وكلوا واشربوا ولا تسرفوا

للدكتور محمد واصفى

فى ندوة من الندوات ، تطرق الحديث إلى مافى القرآن من أصول طبية ، وتوجيهات صحية وصفات علاجية ، ولو تنبه لها المسلمون ، لأمنوا الوقوع فى بُرثن الأمراض ولو وجدو أشفية قاطعة لكثير من العلل والأوصاب

وأراد بعض الأخوان أن يلقى دلوه فى الدلاء ، ويضرب مثلا لما فى الإسلام من أحكام فى علم الصحة ، فذكر خبر : (المعدة بيت الداء ، والحمية رأس الدواء) ، ورفع هذا الخبر إلى الرسول الكريم فنبهناه إلى أن هذا الخبر له قطعا صلة بالمسلمين ولكن ليس من كلام رسول الله ، وإنما هو من كلام الحرث بن كَلَدَة[1] طبيب العرب المعاصر للنبى الكريم فقد روى أن سعدا قال : مرضت مرضا أتانى رسول الله يعودنى ... فقال : إنك رجل مفؤود ، انت الحارث بن كلدة ، فإنه رجل يتطبب ...[2] وفى الأحياء مرفوعا : (البطنة أصل الداء ، والحمية أصل الدواء ، وعودوا كل جسد ما اعتاد) ، قال العراقى : لم أجد له أصلا ، ومثله حديث : المعدة حوض البدن والعروق إليها واردة قال الدارقطنى : (لا يعرف هذا من كلام النبى ، وإنما هو من كلام عبد الملك بن سعيد الحر .

لسنا فى مقام مناقشة الحديث ،

---

(١) ولد الحرث بالطائف بقرب مكة ، وأتم دراسته فى بلاد العجم ، فى بيمارستان جند يسابورة ، وهو معهد للطب والفلسفة ، وكان أنشأه كسرى أنوشروان ، وكان الحرث طبيبا لحاشية الملك خسرويه ، وكان أكثر اهتمامه بعلم الصحة . وكان يوصى بالحجامة والحقن ، وعدم الاستحمام بعد تناول الطعام

(٢) صنف أبى داود ح ٣٨٧٥ ك ٢٧ ب ١٢

كتاب يميز الطيب من الخبيث ، فيما يدور على السنة الناس من حديث لابن الديبع الشيبانى المتوفى سنة ٩٤٤ ، ص ١٥١

وبيان ما فيه من عدم مراعاة للدقة الطبية العلمية ، ولكن ما لا نود إغفاله، هو أن نلفت نظر علمائنا إلى وجوب مراجعة ما ينسبونه إلى رسول الله من حديث ، قبل أسناده إليه ، وأن يبذلو بعض عنايتهم بمراجعة سند الحديث ومتنه خشية التعرض لإحدى الكبائر ، وهى الكذب على رسول الله(٢)

لنسب إلى الحكماء وما يجرى على ألسنتهم من حكمة ، ولنحرص على الحكمة التى خرجت من بين شفتى رسول الله . فالله تعالى : يؤتى الحكمة من يشاء ومن يؤت الحكمة فقد أوتى خيراً كثيرا وما يذكر إلا أولوا الألباب (٢ : ٢٦٩) .

ولقد أغنانا عن قول الحارث قوله تعالى .. كلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين (٧ : ٣١) ، فهذه الآية الكريمة معجزة من المعجزات الطبية الخالدة ، ليس فيها حكم يشعر بأن جميع الأمراض مقرها المعدة ، ولكنها تأمر بعدم الإسراف فى الطعام والشراب ، حتى لا يتعرض المرء إلى ما يترتب على هذا الإسراف من أمراض .

فزيادة كمية الطعام لا تزيد الجسم قوة ، بل تزيده وزنا . يسبب له الضعف والجسم لا يستفيد بكل ما يلقى فى جوفه من طعام ، وإنما يأخذ مجرد كفايته منه . ثم يبذل بعد ذلك مجهودا كبيرا للتخلص مما زاد عن حاجته ، هذا بجانب ما يصيب المعدة والجهاز الهضمى من إرهاق يسلمه إلى أمراض معينة خاصة بذلك الجهاز وهنا لك إسراف من نوع آخر ، وهو تناول مادة معينة من مواد الطعام بنسبة كبيرة تطغى على المواد الأخرى التى يجب أن تكون من محتويات الغذاء ، كالإسراف فى تناول الزلاليات كاللحوم ، بحيث تطغى على ما يحتاجه الجسم من نشويات (كالخبز والأرز) ومواد سكرية ، أو دهنيات (كالسمن والزيت) أو بالعكس . فالطعام لابد أن يكون محتويا على جميع العناصر اللازمة لعمليات البناء والهدم فى الجسم ، بنسبها الصحيحة ، مع عدم

---

(٢) روى البخارى أن النبى قال .. ومن كذب على متعمدا فليتبوأ مقعده من النار (البخارى ح ١٠٩ ك ٣ ب ٣٨) ، وروى أن النبى لم يذكر لفظ (متعمدا) بل قال : من كذب على فليتبوأ مقعده من النار (البخارى ح ١٠٦ ك ٣ ب ٣٨) أى أن الكذب على النبى مطلقا يوجب النار .

إغفال الفيتامينات الموجودة فى الفاكهة والخضروات ، وما يلزم الجسم من ملح الطعام وغيره من سائر الأملاح والماء ، فاللحوم مثلا والأكثار منها كثيرا ما يعرض الانسان للإصابة بأمراض الكلى وضغط الدم وتصلب الشرايين ، والإسراف فى تناول السكر الأبيض النقى ، والحلويات المصنوعة منه يضر بالجسم كذلك ضررا بالغا ، للميل العجيب فى السكر إلى الاتحاد بالكالسيوم (الجير) ، فعندما يزيد السكر الذى بالجسم عن حد معين ، فإن المقدار الفائض يتحد ببعض الكالسيوم الموجود بالأنسجة فتضطر الأنسجة أن تعوض ما فقدته فتأخذه من الدم ، ويضطر الدم أن يعوض ما فقده منه فينتزى من العظام والأسنان ، ويؤدى هذا إلى نخر الأسنان وضعف العظام .

ومن الإسراف الأكثار من تناول الأغذية البروتينيه المركزة مثل البيض واللحوم والأسماك والجبن المركز والطيور فإن الجسم فى حاجة إلى المأكولات التى تحتوى على مقدار كاف من الألياف والمواد السليولوزية كالفاكهة والخضروات حتى لا تحدث الأمساك الذى يسبب الحموضة فى الجسم ، فإن بقاء الكتلة البرازية فى الأمعاء معناه امتصاص الجسم لبيض ما تحتوى عليه من المواد السامة والنفايات الحامضية وهكذا ...

والآية الكريمة مع نهيها عن الإسرف فى المأكل والمشرب تأمرنا أن نأكل وأن نشرب محافظة على أبداننا ، ولتعويض أجسامنا وخلاياها عما تفقده أثناء تأدية وظائفها الفسيولوجية الحيوية ، وقال : يا أيها الذين آمنوا كلوا مما فى الأرض حلالا طيبا ولا تتبعوا خطوات الشيطان إنه لكم عدو مبين (٢ : ١٦٨) وضرب مثلا لما استجاب له أهل الكهف إذ قالوا : ... فابعثوا أحدكم بورقكم هذه إلى المدينة فلينظر أيها أزكى طعاما فليأتكم برزق منه .. (١٨ : ١٩) وقال : يا أيها الرسل كلوا من الطيبات واعملوا صالحا إنى بما تعملون خبير (٢٣ : ٥١)

ج : (٣) إذا كان الزارع فى بلد وماله أو زرعه فى بلد آخر، فالمعتبر بلد المال والزرع ؛ لأنه سبب الوجوب ، ويمتد إليه نظر المستحقين . فإن كان بعضه حيث هو وبعضه فى بلدة أخرى : أدَّى زكاة كل مال حيث هو وعلى ضوء ما ذكر .

هذا فيما عدا زكاة الفطر ، فإنها تفرق فى البلد الذى وجبت عليه فيه ، سواء كان ماله فيه أو لم يكن ؛ لأن الزكاة تتعلق بذاته وهو سبب الوجوب لا المال والله أعلم .

* * *

وجاءنا من السيد / الأستاذ شاكر محمد سلامة المدرس بمجمع الفتاوية بوزارة التربية والتعليم السؤالان التاليان :

س : (٤) توفى رجل عن : زوجة ، وخمس أخوات شقيقات ، وأخت لأم ، وأولاد عم شقيق فما نصيب كل ؟ .

س : (٥) توفى رجل عن : أربعة أبناء ، وثلاث بنات ، وأم ، وزوجة حامل لم تلد بعد فما نصيب كل ؟

ج : (٤) للزوجة ١/٤ وللأخوات الشقيقات ٢/٣ وللأخت الأم ١/٦ والمسألة تعول من ١٢ إلى ١٣ سهما فيكون للزوجة ٣ (أى من ١٣) وللأخوات الشقيقات ٨ وللأخت لأم ٢ ولا شىء لأولاد العم الشقيق ؛ لاستغراق أصحاب الفروض جميع التركة والله أعلم .

* * *

ج : (٥) ذهب المالكية : إلى أنه إذا كان بين الورثة حمل وقفت التركة كلها حتى يولد هذا الحمل أو ينقطع الرجاء فيه ، وذهب أبو حنيفة والشافعى وأحمد : إلى أنه إن رضى بقية الورثة بوقف التركة وقفت حتى يتم وضعه أو يحصل الإياس منه بمضى أقصى مدة الحمل ، فإن

لم يرضوا بوقف التركة قسمت بينهم ، وبه قال أشهب من المالكية.. غير أنه يراعى ما هو أصلح للحمل ففى المادة : ٤٢ يوقف للحمل من تركة المتوفى أوفر النصيبين على تقدير أنه ذكر أو أنثى ..فيوقف له فى هذه المسألة نصيب (ابن) وهو المفتى به عند الحنفية عن أبى يوسف رضى الله عنه ، ويحفظ له حتى يولد ، فإذا ولد حيا أخذه ، وإذا ولد ميتاً رُدَّ إلى باقى الورثة .

وعليه فيكون للزوجة ١/٨ وللأم ١/٤ والباقى يقسم بين الأولاد جميعا بما فيهم الحمل للذكر مثل حظ الأنثيين ، ويوقف نصيب الحمل (ابن) والله أعلم .

وجاءتنا رسالة من السيدين / محمد عبد الرحمن مطاوع ، عبد الرحيم عبيد — من فنارة — المحجر — خط السويس — بالأسئلة التالية ، راجيين نشر الإجابة عنها على صفحات مجلة الإسلام والتصوف :

س : (١) تجرى العادة عندهم بتقديم نقود للعروسين حال الزواج ، وهو مايسمونه « نقوطا » فى عرفهم ، يتداولونه فيما بينهم فى مثل هذه المناسبة ، وقد يتفق أن يقدم أحدهم للآخر « نقوطا » ثم هو بدوره تحصل عنده مثل هذه المناسبة فيقدم له الآخذ من النقود بأكثر مما أخذ . وهما يستفسران عما إذا كانت هذه الزيادة تعتبر من قبيل الربا أولا : لأن أهل بلدهم على خلاف بالنسبة لهذه المسئلة .

س : (٢) أهل بلدتهم منقسمون فى الرأى بالتهليل أمام الجنازة ، فبعضهم يؤيد التهليل ، والآخر يمنعه ، وهم يحتكمون إلى مجلة الإسلام والتصوف .

س . (٣) وكذلك الخلاف فيما بينهم على ما جرت به العادة عندهم — من أن كل واحد من أقارب وأصحاب المتوفى يأتى من منزله بخوان (صنية) عليها من ألوان الطعام ليأكل مع آل المتوفى فى محل العزاء — فبعضهم يجوزه ، والبعض الآخر يمنعه .

ج : (١) إن « النقوط » المشار إليه فى السؤال الأول ، وكون الآخذ يقدم للمعطى مبلغا أكثر مما أخذ ، فهذا وشبهه ليس من قبيل الربا فى شيء ولا يدخل تحت حكم التحريم ؛ لأنه ليس فيه معاوضة ؛ ألا ترى أن الآخذ إذا لم يرد شيئا مما أخذ للمعطى فإنه لا يطالبه به : إذ أنه لم يقدم ما قدمه له على سبيل القرض ، بل على سبيل الهبة للتحية والمجاملة فحسب . فعندما يرد الآخذ عليه بأكثر مما أعطى فإنما يعتبر هذا من قبيل رد التحية بأحسن منها ، تمشيا مع قول الله تبارك وتعالى وإذا حييتم بتحية فحيوا بأحسن منها أو ردوها ، والله تعالى أعلم .

ج : (٢) التهليل أمام الجنازة غير جائز ؛ بل الواجب الصمت للعظة والاعتبار والله تعالى أعلم .

ج : (٣) أما مسئلة إحضار « الصنية » وعليها من ألوان الطعام — ليجامل بها آل الميت فيأكل معهم كما جرى به العرف عندهم — فإن هذه عادة حسنة ولا بأس بها ؛ فإنها إن كان المقصود منها مجرد مجاملة ومزاملة فى الأكل معهم فى مكان واحد ومجلس واحد فقط فإن فيه تسلية لهم وعزاء ، وهذا مطلوب . وإن كان المقصود بها أن يطعمهم منها ويعفيهم من أن يصنعوا لأنفسهم طعاما فإن ذلك مما أمر به النبى صلى الله عليه وسلم حيث قال : « اصنعوا لآل جعفر طعاما ، فإن عندهم ما يشغلهم » . والله تعالى أعلم .

وجاءتنا رسالة من السيد / أمين حسين الذكر — من أهالى نزلة حسين على بالمنيا — بالأسئلة التالية :

س : (١) يقول الله تبارك وتعالى : « وأذن فى الناس بالحج يأتوك رجالا وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق » هل هذا الأمر صدر من الله تعالى لنبيه ابراهيم — عليه وعلى نبينا أفضل الصلاة وأتم التسليم — فى سابق الأزل روحا قبل خلقه ووجوده ، أم أنه صدر له عن طريق الوحى ؟ بقية الأجوبة فى العدد القادم