال التعدي عليها.

5- القصاص من الجاني :

بما أن الحفاظ على النفس البشرية ، وكيانها من مقاصد الشريعة الإسلامية الغراء فلا بد من أن يكون هناك أسلوب يحقق هذا الهدف ، وهو تحريم التعدي عليها

1 - سورة المائدة -- 32

2 - تفسير ابن كثير 2 / 283

3 - المصدر نفسه

4 - سورة النساء -- الآية 29

5 - سورة الإسراء -- الآية 31

6 - سورة الأنعام -- الآية 151

7 - تفسير العز بن عبد السلام 201

8 - أيسر التفاسير 2 / 98

والقصاص ممن يفعل ذلك لضمان سلامة الخلائق ، وفي ذلك يقول المولى -عز

وجل: - ﴿ وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَوةٌ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾ ¹ .

وضعت الشريعة الغراء ضوابط ، وزواج رادعة لمن يعتدي على هذه الأمانة ،

ويحاول هدمها بالقتل ، وإزهاق الروح ، قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ

عَلَيْكُمْ الْقِصَاصُ فِي الْقَتْلِ ^ط الْحَرْ بِالْحَرْ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ وَالْأُنْثَى بِالْأُنْثَى ﴾ ² ، وقال أيضاً:

﴿ وَكُنَّا عَلَيْهِمْ فِيهَا أَنْ النَّفْسَ بِالنَّفْسِ وَالْعَيْنَ بِالْعَيْنِ وَالْأَنْفَ بِالْأَنْفِ

وَالْأُذُنَ بِالْأُذُنِ وَالسِّنَّ بِالسِّنِّ وَالْجُرُوحَ قِصَاصٌ ﴾ ³ ، وجوب القصاص على

المؤمنين في جميع القتل ، والقصاص هو أن يفعل بالجاني مثلما فعل ⁴ ، أي أن

القصاص على القاتل لولي من قتل ، وبيان كيفية التنفيذ ، فالحر بالحر ، والعبد بالعبد

والأنثى بالأنثى ، ويكون مفروضاً على الحاكم بتنفيذه ، والولي مخير بين القصاص

وبين العفو ، هذا في عموم القتل العمد ، وكذلك العقوبة ، فعاقبوا بمثل ما عوقبتم به

في الجراحات ، وما دون القتل ⁵ ، والقصاص من هدي القرآن للتي هي أقوم ⁶ ،

فالإنسان إذا غضب ، وهم بأن يقتل فتذكر بأن قتله يقتل به ، خاف العاقبة وترك القتل

فحيي ذلك الذي يريد قتله ، وحيي هو لأنه عدل عن القتل ، ليقتل قصاصاً ، إذا

القصاص رادع عن التعدي على أرواح الناس ، وأبدانهم بتبني الشريعة الغراء

¹ - سورة البقرة - الآية 179

² - سورة البقرة -- 178

³ - سورة المائدة --- 45

⁴ - أحكام القرآن للقصاص 1 / 165

⁵ - المصدر نفسه 1 / 167

⁶ - أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن 18 / 58

للحدود ، والقصاص سواء في القتل أو قطع اليد ، أو الجلد ، أو الرجم¹ ، و إن المولى- عز وجل - ألزم كل مذنب ذنبه ، ولم يجعل جرم أحد على غيره² .

6- قيمة الإنسان في القرآن :

قضى القرآن الكريم أن يكون حفظ النفس البشرية من المقاصد الكبرى للشريعة الإسلامية الغراء وبين ضوابط حفظها كما خلقها الخالق - سبحانه وتعالى - دون المساس بأي من الروح ، أو البدن ، أو إلحاق اي ضرر مادي، أو معنوي .

ويدل هذا على علو قيمة الانسان عند خالقه - سبحانه وتعالى- الذي جاء عنه في

سورة الإسراء قوله تعالى : ﴿ وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْوَبْرِ وَالْبَحْرِ

وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا ﴾³ ،

والمنظومة القيمية تبدأ من وحدة الأصل الإنساني⁴ ، ومنطلق التكريم الإلهي الذي يتمثل في أن جعل خلقه في أفضل صورة متميزا عن باقي الأمم والخلائق الأخرى ، قوامهم ، وعقلهم ، وإدراكهم ، وأكلهم الطعام بأيديهم ، وغيرهم يأكل بفمه ، وأنعم عليهم بما لا يحصى من النعم ، وجعل منهم خير أمة أخرجت للناس⁵ .

المطلب الثاني

أمر، وسلوكيات نهى الله عنها

بعد بيان أن حفظ النفس البشرية من المقاصد الكبرى للشريعة الإسلامية ، وتحريم الاعتداء عليها ، والحاق الضرر بها من أي كان يأتي الدور لبيان أن المولى

1 - أضواء البيان في توضيح القرآن بالقرآن 18 / 59

2 - أحكام القرآن للشافعي ت عبد الغني عبد الخالق 1/ 272 ط 1 / 1400 هـ دار الكتب العلمية بيروت

3 - سورة الإسراء -- الآية 70

4 - الخلاصة في فقه الأفتيات علي بن نايف الشحوذ 1 / 293

5 - تفسير العز بن عبد السلام 599 ط 1 / 1416 هـ / 1996 م ت عبد الله بن إبراهيم الوهبي دار ابن حزم بيروت

- عز وجل- حرم على الإنسان نفسه كل ما يكون سببا في اعتلال جسمه ، ومرضه ، كبعض الممارسات ، والعادات ، وتناوله لبعض أنواع الأكل ، والشرب كما يلي :

1- تحريم بعض المطعومات ، والمشروبات :

قد يتسبب بعض مما يتناوله الإنسان في إصابته ببعض الأمراض لخبثها وفسادها ، أو لكونها مرت بظروف تسببت في فسادها ، وجاء ذلك واضحا من صيغة

النهي والتحريم في كلام الله - عز وجل- مثل قوله تعالى ، ﴿ إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ

الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ ﴾¹ ، ﴿ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنزِيرِ وَمَا

أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ ﴾² ، أي

أن كل ما فارقتة الحياة من دواب البر والطيور بغير ذكاة ، وإراقة الدم ، بأن مات حتف أنفه ، أو بسبب سقوط من علو وضرب ، وغيرها ، ولم يذكر اسم الله عليه ،

وكذلك الدم المسكوب الخارج من الحيوان³، فكله محرم ، قال تعالى : ﴿ إِنَّمَا حَرَّمَ

عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ ﴾⁴، أي أن المحرمات من المطعومات على

ثلاثة أوجه⁵ :

1- ما قتل من الأنعام التي تؤكل إذا ذبحت وأريق دمها خارجا من بدنها ، ولكن عدم

ذبحها وموتها بسبب الاختناق ، أو السقوط من أعلى ، وبقي الدم محتقنا بها .

2- لحم الخنزير البري ، أو الأهلي ، سواء ذكاة وأريق دمه، أو لم يذبح .

3- الدم المسفوح ، أي الخارج من بدن الحيوان عند ذكاته.

1 - سورة البقرة --الآية173

2 - سورة المائدة -الآية 3

3 - تفسير سورة المائدة العز بن عبد السلام ص 245

4 - سورة النحل --115

5 - تفسير ابن كثير ت سامي سلامة 3 / 14 ط 2 1420 هـ 1999م دار طيبة للنشر والتوزيع

وحرمت لما فيها من مضرة على العباد في دينهم ، ودنياهم¹ ، لما تسببه من أضرار لجسم الآكل منها ، بسبب خبث لحمها الذي لم يذك ويطهر بذبحها ، وإخراج دمها منها لاحتوائه على الكثير من الأمراض ، قال تعالى : ﴿ قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ

مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ

رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا ۚ ﴾² وصف الله - تعالى - في هذه الآية أن الأصناف المذكورة ،

بأنها رفس³ أي خبائث ، فالحيوان الميت بغير ذبح بقي دمه داخله ، ولم يستفرغ منه وإذا أريق فإنه نجس لاحتمال نقل الأمراض إذا شرب منه ، والخنزير حيوان مستقدر ، يعيش وسط الأقدار ، ويأكل كل ما هو قدر ، فكله قدر .

وقد نهى المولى - عز وجل - عن بعض المشروبات وحرم شربها ، مثل الدم الذي ورد ذكره في الآيات السابقة ، وبيان علة تحريمه ، والضرر الناتج من شربه ، وكذلك ورد في القرآن تحريم الخمر على المسلمين ، في قوله - تعالى : ﴿

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنْفَعٌ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا

أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا ۚ ﴾⁴ ، الخمر تخمر العقل ، وتخالطه ، وهو مائع نجس كالدم ،

والبول ، وسائر النجاسات الأخرى⁵ ، قال تعالى : ﴿ يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ

1 - تفسير ابن كثير 3 / 322

2 - سورة الأنعام ----145

3 - تفسير ابن كثير 3 / 353

4 - سورة البقرة ----215

5 - الجامع لأحكام القرآن القرطبي 3 / 220

وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَأَجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿١﴾

جميع الأشربة التي تسكر، قذرة ، نجسة تعافها العقول ، وخبث مستقذر من تزيين الشيطان ، يجب تركه ، و الابتعاد عنها لقتارتها ، و افسادها للجسم ، والعقل الذي تخمره ، وتفسده ، وتجعل شاربها يقدم على ما يضره ، ويهلكه²

2- تحريم العلاقات الجنسية خارج الزواج :

حرمت الشريعة الإسلامية السماح كل أشكال العلاقات الجنسية التي قد تحصل خارج إطار الحياة الزوجية كالاتي :

أ - تحريم الزنى : استباحة الفروج خارج الحياة الزوجية ، طريق ، ووسيلة لانتشار الأمراض ، وهو من الكبائر ، والفواحش التي يمقتها العقل ، وينهى عنها الله

تعالى بقوله: ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴾ ﴿٣٢﴾³ ،

وقوله لا تقربوا الزنى ، أبلغ من أن يقول - سبحانه وتعالى - لا تزنوا ، و معنى ذلك ألا تدنوا من الزنى⁴ ، أي الفعل وحيثياته ، ومقدماته ، وهو من الكبائر، يؤدي إلى فساد الأنساب باختلاط المياه ، وانتشار الفساد الأخلاقي⁵ ، وإن الاكتفاء بالزواج

أفضل من الإباحة كما يبين المولى- بقوله : ﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ﴾ ﴿٢٩﴾ إِلَّا

عَلَىٰ أَرْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴿٦﴾ ، وقد تقدم ذكر قوله - تعالى

(قد أفلح المؤمنون) مدحهم المولى سبحانه وتعالى، بحفاظهم على فروجهم التي لم يباحها إلا في اطار الحياة الزوجية، أما من اخترق هذا السياج الآمن وهو الزواج وبحث عن المتعة الجنسية بالزنى، فقد توعده الخالق- سبحانه و تعالى - بالعقوبة في

1 - سورة المائدة -- الآية 90

2 - صفوة التفاسير للصابوني 1 / 237

3 - سورة الإسراء -32

4 - أحكام القرآن لابن العربي 10 / 253

5 - المصدر السابق 10 / 254

6 - سورة المعارج --الآيتان 29 / 30

الدنيا والأخرة ، لارتكابه ما حرم الله بقوله تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ

إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ ^٤ وَمَنْ

يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا ^{٦٨} ^١ ، بين المولى- عز وجل - في الآية السابقة ، أن

الشرك بالله ، وقتل النفس التي حرم الله ، والزني ، من الكبائر التي أعد لمرتكبها انكالا من العذاب ^٢ ، لفحشها وأضرارها ، والمؤمن الذي يتقادها ولا يعصي الله بأحدها وصفه بالفلاح ، والفوز بالنجاة من العذاب .

ب - تحريم اللواط :

اللواط عمل مستقذر ، وانحراف عن الفطرة السليمة التي جبل المولى - عز وجل - عليها الإنسان ، وكرمه على سائر المخلوقات بالزواج لتهديب الغريزة ، و لكثرة النسل ، وحرمة عليه ممارسة الجنس خارج الزواج ، ومن حيث أمره ، ووصف العلاقات خارج الزواج بالفواحش ، ومنها اللواط ، قال تعالى : ﴿ وَلَوْطًا إِذْ قَالَ

لِقَوْمِهِ ^٣ أَتَأْتُونَ الْفَاحِشَةَ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِنَ الْعَالَمِينَ ^{٨٠} إِنَّكُمْ

لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّنْ دُونِ النِّسَاءِ ^٤ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ ^{٨١} ^٣ ،

وهو من المآثم ، والفواحش التي كان قوم لوط يمارسونها ، ولم يسبقهم أحد من بني آدم ، ويفعل فعلهم هذا ، وهو إتيان الذكور في الدبر ، وهذا إسراف وجهل ووقاحة بوضع الشيء في غير محله ، وعدول عن ما خلق الله من النساء للرجال ^٤ .

^١ - سورة الفرقان -- الآية 68

^٢ - تفسير القرآن العظيم لابن كثير 26 / 51

^٣ - سورة الأعراف -- الآيتان 80 / 81

^٤ - تفسير القرآن العظيم لابن كثير 8 / 89

ج - تحريم إتيان الزوجة أثناء الحيض والنفاس :

نهى سبحانه وتعالى الزوج عن إتيان زوجته وهي في أيام الدورة الشهرية ، أثناء النفاس لأنها غير جاهزة حينئذ لهذه الوظيفة في هذه الفترة ، بسبب التنظيف الذي يقوم به الرحم ، والتخلص من الدم الفاسد المضر كما وصفه الخالق - عز وجل -

بقوله: ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ۗ ۝٤٤﴾

وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۗ ۝٤٥﴾¹، ويعتبر الدم الخارج من المرأة عند الحيض ، هو

استبراء للرحم²، وهو دم فاسد ، وكذلك دم النفاس عند الولادة ، يمنعان المرأة من الصلاة ، والصوم ، والجماع ، والطواف ، ولمس المصحف فيمسك عنها زوجها ، ما دامت على هذا الحال³، وهو شيء يتأذى منه الزوجان ، والرائحة الكريهة المنبعثة منه تدل على فساده ، والدم بكل الأحوال نجس ، والمحل الخارج منه متنجس به ، فاقد للطهارة ، وقوله عز وجل : (اعتزلوا النساء في المحيض ، ولا تقربوهن حتى يطهرن) المقصود منه ترك الجماع فترة الحيض أو النفاس حتى انتهائه ، والطهارة منه بالغسل⁴.

وقوله - عز وجل - (ولا تقربوهن حتى يطهرن) تنبيه لما هو مبين في قوله في

باقي الآية ﴿ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۗ ۝٤٦﴾⁵، وهو تحريم إتيان

الزوجة في دبرها ، كما كان قبل الإسلام ، كانوا يتجنبون النساء في الحيض⁶ ، ويأتوهن في أدمارهن سلوك اعتاد عليه اليهود ، وشاع عند غيرهم ، فحرمه الله - عز وجل - لما فيه من ضرر صحي ، ووصف باللواط الصغرى⁷.

1 - سورة البقرة -- الآية 222

2 - الجامع لأحكام القرآن القرطبي 3 / 80

3 - المصدر نفسه 3 / 82

4 - المصدر نفسه 3 / 87

5 - سورة البقرة -- الآية 222

6 - المصدر نفسه 3 / 81

7 - تفسير القرآن العظيم لابن كثير 8 / 89

المطلب الثالث

أمر ينبغي للمؤمن اتباعها

بين المولى - عز وجل - في بعض الآيات من القرآن الكريم أن بعض الأفعال والتصرفات نافعة للإنسان ، فأرشده ، وأمره باعتمادها ، وانتهاجها سلوكا يوميا في حياته لأجل الوقاية من بعض الأمراض و الآفات التي تصيب جسم الإنسان ، وللمحافظة على بقاءه في صحة ، وعافية ، وتطبيقها بشكل عملي يومي كما يأتي :

1. أن يسعى ويبذل جهده محاولا فهم أمور دينه ، واكتساب الثقافة الدينية التي تفيده في دنياه وخاصة فيما يتعلق بصحته ، واسلوب المحافظة على نعمة الصحة التي تكرم بها الخالق - عز وجل - بها عليه ، المتمثلة في عقله ، وبدنه ، ونشاطه ، وطاقاته المتجددة ، والعديدة ، أي أن يكتسب ثقافة دينية صحية ، ثقافة صحية توافق الشريعة الإسلامية .

2. النظافة والطهارة : من الأمور التي يجب على المسلم اتباعها ، الحرص الدائم على نظافة بدنه، و ثيابه ، ومكانه من الأوساخ ، والأقذار، والتطهر من

النجاسات كما يحب الخالق بقوله : ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَّابِينَ وَيُحِبُّ

الْمُطَهِّرِينَ ﴾¹ ، أي الاغتسال بالماء من الجنابة والأحداث²، وقرن

المولى - عز وجل - النظافة بالطهارة ، وجعلها مفتاحا لبعض العبادات ،

ومن شروطها فقال : ﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْرُبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَرَىٰ

حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرَضَىٰ

¹ - سورة البقرة -- الآية 222

² - احكام القرآن للقرطبي 3 / 90

أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً

فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ^٤ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا غَفُورًا

﴿٤٣﴾ ^١، وقال أيضا: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ

فَأَغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ

إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِن كُنْتُمْ جُنُبًا فَأَطَهِّرُوا ^٥ وَإِن مَّرَضْتُمْ أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ

أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا

فَأَمْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ^٦ مِنْهُ ^٢، الصلاة رأس العبادة، ومن

شرطها الطهارة الكبرى والصغرى الوضوء والاعتسال ^٣ والنظافة، أي

إزالة النجاسة، والأوساخ، وكذلك دخول المسجد، وقراءة القرآن، والطواف

فكل هذه العبادات يلزم لها الطهارة، وفي كل الأحوال ينبغي للمسلم أن يجعل

النظافة سلوكا يوميا في حياته، عند صحوه من النوم للصلاة، وبعد قضاء

الحاجة، وبعد ملامسة النساء ^٤، وظروف العمل، والحياة عامة، تعرضه

للأوساخ، والنجاسات التي ينبغي أن يتخلص منها بالنظافة.

3. التغذية السليمة و الأكل الطيب :

جسم الإنسان يحتاج إلى غذاء صحي وسليم يمده بالطاقة والقدرة على

العمل والاستمرار في الحياة بشكل طبيعي، والأكل الطيب هو الذي أمر به

1 - سورة النساء --43

2 - سورة المائدة - الآية 6

3 - الجامع لأحكام القرآن للقرطبي 5 / 201

4 - المصدر نفسه 6 / 82

المولى - عز وجل - في قوله: ﴿كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾¹ ، وقال

أيضا: ﴿يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوتِ

الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ﴾² ، يوجه المولى عباده للأكل من طيب

الطعام، الحلال اللذيذ، المفيد³، وعدم اتباع خطوات الشيطان الذي يزين لهم المعاصي بأكل أو شرب ما هو حرام ، أو مكروه ، من الخبائث ، قال تعالى:

﴿أَلْيَوْمَ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حِلٌّ لَكُمْ وَطَعَامُكُمْ حِلٌّ

لَهُمْ﴾⁴ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبِيثَاتِ﴾⁵ ، وقال أيضا :

﴿يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَمَا عَلَّمْتُم مِّنَ الْجَوَارِحِ

مُكَلِّبِينَ تَعْلَمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللَّهُ فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكَنَّ عَلَيْكُمْ وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ

وَأَنْقُوا لِلَّهِ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾⁶ ، يخاطب الله- عز وجل - نبيه

الكريم - عليه الصلاة والسلام -، مبيناً له و لأُمَّته ماذا يأكلون ، و تفسيراً و رداً على السؤال الذي ورد منهم بعدما خاطبهم الله - تعالى - بتحريم الميتة ، والدم ، وبعض الأطعمة ، بأن الله - عز وجل - أحل لهم من الطعام أطيبه و أحسنه ، الذي لا يكون ضارا و خبيثا ، والذي يكون نافعا لهم ، أي حرم عليهم

1 - سورة البقرة --57

2 - سورة البقرة --168

3 - الجامع لأحكام القرآن للقرطبي 2 / 208

4 - سورة المائدة --الآية 5

5 - سورة الأعراف--157

6 - سورة المائدة ---4

النجس الخبيث الضار ، و أحل لهم الطيب اللذيذ ، الذي يمنحهم الصحة ،
والعافية.

4. السكن الصحي و ارتداء الملابس الواقية : يوجه المولى عباده إلى الاهتمام
باللباس الجيد والسكن المناسب في قوله :

﴿ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتًا

تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَابِهَا وَأَوْبَارِهَا

وَأَشْعَارِهَا أَثْنَا وَمَتَعًا إِلَىٰ حِينٍ ﴿٨٠﴾ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا

وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ

وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمُ بِأَسْكُمْ كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ

تُسَلِّمُونَ ﴿٨١﴾¹ ، يبين الله- عز وجل - في الآيتين السابقتين أنه أنعم على

عباده بأن جعل لهم من البيوت سكنا و مأوى ، يستترون بها ، بالإضافة إلى
منافع أخرى ، و من جلود الأنعام لباسا ، و أثاثا يتمتعون به ، وبيوتا متنقلة
يحملونها في سفرهم لخفتها ، وسهولة نقلها² ، و أنعم عليهم كذلك بأن جعل
لهم من الجبال حصونا ، ومعازل ، وجعل من شعر الماعز ، وصوف الغنم ،
والقطن لباساً يحمي جسم الإنسان من المخاطر ، ومن الأشجار ظللا تقيهم
حر الشمس ، و لفحها ، ومن المعادن ، والحديد دروعاً تقيهم بأسهم³ .

1 - سورة النحل -الآيتان 80 / 81

2 - تفسير ابن كثير 4 / 591

3 - المصدر نفسه

المبحث الثاني

أدلة الصحة الوقائية البدنية من السنة النبوية الشريفة

وينقسم إلى ثلاثة مطالب

بين لنا المصطفى - عليه الصلاة والسلام - من خلال سنته المطهرة ، وبما أوحى إليه الله - تعالى - وعرفه به ، هدياً ، ومنهجاً ، أمرنا باتباعه ، والعمل به ، وعدم تركه ، و أن نشد عليه بالنواجذ ، منهجاً متكاملأ لكل أمور دنيانا ، وآخرتنا ، مما أفاض الله به عليه من نوره ، وهديه .

ومن ضمن ما ورد فيه أسلوب الحفاظ على حياتنا ، وصحتنا ، و الوقاية من الإصابة بالأمراض ، والعلل ، و تجنب الأوبئة ، وكيفية محاصرتها لمنع انتشارها ، بخطوات عملية تهدف لضمان حياة المسلم من تلك الأخطار ، و أن يظل متمتعاً بالصحة ، والعافية ومن ضمن الخطوات العملية التي يجب تطبيقها لتحقيق ذلك ما يتم عرضه في مطالب هذا المبحث .

المطلب الأول: النظافة والطهارة

الإسلام دين يحث المسلم على النظافة ، والطهارة طوال اليوم ، والعمر ، فمن السنّة المداومة¹ عليها بشكل متكرر سواء النظافة الشخصية المتمثلة في البدن ، والثياب ، والطعام ، والشراب ، ونظافة المكان ، والسكن ، والمحيط ، فغسل اليدين قبل الأكل لضمان عدم الإصابة بالأمراض المعدية ، لأنها لا تخلو من التعرض للتلوث بسبب العمل ، ولمس بعض الأشياء ، وكذلك سائر البدن عرضة للتلوث ، والتنجس ، والتعرق ، واللباس أيضاً .

والطعام الذي يؤكل فيعطي الصحة ، والقوة ، و يستعان به لأجل القيام بالعبادات مثل الصلاة ، والطواف ، و الجهاد ، والعمل ، يجري فيه مجرى الطهارة من العبادة²

¹ - وصفات طبية من الكتاب والسنة عبد الباسط محمد السيد ص7 شبكة مشكاة الإسلامية
² - المصدر السابق

فالإسلام من خلال الكتاب والسنة يجعل النظافة عبادة ، وطبا وقائيا ، وسلوكا حضاريا ، وربط العبادة بالطهارة ، والنظافة كشرط أساسي لصحتها ، كما ورد عن المصطفى - عليه الصلاة والسلام - ، فعن مصعب بن سعد قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- " لا تقبل صلاة بغير طهور ، ولا صدقة من غلول¹ " ، أي أن من أراد الصلاة فعليه أولا أن يكون على طهارة ، فبهذا الحديث أجمعت الأمة على وجوبها للعبادة ، وهي شرط صحتها²، الطهارة الكبرى وهي الاغتسال، والخروج من الجنابة ، والطهارة الصغرى وهي الوضوء .

أي أن الإقبال على الله يتطلب أن يكون المسلم طاهرا ، نظيفا في بدنه ، وثوبه ، ومكان عبادته، وتكرار الوضوء في كل صلاة ليس شرطا ما لم يحدث ، أما إذا أحدث فيلزم ذلك من جديد ، لأنه فقد الشرط الذي لا تصح بدونه ، وهو الطهارة . وقول المصطفى عليه - الصلاة والسلام - ((الطهور شطر الإيمان))³ ، ورد فيه القول على ثلاثة أوجه⁴ ، تتفق كلها على وجوب الطهارة ، وعلو شأنها كما يأتي : قد يقصد عليه الصلاة والسلام أن أجر الطهارة يساوي نصف أجر الإيمان ، أو قد يفهم منه أن الإيمان يجب ما قبله من الخطايا ، كذلك الوضوء يزيل ما سبق من استقذار ، وهو لا يصح إلا بالإيمان والنية فصار ملازما له ، ويفهم منه أيضا أن الإيمان هنا يعني العبادة كالصلاة ، والوضوء شرط لها ، فصار الشرط كالشطر أي النصف ، وهو الأقرب للمعنى⁵ ، أي لا عبادة بدون طهارة ونظافة ، فيكون أجرها نصف أجر العبادة كاملة .

أ - غسل اليدين بعد النوم ، وقبل الوضوء :

عن أبي هريرة - رضي الله - عنه قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- : "إذا استيقظ أحدكم من نومه ، فلا يغمس يده في الإناء حتى يغسلها ثلاثا ، فإنه لا يدري أين باتت يده⁶" ، أي على المسلم بعد الاستيقاظ من نومه ، غسل يديه ثلاثا

¹ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 104 كتاب الوضوء باب لا تقبل صلاة بغير طهور ص 30

² - شرح النووي على مسلم 3 / 102 كتاب الطهارة باب وجوب الطهارة للصلاة

³ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 120 كتاب الوضوء باب فضل الوضوء ص 32

⁴ - شرح النووي على مسلم 3 / 100 ،

⁵ - المصدر نفسه ص 100

⁶ - مختصر صحيح مسلم للمنذري كتاب الوضوء باب غسل اليدين بعد النوم ص 105

خارج الإناء الذي به ماء الوضوء ، ولا يدخلهما فيه قبل ذلك ، لاحتمال تلوثهما ، وألا تكونا طاهرتين بلمس الفرج ، أو علقتهما بأوساخ واقذار من البدن ، والعرق وغسلهما ببعضهما ابغ في النظافة ، وإزالة الأوساخ ، وقبل دخولهما في الإناء لكي لا يتلوث الماء ، وتنتقل إليه الأقدار ، ويكون الغسل ثلاثاً ، لأن الوضوء يتطلب التكرار ثلاث مرات¹.

ب - الوضوء من الحدث الأصغر:

وصف الصحابي عبد الله بن زيد بن عاصم وضوء النبي - عليه الصلاة والسلام- بأن أحضر إناء به ماء ، فأفرغ على يده فغسل يديه مرتين مرتين ، ثم تمضمض و استنثر ثلاثاً ، ثم غسل وجهه ثلاثاً ، ثم غسل يديه مرتين مرتين إلى المرفقين ، ثم مسح رأسه بيديه ، فأقبل بهما وأدبر ، بدأ بمقدمة رأسه ، ثم ذهب بهما إلى قفاه ، ثم ردهما ، حتى رجع إلى المكان الذي بدأ منه ، ثم غسل رجليه² ، هكذا كان وضوؤه - عليه الصلاة والسلام- نقله عنه صحابته -رضوان الله عليهم - جميعاً والملاحظ على صفة وضوء النبي - عليه الصلاة والسلام - كما وردت ونقلها صحابته أن أعضاء الجسم التي غسلها ، وطهرها بالوضوء تلامس كل ما هو موجود بمحيط المسلم ، ويتعامل بها ، فاليدان يعمل بهما ، ويتناول بهما الأشياء من حوله ، والفم يأكل به الطعام ، والشراب ، وقد يبقى منه شيء داخله فيفسد ، ويتخمر بين أسنانه ، وانفه الذي يتنفس منه قد يختلط فيه الهواء الداخل بعض الغبار والأبخرة ، والوجه ، والرأس عرضة لالتقاء الأوساخ من كل مكان ، والقدمان اللتان يمشي بهما على الأرض وما عليها من اقدار ، كلها وجميعها عرضة لذلك ، فطهارتها ، وغسلها واجب تعبدي ووقائي من خطر الإصابة بالأمراض ، وتكرار غسلها ضمان نظافتها وطهارتها.

¹ - المنتقى شرح الموطأ

² - الموطأ 1 / 32 كتاب الطهارة باب العمل في الوضوء

ج - الغسل من الحدث الأكبر:

الإغتسال من الجنابة أيضاً واجبٌ بالكتاب ، والسنة فمن الكتاب قوله - تعالى :

﴿ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَأَطَهِّرُوا^٦ وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ

مِّنْكُمْ مِّنَ الْغَايِبِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا

فَأَمْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ^٧ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ

مِّنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ

تَشْكُرُونَ ﴿٦﴾^١ ، عند قضاء الحاجة الزوجية والانتهاؤها منها، يجب على

الزوجين الاغتسال ، والتطهر ، فعن عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها - قالت : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((إذا جلس بين شعبها الأربع ، ومس الختان الختان فقد وجب الغسل))^٢ ، هذا في حالة تم اللقاء بين الزوجين على أكمله ، وقد يكون على غير ذلك الحال ، أي عند خروج المني من الرجل أو المرأة دون المباشرة والتقاء الختانين فيلزم من ذلك الاغتسال أيضاً ، والمراد من ذلك الاغتسال النظافة ، والطهارة من النجاسة ، والعرق الناتجين من المباشرة الزوجية ، ويكون الغسل من الجنابة كما ورد في سنة المصطفى - عليه الصلاة والسلام - وبينته أم المؤمنين الصديقة ابنة الصديق - رضي الله عنهما - فقالت : ((إن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - كان إذا اغتسل من الجنابة بدأ بغسل يديه ، ثم توضأ كما يتوضأ للصلاة ، ثم يدخل أصابعه في الماء فيخلل بها أصول شعره ، ثم يصب على رأسه ثلاث غرفات

^١ - سورة المائدة - الآية 6

^٢ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 152 كتاب الغسل باب وجوب الغسل بالقاء الختانين ص 37

بيديه ثم يفيض الماء على جلده كله))¹ ، وصفت - رضي الله عنها - الغسل من الجنابة ، بغسل اليدين ثلاثاً قبل إدخالهما في إناء الغسل ، ثم غسل الفرج وما حوله (الاستنجاء) ثم الوضوء كوضوء الصلاة ، ثم تعميم الماء على الجسم بدءاً بالراس ، ثم باقي الجسم شرط أن يعم الماء كامل البدن ، مراعيًا ذلك ، ووصول الماء الى المناطق غير البارزة بنية التطهر ، والتخلص من الأذى² ، وهذا الغسل يضمن نظافة كافة أجزاء جسم الإنسان .

د- غسل السبيلين بعد قضاء الحاجة (الاستنجاء) :

ويلزم للمسلم أيضاً بعد عملية إخراج الفضلات ، والسموم داخل الحمام ، غسل السبيلين جيداً ، والاستنجاء ، لأجل تحقق النظافة ، والطهارة المطلوبة شرعاً التي تحقق الوقاية من الأمراض بالإضافة إلى العبادة فعن أم الصهباء (وهي امرأة من أهل البصرة ثقة) قالت دخلت على عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها - في نسوة من أهل البصرة ، قالت لهن : مرن أزواجكن - فأنى استحبيهن - فليغسلوا سبيل الغائط ، والبول إن رسول الله - عليه الصلاة والسلام - كان يفعله³ .
عن أسامة - رضي الله عنه - قال: أن الرسول -عليه الصلاة والسلام - حين أفاض من عرفة ، فلما جاء النقب أناخ راحلته ، ثم ذهب للغائط فلما رجع صببت عليه من الإداوة فتوضأ⁴ .

وعن يسرة بنت صفوان⁵ قال : قال النبي - صلى الله عليه وسلم - " إذا مس أحدكم ذكره فليتوضأ⁶ " ، في الأدلة السابقة توجيه المسلم لتنظيف السبيلين بالغسل ، والاستنجاء ، وغسل اليدين بعد لمس الفرج ، وتنظيفه .
و - السواك وتنظيف الفم :

تنظيف الفم ، وتطهيره مطلوب باستمرار للتخلص من بقايا الأكل التي تعلق بين الأسنان وتتسبب في التعفن ، وتعيش عليها الميكروبات المسببة للأمراض ، وقد

¹ - الموطأ 67 / 98 كتاب الطهارة باب العمل في غسل الجنابة ص 42

² - شرح النووي على مسلم باب صفة غسل الجنابة

³ - السنن الكبرى للنسائي 4556 / 1 / 7 ، التاريخ الكبير للبخاري 4 / 140

⁴ - السنن الكبرى للنسائي 11514 / 1 / 30 ، الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم المتفق عليه من مسند اسامة 3 / 263 / 2807

⁵ - يسرة بن صفوان (أبو صفوان ، ويقال : أبو عبد الرحمن اللخمي البلاطي من أهل قرية البلاط من قرى دمشق روى عن أبي معشر ، عن نافع ، عن ابن عمر) ابن منظور مختصر تاريخ دمشق ، البخاري في التاريخ الكبير

⁶ - الموطأ كتاب الطهارة باب الوضوء من مس الفرج 58 / 89 ص 41

ينتج عن ذلك خروج الدم من بين الأسنان ، أو من اللثة ، وقد أرشدنا المصطفى - صلى الله عليه وسلم إلى أن نحرص على استعمال السواك ، فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - عليه الصلاة والسلام - " لولا أن يشق على أمتي لأمرتهم بالسواك مع كل وضوء¹ " ، استعمال عود أو نحوه في الأسنان ، لتذهب الصفرة ، وغيرها منها مثل بقايا الطعام كي لا تتعفن بالفم وتنتج رائحة كريهة ، وتسوس ، والاستيالك وهو التنظيف قد يستبدل فيه عود الاراك بالفرشاة والمعجون المصنع لهذا الغرض بشكل متكرر ومستحب في كل الأوقات للمحافظة على نظافة الفم ، ويكون أشد استحباباً ، عند الاستيقاظ من النوم ، وبعد الأكل والشرب ، و أوقات الصلاة².

ه - خصال الفطرة :

أمر المصطفى - عليه الصلاة والسلام - صحابته باتباع خطوات عملية تخص النظافة الشخصية غير الوضوء والاعتسال زيادة في الحرص علي الوقاية من الإصابة بالأمراض ، فعن عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها - قالت : قال النبي - صلى الله عليه وسلم " عشر من الفطرة : قص الشارب ، وإعفاء اللحية ، والسواك ، واستنشاق الماء ، وقص الأظافر ، وغسل البراجم ، وبتف الإبط ، وحلق العانة ، وانتقاص الماء³ " ، ونسيت العاشرة ، قال مصعب : إلا أن تكون المضمضة ، وقال وكيع : انتقاص الماء يعني الاستنجاء⁴ ، عشرة أشياء من الفطرة

أي من السنة و الدين : وهي الختان ، وهو قطع الجلد التي تغطي الحشفة حتى تنكشف ، لأنها تخفي تحتها أوساخاً يلزم إزالتها وتنظيف المكان ، والاستحداد ، وهو حلق شعر العانة ، أي نظافة ذلك الموضع بالحلق التام ، لإزالة الشعر من العورة التي تتعرض للتنجس ، والاستنذار مرات عديدة متوالية للرجل والمرأة ، في القبل ، والدبر ، وما حولهما⁵ .

1 - الموطأ كتاب الطهارة باب ما جاء في السواك 114 / 115 ص 53

2 - شرح النووي على مسلم 3 / 142

3 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 182 كتاب الغسل باب عشرة من الفطرة ص42

4 - المصدر نفسه

5 - شرح النووي على مسلم 3 / 148

وكذلك قص الشارب الذي قد يخالط الأكل إذا كان طويل الشعر يتدلى إلى الفم ،
وتقليم الأظافر التي تبقى تحتها الأتربة ، و الأوساخ ، و نتف الإبط ، و غسل البراجم ،
وهي عقد الأصابع ، و مفاصلها التي تجمع الأوساخ أيضا ، و كل موضع يبطن المسلم
يكون معرضا للتعرق ، و الغبار ، و الاستنذار¹ ، أما انتقاص الماء فهو الاستنجاء
والمضمضة

الأدلة السابقة تبين حرص النبي - صلى الله عليه وسلم - على وقاية أتباعه من
الإصابة بالأمراض المعدية الناتجة من التلوث ، و حرصه على عدم انتشارها بينهم
باتباع أسلوب وقائي يعتمد على تبني سلوك النظافة ، و أن يكون المسلم على أحسن
مظهر ، حتى لا تنفر منه الملائكة ، أو باقي أفراد المجتمع .

فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال النبي - عليه الصلاة والسلام : ((أرأيتم
لو أن نهراً بباب أحدكم ، يغتسل منه خمس مرات باليوم ، هل يبقي من درنه شيء؟
قالوا : لا يبقي من درنه شيء ، قال : كذلك الصلوات الخمس يمحو الله بهن
الخطايا))² ، و الصلاة تستلزم الطهارة ، و النظافة لها ، و الاغتسال ، و الوضوء ،
و نظافة الثياب ، و نظافة المكان تخلص المسلم من الأدران .

المطلب الثاني : ما يتعلق بالأكل و الطعام

من هديه - عليه الصلاة والسلام - لأمته ، ما حظي به طعام المؤمن من اهتمام
كبير ، و ما سنه لهم في ذلك ، من توجيه ، و ترشيد ، و بيان لأهمية ، و قيمة بعض من
أنواع الأطعمة على أنواع أخرى ، و حسن اختيار أصنافها ، و كذلك كيفية تناوله
للطعام ، و القدر اللازم منه .

كل ذلك ورد من خلال السنة الشريفة التي حث على ضرورة اتباعها ، و تبنيها
كسلوك دائم في حياة المسلم ، و مرد ذلك كله ليس حبا في الطعام ، و لذة ، و اشتها
فقط ، بل حفاظا على صحة المسلم ، و حياته ، و تحصيل النفع من الأكل ، لا التباهي
والتخمة ، و العبث ، كما يأتي :

¹ - شرح النووي على مسلم 2 / 150

² - الجمع بين الصحيحين البخاري و مسلم 2260 باب المتفق عليه من مسند أبي هريرة 3 / 61

1-أهمية الطعام والقدر اللازم منه :

لا يستطيع الإنسان العيش بدون الطعام ، والشراب ، فهو ضروري لبناء الجسم وقوامه ، واستمرار حياته ، فهو المصدر الأول والأساسي لإمداده بالطاقة اللازمة للحركة والعمل ، وأداء الواجبات ، ويكسبه الصحة والعافية ، ولكن الأخذ منه بالقدر

النافع فقط عملا بقوله تعالى ﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ ¹ .

أ- وعن المقدم بن معدي كرب الكندي قال : سمعت رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يقول " ما ملأ آدمي وعاء شرا من بطنه ، حسيب ابن آدم ثلاث أكلات يقمن صلبه، وإن كان لا محالة فتلت طعام ، وتلت شراب ، وتلت لنفسه ² ."

ويفهم من الحديث ألا يأكل المسلم الكثير من الطعام ، وألا يملأ معدته من الأكل لتفادي الضرر الناتج عن ذلك ، فالحق لله على عبده المؤمن أن لا يتعدى في مطعمه ، ومشربه ما سد الجوع ، وكسر الظمأ ، فترك الشبع أفضل ، وإن كان مباحا فإن له حدا ينتهي إليه ، اتقاء للتخمة ، والفسل ³ .

ورغم أن المصطفى - عليه الصلاة والسلام - بين أن التزود بالطعام مهم لصحة الإنسان بدلالة قوله ((يقمن صلبه)) إلا أنه وجهنا إلى تنظيم وتحديد الكمية النافعة بقوله ((فتلت طعام ، وتلت شراب ، وتلت لنفسه)) بيانا لأهمية الطعام ، وتفاديا للتخمة حفاظا على الصحة .

ب- عن جابر بن عبدالله - رضي الله - عنه قال : سمعت رسول الله - عليه الصلاة والسلام - يقول " طعام الواحد يكفي لاثنين ، وطعام

¹ - سورة الأعراف -- الآية 31

²² - مسند أحمد بن حنبل 7225 بأحكام الأرنؤوط 132/4 علق شعيب فقال (رجاله ثقات)المستدرک 7445 علق الذهبي صحيح

على شرط الشيخين

³ - شرح صحيح البخاري لابن بطال 9 / 465

الاثنين يكفي لأربعة ، وطعام الأربعة يكفي للثمانية¹ ، وفيه أيضاً
ترشيد لعدم الإكثار من الأكل ، فليست بالشبع ، والإكثار ، بل التقنع
بالكفاية²

ت- عن جابر بن عبد الله وابن عمر- رضي الله عنهما - إن رسول الله -
صلى الله عليه وسلم - قال : (المؤمن يأكل في معي واحد ، والكافر
يأكل في سبعة أمعاء)³

قلة الأكل من محاسن أخلاق الرجل ، وكثرة الأكل تضره ، والقناعة بالقليل منه
ما يكفي سد خلته⁴ ، فالشبع المفرط يضعف البدن ، وإن ما يقويه هو حاجته فقط ما
يقبل من الطعام لا بحسب كثرته ، والمراد أن يقتصد المؤمن في أكله ويكفيه ملء
معي واحد ، ويتفادى التخمرة والسمنة ، ويكف شهواته⁵ .

1- اختيار الأكل الحلال الطيب والأكثر نفعاً :

كان عليه - الصلاة والسلام - يوجب أن يكون الطعام حلالاً طيباً ، ويحرص على أن
يكون الأجود ، والأكثر نفعاً له :

أ - الأكل الحلال كما ورد عن المولى عز وجل في كتابه العزيز ، موجهها عباده

لذلك بقوله : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا

خُطُوبَ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿١٦٨﴾⁶ أي بالتزود من طيب ما رزقهم

به ، وجعله نعماً كثيرة في الأرض ، وحلالاً طيباً أي مستطاباً في نفسه غير ضار
للأبدان ، ولا للعقول⁷ ، ونهاهم عن اتباع خطوات الشياطين وسبلهم التي قد تصل

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1310 كتاب الأطعمة باب طعام الاثنين كاف الثلاثة ص 263

2 - شرح صحيح البخاري لابن بطال 9 / 47

3 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1312 كتاب الأطعمة باب المؤمن يأكل في معي واحد ص 263

4 - شرح النووي على مسلم 14 / 8

5 - الطب النبوي لابن القيم ص 184

6 - سورة البقرة ----- الآية 168

7 - مختصر ابن كثير للصابوني 1 / 286

بهم للأكل الحرام .

- عن عياض بن حماد - رضي الله عنه - عن النبي - عليه الصلاة والسلام - ((يقول الله - تعالى : إن كل مال منحته عبادي فهو لهم حلال... وفيه ... وإني خلقت عبادي حنفاء فجاءتهم الشياطين ، فأحالتهم عن دينهم ، وحرمت عليهم ما أحللت لهم))¹.
- عن عطاء بن عباس - رضي الله عنه - أن النبي - عليه الصلاة والسلام - قال "يا سعد أظب مطعمك تكن مستجاب الدعوة ، والذي نفس محمد بيده ، إن الرجل ليقذف اللقمة الحرام في جوفه ، ما يتقبل منه أربعين يوماً ، وأيما عبد نبت لحمه من السحت والرباء فالنار أولى به"² .

ب - الأكل الطيب : وهو الناضح النظيف ، حلو المذاق الذي تشتهيهِ النفوس ، وترغب فيه ، وتختلف أذواق الناس في اختيار الأطعمة حسب شهواتهم ، واعرافهم ، وطباعهم فما كان عند هذا مرغوباً فيه ، يكون عند آخر غير محبوباً ، أو مقزز .
- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : " ما عاب رسوا الله - صلى الله عليه وسلم - طعاماً قط ، إن اشتهاه أكله ، و إلا تركه ولم يأكل منه ، ولما قدم إليه الضب مشويا ، لم يأكل منه ، فقيل له : أهو حرام ؟ قال : لا ولكن لم يكن بأرض قومي فأجدني أعافه"³ .

من الآداب التي وجه إليها - عليه الصلاة والسلام - صحابته في سنته ، عدم بغض الطعام لعيوبه ، تأدبا مع النعمة ، والأخذ منه بحسب الاشتهاه ، وتركه أكل الضب ليس لعيوب فيه ، ولكن لم يشتهيهِ لأنه غير معتاد على أكله في قومه وعاداتهم⁴
عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : " أتى رسول الله - صلى الله عليه وسلم - بلحم فرفع إليه الذراع وكانت - تعجبه فنهس منها نهسة ثم قال : (أنا سيد الناس يوم القيامة وهل تدرون مم ذلك ؟ يجمع الله الناس الأولين والآخرين في صعيد واحد يسمعون الداعي وينفذهم البصر وتدنو الشمس فيبلغ الناس من الغم والكرب ما لا يطيقون ولا يحتملون فيقول الناس ألا ترون ما قد بلغكم ألا تنظرون من يشفع لكم إلى

¹ - الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم 3139 محمد فتوح الحميدي تحقيق علي حسن البواب ط 2 / 2002 دار ابن حزم لبنان

² - شعب الإيمان لأبي بكر البيهقي 5518 ، المستدرک علی الصحيحین للحاکم 7165 ، المعجم الأوسط للطبرانی 2944

³ - مسند احمد بن حنبل 10146 ج 2 / 474 مؤسسة قرطبة القاهرة تعليق شعيب الأرنؤوط (صحيح على شرط الشيخين)

⁴ - شرح النووي على مسلم 26 / 14

ربكم ؟ فيقول بعض الناس لبعض عليكم بآدم ، فيأتون آدم - عليه السلام - فيقولون له أنت أبو البشر خلقك الله بيده ونفخ فيك من روحه وأمر الملائكة فسجدوا لك اشفع لنا إلى ربك ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ ألا ترى إلى ما قد بلغنا ؟ فيقول آدم إن ربي قد غضب اليوم غضبا لم يغضب قبله مثله ولن يغضب بعده مثله ، وإنه نهاني عن الشجرة فعصيته نفسي نفسي ، اذهبوا إلى غيري ، اذهبوا إلى نوح ، فيأتون نوحا فيقولون يا نوح إنك أنت أول الرسل إلى أهل الأرض وقد سماك الله عبدا شكورا اشفع لنا إلى ربك ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ فيقول إن ربي - عز و جل - قد غضب اليوم غضبا لم يغضب قبله مثله ولن يغضب بعده مثله ، وإنه قد كانت لي دعوة دعوتها على قومي نفسي نفسي ، اذهبوا إلى غيري اذهبوا إلى إبراهيم ، فيأتون إبراهيم فيقولون يا إبراهيم أنت نبي الله وخليله من أهل الأرض اشفع لنا إلى ربك ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ فيقول لهم : إن ربي قد غضب اليوم غضبا لم يغضب قبله مثله ولن يغضب بعده مثله وإني قد كنت كذبت ثلاث كذبات - فذكرهن أبو حيان في الحديث - نفسي نفسي اذهبوا إلى غيري اذهبوا إلى موسى . فيأتون موسى فيقولون يا موسى أنت رسول الله فضلك الله برسالاته وبكلامه على الناس اشفع لنا إلى ربك ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ فيقول إن ربي قد غضب اليوم غضبا لم يغضب قبله مثله ولن يغضب بعده مثله وإني قد قتلت نفسا لم أؤمر بقتلها نفسي نفسي اذهبوا إلى غيري اذهبوا إلى عيسى . فيأتون عيسى فيقولون يا عيسى أنت رسول الله وكلمته ألقاها إلى مريم وروح منه وكلمت الناس في المهد صبيا اشفع لنا ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ فيقول عيسى إن ربي قد غضب اليوم غضبا لم يغضب قبله مثله قط ولن يغضب بعده مثله - ولم يذكر ذنبا - نفسي نفسي اذهبوا إلى غيري اذهبوا إلى محمد - صلى الله عليه وسلم - فيأتون محمداً - صلى الله عليه وسلم - فيقولون : يا محمد أنت رسول الله وخاتم الأنبياء وقد غفر الله لك ما تقدم من ذنبك وما تأخر اشفع لنا إلى ربك ألا ترى إلى ما نحن فيه ؟ فأنطلق فآتي تحت العرش فأقع ساجدا لربي - عز و جل - ثم يفتح الله علي من محامده وحسن الثناء عليه شيئا لم يفتحه على أحد قبلي ثم يقال يا محمد ارفع رأسك سل تعطه واشفع تشفع فأرفع رأسي فأقول أممي يا رب أممي يا

رب فيقال يا محمد أدخل من أمتك من لا حساب عليهم من الباب الأيمن من أبواب الجنة وهم شركاء الناس فيما سوى ذلك من الأبواب ثم قال والذي نفسي بيده إن ما بين المصرعين من مصاريع الجنة كما بين مكة وحمير أو كما بين مكة وبصرى))¹.

والذي يهتم من هذا الحديث الشريف في هذا المجال هو أنه عليه - الصلاة والسلام - كان يفضل من اللحم ما كان من مقدمة الشاة ، لأنه قليل الدسم ، أخف على المعدة من اللحم المختلط بالشحم ، وأسهل هضما ، وهذا أحسن لصحة الإنسان² ، أي أنها مفيدة للتغذي عليها ، وخفيفة على المعدة ، وسهلة الهضم .

- عن أنس بن مالك - رضي الله عنه - قال : (إن خياطا دعا رسول الله - صلى الله عليه وسلم - فقرب له خبزا من شعير ومرقا فيه دباء وقديد ، فرأيت رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يتتبع الدباء من حوالي الصفحة ، فلم ازل احب الدباء من يومئذ ، فما صنع لي طعام بعد اقدر على أن اضع فيها الدباء إلا صنع³) ويفهم منه أن المصطفى - عليه الصلاة والسلام - كان يحب أكل الدباء (اليقطين وهو المعروف عندنا بالقرع)⁴ ، ويفهم من قول أنس - رضي الله عنه - مدحه لليقطين وتفضيله للأكل⁵.

- عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : (أخذ رسول الله - صلى الله عليه وسلم - بيدي ذات يوم إلى منزله ، فأخرج إليه فلقا من خبز ، فقال : ((ما من آدم ؟)) فقالوا : لا ، إلا شيء من خل ، فقال : ((فإن الخل نعم الأدم)) قال جابر : فما زلت أحب الخل منذ سمعتها من نبي الله عليه الصلاة والسلام)⁶.

3- ارشاده - عليه الصلاة والسلام - إلى بعض أنواع الطعام وحثه للتزود منه :
أ - التمر : كان - عليه الصلاة والسلام - يحب أكل التمر والرطب ويحث على أكله

¹ - صحيح البخاري 4435 سورة الإسراء في قصة بني اسرائيل 4 / 1745 تحقيق مصطفى ديب استاذ الشريعة بجامعة دمشق ط 3 1407/1987 دار ابن كثير بيروت لبنان

² - الطب النبوي لابن القيم 1 / 288

³ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1314 كتاب الأطعمة باب في اكل الدباء ص 264

⁴ - المعجم الوسيط ج 14 / 47 حسين المصطفي (ما لا ساق له من النبات كالقثاء ، ويغلب استعماله في القرع) ، كلمات من القرآن الكريم تفسير وبيان (اليقطين هو القرع المعروف) سورة الصافات مجموع البيان 146 موقع قوقل

⁵ - شرح النووي على مسلم 13 / 225

⁶ مختصر صحيح مسلم للمنذري 1315 كتاب الأطعمة باب نعم الأدم الخل ص 264

- عن عائشة - رضي الله عنها - قالت : قال رسول الله- صلى الله عليه وسلم - : (يا عائشة بيت لا تمر فيه جياح أهله ؛ يا عائشة بيت لا تمر فيه جياح أهله - أو جاع أهله)¹ وقالها مرتين أو ثلاث .

إن التمر والرطب من أطيب ما خلق الله من طعام وأباحه لعباده² غذاء كامل فيه كل ما يحتاج إليه الجسم ، وكان غذاء مريم عند الولادة سخره لها المولى - عز وجل -

وأمرها بالتزود منه بقوله : ﴿ وَهَزَيْتَ إِلَيْكَ بِمَجْزَعِ النَّخْلَةِ تَسْقُطُ عَلَيْكَ رَطْبًا ﴾³

- عن عائشة بنت سعد عن سعد - رضي الله عنهما - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((من تصبح بسبع تمرات من عجوة لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر))⁴ .

ب - الكبات الأسود (ثمر الأراك)

- عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : كنا مع النبي - صلى الله عليه وسلم - بمر الظهران ، ونحن نجمع الكبات الأسود ، فقال - عليه الصلاة والسلام - : ((عليكم بالأسود منه)) قال : فقلنا يا رسول الله كأنك رعيت الغنم ، قال : ((نعم ، وهل من نبي إلا وقد رعاها))⁵ ، ويفهم منه إرشاده - عليه الصلاة والسلام - لأصحابه - رضي الله عنهم - بالتزود من ثمر الأراك الأسود الأفضل من غيره لجودته ، ونضجه ونفعه⁶ .

ت - خلطه لبعض أصناف الطعام :

- عن عبد الله بن جعفر - رضي الله عنه - قال : (رأيت رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يأكل القثاء بالرطب)⁷ ، من لذة الطعام ، و فائدته الجمع بين الحار والبارد ، فالرطب حار والقثاء بارد ، فيصلحان بعضهما ، ويعتدلان⁸ ، أي أن الجمع بين

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1318 كتاب الأطعمة باب بيت لا تمر فيه ص 264

2 - شرح صحيح البخاري لابن بطال 9 / 499

3 - سورة مريم ----- الآية 25

4 - مسند احمد بن حنبل 1571 تعليق شعيب الأرنؤوط (صحيح على شرط البخاري) 3 / 172

5 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1312 كتاب الأطعمة باب في الكبات الأسود ص 265

6 - فتح الباري في شرح صحيح البخاري لابن حجر العسقلاني 6 / 439 دار المعرفة بيروت 1379 هجري

7 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1320 كتاب الأطعمة باب أكل القثاء بالرطب ص 265

8 - شرح صحيح البخاري لابن بطال 9 / 499

بعض الأصناف المتباينة يحقق اكتمال النفع.

ج - فضل الثريد :

- عن أنس بن مالك - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم -
قال : ((فضل عائشة على النساء كفضل الثريد على سائر الأطعمة))¹ ، ويفهم
منه تفضيل المصطفى - عليه الصلاة والسلام - للثريد ، وهو المتكون من فتات الخبز
المنقوع في المرق واللحم ، وهو أزكى طعام العرب ، وأشهاه في ذلك الزمن² ، وشهد
له بالفضل على غيره من الأطعمة كما شهد للصديقة بنت الصديق- رضي الله عنها
وارضاها - بتفضيلها على باقي النساء ،

د- بركة الزيت :

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم : ((
كلوا الزيت و ادهنوا به فإنه من شجرة مباركة))³ ، ويفهم منه توجيه المصطفى -
عليه الصلاة والسلام - لأن يكون الزيت من ضمن طعام المسلم لقيمته الغذائية،
واستعماله كدهان للوقاية من الأمراض لبركته وبركة الزيتون ، كما في قوله تعالى

﴿ يُوَقَّدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ

تَمَسَّهُ نَارٌ ﴾⁴ ، بين الله - تعالى أن شجرة الزيتون مباركة ، وزيتها جيد يشع

نورا⁵ ، فيسري النور ، والبركة في بدن المسلم ، ويمده بالصحة والعافية .

ه- التلبينة وفائدتها :

عن عائشة - رضي الله عنها - قالت : سمعت النبي - صلى الله عليه وسلم - يقول :
((التلبينة مجمة⁶ فؤاد المريض ، تذهب ببعض الحزن))¹ ، فقد ورد عنها - رضي

¹ - صحيح البخاري 5419 كتاب الأطعمة باب الثريد ص 395

² - التمبر بشرح الجامع الصغير 2 / 332 زين الدين المناوي ط3 1408 هـ 1988م مكتبة الإمام الشافعي الرياض

³ - سلسلة الأحاديث الصحيحة 379 / 1 / 654 الترمذي 1 / 340 ابن ماجة 3319 الحاكم 2 / 122 (قال الحاكم والذهبي في

الترغيب صحيح على شرط الشيخين 3 / 130)

⁴ - سورة النور -----الآية 34

⁵ - مختصر ابن كثير للصابوني تفسير سورة النور 5 / 434

⁶ - المجمة : ما يجلب الراحة ، والمجم : الصدر يقال فلان واسع المجمع : رحب الذراع لا يضيق امره (لسان العرب ، القاموس

المحيط ، معجم المعاني) موقع معجم المعاني على قوقل

الله عنها وأرضاها - أنها كانت إذا مات الميت من أهلها ، فاجتمع لذلك النساء ثم تفرقن ، إلا أهلها وخاصتها ، أمرت ببرمة من تلبينة فطبخت ، ثم صنع ثريد ، فصبت التلبينة عليه ، ثم قالت : (كلن منها ، فإني سمعت رسول الله أنها مجمة فؤاد المريض ، وتذهب الحزن)² ، وذهب الحزن أولى ، وغاية للحفاظ على الصحة .

و- الحلواء والعسل : عن عائشة - رضي الله عنها - قالت : (كان رسول الله - صلى الله عليه وسلم - يحب الحلواء والعسل)³

الحلواء : العصائر المستخرجة والمصنوعة من الفواكه ، وكل شيء حلو ، تطبخ حتى تتعقد وتمزج بالماء ، وتشرب في ساعتها لكي لا تتخمر إذا مر وقت عليها ، فهي طيبة حلال⁴ ، وذكر العسل لشرفه ، وطيب مذاقه ، وفائدته .

ز - الجلوس للأكل وعدم الاتكاء :

عن أبي جحيفة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((لا آكل متكئا))⁵ ، ويفهم منه كراهة الاتكاء على أحد الشقين عند الأكل وتلقي الطعام ، وإنما يستحب الجلوس لذلك تواضعا ، وأنفع للأكل وأقل ضررا لسهولة وصول الطعام للمعدة⁶ .

م - شراب الماء على دفعات :

عن أنس رضي الله عنه قال : كان رسول الله عليه الصلاة والسلام يتنفس في الشراب ثلاثا ، ويقول : ((انه أروى ، و أبرأ ، و أمرأ)) ، قال أنس : وأنا أتنفس في الشراب ثلاثا⁷ .

¹ - صحيح البخاري 5417 كتاب الأطعمة باب التلبينة ، مختصر صحيح مسلم 1477

² - شرح البخاري لابن بطلال 9 / 484

³ - صحيح البخاري 5431 كتاب الأطعمة باب الحلواء والعسل 397

⁴ - شرح البخاري لابن بطلال 11 / 58

⁵ - صحيح البخاري 5398 كتاب الأطعمة باب الأكل متكئا

⁶ - فتح الباري لابن حجر 9 / 541 باب الأكل متكئا

⁷ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1293 كتاب الأشربة باب كان الرسول يتنفس في الشراب ثلاثا ص 260

أي أكثر ريباً ، وأحسن شراباً ، وأهناً ، وأقل ضرراً بعكس الشرب دفعة واحدة¹ ، لا يحصل الارتواء ، وأثقل على المعدة .

المطلب الثالث: فيما يتعلق بمكافحة الأمراض المعدية

لا يخلو الهدى النبوي الشريف الذي يوجه إلى حفظ الصحة العامة والشخصية من أن يتضمن العناصر الأساسية التي تحقق ذلك ، منها النظافة العامة كما ورد في المطلب الأول من هذا المبحث ، والطعام الصحي وحسن اختياره كما ورد في المطلب الثاني ، وهنا في هذه المطلب نقف على ما تضمنه هدي المصطفى -عليه الصلاة والسلام- فيما يتعلق بمكافحة الأوبئة ، والأمراض المعدية ، وحصرها لكي لا تنتشر بين الناس ، لضمان سلامتهم منها ، وبقائهم بصحة جيدة كما يأتي :

1- فيما يخص فم المسلم ، وطهارته ، ونظافته :

فم الإنسان هو البوابة الأولى لدخول الطعام والشراب للجسم ، فيلزم من ذلك أن يكون نظيفاً ، طاهراً لكي لا يتلوث الأكل ، أو الشرب أثناء مروره من هذا الباب . فبعد العناية بالطعام واختيار الأنسب ، والأفضل منه ، حظي فم المسلم باهتمام خاص من قبل المصطفى - صلى الله عليه وسلم - من خلال توجيهه لأتمته بالمداومة على المضمضة والسواك ، عند الوضوء للصلاة ، وقبل الأكل وبعده .
أ - المضمضة :

عن سويد بن النعمان -رضي الله عنه - قال : " خرجنا مع رسول الله - صلى الله عليه وسلم - إلى خيبر ، فلما كان بالصهباء دعا بطعام ، فما أتى إلا بسويق ، فأكلنا ، فقام إلى الصلاة فتمضمض وتمضمضنا² " ، فالمضمضة بعد الأكل تقي الأسنان من التسوس ، والتعفن ببقايا الطعام ، وهي سنة مؤكدة كان - عليه الصلاة والسلام - يواظب عليها ، ويحث أتمته على تنظيف أفواههم بعد الأكل بالماء من بقايا الطعام كي لا يحصل التعفن ويتسبب في بعض العلل³ .

¹ - اكمال المعلم في شرح صحيح مسلم للقاضي عياض كتاب الأشربة باب كراهة التنفس في الإناء 6 / 254

² - صحيح البخاري 5454 كتاب الأطعمة باب المضمضة بعد الطعام ص401

³ - شرح صحيح البخاري لابن بطال 18 / 124

ب - السواك :

-عن الصديقة بنت الصديق - رضي الله عنهما - قالت : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " السواك مطهرة للفم مرضاة للرب¹ " ، والسواك يعود الأراك الذي كان في زمن التشريع ولا زال إلى يومنا هذا يضاهيه معجون تنظيف الأسنان بالفرشاة المتوفر الآن فيعمل عمله في طهارة الفم وتنظيفه ، وتوجد أنواع عديدة ومختلفة منه .

ج - التنفس في الإناء عند الشراب :

من آداب الإسلام كراهة التنفس في الإناء عند الشرب ، عملا بسنة النبي - عليه الصلاة والسلام حفاظا على الصحة ، ووقاية من الأمراض بين الناس .
عن أبي قتادة عن أبيه - رضي الله عنهما - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- ((إذا شرب أحدكم ، فلا يتنفس في الإناء ، و إذا بال أحدكم فلا يمسح ذكره بيمينه ، وإذا مسح أحدكم فلا يمسح بيمينه))² ، التنفس في الإناء منهي عنه ، وكذلك النفخ فيه أيضا ، لئلا يتقدر³ ، لاحتمال أن تكون الأبخرة الخارجة من الفم والداخلة إلى الإناء ناقلة لبعض الأمراض ، والروائح الكريهة ، والسنة إزاحة القذى من الإناء لا النفخ فيه .

وألا يمس المسلم ذكره بيمينه عند التبول ، وكذلك عدم الاستنجاء باليمين لأن - العورة موضع الأذى ، وخصصت اليد اليسرى لذلك ، واليد اليمنى للأكل والشراب تحرزا من نقل الأذى مع التأكيد على تحري النظافة باستمرار.

2- تفادي الأوبئة :

لكي يتفادى المؤمن الإصابة بالأوبئة ، أو الأمراض المتناقلة يجب عليه ، اتباع الخطوات العملية الآتية :

أ- حفظ أواني الأكل والشرب وتغطيتها :

¹ - مسند احمد بن حنبل 24969 تعليق شعيب الأرنؤوط صحيح لغيره اسناد حسن 62-27/ 11

² - صحيح البخاري 5630 كتاب الأشربة باب التنفس في الإناءص432

³ - شرح صحيح البخاري لابن بطلال 1/ 243

عن جابر بن عبدالله - رضي الله عنه - قال : سمعت النبي -صلى الله عليه وسلم - يقول : " غطوا الإناء وأوكوا السقاء ، فإن في السنة ليلة ينزل فيها وباء لا يمر بإناء ليس عليه غطاء ، أو سقاء ليس عليه وكاء ، إلا نزل فيه من ذلك الوباء¹ " ، ويفهم منه طلب تغطية الأواني التي تستعمل في إعداد الطعام والشراب وتناوله تحرزاً من وقوع الملوثات مثل الذباب ، والفئران ، والأتربة ، والغبار ، والأوبئة الموجودة في الهواء وتنزل على الأرض فتقع فيها إذا لم تكن محمية ومغطاة ، وكذلك حمايتها من الشياطين والجن كي لا تأوي إليها².

ب- الحرص على نظافة الأماكن العامة وعدم تلويثها :

عن معاذ بن جبل - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " اتقوا الملاعن الثلاثة ، البراز في الموارد ، والظل ، وقارعة الطريق³ " ، ويفهم منه عدم قضاء الحاجة في الأماكن العامة التي يتردد عليها الناس مثل موارد المياه للشرب منها أو الوضوء بها كعيون الماء ، أو الأنهار ، وكذلك ظل الحوائط والأشجار التي قد يجلسون تحتها ، وأيضا الطرق التي يسلكونها ، وعدم تلويثها بكل ما يقدرها ، ويتأذى منه الغير⁴ .

3- عزل المرضى و منع انتشار الأمراض المعدية والآفات بين الناس :

أن يعيش الإنسان حياة طيبة ، يتمتع بدوام الصحة والعافية ، غاية يتمناها الجميع وحرصت الشريعة الإسلامية على أن تكون واقعا يعيشه المسلم طيلة حياته ، ولكن قد يصاب البعض بعزل ، و أمراض لها خاصية الانتشار، والانتقال من شخص لآخر، فلزم وقاية الآخرين منها لكي لا يصابوا بها باختلاط المريض فترة مرضه مع المعافى ، وفي الهدى النبوي منهج وقائي يحد من اصابة الأصحاء بنفس الأوبئة التي أصابت غيرهم :

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1282 كتاب الأشربة باب غطوا الإناء وأوكوا السقاء ص 259

2 - اكمال المعلم في شرح صحيح مسلم للقاضي عياض 6 / 248

3 - مسند الصحابة في الكتب التسعة 328 مسند معاذ بن جبل ، الأذكار لمحيي الدين النووي 269 ، صحيح ابن حبان 2413 ، سنن

ابن ماجة 3846 ، صحيح وضعيف ابي داود 26 (حديث حسن)

4 - سبل السلام شرح بلوغ المرام كتاب الطهارة 17 / 101 موقع شبكة مشكاة الإسلامية

أ- عزل المرضى :

عن أبي هريرة -رضي الله عنه - قال : قال النبي- صلى الله عليه وسلم :
"لا يورد ممرض على مصح¹ " ، ونهى المصطفى -عليه الصلاة والسلام - في هذا
الحديث عن ورود المريض على الصحيح المعافى واختلاطهم ، لما في ذلك من
احتمال التأدي² ، وهذا الأمر كما يكون بين الناس ، يكون أيضا بين الدواب والإبل ،
فلا يورد الجمل الأجرى على باقي الإبل غير المصابة بالجرب ، فينتقل إليها
بالاحتكاك³ ، أي أن هذا الأمر بالاجتناب إنما هو للمخافة على الصحيح ، ووقايته من
ذوي العاهات بالانتقال له بالاختلاط .

ب - تفادي الأوبئة

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال النبي - صلى الله عليه وسلم -
"لا عدوى ، و لا طيرة ، و لا هامة ، و لا صفر ، وفر من المجذوم كما تفر من
الأسد⁴ " ، بالنظر في هذا الحديث وللوهلة الأولى يُرى تناقض ، وتعارض بين أوله
و آخره ، إذ نفى انتقال الأمراض في أوله بين الناس بلفظ (لا عدوى) ، ولكن نبه
إليها بالابتعاد عن الشخص المصاب بالجذام ، وعند التمعن في الحديث ينجلي
الغموض ، والتعارض ، ويظهر التوافق بين أجزاء الحديث ، حيث كانت الجاهلية
تعتقد أن الأمراض كلها تعدي بطبيعتها⁵ من غير إضافة ذلك إلى الله - تعالى - فأبطل
المصطفى -عليه الصلاة والسلام- هذه الخرافة بقوله : ((لا عدوى)) .

أما الأمراض التي لها خاصية الانتشار بين الناس بالاختلاط كالجذام ، والطاعون،
والبرص، خصصت في آخر النص بقوله -عليه الصلاة والسلام - ((وفر من
المجذوم)) ويفهم منه أن الدنو ، والاقتراب من المجذوم من الأسباب التي أجرى الله
العادة بأن تفضي إلى مسبباتها⁶ ، أي من الأسباب التي تؤدي للإصابة بنفس المرض

1 - صحيح البخاري 5771 كتاب الطب باب لا هامة 457

2 - الأداب للبيهقي باب لا عدوى 1 / 209

3 - فتح الباري لابن حجر العسقلاني 3 / 266

4 - صحيح البخاري 5707 كتاب الطب باب الجذام 445

5 - فتح الباري لابن حجر 3 / 266

6 - فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر 3 / 270

غير أن الجذمي ليسوا كلهم سواء وكذلك باقي الأمراض التي تنتقل بالمخالطة ، لأن المرض له مراحل متوالية قد يكون في إحداها معدياً ، وفي مرحلة اخرى غير معد¹ عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : (إن النبي - صلى الله عليه وسلم - أكل مع مجذوم ، وقال : ((ثقة بالله ، وتوكلا عليه))² ، وهذا يعني أن المريض قد تجاوز مرحلة العدوى ، أو ربما يكون قد برئ ولكن ترك الآثار الدالة عليه .

عن الشريد - رضي الله عنه - قال : كان في وفد ثقيف رجل مجذوم ، فأرسل إليه النبي - صلى الله عليه وسلم - قوله : ((إنا قد بايعناك فارجع))³ ، وهذا الحديث يوافق ما ورد عنه - عليه الصلاة والسلام - ((وفر من المجذوم فرارك من الأسد)) ((لا يورد ممرض على مصح)) ، ويفهم منه أن الأمر بالفرار ، والاجتناب ، هو الإباحة ، و الاحتياط لا الوجوب ، ويثبت للمرأة الحق والخيار بين فسخ عقد النكاح أو قبوله إن ثبت أن الزوج مجذوم ، أو كان به جذام⁴ ، لأن احتمال انتقال المرض لها قائم ، وكذلك الأثر النفسي المترتب عليه أيضا كإدامة النظر إلى المريض ، والتقرز منه يولد شعورا سيئا لدى الطرفين ، وهذه الجوانب السلبية المترتبة على الإصابة بالمرض المعدي .

ج - الطاعون ومنع انتشاره بين الأمصار :

عن اسامة بن زيد - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - "إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها ، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها"⁵ ، هذا الأمر يدل على المسلم أن يتقي المكاره ، قبل وقوعها ، ويتجنب الأشياء المخوفة قبل هجومها⁶ ، وأن عليه الصبر وعدم الجزع بعد حصولها ، وأنه - عليه الصلاة والسلام - نهى من لم يكن بأرض الوباء عن دخولها ، وإذا وقع بأرض

¹ - فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر 267 / 3

² - الأداب للبيهقي 351 باب لا عدوى 1 / 211 ، الحاكم في المستدرک 7196 صحيح الإسناد 7 / 166

³ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1490 كتاب الطيرة والعدوى باب في اجتناب المبتلى 293

⁴ - شرح النووي على مسلم باب اجتناب المجذوم 14 / 228

⁵ - صحيح البخاري 5728 كتاب الطب باب ما يذكر في الطاعون 449

⁶ - شرح البخاري لابن بطال 18 / 26

نهى ساكنيها ومن فيها عن الخروج منها بعد وقوعه فرارا ، وتفاديا ، ومنعا من انتشاره في غير تلك البقعة من الأرض ، وبين أناس آخرين¹ .

ومن خلال ما ورد من أدلة في هذا المبحث ، والتي تبين حرص المصطفى - عليه الصلاة والسلام - على أن يعيش المسلمون بصحة جيدة ، وعافية تامة ، محافظون على هذه النعمة التي أنعم الله - تعالى - بها عليهم ، باتباعهم لما وجههم ، وأرشدهم إليه في هديه - عليه الصلاة والسلام - بالاهتمام بالنظافة الشخصية (الطهور شطر الإيمان) ، (السواك مطهرة للفم مرضاة للرب) ، وكذلك اختيار الطعام الجيد ، والضروري كعنصر أساسي لاستمرار الحياة ، وتفادي الأطعمة الفاسدة الضارة بالصحة (بيت لا تمر فيه جياح أهله) .

وورد في الفقرات الثلاث الأخيرة من المبحث أدلة على نصحه - عليه الصلاة والسلام - لأُمَّته بتفادي الإصابة بالأوبئة التي لها خاصية الانتشار بين الناس ، وعزل المصابين منهم عن الأصحاء ((لا يورد ممرض على مصح)) ، والنهي عن توافد الناس إلى الأماكن الموبوءة ، ودخولها ، أو الانتقال منها إلى غيرها ، كما ورد فيما يخص وباء الطاعون ((إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها ، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها)) ، وبالنظر فيما ورد نجد أن تلك الأدلة في مجملها تبني نظاما دقيقا بإمكانه منع انتشارها ، أو الحد ، والتقليل منها ، وإنما في هذه الأيام في أمس الحاجة إلى تطبيق ما جاء في هدي نبي الرحمة - صلى الله عليه وسلم - حول مكافحة الأمراض المعدية ضد هذا الوباء المنتشر الآن ، وهو ما سماه الأطباء الآن بوباء العصر والذي سببه فيروس كورونا الفتاك ، ضحاياه في تزايد كل يوم ، وإن ما تقوم به الأطقم الطبية في كل أنحاء العالم رغم أنه مطلوب ، وممدوح - غير كاف في صده ، ومحاصرته ، والقضاء عليه ، وليس لنا سبيل في ذلك إلا بتطبيق ما ورد في سنة الحبيب المصطفى عليه الصلاة والسلام طبيب القلوب ، ومعلم البشرية ، وما وضعه من نظام وقائي ضد الأوبئة يقي المجتمع الإسلامي من خطرها .

¹ - شرح صحيح البخاري لابن بطال 18 / 26

وإن كل ما ورد في هذا المبحث من أدلة أورتها السنة النبوية الشريفة لحفظ الصحة ، والوقاية من الإصابة بالأمراض سواء التي تنتقل بين الناس وتوصف بالأوبئة ، أو التي لا تنتقل وتبقى رهينة المصاب بها ، أي أن هدي المصطفى - عليه الصلاة والسلام - للحفاظ على نعمتي الحياة ، و الصحة ، للمؤمنين منهج عمل يجب معرفته وفهمه ، واتباعه بكل ما امكن لينعم المسلم بنعم الصحة ، والنشاط ، والحيوية ، والعيش بلا آلام ، وأمراض ، ومعاناة ، وهو في مجمله ثقافة صحية دينية تحقق السعادة ، والأمان .

المبحث الثالث

أدلة الصحة الوقائية البدنية من استنباطات العلماء

يتم من خلال هذا المبحث استعراض أقوال ، وآراء العلماء للاستدلال بها على حرص واهتمام الشريعة الإسلامية الغراء بصحة المسلم ، وسلامته من العلل والأمراض ، والربط بين ما ورد في الكتاب والسنة حول ذلك وما استنبطه وتوصل إليه الفقهاء والعلماء منه .

ومثال ذلك ما ورد عن ابن الجوزي بالخصوص : " من تأمل هدي النبي - صلى الله عليه وسلم - وجده أفضل هدي واسلوب يمكن حفظ الصحة به ، فإن حفظها موقوف على تدبير المطعم ، والمشرب ، والملبس ، والمسكن ، والهواء ، والنوم واليقظة والحركة والسكون ، والمنكح ، والاستفراغ ، والاحتباس ، فإذا حصلت هذه وفق الملائم للبدن ، والبلد ، والسن ، والعادة ، كان اقرب إلى دوام الصحة ، أو غلبتها إلى انقضاء الأجل " ¹.

ولما كانت الصحة والعافية من أجل النعم التي أنعم الله بها على عباده ، وأجزل عطياه وأوفر منحه ، بل العافية المطلقة أجل النعم على الإطلاق ² .

¹ - الطب النبوي لابن الجوزي 4 / 51
² - المصدر نفسه

فحقيق لمن رزق حظا منها مراعاتها ، وحفظها ، وحمایتها عما يضادها وفق ما بينته شریعتنا السمحاء وهو ما يتناوله هذا المبحث في المطالب الثلاثة التالية :

المطعم والمشرب ، النوم والحركة ، محظورات يجب الابتعاد عنها .

المطلب الأول : المطعم والمشرب :

أولا المطعم (الغذاء) :

كان للغذاء أهمية كبيرة في حفظ صحة المسلم من منظور الشريعة الإسلامية الغراء فقد ورد عن رب العزة قوله ﴿ يَتَأَيَّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا

رَزَقْنَاكُمْ وَأَشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴾ ¹ ، وفيما أوحاه لرسوله الكريم -عليه الصلاة والسلام - بأن يحل لأمته الطيب النافع من الطعام ، ويحرم عليهم الخبيث الضار من أصناف الطعام وغيرها بقوله - سبحانه وتعالى- ﴿

وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبِيثَاتِ ﴾ ² ، ويقول الدكتور محمد نزار الدقر ³ : "فصارت آداب الطعام من ضمن الهدى النبوي الشريف الذي يحرص على أن يكون طعام المسلم نظيفا ، خاليا من أي تلوث ، وأن يغسل يديه قبل الأكل وبعده ، ولا يسرف في كمية الأكل ، وأن يتناول الطعام باليد اليمنى ⁴ " ، ويرى ابن الجوزي أن الحمية ضرورية كنظام وقائي لتغذية المسلم ⁵ ، وتقليل كمية الأكل أفضل

1 - سورة البقرة -- الآية 172

2 - سورة الأعراف -- الآية 157

3 - محمد نزار الدقر طبيب متخصص في الطب الإسلامي

4 - روائع الطب الإسلامي محمد نزار الدقر 1 / 4

5 - الطب النبوي لابن الجوزي ت الصيد الجميلي ص181 ط1 لسنة 1410 هـ / 1990 دار الكتاب بيروت

من كثرته ، وإن الجمع بين بعض الأغذية يصلحها كما جمع - عليه الصلاة والسلام - بين القثاء والرطب ، فيكسر حرارة الرطب ببرودة القثاء .

ولكن بعض الأطعمة جمعها يضر البدن كغذاءين حارين ، ولا سريع الهضم و بطيئه ، ولا الأطعمة العفنة¹ .

ولم يكن من عادة النبي - عليه الصلاة والسلام - حبس النفس على نوع واحد من أنواع الطعام المتاحة له ، ولا يتعداه إلى غيره ، فإن ذلك يضر به لأنه إن لم يتناول غيره ضعف أو هلك ، و إن تناول غيره ولم تقبله الطبيعة البشرية كان ضارا له أيضا .

فقصر البدن على نوع واحد من الأطعمة خطر عليه ، لعدم تحقق ، واكتمال الفائدة المرجوة من الطعام بسبب نقص بعض العناصر التي تكون في طعام ويخلو منها طعام آخر، بل كان - عليه الصلاة والسلام - يأكل ماجرت عليه عادة أهل البلد من لحم ، وفاكهة ، وخبز ، وتمر ، وغيرها² ، و إن كان في صنفين من الطعام يحتاج إلى كسر ، وتعديل ، كسره ، وعدله بضده ، كتعديل حرارة الرطب بالبطيخ أو القثاء وإن لم يجد ضده ، تناول القليل منه بلا إسراف .

ويضيف ابن القيم على ذلك : "أن المصطفى - عليه الصلاة والسلام - كان يأكل من فاكهة البلدة التي يقدم إليها لحفظ الصحة ، لأن الله - تعالى - جعل في كل بلدة من الفاكهة ما ينتفع به أهلها في وقته فيكون من أسباب صحتهم ، وعافيتهم ، ولكنه - عليه الصلاة والسلام - كان لا يسرف في تناولها ، ولا يحمل طبيعة جسمه فوق ما تتحمله ، ولا يفسد بها الغذاء الذي تناوله قبل الهضم ، ولا يشرب عليها الماء ، ويتحلى بها قبل الغذاء لا بعده"³

¹ - الطب النبوي ص 182
² - محمد نزار الدقر روائع الطب الإسلامي 2 / 13
³ - الطب النبوي لابن القيم 51 / 10

ومن الأغذية التي يرى العلماء أن على المسلم المداومة على التزود منها¹ حفاظا على صحته ، (التمر ، العسل ، زيت الزيتون ، الخبز الأسمر غير المبالغ في تخيله ، التلبينة و لحم الطيور ، والأسماك ، الحبوب ، الفاكهة)² ، وكل الأنواع سالفة الذكر ورد ما يدل على أهميتها كغذاء ودواء للمسلم في الكتاب والسنة ، ففي العسل ورد قوله - تعالى- : ﴿ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ﴾³ ، ويقول الزهري : "العسل

يجلو البصر ويشد الفؤاد⁴ : " ، وفي التمر ورد عن الصديقة بنت الصديق - رضي الله عنهما - قول النبي - عليه الصلاة والسلام - : ((يا عائشة بيت لا تمر فيه جياح أهله))⁵ ، وعن الزيت ورد عن أبي هريرة - رضي الله عنه قال : قال رسول الله- صلى الله عليه وسلم - : ((كلوا الزيت و ادهنوا به فإنه من شجرة مباركة))⁶ .

وإن القمح والشعير من أنفع الأغذية⁷ ، والتلبينة تنظف الجهاز الهضمي وتقويه وتريح النفس⁸ ، فعن عائشة - رضي الله عنها - قالت : سمعت رسول الله يقول : ((التلبينة تجم فؤاد المريض ، وتذهب ببعض الحزن))⁹ ، ويضيف الرازي أطعمة أخرى مثل الزبيب ، والسَّمْسَم ، والزنجبيل ، والينسون ، والعدس ، لتحسين صحة البدن¹⁰ .

وينصح ابن القيم " من أراد أن يتمتع بالصحة ، والعافية ، أن يجود طعامه ، وأن يأكل على نقاء ، وأن يتمدد بعد الغداء ، وأن يتمشى بعد العشاء ، وأن لا يأكل طعاما

1 - الأمراض والطب 4 / 13- 15 أبي عبدالله محمد بن عبدالواحد ضياء المقدسي

2 - مختصر الطب والعلاج بالأغذية في المغرب العربي ص 30 عبد المالك بن حبيب القرطبي - شبكة مشكاة الإسلامية

3 - سورة النحل ----- الآية 69

4 - مختصر الطب والعلاج للقرطبي ص 30

5 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1318 كتاب الأطعمة باب بيت لا تمر فيه جياح أهله ص 264

6 - سلسلة الأحاديث الصحيحة 379

7 - الطب النبوي لابن القيم 104

8 - المصدر نفسه 115

9 - صحيح البخاري 5689 كتاب الطب باب التلبينة للمريض ص 443

10 - الحاوي في الطب لأبي بكر الرازي 1 / 23 موقع شبكة مشكاة الإسلامية

وما زال في معدته طعام لم يتم هضمه ، وأن لا يأكل طعاما يصعب مضغه ، أو هضمه ¹ .

وترى الطبية آمال أحمد البشير أن الصحة الاجتماعية تابعة للصحة الجسدية ، والمعنوية ، مؤثرة فيها ، ومتأثرة بها² ، وإن أسباب الوقاية من العلل مرتبط بسلوك المسلم ، وعباداته من قراءة للقرآن ، وذكر ، وصيام ، و تنظيم لغذائه³ .

الصيام :

إن التوسط في كمية الطعام ، والشراب التي يتزود بها المسلم له أهمية في شرعنا

الحنيف، فقد قال - تعالى : ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾⁴ ،

وفرض الله تعالى صوم شهر في السنة عبادة يثاب عليها المسلم ، يمتنع فيه عن الأكل والشراب من طلوع الفجر إلى مغيب الشمس ، وفضل الصوم على المسلم كبير، فبالإضافة إلى الأجر الذي يتحصل عليه من الخالق المعبود يعود عليه بالنفع صحيا ، ليحافظ على صحته النفسية ، والبدنية ، فمدة الصوم عن الأكل والشرب تعطي راحة للمعدة ، وكل الجهاز الهضمي من العمل الدائم والشاق في هضم الطعام وتصريفه ، ويسمح لجسم الصائم بالتخلص من السموم ، والترسبات الناتجة عن الأكل المتتالي ، ويفيد في إنقاص الوزن الزائد ، والبدانة ، ويعيد له القوام المناسب ، وخفة الحركة ، والنشاط بعد التخلص من العبء الزائد عليه⁵ الذي تكوّن من حصيلة عام تام يتزود خلاله المسلم من شتى أنواع الطعام منها الدسمة ، والثقيلة ، وعسيرة الهضم المتعبة لوظائف الجسم ، اضافة إلى بعض العادات السيئة والخطيرة على صحة المسلم مثل التدخين ، والإفراط في شرب المنبهات ، والمشروبات الغازية ، وغيرها مما يكون في الولائم من إسراف ، ومبالغة ، فيكون الصوم بالامتناع عن كل

1 - الطب النبوي لابن القيم 61 / 2

2 - بحث علمي د آمال احمد البشير بالشبكة الإلكترونية بعنوان الطب في الإسلام ص 2

3 - المصدر نفسه ص 4

4 - سورة الأعراف -----الآية 31

5 - محاضرة للطبيب احمد الدوسري بعنوان الصحة والطب وقفات فقهية ص 5 الموسوعة الإسلامية

ذلك ساعات طويلة من النهار لكبح جماح الشهوات ، ولتتحقق به الاعتدال الطبيعي للبدن بأخذ ما يحتاجه من الطعام فقط والتخلص من الزائد عن حاجته ، وسواء كان الصوم فريضة كما في رمضان المبارك أو تطوعا كصيام الاثنين والخميس من كل أسبوع ، وما جرت عليه السنة النبوية الشريفة في تاسوعاء و عاشوراء ، أو يوم عرفة وغيره من الأيام المباركة¹ .

الرضاعة الطبيعية :

كان من ضمن اهتمام الشريعة الإسلامية الغراء طعام المسلم الذي هو العنصر الأساسي الذي يعتمد عليه في بناء بدن مناسب له قوام ومقدرة على القيام بما هو مطلوب منه و كان لابد أن يكون ذلك الاهتمام في أول حياته ، ومنذ نشأته الأولى ، فنجده متمثلا في الرضاعة الطبيعية ، وإطالتها قدر الإمكان إلى حولين كاملين² ليحصل المولود على الغذاء الكامل من أمه ، الذي يضمن له العناصر اللازمة لبناء جسمه ، والمناعة التي تحميه من الأمراض قال تعالى : ﴿ وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ

أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنَمِّ الرِّضَاعَةَ ﴾³ ، ومن خلال ما ورد سابقا يتبين من آراء ، وأقوال العلماء أن النظام الغذائي الصحي الواضح في القرآن والسنة النبوية الشريفة في تدبير الطعام والشراب في غاية الدقة العلمية على المسلم اتباعه ، لسلامته من الأمراض والأسقام ، والعلل التي يمكن أن تصيبه جراء سوء تنظيمه وتدبيره لطعامه .

ثانيا : المشرب :

المصطفى - صلى الله عليه وسلم - من أكمل الخلق ، وأشرفهم ، وأفضلهم هديا ، وأعلمهم بما ينفعهم في حياتهم الدنيا ، والآخرة بما أفاض الله - تعالى - عليه وحيا

¹ - الصحة والطب وفتاى فقهية احمد الدوسري ص 23

² - روائع الطب الاسلامي 1 / 3 محمد نزار الدقر طبيب متخصص في الطب الاسلامي موسوعة الإعجاز العمي في القرآن والسنة

³ - سورة البقرة ----- الآية 233

يحمل علما ، ونورا ، لقد دل أمته على خير الأمور ، وانفعها في القلوب والأبدان¹ ، ومن هديه في الشراب يرى ابن الجوزي إن من أكثر أسباب حفظ الصحة شرب الماء المحلى البارد اقتداء بالنبي عليه الصلاة والسلام ، الذي كان يخلط الماء البارد بالعسل لدفعه السموم ، والفضلات من الجهاز الهضمي ، وتحصل به التغذية للبدن بما في العسل من عناصر مغذية ، ومقوية² ، وخلط الماء البارد بالزبيب ، والعسل ، والتمر لينتفع البدن ، ولحفظ الصحة ، والماء البارد انفع من الساخن .

وكان عليه - الصلاة والسلام - يفضل الماء البائت عند استسقاؤه على الحديث كما ورد عنه ذلك : فعن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : أن النبي - عليه الصلاة والسلام- دخل على رجل من الأنصار ومعه صاحب له فقال له : " إن كان عندك ماء بات في شنة هذه الليلة ، وإلا كرنا³ " ، فسكب له في قدح من الماء البائت عنده ، فشرب هو وصاحبه عليه الصلاة والسلام .

ويرى ابن الجوزي في ذلك ، أن الماء البائت بمثابة العجين المخمر ، لأن الشوائب تنفصل عنه فيصفي ، ويستعذب⁴ ، ويرى أن شرب المسلم الماء ، أو أي شراب مباح قائما يضر بالبدن ، لسرعة وصوله للمعدة دفعة واحدة دون تدرج ، ولا يحصل به الارتواء المطلوب ويعرقل خروج الغازات من المعدة ، وقد يتسرب بعضه إلى مجرى التنفس ، فالشرب قائما لا ينصح به إلا لحاجة ، أو للتضلع بماء زمزم اقتداء برسول الله - صلى الله عليه وسلم - فقد شرب منها واقفا وقال : ((زمزم طعام طعم وشفاء سقم))⁵ ، ويستدل به على الفوائد الجمة من ماء زمزم ، فيها القوة وفوائد الاغتذاء لأيام كثيرة ، أي يشبع من شرب منه ، وكذلك شفاء ، ووقاية من العلل إذا شرب بقصد نيل الصحة ، والعافية⁶ .

¹ - الطب النبوي لابن الجوزي ص182

² - المصدر نفسه

³ - صحيح البخاري 5613 باب سرب الماء ص 430

⁴ - الطب النبوي ص 182

⁵ - جامع صحيح الألباني 3572

⁶ - الخمسين من طب سيد الأولين والآخرين 5/ 6 معتز عبد الفتاح

ومن خلال ما ورد سابقا يتبين من آراء ، وأقوال العلماء أن النظام الغذائي الصحي الواضح في القرآن والسنة النبوية الشريفة في تدبير الطعام والشراب في غاية الدقة العلمية على المسلم اتباعه ، لسلامته من الأمراض والأسقام ، والعلل التي يمكن أن تصيبه جراء سوء تنظيمه وتدبيره لطعامه .

المطلب الثاني - النوم واليقظة ، والحركة والسكون

أولا النوم واليقظة :

يقول المولى - عز وجل - في محكم كتابه الذي احتوى على كل ما ينفع المؤمنين في الدنيا والآخرة من هداية ، وعلوم ﴿ وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُباتًا ۝٩ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ۝١٠ ﴾

﴿ ١٠ ﴾ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ﴿ ١١ ﴾ ¹ اقتضت حكمته - سبحانه وتعالى - أن جعل من

النهار مجالا لحركة الإنسان في ملكوته ، من سفر ، وطلب رزق ، وعلم ، وجعل من الليل لباسا للناس رافة بهم يخلدون فيه للراحة من تعب النهار ، وإن مكابدة المسلم في النهار وكده تتطلب الراحة وأفضل ما تكون في النوم ، وفي ذلك ما وصفه ابن القيم في كتابه الطب النبوي : " النوم الطبيعي إمساك الأعضاء والقوى عن أفعالها " ² ، أي أن قوى الحس ، والإرادة والحركة يلزمها النوم والسكون حتى يسترخي البدن ويرتاح فلا يشعر بالتعب ، والهوان الذي كان عليه قبل النوم جراء العمل والحركة .

هذا هو النوم الطبيعي عكس النوم غير الطبيعي الذي ينتج عن سبب عارض علة ، أو دواء وللنوم فائدتان ³ : أولاهما سكون الجوارح ، وراحتها بعد طول الحركة ، واليقظة ، والعمل أي أن النوم المعتدل يعفي الجسم ، والأعضاء من أداء الوظائف المكلفة بها ، ويريح الحالة النفسية ، ويعيد لها وللبدن التوازن .

¹ - سورة النبا -----الآيات 9 ، 10 ، 11 ،

² - الطب النبوي لابن القيم 2 / 56

³ - المصدر نفسه 3 / 56

أما الفائدة الثانية فهي إتمام مرحلة هضم الأكل بعد الغداء في النهار في الهجرة بعد الظهر ، ويرى ابن القيم نقلا عن ابن عباس أن نوم النهار على ثلاثة حالات (خلق حمق ، حرق)¹ ، فالخلق هو النوم القصير في الهجرة (القيلولة) ، وهي خلق رسول الله - صلى الله عليه وسلم - والحرق هو نوم الضحى يشغل عن أمر الدنيا والآخرة ، والحمق هو نوم العصر يؤذي العقل .

أي أن النوم عند الضحى من النهار أو العصر ، نوم رديء يورث الأمراض ، والعلل يضعف القوى البدنية فيصاب الإنسان بالكسل وعدم القدرة على الحركة لقلّة النشاط وضعف الشهوة² .

وأفنع النوم أن تكون بدايته على الشق الأيمن لاستقرار الطعام بالمعدة لبرهة ، ثم على الشق الأيسر للإسراع في عملية هضم الطعام لفترة وجيزة أيضا ، ثم العودة للنوم على الشق الأيمن ليسهل خروج الطعام من المعدة بعد إتمام هضمه ، ويضيف ابن القيم أن النوم على الشق الأيسر لفترة طويلة يضر بالقلب بسبب ميل الأحشاء عليه ، والنوم على الظهر لا يضر إلا من كانت به زكمة ، لاحتمال تسرب بعض الإفرازات الناتجة عن الزكام إلى الرئتين، وهو مفيد للراحة والاستلقاء لا للنوم الطويل ، ولا ينصح بالنوم على البطن والوجه لأنه مخالف للنوم الجيد إلى وضع رديء ربما يدل على مرض البطن³ ، والنوم بعد تناول طعام العشاء ليلا ضار بالصحة فلا بد للأكل من المشي عقب الأكل ليسهل هضم الطعام ، ولا يثقل عليه النوم بعكس النوم بعد الغداء ، وما ورد سابقا هو أفضل حالات النوم ، وصوره ، وما كان على هيئة نوم المصطفى عليه الصلاة والسلام

النوم أول الليل ، أي النوم الباكر، والصحو الباكر، وبالقدر الذي يحتاجه البدن فلا يزيد عليه ، ولا ينقص منه ، ولا ينصح بالنوم على شبع ، أو النوم في الشمس ، أو أن يكون بعض البدن في الشمس وبعضه الآخر في الظل ، فقد نهى النبي - عليه

¹ - الطب النبوي لابن القيم 4 / 56

² - الطب النبوي لابن القيم 4 / 56

³ - المصدر نفسه 4 / 56

الصلاة والسلام - عنه كما ورد عنه فيما رواه أبو هريرة - رضي الله عنه- " إذا كان أحدكم في الشمس ، فقلص عنه الظل ، فصار بعضه في الشمس ، وبعضه في الظل ، فليقم¹ " هكذا هو النوم الجيد الموافق للسنة النبوية الشريفة² ، فيه صلاح النفس ، والقلب ، والبدن .

ثانيا الحركة و السكون :

الحركة التي مدار البحث هنا هي العمل ، وأداء الوظائف ، والرياضة التي لها حيز كبير من اهتمام الشريعة الإسلامية الغراء لأجل بناء قوام جيد ، واكتساب لياقة ، وقوة بدنية من خلال ممارسة المسلم لعدة أنشطة رياضية مثل السباحة ، والرماية ، وركوب الخيل³ ، قال- تعالى : ﴿ وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ

الْخَيْلِ⁴ ، وقال أيضاً : ﴿ قَالَتْ إِحَدَيْهُمَا يَا بْتَ اسْتَغْرَهُ إِبْتَ خَيْرَ مَنْ

اسْتَغْرَتِ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ ﴿٣٦﴾⁵ وكذلك توجيهه إلى اللهو الإيجابي الذي يحقق

اللياقة البدنية ، والنفسية ، فقد ورد عن المصطفى- عليه الصلاة والسلام - قوله : ((كل ما يلهو به المسلم باطل ، إلا رمية بقوس ، وتأديبه فرسه ، وملاعبته امرأته ، فإنهن من الحق))⁶.

ويرى ابن القيم أن استدامة الصحة بعد تدبير الطعام الجيد في الحركة ، وممارسة الرياضة خاصة في الصباح الباكر ، تعطي لبدن المسلم القوة ، والحيوية ، والنشاط⁷

1 - سلسلة الأحاديث الصحيحة 3110 احمد 283 / 2 الحاكم 271 / 4

2 - المصدر نفسه 56 / 1

3 - روائع الطب الإسلامي 1 / 3 محمد نزار الدقر

4 - سورة الأنفال --- الآية 60

5 - سورة القصص - الآية 26

6 - سنن النسائي 223 / مسند احمد 4 / 146 / 222 وعلق الجويني بقوله حديث صحيح في الفتاوى الحديثية 1 / 131

7 - الطب النبوي لابن القيم 61 / 2

وترك التكاسل أمر ضروري ، وإن المشي ليلا بعد وجبة العشاء ، والصلاة يحققان النفع الكثير لراحة ، وصحة النفس ، والبدن¹ .

ويرى الطبيب محمد الدقر أن الرياضة في الإسلام تهدف إلى أن يمتلك المسلم القوة البدنية وقد تضمنت بعض العبادات حركات رياضية كما في الصلاة من قيام ، وركوع ، وسجود وكذلك الحج كله رياضة من طواف ، وسعي بين جبلين يكون في بعض الأشواط مشيا ، وبعضها هرولة خفيفة ، وتنقل بين بعض المواقع سيراً²

وينقل عن علي بن العباس³ قوله : " للرياضة البدنية أهمية كبرى في حفظ الصحة ، فهي تنشط البدن وتبني العضلات وتقويها ،وتساعد في هضم الطعام ، وإخراج الفضلات ، والتخلص من السموم ، شرط أن لا تكون بعد الأكل مباشرة لكي لا ينحدر الطعام من المعدة إلى الأمعاء قبل هضمه⁴ " .

ويرى الطبيب مختار سالم ، أن سيدنا محمد - عليه الصلاة والسلام - أول من أسس ما يعرف حالياً بالطب الرياضي ، ووضع له اللبنة الأولى عندما أمر مرافقيه من الصحابة- رضوان الله عليهم - أجمعين بالجري الخفيف بدل المشي حتى لا يشعرون بالتعب من كثرة المشي ، وكان - صلى الله عليه وسلم - يسابق أم المؤمنين السيدة عائشة - رضي الله عنها⁵ ، ويضيف أن رياضة المشي أفضل الرياضات ، لأنها تحرك كل عضلات الجسم ، وتنشطها ، وتنقص الوزن ، وتنشط الدورة الدموية وتعيد للعمود الفقري اعتداله وهي رياضة تناسب كل الفئات الصغير، والكبير ، الذكر ، والأنثى حتى بعض المرضى ، مثل مرضى القلب في بدايته، وإن رياضة السباحة تقوي كل أطراف البدن ، وتنمي عضلاته ، وتكسيها مرونة ،

1 - الطب النبوي لابن القيم 52 / 4

2 - روائع الطب الإسلامي 1 / 112

3 - علي بن العباس طبيب مسلم عاش في القرن الرابع هجري صاحب كتاب الصناعة الطبية

4 - روائع الطب الإسلامي 113

5 - الطب الإسلامي بين العقيدة والإبداع ص 17 مختار سالم ط1 / 1998 مؤسسة المعارف بيروت لبنان

وسهولة في الحركة ، وفي الطب الحديث زمننا هذا أصبحت السباحة في الأحواض المائية علاج طبيعي للضعفاء لإعادة تأهيلهم ، وتقويتهم¹ .

وأفضل أماكن ممارسة الرياضة في الهواء الطلق ، تحت الشمس صباحا ، وبدون إفراط أو إجهاد حتى لا تكون لها آثار سلبية².

المطلب الثالث

محظورات يجب الابتعاد عنها

أولا : محظورات في المطعم والمشرب

فيما يتعلق بغذاء المسلم ، نلاحظ بعض الأصناف ، والعادات التي نهى عنها الشرع وحرّمها على المسلمين ، كل ما هو خبيث ضار بالصحة من مأكّل ، ومشرب ، وغيرها قال تعالى : ﴿ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبِيثَ ﴾³ ، كالخمر ، والميتة ، والدم ، ولحم الخنزير وما الحق بها من الخبائث الموجودة في هذا العصر كالمخدرات ، والتبغ ، وما كان من أسباب المرض ، والعجز ، والهلاك⁴ ، فعلى المسلم ترك كل ما هو ضار بصحته ، والالتزام بما بهدي المصطفى - عليه الصلاة والسلام - في تدبر الطعام و آدابه التي يؤكد علم الصحة الوقائي الحديث أنها تمثل نظاما دقيقا لحفظ الصحة بتجنب الغذاء الفاسد ، أو الضار وغير النافع ، وعدم الإسراف في كمية الطعام ، وعدم الأكل قبل هضم الطعام السابق ، وعدم الأكل متكئا ، وألا يأكل قبل أن يغسل يديه ، وأنية الطعام ، وألا يأكل باليد اليسرى⁵ ، وعدم ترك الأنية مكشوفة ، وغير محمية من التلوث ، كل ما ذكر من أمور قد تلحق الضرر

1 - الطب الاسلامي بين العقيدة والإبداع مختار سالم

2 - روائع الطب الاسلامي محمد الدقر 1 / 114

3 - سورة الأعراف ----- الآية 157

4 - روائع الطب الاسلامي محمد الدقر 1 / 4

5 - روائع الطب الاسلامي محمد الدقر 1 / 4

بصحة المسلمين يلزم تفاديها ، والعمل بما في الهدى النبوي من آداب كوقاية من العلل ، وحفظا للصحة .

جملة من الآداب أضفت على حياة المسلم لمسة جمالية ، في سلوكه الغذائي والاجتماعي.

ثانيا : محظورات سلوكيه أخرى .

من الأمور التي ظهرت جليا في مجال الطب الوقائي¹ القائم على ما في الدين الإسلامي من توجيهات للمسلم بتجنب الخبائث ، والمحرمات كحماية ، ووقاية له ولمجتمعه من الإصابة بالأمراض الفتاكة ، المعدية ، وحماية الأجنة في بطون أمهاتهم من التشوهات ، وحماية أفراد المجتمع الإسلامي من الحوادث ، ومن أجل بناء أسرة سليمة نجد تحريم الزنا ، واللواط ، وغيرها من الفواحش التي تعتبر مصدراً لانتشار الأوبئة بين المسلمين التي على رأسها مرض فقدان المناعة ، وفي ذلك يقول المصطفى عليه الصلاة والسلام ((ما ظهرت الفاحشة في قوم قط ، فعمل بها فيهم علانية ، إلا ظهر فيهم الطاعون ، والأوجاع التي لم تكن في أسلافهم))² ، أي أن تظهر فيهم أمراض وعلل لم تكن فيمن قبلهم أو غيرهم من مجتمعات لتطورها وتغير صفاتها ، وانقسامها بسبب انتقالها من شخص لآخر³.

ويرى الطبيب وسيم فتح الله⁴ إن إصابة الأطفال بالتشوهات الخلقية أثناء فترة الحمل مرده إلى أخطاء في تدبر الأحوال⁵ ، مثل الأغذية الضارة ، وسوء استعمال الأدوية ، وبعض السلوكيات الخاطئة ، وكذلك قلة الانضباط بثوابت الشريعة الغراء ، أو الابتعاد عنها ، وتعاطي السموم كالخمر ، والمخدرات .

¹ - روائع الطب الإسلامي محمد الذقر 1 / 4

² - جامع الأحاديث الصحيحة لعبد الرحمن السيوطي 15863 / 15 / 424/ حرف الكاف ، البيهقي شعب الإيمان 3315 / 197 / 3 ، كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال 4414 / 16 / 119

³ - روائع الطب الإسلامي 1 / 4

⁴ - د وسيم فتح الله طبيب اطفال صاحب كتاب الصحة والطب

⁵ - رسالة في الأم – الأطفال وتشوهاتهم الخلقية ص 29 وسيم فتح الله مكتبة مشكاة

ويضيف في بحثه أن بعض التشوهات الخلقية للأطفال قبل الولادة تنتج بسبب أمراض انتقلت للأم عن طريق ممارسة الجنس بشكل مشاع وغير منضبط ، أي خارج إطار الزوجية ، وهو ما يعرف بالزنا ، والشذوذ الجنسي ، فهو وسيلة فعالة في نشر الأمراض بين الناس غير الملتزمين بأوامر الدين الإسلامي الحنيف ، مثل مرض الزهري ، ومرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) فتصيب الجهاز العصبي ، وجهاز المناعة للطفل¹ ، واضطرابات في وظائف الأعضاء الأخرى في الجسم ،

قال تعالى : ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْفَ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴾² ، أي أن

الإصابات التي تحدث للأجنة في بطون أمهاتهم والناجمة عن تعاطي المحرمات من خمور ، ومخدرات ، وزنا ، وغيرها من الفواحش ، تأتي للمجتمع بأطفال مشوهين ، ومصابين بأمراض غير مألوفة عندهم ، أو فيمن سبقهم من مجتمعات .

ويضيف الطبيب محمد الدقر صاحب كتاب روائع الطب الإسلامي ، أن إتيان النساء في المحيض³ ، أو في أدبارهن ، فيه ضرر كبير على الصحة ، يؤدي للإصابة ببعض الأمراض الجنسية⁴ لذلك نهى عنه المولى- عز وجل - بقوله ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ

عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَرِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ

فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ

الْمُتَطَهِّرِينَ⁵

1 - رسالة في الأم - الأطفال وتشوهاتهم الخلقية وسيم فتح الله ص 30

2 - سورة الإسراء ----- الآية 32

3 - الحيض أو الطمث هو الدم الذي ينفسه رحم المرأة بصورة دورية كل شهر قمرى غالبا فترة نشاطها الجنسي التي تمتد من سن

البلوغ إلى سن اليأس وتسمى الحيض أو الدورة الشهرية (الموسوعة الفقهية الطبية ص 361

4 - روائع الطب الإسلامي 1 / 5 محمد الدقر

5 - سورة البقرة ----- الآية 222

وعن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - :
((ملعون من أتى امرأة في دبرها))¹ ، ويضيف الطبيب محمد الدقر أن الدين
الإسلامي أوجب على المرأة الاغتسال بعد الحيض للتخلص من التلوث ، و
الاستئذان ، وضرورة الاغتسال بعد الجماع ، وقاية من الأسقام وحفظ للصحة² .

ومن الأمور التي أمر ديننا الحنيف بمزاوتها زواج الرجل بالمرأة ، وعدم
الرهينة ، واعتزال النساء ، لما في ذلك من ضرر على الصحة بكبح جماح الغريزة
التي جعلها- سبحانه و تعالى - في طبيعة البشر الدافعة للتزاوج³ ، والإنجاب ، فهي
طاقة مهمة علينا توظيفها في مسارها الصحيح ، وتعطيلها ينعكس سلبيا على طبيعة
الجسم ، من أجل ذلك حرمت الرهينة ، واعتزال النساء ، قال - تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا

الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ ⁴ ، وقال أيضا : ﴿ فَانكِحُوا مَا

طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبْعَ ⁵ ، والزواج من سنن المصطفى - صلى

الله عليه وسلم - التي على المسلم اتباعها طاعة له وفيها النفع الكثير

عن أنس بن مالك قال : قال رسول الله - عليه الصلاة والسلام - لثلاثة من
الصحابية الذين رغب بعضهم في المبالغة في العبادة ، واعتزال النساء : " أنتم الذين
قلتم كذا وكذا ؟ أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم ، لكني أصوم وأفطر ، وأصلي
وأرقد ، وأتزوج النساء ، فمن رغب عن سنتي فليس مني ⁶ " ، تأكيدا منه على توجيه
المسلم للزواج ، وحثه عليه .

¹ - جامع الأحاديث لعبد الرحمن السيوطي 21196 كنز العمال في سنن الأفعال والأفعال 44883 / احمد 9731 / ابوداود 2162 ،

² - روائع الطب الإسلامي 1 / 5

³ - روائع الطب الإسلامي لمحمد الدقر 1 / 6

⁴ - سورة المائدة ----- الآية 87

⁵ - سورة النساء ----- الآية 3

⁶ - صحيح البخاري 5063 كتاب النكاح باب الترغيب في النكاح ص 325

إن ما ورد في هذا المطلب من أقوال ، وأبحاث لبعض العلماء جاءت نتائجها لتؤكد على حرص الدين الإسلامي على أن يعيش المسلمون أفراد وجماعات حياة طيبة ، يتمتعون بموفور الصحة ، والعافية ، وإن ما تضمنه من هدي مقصود منه وقايتهم من الأسقام والعلل ، وحفظ لنعمة الصحة التي منحها لهم الخالق عز وجل .

الفصل الثالث

الصحة الوقائية في الشريعة الإسلامية في البيئة والمحيط

(حفظ البيئة من الفساد)

ويضم ثلاثة مباحث

المبحث الأول : أدلة حفظ البيئة من القرآن الكريم

وينقسم إلى ثلاثة مطالب :

بما أن حفظ النفس البشرية من مقاصد الشريعة الإسلامية السمحاء ، وسلامة الإنسان من كل العلل ، والأسقام ، والأخطار التي قد يتعرض لها ، وأن يظل دائماً متمتعاً بالصحة ، والعافية ، من الأمور التي تحرص على تحقيقها بما تضمنته من توجيهات ، وأوامر، ونواه على المؤمن الالتزام بها لأجل ذلك .

وبما أن الإنسان المكرم عند الخالق ، والذي أحاطه بعناية تامة ، يعيش في ملكه - سبحانه وتعالى- فوق هذه الأرض التي تعتبر في أغلبها بيئة مناسبة له .

وإن هذه البيئة التي هي الأرض بكل تضاريسها سواء كانت سهولاً أم جبلاً ، ودياناً ، أنهاراً، ومحيطات لا بد أن تكون ملائمة جداً لبقاء الإنسان، وفي أحسن الظروف ، والأحوال المعيشية ، وأن تكون كل عناصرها صالحة ، ومسخرة له بكل جزئياتها ، وعمومها كما سيتضح في المطلب الأول .

المطلب الأول : تسخير ما في الكون لصالح الإنسان

أولاً : تسخير عناصر الطبيعة :

يخبرنا المولى - عز وجل - في القرآن الكريم بأنه - سبحانه وتعالى - جعل لنا في هذا الكون الفسيح سبل الحياة، ووفر لنا بكرمه ، وعنايته كل ما يمكننا من العيش قبل أن يخلق أبونا آدم ونتكاثر، وفي ذلك يقول - سبحانه وتعالى- : ﴿ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ

الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا

لَكُمْ ¹ ، ويرى ابن كثير، أن الله - تبارك وتعالى - بعد أن أظهر وحدانية ألوهيته

في سورة البقرة في قوله : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ

قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿٢١﴾ □ ، أظهر نعمه على عباده بأن أخرجهم للوجود

من العدم ، وأن جعل لهم مستقر الحياة وهو الأرض مفروشة ، ممهدة للعيش عليها ، مثبتة برواسي شامخات ، وجعل السماء كالسقف ، وأنزل منها الماء غيثا نافعا ، فسقى به الأرض ، فأخرج به منها جميع أنواع الزروع والثمار ، رزقا لعباده ، وللأنعام التي ستكون مسخرة لهم هي أيضا³ كما جاء في موضع آخر من القرآن

الكريم في سورة غافر: ﴿ اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ قَرَارًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً

وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ ذَلِكَُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ ^ط

¹ - سورة البقرة -- الآية 22

² - سورة البقرة - الآية 21

³ - تفسير ابن كثير 1 / 194

فَتَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴿١﴾ ، أي جعل الأرض مستقرا للبشر ، بساطا

ممهدا للعيش عليه ، والتصرف فيه لتحقيق الفائدة المرجوة ، وأرساها بالجبال كي لا تميد بهم ، وجعل السماء سقفا محفوظا ، وخلق عباده في أحسن صورهم ، وأشكالهم ورزقهم من الطيبات ، ونعيم الدنيا أكلا ، وشرابا² سبحانه ما أعظمه ، وأكرمه ولم يقف كرمه ، ولطفه بعباده إلى هذا الحد في تسخير الأرض وما فيها من خيرات ، ورزق ، وكذلك السماء بل فاق جوده بأن سخر ، وذلك لهم كل ما في هذا الكون فقال سبحانه ﴿ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ

مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْفَلَكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ ۗ وَسَخَّرَ لَكُمْ

الْأَنْهَارَ ﴿٣٢﴾ وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ ۗ وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ﴿٣٣﴾

وَأَتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا ﴿٣٤﴾ ، يعدد

الخالق - عز وجل- في سورة إبراهيم نعمه على عباده التي لا تعد ، ولا تحصى ، بأن خلق لهم السماوات سقفا ، والأرض فراشا ، وأنزل من السماء ماء ، سقى به الأرض فأنبئت بأمره من كل أنواع الثمر ، والحب طعاما مختلف الأشكال ، والألوان والطعم ، والرائحة ، والمنفعة ، وسخر لهم البحار ، ومراكب تطفو عليها تنقلهم من مكان لآخر ، وتنقل متاعهم ، وشق الأرض لتجري الأنهار بأمره رزقا لهم ، شربا ، وسقيا ، وغير ذلك من المنافع ، وسخر الشمس دفناً ، وضياءً ، وسخر القمر نورا كل يجري لأجل مسمى .

1 - سورة غافر ----- 64

2 - تفسير ابن كثير 7 / 156

3 - سورة إبراهيم ---- الآيات 32-34

وهياً لخلقه من كل ما يحتاجون إليه ، من ما سألوه ، ومما لم يسألوه ، وفيه خيرهم ،
وصلاح معيشتهم ، حتى يعجز عن حصرها ، وعدّها¹ ، تفضلاً ، وكرماً ، ورأفة بهم
، فهو حقاً إله معبود ، ورب مالك - سبحانه وتعالى - وفي سورة الجاثية قال - عز
وجل - :

﴿ اللَّهُ الَّذِي سَخَّرَ لَكُمْ الْبَحْرَ لِتَجْرِيَ الْفُلُكُ فِيهِ بِأَمْرِهِ وَلِيُنَبِّئُكُمْ مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴾

﴿ ١٢ ﴾ وَسَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ

يَنْفَكُرُونَ ﴿ ١٣ ﴾² ، الله الخالق - سبحانه - سخر لعباده البحر لتجري عليه السفن

والمراكب بأمره ، حيث طوع البحر وأمره بأن يحملها ، ويحمل الخلق ليبتغوا من
فضله ، أي الحصول على المنافع المنشودة بالسفر ، والتجارة ، ونقل البضائع ،
واللوازم التي يحتاجها الناس .

وقوله تعالى : ﴿ وَسَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ ﴾ أي الكواكب ،
والجبال ، والبحار ، وجميع ما ينفع الخلق من فضله³ .

وفي سورة الزخرف ، قوله - تعالى - ﴿ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ مَهْدًا وَجَعَلَ

لَكُمْ فِيهَا سُبُلًا لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ ﴾ ﴿ ١٠ ﴾⁴ ، جعل الله - تعالى - الأرض مهداً ،

أي فراشا ، قراراً ثابتاً ، يسير عليها الخلق ، ويعملون ، وينامون ، ويمارسون كل
أنشطتهم ببسر رغم أنها مخلوقة على تيار الماء ، لكنه أرساها بالجبال الشامخات

1 - تفسير ابن كثير 4 / 511

2 - سورة الجاثية - 12- 13

3 - تفسير ابن كثير 7 / 266

4 - سورة الزخرف - الآية 10

لتنبت ولا تميد ، وجعل فيها سبلا أي طرقا بين الجبال ، والأودية ليسلكوها والاهتداء بها في الوصول لبلد آخر¹ .

ولم يترك - سبحانه وتعالى - خلقه في ملكه الواسع الرحب ، هذا الكون الفسيح دون أن يسخر لهم الشمس، والقمر، والنجوم لمعرفة الاتجاهات ، والاهتداء بها فقال - عز وجل- ﴿ وَسَخَّرَ لَكُمْ الَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ

بِأَمْرِهِ ﴾² ، وقال- تعالى أيضا: ﴿ فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسَ

وَالْقَمَرَ حُسْبَانًا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ ﴿٩٦﴾ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ النُّجُومَ

لِيَهْتَدُوا بِهَا فِي ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ ﴾³ ، يفلق الله - سبحانه وتعالى - ظلام الليل عن

غرة الصباح ، فيضيء الوجود ، ويذهب الليل بظلامه ، ووحشته ، ويشرق النهار ، وتنشط الكائنات بعدما سكنت في الليل الذي جعله لحكمته سكنا وهدوءاً ، وراحة ، وجعل الشمس ، والقمر حسبانا ، منتظما لا يضطرب ، تتوالى الساعات ، والأيام ، والشهور ، والسنون ، بتعاقب الليل والنهار، وتعاقب الفصول الصيف ، فالخريف ، فالشتاء ، فالربيع ، كل ذلك بالشمس والقمر ليعلم الإنسان حساب الزمن بكل دقة ، وجعل النجوم في السماء للاهتداء بها في ظلمات البر ، والبحر، عند السفر لتحديد الاتجاهات بالنظر إليها والاستدلال بها للوصول للوجهة المقصودة⁴ .

ومن آياته في تسخير عناصر الطبيعة لخلقه ، تسخير الرياح ، والسحاب بقوله :

1 - تفسير ابن كثير 7 / 266

2 - سورة النحل ---12

3 - سورة الأنعام - 96- 97

4 - تفسير ابن كثير 3 / 305

﴿ وَأَرْسَلْنَا الرِّيحَ لَوَاحٍ فَأَنْزَلْنَا مِنْ السَّمَاءِ مَاءً فَأَسْقَيْنَاكُمُوهُ وَمَا أَنْتُمْ لَهُ

بِخَزَائِنٍ ﴿٢٢﴾ ¹ ، أرسل الله - تعالى - الرياح تلقح السحاب فتدر الماء ، وينزل

الغيث ليروي الأرض فتخرج خيراتها ، وتلقح الرياح المسخرة بأمره الأشجار فتفتح الأزهار ثم تثمر ، وأنزل - سبحانه - الماء لسقي الأرض ، والبشر ، والدواب ، ويفجر في الأرض ينابيع ، وعيون ، بقدرته - سبحانه - وإرادته لا بقدرة البشر وإرادتهم ² .

﴿ وَمَنْ آيَنِيهِ أَنْ يُرْسِلَ الرِّيحَ مُبَشِّرَاتٍ وَلِيُذِيقَكُمْ مِنْ رَحْمَتِهِ وَلِتَجْرِيَ الْفُلكُ بِأَمْرِهِ

وَلِتَبْنِغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٤٦﴾ ³ ، من رحمة الله - عز وجل - بخلقه

إرساله الرياح مبشرات ، جالبات للمطر ، غيثا نافعا ، ليحي به العباد والبلاد رحمة منه ، وتجري الفلك في البحر بأمره تسيرها الرياح المرسله من رب العالمين ، وإن تسخير ما في الطبيعة للإنسان ليبتغي بذلك من فضله في سبل الرزق ، والمعيشة ⁴ .

ثانيا : تسخير الأنعام ، والنبات ، والثمار لصالح الإنسان :

كل ما أوجد الخالق - تبارك وتعالى - من حيوانات ، وطيور ، ونباتات ، مسخرة ، و مهياة لأن يستفيد منها الإنسان في حياته بكل معنى الاستفادة ، فمثلا ما أوجده من مخلوقات ليقتات عليها في أكله مثل مخلوقات البحر ، جاء في قوله -

﴿ وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا

¹ - سورة الحجر - الآية 22

² - تفسير ابن كثير 4 / 531

³ - سورة الروم -- 46

⁴ - تفسير ابن كثير 6 / 321

مِنْهُ حَلِيَّةٌ تَلْبَسُونَهَا ﴿١﴾ ، بفضل الله - عز وجل - على عباده أن سخر البحر على

هيئة تمكن من أراد السباحة ، أو الصيد من ذلك ، و الحصول على الأسماك ،
والحيتان لأكلها ، وجعل - سبحانه وتعالى - لحمها طرياً ليس بيباس ، وشهي المذاق ،
وفيه النفع الكثير²

هذا بعض ما أوجده الخالق من غذاء لعباده في البحر ، أما على اليابسة فقد خلق
أصنافاً عديدة ، منها ما هو صالح ، ونافع للأكل ، ومنها ما هو غير صالح بل ضار
وأرشده لاختيار النافع منها ، ونهاه عن غيرها : ﴿ يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّوا مِمَّا فِي

الْأَرْضِ حَلالًا طَيِّبًا ﴾³ ، في هذه الآية من سورة البقرة يوجه المولى - عز وجل -

الناس كافة إلى التزود مما أوجده لهم في الأرض ، وألا يحرم الإنسان على نفسه
طيب الأكل ، وقوله سبحانه (مما في الأرض) للتبويض من بين أصناف الأكل⁴ ،
فخصص الحلال الطيب فخرجت الأصناف المحرمة المبينة في نصوص ، ووصف
- سبحانه - الطعام الحلال بالطيب ، أي الذي تستطيبه النفوس ، وتستلذ بطعمه ، وفيه
منفعة ، وتنفر من أنواع أخرى ولا تتقبلها⁵ قال - تعالى : ﴿ أُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِيمَةٌ

الْأَنْعَامِ إِلَّا مَا يُتْلَى عَلَيْكُمْ ﴾⁶ ، وقال أيضاً : ﴿ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أَلْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ

1 - سورة النحل -- الآية 14

2 - التحرير والتنوير ص 119 تفسير سورة النحل محمد الطاهر بن عاشور ط1 التونسية 1997 دار سحنون للنشر والتوزيع تونس

3 - سورة البقرة -- 168

4 - التحرير والتنوير 2 / 106

5 - المصدر نفسه

6 - سورة المائدة -- الآية 1

الْحَنِزِيرِ وَمَا أَهَلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِۦ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ

السَّبْعُ ﴿١﴾

ورد في سورة المائدة بيان أنواع بعض ما حرم الله - تعالى - على عباده من لحوم الأنعام بسبب ما لحق بها من ضررٍ أفسدها ، وجعلها غير مقبولة ، وضارة .
وبين الله - عز وجل - الفوائد العديدة في الأنعام التي خلقها ، وسخرها لعباده في قوله

- تعالى : ﴿ وَالْأَنْعَمَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنْفَعٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ ﴿٥﴾

وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ ﴿٦﴾ وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَىٰ بَلَدٍ لَّمْ

تَكُونُوا بَلِغِيهِ إِلَّا بِشِقِّ الْأَنْفُسِ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿٧﴾ وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ

وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٨﴾ ﴿٢﴾ ، بين الخالق - تبارك و

تعالى - أصنافاً من الأنعام ، فيها منافع كثيرة للبشر يأكلون من لحومها ، وشحومها ،
ويصنعون لباساً من صوفها ، ووبرها ، وجلودها تقيهم البرد ، ووسيلة ركوب
تحملهم وامتعتهم إلى أماكن يصعب الوصول إليها بدونها ، وكذلك الاستفادة منها
كزينة يتزينون بها مثل القرون ، وما يصنع من نابها ، إضافة إلى استغلالها في
حرث الأرض³ ، كل تلك المنافع وغيرها من الأنعام التي سخرها الله - عز وجل -

لعباده . ، ومن كرمه ، الطيور أيضاً إضافة إلى الأنعام قال - تعالى : ﴿ وَمَا ذَرَأَ

1 - سورة المائدة -- الآية 3

2 - سورة النحل -- الآيات 5 - 6 - 7 - 8

3 - التحرير و التتوير 14 / 105 - 111

لَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُخْتَلِفًا أَلْوَنُهُ¹ ، أي سخر لكم ما ذرأ لكم في الأرض ، أي

جعله يتكاثر ، ويذرى بالتناسل ، والتوالد ، بالحمل ، والتفريخ ، وليس بالإنبات² ، وهو شامل لكل من (الأنعام ، والطيور ، والشجر والثمار) .

كان ذلك بيان ما سخر الخالق - تبارك وتعالى - لخلقه من أنعام ، وطيور ، وأسماك وغيرها من الكائنات الحية ، ولكن لم يقتصر كرمه وجوده عليها فقط ، فقد سخر من النبات والشجر ما فيه النفع الكثير من أكل وغيره ، ونبه عباده إلى النظر فيما أنعم عليهم بقوله : ﴿ فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ ﴾^{٢٤} أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا^{٢٥} ثُمَّ

شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا^{٢٦} فَأَبْنَا فِيهَا حَبًّا^{٢٧} وَعَبْنَا وَقَضَبًا^{٢٨} وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا^{٢٩} وَحَدَائِقَ

عُلْبًا^{٣٠} وَفِكَهَةً وَأَبًّا^{٣١} مَنَّاعًا لَكُمْ وَلِأَنْعَمِكُمْ^{٣٢} ، في هذه الآية من سورة

عبس يلفت المولى - عز وجل - الإنسان إلى قدرته - سبحانه وتعالى - في كيفية إخراج النبات من الأرض ، وذلك بأن يأمر السحاب فيمطر على الأرض لترتوي ، وتشقق الأرض ويحصل الإنبات بشتى أنواع الزروع من الحبوب ، والفواكه من عنب ، ونخل يحمل الرطب ، والتمر ، وحدائق غليظة الساق ملتفة ببعضها ، وكثيفة

وعشب وفير ، كل ذلك لفائدة الإنسان ، والأنعام⁴ ، قال - تعالى : ﴿ وَهُوَ

الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَّعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا

1 - سورة النحل -- الآية 13

2 - التحرير والتنوير 14 / 117

3 - سورة عبس الآيات 24-32

4 - التحرير والتنوير 30 / 133

أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَبِهٍ ۚ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ

إِذَا أَثْمَرَ ۚ¹

يذكر الله - تعالى - فضله على عباده بأنه أنشأ لهم في الأرض جنات عديدة مرتفعة ، وغير مرتفعة ، بها أصناف عديدة من الأشجار المثمرة ، والزرع ، ذكر منها النخل ، والزيتون ، والرمان ، والزرع ، وحثهم على الأكل من ثمارها عند النضج تكريماً منه عليهم² .

المطلب الثاني

عمل الإنسان واستفادته فيما استخلفه الله فيه :

بعد الوقوف على الأدلة من الكتاب التي تبين أن الله - عز وجل - خلق عباده ، وسخر لهم ما في الكون ، والطبيعة ، أرشدهم أيضاً إلى كيفية الاستفادة مما سخره لهم في حياتهم ، والعيش بها ، والتعامل معها بإحسان ، وبما يرضي الله ، قال تعالى

: ﴿ وَأَبْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا³ ۚ

وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ۚ³ كما سيتبين فيما يأتي :

1 - سورة الأنعام ----- 141

2 - التحرير والتنوير 8 / 116 تفسير سورة الأنعام

3 - سورة القصص ---- الآية 77

أولاً : الانتشار في الأرض طلباً للرزق ، وسلك الدروب الموصلة إليه :

﴿ أَلَمْ تَرَوْا كَيْفَ خَلَقَ اللَّهُ سَبْعَ سَمَوَاتٍ طِبَاقًا ﴿١٥﴾ وَجَعَلَ الْقَمَرَ فِيهِنَّ نُورًا وَجَعَلَ

الشَّمْسَ سِرَاجًا ﴿١٦﴾ وَاللَّهُ أَنْبَتَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ نَبَاتًا ﴿١٧﴾ ثُمَّ يُعِيدُكُمْ فِيهَا وَيُخْرِجُكُمْ

إِخْرَاجًا ﴿١٨﴾ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ بِسَاطًا ﴿١٩﴾ لِتَسْلُكُوا مِنْهَا سُبُلًا فِجَاجًا ﴿٢٠﴾ ١

في هذه الآيات يذكر الخالق - عز وجل - بنعمه على عباده ، ويورد بعضها ، مبينا أنه خلق سبع سموات متطابقات ، وجعل فيهن القمر ، والشمس دفناً ، ونوراً ، وبين أن الإنسان مخلوق من عناصر الأرض مثل النبات ، وجعل له الأرض ممهدة كالبساط ، وأرشده وحته على أن يسير فيها للارتزاق وكسب قوته بالحرث ، والزراعة ، والتجارة في كل الاتجاهات ، وأن يتخذ سبلا ، وطرقا مختلفة² ، قال

تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَأَمْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ ۗ وَإِلَيْهِ

النُّشُورُ ﴿١٥﴾ ٣ ، ويخبر عباده في هذه الآية ، أن الأرض مذلة لهم للانتفاع بها

مع صلابتها ، وحثهم بفعل الأمر منه - سبحانه وتعالى- بقوله فامشوا في مناكبها ، وفي هذه الآية تسخير الأرض ، وتمكينهم من المشي ، والأكل من الأرزاق ،

والخيرات التي عليها من نباتات ، وأنعام وغيرها⁴ ، قال تعالى : ﴿ كُلُوا مِنْ رِزْقِ

1 - سورة نوح --الآيات 15 - 20

2 - التحرير والتنوير 29 / 203 - 205 تفسير سورة نوح

3 - سورة الملك --- الآية 15

4 - التحرير والتنوير 29 / 32

رَبِّكُمْ وَأَشْكُرُوا لَهُ. ¹ ، وجه - سبحانه وتعالى- عباده للاستفادة من الخيرات

الوفيرة على هيئة زروع ، وثمار ، وأنعام ، وطيور ، كأرزاق واسعة للأكل و العيش

منها وأمرهم بشكره على نعمه ، وحسن عبادته ، وتوحيده ² ، قال تعالى : ﴿ فَإِذَا

قُضِيََتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا

لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ³ يأذن المولى - عز وجل - لعباده بعد أداء صلاة الجمعة بترك

المساجد ، والانتشار في الأرض ، سعيًا وراء رزقهم ، ونصيبيهم مما أحل لهم من
متاع الدنيا ⁴ .

ثانيا : العمل والارتزاق : وهو أن يمارس الإنسان بعض المهن ، والحرف باستغلال
ما هو موجود بالأرض ، وما سخر له الخالق - عز وجل - ووجه عباده للعمل

برعي الأنعام التي يتمتع بأكلها ، قال تعالى : ﴿ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ مَهْدًا

وَسَلَكَ لَكُمْ فِيهَا سُبُلًا وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْ نَّبَاتٍ شَتَّى

﴿ ٥٣ ﴾ كُلُوا وَارْعَوْا أَنْعَامَكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿ ٥٤ ﴾ ، وهذه الآية

تبين أن الله - تعالى - أنزل الماء من السماء ، غيثًا نافعًا ، فسقى به الأرض ، فأنبئت
بأمره سبحانه ، من مختلف أنواع ، وألوان النباتات ، والزررع ، والثمار ليأكل منها

1 - سورة سبأ ----- الآية 15

2 - تفسير ابن كثير 6 / 504

3 - سورة الجمعة ----- الآية 10

4 - تفسير ابن كثير 8 / 123 سورة الجمعة الآية 10

5 - سورة طه ----- الآيتين 53 ، 54

وليرعى أنعامه فنتغذى على العشب اليابس ، والأخضر¹ قال تعالى : ﴿ وَهُوَ

الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حِلْيَةً

تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْكَ مَوَاجِرَ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ

وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٤﴾² ، يخبر المولى بهذه الآية أن البحر المتلاطم

الأمواج مسخر لهم ، ومذلل ليركبه ، وتسير عليه المراكب ، والسفن ، وجعل فيه رزقا كثيرا حيثاناً ، واسماكاً ، يسهل صيدها للحصول على لحم طري ، وعلى ما يمكن أن يكون زينة مثل اللؤلؤ ، والأصداف ، والإسفنج وكل ما ينفع للزينة ، والأكل³ ، وتشير الآية إلى أن يمتهن الإنسان مهنة صيد البحر ، واستخراج الحلي منه ، وعمل المراكب ، وصناعة السفن لتنتقلهم وأمتعتهم على ظهر البحر من مكان

آخر ﴿ فَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِ أَنْ اصْنَعِ الْفُلْكَ بِأَعْيُنِنَا وَوَحَيْنَا⁴ ، عندما دعا نوح -

عليه السلام- رب العزة أن ينصره على قومه ، أوحى إليه - سبحانه وتعالى - بصناعة سفينة ذات ألواح أتقن وأحكم صناعتها بما علمه المولى - عز وجل - فنقلته ومن معه من الحيوانات ، والطيور ، والنباتات إلى بر الأمان ، وهلك الباقون غرقاً⁵

، وحرقتي الزراعة والرعي بقوله - سبحانه وتعالى : ﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنْ

السَّمَاءِ مَاءً لَكُمْ مِنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ تُسِيمُونَ ﴿١٠﴾ يُنْبِتُ لَكُمْ

1 - تفسير ابن كثير 5 / 299 سورة طه الأيتين 53 ، 54 ،

2 - سورة النحل ----- الآية 14

3 - تفسير ابن كثير 4 / 562 سورة النحل الآية 14

4 - سورة المؤمنون ----- الآية 27

5 - تفسير ابن كثير 5 / 473 سورة المؤمنون الآية 27

بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَبَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ

لآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ¹ ، الله - سبحانه وتعالى - أنزل المطر من السماء

عذبا زلالا ، سقيا لعباده ، ولأنعامهم ، وللأرض فتنتبت بأمره - عز وجل - نباتات ،
واشجارا عديدة ، ومختلفة في الشكل ، والطعم ، والرائحة ، ليأكلوا منها ، وترعى
أنعامهم² ، ليرشدهم إلى الانتفاع بالأرض زراعة ، ورعيا ، وأرشد خلقه للعمل في
التعمير ، والبناء بقوله : ﴿ وَأذْكُرُوا إِذْ جَعَلْنَا خَلْفَاءَ مِنْكُمْ بَعْدَ عَادٍ وَبَوَّأَكُمْ

فِي الْأَرْضِ تَنْخِذُونَ مِنْ سُهولِهَا قُصُورًا وَنَحْنُ نَجْعَلُ الْجِبَالَ بِيُوتًا³ ، أي

جعلكم خلفاء في الأرض ، ومكنكم من بناء منازل ، وقصور تأوون إليها ، وتسكنوها
تفكيكم برد الشتاء ، وحرارة الصيف ، وتنتحون حصونا منيعة بالجبال⁴ ، وأن يعمل

الناس بالتجارة كمصدر رزق بقوله - سبحانه وتعالى- : ﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ

ءَامَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَن

تَرَاضٍ مِّنْكُمْ⁵ ، حرم المولى - عز وجل - على المؤمنين الكسب من بعض

المهن كالقمار ، والبغاء ، والسرقه ، وبعض المعاملات ذات الطابع السيئ الذي
يكون سببا في البغض ، والأحقاد ، وأباح التجارة ، والبيع ، والشراء بالتراضي

1 - سورة النحل ----- الآيتين 10 ، 11 ،

2 - تفسير ابن كثير 4 / 561

3 - سورة الأعراف ----- الآية 74

4 - تفسير ابن عبد السلام 2 / 141

5 - سورة النساء ----- الآية 29

بينهم¹، والمودة، والوفاء بالعقد، وعن طيب خاطر، قال تعالى: ﴿ وَلَقَدْ آتَيْنَا

دَاوُدَ مِنَّا فَضْلًا يَجِبَالٌ أَوْبَىٰ مَعَهُ وَالطَّيْرُ وَالنَّارُ لَهُ الْحَدِيدُ ﴿١٠﴾ أَنْ أَعْمَلَ

سَبِغَتٍ وَقَدَّرَ فِي السَّرْدِ وَأَعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿١١﴾ ٢، وقال

تعالى أيضا: ﴿ يَعْمَلُونَ لَهُ مَا يَشَاءُ مِنْ مَحْرِبٍ وَتَمَثِيلٍ وَجِفَانٍ كَالْجَوَابِ

وَقُدُورٍ رَاسِيَتٍ أَعْمَلُوا ءَالَ دَاوُدَ شُكْرًا وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّاكِرُ ﴿١٣﴾ ٣،

يخبر الله - عز وجل - بأنه جعل الحديد لنا كالعجين في أيدي داوود - عليه السلام - ليصنع منه ما يحتاج دون أن يستعمل مطرقة، أو يسخنه بالنار، وعدد أصناف من الصناعات التي سهل لهم صناعتها، واتفانها⁴، وأن تكون حرفة يمارسونها.

هذا بيان لبعض الحرف التي هدى الله تعالى عباده إليها ليمارسوها كأنشطة، وصناعات قائمة على ما في الطبيعة التي سخرها لهم.

ولقد تم بيان ما يدل على أن الله سخر للإنسان البيئة، وما احتوت في المطلب الأول، وبيان أسلوب الاستفادة منها والعيش عليها في المطلب الثاني ولكن التعامل مع الطبيعة للاستفادة منها دون الضرر بها، وافسادها، وهذا ما سيرد في المطلب القادم

1 - تفسير ابن عبد السلام 1 / 371 سورة النساء الآية 29

2 - سورة سبأ ----- الآية 10

3 - سورة سبأ ----- الآية 13

4 - تفسير ابن عبد السلام 5 / 78 - 81 سورة سبأ الآيتين 10 ، 13

المطلب الثالث

تحريم الفساد في الأرض ، وعدم الحاق الضرر بها

الفساد لغة : نقيض الصلاح¹ ، والإفساد خلاف الإصلاح

إن الكون كله لله كما ورد عنه في قوله - تعالى : ﴿ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي

الْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَمَا تَحْتَ الثَّرَى ﴾² ، هو خالقه ، ومالكة فهو رب كل شيء

ومليكه ، بأمره وجد ، وبأمره مازال موجوداً ، وهو المتصرف فيه ، والمتحكم في نظام سيره كيف يشاء ، سبحانه تجلى في علاه ، خلق الإنسان من الأرض ، من هياً له ، ومكنه من العيش في الطبيعة المذلة له ، يستفيد ، ويتنعم بكل ما حوله من نعم ، وأرشده ، ووجهه إلى أن يسلك فيها دروب الخير الموصلة إلى المنافع ، ورغد العيش دون أن يلحق الضرر بنفسه ، وبالطبيعة ، وأن يعيش على الأرض مستخلفاً لها ، صالحاً ، ومصلحاً ، ومعمراً لا مفسداً ، وهادماً ، قال تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ

صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ

أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾³ ، أمره بالبناء ، و الإصلاح ،

والتعمير ، والمحافظة على ما استخلفه فيه من نعيم ، وأن يلتزم الإيمان بالخالق وحده والأعمال الصالحة ، وأن يحسن إلى كل ما حوله في الوجود كما ورد في قوله تعالى :

﴿ وَابْتَغِ فِيمَا ءَاتٰكَ اللهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا

1 - معجم الباقلائي ص 341 / ط1 / 1411 هـ / 1991 م المؤسسة الجامعية للنشر والتوزيع بيروت لبنان

2 - سورة طه ----- الآية 6

3 - سورة النحل ----- الآية 97.

وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ^ط وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ^ط إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ

الْمُفْسِدِينَ ﴿٧٧﴾^١ ونهى - سبحانه - عن الفساد بكل أشكاله التي تنعكس بالضرر

عليه ، وأن يسلك دروب البغي ، والشر ، والطغيان ، ومن أمثلة الفساد التي نهى الله عنه وحرمه ما يأتي :

فساد ناتج عن فساد العقيدة : العقيدة الصحيحة هي المبنية على الإيمان بالله وحده لا شريك له ، وبكل عناصر الإيمان ، بالله ، ورسله عليهم السلام ، وملائكته وكتبه ، واليوم الآخر ، والقدر خيره ، وشره ، والعمل بما في الشريعة من عبادات مفروضة ، ومندوبة ، وكل الأعمال الصالحة التي منها البر ، والإحسان ، والأخلاق الحميدة التي يكتسبها المؤمن ، وتغرسها فيه عقيدته الصحيحة .

أما إذا كانت عقيدته غير ذلك يشوبها الباطل من شرك ، أو كفر ، أو نفاق ، أو ضعف إيمان تعتبر عقيدة فاسدة لا تغرس ، أو تولد في الإنسان الأخلاق الحميدة ، والأعمال الصالحة ، بل تستهويه الشياطين من الإنس والجن وتوعز فيه ، وتوجهه إلى ممارسة العنف ، والفساد ، وأعمال الشر كما أخبرنا رب العزة بذلك بقوله :

﴿ إِنَّ فِرْعَوْنَ عَلَا فِي الْأَرْضِ وَجَعَلَ أَهْلَهَا شِيَعًا يَسْتَضِعُّ طَائِفَةً مِنْهُمْ

يَذِيحُ أَبْنَاءَهُمْ وَيَسْتَحْيِي نِسَاءَهُمْ إِنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُفْسِدِينَ ﴿٢﴾^٢ ، من أمثلة

المفسدين الذين ورد ذكرهم في القرآن الكريم ، الطاغية فرعون حاكم مصر قديما ، التي كان يسكنها الأقباط ، وبنو إسرائيل ، فطغى عليهم ، وتكبر ، وأعلن الكفر ، بل ادعى الربوبية ، والألوهية عليهم ، وأن له ملك مصر كلها ، وكان يبطش ويقتل ، ويسفك دماء بني إسرائيل ، ويستحيي نساؤهم ، وأولادهم ، ويهلك ارزاقهم ،

1 - سورة القصص ----- الآية 77

2 - سورة القصص ----- الآية 4

واملاكهم ، ومارس كل اعمال الشر فيهم¹ ، طغيانا ، وكفرا ، قال تعالى: ﴿ وَإِذَا

تَوَلَّى سَعَى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ ^ظ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ

الْفُسَادَ ﴿٢٠٥﴾² الكفر بالله ، والضلال يولد الأخلاق السيئة ، والوحشية ، فعندما

يغضب الكافر يفسد بظلمه ، وبطشه ، فيسفك الدماء ، ويزهق الأرواح ، ويقضي

على الحرث ، والنسل³ ، قال تعالى: ﴿ فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي

الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ ﴾⁴ ، هذا للكافرين ، والخوارج ، والمنافقين إذا تمكنوا

من أمر الأمة ، والحكم ، أن يظلموا ، ويسفكوا الدماء ، ويخرجون عن الطاعة

بارتكاب المعاصي ، والفساد في الأرض ، وقطع الأرحام⁵ ، قال تعالى: ﴿ وَكَانَ

فِي الْمَدِينَةِ سَعَةٌ رَهْطٌ يُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ وَلَا يُصْلِحُونَ ﴾⁶ ، يخبرنا

المولى - عز وجل - عن طغاة ثمود الذين كانوا يفسدون في الأرض ولا يصلحون ،

وكانوا يدعون قومهم للكفر بالله ، وتكذيب نبيه صالح عليه السلام ، ووصل بهم

طغيانهم إلى أن عقروا الناقة التي جعلها الله - تعالى - آية لهم ليؤمنوا به ، ويصدقوا

بنبيه ، ولكنهم بضاللتهم عن الحق ، كفروا ، وطغوا ، وأفسدوا بقتلهم الناقة ، وكما

1 - تفسير ابن عبد السلام 4 / 346

2 - سورة البقرة ----- الآية 205

3 - تفسير ابن عبد السلام 1 / 171 سورة البقرة 205

4 - سورة محمد ----- الآية 22

5 - تفسير ابن عبد السلام 6 / 91 سورة محمد الآية 22

6 - سورة النمل ----- الآية 48

أفسدوا الأموال ، وحاولوا قتل نبي الله صالحاً عليه السلام ، وسعوا في الأرض فساداً¹ مارسوه بكل أشكاله .

فساد الطبيعة : بينت الآيات السابقة من كتاب الله الفساد الذي مارسه الكفرة ، والطغاة والذي أضر، وأهلك الحرث ، والنسل ، وقطع الأرحام ، ولكن بعض الفساد كان أهون منه ، كان على الطبيعة ، واقتصر على الأرض وما حوت من زروع ، وثمار وبناء، وقد نهى الله - عز وجل - عباده عن فعله في قوله - تعالى : ﴿ **وَأذْكُرُوا إِذْ**

جَعَلَكُمْ خُلَفَاءَ مِنْ بَعْدِ عَادٍ وَبَوَّأَكُمْ فِي الْأَرْضِ تَتَّخِذُونَ مِنْ سَهُولِهَا

قُصُورًا وَتَنْحِتُونَ الْجِبَالَ بُيُوتًا فَاذْكُرُوا آيَاتَ اللَّهِ وَلَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ

مُفْسِدِينَ ﴿ ٧٤ ﴾² ، أنعم الخالق - سبحانه وتعالى - على عباده بأن جعل لهم

الأرض ممهدة سهلة للعيش عليها ، والتمتع بخيراتها ، والبناء عليها بيوتا ، وقصورا ، واتخاذ سهولها مزارع ، وبساتين ، وأن يستخلفوها جيلا بعد جيل ، و أن يحافظوا

عليها ولا يفسدوها ويخربوها قال تعالى : ﴿ **وَإِلَى مَدِينِ أَخَاهُمْ شُعَيْبًا قَالَ**

يَقَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ قَدْ جَاءَتْكُمْ بَيِّنَةٌ

مِّن رَّبِّكُمْ فَاتَّقُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ

أَشْيَاءَهُمْ وَلَا تفسدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا ذَلِكُمْ خَيْرٌ

1 - تفسير ابن كثير 6 / 199 سورة النمل الآية 48
2 - سورة الأعراف ----- الآية 74

لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿٨٥﴾¹ ، يأمر الله - عز وجل - بعبادته وحده ،

وتقواه ، والإحسان بين المؤمنين في المعاملات التي تدور بينهم وفق ما شرع لهم ، وينهى عن الإفساد في الأرض بعد أن جعلها مهياً ، ومسخرة لهم ، وممهدة للعيش عليها ، سهولاً ، وأوديةً ، وانهاراً تحمل المياه للشرب ، وللري ، ومكنهم من العمل فيها زراعة ، ورعيًا ، وبناء للمساكن والقصور ، وزيادة الإصلاح فيها ، لتصبح أكثر صلاحاً لعيشهم ، فإن فساد الأمور المستقيمة الصالحة يفقدها الاستقامة ، ويحدث بها خللاً ، والفساد في الأرض يضر بها ، وبمعيشتهم² ، قال تعالى : ﴿ وَيَسْعَوْنَ فِي

الْأَرْضِ فَسَادًا وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴿٦٤﴾³ ، يخبر المولى - عز وجل - في

هذه الآية من سورة المائدة ، أن اليهود من سجيبتهم ، الإفساد في الأرض ، وأنه - سبحانه وتعالى - لا يحب من كانت هذه صفته ، وخصلته⁴ ، فينزل عليه غضبه

كعقاب له على ذلك ، قال تعالى : ﴿ ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ

أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴿٤١﴾⁵ ، يخبر المولى - عز

وجل - من خلال هذه الآية بإنزال عقابه على الأمم التي يكثر فيها الفساد ، و سوء العقيدة والأخلاق بانتهاكهم لمحارم الله⁶ ، وحدوده ، وارتكابهم المعاصي ، والفواحش ، ونشوب الحروب فيهم ، وما ينتج عنها من قتل ، وسفك الدماء ، وانتهاك الأعراض ، وفساد الأرزاق ، والمحاصيل ، والعبث بالبيئة فيحل بهم غضب الله تعالى ، وعقابه لهم بانحباس المطر ، وهلاك الزروع ، والثمار ، فيصابون بالجوع ،

1 - سورة الأعراف - الآية 85

2 - تفسير ابن كثير 3 / 429

3 - سورة المائدة - الآية 64

4 - تفسير ابن كثير 3 / 147

5 - سورة الروم - الآية 41

6 - تفسير ابن كثير 6 / 320

والقحط ، واضطراب الأحوال ، وتعمى الدواب في البحر ، لأن ارتكابهم للمعاصي يكون سببا في محق البركة في الأرض ، والسماء¹ .

والمولى - عز وجل - إذ ينهى عن الفساد في الأرض بكل أشكاله ، ويحرمه ، يأمر عباده بالإصلاح ، والإعمار ويثيبهم عليه ، ويتوعد المفسدين بالعقاب ، قال تعالى :

﴿ وَأَصْلِحْ وَلَا تَتَّبِعْ سَبِيلَ الْمُفْسِدِينَ ﴾² ، وهي وصية موسى - عليه

السلام - لأخيه هارون ، بأن يكون مصلحا في بني إسرائيل لا مفسدا ، وهذا تنبيها له وتذكيرا ، وأمر بالمعروف ، ونهيا عن المنكر ، قال تعالى : ﴿ فَلَوْلَا كَانَ مِنْ

الْقُرُونِ مِنْ قَبْلِكُمْ أُولُوا بَقِيَّةَ يَنْهَوْنَ عَنِ الْفَسَادِ فِي الْأَرْضِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّنْ

أَنْجَيْنَا مِنْهُمْ وَاتَّبَعَ الَّذِينَ ظَلَمُوا مَا أُتْرِفُوا فِيهِ وَكَانُوا مُجْرِمِينَ ﴾³ ،

يخبرنا الله - تعالى - في هذه الآية من سورة هود ، أن الأمم التي سبقت في القرون الماضية ، يقع بينهم المنكر ، والشر ، والظلم ، وبعض أشكال الفساد ، ولكن كان فيهم من ينهاهم عن ذلك المنكر ، فيهلكهم - سبحانه - بظلمهم ، وينجي منهم النفر القليل الذين كانوا ينهونهم عن الفساد ، وهم من أهل الخير المحاربين للشر⁴ ، ولهذا أمر الله - تعالى - في هذه الأمة الشريفة بأن يكون فيها من يأمر بالمعروف ، وينهى عن

المنكر بقوله - عز وجل - : ﴿ وَلَتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ

وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾⁵ ، وإن الأمة التي لا تنكر

1 - تفسير ابن كثير 3 / 147

2 - سورة الروم - الآية 142

3 - سورة هود - الآية 116

4 - تفسير ابن كثير 4 / 360

5 - سورة آل عمران - الآية 104

الفساد ، والمعاصي ، يقع عليها عذابه كعقاب لهم لمخالفتهم لشرعه¹ ، وينجي الصالحين منهم الأمرين بالمعروف ، الناهين عن المنكر، وينزل عليهم رحمة منه ، وبركات ، ويرفع شأنهم ، ولا يساويهم بالمفسدين، قال- تعالى : ﴿ أَمْ نَجْعَلُ الَّذِينَ

ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَالْمُفْسِدِينَ فِي الْأَرْضِ أَمْ نَجْعَلُ الْمُتَّقِينَ كَالْفُجَّارِ ﴾²

لا يستوي عند الله الصالحون ، والمفسدون ، فهو الحق - سبحانه وتعالى - وهو العدل كل العدل ، فمن يؤمن به ، ويعمل الأعمال الصالحة ويرضى عنه ، ويرضيه ، ويفيض عليه برحمته ، وبركته ، ووافر نعمته ، والجنة في الآخرة ، أما المفسدون الفجار فيصيبهم عقابه تعاسة ، وشقاء ، والنار في الآخرة ، قال - تعالى : ﴿ مَنْ

عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً

وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾³ .

وعد من الله لمن يعمل صالحا ، بطيب العيش ، والرخاء ، والطمأنينة في الحياة الدنيا وحسن الجزاء في الآخرة ، قال - تعالى : ﴿ وَمَا كَانَ رَبُّكَ مُهْلِكَ الْقُرَىٰ حَتَّىٰ يَبْعَثَ

فِي أُمَّهٖا رَسُولًا يَتْلُو عَلَيْهِمْ ءَايَاتِنَا وَمَا كُنَّا مُهْلِكِي الْقُرَىٰ إِلَّا وَأَهْلِهَا

¹ - تفسير ابن كثير 4 / 361

² - سورة ص - الآية 28

³ - سورة النحل - الآية 97

ظالمون ﴿٥٩﴾¹ ، أما الظالمون ، المفسدون في الأرض ، فهلاكهم بظلمهم ،
وسوء عملهم ، وطغيانهم في الدنيا .

وبعد تتبع الآيات التي وردت في هذا المبحث ، وأقوال المفسرين لها ، نخلص
إلى أن الله - عز وجل - خلق الكون بكل ما فيه لمصلحة الإنسان ، ممهدا صالحا لأن
يعيش فيه ، وحثه على زيادة الإصلاح ، والإعمار ، ليس عجزا ، أو نقصا منه
سبحانه ، إنما بما يوافق رغباته في زيادة مصلحته ، وحرم عليه إلحاق الضرر ،
والفساد أيا كان شكله بما في الطبيعة من نعيم .

المبحث الثاني

أدلة حفظ البيئة من الفساد من السنة النبوية الشريفة

ينقسم إلى ثلاثة مطالب :

الآيات التي وردت في المبحث السابق من كلام الله تدل على تحريم
الفساد في الأرض بكل أشكاله ، وبما أن السنة النبوية الشريفة مكملة للقرآن
وشارحة له فلا بد أن توافقه في بيان تحريم الفساد ، وأن المصطفى - عليه
الصلاة والسلام - نهى عنه ، وعن جميع أعمال الشر ، وكل ما يपाल صنع
الله في الطبيعة من عبث العابثين المفسدين .

وبالمبحث في السنة النبوية الشريفة نقف على ما يأتي :

¹ - سورة القصص ----- الآية 59

المطلب الأول : النهي عن تلوث البيئة

التلوث هو (التغير السلبي الذي يطرأ على أحد مكونات الوسط البيئي وقد ينتج عن النشاط الإنساني مقارنة بالوضع الطبيعي)¹ .

المحافظة على بيئة صحية نظيفة خالية من التلوث ، وأسباب المرض ، من الأمور التي حث النبي - صلى الله عليه وسلم - أصحابه عليها ، ونهاهم عن الاستقذار ، وعن الأفعال التي من شأنها تلويث البيئة :

فعن معاذ بن جبل - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - :

" اتقوا الملاعن الثلاث البراز في الموارد ، والظل ، وقارعة الطريق"²

والنهي عن البراز في موارد الماء سواءً انهاراً ، أو ودياناً ، أو بركاً لما في ذلك من إيذاء للناس ، والبيئة ، وكذلك الاستنجاء فيه لأن الماء يتلخخ بالنجاسة ، كما يكره إلقاء الأوساخ والقمامة ، وأشلاء الحيوانات ، وهذا إجراء وقائي لحفظ الصحة العامة بشكل عام (البيئة ، والمجتمع)³ ، ولفظ الملاعن ، أو اللعائين كما في بعض الروايات ، لأنها تجلب اللعن على من يفعل ذلك في الأماكن الواردة في الحديث الشريف⁴ .

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال :

((اتقوا اللعائين)) ، قالوا : وما اللعائان يا رسول الله ؟ قال : ((الذي يتخلى في طريق الناس أو في ظلهم))⁵ ، والمراد بالظل المنهي عن تلويثه هو : مستظل الناس

¹ - التلوث البيئي اسبابه وخطاره ومكافحته ص1 فؤاد حسن صالح ، مصطفى محمد ابوقرين ط1 / 1992 م دار الكتب الوطنية بنغازي

² - جامع الأحاديث للسيوطي ، مسند الصحابة في الكتب الستة 28 ، مسند احمد 8853 عن ابي هريرة 2715 عن ابن عباس في مسند احمد ، وتخريجه :1 - حسن لغيره ، وهذا اسناد ضعيف لإبهام روايه عن ابن عباس ، عبد الله : هو ابن المبارك ، وروايته عن ابن هليعة صالحه ، وله شاهد من حديث معاذ بن جبل عند أبي داود 26 ، وابن ماجه 328 ، والحاكم 1 / 167 ، والبيهقي 1 / 97 من طرق ، عن أبي سعيد الحميري ، عن معاذ رفته ((اتقوا الملاعن الثلاث : البراز في الموارد ، وقارعة الطريق والظل)) وصححه الحاكم ، ووافقه الذهبي

وأخر من حديث أبي هريرة عند احمد 2 / 372 ، ومسلم 269 ، وأبي داود 25 وبهذا يكون الحديث حسن لغيره

³ - شرح النووي على مسلم 3 / 161

⁴ - اكمال المعلم شرح صحيح مسلم للقاضي عياض باب النهي عن التخلي في الطرق والظلال 2 / 42

⁵ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 106 كتاب الوضوء باب النهي عن التخلي في الطريق والظلال ص 30

الذي اتخذوه مقبلا ، ومكانا يجلسون فيه ، والنهي يشمل أيضا الطريق الذي يسلكونه ، لما في ذلك من إيذاءٍ لهم بالنجاسة ، والقذارة ، والروائح الكريهة التي تلحق اللعن بفاعلها¹ .

عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم -: ((إياكم والجلوس في الطرقات)) ، قالوا : يا رسول الله ما لنا من بد من مجالسنا ، نتحدث فيها ، قال - عليه الصلاة والسلام - : ((فإذا أبيتم إلا المجلس ، فأعطوا الطريق حقه)) ، قالوا : وما حقه ؟ ، قال : ((غض البصر ، وكف الأذى ، ورد السلام ، والأمر بالمعروف ، والنهي عن المنكر))² ، وكف الأذى عن المسلمين في الطرقات يكون بتجنب كل ما يلحق بهم الأذى ، وإنكاره ، والنهي عنه ، والأمر بالمعروف³

عن أبي هريرة - رضي الله عنه- قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم -: ((لا يبولن أحدكم في الماء الدائم الذي لا يجري ثم يغتسل))⁴ ، نهى عليه - الصلاة والسلام - عن التبول في الماء سواء أراد الاغتسال فيه ، أو منه ، أم لا ، كل الماء راكدا ، أم جاريا ، كالبرك ونحوها ، وبعض النهي للتحريم لا للكراهة ، والمكروه في الماء الكثير الجاري ، ومن باب أولى اجتنابه .

أما الماء الراكد فيحرم لأنه يقدره ، وينجسه ، والتغوط في الماء أقبح من البول فيه ، والتغوط بالقرب من الغدير ، ومجرى الماء يحدث به تلوثا ، وكذلك رمي الحيوانات النافقة ، أو بقاياها أيضا⁵ .

¹ - شرح النووي على مسلم 3 / 161

² - مختصر صحيح مسلم للمنذري 1419 كتاب الآداب باب النهي عن الجلوس في الطرقات ص 280

³ - اكمال المعلم في شرح صحيح مسلم للقاضي عياض 7 / 22

⁴ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 111 كتاب الوضوء باب النهي ان يبال في الماء ، صحيح البخاري 239 - 1 / 57 ، مسند احمد

5717

⁵ - شرح النووي على مسلم 3 / 187

المطلب الثاني : استصلاح الأرض ، وزراعتها ، وإحياء الموات

أوجد الله - سبحانه وتعالى - البشر ليعيشوا في ملكه ، ويعبدوه ، وسخر لهم ما يناسب وجودهم ، أرضاً ممهدة ، وجبالاً ، وانهاراً ، وودياناً ، وبحاراً ، وأنعاماً ، بيئة مناسبة لحياتهم ، وعيشهم على الأرض ، وحرّم عليهم الفساد فيها ، وإلحاق الضرر بعناصرها ، ولكن حثهم على الإحسان إليها ، وزيادة تطويرها ، وتحسينها بما يجعلها تحقق لهم أكثر انتفاعا ، وجمالية كما أمر بذلك - سبحانه وتعالى- بقوله

في سورة الروم : ﴿ وَأَصْلِحْ وَلَا تَتَّبِعْ سَبِيلَ الْمُفْسِدِينَ ﴾ ¹ ، ومن بين

الأعمال الصالحة التي وردت في السنة النبوية الشريفة إصلاح الأرض المهملة ، وإعمارها ، وزراعتها

فعن هشام بن عروة عن أبيه - رضي الله عنهما - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- : " من أحيا أرضا ميتة فهي له ، وليس لعرق ظالم حق ² " ، وفي رواية أخرى ، عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : قال رسول الله -عليه الصلاة والسلام- " من أحيا أرضا ميتة فله منها - يعني أجرا - وما أكلت العوافي منها فهو له صدقة ³ " ، الأرض الميتة التي لم تعمر ، متروكة مهملة ، وهي المقصودة بالإحياء والإصلاح ، وشبهت العمارة بالحياة ، وتعطيها بفقد الحياة ، ويفهم من الحديث ، معنى إحياء الموات أن يعمد شخص لأرض غير معمرة لا يعلم بملكية أحد لها ، فيحييها بالسقي ، والزرع ، والغرس ، فتصبح بذلك الإصلاح ملكه ، قياسا على ماء البحر ، والنهر ، وما يصاد من طير ، وحيوان فإنه يملكه ⁴ ، وذكر ابن حجر أن النسفي روى أن في الكوفة أرضاً مواتاً ، فقال الفاروق - رضي الله عنه - : (من أحيا أرضا ميتة فهي له) ⁵ ، وفيه تشجيع على إصلاح الأرض المهملة المتروكة بإحيائها

¹ - سورة الروم ----- الآية 142

² - موطأ مالك 29 / 1419 ص 434 باب القضاء في عمارة الموات ،

³ - ، صحيح البخاري 2335 كتاب الحرث والمزارعة ، باب من أحيا أرضا مواتا ص 655 مسند أحمد 14271 ، مصنف أبي شيبة ، 487 / 4

⁴ - فتح الباري لابن حجر 17 / 25

⁵ - المصدر نفسه

بالغرس ، والزراعة للانتفاع بتملكها ، وبما تنتج من ثمار ، وحبوب ، وتحصيل الأجر ، والثواب ما دامت حية .

فعن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : حدثني أم مبشر¹ : قالت : دخلت على رسول الله - صلى الله عليه وسلم - في حائط (بستان) فقال : ((لك هذا ؟)) ، فقلت نعم ، فقال : ((من غرسه مسلم أم كافر؟)) ، قلت ، مسلم ، فقال : ((ما من مسلم يزرع أو يغرس غرسا ، فيأكل منه طائر ، أو إنسان ، أو سبع ، أو شيء ، إلا كان له صدقة))² ، ويفهم من الحديث فضل الغرس ، والزرع ، والحث على عمارة الأرض والقيام عليها ، وإصلاحها ، للكفاف ، ونفع المسلمين بخيراتها ، وإنتاجها ، وتحصيل ثوابها ، وأجر ذلك العمل يستمر مادامت تثمر³ ، ويستمر حتى لو مات زارعه ، أو غارسه ، أو انتقلت ملكيتها إلى غيره ، وظاهره أن الأجر لمن غرس ، وزرع ، وتعهده ولو كان في ملك غيره وإن الاشتغال بالزرع ، وإصلاح الأرض من أفضل المكاسب في الدنيا⁴ ، والآخرة ، ففي الدنيا الانتفاع بما تنتجه الأرض من حبوب ، وثمار ، وبناء المساكن ، وجمالية الأشجار ، والنباتات للنفس ، ويثاب في الآخرة الأجر من عند الله - سبحانه وتعالى .

المطلب الثالث : أخلاق المسلمين في الجهاد

من هدي النبي عليه - الصلاة والسلام - في قتال الكفار ، والمشركين ، أن شرع لأمة آداباً وضوابط حاكمة على سلوك المسلم توجب على مخالفتها عقوبات زاجرة في الدنيا والآخرة ، فلا يستخدم المجاهد في سبيل الله إلا الوسائل المشروعة ، والأساليب النزيهة ، ويحرم عليه سلوك الانتقام ، والفساد في الأرض ، وإلحاق

¹ - أم مبشر الأنصارية زينب البراء بن معرور صخر بن خنساء بن سنان بن غبيد بن عدي بن غنم بن كعب بن سلمة بن سعد بن علي بن اسد بن سارية بن زيد بن جشم بن الخزرج الأنصاري الخزرجي السلمي امرأة زيد بن حارثة وكانت من كبار الصحابة أسلمت وبايعت النبي صلى الله عليه وسلم وروت عنه وروى عنها جابر بن عبد الله الإصابة في تمييز الصحابة

² - مسند احمد بن حنبل 27401 - 420/ 6 ، السنن الكبرى للبيهقي 12088 باب فضل الزرع والغرس إذا أكل ، جامع الأحاديث الصحيحة للسيوطي 20734 - 268 / 19

³ - فتح الباري لابن حجر 3 / 17

⁴ - فتح الباري لابن حجر العسقلاني 4 / 17

الضرر بأملاك العدو ، وممارسة البطش والطغيان ، كما يتضح ذلك من السيرة النبوية الشريفة :

فعن عمر بن عبد العزيز في كتاب إلى عامل من عماله قال فيه : بلغني أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - كان إذا بعث سرية يقول لهم : ((اغزوا باسم الله ، في سبيل الله ، تقاتلون من كفر بالله ، لا تغلوا ، ولا تغدروا ، ولا تمثلوا ، ولا تقتلوا وليدا)) وقل ذلك لجيوشك ، وسراياك إن شاء الله ، والسلام عليك¹ .

وعن صفوان بن عسال - رضي الله عنه - قال : بعثني النبي - صلى الله عليه وسلم - في سرية فقال : ((اغزوا باسم الله ، في سبيل الله ، لا تغلوا ، ولا تغدروا))² ، ويفهم من ذلك أن النية في القتال من أجل إعلاء كلمة الله ، وجهادا لنشر الإسلام ، لا من أجل الغلول ، والغنائم ، وإن شرف الجهاد ألا يغدر ، ولا ينقض عهدا أعطاه للعدو ، ولا يقتل الضعفاء من النساء ، والغلمان ، والشيوخ ، وألا يمثل بمن قتل بأن يقطع من أطرافه ، أو أذنيه ، أو عينيه ، وألا يعذب ، وأن يأمر الجيوش بالالتزام بهذه الأخلاق³ ، أي أن الجهاد المشروع في الإسلام له ضوابط ، وأخلاق ينبغي لمن يجاهد في سبيل الله الالتزام بها ، وعدم الخروج عليها .

وعن يحيى بن سعيد ، أن أبا بكر الصديق - رضي الله عنهما - بعث جيوشا إلى الشام ، فخرج يمشي مع يزيد بن أبي سفيان وأوصاه فقال : (إنك ستجد قوما زعموا أنهم حبسوا أنفسهم لله فذرهم وما زعموا أنهم حبسوا أنفسهم له ، وستجد قوما فحصوا عن أوساط رؤوسهم من الشعر ، فاضرب ما فحصوا عنه بالسيف ، وإني موصيك بعشر: لا تقتلن امرأة ، ولا صبيا ، ولا كبيرا هرما ، ولا تقطعن شجرا مثمرا ، ولا تخربن عامرا ، ولا تعقرن شاة ولا بعيرا إلا لمأكلة ، ولا تحرقن نخلا ، ولا تغرقنه ، ولا تغلل ، ولا تجبن)⁴ ويفهم منه عدم التعرض لمن حبسوا أنفسهم في صوامعهم ،

¹ - موطأ مالك 11 / 967 كتاب الجهاد باب النهي عن قتل النساء والولدان في الغزو ص 261 ، السنن الكبرى للنسائي 8782 ، الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم محمد فتوح الحميدي 228 ط 2 دار ابن حزم 1423 هـ 2002م بيروت

² - مصنف ابن أبي شيبة 7 / 464

³ - المنقذ من شرح الموطأ 3 / 30 المكتبة الشاملة

⁴ - موطأ مالك 10 / 966 كتاب الجهاد باب النهي عن قتل النساء والولدان في الغزو ص 261 ، ابن أبي شيبة في المصنف 7 /

أي الرهبان الذين اعتزلوا الناس يمارسون العبادة ولم يعينوا الأعداء علينا ، وتركهم وألا يتعرضوا للزرع ، والشجر المثمر وقطعه ، وعدم تخريب العمران ، وقتل الضعفاء الذين لا يحملون السلاح مثل النساء ، والأطفال ، وكبار السن العجزة ، وعدم قتل الأنعام إلا للأكل عند الحاجة لا للسرف والفساد¹ .

وعن الفاروق - رضي الله عنه - قوله : (اتقوا الله في الفلاحين ولا تقتلوهم إلا أن ينصبوا لكم الحرب)² ، والفلاحون هم من يقومون بزراعة الأرض ، وإصلاحها ، وغرس الأشجار المثمرة ، والظليلة ، وزرع الحبوب ، ويمكن استخلاص ما في هدي المصطفى- عليه الصلاة والسلام - في الجهاد والغزو النقاط الآتية³ :

1. الإخلاص والتجرد للأهداف الحقيقية من الجهاد وترك ما يخالف ذلك من غلول وغدر ، وثأر ، وانتقام .
 2. المحافظة على البيئة ، و اجتناب الفساد في الأرض بحرق الأشجار، والنباتات وقتل الدواب ، وتخريب البيوت ، والعمران لغير ضرورة .
 3. عدم التعرض لغير المقاتلين ، من النساء ، والصبيان ، والشيوخ وكل من لا يقاتل المسلمين ، أو يعين على قتالهم .
 4. السماحة الدينية ، واحترام الخصوصيات ، والمقدسات .
- ولخص محمد ياقوت الأخلاق النبوية في الحرب ضد المشركين بقوله : " أمر جنوده بأن يعفوا عن الضعفاء ، والمسنين ، وحذرهم من هدم البيوت ، والعمران ، وقطع الأشجار ، وقتل الدواب ، وحرق الأملاك "⁴
- لم يسيئ - عليه الصلاة والسلام - استعمال قوته وانتصاره في إلحاق الضرر بأملاك العدو ، وأرزاقهم ، والإفساد في الأرض ، بل أمر بالحفاظ على ما هو موجود من عناصر الطبيعة مالم تستغل ضد المسلمين ،على أفضل حال ، وهذا يعني الحفاظ على البيئة من الضرر ، والفساد .

¹ - المنتقى من شرح الموطأ 3 / 29

² - السنن الكبرى للبيهقي 18623 باب ترك قتل من لاقتال فيه 9 / 91 ، جامع الأحاديث لجلال الدين السيوطي 27176 مسند عمر بن الخطاب 25 / 284 ، كنز المال للمتقي الهندي 11416 باب احكام الجهاد 4 / 799

³ - أروع القيم الحضارية في سيرة خير البرية 2 هدي المصطفى في القتال ص 30

⁴ - الأخلاق النبوية في الصراعات السياسية ص26- 29 محمد ياقوت

المبحث الثالث

أدلة الصحة الوقائية في حفظ البيئة عند العلماء

ينقسم إلى ثلاثة مطالب

وردت في المبحث الأول من هذا الفصل أدلة من كلام الله ، آيات تبين أهمية صحة البيئة بالأوامر للعباد بالمحافظة عليها ، وزيادة إصلاحها بما يحقق زيادة في الانتفاع بها ، ونواه منه - سبحانه وتعالى - عن الإفساد فيها لكي لا ينعكس عليهم بالضرر ، وبيئت السنة النبوية الشريفة في المبحث الثاني كيفية الحفاظ على البيئة الملائمة لصحة الإنسان ، بأدلة عديدة ومتنوعة توضح ذلك .

وفي هذا المبحث ما يرى العلماء في الشريعة الإسلامية من أدلة ، وما يستنبطونه من النصوص حول اهتمام الشريعة الإسلامية بإصاح البيئة في المطالب الثلاثة الآتية : المحافظة على البيئة ، أثر البيئة على الصحة ، عقاب الله للمفسدين في الأرض

المطلب الأول : المحافظة على البيئة

أوجد الخالق - عز وجل - البشر لعبادته وحده دون سواه ، وهياً لهم الأرض

للاستقرار عليها ، قال تعالى : ﴿ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَعٌ إِلَىٰ حِينٍ ﴾¹ ،

أي الأرض موضع استقرار الإنسان في الحياة الدنيا ، وفيها متاعه ، ومقومات العيش ، يستخلفونها جيلاً بعد جيل ، يتوارثونه ، ويتوارثون خيراتها دون الإفساد فيها ، بل بالحفاظ عليها ، وزيادة تطويرها ، وتحسينها بما يتوافق مع تغير ، وتطور حياته

وضبطت الشريعة الإسلامية السمحة علاقة الإنسان بالبيئة وفق مفهومين اثنين²:

¹ - سورة البقرة ----- الآية 26

² - من مثال بعنوان المحافظة على البيئة كتبه طلال مشعل نشر في موقع الإسلام والكون سنة 2019

الأول : تسخير ما في الكون لصالح الإنسان ، وضمان راحته ، ومساعدته فيما أوكل إليه ، من عبادة الله ، و الاستخلاف في الأرض .

الثاني : الإحسان في الانتفاع بما في البيئة من منافع ، وخيرات ، والاعتدال في التصرف ، والتعامل معها لضمان بقاء النظام الذي يسير به الكون ، واستقامة الموازين، ولكي لا يحدث خلل في النظام بسوء تصرف البشر تضمنت الشريعة مجموعة من المبادئ التي تضمن سلامة البيئة ، وحمايتها من أي خطر يهددها :

أ – أوجد الخالق - عز وجل - علاقة حب ومودة بين البشر وباقي عناصر البيئة الجامدة ، والحية لضمان التعامل الإيجابي ، وأمر بالإحسان في كل شيء ، وهذا ما كان عليه معلم البشرية ، الهادي البشير- صلوات الله وسلامه عليه - وصحابته الكرام - رضوان الله عليهم اجمعين – وكما بينته كتب السنة النبوية المطهرة ، فعن أنس بن مالك - رضي الله عنه - قال : عند رجوعنا من غزوة تبوك إلى المدينة المنورة ، وبانت معالمها ، وجبل أحد ،قال - عليه الصلاة والسلام - : ((هذه طابة وهذا أحد جبل يحبنا ونحبه¹)) ، وكان بلال بن رباح يحن إلى مكة المكرمة ، وإلى ما فيها من جبال ، وأودية ، ونباتات² .

ب – جعلت الشريعة الإسلامية الغراء الاهتمام بالبيئة من كمال الإيمان بالله³ بإزالة كل ما من شأنه أن يشكل خطراً على الناس ، فعن أبي هريرة - رضي الله عنه وأرضاه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((الإيمان بضع وسبعون أو بضع وستون شعبة فأفضلها لا اله إلا الله ، وأدناها إماطة الأذى عن الطريق ، والحياء شعبة من الإيمان⁴)) ، وإماطة الأذى أن يحيد المسلم ما يجده في الطريق من ما يؤذي المارة والطريق جزء من البيئة ، وهذا العمل فيه إحسان ،أي عندما يؤمن المسلم إيمانا صحيحا يتولد عنده الإحساس بأحقية الغير في البيئة⁵ .

¹ - الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم 857 محمد فتوح الحميدي 1 / 292
سنن الترمذي 3922 باب فضل المدينة 5 / 721
الموطأ 1576

² - المحافظة على البيئة في الإسلام طلال مشعل

³ - من مقال بعنوان حماية البيئة في الإسلام كتبه سناء الدويكات نشر سنة 2016 في موقع الإسلام والكون في الشبكة الألكترونية

⁴ - مختصر صحيح مسلم للمنذري 30 كتاب الإيمان باب الحياء من الإيمان ص11

⁵ - المصدر نفسه

ج - من مظاهر اهتمام الدين بالبيئة ، توجيه المسلم إلى الاهتمام بالنظافة العامة والشخصية ، ونظافة المكان وجعلها شرطا لصحة بعض العبادات ، وصفها بالطهارة ، فالصلاة لا تصح في بيئة بها أوساخ ونجاسات .

د - زيادة الإصلاح فيها ، وتحسينها بما يتوافق والتطور المعيشي ، فعن أنس بن مالك- رضي الله عنه - قال : قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : ((ما من مسلم يغرس غرسا ، أو يزرع زرعاً فيأكل منه طير ، أو إنسان ، أو بهيمة ، إلا كان له به صدقة))¹ وعن جابر بن عبد الله - رضي الله عنه - قال : قال - عليه الصلاة والسلام - : ((من أحيا أرضا ميتة ، له بها أجر ، وما أكلت العوافي منها فهو له صدقة))² ، وتكمن أهمية غرس ، وزراعة الأرض لما في الغطاء النباتي المكسو بالأشجار ، والزرع من فوائد جمة ، تزداد الطبيعة به جمالا وحسنا ويصير الهواء أكثر جودة بزيادة نسبة الأكسجين فيه وامتصاص غاز الكربون فيصبح أكثر نقاء ، وتلطيف درجة الحرارة ، والحد من زحف الرمال ، والتصرح بإحياء الأرض الميتة³ .

ه - تحريم الفساد ، والإساءة لعناصر البيئة بغير دافع ، ومصلحة راجحة ، أو

مؤكدة ، كما في قوله - تعالى ﴿ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا ﴾⁴ ،

والفساد الذي نهى الله - تعالى - عنه في الآية السابقة هو الناتج عن سوء استعمال مقدرات الطبيعة ، والعبث ، والحاق الضرر بها بعد أن خلقها الله عز وجل بأحسن الأحوال ، وبأفضل ما تكون عليه الطبيعة ، وإن الفساد الحاصل بمثابة هدم لنظام أوجده الخالق سبحانه وتعالى ، وهذا أمر شنيع يستوجب التحريم⁵ .

و- عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال :

¹ - صحيح البخاري 2320 باب فضل الزرع والغرس إذا أكل منه

² - مسند أحمد 14540 حديث صحيح ، اسناد حسن من أجل عبيد الله بن عبد الرحمن بن رافع 26 / 17

³ -سنة الدويكات حماية البيئة في الإسلام 2016

⁴ - سورة الأعراف -----الآية 56

⁵ - التفسير الوسيط 1 / 1624 محمد سيد طنطاوي موقع التفاسير بالشبكة

((اتقوا اللعانيين)) ، قالوا : وما اللعانان يا رسول الله ؟ قال : ((الذي يتخلى في طريق الناس أو في ظلهم))¹ ، والمراد بالظل المنهي عن تلويثه هو : مستظل الناس الذي اتخذوه مقبلا ، ومكانا يجلسون فيه ، والنهي يشمل أيضا الطريق الذي يسلكونه لما في ذلك من ايداء لهم بالنجاسة ، والقذارة ، والروائح الكريهة التي تلحق اللعن بفاعلها² .

ن - استنبط الأصوليون ، والفقهاء عددا من القواعد الفقهية من الكتاب ، والسنة التي لها علاقة بالمحافظة على البيئة³ ، وعدم تلويثها ، والإبقاء عليها صالحة وصحية فمثلا :

(ما لا يتم الواجب إلا به فهو واجب) فهذه القاعدة تنطبق على وجوب النظافة والطهارة للصلاة ، وهي تشمل النظافة الشخصية ، والمكانية .
وقاعدة (ما أدى إلى حرام فهو حرام) تنطبق على تلوث المياه والبيئة بالمواد الضارة التي من شأنها أن تكون سببا في الموت ، أو إلحاق الضرر بالغير .

وقاعدة (درء المفسد مقدم على جلب المصالح) وتعنى بعدم الاقتتال ، والحروب وقاعدة (الضرر لا يزال بمثله ، أو بأكبر منه) وهي أيضا تمنع الحروب ، والدمار .

وقاعدة (لا ضرر ولا ضرار) وتعني عدم الإضرار بأملك الغير من أشجار ، ونباتات وبيوت ، وعمار انتقاما .

ف - مسؤولية المسلم تجاه بيئته كبيرة فقد ورد في الكتاب عن رب العزة قوله :

﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴾⁴ وبهذا

يكون المسلم مسؤولا عن كل تصرفاته ، ومحاسبا عليها ، ومبدأ الخلافة في الأرض حسب ما بينه ديننا الحنيف الذي يعتبر الإنسان المستخلف الوحيد لها ،

1 - مختصر صحيح مسلم للمنذري 106 كتاب الوضوء باب النهي عن التخلي في الطريق والظلال ص 30

2 - شرح النووي على مسلم 3 / 161

3 - المحافظة على البيئة في الإسلام طلال مشعل 2019

4 - سورة الإسراء ----- الآية 36

ولما في البيئة من عناصر ، وموارد ، وخيرات ، بضوابط تبين علاقة الإنسان بها وإنها ليست علاقة تملكية ، بل علاقة انتفاع ، واستئمان على الأمانة ، فيجب عليه المحافظة عليها ، والعناية بها¹ ، والتحذير من الإسراف في الموارد الطبيعية أكثر من الحاجة ، وأن تنتفع الأجيال التي تأتي من بعده بها ، وهكذا يتوارثها الناس جيلا بعد جيل .

ق - من ضمن ما اهتمت به الشريعة الإسلامية ما ورد في بحث في هذا المجال بعنوان النخيل² ، أشار فيه الباحث إلى بعض النصوص في الكتاب والسنة التي ورد فيها أسماء بعض الأشجار المثمرة في الطبيعة ، أوجدها الخالق - سبحانه وتعالى - ولفت انتباه عباده إليها لأهميتها مثلا جاء قول الحق - سبحانه وتعالى -

في سورة النحل : ﴿ يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَبَ

وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿١١﴾³ ، ما

ورد في هذه الآية من أصناف الأشجار ، وفي أماكن أخرى ذكر الرمان ، لما في فيها من فوائد جمة أبرزها هنا هو دورها في المحيط البيئي ، بتنقيته من الملوثات ، وجمالية المنظر ، وظلها ، وأثمارها ، وخص النخل في بعض الآيات منفردا دون

غيره فقال - سبحانه وتعالى - : ﴿ وَهَزَىٰ إِلَيْكَ جِذْعَ النَّخْلَةِ السَّقَطُ عَلَيْكَ

رُطْبًا جَنِيًّا ﴿٢٥﴾⁴ ، وقوله تعالى : ﴿ وَالنَّخْلَ بَاسِقَاتٍ لَهَا طَعُّ نَضِيدٌ ﴿٥٥﴾⁵

وقد وصف البحث أن النخيل من الأشجار التي تنبت في البيئة الصحراوية ، وتتحمل الأجواء الصعبة ، جميلة المنظر، مدحها الخالق - عز وجل - بأن لها

1 - الإسلام وحماية البيئة سارة زقبية موقع الإسلام والكون 2016
2 - بحث بعنوان النخيل للباحث احمد حميمي ص 5 سنة 2003 مكتبة قصيبي السعوية
3 - سورة النحل ----- الآية 11
4 - سورة مريم ----- الآية 25
5 - سورة ق ----- الآية 10

طلعاً نضيداً ، مصفوف بعضه على بعض ، الثمر، والجريد¹ ووصفها بأنها باسقات أطوالها مرتفعة ، تعطي للإنسان ثمرًا يقتاته ، متعدد الأنواع ، يقوي البدن وله فوائد كثيرة ، وتعد من الأشجار العالية الطويلة التي تجلب السحاب المحمل بالغيث النافع² ، إضافة إلى كونها تضيء جمالية ، وروعة للناظرين .

م – وفي بحث آخر حول صحة البيئة جاء فيه " يأمر الإسلام بالحفاظ على البيئة ، ورعايتها ، المساكن ، والشوارع ، وكل أرجاء المدينة ، أو الحي السكني ، بإزالة الأوساخ ، واحترام الطريق ، وإزالة الأذى منه ، ويحرم التبول ، أو التغوط ، أو البصق فيه³ " ، إن الهدف من أن تهتم الشريعة الإسلامية السمحة بالمدامومة على النظافة الشخصية ، والعامّة ، هو خلق بيئة صحية لا تنتفخ إليها الأمراض بفضل النظافة ، لم يصل أي دين ، أو علم ، إلى ما وصل إليه ديننا الحنيف بهذه الدقة ، والاهتمام .

ففي أول سورة من الوحي الإلهي كان الأمر إلى المصطفى - صلى الله عليه وسلم - بلفظ (اقرأ) ، وفي ثاني سور القرآن جاء الأمر بلفظ (وثيابك فطهر) ، وجعل النظافة جزءاً من العبادات ، ومرتكزها الأساسي بعد النية هو الوضوء ، والاعتسال ، ونظافة المكان ، ويعبر عن ذلك كله بلفظ الطهارة⁴ .

لقد نجحت الدولة الإسلامية في تطبيق هذا النظام ، وحققت به تقدماً كبيراً في مجال إصباح البيئة ، ففي عصر ازدهار الإسلام ، كانت حواضره مثل مكة المكرمة ، والمدينة المنورة ، بغداد ، ودمشق ، والأندلس ، والقاهرة من أنظف مدن العالم ، ويطبق فيها نظام العزل الصحي ، والمراقبة الصحية ، ولم تعرف انتشاراً للأوبئة⁵ .

ل – ولابن القيم في هذا المجال (اصباح البيئة) رؤية تخص سكن المسلم الذي هو أحد عناصر البيئة ، وأولها قرباً ، وتعاملاً⁶ ، ويعتبر أن الإنسان يحتاج إلى

1 - التحرير والتنوير تفسير سورة ق 26 / 293 محمد الطاهر بن عاشور الطبعة التونسية 1997 دار سحنون للنشر تونس

2 - المصدر السابق احد حميمي النخيل

3 - بحث حول صحة البيئة مقدم من سعيد بن صالح الحمدان ص8 موقع الطب الوقائي الدمام السعودية

4 - المصدر نفسه

5 - المصدر نفسه ص9

6 - الطب النبوي لابن القيم 1/ 55

السكن ، ليأوي إليه ، وإن المأوى المناسب لحفظ الصحة ، هو الذي يقي الإنسان من الحر ، والبرد ، ويستتر عن العيون ، ويمنع من ولوج الدواب إليه ، ويبني بدقة وحرص بحيث لا سقوطه لفرط ثقله ، ولا تعشش فيه الهوام لسعته وقلة ساكنيه أي أن تكون مساحته تناسب عدد أفراد الأسرة ، ويراعى في تشييده ألا يكون عرضة للرياح المؤذية لارتفاعه ، ولا يكون تحت الأرض ولا غاية في الارتفاع بل وسط ذلك هو اعدل المساكن ، وأنسبها ، وأنفعها ، فتكون بذلك أقلها حرا ، وبردا ، ولا تضيق بساكنها فينحصر ، ولا متسعا من غير منفعة ، ولا فائدة ، وأوسط الأحوال أفضلها نفعاً للبدن ، وحفظاً للصحة ، مع مراعاة حسن التصرف فيها بنظافتها ، وصيانتها ، وترتيبها¹.

المطلب الثاني : أثر البيئة على صحة الإنسان

من خلال ما تم عرضه في المطلب الأول الذي تبين فيه أن البيئة هي المحيط الذي يعيش فيه الإنسان ، والمكون من عدة عناصر حية ، وجامدة ، ولا تستقيم حياته إلا بها ، وتبين أيضا مدى اهتمام الدين الإسلامي بإصحاح البيئة ، والحرص على أن تكون كل عناصرها على أفضل حالاتها لكي تناسب الوجود الإنساني ، واستمرار الحياة .

ومن ذلك كله اتضح أن الوسط البيئي يؤثر سلبا ، وإيجابا على صحة البشر ، فالطعام ، والشراب بأفضل حالاته صحيا يصلح لقوتهم ، وبناء أجسامهم ، وكذلك الهواء النقي هو اللازم لحياة صحية مناسبة ، أما إذا حدث تلوث مهما كان نوعه في الوسط البيئي ، وتغيرت خصائصه احدث للناس عللا ، وأمراضا ، وضرراً² .
ومن خلال ما تقدم فإن التلوث هو الخطر الأكبر الذي يهدد البيئة كما سيتضح فيما يلي :

¹ - الطب النبوي لابن القيم
² - من مقال لإبراهيم العبيدي بعنوان حماية البيئة في التراث الإسلامي 2017 موقع الإسلام والكون

التلوث البيئي¹ : هو التغيير السلبي الذي يطرأ على مكونات الوسط البيئي بسبب النشاط الإنساني الحيوي ، والصناعي ، مقارنة بالوضع الطبيعي قبل تدخل الإنسان .

يلاحظ التلوث في حدوث تغييرات الطاقة ، والمستويات الإشعاعية ، والتغييرات الحيوية ، والفيزيائية ، والكيميائية غير المرغوب فيها ، ويكون تأثيرها في الطعام والهواء ، والماء ، والمنتجات الزراعية² ، ويحدث هذا التغيير (التلوث) بعدة ملوثات بعضها طبيعي من المكونات الطبيعية مثل الميكروبات ، الحشرات الضارة ، ومكونات صناعية نتيجة استخدام الإنسان للآلات ، والمصانع مثل الملوثات الكيماوية ، ملوثات إشعاعية ، وضوضاء (موجات ضوئية غير مقبولة) ويمكن حصر مصادر التلوث كما يلي³ :

1. - التلوث الطبيعي : وهو الناتج عن تعفن المواد العضوية مثل تكديس

القمامة ، والفضلات السائلة ، والصلبة ، وأشلاء الحيوانات النافقة ، وبقايا الطعام ، وهذا النوع يتسبب في تكاثر الحشرات ، والحيوانات الضالة المنتشرة ، إضافة إلى انبعاث الروائح الكريهة.

2. - التلوث الكيماوي وهو الناتج عن مخلفات المصانع وتسربها للبيئة وعدم

التخلص منها بصورة صحيحة ، وكذلك مواد التنظيف ، والمبيدات الحشرية والمبالغة في استعمالها في الزراعة ، والبيوت .

3. - التلوث الإشعاعي : وهو الناتج عن تسرب مواد مشعة خارج أماكن

حفظها أو من المخلفات النووية التي تنتج عن الحروب باستعمال ذخائر تحتوي على مواد مشعة ، أو بعض القطع التي تعمل بالوقود النووي، أو من مراكز البحث العلمي والمستشفيات ، أو كما حصل في انفجار محطة الكهرباء النووية (تشارنوبيل) بروسيا .

¹ - التلوث البيئي اسبابه وخطاره ومكافحته ص فؤاد حسن صالح ، مصطفى محمد بوقرين الهيئة القومية للبحث العلمي ط1 / 1992

دار الكتب الوطنية بنغازي

² - المصدر نفسه

³ - المصدر نفسه

4. - التلوث الناتج عن التكنولوجيا : (الأخطار التقنية) وهي إنتاج مواد ضارة بالبيئة مثل اللدائن ، والبلاستيك ، أو ما تحتوي عليه بعض الأجهزة من مواد ضارة بالبيئة كالطابعات ، ومصابيح الكهراء ، والأجهزة الإلكترونية ، أي التلوث الناتج عن استخدام التقنية بوسائلها المختلفة في التعليم ، والصناعة ، والمجالات الأخرى المختلفة.

5. - التلوث بالضوضاء : وهو الناتج عن الصخب ، والأصوات العالية الصادرة من مكبرات الصوت ، وخاصة في المسارح ، والصالات ، وكذلك منبهات السيارات ، والمصانع ، وأصوات المدافع ، والتفجيرات ، والطائرات أثناء الحروب¹ ، والمفرقات التي تستعمل في بعض المناسبات كالأعراس ، والنجاح .

أثار التلوث على البيئة :

للتلوث آثار عديدة متنوعة تنعكس سلباً على مختلف عناصر الوسط البيئي بحسب مصدر التلوث والمجال البيئي الذي انعكس عليه ، فبعض الملوثات قد لا تحدث الأثر نفسه الذي أحدثته في مجال آخر ، فمثلاً قد تحدث الغازات أثراً على الهواء أكثر من أثرها على الماء في البحار ، والمحيطات وفي ذلك تفصيل كما سيأتي :

أولاً : تأثير التلوث على الجو :

يحتوي الهواء على غازات عديدة وابخرة ، منها الأكسجين الذي هو أهمها ، والضروري لحياة الإنسان ، ولا يستطيع البقاء حياً بدونها إن لم يتنفس هواء نقياً به القدر اللازم منه ، وباقي مكونات الهواء تعتبر في مجملها عناصر ايجابية تحافظ على التوازن البيئي ، إلا أن الإنسان قد يمارس نشاطاً ما تتولد عنه غازات وأبخرة تضر بطبيعة ، وتركيب الغلاف الجوي ويكون أثرها سلبياً ، فتكاثرت نسبة الكربون وتآكل طبقة الأوزون ، وانتشار الغازات السامة الناتجة عن تواجد الصناعات

¹ - التلوث البيئي اسبابه ، واخطاره ، ومكافحته فؤاد حسن صالح وغيره ص 24

المتعددة ،يهدد صحة الكائنات الحية ، وفي مقدمتها البشر، ويؤدي إلى خلل في التوازن البيئي وينعكس سلبا على كل عناصر البيئة ، وتوصف بيئة ملوثة¹.

ثانيا : تأثير التلوث على النباتات

يتأثر الغطاء النباتي المكون من الغابات ، والمساحات المزروعة بمختلف الأصناف بالبيئة التي تعيش فيها ، فإذا كانت بيئة صحية نظيفة تنمو ، وتزدهر، أما إذا فقدت نقاوتها ، بوجود العناصر غير المرغوبة سواء بالهواء ، أو بالماء ، أو بالتربة ، واصبحت ملوثة ، لا تستطيع النباتات ، والأشجار التعايش مع الملوثات ، فتصير إلى الذبول ثم الموت بدلا من النمو ، والازدهار، فهي لا تعيش إلا في وسط به هواء نقي ، ومياه ، وتربة مناسبة .

ثالثا : تأثير التلوث على التربة

عند موت أعداد كبيرة من الأشجار بسبب التلوث البيئي ، وكذلك هلاك المحاصيل الزراعية ، والأعشاب ، يحصل انحسار ، وتقلص للمساحات الخضراء المهمة جدا لحياة البشر، وإنتاج الأوكسجين ، وإصلاح البيئة ، ويحصل التصحر، وتزداد رقعته حتى يزحف على المدن ، والقرى وتصبح بيئة غير مناسبة ، وغير صحية .

وقد يحصل هذا بالاستغلال السيء من البشر، إما بتجريف ، وإزالة الطبقة السطحية للتربة الزراعية ، أو بالرعي الجائر، وهلاك الكساء الأخضر ، أو تناقصه ، وعدم إعطاء فرصة لنمو النباتات ، وانقراض بعض أصناف النباتات .

رابعا : أثر التلوث على الحيوانات

أكثر ما تكون الآثار السلبية وضوحا على الكائنات الحية ، وتظهر أشكال التأثير السلبي على الحيوانات على نشاطها ، وعلى شكلها ، وأعراض أخرى على حياة أمراض تؤدي إلى نفوقها ، هذا على اليابسة ، أما تلوث البحار ، والمحيطات ، الناتج عن وصول المجاري ، والمخلفات الصناعية ، والبواخر ، كل ذلك يعتبر تلوثاً يتسبب في إتلاف أعداد كبير من الكائنات الحية في المياه مثل الأسماك التي

¹ - التلوث البيئي اسبابه وخطاره ومكافحته فؤاد حسن صالح ص24

تعتبر غذاء للإنسان ، والإسفننج ، ومخلوقات مائية أخرى نقصانها يعتبر هدراً بيئياً

خامساً : أثر التلوث البيئي على الإنسان

يؤثر التلوث البيئي على الإنسان بشكل سريع هادم ، إذ يعتبر الأكثر نشاطاً في البيئة ويعتمد اعتماداً كلياً على عناصرها التي سخرها الله - سبحانه وتعالى- له ،

فالأرض مستقرة له ، وكل ما فيها متاعه ، قال تعالى : ﴿ وَلَكُم فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ ۝۱۶۴ ﴾

وَمَتَّعُ إِلَىٰ حِينٍ ﴿٢٤﴾¹ ، فهي مقر إقامته ، وسكنه ، ومكان نشاطه وعمله ،

ويتزود من مياهها شرباً ، واستعمالاً ، ومن خيرات الطبيعة قوتا ، وغذاء ، ويتنفس من الهواء الذي حوله وإن تلوث أي من هذه العناصر ، أو جلها ينعكس سلبا عليه ، بإصابته ببعض الأمراض ، والعلل ، أو الإعاقة ، أو الموت من السموم المتواجدة في الأغذية ، أو استنشاقه للغازات السامة ، أو بانتشار الأوبئة عن طريق المياه ، أو بلامسة المبيدات الحشرية .

أشكال وهيأت الملوثات البيئية :

عادة ما تكون الملوثات البيئية عبارة عن² : (غازات سامة ، ذرات معلقة في الجو كالغبار ، مركبات عضوية كالكمامة ، وبقايا الحيوانات الميتة ، فضلات صلبة وسائلة أملاح ثقيلة ومعادن في التربة ، والمنتجات الزراعية ، مواد ينبعث منها تلوث نووي واشعاعات) هذه بعض أشكال الملوثات الضارة بالبيئة .

¹ - سورة الأعراف - الآية 24

² - التلوث البيئي محمد عياد مقبلي ص 9 ط1 / 2009 دار شموع الثقافة الزاوية

النتائج الخطيرة المترتبة على تلوث البيئة :

- 1- امتلاء الجو بالضجيج والضوضاء .
- 2- فقدان موارد اقتصادية هامة كالأراضي الصالحة للزراعة، والغابات ، والمياه العذبة .
- 3- انقراض العديد من الكائنات الحية كالحيوانات ، والطيور البرية ، والأسماك، وبعض الكائنات الأخرى النافعة .
- 4- تردي إنتاجية الحيوان ، والنبات ، وسوء المواصفات .
- 5- انتشار العديد من الأمراض غير المعروفة ، وضعف الحالة الصحية للبشر .
- 6- تهديد العالم بأسره بحصول تغيرات بيئية خطيرة مثل تآكل الأوزون ، وارتفاع درجة الحرارة .

إن صحة الإنسان مرتبطة بصحة البيئة التي يشرب من مائها ، ويتنفس من هوائها ، ويتغذى بمنتجاتها النباتية ، والحيوانية ، فلا بد أن تكون كل هذه العناصر مناسبة له صحيا ، أي أن تكون نظيفة ، غير فاسدة ولا متأثرة بما يغير من صفاتها ، وخواصها ، ولكن إذا أصابها التلوث ، وفسدت ، تأثرت صحة الإنسان المستهلك ، لتلك العناصر بضعف صحته ، أو إصابته بالأمراض نتيجة شرب ماء ملوث ، وغير طاهر، أو تناول طعام فاسد ، أو تنفس هواء به مواد ، ضارة (غازات ، أو أبخرة سامة) ، أو تعرضه لمواد مشعة ، أو لبعض الحشرات القاتلة ، والهوام¹ .

والتلوث أيا كان شكله يهدد البيئة بالقضاء على أحد عناصرها المهمة ، أو كلها (التربة ، الهواء ، الماء ، النبات ، الحيوان ، الطيور ، الأسماك) .

¹ - التلوث البيئي محمد عياد مقيلي ص9

المطلب الثالث

موقف الدين الإسلامي من الفساد وعقاب المفسدين في الأرض
الفساد - " الفساد نقيض الصلاح ، تفسد القوم : تدابروا ، وتقاطعوا¹ ".
المفسدة خلاف المصلحة - الاستفساد خلاف الاستصلاح ، ومن معاني الفساد
الجذب ، والقحط² .

الفساد - " خروج الشيء عن الاعتدال ، قليلا كان الخروج عنه ، أو كثيرا ،
ويضاده الصلاح ، ويستعمل في الأشياء الخارجة عن الاستقامة³ " .

بما أن البيئة هي الإطار الذي يعيش فيه الإنسان ويمارس نشاطه ، وحياته بما فيه
من ظروف ، وأحوال ، ومواد يؤثر فيها ، وتؤثر فيه⁴ .

فحياة الإنسان مرتبطة ببيئته التي يعيش فيها (الأرض وما عليها من متاع ، وما في
باطنها من خيرات ، والهواء ، والجو) ، قال تعالى : ﴿ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَى

حِينٍ ﴾⁵ ، وعليه فإن لهذه البيئة قدسيته ، لأن الله - عز وجل - خلقها ليعيش

البشر على ظهرها ، ولأنها جزء من الكون الذي أوجده الخالق ، وأبدعه .

والحفاظ على هذه القدسية يتطلب من البشر استخدام العقل ، والحكمة ، والوعي في
التعامل معها ، وإن بعض السلوكيات غير الراشدة ، وغير المنطقية تسبب اضطرابا
وفسادا لها ، وقد يلحقها الضرر بسبب الغرائز ، أو الحروب ، أو الصناعة ،
والحضارة ، والتقدم ، وقد حرمت الشريعة الإسلامية ذلك ، وحذرت منه ، وورد

1 - لسان العرب لابن منظور المجلد 2 د ت ص 109 دار لسان العرب

2 - المصدر نفسه

3 - المفردات في غريب القرآن ص 379 الحسين بن الفضل المعروف بالراغب الأصبهاني دار المعرفة لبنان

4 - قدسية البيئة زكريا طاحون ص 8 ط 1 / 2007 ناس عابدين القاهرة مصر

5 - سورة البقرة ----- الآية 36

النهي بخصوصها في قوله - تعالى - : ﴿ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ

إِصْلَاحِهَا ¹﴾

وكمبدأ من المبادئ التي تتضمنها الشريعة السمحاء في محاربة الفساد ، إلى جانب مبدأ المسؤولية الشخصية ، فالمسلم مسؤول عن جميع تصرفاته تجاه نفسه ، وتجاه الآخرين ، وتجاه كل ما يحيط به ، وما تشتمل عليه البيئة من عناصر حية ، وجامدة ، وأن ينضبط سلوكه وفق الإيمان الصحيح ، الذي يتجسد فيه الإحسان في كل شيء ، كما ورد في النصوص الصحيحة ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ

وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ ²عَنْهُ مَسْئُولًا ﴿٣٦﴾ ، والمسؤولية في الدين

الإسلامي تتحقق في الأمانة ، والرقابة الذاتية (الإحسان) وورد عن المصطفى - صلى الله عليه وسلم - وهو ينبهنا إلى ذلك بقوله في الحديث الشريف الذي رواه عبد الله بن عمر بن الخطاب - رضي الله عنهما - قال : قال - صلى الله عليه وسلم : ((ألا كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته ، فالأمير الذي على الناس راع وهو مسؤول عن رعيته ، والرجل راع على أهل بيته وهو مسؤول عنهم ، والمرأة راعية في بيت زوجها ، وولدها وهي مسؤولة عنهم ، والعبد راع في مال سيده وهو مسؤول عنه ، ألا كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته))³ ، ومخالفة المرء لما ورد في هذين النصين والنصوص الأخرى التي تحذر من سوء التصرف ، والعبث ، فيما أوكل إليه من متاع الدنيا ، وخيراتها ، الأمر الذي يغضب الخالق عز وجل ، ويعرض المخلوق للعقاب جراء ما يوصف بالفساد في الأرض .

¹ - سورة الأعراف ---- الآية 85

² - سورة الإسراء ---- الآية 36

³ - مختصر صحيح مسلم 1206 باب كلكم راع ، وكلكم مسؤول عن رعيته ، صحيح البخاري 6719 باب قوله تعالى وأطيعوا الله والرسول ، مسند أحمد 4495

ومن خلال ما ورد في القصص القرآني الذي يخبرنا فيه المولى عن الأمم التي سبقتنا ، حيث كان منهم المصلحون الذين كانوا يأمرون بالمعروف ، وينهون عن المنكر، والمفسدون الذين أنكروا المعروف ، ومارسوا الفساد بألوان مختلفة ، فقد ورد عنه- سبحانه وتعالى - في سورة هود قوله : ﴿ فَلَوْلَا كَانَ مِنَ الْقُرُونِ مِنْ

قَبْلِكُمْ أُولُوا بَقِيَّةٍ يَنْهَوْنَ عَنِ الْفَسَادِ فِي الْأَرْضِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّنْ أَنْجَيْنَا مِنْهُمْ ۗ وَاتَّبَعَ الَّذِينَ ظَلَمُوا مَا أُتْرِفُوا فِيهِ وَكَانُوا مُجْرِمِينَ ﴿١١٦﴾¹ ،

ويربط القرآن الكريم مشكلة الفساد في الأرض بسلوك الأمم السابقة التي كانت نتيجة غضب الله عليهم ، وأنزل عليهم عقابه بتركهم الأمر بالمعروف ، والنهي عن المنكر ، واتباع اللذات ، والشهوات وانه - سبحانه - لا يهلك القرى بمجرد شركهم إذا كانوا مصلحين في المعاملات فيما بينهم ، ولكن ينزل العذاب على الأمم إذا أساءوا في المعاملات ، وسعوا في الإيذاء ، والظلم ، فالملك يبقى مع الكفر ولا يبقى مع الظلم² .

ويقول الشوكاني في هذا " و المعنى أنه لا يهلكهم بمجرد الشرك وحده حتى ينضم إليه الفساد في الأرض ، كما اهلك قوم شعيب بنقص المكيال ، والميزان ، وبخس الناس أشياءهم ، وأهلك قوم لوط بارتكابهم للفاحشة"³ .

ويقول ابن عباس " الفساد هو نقصان البركة بأعمال العباد كي يتوبوا "⁴ ، فهو القحط ، وقلة النبات على الأرض ، وهو في البحر انقطاع الصيد بذنوب العباد ، وكساد الأسعار وقلة المعاش ، فقطع السبيل لظلم ليطال خيرات الأرض من نبات وحيوان ، وماء ، وأحوال الناس⁵ ، فكلما أحدث الناس فجوراً ، أحدث الله لهم من

1 - سورة هود ----- الآية 116

2 - الفساد في الأرض وموقف الإسلام منه اسامة ظافر ص 32 كبراة ط1 / 1430 هجري / 2009 ميلادي دار النهضة بيروت

3 - فتح القدير للشوكاني الجمع بين فني الرواية والدراية في علم التفسير 2 / 534 ط3 1339 هـ 1973 م دار الفكر بيروت

4 - المصدر نفسه

5 - الفساد في الأرض اسامة ظافر ص 34

الآفات ، والعلل في أغذيتهم ، وفواكههم ، ومياههم ، وهوائهم ، وأبدانهم ، وصورهم ، وأشكالهم ، وأخلاقهم وانتشار الآلام ، والأمراض ، والقحط (سلب بركات الأرض¹) كعقاب لما وقع منهم من فساد نهى الله - تعالى - عنه بقوله :

﴿ وَلَا تَفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا ﴾²، إن الإفساد في الأرض يشمل

إفساد نظام الاجتماع البشري بالظلم ، والبغي ، والعدوان ، وفساد الأنفس ، والأخلاق يظهر في إفساد العمران ، وعدم النظام والإفساد في الأرض بإزالة اصلاحها بما أودع الله فيها من السنن الحكيمة كهطول الغيث ، وجريان الماء ، وإنبات الزرع ، والشجر.

فأعمال الشر، والتخريب ، والإسراف في الشهوات ، والمنكرات ، واستعباد البشر، وعدم قدرة الصناع ، والزراع ، والتجار من مزاولة أعمالهم³ ، قال تعالى:.

﴿ وَلَقَدْ أَخَذْنَا آلَ فِرْعَوْنَ بِالسِّنِينَ وَنَقَصْنَا مِنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ

يَذْكُرُونَ ﴿١٣٠﴾⁴ ، وقال أيضاً ﴿ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمُ الطُّوفَانَ وَالْجَرَادَ

وَأَلْقَمَلَّ وَالضَّفَادِعَ وَالْدَّمَ ءآيَاتٍ مُفَصَّلَاتٍ فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا قَوْمًا مُجْرِمِينَ

﴿١٣٣﴾⁵ ، كان نتيجة الفساد ، والطغيان ، الذي مارسه فرعون ، وحاشيته ، أن

عذبهم الله ، وعاقبهم عليه بأن سلط عليهم الجراد ، والضفادع ، والطوفان الأمر الذي اضطر فرعون إلى أن يشكو لموسى -عليه السلام - ويطلب منه أن يدعو الله ليكف عذابه عنهم ، و وافقه على أن يرسل معه بني اسرائيل ، ولما اخلف وعده

1 - الفساد في الأرض اسامة ظافر ص14

2 - سورة الأعراف ----- الآية 56

3 - الفساد في الأرض وموقف الإسلام منه ص 100 اسامة ظافر

4 - سورة الأعراف ----- الآية 130

5 - سورة الأعراف ----- الآية 133

أتى أمر الله لموسى بالخروج ، وقد عثر العلماء على وثيقة تعود إلى زمن فرعون¹ جاء فيها " اصاب الدمار البلاد ، ضرب الجنان ، والضياع ، عم الخراب ، انقلبت المسكونة ، عمت الفوضى في كل شيء ، الدم في كل انحاء مصر حتى النهر تلوث بالدم ، عاف الناس الشراب ، ابتعدوا عنه واصابهم العطش ، خربت الأشجار وماتت ، وما عادت تثمر ، وما عادت الأرض تخرج الكلاً ، انتشرت الحرائق ، خربت الأبنية ، نقص القمح ، والشعير ، والطيور ، والأسماك " ².

كانت تلك الوثيقة التي ترجمها العلماء تبين ، وتوضح بشكل دقيق المصير الذي وصل إليه المصريون الفراعنة ، وما حل بهم كعقاب من الخالق - عز وجل - على سوء أفعالهم ، وبغي كبيرهم فرعون ، وحاشيته ، وفسادهم في الأرض ومخالفتهم للتعاليم السماوية التي تنهى عن ذلك .

وشريعتنا الإسلامية السمحة تبنت نظاما دقيقا لمحاربة الفساد في الأرض بكل أشكاله كما ثبت والمحافظة على النظام البيئي ، وعدم الإخلال به ، وأباحت زيادة تطويره بما يناسب تطور الحياة ، وإصلاح ما قد يلحقه الضرر ، وقد كانت الأدلة واضحة فيما سبق على ذلك ، وتؤكد ، وتشدد على الإحسان في كل شيء حتى في حروبنا مع الأعداء ، وقتالهم ، والجهاد في سبيل الله كما بينته السنة النبوية الشريفة ، التي بينت في نصوص مختلفة نهي النبي - صلى الله عليه وسلم - وصاحبيه أبي بكر الصديق ، والفاروق - رضي الله عنهما - عند تجهيز الجيوش يوصونهم بعدم الاعتداء على الأشجار بالقطع ، والتخريب ، والحرق ، وعدم التعرض للفلاحين ، وعدم تخريب البيوت والعمار كما سبق وأن تم عرض تلك الأدلة³ ، وفي الشريعة أيضا القاعدة الفقهية التي استنبطها الأصوليون ، والفقهاء التي تمنع إلحاق الضرر بأي عنصر من العناصر المسخرة من الخالق - سبحانه وتعالى - لمخلوقاته في الطبيعة ، بأي سلوك كان ، وأي دافع ، إلا ما كان لمنفعة

¹ - الفساد في الأرض وموقف الإسلام منه ص 127

² - المصدر نفسه ص 128

³ - المطلب الثالث من المبحث الثاني ادلة الحفاظ على البيئة من السنة النبوية ص 151

فيه ¹ كذب حيوان لأجل اكله ، أو قطع الأشجار لفتح ممر ، أو بناء مستشفى أو استبدالها بأجود منها ، وما إلى ذلك من المنافع .

والأدلة ، والشواهد التي في مجموعها تشكل نظاما يحمي البيئة ، ويحافظ عليها من الفساد في الدين الإسلامي كثيرة ، سبق بيان العديد منها في مباحث هذا الفصل ، ولبيان مدى دقة ، واهتمام هذا النظام نورد محاربتة للضوضاء كما بينه العلماء فيما يأتي :

الإسلام والطب يحاربان الضوضاء :

يبين الله - عز وجل - في سورة الإسراء أن المسلم مسؤول عن كل ما أنعم الخالق- سبحانه به عليه من نعم ، ومأمور بالمحافظة عليها من التلف ، قال -

تعالى : ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ

كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ۝٣٦﴾ ² لتؤدي المهام المكلفة بها ، ومن أشكال التلوث البيئي

الضار بالإنسان هو التلوث السمعي البصري الناتج عن الضوضاء (كثرة الأصوات المتداخلة ، والمرتفعة التي تحدث اضطرابا) ³ ، فأذن الإنسان بإمكانها أن تسمع الأصوات المعتدلة التي يكون معدل اهتزاز موجاتها بين (16 - 20) ألف هزة في الثانية ⁴ ، وما زاد عن ذلك أو قل لا يسمع جيدا ، لكنه يحدث اضطرابا في الأذن ، وشعورا مزعجا ⁵ ، والأصوات العالية والحادة ، وكذلك الأصوات غير المنسقة ، تحدث الاضطراب المؤذي للأذن ، والأعصاب ، بعكس الأصوات المعتدلة ، وجيدة التلحين التي تلاقي القبول ، والاستحسان .

¹ - من مقال لسناء الدويكات بعنوان حماية البيئة في الإسلام نشر في موقع الإسلام والكون سنة 2016

² - سورة الإسراء ----- الآية 36

³ - روائع الطب الإسلامي 2 / 140 محمد الدقر

⁴ - رسالة دكتوراه مقدمة من محمد خالد سلطان بعنوان الطب والشريعة جامعة دمشق 1983

⁵ - روائع الطب الإسلامي 2 / 140

والضوضاء إحدى أسباب التوتر النفسي ، والقلق اللذين يعودان على الصحة النفسية ، والبدنية بتأثير سلبي على أعضاء السمع بشكل خاص ، وباقي الأعضاء بشكل عام¹ ، ويمكن تصنيف الآثار السلبية الناتجة عن التلوث البيئي السمعي إلى² أولاً آثار لها علاقة بأعضاء السمع فقط : (ضعف السمع المؤقت أو الدائم) هلاك الطلبة عند التعرض للانفجارات الضخمة الهائلة .

ثانياً : آثار عامة شاملة : تنعكس على كامل البدن بسبب الانزعاج الدائم المفرط من سماع الضجيج (اضطرابات نفسية ، اضطرابات بدنية تصيب القلب ، الصدر ، الأعياء والاكتئاب) ومراكز المخ المختلفة التي لها تأثير على باقي أعضاء الجسم المختلفة .

وقد لاقى التلوث البيئي السمعي اهتمام علماء آخرين جاءت نتائج بحثهم متفقة بما استنبطوه من الشريعة الإسلامية ، وعلم الطب تخلص إلى أن الضوضاء الناتجة عن أصوات غير مرغوب فيها تشكل خطراً على صحة الإنسان يجب تفاديه ، ومحاربه لأنها أحد أسباب الإجهاد الذهني ، والعصبي ، والتوتر العضلي ، وإن الجهاز العصبي مرتبط بباقي أعضاء الجسم ، والضرر الذي يلحق به يحد من نشاطه ، أو يمنعه من القيام بعمله بصورة صحيحة ، وبذلك تتأثر باقي أعضاء البدن³ .

وإن الراحة النفسية ، والبدنية ، والنوم الجيد ، والهدوء كلها مجتمعة من الضروريات لصحة الإنسان ، بها تتم عملية التناسق ، والتفاعل الجيدين بين كل أنسجة الجسم ، وخلاياه ، ومع الجهاز العصبي المركزي ، والقدرة على الفهم ، والإدراك⁴ .

1 - من مقال بعنوان التعرض للضجيج محمد المصري المجلة الطبية دمشق العدد 137 / 1997

2 - المصدر نفسه

3 - الطب الوقائي في الإسلام احمد شوقي الفنجري الهيئة المغربية للكتاب ط1 1985

4 - المصدر نفسه

والدين الإسلامي الحنيف جاء لسعادة البشر في الدنيا و الآخرة¹ ، ففي الدنيا لبناء حياة سعيدة ، ومجتمع هادي لا يعرف الصخب ، والضوضاء ، وينهى عن ذلك ، ويأمر بالاعتدال في حركة الإنسان ، وهدوء صوته ، قال تعالى : ﴿ وَأَقْصِدْ فِي

مَشْيِكَ وَأَغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ ﴿١٩﴾² فقد عاب

الله - سبحانه وتعالى- على بعض الأعراب على رفع أصواتهم عندما نادوا رسوله

الكريم - عليه الصلاة و السلام - قال جل شأنه : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَرْفَعُوا

أَصْوَاتَكُمْ فَوْقَ صَوْتِ النَّبِيِّ وَلَا تَجْهَرُوا لَهُ، بِالْقَوْلِ كَجَهْرِ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ أَنْ

تَحْبَطَ أَعْمَالُكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَشْعُرُونَ ﴿٣﴾ ، وقال أيضا : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ يُنَادُونَكَ مِنْ

وَرَاءِ الْحُجُرَاتِ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ ﴿٤﴾ ، وفي موقف آخر مدح فيه عباده

المؤمنين الذين لا يؤذون الناس برفع أصواتهم ، وعدم تكبرهم وجبروتهم ، وطمغيانهم ، بل الذين يعاملون الناس بلطف ، وهدوء ، ورحمة بقوله تعالى :

﴿ وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ

قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾⁵ ، وعندما أراد المصطفى - عليه الصلاة والسلام -اختيار

أسلوب المناداة للصلاة ، رفض - صلى الله عليه وسلم - اقتراحات من الصحابة -

¹ - الإسلام والطب يحاربان الضوضاء 2 / 141 محمد الدقر

² - سورة لقمان ----- الآية 19

³ - سورة الحجرات-----الآية 2

⁴ - سورة الحجرات ----- الآية 4

⁵ - سورة الفرقان ----- الآية 63

رضوان الله عليهم اجمعين- بأن ينادى لها بناقوس يدق لأجل ذلك، واقتراحاً آخر بأن ينادى لها بضرب الطبل ، لما فيهما من قبح مقارنة بشعيرة الصلاة فاختر - عليه الصلاة والسلام - صوتاً هادئاً وكلمات تبعث على الطمأنينة ، والراحة النفسية بإقامة الأذان لها بكلمات فيها خشوع ، واختار من في صوته ، وكلامه تقوى ، وحب العبادة لله الواحد الأحد ، وأمر - صلى الله عليه وسلم - بالبعد عن الصخب في ذلك¹ ، وهكذا تبدو أهمية المحافظة على البيئة في الشريعة الإسلامية الغراء التي لم تهمل أي عنصر من عناصرها وجزئياتها حتى الدقيقة منها ، وأمرت بالتعامل الحكيم مع البيئة ، والاستغلال الرشيد ، والأفضل لمواردها الطبيعية ، لأجل المحافظة عليها من النفاد اطول فترة ممكنة ، و أن تبقى على حال يسمح باستمرار استخدامها ، وارتفاع أكثر عدد من الأجيال القادمة ، وصيانة البيئة ، وحمايتها من الأخطار التي تهددها ، وإلحاق الضرر بها من النشاط البشري ، لكي لا تتغير خصائصها ، وينعكس ذلك على الأحياء التي تعيش فيها ، وفي مقدمتها الإنسان وهو أهمها ، لأنه أكثر الفاعلين الناشطين فيها ، وأكثرهم انتفاعاً ، وتأثراً سلباً ، وإيجاباً ، وفي كل ذلك يقول الخالق المبدع - سبحانه وتعالى - ﴿ وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا بَطْلًا ﴾² ، وقال

أيضاً : ﴿ مَا فَرَطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ ﴾³ ،

كل ما في الشريعة الإسلامية الغراء خير ، وصلاح ، وبركة ، وإنها نظام ، وهدى لا يأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه ، وهو الوحيد الذي به تنتظم ، وتصلح أمور الدنيا والآخرة ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ ﴾⁴

1 - روائع الطب الإسلامي محمد الدقر

2 - سورة ص - الآية 27

3 - سورة الأنعام - الآية 38

4 - سورة آل عمران - الآية 19

الخاتمة

﴿ وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تَبْيِينًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ ﴾¹

الحمد لله خالق الكون من العدم ، على نظام بالغ الدقة لا يشوبه خلل ، خلق الإنسان ، وعلمه البيان ، وجعل له من متطلبات الحياة ، أجملها ، وأكملها ، ومن الشرائع ، والهدى الدين الإسلامي الحنيف ما إن تمسك به ، وسار عليه ، يضمن له النجاة من الهلاك ، ويحقق له السعادة ، والأمان في الدنيا ، والآخرة ، إذ في كل جزئياته ، ما يحميه من أي خطر قد يلحق به ، وخاصة ما يتعلق بخطر الإصابة بالأمراض ، والأسقام ، وفقدان نعمة الصحة ، والعجز عن ممارسة التكاليف المأمور بها ، والأنشطة التي يلزم القيام بها.

وبعد رحلة البحث في كتاب الله - تعالى - وسنة رسوله - عليه الصلاة والسلام - وما توصل إليه العلماء فيما يتعلق بالصحة الوقائية في الشريعة الإسلامية التي تبينت أدلة وجودها ، وثباتها بوضوح في الشريعة الإسلامية الغراء من خلال فصول هذه الأطروحة التي أثمرت النتائج الأتية :

1- إن كتاب الله (القرآن الكريم) ليس كتاب طب علاجي، أو صيدلة ، بل كتاب هداية ، وتوحيد ، و طب وقائي ، ولم يأت لعلاج الأمراض الجسدية ، ولكن جاء للدنيا والدين معا ، لبناء مجتمع قويم يعيش على الأرض ، بما يحوي من هدى ، وتشريع يتجلى الصلاح فيه ليشمل كل النواحي الأخلاقية ، والسياسية ، والاقتصادية ، والصحية ، والاجتماعية ، يمكن وصف المجتمع الذي يطبق هذا التشريع بالمجتمع الصحي من خلال التعاليم الصحية التي تغطي جميع أوجه الطب الوقائي ، مثل النظافة الشخصية ، ونظافة البيئة ، والتغذية الجيدة المبنية على الأكل الطيب الحلال ، وتحريم الأكل الضار

¹ - سورة النحل - الآية 89

الفاقد ، وعدم ارتكاب الفواحش كالزنا ، واللواط ، وممارسة الرياضة ، والعمل ، وتفادي الخمول ، والكسل ، وتفادي الإصابة بالأمراض .

2- في الدين الإسلامي ضوابط ، ومنهج متكامل لأجل حفظ صحة الإنسان ، واستدامتها ، تقيه من التعرض للعلل النفسية ، والبدنية ، في كل مراحل عمره ، بل وتسبق ولادته ، وقبل أن يتخلق بضوابط الزواج السليم ، وكل ظروف معيشته حتى وفاته .

3- بدن الإنسان عموما يكون على ثلاثة أحوال: الحالة الأولى - وهي الأصل - أن يكون صحيحاً لا تعتريه علة ، أو أسقام ، فيتطلب المحافظة على هذه الحالة . الحالة الثانية وهي أن يكون مريضا غير معافي ، ويلزم علاجه ، والاهتمام به، الحالة الثالثة متوسطة بين الحالتين ، ولا ينتقل من الأولى إلى الثانية إلا بسبب ، أو بوسيط ، يجب الحذر منه ، أي لا ينتقل من حالة الصحة إلى المرض إلا بسبب يجب تفاديه بالوقاية منه .

4- ما يصيب الإنسان من علل ، وأسقام وهي ما تعرف عليها بالأمراض نوعان¹ (أمراض القلوب ، وأمراض الأبدان) ، وأمراض القلوب على ضربين : أولهما على هيئة شبهة ، وشك في صحة العقيدة كما بين ذلك

المولى - عز وجل- في بعضهم بقوله: ﴿ فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ

مَرَضًا ۗ ﴾² ، وقوله فيهم أيضا : ﴿ وَلَيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ ۗ ﴾³ ، وقوله

تعالى : ﴿ أَفِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَمْ ارْتَابُوا ۗ ﴾⁴ .

1 - الطب النبوي لابن القيم

2 - سورة البقرة ----- الآية 10

3 - سورة المدثر ----- 31

4 - سورة النور ----- 50

والنوع الثاني من أمراض القلوب هو مرض شهوة ، وغي كما وصف ذلك الحق بقوله : ﴿ يَنْسَاءَ النَّبِيُّ لَسْتَنَ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ ۚ إِنَّ أَتَقِيَّتَنَ فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ

فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقَلْنَ قَوْلًا مَّعْرُوفًا ﴿٣٢﴾¹ ، ويلزم للقلب المريض بها

الإسراع في ترك المعاصي ، وتجديد الإيمان ، وتغذيته ليمتلئ به القلب ، وينشرح .

أما أمراض الأبدان فهي أيضا ضربان أحدهما فطري لا يحتاج لعلاج ، مثل الشعور بالجوع ، والعطش ، والتعب ، والبرد ، ويرفع بأضداده كتناول الطعام عند الإحساس بالجوع ، وشرب الماء عند العطش ، والراحة ، والسكينة حال التعب .

والضرب الثاني من أمراض الأبدان ما يكون على هيئة أمراض ، وعلل تصيب البدن، ويلزم الوقاية من حدوثها بتدبير ، وتأمل ، وقد تضمنت الشريعة الإسلامية السمحاء أسلوبا وقائيا يمنع حدوثها وهو ما يعرف بالرخص لأصحاب الأعذار في الجهاد ، والعبادات مثل التيمم بدل الوضوء ، والإفطار في رمضان للمسافر ، والمريض حفاظا على دوام الصحة قال تعالى : ﴿ فَمَنْ كَانَ مِنكُمْ مَّرِيضًا أَوْ

عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ﴾² ، وقال أيضا : ﴿ لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا

عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ ﴾³ ،

5- من ضمن ما ظهر واضحا جليا على ما تبناه الدين الإسلامي الحنيف منذ زمن التشريع إلى يومنا هذا هو الحجر الصحي ، وهو تطبيق عملي في مكافحة الأمراض المعدية التي تنتشر بين المسلمين بالاختلاط ، ويعتبر اهم

1 - سورة الأحزاب ----- الآية 32

2 - سورة البقرة ----- الآية 184

3 - سورة النور ----- الآية 61

قواعد حصر الأوبئة الفتاكة في محلها ، وعدم انتشارها ، وكان حرص المصطفى - صلى الله عليه وسلم - على صحة وسلامة المسلمين وعدم تعرضهم للإصابة بهذه الأوبئة الفتاكة التي من شأنها القضاء على العديد ممن يصابون بها ، خاصة أن لها القدرة على الانتشار السريع في كل مكان وبين كل البشر بالإختلاط المباشر .

لهذا نجح - عليه الصلاة والسلام - في التطبيق العملي لهذا المبدأ في مكافحتها بما ورد في أهداف الشريعة الإسلامية الغراء ، ومقاصدها في حماية المسلمين عقائدهم ، وأرواحهم ، وأبدانهم من كل مكروه .

6- رغم التقدم العلمي المذهل في مجال الطب العلاجي ، والتداوي ، بابتكار الأجهزة التشخيصية ، والعلاجية ، والأصناف العديدة ، والمتنوعة من الأدوية ، والعقاقير التي تعالج الأمراض ، والتطور الجراحي ، وما نراه اليوم في ميدان الطب ، ومراكز العلاج ، والبحث العلمي من تقدم ، وتطور كبير ، إلا أن المبدأ الرئيسي في الطب الذي يتبناه الدين الإسلامي هو (الوقاية خير من العلاج) لا زال إلى الآن ، وإلى أن يرث الله الأرض ومن عليها ، هو الأسلوب الأمثل ، والأفضل للحفاظ على صحة الإنسان ، لأنه من ضمن مبادئ الدين الإسلامي الحنيف الذي لا يأتيه الباطل من بين يديه ، ولا من خلفه .

التوصيات

بناء على ما ورد من أدلة ثبوت نظام وقائي للحفاظ على نعمة الصحة التي منحها الله -سبحانه وتعالى- للإنسان في نفسه ، وبدنه ، ومحيطه ، وعلى النتائج التي أفضت إليها ، ومن حيث انتهت تلك النتائج ، فإن الدراسة توصي بالآتي :

1- اعتماد منهج الوقاية كأساس لمنهج عملي في حياة المسلم على المستوى الشخصي كسلوك يومي ، وعلى المستوى العام تتبناه أجهزة الدولة المتمثلة في قطاع الصحة بجميع وحداته ، على أن يعتبر الجانب الوقائي المعروف بالرعاية الصحية الأولية هو المحور الأساسي للقطاع ، وكذلك القطاعات الأخرى ذات العلاقة بصحة الإنسان ، كشركات تصنيع الأغذية ، والمشروبات ، والملابس ، ومناهج التعليم ، والمواصلات ، كل هذه المجالات لا بد أن يراعى فيها مبدأ الوقاية من الإصابة بالأمراض ، وتبذل في سبيل تحقيقه الأموال ، والإمكانيات ، بدل البذل ، والاهتمام الكبير بالجانب العلاجي، أي يولي الاهتمام بالإنسان وهو في أحسن أحواله لا بعد الإصابة بالعلل ، والأسقام ، ومعاناة الألم ، والوجع ، وصرف الأموال الطائلة ، وضخ الإمكانيات لبناء مستشفيات ، ومراكز علاج ، وتجهيزات علاجية ، وكوادر طبية ، وفنيين ، وتمريض ، وأدوية ، ومحاليل ، وعمليات جراحية تصل في بعض الأحيان إلى بتر بعض الأعضاء ، ويصل الإنسان عند الإصابة بالمرض إلى معاناة كبيرة ، وصرف أموال ، وفقد نعمة الصحة التي لا تعوض .

2- تطبيق مبدأ الحجر الصحي بكل قوة ، وفاعلية عند حدوث الوباء ، كما هو الحال في هذه الأيام مع ظهور وباء الكورونا الذي انتشر في العديد من الدول وقتك بكثير من البشر الذين ماتوا بسببه ، ولم تسلم بلادنا منه ، فقد شهدت المستشفيات ، والمصحات ، والمراكز الصحية حدوث إصابات ، ووفيات من

- هذا الوباء الأمر الذي يستوجب اتخاذ خطوات عملية لمنع زيادة الانتشار، وظهور حالات جديدة بمنع الاختلاط ، والازدحام بين الناس ، وعزل المدن أو المناطق التي تكثر فيها الإصابات عن غيرها ، وعزل المصابين عن غيرهم من الأصحاء ، للحد من المرض ، والقضاء عليه ، والجدير بالذكر في هذا المقام أن مبدأ ، أو نظام الحجر الصحي اثبت فاعليته ، وجدواه عندما سنه الحبيب المصطفى عليه الصلاة والسلام ، منذ الف واربعمئة سنة ، في مكافحة الأوبئة ، والأمراض المتناقلة مثل الطاعون ، ولم يكن عبثاً أن تتبنى الشريعة الإسلامية الغراء حفظ نعمة الصحة ، والوقاية من الآفات ، والعلل .
- 3- إحياء ، وتفعيل منهج الطب النبوي الذي أرسى دعائمه النبي - صلى الله عليه وسلم- ، القائم على الكتاب ، والسنة ، والمتمثل في الاهتمام بالنظافة ، وتجويد الغذاء ، وترك المحرمات ، وممارسة العمل ، والنشاط ، من خلال ما بينه ابن القيم ، وغيره من العلماء في هذا الشأن ، وتدريب كوادر لتطبيقه ، وبناء مدارس ، ومؤسسات خاصة به لتقديم خدماتها للناس .
- 4- الاهتمام بما يعرف حالياً بالطب البديل القائم على الرقية الشرعية ، والحجامة ، والأعشاب الطبية ، على أن يكون قائماً على أسس علمية يربط العلوم الشرعية بالعلوم التطبيقية ، وليس كما هو الحال الآن يمارس من قبل أشخاص غير ضالعين بالعلم ، ويفتقرون للمعلومة الكافية .
- 5- اعتماد التراث الإسلامي كقاعدة ، وأساس للبحث العلمي ، ومحتوى المناهج التعليمية وخاصة للعلوم الصحية .
- 6- تفعيل دور المسجد ، والمراكز الإسلامية لتقديم الدعم النفسي ، وتحقيق الوقاية من الاضطرابات النفسية ، والمشاحنات ، والمساعدة في الإقلال منها ، والقضاء عليها
- 7- اعادة ضبط مقررات وأسس علم النفس بما في الشريعة الإسلامية ، والتراث الإسلامي من معطيات حول الصحة الوقائية ، بدلا من الاقتصار على النظريات الحديثة التي في معظمها لعلماء غير مسلمين .

8- الاهتمام بمراكز البحث العلمي القائمة حالياً المختصة بالعلوم الصحية ، والإسلامية ، وزيادة انتشارها وربط مخرجاتها بالمنظمة الإسلامية للعلوم الطبية . ومجلة البحوث الشرعية الطبية .

9- الاهتمام بمحيط الإنسان ، وبيئته زيادة جودته ، ونقائه بما يرفع من مستوى صحة الإنسان بزيادة المساحات الخضراء لتوفر الهواء النقي ، وتوفير مياه الشرب ، والسكن الصحي الذي يؤويه ، ومكافحة التصحر ، والتلوث البيئي ، وتقليل الأنشطة الصناعية التي تتولد عنها أبخرة ، وغبار ، ومواد مشعة ، ووقف الحروب التي تقضي على العناصر الإيجابية في البيئة ، وتلحق بها الدمار والخراب .

وبهذا ، وبكل ما ورد في فصول البحث ، وجزئياته ، وفروعه تظهر الأدلة التي تثبت منهج الصحة الوقائية في الشريعة الإسلامية الغراء ، في ميدان الصحة النفسية وحفظها من الاضطراب ، والصحة البدنية وحفظ البدن من الأمراض ، والعلل ، وصحة البيئة ، والمحيط ، وعدم تعرضها للفساد ، والتلوث ، سواء وردت تلك الأدلة في آيات القرآن الكريم المتنوعة حسب السور ، والمواضيع ، أو وردت في السنة النبوية الشريفة من كتب الحديث ، وكتب السيرة ، أو الأدلة التي استنبطها العلماء من خلال ما افضت إليه جهودهم ، وبحثهم في ذلك .

أي أن منظومة التشريع الإسلامي تهتم بصحة الإنسان ، والحفاظ عليها بتطبيق الأوامر والنواهي الواردة فيها .

أسأل الله الهداية ، ودوام الصحة ، والعافية ، والتوفيق إلى ما فيه خير الدنيا ، والآخرة

والحمد لله رب العالمين في كل حال ، وفي كل حين ، على كل نعمه وصل اللهم وسلم على سيدنا محمد ، وعلى آله وصحبه ، ومن سار على هديه إلى يوم الدين

آمين

المصادر والمراجع

- القرآن الكريم - برواية حفص عن عاصم - مصحف المدينة المنورة الإلكتروني
- 1- أثر التربية الإسلامية في أمن المجتمع - عبد الله قادري - ط1 - 1988م - دار المجتمع - جدة السعودية .
 - 2- إحكام الأحكام - شرح عمدة الأحكام - تقي الدين ابي الفتح ابن دقيق العيد - املاه على الشيخ عماد الدين بن الأثير الحلبي - ط1- دار الكتب العلمية بيروت .
 - 3- أحكام الأسرة في الشريعة الإسلامية - مصطفى عبد الغني شيبه - ط1 - 2001م- دار الكتب الوطنية - بنغازي ليبيا .
 - 4- إحياء علوم الدين - أبي حامد الغزالي - ط2- 1431هـ - 2010م - دار الفجر للتراث - القاهرة مصر. 1432هـ - 2010م - دار الفجر للتراث - القاهرة مصر.
 - 5- أخطاؤنا في العبادات والمعاملات - مصطفى مراد - ط1- 1432هـ - 2010م - دار الفجر للتراث - القاهرة مصر.
 - 6- اسرار الصلاة - لابن القيم - ط1 - 2005م - دار ابن حزم
 - 7- اغاثة اللفهان من مصائد الشيطان - ابن القيم - ت- محمد حامد الفقي - ط / دار الفكر -
 - 8- اقتضاء الصراط المستقيم - لابن تيمية - ت - محمد حامد الفقي - ط2 - 1369هـ - مكتبة السنة المحمدية - القاهرة .
 - 9- إكمال المعلم شرح صحيح مسلم - أبو الفضل عياض اليحصبي

- 10- الإتيان في علوم القرآن – لجلال الدين السيوطي – تحقيق حامد احمد الطاهر – الطبعة الثانية 2009 ميلادي – دار الفجر للتراث – القاهرة مصر .
- 11- الأخلاق الزكية – عبد الكريم الحمداوي – ط1- 1425 م – طرابلس ليبيا .
- 12- الأخلاق النبوية في الصراعات السياسية والعسكرية – محمد مسعف ياقوت – المكتبة الشاملة .
- 13- الاستذكار – أبو عمر يوسف عبدالله بن عبد البر النمري – ط1- 1421هـ – 2000م – دار الكتب العلمية – بيروت لبنان .
- 14- الاستيعاب في أسماء الأصحاب – أبي عمر يوسف عبد البر النمري القرطبي – ط1 / 1423 هـ / 2002م – دار الفكر بيروت لبنان .
- 15- الإسلام أصوله ومبادئه – محمد عبد الله السحيم - ط1 – 1421هـ – وزارة الشؤون الإسلامية السعودية .
- 16- الإسلام والإنسان المعاصر – محمد ظفر الله خان – ط1 – 1981م – دار النهضة العربية – بيروت لبنان .
- 17- الإسلام والطب البدني والنفسي – محمد احمد ، فتوحات احمد – ط2- 1988م – الكويت .
- 18- الإسلام والكون
- 19- الإسلام والمدنية – محمد رضا – ط1 – 1406هـ – 1986م – دار الكتب العلمية – بيروت لبنان .
- 20- الإسلام وبناء الشخصية – احمد عمر هاشم – ط2- 1997م – عالم الكتب – بيروت لبنان .
- 21- الإنسان في القرآن الكريم – عباس محمود العقاد – ط1 – المكتبة العصرية – بيروت لبنان .
- 22- الإيمان – ابن تيميه – ط / 1401هـ – المكتب الإسلامي دمشق سوريا .
- 23- الإيمان بالله و أثره في الحياة – عبد المجيد عمر – ط1 - 1997م – دار الغرب

- 24- الإيمان بالله وأثره في الحياة – عبد المجيد عمر – ط1- 1997م- دار الغرب .
- 25- التحرير والتنوير- محمد الطاهر بن عاشور- ط1 – 1997 م دار سحنون للنشر ، والتوزيع – تونس .
- 26- التدين والصحة النفسية – صالح ابراهيم الضبع – ط1- 2000م – جامعة محمد بن سعود – الرياض السعودية .
- 27- التعريفات – علي محمد الجرجاني – ت- ابراهيم الأبياري – ط1- 1405هـ – دار الكتاب العربي – بيروت لبنان .
- 28- التلقين في الفقه المالكي – القاضي عبد الوهاب البغدادي – ت – محمد ثالث
- 29- التلوث البيئي – عياد مقلبي – ط1- 2009م – دار شموع الثقافة – الزاوية ليبيا .
- 30- التوجيه والإرشاد النفسي من القرآن والسنة – مسفر الزهراني – ط1 – 1421هـ – دار بهاور مكة السعودية .
- 31- التوضيح والبيان لشجرة الإيمان – عبد الرحمن السعدي – ط / - المشهد الحسيني – القاهرة مصر .
- 32- التوكل على الله والأخذ بالأسباب – احمد بن تيمية – ط / 1992م – الدار المصرية اللبنانية – القاهرة مصر .
- 33- الجانب العاطفي من الإسلام (الخلق والسلوك والتصرف) – محمد الغزالي – ط1- 1990 م – دار الدعوة – الاسكندرية مصر .
- 34- الجمع بين الصحيحين البخاري ، ومسلم – محمد بن فتوح الحميدي – ط2 – 1423هـ – 2002م دار بن حزم – بيروت لبنان .
- 35- الجمعية العالمية الإسلامية للصحة النفسية – القاهرة
- 36- الحاوي في الطب – ابوبكر الرازي – موقع شبكة مشكاة الإسلامية .
- 37- الحديث النبوي وعلم النفس – محمد عثمان نجاتي - ط/ دار الشروق القاهرة مصر .

- 38- الخلافة في الأرض - احمد حسن فجعان - ط1 - 2003 م - دار عمار - عمان المملكة الأردنية .
- 39- الخمسين من طب سيد الأولين والآخرين - أبو أحمد معتز مفتاح - شبكة مشكاة الإسلامية .
- 40- الداء والدواء والجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي - لابن القيم - ت- عصام الضبابطي - ط2- 2000م - دار الحديث - القاهرة مصر .
- 41- الدين والحياة - سيد عبد الحميد مرسي - ط1 - 1986 م - مكتبة وهبة - القاهرة مصر .
- 42- الدين والعلم وتحريم لحم الخنزير- هانس هايز رش ريكفيغ - ترجمة - عدنان الحلبي - ط1 - 1411هـ - 1990م - دار قتيبة - بيروت لبنان .
- 43- الرسول الأعظم - أحمد ديدات - ترجمة - علي عثمان - المكتبة الشاملة .
- 44- الروح - لابن القيم - ت- محمد أنيس عبارة ، محمد فهمي السرجاني - ط1 - مكتبة الجمهورية - القاهرة مصر .
- 45- الزكاة وآثارها في تهذيب النفوس - الطاهر البدوي - ط1- 2010م - دار الكتب العلمية - بيروت لبنان .
- 46- الزواج والطلاق في الفقه الإسلامي - محمد كمال الدين امام - ط1 - المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر - بيروت لبنان .
- 47- الزواج والطلاق في القانون الليبي - عبد السلام محمد الشريف - ط1 - 1998م بنغازي - ليبيا .
- 48- السلوك الاجتماعي في الإسلام - حسن أيوب - ط / - 1996م - دار النشر والتوزيع الإسلامية - القاهرة مصر .
- 49- السنن الكبرى للبيهقي ، وفي ذيله الجوهر النقي ، ابوبكر احمد بن الحسين البيهقي - مؤلف الجوهر النقي - علاء الدين علي بن عثمان المارديني - ط1 - 1344هـ - دائرة المعارف النظامية - حيدر اباد الهند .

- 50- السيرة المحمدية – محمد فريد وجدي – ط1 / 1413 هـ / 1993 م الدار المصرية اللبنانية – القاهرة مصر.
- 51- الشخصية توافقها واضطرابها ارشادها وعلاجها – نبيل سفيان – ط1 – 2000م – مؤسسة الجمهورية للصحافة والطباعة والنشر – تعز اليمن .
- 52- الشرح الصغير على اقرب المسالك إلى مذهب الإمام- أبي البركات أحمد بن محمد الدردير- حاشية أحمد بن محمد الصاوي المالكي – ت – مصطفى كمال وصفي – دار المعارف – القاهرة مصر.
- 53- الصيام مسائل واحكام – كمال علي – ط1 – 1995م – دار الشعب .
- 54- الطب البديل في صحيح البخاري ومسلم في ضوء الأبحاث العلمية – عبد الكريم علي الفهري – ط1 – 1430هـ – 2009م – مؤسسة الرسالة بيروت لبنان .
- 55- الطب النبوي – محمد بن أبي بكر بن أيوب بن قيم الجوزية – ت- السيد الجميلي – ط1 – دار الكتاب العربي – بيروت لبنان .
- 56- الطب النبوي – محمد محمد – ط6 – 2010 م – المكتبة العلمية
- 57- الطب الوقائي في الإسلام من صحة الأرواح إلى صحة الأجساد والبيئة – سعيد صالح الحمدان – الدمام السعودية .
- 58- الطب في الإسلام – آمال احمد البشير – 1 – 1425هـ -2004م الخرطوم السودان .
- 59- الطب في القرآن – محمد جميل الحبال ، وميض رمزي العمري- ط2 - 1425هـ- 2004م – دار النفائس – بيروت لبنان .
- 60- الطب في ضوء الإيمان – محمد المختار السلامي – مفتي تونس سابقا – ط- / 2011م – دار الغرب الإسلامي – بيروت لبنان .
- 61- الطريف والممتع في علم وظائف الأعضاء – لسر غيف – ترجمة – حسام شاه – ط / - 1982م – دار بير – موسكو روسيا .

- 62- الطفل في الشريعة الإسلامية – محمد احمد صالح – ط/ - دار الفرزدق – دمشق سوريا .
- 63- العبادات في الإسلام احكام وأدلة – الصادق عبد الرحمن الغرياني – ط 14 – 2012- دار مكتبة الشعب – مصراته ليبيا .
- 64- العبادات وفضائلها التربوية – احمد كرزون – ط1- 2012م - دار ابن حزم
- 65- العقل في الإسلام – يحي احمد الكعكي – ط1 – 1431هـ -2010م – دار النهضة العربية – بيروت لبنان .
- 66- العقيدة والأخلاق و أثرهما في حياة الفرد والمجتمع – محمد بيصار - ط4- 1973م – دار الكتاب اللبناني – بيروت لبنات .
- 67- العمل والقيم الخلقية – احمد ماهر – ط / - المكتب الجامعي – الإسكندرية مصر .
- 68- الفرد والمجتمع في الإسلام – محمود الشرقاوي – ط / - مكتبة الأنجلو – القاهرة مصر .
- 69- الفساد في الأرض وموقف الإسلام منه – اسامه ظافر كبارة – ط1 – 1430هـ – 2009م – دار النهضة – بيروت لبنان .
- 70- الفقه الإسلامي و أدلته – وهبة الزحيلي – ط- 10 – 1428 هـ – 2007 م – دار الفكر المعاصر – دمشق سوريا .
- 71- القانون في الطب – الشيخ ابن سينا – موقع شبكة مشاة الإسلامية .
- 72- القرآن وعلم النفس – مفتاح محمد عبد العزيز- ط1- 1997م – جامعة قار يونس – بنغازي ليبيا .
- 73- القرآن وقضايا الإنسان – عائشة عبد الرحمن الشاطئ – ط5- 1984م – دار العلم للملايين – بيروت لبنان .
- 74- المدخل لدراسة الشريعة الإسلامية – عبد الكريم زيدان – ط – 16- 1999م – مؤسسة الرسالة – بيروت لبنان .

- 75- المسند المستخرج على صحيح الإمام مسلم للأصبهاني - ط1 - 1417هـ -
1996م - بيروت لبنان .
- 76- المعجم الاقتصادي الإسلامي - للشرباصي احمد - دار الجيل
- 77- المعجم المفهرس لمواضيع القرآن الكريم - محمد نايف معروف - ط2 /
1427 هـ / 2006 م - دار النفائس - بيروت لبنان .
- 78- المعجم الموضوعي لآيات القرآن الكريم - صبحي عبد الرؤف عمر ، احمد
مصطفى الطهطاوي - ط1 - 2006م - دار الفضيلة - القاهرة مصر .
- 79- المعهد العالمي للفكر الإسلامي - القاهرة
- 80- المعونة على مذهب عالم المدينة - القاضي عبد الوهاب البغدادي
- 81- المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم - أبي حفص عمر بن ابراهيم الحافظ
الأنصاري القرطبي - شبكة سكاى الإسلامية .
- 82- المكتبة الشاملة
- 83- المنهل الحديث في شرح الحديث - موسى شاهين - ط1 - 1999م - دار
الشروق - القاهرة مصر .
- 84- الموسوعة الطبية الفقهية - احمد محمد ، محمد هيثم الخياط - ط2 / 1431 هـ
/ 2010 م - دار النفائس - بيروت لبنان
- 85- الموطأ - للإمام مالك بن أنس - تحقيق محمود بن الجميل - الطبعة الأولى -
2001 - مكتبة السلام الجديدة - الدار البيضاء المغرب .
- 86- النفس الإسلامية في القرآن - فاضل عباس النعيمي - ط1 - 2000م - دار
الفكر - دمشق سوريا .
- 87- الوجيز في الطب الإسلامي - هشام الخطيب - ط1 - 1985 - دار الأرقم -
عمان - الأردن .
- 88- أمة الطهارة - عبد الحميد مهدي - ط1 - 1403هـ - 1983م .
- 89- بحوث في الفقه الطبي والصحة النفسية من منظور إسلامي - عبد الستار أبو
غدة - ط1 - 1991م - دار الأقصى - القاهرة مصر .

- 90- بناء البيت السعيد في ضوء الإسلام – مقداد يالجن - ط1- 1987م – دار المريخ – الرياض السعودية .
- 91- تراجم أعلام السلف – احمد فريد – ط2 / 2007 م – دار الإيمان – الإسكندرية مصر .
- 92- تزكية النفس – لاحمد بن تيمية- ت – محمد بن سعيد القحطاني – ط1- 1994م – دار المسلم – الرياض السعودية .
- 93- تصفية القلوب من ادران الأوزار والذنوب – الإمام يحيى بن حمزة اليماني الذمار
- 94- تفسير ابن عرفة المالكي – أبو عبدالله محمد بن عرفة الورغمي – تحقيق حسن المناعي – ط1 – 1986م – مركز البحوث جامعة الزيتونة – تونس .
- 95- تفسير العز بن عبد السلام – للإمام عز الدين بن عبد السلام الدمشقي – ط1 – 1416هـ – 1996م – دار ابن حزم – بيروت لبنان .
- 96- تفسير القرآن العظيم – ابي الفداء اسماعيل بن كثير- تحقيق – حامد احمد الطاهر- الطبعة الثانية 2010 ميلادي – دار الفجر القاهرة مصر.
- 97- تلوث البيئة اسبابه وأخطاره ومكافحته – فؤاد حسن صالح ، مصطفى محمد أبو قرين – ط1 – 1992م – الهيئة القومية للبحث العلمي – دار الكتب الوطنية – بنغازي ليبيا .
- 98- تهذيب كتاب السلوك – احمد بن تيمية – ت- عبد الله بن محمد الخباري – ط2- 1997م – دار المجد – صنعاء اليمن .
- 99- ثلاثون سببا للسعادة – عائض القرني – ط2- 2010 م – دار ابن حزم -
- 100- جغرافية التنمية والبيئة – عيسى علي ابراهيم ، فتحي عبد العزيز – ط1- 1424هـ – 2004م – دار النهضة العربية – بيروت لبنان
- 101- حكمة التشريع الإسلامي وفلسفته – علي احمد الجرجاوي – ت – خالد العطار – ط1 – 1427هـ – 2007 م – دار الفكر بيروت لبنان .
- 102- خاتم النبيين – محمد أبو زهرة – ط / مكتبة جدة – جدة السعودية .

- 103- خصال الفطرة في الفقه الإسلامي – حسين عبد الله علي – ط2 – 1425هـ – 2004م – دار الضياء – بيروت لبنان .
- 104- خلق الإنسان بين الطب والقرآن – محمد علي البار – ط13 – 1426هـ – 2005م – الدار السعودية للنشر - المملكة العربية السعودية .
- 105- رجال ونساء حول الرسول – احمد شعبان – تجميع من كتب الأئمة (الطبري ، ابن كثير ، الذهبي ، السيوطي) ط1 / 1426هـ / 2006م – مكتبة الصفاء القاهرة مصر .
- 106- روائع الطب الإسلامي – محمد نزار الدقر- ط1- 1995م - دار المعاجم – دمشق سوريا.
- 107- سعادة الإنسان في حفظ الأركان – زياد محمد حميدان – ط1- 1429هـ – 2008م – دار الإعلام – عمان الأردن .
- 108- سنن ابن ماجه – بتحقيق شعيب الأرنؤوط
- 109- شخصية المسلم كما يصورها القرآن الكريم – مصطفى عبد الواحد – ط4 – 1984م – مطابع علي بن علي – الدوحة قطر .
- 110- شرائع النفس والعقل والروح – محمد عرب – ط1- 2005م اتحاد الكتاب العرب دمشق سوريا .
- 111- شرح النووي على مسلم – أبو زكريا يحيى النووي – ط2 – 1392هـ – دار احياء التراث العربي – بيروت لبنان .
- 112- شرح صحيح البخاري لابن بطال – أبو الحسن علي بن خلف بن بطال القرطبي – تحقيق – أبو تميم ياسر بن ابراهيم – ط2 – 1423هـ – 2003م – مكتبة الرشيد – الرياض السعودية .
- 113- صحتك في رحاب الإسلام – احمد الطالبى – ط3- 2011م
- 114- صحيح الأحاديث القدسية وشروحها – محمود بن الجميل – ط1- 2001- دار البيان الحديثة – القاهرة مصر.

- 115- صحيح البخاري – للإمام أبي عبدالله محمد بن اسماعيل البخاري – ط2 –
 خرج احاديثه عماد الدين ياسر حسن – طبعة منفحة – 1422هـ – 2012م –
 مؤسسة الرسالة للطباعة ، والنشر – بيروت لبنان .
- 116- صفوة التفاسير – محمد علي الصابوني
- 117- صيام ستة من شوال وحكم نيابة قضاء رمضان عنه – فاتح زقلام – ط1 –
 1997م – دار الحكمة للطباعة والنشر والتوزيع – ليبيا .
- 118- عقيدة المسلم – محمد الغزالي – ط1- 1976م – دار الكتب الحديثة –
 القاهرة
- 119- علم النفس النبوي – قاسم شهاب صالح – ط1- 1995م – مؤسسة الرسالة –
 بيروت لبنان .
- 120- غرس العقيدة لابن تيمية
- 121- فتح الباري شرح صحيح البخاري – احمد بن علي بن حجر العسقلاني –
 ط1- 1379هـ – دار المعرفة – بيروت لبنان .
- 122- فقه السنة – السيد سابق – ط5 – 1402هـ – 1982م – دار الفكر بيروت لبنان
- 123- في قضايا طبية معاصرة – محمد نعيم – ط – 4 – 2008م – دار النفائس –
 بيروت لبنان .
- 124- قاعدة حسنة في الباقيات الصالحات لابن تيمية – ت – محمد عبد المقصود –
 ط1 – 2002 – مكتبة اضواء السلف – الإسماعيلية مصر.
- 125- قاموس العقيدة – ألف مصطلح في العقائد – محمد احمد الحاج ، بسام علي
 عموش – ط1 / 1410 هـ / 2009 م – الأكاديميون للنشر والتوزيع - عمان
- 126- قدسية البيئة – زكريا طاحون – ط1- 2007م – دار عابدين القاهرة مصر .
- 127- قسوة القلب المظاهر والأسباب والعلاج – بلال احمد الرفاعي – ط1 –
 2011م – دار الكتب العلمية بيروت لبنان .
- 128- قيمة الإنسان وغاية وجوده في الإسلام – يوسف القرضاوي – ط2 – 1995م
 –دار الوفاء- مصر.

- 129- لسان العرب لابن منظور – تحقيق عبد الله علي الكبير- محمد احمد حسب الله – هاشم الشاذلي – دار المعارف مصر .
- 130- مجلة المسلم المعاصر – العديدين – 73- 1994م – 74 – 1995م – الكويت
- 131- مجلة النفس مطمئنة – العديدين – 82- 1997م – 16 – 2000م – تصدر عم الجمعية الإسلامية للصحة النفسية – القاهرة مصر .
- 132- مجلة جامعة الأمير عبد القادر الجزائري – العدد – 5 – الجزائر .
- 133- مجلة دراسات العلوم الإنسانية – العدد - 4 – 1992 – تصدر عن الجامعة الأردنية – عمان الأردن .
- 134- مجلة صدام للعلوم الإسلامية – العدد- 8- 2000م – تصدر عن المجمع العلمي العراقي – بغداد العراق .
- 135- مجموع الفتاوى – احمد ابن تيميه – ط1- 1398هـ – مؤسسة الرسالة – بيروت
- 136- مختار القاموس – الطاهر احمد الزاوي – ط1 – 1383هـ – 1964م – الدار العربية للكتاب – طرابلس ، تونس .
- 137- مختصر السيرة النبوية الشريفة لابن كثير – أبي الفداء اسماعيل بن كثير- ت – محمد علي القطب – ط2- 1407هـ – 1987م – دار بيروت لبنان .
- 138- مختصر صحيح مسلم – للإمام زكي الدين عبد العظيم عبد القوي المنذري – الطبعة الأولى -2006 – مكتبة الإيمان – المنصورة مصر .
- 139- مختصر في الطب (العلاج بالأغذية و الأعشاب في بلاد المغرب) عبد الملك بن حبيب القرطبي – موقع شبكة مشكاة الإسلامية .
- 140- مسند الإمام احمد بن حنبل – تحقيق احمد شاكر – ط2 – 1404 – دار المعارف القاهرة مصر .
- 141- معجم الباقلائي – ت – سميرة فرحات – ط1 -1411هـ – 1991م – المؤسسة الجامعة للدراسات والنشر، والتوزيع – بيروت – لبنان .

- 142- مفاهيم قرآنية حول حقيقة الإنسان - فاروق الدسوقي - ط2 - 1986م - المكتبة الإسلامية - بيروت لبنان .
- 143- مفتاح دار السعادة ومنشور آية العلم والإرادة - لابن القيم - ت - محمد أبوبكر الشروعي - دار الكتب بيروت لبنان
- 144- مفهوم العقل والقلب في القرآن والسنة - محمد علي الجوزو- ط2- 1983م - دار العلم للملايين - بيروت لبنان .
- 145- من توجيهات القرآن العظيم - محمد عبد الكريم الجزائري - ط1- 1373 و- ر - 2008م - جمعية الدعوة الإسلامية - طرابلس .
- 146- من معالم الهدى القرآني في التوبة - سليمان الصادق البيرة - ط1 / 1427 هـ / 2006 م - مكتبة الصفاء - القاهرة مصر .
- 147- منهج القرآن الكريم في تحقيق الصحة النفسية - علي بهلول احمد - ط1- 1432هـ - 2011م - الدار العثمانية للنشر - عمان الأردن .
- 148- موقع المنظمة الإسلامية للعلوم الطبية - الكويت
- 149- نظرية الإفساد في الفقه الإسلامي - سعيد فايز الدخيل ، محمد رواسي قلعة جي - ط1 - 1422هـ - 2001م - دار النفائس - بيروت لبنان
- 150- نيل الأوطار شرح منقى الأخبار من احاديث سيد الأخبار - للشوكاني - ت - مصطفى الحلبي.
- 151- وفي الصلاة صحة ووقاية - فارس علوان - ط1- 1995م دار السلام - القاهرة مصر.

فهرس المحتويات

الرقم	العنوان	الصفحة
1.	الإهداء	
2.	الشكر والتقدير	
3.	المقدمة	5
4.	خطة البحث وتقسيمها	10
5.	الفصل التمهيدي	13
6.	المبحث الأول تعريفات	13
7.	المطلب الأول	13
8.	المطلب الثاني	14
9.	المطلب الثالث	16
10.	المبحث الثاني	18
11.	المطلب الأول	18
12.	المطلب الثاني	18
13.	المطلب الثالث	19
14.	المبحث الثالث	20
15.	المطلب الأول	21
16.	المطلب الثاني	22
17.	المطلب الثالث	26
18.	الفصل الأول الصحة الوقائية النفسية	32

- 19 المبحث الأول الأدلة من القرآن الكريم ----- 32
20. المطلب الأول قرآن العقيدة ----- 32
21. المطلب الثاني قرآن العبادات ----- 46
22. المطلب الثالث قرآن المعاملات ----- 63
23. المبحث الثاني الأدلة من السنة النبوية الشريفة 83
24. المطلب الأول في العقيدة ----- 83
25. المطلب الثاني في العبادات ----- 90
26. المطلب الثالث في المعاملات ----- 102
27. المبحث الثالث الأدلة من أقوال العلماء ----- 109
28. المطلب الأول في العقيدة ----- 109
29. المطلب الثاني في العبادات ----- 115
30. المطلب الثالث ----- 119
31. الفصل الثاني الصحة الوقائية البدنية ----- 123
32. المبحث الأول الأدلة من القرآن ----- 123
33. المطلب الأول حفظ النفس البشرية ----- 123
34. المطلب الثاني أمور منهي عنها ----- 130
35. المطلب الثالث أمور يجب اتباعها ----- 136
36. المبحث الثاني الأدلة من السنة الشريفة --- 140
37. المطلب الأول النظافة والطهارة ----- 140
38. المطلب الثاني الأكل والطعام والشراب -- 146
39. المطلب الثالث الأمراض المعدية ----- 155
40. المبحث الثالث الأدلة من أقوال العلماء ----- 161
41. المطلب الأول المطعم والمشرب ----- 162
42. المطلب الثاني النوم واليقظة ----- 168
43. المطلب الثالث محظورات يجب تفاديها --- 172

- 44 . الفصل الثالث الصحة الوقائية في البيئة --- 175
- 45 . المبحث الأول الأدلة من القرآن ----- 175
- 46 . المطلب الأول الكون مسخر للبشر----- 176
- 47 . المطلب الثاني استفادة البشر من الطبيعة --- 185
- 48 . المطلب الثالث تحريم الفساد في الأرض 190
- 49 . المبحث الثاني الأدلة من السنة الشريفة -- 198
- 50 . المطلب الأول النهي عن تلوث البيئة --- 198
- 51 . المطلب الثاني استصلاح الأرض الميتة -- 200
- 52 . المطلب الثالث أخلاق المسلمين في الجهاد 202
- 53 . المبحث الثالث الأدلة من أقوال العلماء --- 204
- 54 . المطلب الأول المحافظة على البيئة ----- 205
- 55 . المطلب الثاني أثر البيئة على الإنسان --- 211
- 56 . المطلب الثالث موقف الإسلام من الفساد – 216
- 57 . الخاتمة ----- 226
- 58 – المصادر والمراجع ----- 233 .

