

مبادئ حماية جسم الإنسان في السنة والقرآن

عمر بن صالح بنعمر
جامعة الزيتونة، تونس

ملخص

جسم الإنسان في شريعتنا الإسلامية مكرم ومحترم؛ يحرم الاعتداء عليه، ولا خلاف في ذلك بين الأديان السماوية والقوانين الوضعية، وأي اعتداء عليه أو النيل من سلامته يعدّ مخالفة شرعية وقانونية. وقد تواترت النصوص الشرعية من آيات قرآنية وأحاديث نبوية دالّة على حماية جسم الإنسان وعدم الإضرار به ولو برضاه. والإنسان مطالب بالحفاظ على صحته ورعاية جسده لما للصحة من أهمية، ويكفي الاستدلال لهذا بإقرار النبي ﷺ بحق الجسد في قوله: { فَإِنَّ لَجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا }. وقد بلغ من تكريم الجسد أن أوجب الشرع غسل الميت، وحرم الاعتداء على جسده فقال: { كَسْرُ عَظْمِ الْمَيِّتِ كَسْرُهُ حَيًّا }.

وفي هذا الإطار تدرج هذه الدراسة الموسومة بـ: "مبادئ حماية جسم الإنسان في السنة والقرآن" في محاولة لتثقيف صحيّ هدفه حثّ الناس على تبني ممارسات صحية سليمة، من أجل رفع المستوى الصحي للناس كافة، وإرشادهم إلى عدد من وسائل الوقاية من كل ما يلحق الأذى بالجسد. واختيار هذا الموضوع لم يأت اعتباطاً ولا صدفة، وإنما جاء بعد روية وتفكير في قيمته العلمية، وحاجة الناس إلى معرفته لما له من علاقة وطيدة بصحتهم وسعادتهم في الدنيا والآخرة. وتسعى هذه الدراسة إلى أن تحقق لدى قرائها جملة من الأهداف، بأن يتعرف بوضوح وجلاء على جملة من المبادئ الشرعية لحماية الإنسان، ويتبين سمو الشريعة الإسلامية وراقيها في التعامل مع الإنسان، ويعمل على الحفاظ على صحته وحماية جسده وقاية وعلاجاً. ولتحقيق الأهداف المذكورة جاءت هذه الدراسة بعد المقدمة في أربعة مطالب؛ كل مطلب يعدّ مبدأً من مبادئ الحفاظ على الصحة وحماية جسد الإنسان: المبدأ الأول في كون الإنسان مؤتمن على جسمه؛ ويندرج في هذا هل الإنسان مالك لأعضائه أم هي ملك لله؟ والمبدأ الثاني في الوقاية

والحمية؛ بأن حمى الله المريض مثلاً من استعمال الماء خشية من الضرر، ونهى رسول الله ﷺ من أن يورد ممرضاً على مصيح، وحرّم بعض الأمور لحماية لجسد الإنسان وتناول المبدأ الثالث: حفظ الصحة بالتغذية السليمة، والسكن المريح والبيئة النظيفة، والعلاج والتداوي عند الحاجة. والمبدأ الرابع في استفراغ المادة المضرة؛ كالتبول والتغوط والحجامة وحلق الرأس للمحرم إذا كان يتأذى من شعره... وأبرزت الخاتمة أهم النتائج المتوصل إليها وبعض التوصيات.

Abstract

The human body in our Islamic Shari'ah is honored and respected; the assault is forbidden, and there is no dispute between divine religions and positive laws, Any attack on it or violation of its integrity is a violation of Shari'ah and legality. The legal texts of Qur'anic verses and prophetic sayings (hadith) were frequently insisting of protecting the human body and not harming it even if it was with his approve. The human being is required to maintain his health and to care for his body because of the importance of health, and Suffice it to infer this from the words of the Prophet Peace be upon him: {your body has a right on you, and your eyes has a right on you}. It has reached the honor of the body that Sharia have made obligatory to wash the deceased, and the assault on his body was forbidden, the Prophet Peace be upon him said: {Breaking the bone of the deceased as broken the bone of life one}.

In this context, this study is titled with: "Principles of the protection of the human body in the Sunnah and the Qur'an" in an effort to educate the importance of health of the people to urge adopt healthy health practices, to raise the standard of health for all people, and to guide them to a number of means of preventing all harms to the body. The choice of this subject has not been considered as a coincidence, but came after thinking and reflects on its scientific value, and the need for people to know it because it has a strong relationship with their health and happiness in this life and in the afterlife. This study seeks to achieve for its reader a number of objectives: recognize clearly and unambiguously a number of legitimate principles of human protection, It is clear that Islamic law is superior to human rights, and works to preserve his health and protect his body, prevention and treatment.

In order to achieve the above-mentioned objectives, this study came after the introduction of four chapters; every chapter is a principle of the preservation of health and the protection of the human body: the first principle is that the human being is entrusted to his body; and included on it: is the human being the owner of his organs or is it the property of Allah? The second principle of prevention and diet; that Allah protected the patient, for example, it allow him to not use of water if he fear of harm, and the Messenger of Allah Peace be upon him forbade to put a patient with a healthy person (as a precaution), and some things were forbidden to protect the human body. The third principle addressed: health conservation with proper nutrition, comfortable housing and a clean environment, treatment and medication when needed. The fourth principle is to exiting the harmful substance, such as urinating, defecation, Hijama and shaving the head of the mahram if he is hurt by his hair... The conclusion highlighted the main findings and some recommendations.

مقدمة

مقصد الشريعة من التشريع حفظ نظام العالم، وضبط تصرفات الناس على وجه يعصم من التفساد والتهالك، وذلك إنما يكون بتحصيل المصالح واجتنب المفسد على حسب ما يتحقق به معنى المصلحة والمفسدة. يقول ابن عاشور موضحاً المقصد من التشريع بأنه: "حفظ نظام الأمة واستدامة صلاحه بصلاح المهيمن عليه، وهو نوع الإنسان ويشمل صلاحه صلاح عقله وصلاح عمله، وصلاح ما بين يديه من موجودات العالم الذي يعيش فيه¹ ويقول العلال الفاسي: "والمقصد العام للشريعة الإسلامية هو عمارة الأرض، وحفظ نظام التعايش فيها، واستمرار صلاحها بصلاح المستخلفين فيها، وقيامهم بما كلفوا به من عدل واستقامة وامن صلاح في العقل، وإصلاح في الأرض، واستتباب لخيراتها وتدابير لمنافع الجميع، وإنما يكون ذلك بتحقيق المصالح، واجتنب المفسد على حسب ما يتحقق به معنى المصلحة والمفسدة"².

وسواء كانت هذه المصالح ضرورية أو حاجية أو تحسينية. ولقد دعت الشريعة الإسلامية بالمحافظة على الضروريات الخمس؛ وهي: حفظ الدين، والنفس، والعقل، والمال، والنسب؛ لأنه لا بد منها في قيام مصالح الدين والدنيا، ولا يستقيم نظام الكون إلا بوجودها وتحصيلها، فإذا اختلت آلت حالة الأمة في الدنيا إلى فسادٍ وتلاشي، وفي الآخرة فوات النجاة والنعيم.

وعناية الشريعة الإسلامية بالنفس عناية فائقة، فشرعت من الأحكام ما يجلب لها المصالح، ويدفع عنها المفسد، وذلك مبالغة في حفظها وصيانتها، ودرء

الاعتداء عليها. وجسم الإنسان في شريعتنا الإسلامية مكرم ومحترم؛ يحرم الاعتداء عليه، ولا خلاف في ذلك بين الأديان السماوية والقوانين الوضعية، وأي اعتداء عليه أو النيل من سلامته يعدّ مخالفة شرعية وقانونية. وقد تواترت النصوص الشرعية من آيات قرآنية وأحاديث نبوية دالّة على حماية جسم الإنسان وعدم الإضرار به ولو برضاه. والإنسان مطالب بالحفاظ على صحته ورعاية جسده لما للصحة من أهمية، ويكفي الاستدلال لهذا بإقرار النبي ﷺ بحق الجسد في قوله: {فَإِنَّ لَجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا} ³ وقوله ﷺ: {مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ أَمَّنًا فِي سَرِيهِ، مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمَهُ، فَكَأَنَّمَا حَبِزَتْ لَهُ الدُّنْيَا} ⁴، وقد بلغ من تكريم الجسد بعد الموت: غسل الميت؛ ويجب الغسلُ تعبدًا باتفاق لقول الرسول ﷺ: {اغسلوه بماء وسدر، وكفنوه في ثوبين} ⁵. وحرّم الاعتداء على جسده فقال ﷺ: {كَسْرُ عَظْمِ الْمَيِّتِ كَسْرُهُ حَيًّا} ⁶.

وفي هذا الإطار تتدرج هذه الدراسة الموسومة بـ: "مبادئ حماية جسم الإنسان في السنة والقرآن" مساهمة مني في تأثيث الملتقى الدولي الأول: "جسم الإنسان بين الضرورة الطبية والضوابط الشرعية والقانونية"، في محوره الأول: "الإطار المفاهيمي لنقل الأعضاء والأنسجة"، وفي محاولة لتثقيف صحيّ هدفه حثّ الناس على تبني ممارسات صحية سليمة، من أجل رفع المستوى الصحي للناس كافة، وإرشادهم إلى عدد من وسائل الوقاية من كل ما يلحق الأذى بالجسد، معا لحرص على تغيير بعض العادات والسلوكيات الاجتماعية للأفراد لتحسين مستواهم الصحي أفرادا وجماعات وقواعد طبّ الأبدان الثلاثة: "حفظ الصحة، والحماية عن المؤذي، استئصال المواد الفاسدة..." ⁷، وجاء في مقامات اليازجي: فلعلك توصيني بما يكون غنية اللبيب، عند غيبة الطبيب. فأطرق هنيهةً للتروية، ثم هبّ في التوصية، فقال: يا بني لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، وقم وأنت بما دون الشبع قانع. وبأكر في الغداء، ولا تتماس في العشاء، والزم الرياضة في الخلاء، واجتنبها عند الامتلاء. ولا تدخل طعاماً على طعام، ولا تشرب بعد المنام. ولا تكثر من الألوان، على الخوان. ولا تعجل في المضغ والازدراد، واجتنب كل ما لم ينضج وما بات من الطعام فهو مجلبة للفساد" ⁸.

واختيار هذا الموضوع لم يأت اعتبارا ولا صدفة، وإنما جاء بعد روية وتفكير في قيمته العلمية، وحاجة الناس إلى معرفته لما له من علاقة وطيدة بصحتهم وسعادتهم في الدنيا والآخرة، وصلة متينة مع التخصصات الدراسية شرعية كانت أو طبية. كما أن أسئلة قد تطرح بالنسبة لبعض الناس نوعا من القلق المعرفي: ما هي الصلة بين الشرع والطب، بين النقل والعقل؟ ألسنا بحاجة لتثقيف أنفسنا بما يصلح عقولنا وأجسامنا؟ وما هي المبادئ التي اتبعتها الشريعة الإسلامية لحماية أجسامنا ووقايتها من كل ما

من شأنه يُخلّ بصحتها ويحميها من الأمراض؟ وما العمل إذا تعرض الجسد إلى وعكة صحية؟ وأليس انتشار مرض السكر والضغط في بلادنا في ازدياد؟ أليس آفة التدخين مرتفعة بين الصغار والكبار؟ هذا ما دفعني لاختيار هذا الموضوع دون غيره.

أهداف الدراسة: تسعى هذه الدراسة إلى أن تحقق لدى قرائها جملة من الأهداف،

تتمثل في الآتي:

- 1- أن يتعرف بوضوح وجلاء على جملة من المبادئ الشرعية لحماية الإنسان.
- 2- أن يدرك مدى حرص الشريعة على النفس البشرية عموماً، ودورها في حماية جسم الإنسان خصوصاً.
- 3- أن يتبين سمو الشريعة الإسلامية ورفيها في التعامل مع الإنسان.
- 4- أن يعمل على الحفاظ على صحته وحماية جسده وقاية وعلاجاً.
- 5- أن يدعو غيره إلى تفعيل دور الشريعة في حماية جسم الإنسان، ويسهم في نشر الثقافة الصحية لتحقيق السلامة والسعادة للجميع.

وهذا إيمان مني بضرورة التعريف بأهمية حفظ جسد الإنسان لمن يجهله، والتذكير لمن يعرفه، حتى لا نكون ممن إذا جهل شيئاً عاداه، ولو رزق العبد تضلعا من كتاب الله وسنة رسوله وفهما تاماً في النصوص ولو ازماها لاستغنى بذلك عن كثير مما سواه ولاستتبط جميع العلوم الصحيحة منه فمدار العلوم كلها على معرفة الله وأمره ونهيه. ويؤكد هذا ما جاء في حديث معاوية بن حيدة القشيري {أنه سمع النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: ﴿كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ﴾ قَالَ: إِنَّكُمْ تَتَّبِعُونَ سَبْعِينَ أُمَّةً، أَنْتُمْ خَيْرُهَا وَأَكْرَمُهَا عَلَى اللَّهِ} ⁹، لما تمسكت الأمة بدينها أكرمها الله في علومها وعقولها وفطرتها، "وغلّب على المسلمين العقل والشجاعة والفهم والنجدة والفرح والسرور، وهذه أسرار وحقائق إنما يعرف مقاديرها من حسن فهمه ولطف ذهنه وغزر علمه وعرف ما عند الناس" ¹⁰.

خطة الدراسة: سعياً لتحقيق الأهداف المذكورة جاءت هذه الدراسة بعد هذه

المقدمة في أربعة مطالب؛ كل مطلب يعدّ مبدئاً من مبادئ الحفاظ على الصحة وحماية جسد الإنسان: المبدأ الأول فيكون الإنسان مؤتمناً على جسمه؛ ويندرج في هذا هل الإنسان مالك لأعضائه أم هي ملك لله؟ والمبدأ الثاني فيالوقاية والحماية: بأن حمى الله المريض مثلاً من استعمال الماء خشية من الضرر، ونهى رسول الله ﷺ من أن يُورد مُمْرِضٌ عَلَى مُصِيحٍ، وحرّم بعض الأمور حماية لجسد الإنسان. وتناول المبدأ الثالث: حفظ الصحة بالتغذية السليمة، والسكن المريح والبيئة النظيفة، والعلاج و التداوي عند الحاجة. والمبدأ الرابع في استفراغ المادة المضرة؛ كالتبول و التغوط

والحجامة وحلق الرأس للمحرم إذا كان يتأذى من شعره...وأبرزت الخاتمة أهم النتائج المتوصل إليها وبعض التوصيات.

منهج الدراسة: اعتمدت في دراستي هذه على المنهج الاستقرائي والمنهج التحليلي وذلك:

- 1- باستقراء أهمية الحفاظ على جسم الإنسان في الشريعة الإسلامية من كتب التفسير والحديث والسيرة، والفقه وغيرها من المصادر والمراجع الأصلية مما له علاقة بالبحث، وتحليل ذلك لبيان الأحكام والمقاصد الشرعية لهذا الموضوع.
- 2- وتعريف ما يحتاج إلى تعريف من المصطلحات الأساسية الواردة في البحث.
- 3- وعزو الآيات إلى سورها في القرآن بذكر اسم السورة، ورقم الآية.
- 4- وتخريج الأحاديث النبوية من مراجعها الأصلية، وبيان درجتها صحة وضعفا.

المبدأ الأول: الإنسان مؤتمن على جسمه

المبدأ الأول لحماية الجسم، أن الإنسان مؤتمن على جسمه؛ ذلك بأن حفظ النفس من المقاصد الضرورية للشريعة الإسلامية، والمقصود به: "عصمة الذات الإنسانية في عناصرها المادية والمعنوية، وذلك إقامة لأصلها الذي يعد المحور الذي تدور عليه عمارة الأرض، ويتحقق به معنى الاستخلاف فيها"¹. وليس للعالم صلاح بدون ذلك البتة ولا سبيل إلى الوصول إلى السعادة والفوز الأكبر إلا بالعبور على هذا الجسم"²؛ إذ الجسم منحة من الله تعالى، يجب الحفاظ عليه، وحمايته من الأمراض ومسبباتها، ليظل قويًا وقادرًا على القيام بواجباته الدينية والدنيوية، التي خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان لأجلها، لذلك فإن أي إهمال في الصحة، يعدّ ذنبًا، ومخالفة للنصوص الشرعية، مثل قول الله تعالى: ﴿وَلَا تُلْفُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (سورة البقرة: 195)، وقوله سبحانه: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ (سورة النساء: 29)، وقول النبي ﷺ: {لا ضرر ولا ضرار}³ فالواجب على الإنسان أن يحافظ على جسمه كما ينبغي، امتثالاً لأمر الله، والتزاماً بحقوق الإنسان.

وحقوق الإنسان اليوم تحتلّ مكانة مرموقة، ولها جاذبية خاصة. ومما لا يخفى أن الشريعة الإسلامية اهتمت بحقوق الإنسان، ولها توصيات كثيرة في ذلك، باعتبار الإنسان أفضل المخلوقات في الأرض. ومن هذه التوصيات: الاهتمام بجسد الإنسان في قوله ﷺ: {يا عبد الله، ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل. قلت: بلى يا رسول الله، قال: فلا تفعل، صم وأفطر، وفهم وتم؛ فإنّ لجسدك عليك حقًا، وإنّ لعينك عليك حقًا، وإنّ لزوجك عليك حقًا}⁴. والاهتمام بجسد الإنسان منشؤه تكريم الذات الإنسانية

باعتباره إنساناً، بقطع النظر عن دينه وعرقه ولونه؛ وذلك لكونه مستخلفاً في الأرض، قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾ (سورة البقرة: 30). ومن البديهي أن الاستخلاف في الأرض يدل على سلطة الإنسان على نفسه وعلى ما سخره الله له، مثلما قال الله تعالى في حق تسلط الإنسان على الأمور المالية: ﴿وَأَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَخْلِفِينَ فِيهِ﴾ (سورة الحديد: 7). والأصل في الملكية المطلقة أنها لله تعالى وحده، قال الله تبارك وتعالى: ﴿وَتَبَارَكَ الَّذِي لَهُ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا﴾ (سورة الزخرف: 85)، وقوله تعالى: ﴿وَاللَّهُ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا﴾ (سورة المائدة: 17). وكل ملكية غير ملكية الله هي ملكية مشروطة، والله وحده هو الذي يأذن للإنسان بالملكية، ويعطيه حق التصرف.

ونظراً للتقدم الكبير الذي أحرزه الطب خاصة في إجراء تغييرات في جسم الإنسان، ونجاحه في مجال زراعة الأعضاء، فهل الإنسان حر في التصرف في أعضائه كما يشاء، أم هو مستأمن عليها لا يحل أن يتصرف فيها إلا وفق من استأمنه عليها؟ يقول البيوطي: "أما أعضاؤه، ودمه، وعظامه، وجلده، وسائر أجزاء جسده، فإن التصرف فيها من شأنه أن يؤول إلى أحد قسمين:

القسم الأول: تصرف يسري بصاحبه إلى الموت يقيناً أو ظناً، ولو ظناً غير راجح، فهذا القسم من التصرفات متعلق بحقوق الله عز وجل بالتبعية، واللزوم. ومن ثم فلا يجوز للإنسان أن يقدم على هذا النوع من التصرف بأعضائه مهما كانت الأسباب. القسم الثاني: تصرف ليس من شأنه أن يسري بصاحبه إلى الموت، لا يقيناً ولا ظناً، بل الشأن فيه أن لا يعقب أي ضرر بأصل الحياة، بل تبقى سالمة مستقرة؛ فهذا التصرف ضمن هذا القيد، من حق العباد أو بتعبير أدق: حق العبد متغلب فيه على حق الله¹⁵. ومن هنا يمكن القول بأن الفقهاء قد اختلفوا في ملكية الإنسان لجسده على قولين:

القول الأول: الإنسان لا يملك جسده، بل هو ملك لله

لا يحل للإنسان أن يتصرف في أعضائه إلا في حدود ما شرعه الله تعالى، فلا يحق للإنسان أن يحدث ضرراً في جسمه، ولا في أجساد غيره، أو أن يقوم بقتل نفسه أو قتل غيره باعتبار أن الجسم وديعة استودعها الله الإنسان. والتصرف في الجسد قد يؤدي إلى إضرار وتغييرات في الجسم تتعارض مع الأحكام الشرعية أو القوانين المتعلقة بمجال حماية حق الحياة للإنسان، وسلامة جسمه، "ولذا يعدّ الجسم من أكثر عناصر الحياة الإنسانية المساس به انتهاكاً لحرمة أو معصومية الكيان الجسدي للإنسان"¹⁶. ولقد أشار الشاطبي إلى هذا المعنى في قوله: "إن كل حكم شرعي ليس بخالي عن حق الله"¹⁷. وقال تعالى: ﴿وَلَا ضَلَّيْتُمْ وَلَا مَسِيْتُمْ وَلَا مَرْتُمْ فَلْيَبْسُكُوا

أَذَانَ النَّاعِمِ وَلَمَّا رَمَتْهُمْ فَلْيُغَيِّرَنَّ خَلْقَ اللَّهِ وَمَنْ يَتَّخِذِ الشَّيْطَانَ وَلِيًّا مِنْ دُونِ اللَّهِ فَقَدْ خَسِرَ خُسْرَانًا مُبِينًا﴾ (سورة النساء: 119)، والمغير لخلق الله معرض للطرد من رحمة الله عز وجل، قال ابن مسعود: { لعن رسول الله صلى الله عليه وسلم الواشيات، والمستوشيات، والمتنمصات، والمتفلجات للحسن، المغيرات لخلق الله }¹⁸. وبمثل هذه الأدلة يكون الإنسان مؤتمنا على جسده وكافة أعضائه؛ إذ أن حق الإنسان في سلامة جسده من الحقوق اللصيقة بالشخصية، ومن خصائص مثل هذه الحقوق أنها غير قابلة للتصرف فيها مطلقا، وتخرج من دائرة التعامل المالي، والإنسان لا يستطيع أن يتصرف في جسده بمقابل أو بدون مقابل لأنه ليس مالكا له.

القول الثاني: الإنسان يملك جسده

يحل للإنسان أن يتصرف في جسده؛ وإن كانت هذه الملكية ليست مماثلة لملكيته للأشياء المادية، فحرموا عليه بعض التصرفات التي تلحق ضررا بجسمه أو تلفا، مثل: الانتحار؛ استنادا لقوله تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ (سورة النساء: 29)، وقوله تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (سورة البقرة: 195). واعتبروا أن ملكية الإنسان لجسده - وإن كانت ملكية مشروطة ومنضبطة بضوابط محددة- تدل على تمام كرامته الإنسانية. وبهذا قال فقهاء الشيعة المعاصرين، حتى إنهم أجازوا بيع الإنسان لبعض أعضاء جسده، وهذا يعتبر أعلى شكل من أشكال الملكية¹⁹. وقد أجاز الخميني في رسالته "تحرير الوسيلة" قطع الإنسان لعضو من أعضاء بدنه، وبيعه أثناء حياته²⁰، واستند في ذلك إلى القاعدة العقلية التي تنص على تسلط الشخص على نفسه²¹. كما استند إلى العرف الرائج في عصره، ومثل هذا العرف لا يُعتد به، لأن في بيع الأعضاء امتهان لكرامة الإنسان.

المبدأ الثاني: وقاية جسم الإنسان وحمايته

المبدأ الثاني من مبادئ حماية جسم الإنسان: وقاية جسم الإنسان وحمايته. وقد سبق أن ذكرت أن من قواعد الطب: الحمية؛ وذلك بأن حمت الشريعة الإسلامية الإنسان من عدة أمور قد تلحق الأذى به، منها:

أولا: النهي عن دخول المرضى على الصحيح؛ نهى رسول الله ﷺ من أن يُورَدَ مُمْرِضٌ عَلَى مُصِحٍّ، قال رسول الله ﷺ: { لَا يُورَدُ مُمْرِضٌ عَلَى مُصِحٍّ }²²، وذلك خوفا من انتقال المرض من المصاب به إلى آخر سليم، فيصاب بعد انتقال المرض إليه. والمتبع لانتشار الأمراض يجد أن الطاعون قد اجتاح أوروبا بأكملها لأن الناس كانوا يفرّون من المنطقة التي بدأ فيها الطاعون إلى منطقة أخرى فينقلون العدوى إليها. والوقاية من الوباء تعتمد على عزل المصابين وعزل المنطقة الموبوءة، قال الرسول: { إِذَا سَمِعْتُمْ

بالتَّاعُونِ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا} ²³. وهذا هو الحجر الصحي، فالشخص السليم في منطقة الوباء قد يكون حاملاً للميكروب دون أن يمرض، إذ من الميكروبات ما يكمن في الجسم ويقضي فترة حضانة ينقسم فيها ويتكاثر، ثم تظهر على حامله أعراض المرض بعد ذلك. ولهذا كان الحجر الصحي من أهم وسائل مقاومة انتشار الأمراض الوبائية.

ويؤكد هذا ما رواه مسلم في صحيحه: {كان في وفدٍ ثقيفٍ رجلٌ مجذومٌ، فأرسل إليه النبيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّا قَدْ بَايَعْنَاكَ فَارْجِعْ} وَالْحَدِيثُ يَدُلُّ عَلَى أَنَّهُ لَا يَنْبَغِي لِلصَّحِيحِ أَنْ يُجَاوِرَ الْمَرْضَى الَّذِينَ قَدْ مَرَضُوا بِذَلِكَ فَيَحْضُلَ لَهُ بِمَجَاوَرَتِهِمْ مِنْ جِنْسِي أَمْرَاضِهِمْ ²⁴.

ثانياً: حماية المريض من استعمال الماء خشية من الضرر؛ قال تعالى: ﴿وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا﴾ (سورة المائدة: 6)، فأباح التيمم للمريض حماية له، كما أباحه لعادم الماء. وجاء النهي عن الاغتسال بالماء الذي يغلب على ظن المسلم أنه يلحق به الضرر أو يقتله، حفاظاً على نفسه وأباح له التيمم؛ ومن الأدلة على ذلك: حديث جابر قال: {خرجنا في سفر، فأصاب رجلاً منا حجر، فشجّه في رأسه ثم احتلم، فسأل أصحابه: هل تجدون لي رخصة في التيمم؟ فقالوا: ما نجد لك رخصة، وأنت تقدر على الماء، فاغتسل فمات، فلما قدمنا على رسول الله ﷺ أخبر بذلك فقال: قتلوه قتلهم الله، ألا سألوا إذا لم يعلموا؟ فإنما شفاء العي السؤال} ²⁵. وحديث عمرو بن العاص، أنه لما بعث في غزوة ذات السلاسل قال: احتلمت في ليلة شديدة البرودة، فأشفت إن اغتسلت أن أهلك، ثم صليت بأصحابي صلاة الصبح، فلما قدمنا على رسول الله ﷺ ذكروا ذلك له فقال: يا عمرو صليت بأصحابك وأنت جنب؟ فقلت: ذكرت قول الله عز وجل: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ (سورة النساء: 29)، فتيمنت ثم صليت، فضحك رسول الله ﷺ ولم يقل شيئاً ²⁶، وفي هذا إقرار بالتيمم وعدم استعمال الماء في حالة الخوف من استعماله، والإقرار بحجة، لأنه لا يقر على باطل.

ثالثاً: النهي عن شرب الماء قائماً؛ عن أنس بن مالك {أن النبي ﷺ زجر عن الشرب قائماً} ²⁷، وقال: {لا يشربن أحدٌ منكم قائماً، فمن نسي فليستقن} ²⁸ وذلك لأن في الشرب قائماً ضرراً ما، ففكره من أجله؛ لأنه يحرك خِلطاً يكون القيء دواءه. ويقول الدكتور عبد الرزاق الكيلاني: إن الشرب وتناول الطعام جالساً أصح وأسلم وأهنأ وأمرأ حيث يجري ما يتناول الأكل والشارب على جدران المعدة بتودة و لطف. أما الشرب واقفا فيؤدي إلى تساقط السائل بعنف إلى قعر المعدة ويصدمها صدماً، وإن تكرار هذه العملية يؤدي مع طول الزمن إلى استرخاء المعدة وهبوطها وما يلي ذلك من

عسر هضم"²⁹. وإنما شرب النبي ﷺ واقفاً لسبب اضطراري منعه من الجلوس مثل الزحام المهود في المشاعر المقدسة، وليس على سبيل العادة والدوام، وليعلم الناس أن الشرب قائماً ليس حراماً.

رابعاً: النهي عن التنفس في الإناء؛ قال رسول الله ﷺ: { **إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ** }³⁰، لأنه ربما خرج مع النفس شيء من الأنف، فوقع في الإناء، أو شيء من الجراثيم ونقل العدوى والاستقذار؛ وذلك ممّا تعافه نفس الشارب، فضلاً عن نفس المنتظر لضاغحه ليشرب، وربما غير النفس ريح المشروب، فتعافه النفس. ولما في ذلك من الاستقذار. ومن الأحاديث الدالة على ذلك كذلك: قول رسول الله ﷺ: { **لَا تَشْرَبُوا وَاحِدًا كَشْرِبِ الْبَعِيرِ وَلَكِنْ اشْرَبُوا مَثْنَى وَثَلَاثَ وَسَمُّوا إِذَا أَنْتُمْ شَرِبْتُمْ وَاحِدًا إِذَا أَنْتُمْ رَفَعْتُمْ** }³¹، وحديث عبد الله بن أبي قتادة عن أبيه: { **أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ نَهَى أَنْ يَتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ** }³²، وقال: { **إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ** }³³. وعورض هذا الحديث بحديث أنسأه قال: { **إِنْ رَسُولَ اللَّهِ كَانَ يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ ثَلَاثًا** }³⁴، ويقول: { **إِنَّهُ أَرَوَى وَأَبْرَأُ وَأَمْرًا** }³⁵. والمراد أن أنسا يشرب حاجته من الماء على ثلاث مرّات يقطع شرابه كلّ مرّة. ويتنفس في الإناء أي يتنفس أثناء الشرب بعيداً عن الإناء وهو ممسك به في يده، وهذا أعظم للرّيّ والشبع من الماء مع دفع ضرر برد المعدة وضعف الأعصاب عند الشرب دفعة واحدة ماءً كثيراً. وعلى فرض أنه ﷺ كان فعلاً يتنفس في الإناء، فهذا خاص بالنبي ﷺ لأن نفسه ترياق وشفاء، لا يتقرز منه أحد.

خامساً: النهي عن البول في الماء الراكد؛ قال رسول الله ﷺ: { **لَا تَبُلْ فِي الْمَاءِ الدَّائِمِ الَّذِي لَا يَجْرِي، ثُمَّ تَغْتَسِلُ مِنْهُ** }³⁶ حفاظاً على صحتنا لما يسببه البول من تلوث للماء. وقيل: إن الماء الذي لا يجري تكثر فيه القواقع التي تأوي الطور المعدي للبلهارسيا.

سادساً: النهي عن الإسراف في الأكل؛ إما بالزيادة في كثرة المأكولات والمشروبات، وإما بالتخليط في المطعوم والأوقات، وهذا حمية عن كل ما يؤذي الإنسان. فإذا كان القوت الضروري من الطعام والشراب يصير بحالة يتأذى منه البدن ويتضرر منه، فكيف بغيره؟ قال تعالى: { **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا** } (سورة الأعراف: 31)، "والإسراف تجاوز الحد المتعارف في الشيء، أي: ولا تسرفوا في الأكل بكثرة أكل اللحوم والدسم لأن ذلك يعود بأضرار على البدن، وتنتشأ منه أمراض معضلة. وقد قيل: إن هذه الآية جمعت أصول حفظ الصحة من جانب الغذاء"³⁷. وقال ﷺ: { **مَا مَلَأَ أَدَمِي وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنِ حَسْبِ الْأَدَمِيِّ لِقِيَمَاتٍ يُقِمْنَ صَلْبَهُ فَإِنْ غَلَبَتِ الْأَدَمِيَّ نَفْسُهُ فَثَلُثْ لِلطَّعَامِ وَثَلُثْ لِلشَّرَابِ وَثَلُثْ لِلنَّفْسِ** }³⁸ لما يسببه الإسراف في الأكل من البدانة والأمراض.

ومن آثار الإسراف في الأكل: السمنة، التي ترتبط بالإفراط في تناول الطعام خصوصاً الأطعمة الغنية بالدهون، وهي مشكلة واسعة الانتشار، وقد تقترن بزيادة خطر الأمراض القلبية الوعائية، مثل قصور القلب، والسكتة القلبية، ومرض الشريان التاجي، ومرض انسداد الشرايين المحيطة بالقلب، وارتفاع ضغط الدم، ومرض السكري، وارتفاع دهون الدم. ولا شك أن جلطة القلب لها علاقة بالسمنة وكذلك حصيات المرارة وداء النقرس وهو مرض مزمن يسبب نوبات من الآلام المفصليّة... وهناك أمراض أخرى لها علاقة بالسمنة أيضاً مثل: دوالي الساقين، فتق المعدة، الإمساك، الالتهابات، بطء شفاء الجروح، والتهاب المفاصل التنكسي. وعليه فإن جميع الأوساط العلمية المهتمة بالغذاء وصحة الإنسان تؤكد على ضرورة مراعاة التوازن الغذائي بين الطاقة المستهلكة، والطاقة التي يتناولها الإنسان من خلال الطعام وفي هذا الحديث إشارة واضحة لذلك. ويذكر العلماء أن الغذاء المتوازن يحتاج إلى قدر من المعلومات وحسن تخطيط³⁹ وحديث النبي يفيد ذلك كله بوضوح.

سابعاً: الأمر بالصوم. فرض الله الصوم على المسلمين ليكون علاجاً لكثير من الأمراض. يقول ماك فادون من علماء الصحة الأمريكيين: "إن كل إنسان يحتاج إلى الصوم (يقصد صوم المسلم) وإن لم يكن مريضاً لأن سموم الأغذية تجتمع في الجسم فتجعله كالمريض فتثقله ويقل نشاطه فإذا صام حَفَّ وزنه وتحللت هذه السموم من جسمه وتذهب عنه حتى يصفو صفاءً تاماً ويستطيع أن يسترد وزنه ويجدد خلاياه في مدة لا تزيد عن عشرين يوماً بعد الإفطار.

لكنه يشعر بنشاط وقوة لا عهد له بهما من قبل"⁴⁰. وقد كان ماك فادون يعالج مرضاه بالصوم وخاصة المصابين بأمراض المعدة وأمراض الدم والعروق والروماتيزم. وأثبت الطب الحديث "أن الصيام ظاهرة طبيعية يجب على الجسم أن يمارسها حتى يتمكن من أداء وظائفه الحيوية بكفاءة، وأنه ضروري جداً لصحة الإنسان تماماً كالأكل والتنفس والحركة والنوم... ويقوم مقام مشرط الجراح الذي يزيل الخلايا التالفة والضعيفة من الجسم. وهو وقاية للجسم من كثير من الزيادات الضارة مثل الحصوة والرواسب الكلسية والأكياس الدهنية... وثبت أنه يعطي غدة البنكرياس فرصة رائعة للراحة"⁴¹، وصدق الله إذ يقول: ﴿وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ (سورة البقرة: 184).

ثامناً: تحريم المضار من شرب الكحوليات، أو تعاطي المواد المخدرة، أو التدخين باستمرار، كل هذا يسبب تدمير الصحة الجسدية والنفسية.

1- **الوقاية من الخمر:** قال رسول الله ﷺ: { **الخمر أم الغبائث** }^{4 2} وهذا يدل على أنه جماع الشرور ومجمع الضرر ومستودع المفاسد التي لا تقتصر على الفرد فحسب بل تتعداه إلى المجتمع بأسره. والمتأمل في كتاب الله جل جلاله يجد ملمحاً جميلاً يتمثل في تقديم ذكر الضرر على المجتمع وعلى الآخر نتيجة لشرب الخمر وعدم اقتصره على إلحاق الضرر بالشارب فحسب، ويظهر ذلك جلياً في قوله جل جلاله: { **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رَجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ** } (90) **إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ** } (سورة المائدة: 91).

وقد جاءت الدراسات الحديثة تؤكد مضار الخمر؛ ومن ذلك ما أكدته جمع من العلماء: ديفيد نات، خبير علم السموم والعقاقير النفسية والعصبية في كلية "أمبريال" في لندن، ونشرت في مجلة: The Lancet بينت الأضرار الكلية Overall Harms الناجمة عن تناول الخمر وأنواع المفترات والمخدرات، وقاموا بتصنيف تلك الأضرار من حيث التأثير... كما قاموا بتصنيف الأضرار الناجمة عن تناول الخمر والمخدرات تبعاً لطبيعة التأثير إلى أربعة أنواع هي: التأثيرات النفسية Psychological (مثل غياب القدرة على العمل والاعتماد على الآخر، والتأثير سلباً على وظائف الدماغ والقدرات العقلية بشكل مباشر وغير مباشر)، والتأثيرات الفسيولوجية على وظائف الجسم Physical (مثل التسبب المباشر بالوفاة والتسبب غير المباشر بالوفاة من خلال إلحاق ضرر قد يفضي أو يتضاعف إلى الوفاة، وكذلك التسبب بعطب أو إعاقة جسمية بشكل مباشر أو غير مباشر)، والتأثيرات الاجتماعية على الآخر المحيط بمتناول الخمر أو العقار المخدر Social (مثل خسارة المنجزات الشخصية كالوظيفة وال فشل الدراسي والتجارة، أو التأثير سلباً على الروابط العائلية مثل التسبب بالطلاق وضياع الأسرة، والتأثير على سلم المجتمع وأمنه والتسبب في إلحاق الضرر بمكوناته ومنجزاته وبيئته، والكلفة الاقتصادية الكلية المترتبة على الدولة والمجتمع)، وأخيراً، التأثيرات النفسية والجسدية Physical and Psychological مثل انتشار الجريمة بأشكالها^{4 3}.

2- **الوقاية من أمراض الزنا:** قال النبي صلى الله عليه وسلم قال: {يا معشر الشباب! من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء} ^{4 4}، فهذا الحديث العظيم أصل في معالجة النفس وضبط شهواتها، وقد ذكر فيه النبي صلى الله عليه وسلم الدواء وطريق الشفاء للقادر على الزواج وللعاجز عنه. وأما إن لم يتمكن الإنسان من الصيام، كما

هو حاصل لك، فإن الدواء منصوص عليه في كتابه الله تعالى، فقد قال جل وعلا في سورة النور: ﴿وَلَيْسَتَغْفِيَنَّ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾ (سورة النور: 33)، فأمر الله جل وعلا من لم يكن قادراً على الزواج أن يستعفف، أي يطلب العفاف ويبتعد عن الحرام. وفقاً لتقديرات منظمة الصحة العالمية فإن "كل عام يشهد حدوث 340 مليون حالة جديدة من أنواع العدوى المنقولة جنسياً... مثل الزهري والسيلان والعدوى الناجمة عن المتدثرة وداء المشعرات بين الفئة العمرية 15-49 عاماً في جميع أنحاء العالم"⁴⁵.

3- الوقاية من أمراض الجهاز التناسلي: الذي يشمل عنق الرحم وجداره. قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَرِزُوا النَّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (سورة البقرة: 222). والآية الكريمة تصف المحيض بأنه أذى وتأمراً باعتزال الحائض، ولم يعلم أحد مدى الأذى الناجم عن جماع الزوج زوجته أثناء المحيض إلا مؤخراً، وقد اكتشف الطب الحديث الأضرار الخطيرة المترتبة على ذلك والتي تؤدي إلى الأمراض السرطانية. وفي حالة المعاشرة الزوجية تحدث الالتهابات الرحمية للمرأة وتتضاعف في حالة عدم الانقطاع عن تلك المعاشرة.

ويحدث ماء الرجل، في تلك البيئة غير المهيئة لاستقباله، دخول الجراثيم إلى الرحم وهو في حالته هذه فيصبح مرتعاً خصباً للميكروبات. وبسبب الماء الداخل، تحدث تغيرات في خواص الحمض النووي في الخلايا ويجعلها أكثر قابلية للتغيرات السرطانية. إن وصف الآية المحيض "بالأذى" هو وصف دقيق لأنه جمع الأضرار التي تصيب المرأة والرجل على السواء فهو لفظ جامع، فالضرر الناجم عن عدم اتباع الهدي القرآني خطر متشعب ومتنوع الأوجه؛ فبالنسبة للرجل، "تحدث التهابات شديدة يتعذر معها البول... وقد تكون مصحوبة بإفرازات صديدية وقد تصل هذه الميكروبات إلى غدد البروستات فتتقيح، الأمر الذي يعرضها إلى عملية جراحية ليست من السهولة على الإطلاق، وقد تمتد الإصابة إلى البربخ فيصاب بورم، وقد ينسد الحبل المنوي بصفة دائمة... وقد يمتد الالتهاب إلى المثانة والحالبين والكليتين"⁴⁶.

4- الوقاية من كل ما يلحق الأذى بالجسم: شرع الله تعالى أحكاماً تحفظ النفس من الهلاك أو التلف أو العطب، لتسلم لأداء مهمتها. فحرم إلقاء النفس إلى التهلكة، جاء ذلك في قول الله تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (سورة البقرة: 195). وحرم قتلها بغير حق، وحرم كذلك الاعتداء عليها بأي وجه كان؛ قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِنَّمَا بِالْحَقِّ﴾ (سورة الأنعام: 151).

وتوعد كل من يفعل ذلك بقوله سبحانه: ﴿وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مَتَعِمًّا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُ وَأَعَدَّ لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا﴾ (سورة النساء: 93). وقال رسول الله ﷺ: {لَنْ يَزَالَ لِمُؤْمِنٍ فِي فَسْحَةٍ مِنْ دِينِهِ مَا لَمْ يَصِبْ دَمًا حَرَامًا} ⁴⁷. وقال كذلك: {لِزَوَالِ الدُّنْيَا أَهْوَنُ عَلَى اللَّهِ مِنْ قَتْلِ مُؤْمِنٍ بِغَيْرِ حَقِّ} ⁴⁸

وجعل الإسلام إنقاذ الغريق فرض كفاية، حماية للنفس البشرية من الهلاك والتلف. وحرّم فعل ما يضر بالإنسان أو بغيره، قال: {لا ضرر ولا ضرار} وقد سبق ذكر هذا الحديث. كما حرم تناول ما يؤدي إلى سقم البدن أو إمرضه، ولذا حرم كل ضار وخبيث، قال تعالى: ﴿وَيَحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتُ وَيُحَرَّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثُ﴾ (سورة الأعراف: 157). كل هذا وغيره يدل على اهتمام الإسلام بنفس الإنسان، والمحافظة على جسده ليعيش آمناً معافى، فأى تشريع أرضى وأحكم لحفظ النفس وبقائها من التشريع الإسلامي؟ و المحرمات من المأكول والمشرب، مثل الميتة والدم ولحم الخنزير، قد أثبت الطب القديم والحديث مضارها.

المبدأ الثالث: حفظ صحة الإنسان

حفظ الصحة من قواعد الطب؛ وحتى يحافظ الإنسان على صحة جسده يجب أن تكون لديه خلفية واضحة عن الثقافة الشرعية والصحية، بحيث لا يتخبط في تعامله مع صحة جسمه فيكون مرتعاً خصباً للأمراض التي تصيبه، ومن ثم يلجأ للوصفات الرعوانية أو إلى المشعوذين، وقد نهانا رسولنا عن ذلك في قوله: {من أتى عرافاً فسأله عن شيء لم تقبل له صلاة أربعين ليلة} ⁴⁹، والعراف هو: الكاهن والمنجم، الذي يدعي معرفة الغيب. و المفروض على الإنسان أن يحافظ على صحته وفق نصوص طبية معلومة أو شرعية ثابتة غير مخالف للأسس والقواعد الصحية المعتمدة. والصحة صحتان: صحة نفسية، وصحة جسدية مادية.

حفظ الصحة النفسية أو حفظ الجسد من الجانب المعنوي: من العوامل التي قد

تسبب في اضطراب الصحة النفسية ضغوطات الحياة اليومية؛ ولذلك كان للأخلاق في الشريعة الإسلامية أهمية كبرى، فقد قال الرسول: {إنما بعثت لأتمم صالح الأخلاق} ⁵⁰، ولذلك دعا الإسلام إلى حفظ صحة الإنسان من الجانب المعنوي، وذلك من خلال تربية النفس على القيم الإنسانية والأخلاق الفاضلة، ويبدو ذلك فيما يأتي:

1- صلة الأرحام والتسامح فهما أسهل الطرق للراحة النفسية، وإطالة العمر، قال

تعالى: ﴿وَالكَافِرِينَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (آل عمران:

134)، وقال ﷺ: {مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَبْسُطَ لَهُ فِي رِزْقِهِ ، وَيُنَسَّ لَهُ فِي آثَرِهِ ،

فَلْيَصِلْ رَحْمَةُ} ⁵¹

2- النهي عن الغضب: { لا تغضب }⁵²، "فالغضب مفتاح الشرور كلها؛ فقد حذر عدد من الأطباء البريطانيين من تقشي ظاهرة انعدام السيطرة على المزاج مؤكدين أنها تعد مشكلة كبيرة تتأكد من ارتفاع الجرائم وتفكك العائلات بالإضافة إلى المشاكل الصحية بنوعها الجسدية والعقلية. ووجد الأطباء علاقة قوية بين الغضب المزمن والحاد وأمراض القلب والسرطان والجلطات والإحباط وحتى الإصابة بالزكام بشكل متكرر!"⁵³.

3- تربية النفس على الوسطية والاعتدال وعدم الإسراف في أي شيء، حتى يتحقق التوازن بين الروح والجسد والعقل، قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا﴾ (البقرة: 143)، وفي الحديث: { يا أيها الناس، عليكم من الأعمال ما تُطيقون، فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَمَلُّ حَتَّى تَمُوتُوا. وَإِنَّ أَحَبَّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ مَا دُوِمَ عَلَيْهِ وَإِنْ قَلَّ }⁵⁴. وقد سبق قوله ﷺ لابن عمر: { صُمْ وَأَفْطِرْ، وَفَمَّ وَتَمَّ؛ فَإِنَّ لَجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرَوْحِكَ عَلَيْكَ حَقًّا }.

4- النهي عن ترويع المسلم ولو بالإشارة بالسلاح حتى يعيش الناس في أمن وأمان، قال الرسول ﷺ: { من أشار إلى أخيه بحديدة فإن الملائكة تلعنه، حتى وإن كان أخاه لأبيه وأمه }⁵⁵.

حفظ الصحة الجسدية: في إطار نشر الوعي الصحي بين أفراد الأمة، وتنمية القدرات البشرية أعلن الرسول ﷺ الحرب على مظاهر المرض والعجز، فكثيرا ما كان يسأل الله العافية: { اللهم عافني في بدني، اللهم عافني في سمعي، اللهم في بصري، لا إله إلا أنت }⁵⁶، ويتعوذ من العجز والكسل: { اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، والعجز والكسل، والجبن والبخل، وضع الدين وغلبة الرجال }⁵⁷.

والناظر في هذا الحديث يلحظ الربط بين العجز والكسل وغلبة الدين، لأن العجز والكسل يؤديان إلى التقاعس عن العمل، وهذا يؤدي بدوره إلى عدم التنمية الاقتصادية وقلة الدخل، مما يؤدي إلى نقص التغذية، ومن ثم تدهور صحة الجسد. ولذا دعا الرسول ﷺ أتباعه إلى أن يكونوا أقوىاء فقال: { المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، احرص على ما ينفعك، واستعن بالله ولا تعجز وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله وما شاء فعل، فإن لو تفتح عمل الشيطان }⁵⁸.

ومثل هذه التوجيهات إنما هي لتلافي "ما تعانيه غالبية الدول من عقبات اقتصادية عديدة من أهمها انخفاض مستوى الدخل مما يسبب انخفاضا في مستوى الصحة. وانخفاض مستوى الصحة يسبب بدوره انخفاضا في مستوى إنتاجية الفرد

العامل. ومن الطبيعي أن ينعكس انخفاض الإنتاجية على مستوى الدخل...⁵⁹ ولحفظ الجسد في الجانب المادي، شرع الإسلام مبادئ معينة تبدو فيما يأتي: التغذية السليمة، وشرب الماء، والنوم، والنظافة؛ نظافة السكن ونظافة المحيط الخارجي، والعلاج والتداوي عند الحاجة، والتخفيف والترخيص.

أولاً: التغذية السليمة. وقد نبه القرآن عليها في قوله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا

تُسْرِفُوا﴾ (الأعراف: 31)، فأمر الله بالأكل والشرب الذي لا تستقيم الأبدان إلا بهما، وأطلق ذلك ليدل على أن المأكول والمشروب بحسب ما يلائم الإنسان، وينفعه في كل وقت وحال. وأمرنا بأكل الطيبات فقال سبحانه: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ لِيَّاهُ تَعْبُدُونَ﴾ (البقرة: 172) بأن يستطيب طعامه وشربه بأن يعدهما من الحلال الطيب الخالي من شوائب الحرام وما فيه شبهة، وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ لِيَّاهُ تَعْبُدُونَ﴾ (البقرة: 172) والطيبات هي ما ليس بمستقذر ولا خبيث، وهي ما أحلّه الله لعباده.

وعلمنا رسول الله ﷺ آداب الأكل؛ ومنها: التسمية والأكل باليمين، وأن يأكل من أمامه، قال رسول الله ﷺ: { اذْنُ يَا بَنِيَّ فَسَمِّ اللَّهَ، وَكُلْ بِيَمِينِكَ، وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ }⁶⁰. وأن لا يأكل متكاً؛ قال رسول الله ﷺ: { إِنِّي لَا أَكُلُ مَتَكِّئًا }⁶¹، وكان ﷺ لا يأكل متكياً يقول: آكلُ كما يأكلُ العبدُ، وأجلسُ كما يجلسُ العبدُ⁶². وتناول الطعام في وضع الاتكاء فإنه يسبب تشنج واضطراب تقلصات البلعوم، فلا يستطيع الإنسان (بلع) اللقمة بارتياح ولذة كما أنه يحدث ارتخاء في عضلات البطن، فلا تستقبل المعدة الطعام بصورة صحية؛ لان المعدة في وضعها الصحيح تكون في حالة انتصاب الجسم وارتكازه على الأرض، وتوازنه الطبيعي دون لجوئه إلى ارتكازه الجانبي في حالة الاتكاء. ولقد ثبت علمياً أن سير الطعام عبر المريء واستقبال المعدة له في حالة انتصاب الجسم جلوساً يساعد على عمليات الهضم في سهولة ويسر بخلاف الأمر عند الاتكاء أو الوقوف أو السير أثناء الأكل وما شابه ذلك". وجاء في كتاب الإعجاز العلمي في السن لأجل أن يكون وضع الجهاز الهضمي في أتم استعداد لاستقبال وجبة الطعام ولأجل قدوم أكبر كمية ممكنة من الدم كافية للجهاز الهضمي، كان وجوب الجلوس وثني الساقين تحت الجسم لحصر الدم في منطقة الجهاز الهضمي، مع جعل الساق اليسرى مثنية واليمنى مرتكزة على القدم، لجعل منطقة المعدة حرة طليقة ومساحتها الخارجية بعيدة عن أي ضغط مسلط باتجاهها من الجهة الخارجية.

ويؤكد د. الراوي: "أن تناول الطعام والشراب في حالة الوقوف (القيام) قد يؤدي إلى إحداث انعكاسات عصبية شديدة تقوم بها نهايات العصب المبهم المنتشرة في بطانة المعدة. كما أن الاستمرار على عادة الأكل والشرب واقفاً تعتبر خطيرة على سلامة جدران المعدة وإمكانية حدوث تقرحات فيها حيث يلاحظ الأطباء الشعاعيون أن قرحات المعدة تكثر في المناطق التي تكون عرضة لصدمات اللقم الطعامية وجرعات الأشربة بنسبة تبلغ 95% من حالات الإصابة بالقرحة".

ثانياً: شرب الماء. اعتبر الله سبحانه الماء أصل الحياة فقال: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ

شَيْءٍ حَيٍّ أَقْلًا يُؤْمِنُونَ﴾ (الأنبياء: 30). وقد ذكر بعض الأطباء أن الإنسان يحتاج إلى شرب لترين من الماء يومياً على الأقل، لما للماء من دور مهم في تنقية الجسم من الفضلات والسموم. ودعت الشريعة الإسلامية إلى تربية النفس على التزام آداب الشرب، والتي تعد من مكارم الأخلاق. ومن تلك الآداب: كراهية الشرب قائماً، وكراهية التنفس في الإناء، وقد سبق الحديث عن ذلك.

وتأكيداً على شرب الماء نهى عن منع الماء عن المحتاجين إليه؛ وذلك للحفاظ على أرواحهم من الهلاك، وتوعد المانعين بالعذاب الأليم في الآخرة، لقوله ﷺ: {ثلاثة لا ينظر الله إليهم يوم القيامة، ولا يزيكهم، ولهم عذاب أليم، رجل كان له فضل ماء بالطريق، فمنعه من ابن السبيل، ورجل بايع إماماً لا يبايعه إلا لدنيا، فإن أعطاه منها رضي، وإن لم يعطه منها سخط، ورجل أقام سلعته بعد العصر، فقال: والله الذي لا إله غيره لقد أعطيت بها كذا وكذا، فصدقه رجل، ثم قرأ هذه الآية: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يَشْتَرُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَأَيْمَانِهِمْ ثَمَنًا قَلِيلًا﴾^{6 3}. كما شرع الإسلام الدية على من منع الماء عن المحتاجين إليه، فتسبب في إهلاكهم، لما رواه الحسن -رحمه الله- أن رجلاً أتى أهل ماء فاستسقاهم، فلم يسقوه حتى مات، فأغرمهم عمر -رضي الله عنه- الدية. وقال ابن القاسم: "ولو منعوهم الماء حتى مات المسافرون عطشاً، ولم يكن للمسافرين قوة على مدافعتهم، كان على عاقلة أهل الماء دياتهم، والكفارة على كل نفس منهم، على كل رجل من أهل الماء، والأدب الموجه من الإمام في ذلك لهم".

ثالثاً: النوم. قال اله تعالى ممثلاً على عباده بنعمة النوم: ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ

اللَّيْلَ نِيَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا﴾ (سورة الفرقان: 47)، قال ابن عاشور: "وقد جمعت الآية استدلالاً وامتناناً فهي دليل على عظم قدرة الخالق، وهي أيضاً تذكير بنعمه... ومن ذلك نظام النوم المناسب للظلمة حين ترتخي أعصاب الناس فيحصل لهم بالنوم تجدد نشاطهم، ومن الاستعانة على التستر بظلمة الليل"^{6 4}. وقد سبق قوله ﷺ لابن عمر: {صُمْ وَأَفِطِرْ، وَفَمُ وَنَمُ؛ فَإِنَّ لَجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ

حَقًّا { وفي النوم راحة للجسد. وأهمية النوم لا تقلُّ عن أهمية الماء والهواء، فكل الأعضاء تنام وترتخي أثناء النوم ما عدا المخ فيبقى يتغذى من النوم و ينمو جيدا، والنوم يسمى غذاء المخ، بشرط أن يكون في مكان مريح ودافئ وذو تهوية حسنة ومنتظم في معاد يومي معين للنوم وللاستيقاظ، وذلك لضمان عمل الغدة النخامية بشكل أمثل. ومن آداب النوم: نفض الفراش قبل النوم، وإطفاء المصابيح.

1- نفض الفراش قبل النوم: وفي هذا يقول الرسول ﷺ: **{إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ فَلْيَنْفُضْ فِرَاشَهُ بِدَاخِلَةِ إِزَارِهِ، فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي مَا خَلْفَهُ عَلَيْهِ، ثُمَّ يَقُولُ: بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتَ جَنْبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكَتَ نَفْسِي فَارْحَمَهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ}** ^{6 5}. وفي سنة 1967م اكتشف العلماء أن بالفراش الذي ينام عليه الإنسان غباراً دقيقاً تعيش فيه كائنات دقيقة لا تراها العين المجردة هي "عثة الفراش" تسبب لونا من ألوان الحساسية الجلدية وأمراض الحساسية التنفسية. ولا حماية للإنسان من ذلك إلا أن ينفذ فراشه كل يوم بعيداً عن غرف النوم ويستحسن عرضها للشمس حتى تموت العثة.

2- إطفاء المصابيح: وفي هذا يقول الرسول ﷺ: **{إِذَا نِمْتُمْ فَأَطْفِئُوا سِرَجَكُمْ}** ^{6 6}، وهذا يتوافق مع ما أكدته دراسة علمية حديثة تفيد بأن إبقاء المصابيح أثناء النوم يؤثر على العمليات الحيوية داخل دماغ الإنسان، ويتسبب في اضطرابات تؤدي إلى السمنة، ولذلك ينصح العلماء بإطفاء المصابيح ليلاً للمحافظة على سلامة الجسم والدماغ. قال كذلك ﷺ: **{أَطْفِئُوا الْمَصَابِيحَ بِاللَّيْلِ إِذَا رَقَدْتُمْ، وَأَغْلِقُوا الْأَبْوَابَ، وَأَوْكُوا الْأَسْقِيَةَ، وَخَمَّرُوا الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ - قَالَ هَمَامٌ: وَأَحْسِبُهُ قَالَ: - وَلَوْ بَعُودٍ يَعْرُضُهُ}** ^{6 7}، أي: غَطُّوا أَوْعِيَةَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ لِلْحِفَافِ عَلَى مَا فِيهَا مِنَ الْحَشْرَاتِ وَالْهَوَامِّ.

رابعا: النظافة. تمثل النظافة سلوكا دينيا، وتقدما حضاريا، ودليلا على تطور البشرية. ومن العوامل التي تسبب اضطرابات في صحة الجسد عدم النظافة والتلوث البيئي؛ ولذا دعت الشريعة إلى النظافة والحفاظ على البيئة، لأن كثيرا من الأمراض يمكن اتقاؤها بالنظافة. ومن مظاهر النظافة:

نظافة الجسد: تختص الشريعة الإسلامية بالتطهر من الحدث الأكبر بالغسل والأصغر بالاستنجاء والوضوء، قال تعالى: **{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا}** (سورة المائدة: 6) وبذلك قد امتازت عن سائر الديانات والشرائع

بالحرص على نظافة الجسد حتى يمشي في مناكب الأرض نظيفاً طاهراً. وفي هذا يقول الله تعالى: ﴿فِيهِ رَجَالٌ يُجِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ﴾ (سورة التوبة: 108)، وقال رسول الله: { حَقٌّ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ، أَنْ يَغْتَسِلَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ يَوْمًا، يَغْسِلُ فِيهِ رَأْسَهُ وَجَسَدَهُ }⁶⁸. وأمرت بتطهير كل ما يكون جامعاً للقذر في بدنه كالأظافر، فأمرت بتقليمها وأمرت بإزالة الشعر الزائد، وعدت ذلك من الفطرة، فقال الرسول ﷺ: { خَمْسٌ مِنَ الْفِطْرَةِ: الْخِتَانُ، وَالِاسْتِحْدَادُ، وَتَتْفُ الْإِبْطِ، وَتَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ، وَقَصُّ الشَّارِبِ }⁶⁹. وقال كذلك: { مَنْ نَامَ وَفِي يَدَيْهِ غَمْرٌ وَلَمْ يَغْسِلْهُ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلَا يُلَوِّمَنَّ إِنَّا نَفْسَهُ }⁷⁰، وقال: { وَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَأْكُلَ وَهُوَ جُنُبٌ غَسَلَ يَدَيْهِ }⁷¹. وغسل اليدين أقرب إلى النظافة والتخلص مما يلوثها، وأدعى للوقاية من الأمراض.

نظافة الأسنان: يقول الرسول ﷺ: { لَوْلَا أَنْ أَشَقَّ عَلَى أُمَّتِي أَوْ عَلَى النَّاسِ لِأَمْرَتِهِمْ بِالسَّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ }⁷² و{ كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ يَشْوِصُ فَاهُ }⁷³، وهذا لما السواك من فوائد صحية، فقد أثبتت بعض الدراسات أن السواك عادة صحية ينبغي استعماله والحرص عليه عدة مرات في اليوم هذه النصائح التي يوجهها العلماء اليوم والمتعلقة بالحرص على السواك والترغيب في استعماله. وفي هذا يقول الرسول ﷺ: { السَّوَاكُ مَطَهْرَةٌ لِلْفَمِّ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ }⁷⁴.

نظافة الثياب: الثياب نعمة من نعم الله تعالى على يستر به عورته ويجمّل به مظهره، ويتقي به الحر والبرد، قال تعالى: { يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوْآتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ } (سورة الأعراف، 26). ودعاؤه ربه أن يهتم بنظافة ثوبه في قوله تعالى: ﴿وَتِيَابِكَ فَطَهَّرَ﴾ (سورة المدثر: 4). ويزداد التأكيد على نظافة الثياب عند الاجتماع بالناس للصلاة وأيام الجمع والأعياد؛ فقد جاء في الحديث عن عبد الله بن سلام رضي الله عنه أنه سمع النبي ﷺ يقول على المنبر يوم الجمعة: { ما على أحدكم لو اشترى ثوبين ليوم الجمعة سوى ثوبي مهنته }⁷⁵.

وعن جابر ان رسول الله رأى رجلا عليه ثياب وسخة، فقال: { أما كان هذا يجد ما يغسل به ثوبه }⁷⁶. وفي المقابل رتب العقوبة على من كان لا يستنزه من البول، جاء ذلك في حديث عبد ابن عباس: { مرّ رسولُ اللهِ ﷺ على قبرين فقال: إِنَّهُمَا يُعَذَّبَانِ وَمَا يُعَذَّبَانِ فِي كَبِيرٍ، أَمَّا هَذَا فَكَانَ لَا يَسْتَنْزَهُ مِنَ الْبَوْلِ، وَأَمَّا هَذَا فَكَانَ يَمْشِي بِالنَّمِيمَةِ. ثُمَّ دَعَا بِعَسِيبٍ رَطْبٍ فَشَمَّهُ بِأَثْنَيْنِ ثُمَّ غَرَسَ عَلَى هَذَا وَاحِدًا وَعَلَى هَذَا وَاحِدًا، وَقَالَ: لَعَلَّهُ يَخَفُّ عَنْهُمَا مَا لَمْ يَبِيْسَا }⁷⁷.

نظافة السكن: يرى الفقهاء أن العمل وتشبيد العمارة من أركان الدولة والمُلك، ومن شروط الاجتماع البشرية. وأما رتبته فإن فقه التخطيط العمراني يندرج بين وسائل حفظ الضروري من مقاصد التشريع، وهو حفظ النفس، فإنه من وسائل حفظها كما عبر عنه الشاطبي بقوله: "والعادات راجعة إلى حفظ النفس والعقل من جانب الوجود أيضاً، كتناول المأكولات والمشروبات والملبوسات، والمسكنات"⁷⁸. فالسكن وسيلة من وسائل حفظ النفس الإنسانية، والاهتمام بهذه الوسيلة مشروط بالمقدار الذي يتوقف عليه حفظ النفس من الهلاك، "لأن للوسائل أحكام المقاصد"⁷⁹. وقال الرسول ﷺ: {من سعادة ابن آدم المرأة الصالحة، والمسكن الصالح، والمركب الصالح، ومن شقوة ابن آدم المرأة السوء، والمسكن السوء، والمركب السوء}⁸⁰. وضمن لكل عامل في الدولة حدّ كفايتهم من زواج ومسكن وخادم؛ إعافاً له عن السؤال، وليتفرغ للعمل مدة ولايته، فقال ﷺ: {من كان لنا عاملاً فليكتسب زوجةً فإن لم يكن له خادمٌ فليكتسب خادماً فإن لم يكن له مسكنٌ فليكتسب مسكناً. قال: قال أبو بكر: أُخبرت أن النبي صلى الله عليه وسلم قال من اتخذ غير ذلك فهو غاثرٌ أو سارقٌ}⁸¹.

نظافة الاواني: وفي هذا المجال نجد النبي ﷺ يأمرنا بغسل الإناء إذا ولغ فيه كلب، فقال ﷺ: {إِذَا وَلَغَ الْكَلْبُ فِي إِنَاءٍ أَحَدِكُمْ فَلْيُرْفُهُ ثُمَّ لِيَغْسِلْهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ}⁸²: فهذا الحديث يعتبر بمثابة إجراء وقائي لحماية الناس من مخاطر تربية الكلاب داخل المنازل. وقد أثبتت بعض الدراسات⁸³ أن لعاب الكلب يحمل بكتريا ضارة تنتقل بسهولة للإنسان وتسبب أمراضاً له. بل إن دراسات علمية أخرى منذ عام 1982 وجدت بأن داء الكلب يمكن أن يتواجد في لعاب الكلب وينتقل للإنسان من دون عض، لذلك ينصحون بضرورة غسل الأيدي جيداً بعد لمس الكلب أو اللعب معه. ورغم ذلك يحبذ الابتعاد عنه نهائياً كإجراء وقائي، ولأجل هذا نهى النبي ﷺ عن تربية الكلاب إلا للحاجة: للحراسة أو الرعي أو الصيد، أو ما يعرف اليوم بالكلاب المدربة على كشف الجرائم والمخدرات، ونحو ذلك من الكلاب التي تدعو الحاجة إليها.

نظافة المحيط الخارجي: من أسباب وسائل حماية الجسد: الابتعاد عن مصادر الملوثات، والهواء غير النقي، والخروج للطبيعة بين فترة وفترة، لتتفكك الهواء النقي. ويؤكد هذا حديث فروة بن مسيك قال: {يا رسول الله، أرض عندنا يقال لها أرض أبين، هي أرض ريفنا وميرتنا، وإنها وبئة، أو قال: وبأوها شديد. فقال النبي صلى الله عليه وسلم: دعها عنك فإن من القرف التلف}⁸⁴ (أبو داود). والقرف يفتح القاف والراء بعده فاء وهو ملبسة الداء ومقاربة النوباء ومدانة المرضي وكل شيء قاربتة فقد قارفته. والتلف الهلاك، يعني من قارب متلفاً يتلف إذا لم يكن هواء تلك الأرض موافقاً

له فَيَتْرُكُهَا. قال بن رسلان: وَلَيْسَ هَذَا مِنْ بَابِ الْعَدْوَى، بَلْ هُوَ مِنْ بَابِ الطَّبِّ، فَإِنْ اسْتِصْلَاحُ الْهَوَاءِ مِنْ أَعْوَانِ النَّشَائِءِ عَلَى صِحَّةِ الْأَبْدَانِ وَقَسَادِ الْهَوَاءِ مِنْ أَسْرَعِ النَّشَائِءِ إِلَى النَّسْقَامِ قَالَ وَعَلِمَ أَنَّ فِي الْمَنْعِ مِنَ الدُّخُولِ إِلَى الْأَرْضِ الْوَيْبَةَ حِكْمًا: أَحَدُهَا: تَجَنُّبُ الْأَسْبَابِ الْمُؤْذِنَةِ وَالْبَعْدُ مِنْهَا. الثَّانِي: التَّأْخُذُ بِالْعَافِيَةِ الَّتِي هِيَ مَادَّةُ مَصَالِحِ الْمَعَاشِ وَالْمَعَادِ. الثَّلَاثُ: أَنْ لَا يَسْتَنْشِقُوا الْهَوَاءَ الَّذِي قَدْ عَفَنَ وَقَسَدَ فَيَكُونُ سَبَبًا لِلتَّلَفِ⁸⁵ وَمِنَ الْمَعْجَزَاتِ فِي هَذَا الْحَدِيثِ مَا اكْتَشَفَهُ الْعِلْمُ الْحَدِيثُ بَعْدَ قُرُونٍ طَوِيلَةٍ، مِنْ أَنَّ بَعْضَ الْأَمْرَاضِ تَنْتَقِلُ عَنْ طَرِيقِ الْاسْتِنشَاقِ، حَيْثُ يَصِلُ إِلَى الرَّتَّتَيْنِ وَمِنْهَا إِلَى الْبَدَنِ فَيُفْسِدُ الْبَدَنَ.

ومن نظافة المحيط الخارجي: أمر رسول الله بالقضاء على الأوزاغ. والأوزاغ حيوانات ليلية يمكن رؤيتها متسلقة الجدران في المنازل، وغيرها من المباني وذلك بحثاً عن الطعام، تمتاز بجلد رقيق شفاف وبه بقع بنية، وألوانها متعددة. وتنتشر الأوزاغ بالأمكن التي يسكنها الأشخاص، والمحيطه بهم كالحدايق وغيرها. والأوزاغ تتغذى على العديد من الحشرات كالذباب، والناموس، والصراصير، وأيضاً الديدان كالديدان الشمعية، وغيرها؛ لذلك من المعروف أن الحشرات أكثر وسط فعال في نقل الأمراض المتوطنة. ومسكن الأوزاغ أيضاً يلعب دوراً هاماً في الإصابة بالأمراض، لأن معظم الأوزاغ تسكن في الأماكن الرطبة والأكثر تلوثاً. وأظهرت نتائج أحدث إحصاءات وكالة حماية الصحة في بريطانيا، أن الأطفال في المنازل التي تربي بها الأوزاغ الأليفة أكثر عرضة للإصابة ببيكتيريا السالمونيلا.

وأعلن مستشفى رويال قسم طب الأطفال (هامبيشبر وينشيستر) بتاريخ 2000/3/3 عن وفاة طفلين با لسالمونيلا، والتي تم عزلها من السائل النخاعي. وكانت الإصابة نتيجة براز الوزغ الذي يحمل السالمونيلا. وأشادت المستشفى بالبعد عن التعامل مع الأوزاغ، خاصة في الأماكن التي يتواجد فيها الأطفال. ولأجل هذا دعا النبي ﷺ لقتل الأوزاغ في قوله: { مَنْ قَتَلَ وَرَعًا فِي أَوَّلِ ضَرْبَةٍ كُتِبَتْ لَهُ مِائَةٌ حَسَنَةٍ، وَفِي الثَّانِيَةِ دُونَ ذَلِكَ، وَفِي الثَّلَاثَةِ دُونَ ذَلِكَ، وَفِي رِوَايَةٍ: فِي أَوَّلِ ضَرْبَةٍ سَبْعِينَ حَسَنَةً }⁸⁶

وفي صحيح البخاري: { أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَمَرَ بِقَتْلِ الْوَرَعِ }. وسماه فاسقاً، نظيره الفواسق الخمس التي تقتل في الحل والحرم. وأصل الفسق الخروج، وهذه المذكورات خرجت عن خلق معظم الحيوانات ونحوها بزيادة الضرر والأذى. وهذه الفواسق ذكرها الرسول ﷺ في قوله: { خَمْسُ فَوَاسِقٍ يُقْتَلْنَ فِي الْحَرَمِ: الْفَارَةُ، وَالْعَقْرَبُ، وَالْغَرَابُ، وَالْحَدْيَا، وَالْكَلْبُ الْعَقُورُ }⁸⁷; ذَكَرَ الْكَلْبَ الْعَقُورَ لِيُنَبِّهَ بِهِ عَلَى مَا

يضرُّ بالأبدانِ على جهةِ المواجهَةِ والمغالَبَةِ، والكلبُ العَقُورُ هو كلُّ ما يفتَرِسُ؛ لأنَّه يُسمَّى في اللُّغَةِ كلباً. وذكرَ الحديا وهي الحِدَاةُ والغرابُ للتَّشْبِيهِ على ما يضرُّ بالأموالِ مُجاهِرَةً، وذكرَ الفأرةَ للتَّشْبِيهِ على ما يضرُّ بالأموالِ اختفَاءً.

وجعل الله في إمطة الأذى عن طريق المسلمين خيراً كثيراً، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: {لقد رأيت رجلاً يتقلب في الجنة، في شجرة قطعها من ظهر الطريق كانت تؤذي الناس} ⁸⁸. ولما جاء أبو برزة رضي الله عنه للنبي صلى الله عليه وسلم قال: يا نبي الله! علمني شيئاً أنتفع به، قال: {اعزل الأذى عن طريق المسلمين} ⁸⁹.

حتى النخاعة أمر بدفنها؛ قال عبد الله بن الشخير: {صليت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم، فرأيتُه تتعج، فدلكتها ببعله} ⁹⁰. وثبت {أن النبي صلى الله عليه وسلم رأى نخاعة في القبلة، فحكها بيده، ورئي منه كراهة، أو رئي كراهيته لذلك، وشدته عليه} ⁹¹، واعتبر دفنها صدقة فقال ﷺ: {في الإنسان ثلاث منية وستون مفصلاً؛ فعليه أن يتصدق عن كل مفصلٍ منه بصدقة، قالوا: ومن يطيق ذلك يا نبي الله؟ قال: التخاعة في المسجد تدفنها، والشيء تُنجيه عن الطريق، فإن لم تجد فركتنا الصّحى تُجزيك} ⁹².

خامساً: العلاج والتداوي عند الحاجة. أشاد النبي ببعض القواعد الطبية

كالتداوي ودعا إلى ذلك؛ لما سألته الأعراب: يا رسول الله! ألا نتداوي؟ قال: نعم، يا عباد الله تداووا فإن الله لم يضع داء إلا وضع له شفاء، أو قال: دواء إلا داءً واحداً، قالوا: يا رسول الله وما هو؟ قال: الهرم} ⁹³. وقال: {لكل داءٍ دواء، فإذا أصيب دواء الداءِ برأ بإذن الله عز وجل} ⁹⁴. واعتبر أن من تجرأ على الطب دون علم فهو آثم، فقال: {من تطيب ولا يعلم منه طيبٌ فهو ضامن} ⁹⁵ ومثل هذه التوجيهات إنما هي لتلافي "ما تعانیه غالبية الدول منعقات اقتصادية عديدة من أهمها انخفاض مستوى الدخل، مما يسبب انخفاضاً في مستوى الصحة..." ⁹⁶.

ومن الأحاديث الواردة في التداوي، قوله: {إن في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السم} ⁹⁷ أي الموت؛ لما تحتويه الحبة السوداء على مضادات حيوية مدمرة للفيروسات والميكروبات والجراثيم وبها الكاروتين المضاد للسرطان. وللحبة السوداء قيمة عظيمة في تقوية جهاز المناعة وعلاج كل الأمراض الجلدية وكثير من الأمراض الأخرى ⁹⁸. ومن هذا الباب ما جرى في قصة الرجل الذي {جاء إلى النبي فقال: إن أخي استطلق بطنه، فقال رسول الله: اسقه عسلاً، فسقاه. ثم جاءه فقال: إنني سقيته عسلاً فلم يزد إلا استطلاقاً. فقال له ثلاث مراتٍ. ثم جاء الرابعة، فقال: اسقه عسلاً، فقال: لقد سقيته فلم يزد إلا استطلاقاً.

فقال رسول الله: صدق الله، وكذب بطن أخيك، فسقاه فبراً⁹⁹. قال علماءنا رحمهم الله في معنى ذلك: "إن العسل الذي شربه المريض ببطنه كان فيه الشفاء فلم يزل يخرج مادة المرض حتى لم يبق شيئاً فحينئذ انقطع انطلاق بطنه وكان الذي ظهر لأخيه أن العسل لم يحصل له بسببه شفاء وكان الشفاء قد حصل"¹⁰⁰. وقال: {الشفاء في شرطة محجم، أو شربة عسل، أو كية بنار وأنهى أمي عن الكي}¹⁰¹، ويقول أيضاً: {عليكم بالشفاءين العسل والقرآن}¹⁰²، قال تعالى: ﴿وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ (68) ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُمًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (سورة النحل:69).

وشرب الماء فيه شفاء، وقد نصّ القرآن والسنة على أن الماء وسيلة لعلاج الأمراض وللحفاظ على صحة الجسم، فقد قال الله سبحانه لنبيه أيوب عليه السلام: ﴿رُكِّنْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ﴾ (سورة ص: 42)، قال ابن عاشور في تفسير الآية: "ووصف الماء بذلك في سياق الثناء عليه مشير إلى أن ذلك الماء فيه شفاؤه إذا اغتسل به وشرب منه... ووصفه بـ﴿بارد﴾ إيماء إلى أن به زوال ما بأيوب من الحمى من القروح. قال النبي صلى الله عليه وسلم: {الحمى من فيح جهنم فأطفئوها بالماء}¹⁰³، أي نافع شاف، وبالتئوين استغني عن وصف شراب إذ من المعلوم أن الماء شراب فلولاً إرادة التعظيم بالتئوين لكان الإخبار عن الماء بأنه شراب إخباراً بأمر معلوم، ومرجع تعظيم شراب إلى كونه عظيماً لأيوب وهو شفاء ما به من مرض"¹⁰⁴. وفي الحديث إشارة إلى تخفيف الحمى بالماء البارد، وذلك بشربه وغسل الأطراف به، فكما أن النار تُزال بالماء كذلك حرارة الحمى تُزال بالماء.

التمر: { ما أكل آل محمدٍ أكلتَين في يومٍ إلا إحداهما تمرٌ } (البخاري)، وقال ﷺ: {يا عائشة! بيت لا تمر فيه، جياع أهله. يا عائشة! بيت لا تمر فيه جياع أهله - أو جاع أهله - قالها مرتين، أو ثلاثاً }¹⁰⁵. وفي الحديث إشارة واضحة إلى تلك العلاقة المباشرة بين تناول التمر وحصول الشبع. والربط بين تناول التمر وحصول الشبع، وهو نقيض الجوع وخلافه، يمثل دلالة علمية واضحة وإشارة بيّنة على سبق نبوي معجز في تقرير حقيقة علمية مفادها: أن التمر وما يحويه من مكونات ممثلة بالسكّر يمثل غذاء موائماً لدرء خطر الجوع وما ينبي عليه من نقص لسكّر الدم، وما يتبعه من تغيرات سلبية ضارة على صحة الجسم. وفي صحيح البخاري: {من تصبّح سبع تمراتٍ عجوةً، لم يضره ذلك اليوم سمٌّ ولا سحرٌ }¹⁰⁶.

اللبن: اللبن من أكمل الأغذية من الناحية البيولوجية. ولا توجد أي مادة غذائية يمكن أن تقارن باللبن. وهو أفضل الأغذية للأطفال والناشئين والبالغين والمسنين على السواء. قال تعالى: ﴿وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ﴾ (النحل: 66)، والدليل على أكمل الأغذية قوله: {إذا أكل أحدكم طعامًا فليقل: اللهم بارك لنا فيه، وأطعمنا خيراً منه، وإذا سقي لبناً فليقل: اللهم بارك لنا فيه، وزدنا منه؛ فإنه ليس شيء يُجزئ من الطعام والشراب إلا اللبن} ¹⁰⁷، كلمات معدودات حوت علوم ومعارف ودراسات وأبحاث وتجارب. ولوحظ انخفاض حدوث تسوس وسقوط الأسنان بزيادة تناول اللبن خاصة وأن إضافة الفلوريد إلى اللبن أكثر تأثيراً في منع تسوس الأسنان من إضافته إلى الماء. وتشير الكثير من الدراسات إلى دور بروتينات اللبن في الوقاية من السرطانات. وأوضحت الدراسات الحديثة أن لبن الإبل يمتاز بميزات مناعية فريدة، حيث أنه يحتوي على تركيزات مرتفعة للغاية من بعض المركبات المثبطة لفعل بعض البكتريا الممرضة وبعض الفيروسات. وفي الهند يستخدم لبن الإبل كعلاج للاستسقاء واليرقان ومتاعب الطحال والسل والربو والأنيميا والبواسير وقد تحسنت وظائف الكبد في المرضى المصابين بالتهاب الكبد بعد أن عولجوا بلبن الإبل؛ وفي هذا قال أنس: {إِنَّ نَفْرًا مِنْ عَكْلِ ثَمَانِيَّةٍ، قَدِمُوا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَبَايَعُوهُ عَلَى الْإِسْلَامِ، فَاسْتَوَخَمُوا الْأَرْضَ، فَسَقِمَتِ أَجْسَامُهُمْ، فَشَكَّوْا ذَلِكَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، قَالَ: أَفَلَا تَخْرُجُونَ مَعِ رَاعِيْنَا فِي إِبِلِهِ، فَتُصِيبُونَ مِنْ أَلْبَانِهَا وَأَبْوَالِهَا. قَالُوا: بَلَى، فَخَرَجُوا فَشَرِبُوا مِنْ أَلْبَانِهَا وَأَبْوَالِهَا، فَصَحُّوا} ¹⁰⁸.

التلبينة: قال ابن حجر: "قال الأصمعي: التلبينة حساء يعمل من دقيق أو نخالة ويجعل فيه عسل -وقيل لبن- وسميت تلبينة تشبيها لها باللبن في بياضها ورقتها". وكانت عائشة تأمرُ بالتلبين للمريض وللمحزون على الهالك، وكانت تقول: إني سمعتُ رسولَ الله ﷺ يقول: {إِنَّ التَّلْبِينَةَ تُجَمُّ فَوَادِ الْمَرِيضِ، وَتَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحَزَنِ} ¹⁰⁹، والتلبينة سهلة الهضم لطيفة التغذية، تريح المعدة وتقوي هضمها، وتخفف آثار الحزن، ولأن الطعام الثقيل في ظروف الانفعال قد يعرض المريض لعسرة الهضم.

سادسا: التخفيف والترخيص حفظا لصحة الجسد. أباح للمسافر والمريض الفطر في

رمضان حفظا لصحته، حتى لا تجتمع عليه مشقتان: مشقة السفر ومشقة الصيام، أو مشقة المرض ومشقة المرض، فتضعف صحته وتخور قوته، قال سبحانه: ﴿فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَرَأَى يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ﴾ (البقرة: 185). وأباح للذي لا يستطيع استعمال الماء أن يتيمم، وقد

سبق الحديث عن هذا في الحديث عن حماية المريض من استعمال الماء في "المبدأ الثاني".

وأباح للمضطر بعض المحظورات في حالة الضرورة لإنقاذ نفسه من الهلاك، وفي هذا يقول الله تعالى: ﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (سورة البقرة: 173).

المبدأ الرابع: استفراغ المادة المضرة من جسم الإنسان

من قواعد الطب: استفراغ المادة المضرة كالتبول والغائط والحجامة وحلق الرأس للمحرم إذا كان يتأذى من شعره.

تجنب احتباس البول في المثانة، ومساعدة التخلص من الفضلات والبول فور الحاجة، دون تأخير. قال أنس: {بينما نحن في المسجد مع رسول الله ﷺ إذ جاء أعرابي فقام يبول في المسجد. فقال أصحاب رسول الله: مه مه. قال: قال رسول الله لا تزرموه. دعوه فتركوه حتى بال. ثم إن رسول الله ﷺ دعاه فقال له إن هذه المساجد لا تصلح لشيء من هذا البول ولا القذر. إنما هي لذكر الله عز وجل، والصلاة، وقراءة القرآن، أو كما قال رسول الله. قال فأمر رجلاً من القوم، فجاء بدنو من ماء، فشبه عليه} ¹¹⁰ وقوله ﷺ: {لا تزرموه} أي لا تقطعوا عليه بوله لما يترتب على ذلك من مفساد، منها: تتجس بقعة أكبر مما نجسه، وتتجس ثيابه، وتضرر الرجل باحتباس البول مما يؤثر على صحته؛ يقول الدكتور فارس رجائي: "احتباس البول الممكن أن يؤدي لمضاعفات متعددة، وبالنهاية قد يؤدي إلى هبوط في عمل الكلى والفضل الكلوي" ¹¹¹.

الحجامة: الحجامة لا تزيد في ضغط الدم؛ بل هي توازن ديناميكية الجسم ككل، مع العلم أن لكل حالة ظروفها الصحية؛ قال الرسول ﷺ: {الشفاء في شرطة محجم...} ¹¹² وقال أنس بن مالك: {احتجم رسول الله ﷺ أبو طيبة. فأمر له بصاعين من طعام. وكلم أهله فوضعوا عنه من خراجه. وقال: إن أفضل ما تداويتم به الحجامة، أو هو من أمثلي دوائكم} ¹¹³. فهي {أفضل ما تداويتم به} "هذا ما أكدته العديد من الأبحاث والدراسات التي أجريت حول الحجامة حيث كشفت أن لها فوائد عظيمة يجهلها الكثير من الناس؛ فالحجامة تؤدي دوراً مهماً في تفعيل وظائف مختلف أعضاء الجسم وتقيها من الأمراض، فتخرج التالف والهرم من الكريات والشوائب فتزيد التروية الدموية لكل الأنسجة والأعضاء مما يخفف عن الكبد عبئاً كبيراً فينبش لتأدية وظائفه بوتيرة عالية. وأجرى الحجامة فريق طبي سوري من خمسة عشر طبيباً من كلية الطب بجامعة دمشق لأكثر من ثلاثمائة شخص اعتمد على أخذ عينات من الدم الوريدي قبل وبعد الحجامة، وبعد إخضاع هذه العينات لدراسة مخبرية كاملة تم

التوصل إلى نتائج مذهلة، لوحظ فيها اعتدال في ضغط الدم، والنبض وانخفاض في كمية السكر في الدم، وارتفاع عدد كريات الدم الحمراء بشكل طبيعي وارتفاع عدد كريات الدم البيضاء وزيادة الصفائح الدموية، كما لوحظ اعتدال شوارد الحديد بالدم وانخفاض الكولسترول عند الأشخاص المصابين في ارتفاعه. ويعترف الطب الغربي وخصوصاً الفرنسي بفوائد الحجامة في الأمراض الجلدية¹⁴.

حلق الرأس للمحرم إذا كان يتأذى من شعره: قال تعالى في حلق الرأس للمحرم: ﴿وَلَا تَحْلِفُوا رُءُوسَكُمْ حَتَّىٰ يَبْلُغَ الْهَدْيُ مَحَلَّهُ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ بِهِ أَذًى مِّن رَّأْسِهِ فَفِدْيَةٌ مِّن صِيَامٍ أَوْ صَدَقَةٍ أَوْ نُسُكٍ﴾ (سورة البقرة: 196) فقد أباح للمريض ومن به أذى من رأسه وهو مُحْرِم أن يحلق رأسه، ويستفرغ المواد الفاسدة، والأبخرة الرديئة التي تولد عليه القمل، كما حصل لكعب بن عجرة، أو تولد عليه المرض.

خاتمة

إيماننا من الباحث بأن القيمة العلمية لأي دراسة نظرية لا يمكن أن تحقق أهدافها إلا من خلال ربطها بآلياتها التنفيذية، وتوظيفها مضامينها السامية، وترجمة مقاصدها إلى خطط وبرامج ذات أبعاد ملموسة وممارسات عملية، فإنه يقترح جملة من التوصيات التي تعتبر في الوقت نفسه ملخصاً لأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة، مثل:

- 1- الشريعة الإسلامية مشتملة على صلاح الأبدان كاشتمالها على صلاح القلوب وأنها مرشدة إلى حفظ صحة الإنسان الجسدية والنفسية، والمادية والمعنوية، ودفع جميع الآفات بطرق كلية قد وكل تفصيلها إلى العقل الصحيح و الفطرة السليمة.
- 2- لو أدى تصرف الإنسان في جسمه إلى إتلاف نفسه كان هذا التصرف ممنوعاً ومحرمًا. ولذلك فقد وُضعت ضوابط لتصرفات الإنسان، تضمن حق سلامة جسده.
- 3- اختلف العلماء في ملكية الإنسان لأعضائه؛ فقيل: لا يحل له أن يتصرف في أعضائه إلا في حدود ما شرعه الله تعالى. وقيل: يحل له أن يتصرف في جسده؛ وإن كانت هذه الملكية ليست مماثلة للملكية للأشياء المادية، فحرموا عليه بعض التصرفات التي قد تلحق ضرراً بجسمه.
- 4- حمت الشريعة الإسلامية الإنسان من كل ما من شأنه أن يلحق الأذى بجسده، ومن ذلك: نهى رسول الله من أن يُورَد مُفْرِضٌ على مُصِحٍّ، وحمت

- المريض من استعمال الماء خشية من الضرر، ونهت عن الشرب قائماً، وعن التنفس في الإناء، وعن البول في الماء الراكد، وعن الإسراف في الأكل، وفرضت الصوم على المسلمين ليكون علاجاً لكثير من الأمراض، وحرمت عليه كل ضار.
- 5- ليحافظ الإنسان على صحة جسده يجب أن تكون لديه خلفيّة واضحة عن الثقافة الشرعية والصحيّة، بحيث لا يتخبط في تعامله مع صحته وجسمه والأمراض التي تصيبه.
- 6- حفظ الصحة نفسياً ومادياً من أصول الطب؛ وذلك بالتغذية السليمة، وشرب الماء، والنوم، وتحريم المضار، والسكن المريح والبيئة النظيفة، والعلاج و التداوي عند الحاجة.
- 7- أشاد النبي ببعض القواعد الطيبة كالتداوي ودعا إلى ذلك، واعتبر أن لكلّ داء دواء.
- 8- من قواعد الطب: استفراغ المادة المضرة كالتبول والغائط والحجامة وحلق الرأس للمحرم إذا كان يتأذى من شعره.

المصادر والمراجع

القرآن الكريم برواية حفص.

*الألباني، محمد ناصر الدين:

- 1- صحيح الترمذي، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، (ط 1)، 1420هـ/2000م.
- 2- صحيح ابن ماجه، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، 1417هـ/1997م.
- 3- صحيح الجامع الصغير وزيادته الفتح الكبير، المكتب الإسلامي، بيروت، دمشق، (ط 3)، 1408هـ/1998م.
- 4- سلسلة الأحاديث الصحيحة، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، طبعة جديدة منقحة ومزودة، 1415هـ/1995م.
- 5- صحيح الترغيب، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، (ط 1)، 1421هـ/2000م.

*البخاري محمد بن إسماعيل:

- 6- صحيح البخاري، طبعة مطابقة لطبعة دار الطباعة العامرة بإستانبول، مؤسسة ألف أوفست، (1315هـ).

*البوطي، محمد سعيد رمضان:

- 7- قضايا فقهية معاصرة، دار الفارابي للمعارف، دمشق، (ط 6) 1422هـ/2001م.

*أبو داود، سليمان بن الأشعث:

- 8- كتاب السنن، تحقيق: محمد عوامة، دار القبلة للثقافة الإسلامية، جدة، ومؤسسة الريان للطباعة، بيروت، (ط 1)، 1419هـ/1998م.

*ابن الحاج، محمد بن محمد العبدري الفاسي المالكي:

- 9- المدخل إلى تنمية الأعمال بتحسين النيات والتبنيه على كثير من البدع المحدثه والعوائد المنتحلة، دار التراث، (د.ط، د.ت).

*الحاكم، أبو عبد الله النيسابوري:

- 10- المستدرک على الصحيحين، دار الكتاب العربي، بيروت، (د.ط، د.ت).

*الخميني:

- 11- تحرير الوسيلة 595/2، المسألة 7، مؤسسة تنظيم ونشر آثار الإمام الخميني، طهران.

*الشاطبي، إبراهيم بن موسى اللخمي:

- 12- الموافقات، دار المشرق، بيروت، (ط 1)، 1994م.

*الشوكاني، محمد بن علي:

- 13- نيل الأوطار تحقيق: أحمد محمد السيد ومحمود إبراهيم بزال، دار الكلم الطيب، بيروت، (ط 1)، 1419هـ/1999م.

* ابن عاشور، محمد الطاهر:

14- تفسير التحرير والتوير، دار سحنون، تونس، (1997م).

15- مقاصد الشريعة الإسلامية، تحقيق محمد الطاهر الميساوي، دار النفاثس، الأردن، (ط 2)، 1421هـ/2001م.

* عريقات، حربي محمد:

16- مقدمة في التمية والتخطيط الاقتصادي، دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن، (ط 2)، 1997م.

* العز عبد العزيز ابن عبد السلام:

17- قواعد الأحكام في مصالح الأنام، دار الكتب العلمية (د.ط، د.ت).

* عز الدين فراج:

18- الوقاية من الأمراض، دار الرائد العربي، بيروت، 1404هـ/1984م).

* علال الفاسي:

19- مقاصد الشريعة ومكارمها، مكتبة الوحدة العربية، الدار البيضاء.

* ابن قيم الجوزية:

20- زاد المعاد في هدي خير العباد، جمعية إحياء التراث الإسلامي، مؤسسة الريان، الكويت، (ط 1)، 1418هـ/1998م.

21- مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، نشر إدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد بالملكة العربية السعودية (بدون بقية البيانات الأخرى).

* مسلمين الحجاج:

22- صحيح مسلم المطبوع مع شرح النووي، بيروت، دار الفكر للطباعة، 1403هـ/1983م.

* اليازجي، ناصيف:

23- مجمع البحرين، مقامات اليازجي، المقامة الثلاثون، المطبعة الأدبية، بيروت، (ط 4)، 1302هـ/1885م.

* موقع إلكترونية ومجلات:

24- الإعجاز العلمي في القرآن: صوموا تصحوا، الشروق:

<http://www.alchourouk.com/116699/693/1:2015/6/25>

على جسم الإنسان: <https://www.aljamaa.net/ar/2017/05/30>

25- أبو القاسم محمد أبو شامة: مقاصد الشريعة في الحفاظ على الماء:

<http://fiqh.islammassage.com/NewsDetails.aspx?id=1254>

26- حسين شفيعي: حق تصرف الإنسان بجسده وأعضائه، نقلا عن حسن إسلامي: "شبيهه سازي إنسان آز دیدگاه فقهای شیعه"، أي «الاستساخ الإنساني من وجهة نظر الفقهاء الشيعة»،

30- مجله فقه، العدد 44: 37، سنة 1384هـ. موقع: <http://nosos.net/>

- 27- حسين شفيعي: حق تصرف الإنسان بجسده وأعضائه، نقلا عن عبد الحي حجازي: المدخل لدراسة العلوم القانونية 190/2، الكتاب الثاني، الحق <http://nosos.net/>
- 28- خالد سعد النجار: الصوم في عيون أطباء الشرق والغرب، موقع: http://www.saaid.net/Doat/alnaggar/154.htm?print_it=1
- 29- عزة فارس: من أسرار التشريع القرآني في تحريم الخمر، موقع: <http://quran-m.com/quran/printarticles/2779>
- 30- تقرير منظمة الصحة العالمية لسنة 1999، موقع منظمة الصحة العالمية <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs110/ar/index.html>
- 31- موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن: <http://quran-m.com/quran/article/2928>
- 32- <http://www.al3laj.com/Hejamah/cupping&researches.htm>
- 33- مجلة Clinical Microbiology Reviews، أفريل 2011.
- 34- مجلة منار الإسلام عدد8، فبراير 1993م، القاهرة.

الهوامش

- 1 ابن عاشور: مقاصد الشريعة الإسلامية/273.
- 2 علال الفاسي: مقاصد الشريعة ومكارمها/45.
- 3 أخرج البخاري في صحيحه.
- 4 أخرج الترمذي في جامعه (صحيح الترمذي).
- 5 أخرج البخاري في صحيحه.
- 6 أخرج أبو داود في سننه، وسكت عنه.
- 7 ابن قيم الجوزية: زاد المعاد 6/4.
- 8 اليازجي: مجمع البحرين (مقامات اليازجي)، المقامة الثلاثون/227 و228.
- 9 أخرج الترمذي في سننه: (صحيح الترمذي).
- 10 ابن قيم الجوزية: زاد المعاد 317/4.
- 11 أبو القاسم محمد أبو شامة: مقاصد الشريعة في الحفاظ على الماء، الموقع:
<http://fiqh.islammessage.com/NewsDetails.aspx?id=1254>
- 12 ابن قيم الجوزية: مفتاح دار السعادة 2/2.
- 13 أخرج ابن ماجه في سننه (صحيح ابن ماجه للألباني).
- 14 أخرج البخاري في صحيحه.
- 15 البيهقي: قضايا فقهية معاصرة 123/1.
- 16 حسين شفيعي: حق تصرف الإنسان بجسده وأعضائه، نقلا عن عبد الحي حجازي: المدخل لدراسة العلوم القانونية 190/2، الكتاب الثاني، الحق <http://nosos.net>
- 17 الشاطبي، الموافقات 241/2 الطبعة الأولى، دار المشرق، بيروت، 1994.
- 18 صحيح ابن ماجه. وللبخاري: { لعن الله الواشمة والموتشمة، والواصلة والمستوصلة } يعني لعن رسول الله ﷺ.
- 19 حسين شفيعي: حق تصرف الإنسان بجسده، نقلا عن حسن إسلامي: "شبيه ساري إنسان أز ديدگاه فقهای شیعه"، أي «الاستساخ الإنساني من وجهة نظر الفقهاء الشيعة»، مجله فقه، العدد 37: 44، سنة 1384 هـ. موقع: <http://nosos.net/>
- 20 الخميني: تحرير الوسيلة 595/2، المسألة 7، مؤسسة تنظيم ونشر آثار الإمام الخميني، طهران.
- 21 الخميني: البیع 42/1، مؤسسة تنظيم ونشر آثار الإمام الخميني، إيران - طهران.
- 22 أخرج مسلم في صحيحه.
- 23 أخرج البخاري في صحيحه.

- 24 الشوكاني: نيل الأوطار 375/7.
- 25 أخرجه أبو داود في سننه وأحمد في مسنده.
- 26 أخرجه أبو داود في سننه.
- 27 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 28 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 29 موقع: <http://e3gaztop.blogspot.com/2016/02>
- 30 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 31 أخرجه الترمذي في سننه وقال: حديث غريب.
- 32 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 33 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 34 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 35 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 36 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 37 ابن عاشور: التحرير والتنوير 95/8.
- 38 أخرجه ابن ماجه في سننه: (صحيح ابن ماجه للألباني).
- 39 حسان شمسي باشا، قيسات من الطب النبوي/ 52 - 57.
- 40 د/ خالد سعد النجار: الصوم في عيون أطباء الشرق والغرب، موقع: http://www.saaaid.net/Doat/alnaggar/154.htm?print_it=1
- 41 الإعجاز العلمي في القرآن: صوموا تصحوا. الشروق:
- <http://www.alchourouk.com/116699/693/1.2015/6/25>
- جسم الإنسان: <https://www.aljamaa.net/ar/2017/05/30>
- 42 أخرجه السيوطي في الجامع الصغير، وصححه الألباني في صحيح الجامع.
- 43 د. عزة فارس: من أسرار التشريع القرآني في تحريم الخمر، موقع: <http://quran-m.com/quran/printarticles/2779>
- 44 أخرجه البخاري في صحيحه ومسلم في صحيحه.
- 45 تقرير منظمة الصحة العالمية لسنة 1999، موقع منظمة الصحة العالمية <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs110/ar/index.html>
- 46 عز الدين فراج، الإسلام: والوقاية من الأمراض (بيروت: دار الراشد العربي، 1404هـ/1984م) ص 65-63.
- 47 أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب الديات، (6/2517)، حديث رقم (6469).
- 48 أخرجه الترمذي في سننه: كتاب، باب ماجاء في تشديد قتل المؤمن (4/16)، حديث رقم (1395)، والنسائي في سننه: كتاب تحريم الدم، بابتعظيم الدم (2/284)، حديث رقم (3449)، وابنماجه في سننه: كتاب الديات، باب التغليظ في قتل مؤمن ظلمًا (2/874)، حديث رقم (2619)، والنحاس في الناسخ والمنسوخ (ص347). واللفظ للنسائي. وحسن إسناد ابن ماجه المنذري في الترغيب والترهيب (3/201). وصححه الألباني صحيح الجامع 2/905.
- 49 أخرجه مسلم في صحيحه.

- 50 الألباني: سلسلة الأحاديث الصحيحة.
- 51 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 52 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 53 موقع: موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن.
- 54 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 55 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 56 أخرجه أبو داود في سننه. وأحمد في مسنده (الموسوعة الحديثية ج34، ص75، قال المحققون: "إسناده حسن في المتابعات والشواهد").
- 57 أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب الدعوات، باب الاستعاذة من الجبن والكسل...
- 58 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 59 مقدمة في التنمية والتخطيط الاقتصادي، عريقات، حربي محمد، ص58.
- 60 الألباني: الجامع الصحيح.
- 61 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 62 الألباني: سلسلة الأحاديث الصحيحة.
- 63 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 64 ابن عاشور: التحرير والتنوير 45/19.
- 65 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 66 أخرجه أبو داود في سننه.
- 67 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 68 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 69 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 70 أخرجه أبو داود في سننه.
- 71 أخرجه أبو داود في سننه.
- 72 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 73 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 74 أخرجه أحمد في مسنده.
- 75 أخرجه ابن ماجه في سننه (الألباني: صحيح ابن ماجه).
- 76 أخرجه أبو داود في سننه، وأحمد في مسنده.
- 77 أخرجه أبو داود في سننه.
- 78 الشاطبي: الموافقات 9/2.
- 79 العز ابن عبد السلام: قواعد الأحكام 43/1.
- 80 المنذري: الترغيب والترهيب (الألباني: صحيح الترغيب).
- 81 أخرجه أبو داود في سننه (صحيح أبي داود).
- 82 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 83 مجلة Clinical Microbiology Reviews، بتاريخ أبريل 2011.
- 84 أخرجه أبو داود في سننه.

- 85 الشوكاني: نيل الأوطار 375/7.
- 86 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 87 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 88 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 89 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 90 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 91 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 92 أخرجه أبو داود في سننه.
- 93 أخرجه الترمذي في جامعه: كتاب الطب عن رسول الله، باب ما جاء في الدواء والحث عليه، وقال: حديث حسن صحيح. وأبو دود في سننه: كتاب الطب، باب في الرجل يتداوى، وسكت عنه.
- 94 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 95 أخرجه أبو داود في صحيحه.
- 96 مقدمة في التنمية والتخطيط الاقتصادي، عريقات، حربي محمد، ص58.
- 97 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 98 انظر مجلة منار الإسلام عدد8، فبراير 1993م، القاهرة.
- 99 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 100 ابن الحاج، محمد بن محمد العبدري الفاسي المالكي: المدخل 133/4.
- 101 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 102 أخرجه بن ماجة والحاكم مرفوعاً وأخرجه بن أبي شيبة والحاكم مرفوعاً ورجالهم رجال الصحيح.
- 103 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 104 ابن عاشور: التحرير والتنوير 270/23 و271.
- 105 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 106 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 107 أخرجه أبو داود في سننه.
- 108 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 109 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 110 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 111 <https://www.altibbi.com>
- 112 أخرجه البخاري في صحيحه.
- 113 أخرجه مسلم في صحيحه.
- 114 <http://www.al3laj.com/Hejamah/cupping&researches.ht>