

الباب الثاني

العلاقة بين الإيمان بالله
والصحة النفسية والبدنية

الباب الثاني العلاقة بين الإيمان بالله والصحة النفسية والبدنية

أولاً: الداء والدواء :

قال ﷺ : « ألا أدلكم على داءكم ودواءكم ، قالوا : بلى يا رسول الله ، قال ﷺ : داءكم الذنوب ودواءكم الاستغفار ، .

وقال عليّ رضي الله عنه : ما نزل بلاء إلا بذنب وما رفع إلا بتوبة .

وقال تعالى : ﴿ وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ ﴾ (٣٠) [الشورى : ٣٠] .

فإذا عرف الإنسان هذه الحقيقة حاسب نفسه ودوام على الاستغفار وسارع إلى فعل الخيرات وترك المنكرات فلا يعذبه ربه بمرض إلا رفعاً لدرجاته وتكفيراً لذنوبه ويعطيه الصبر ويتسجيب دعاؤه ويخفف عنه ويلهمه إلى الدواء فيشفى بإذن الله ويخرج من مرضه بلا ذنب ولا خطيئة فيكون هذا المرض خيراً له .

قال ﷺ : « ما يصيب المؤمن من نصب ولا وصب ولا حزن ، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها سيئاته » .

وقال ﷺ : « لا تسبوا الحمى فإنها تكفر السيئات » .

وروى أن رسول الله ﷺ عاد أم العلاء فقال لها : ابشري يا أم العلاء فإن المرض يذهب عن المؤمن خطاياها كما يذهب النار الخبث عن الذهب والفضة .

لاحظ أن الأحاديث تخص المؤمن بهذه النعمة ، ويعني الصابر الشاكر ، الراضي بقضاء الله وقدره لا الشاكي الساخط .

قال ﷺ: «عجباً لأمر المؤمن فإن أمره كله له خير، وليس ذلك إلا للمؤمن، إن أصابه ضراء صبر فكان خيراً له، وإن أصابته سراء شكر فكان خيراً» .

أما الشاكي الساخط فلا يزداد بهذا البلاء إلا بُعداً من الله - عز وجل - فيكون المرض عذاب وخزي له في الدنيا ويكون عذاب الآخرة أشد .

قال ﷺ: « من أصبح شاكياً حاله للناس فقد شكى ربه » أو كما قال ﷺ .

كما أن هناك علاقة وثيقة بين ارتكاب المعاصي واقتراف الذنوب وبين الأمراض النفسية التي منها ضيق الصدر والاكتئاب، فإذا أصر الإنسان على اقتراف الذنوب سلط ربنا - عز وجل - عليه الشيطان يوسوس له ما يجعله يصل إلى هذه الحالات فيكون عذابه في الدنيا .

قال تعالى : ﴿ فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ (١٢٥) ﴾ [الأنعام : ١٢٥] .

والرجس هو العذاب أو الشيطان يسلمه الله على هؤلاء المصرين على المعاصي، وبعد ذلك يُصاب بالأمراض العضوية ، كما ثبت علمياً أن هناك علاقة وثيقة بين الأمراض العضوية والنفسية والدواء يكون بالاستغفار والتوبة والرجوع إلى الله - عز وجل - أعادنا الله وإياكم من وسوسة الشيطان وارتكاب المعاصي وشرح صدرنا للإسلام وجعلنا من المهتدين .

ثانياً: أثر العبادات في صحة الإنسان :

الصلاة هي أهم أركان الإسلام بعد الشهادتين ، فهي الصلة التي تربط العبد بربه طول اليوم ، والصلاة تطهر البدن من الظاهر والباطن ، فالوضوء يطهر الأعضاء الطاهرة من الأوساخ التي هي مرتع خصب للميكروبات كما أنه ينشط الدورة الدموية .

والحركات التي يؤديها المصلي رياضة خفيفة ، فيها القيام والسجود مما ينشط أعضاء الجسم والدورة الدموية فتجدد خلايا الجسم خاصة عند المفاصل فيقوى الجسم، وفي حالة السجود يندفع الدم إلى المخ فيغذي خلاياه وتنشط الذاكرة مما يعطي الوجه إشراقاً ونوراً وهذا معنى الآية .

قال تعالى : ﴿ سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ ﴾ [الفتح : ٢٩] .

وأما قراءة القرآن والدعاء في الصلاة ؛ تطهر الإنسان من الذنوب فتصفى نفسه وتطمئن .

قال تعالى : ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [الرعد : ٢٨] .

كما أن المداومة على الصلاة يجعل الإنسان صابراً في الملمات . قال تعالى : ﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (٢٣) ﴾ [المعارج : ١٩-٢٣] .

فالصلاة تزيد من إيمان المسلم فلا يجزع عند المصائب ولا يفرح في المسرات إلى الحد الذي ينسيه ربه وبالتالي لا يتعرض لأزمات نفسية التي تؤدي إلى كثير من الأمراض العضوية .

وأما الصيام ؛ فيطهر الإنسان من الذنوب :

قال ﷺ : « من صام رمضان إيماناً واحتساباً غُفِرَ له ما تقدم من ذنبه » .

وقد ثبت علمياً أن للصيام فوائد صحية عديدة منها ؛

[١] يساعد على نقص الوزن والتخلص من الدهون الزائدة التي تسبب كثير من الأمراض .

[٢] الصيام يفيد مرضى السكر وبقي من مضعفاته لذا قال ربنا عز وجل بعد أن رخص في الإفطار للمريض : ﴿ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾ .

[البقرة : ١٨٤] .

[٣] يجعل الإنسان يتعود على تنظيم وجباته الغذائية مما يساعد على أداء وظائف أعضاؤه .

[٤] الجوع ينشط الجسم والذهن ويرفع معنويات الإنسان لشعوره بالقرب من ربه .

[٥] ينشط الكبد بتحويل الجليكوجين المخزون فيه إلى جلوكوز أثناء الصيام ليمد الجسم بالطاقة اللازمة له .

وأما الحج والعمرة، فهي أيضاً رياضة بدنية عظيمة بالطواف حول الكعبة والسعي بين الصفا والمروة التي يقطع فيها مسافات طويلة مشياً وسعيًا، وكذلك رياضة نفسية وروحية فالتضرع إلى الله بالدعاء والنظر إلى الكعبة يشرح الصدر ويجعل الإنسان ينسى همومه ويُشفى من الأمراض العضوية بشرب ماء زمزم، كما أنها تكفر الذنوب وتزيد في مال الإنسان لأن الإنفاق في الحج والعمرة كالإنفاق في سبيل الله، الحسنة بسبعمئة ضعف .

قال ﷺ: « تابعوا بين الحج والعمرة، فإنهما ينفيان الفقر والذنوب، كما ينفي الكير خبث الذهب والفضة » والعبادات عموماً تجعل الإنسان يتق ربه .
قال تعالى: ﴿ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾ [العنكبوت: ٤٥] .

والتقوى تأتي بالخير كله ، قال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۚ ﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ﴿ [الطلاق : ٣] .

وهكذا نجد أن العبادات كلها تزيد في صحة الإنسان ورزقه والمال هو عصب الحياة ، به يستطيع شراء الدواء إذا مرض .

ثالثاً : أثر التوكل على الله والصبر في صحة الإنسان :

التوكل على الله يجعل الإنسان في حالة استقرار نفسي ، وقد أثبت العلم

الحديث أن هناك هرمونات تسمى هرمونات السعادة تفرز في حالة التوازن النفسي، فتزيد من قوة مناعة الجسم ضد الأمراض، أما في حالة الخوف والاكتئاب فإن الغدة النخامية الموجودة أسفل المخ والتي تسيطر على جميع غدد الجسم تفرز هرمونات تنبه الغدة الكظرية الموجودة فوق الكلى فتفرز هرمون الإدرينالين والكورتيزون فيرفع ضغط الدم ويحدث خلل في معظم وظائف الجسم فتضعف مقاومة الجسم فيصاب الإنسان بالأمراض، وثبت كذلك أن المؤمن أقل عرضة للأمراض من غيره، وإذا مرض كان أسرع في الإستجابة للدواء، وكم سمعنا من حالات كان ميؤس من شفائها ولكن إيمان الإنسان بربه عجل من شفائه .

وقد علمنا ﷺ كيف يكون التوكل على الله فقال : « لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا سفر » .

قال أعرابي : فما بال إبلي تكون في الرمال كالظباء فيأتي البعير الأجرب فيجربها كلها ، قال ﷺ : « فمن أعدى الأول » .

أي أن أمر العدوى بيد الله وحده إن شاء أمرض وإن شاء حفظ الإنسان من المرض حسب ما كتب له في اللوح المحفوظ .

وأذكر أثناء دراسة علم البكتريا كان هناك قصة توضح ذلك ، فقد روى أن أحد الصالحين أراد أن يخدم مرضى الجذام طلباً لمرضاة الله وعاش بينهم ولم يصبه المرض ، وطبعاً هذا لا يمنع أخذ الحيطة والحذر دون خوف أو جزع ، وكان هذا أيضاً من هدي نبينا ﷺ حيث قال : « الطاعون بقية رجز أو عذاب أرسله الله على طائفة من بني إسرائيل ، فإذا وقع بأرض وأنتم فيها فلا تخرجوا منها فراراً منه ، وإذا وقع بأرض لستم فيها فلا تهبطوا عليها » .

وهذا هو الحجر الصحي المعمول به الآن .

وقد حدث وباء في الشام ، وكان عمر بن الخطاب رضي الله عنه متوجهاً إليها ، وعندما علم عاد ولم يدخلها ، فقبل له : أتهرب من قدر الله ، قال : نهرب من

قدر الله إلى قدره .

وعندما علم بالحديث السابق حمد الله .

فإذا صبر المؤمن واحتسب وتوكل على الله في البلد التي فيها الوباء وتضرع إلى الله بالدعاء وحمده ، وقال : « الحمد لله الذي عافانا مما ابتلى به غيرنا » لم يصبه المرض بإذن الله وإن أصابه كان كفاره لذنوبه ، وإن مات كان له أجر الشهيد بإذن الله ، فهذه رحمة الله بالمؤمن في كل الأحوال ، فالابتلاء سنة من سنن الحياة .

قال تعالى : ﴿ وَبَلِّوْكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴾ [٣٥] . [الأنبياء: ٣٥] .

صحيح إن الإنسان له مشاعر ولا بد له من الحزن على فقد عزيز أو مال أو صحة ، ولكن يحاول ألا يصل به الحزن إلى حد الجزع والخوف والتلفظ بما يغضب الله - عز وجل - ولكن يتصبر فيصبره الله فيأخذ أجر الصابرين فالحزن لا يعيد ما فات ولكن يخسر الإنسان صحته ودينه ، قال تعالى : ﴿ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴾ [١٥٥] الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ [١٥٦] أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴾ [البقرة: ١٥٥-١٥٧] .

ومما يساعد الإنسان على الصبر ذكر الله والتسبيح والصلاة والدعاء .

قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴾

[البقرة: ١٥٣] .

وكذلك تذكر قصص الصابرين من الأنبياء والصالحين فيكون الله معه ويلهمه الصبر ، وأما الابتلاء بالخير فيجب ألا يجعل الإنسان يفرح فرحاً شديداً ينسيه شكر ربه ، والله لا يحب الفرحين فيعاقبه ، فالفرح الشديد كالحزن الشديد تماماً ، حيث أنه يؤثر على القلب تأثيراً خطيراً قد يؤدي إلى الموت بالسكتة القلبية ، لذا قال ﷺ ل أحد أصحابه ناصحاً إياه : « إياك وكثرة الضحك ، فإن كثرة الضحك تميت القلب » .

وقال تعالى: ﴿إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِنْ قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَةِ أُولِي الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ ﴾ .

[القصص: ٧٦] .

رابعاً: أثر حسن التعامل مع الناس في صحة الإنسان:

قال تعالى: ﴿وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ ﴾ [النساء: ٣٦] .

فمن أحب الأعمال إلى الله - عز وجل - بر الوالدين لما لهم من حقوق على الإنسان، وكذلك صلة الأرحام ومعاملة الجار بالحسنى، كل ذلك يزيد في العمر والرزق، قال ﷺ: « من أحب أن يبسط له في رزقه ، وينسيء له في أجله ، فليصل رحمه » .

فالإنسان اجتماعي بطبعه يحب أن يكون له أهل وعشيرة يحبهم ويحبونه ، وإذا كان للإنسان قريب أو جار يسيء إليه فليقابل السيئة بالحسنة ، ويصل من قطعه ، مما يشرح الصدر ويمنع الضغائن بين الأهل والجيران فيعيش الإنسان ومن حوله في سلام واستقرار نفسي وعاطفي مما يعطيه قوة في صحته البدنية والنفسية ويرضي ربه .

قال الله تعالى: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾ وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حِظٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٥﴾ [فصلت: ٣٥] .

وقد جاء رجل إلى رسول الله ﷺ وسأله الوصية ، قال ﷺ: « لا تغضب » .

فالغضب له آثار سيئة على صحة الإنسان منها:

[١] يؤثر على القلب ويزيد نبضاته مما يجهد القلب وقد يؤدي إلى السكتة القلبية أو الدماغية .

[٢] يؤدي إلى زيادة ضغط الدم وأمراض الشرايين والسكر .

[٣] اضطراب الغدد الصماء التي تنظم العمليات الحيوية والجسم ، مما يؤدي إلى

فقدان الشهية ونقص في الوزن والإصابة بقرحة المعدة .

[٤] يضعف مناعة الجسم ضد الأمراض .

ولعلاج الغضب نذكر الآتي :

[١] الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم وتسبيحه .

[٢] المسارعة إلى الوضوء والصلاة والتضرع إلى الله بالدعاء والذكر .

قال ﷺ : « إذا غضب أحدكم فليتوضأ ، فإن الغضب جمرة من النار ، والنار يطفئها الماء » أو كما قال .

[٣] ذكر الثواب الذي أعده الله للكواظمين الغيظ والعافين عن الناس ، قال

تعالى : ﴿ وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴾ (١٣٢) ﴿ [آل عمران : ١٣٤] .

[٤] تغيير الوضع فإن كان جالساً وقف والعكس .

[٥] البعد عن أماكن إثارة الغضب والخروج إن أمكن إلى أماكن تريح الأعصاب

كالمنتزهات والنظر والتفكير في آلاء الله .

[٦] معالجة التوتر النفسي بتعاطي بعض الأعشاب التي تريح الأعصاب .

[٧] يلاحظ عدم النوم أو الأكل أثناء توتر الأعصاب حتى لا يصاب بما سبق

ذكره .

أما الكذب والغش والخيانة والنصب وأكل أموال الناس بالباطل ، كلها صفات

تجلب لصاحبها بغض الناس وغضب الله ، لأنها تسبب الحقد والبغضاء والشحناء

بين الناس مما يؤدي إلى الأمراض الاجتماعية والبدنية لذا كان منهيّاً عنها من قبل

الله ورسوله ﷺ ، وللأسف الشديد انتشرت هذه الآفات بين الناس وأصبح فاعلها

يظن أنها شطارة وخاصة بين فئة بعض المحامين الذين طوعوا القوانين لحسابهم ، بل وتحايلوا على القانون ، فبالقانون يُغتصب حقوق الناس ، وبالتزوير يأكل أموال الناس بالباطل ، ويُدافع عن السارق ، بل ويعلم الناس السرقة واغتصاب الحقوق حتى انقلب الحق باطل والباطل حق ، وازدحمت المحاكم بالقضايا ولم يعد أحد يفكر فيما يفعله أهو حلال أم حرام ، وسوف اضرب لكم أمثله على ذلك من واقع شاهدته بنفسي ورأيت عقاب ربنا لمرتكبي مثل هذه الجرائم مما جعلني أبحث واسأل حتى عرفت حرمتها من فقهاء أفاضل .

فمثلاً قانون الإيجارات القديم الذي يتعامل به كثير من الناس حتى من يدعي الإيمان والتقوى ، هذا القانون الظالم سبب المشاكل والضغائن بين الناس لانه لا يمت للشرع بصلة فهو أكل الأموال الناس بالباطل حيث أنه يورث من لا يورثه الله ، وأعطى حق لمن لا يستحق شرعاً ، فعقد الإيجار عقد منفعة وليس عقد تملك له مدة محدد ينتهي بعدها أو بموت أحد الطرفين ثم يجدد أو لا يجدد بمعرفة الورثة ورضاهم لأن المنافع لا تورث شرعاً ، أضف إلى ذلك الظلم في السعر المنخفض الذي لم يتحرك منذ أكثر من أربعين عاماً مما سبب الضغائن والحقد بين المالك والمستاجر وأصبح العقد قائم على الغضب لا التراضي وأي عقد قائم على الغضب فهو باطل شرعاً .

قال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصَلِّيه نَارًا وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا ﴾ [النساء: ٣٠] .

كما أن هذه العقارات لا يدفع عنها زكاة التي هي حق الله وركن من أركان الإسلام لان المالك لا يملك النصاب من ريعها والمستاجر لا يملكها حتى يدفع زكاتها ، ولا يستطيع تأجيرها ، لذا كان عقاب الله شديد، وساروي لكم مما عرفته عن حكاية سيدة كانت تقطن في شقة بدون عقد إيجار لان أختها هي التي كانت تسكن من قبل ولما وقع خلاف بينهما على الشقة رفعت قضية لإثبات

حقها في الشقة وزور المحامي أوراق لإثبات حقها وشهد اثنين من الجيران لها وبعدها بسنة توفيا الشاهدان ، أما هي فحصلت على ما أرادت ولكن انتقام ربنا جعل ابنها يطمع في الشقة وجاء ليسكن معها تاركاً أولاده وزوجته وكان يعاملها بقسوة مما أدى إلى وفاتها بالسكتة الدماغية أما الإبن فقد مرض بالقلب وطلق زوجته .

ومالك أعطى لأخيه شقته يستضيفه فيها عندما يأتي إلى البلد لقضاء بعض أعماله وعندما مات الأخ أراد المالك استرداد شقته ، فادعت زوجته أن لها حق فيها حيث أن معها عقد إيجار واستولت على الشقة دون رضا الملاك ، بعدها بفترة وجيزة توفيت بالسكتة القلبية ، فلا هي استمتعت بالشقة ولكن قابلت ربها حاملة وزرها .

قال ﷺ : « من اغتصب شبراً من أرض ، طوقه الله في سبع أراضين » .

ومحامي استأجر شقة بالقانون الجديد ولكن ما زالت أحلامه تراوده بعودة القانون القديم فتحايل على المالك بتزوير عقد لمدة طويلة دون علمه ، واغتصب الشقة بعدها دخل المستشفى لإجراء ثلاثة عمليات في القلب خلال سنة واحدة ، كما رزق بطفلة مشوهة صرف عليها وعلى العمليات أكثر من ثمن الشقة التي استولى عليها أضعافاً مضاعفة ولم يرد ذلك عن غيئه ، بل استمر في عمليات النصب والغصب .

فالمريض ليس مريض البدن ، ولكن المريض هو مريض النفس والقلب ، قال تعالى : ﴿ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ ﴾ .

[البقرة: ١٠] .

والميت ليس من فارقت روحه ، ولكن من مات ضميره وعميت بصيرته ، فأصبح يتخبط في الظلمات يصور له شيطانه الحق باطل ، والباطل حق ، قال تعالى : ﴿ أَوْ مَنْ كَانَ مِيتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي

الظُّلْمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنِّيَا كَذَلِكَ زَيْنٌ لِلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿ [الأنعام: ١٢٢] .
 والمفلس ليس الفقير الذي لا يملك مالاً ولكن هو من أكل أموال الناس بالباطل، قال عَزَّوَجَلَّ : « أتدرون من المفلس، قالوا : المفلس فينا من لا دينار له ولا درهم ، قال : المفلس من أمتي ، من يأتي يوم القيامة بصلاة وصيام وزكاة ، ويأتي وقد ضرب هذا ، وشتم هذا ، وأكل مال هذا ، وسفك دم هذا ، فأخذ هذا من حسناته وهذا من حسناته ، حتى إذا فنيت حسناته حمل عليه من سيئاتهم ، ثم طُرح في النار . »

فهل من الممكن لأمثال هؤلاء إذا لجأوا للقرآن للاستشفاء به أن يجدوا فيه الشفاء أم يكون عليهم عمى كما قال تعالى فيهم .

نأتي بعد ذلك لنبين العلاقة بين الطريقة التي يُعامل بها الطفل وإصابته بالأمراض العضوية والنفسية وتأثيرها على شخصيته في الصغر وفي الكبر ، فالأطفال إما أن يكون طفل هادئ الطبع أو مرح كثير الحركة .

فكل الحالات لا بد من معاملته بالحنان والعطف لأن القسوة في معاملته بحجة تأديبية تؤدي إلى إصابته بالأمراض العضوية والنفسية وهو أشد تأثراً من الإنسان البالغ ، فأما الطفل الهادئ الطبع فإن القسوة في معاملته تسبب له الكبت النفسي يظهر في صورة أمراض عضوية مثل التأخر في الكلام أو التبول اللا إرادي بعد ٣ سنوات ، أو فقدان الشهية .

أما الطفل كثير الحركة فمعاملته بقسوة تجعله ينتقم لنفسه بأن يخرب الأشياء أو يليقها في سلة المهملات أو من النافذة أو يضرب أخيه الأصغر أو زملائه في المدرسة وعلاج ذلك كله ليس بمزيد من الضرب والتأنيب ولكن بتغيير المعاملة إلى الحب والحنان وإعطائه الثقة بالنفس بمدحه ومدح أعماله ، وإحضار الهدايا واللعب وخروجه إلى المنتزهات .

وأما في الكبر فيصبح إنساناً غير سويّ ويعامل الناس بغلظة ، وليكن لنا في رسول الله ﷺ الأُسوة الحسنة ، فقد دخل رجل على رسول الله ﷺ وهو يقبل الحسن رضي الله عنه فقال الرجل : إن لي عشرة من الولد لم أقبل أحدهم ، قال رسول الله ﷺ : « من لا يرحم لا يرحم » .

وهكذا نجد أن العلاقة وثيقة بين صحة الإنسان ومعاملة الناس بعضهم لبعض ولربهم .

خامساً : أثر ما حرمه الله على صحة الإنسان مثل :

[١] تعاطي المسكرات والتدخين .

[٢] لعب الميسر .

[٣] العلاقات الجنسية المحرمة .

[٤] أكل الميتة والدم ولحم الخنزير .

[١] تعاطي المسكرات والتدخين :

قال تعالى : ﴿ يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِنَّهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا ﴾ [البقرة : ٢١٩] .

والمسكرات حرمها الله لإضرارها العديدة على صحة الإنسان بالإضافة إلى أنها تسبب الشحناء والبعضاء بين الناس ومن أضرارها :

(١) تؤدي إلى الإدمان وهذا بدوره يؤدي إلى تدمير خلايا المخ العصبية التي لا يستطيع الجسم تجديدها كباقي خلايا الجسم فيتلف الجهاز العصبي للإنسان فيصاب بالهيجان والتشنج والخمول والكسل والنوم، ويفقد الجسم حيويته ونشاطه مما يؤدي إلى الشيخوخة المبكرة .

(٢) الإصابة بتلف الكبد والكبد الدهني .

(٣) يفقد الإنسان ضميره وقد يؤدي إلى ارتكاب الكبائر والمحرمات وهو في

حالة السكر وقد يرتكب السرقة والقتل ، للحصول على المال لشراء المسكرات .

- (٤) يقتصر في الإنفاق على أسرته ورعايتهم مما يسبب في التفكك الأسري .
 (٥) السكر لا يذكر الله ولا يداوم على الصلاة ، وقد لا يؤديها على الإطلاق .
 لذا فلا يصح التداوي بالمسكرات ولا خلطها بالدواء . قال ﷺ : « تداووا عباد الله ، ولا تتداووا بما حرم الله » .
 وقال ﷺ : « ما أسكر كثيره ، فقليله حرام » .

والدليل على حرمة أن بعض الناس أدمنوا بعض الأدوية التي تحتوي على الكحول والمهدئات ، أما التدخين فحكمه الحرمة لأنه يضر بالصحة ضرراً بالغاً قد يفوق أضرار الخمر ، ويعتبر من الخبائث .

ومن أضراره :

- (١) يحتوي على حوالي (٤٠٠٠) مادة سامة أهمها النيكوتين والقطران و (٤٠) مادة تسبب السرطان تمر على الرئة فيصاب بالمرض ثم تخرج عن طريق الكبد فيصاب بالتسمم أو السرطان .
 (٢) ينتج عنه أول أكسيد الكربون وهو غاز سام يمنع اتحاد الأكسجين بهيموجلوبين الدم ، مما يؤدي إلى أمراض القلب والشرايين .
 (٣) يؤثر الجهاز الهضمي فتضعف حاسة الذوق ويصاب بتقرحات في الفم والمعدة ، كما يؤدي إلى الإدمان مما يدمر الخلايا العصبية وضعف الذاكرة أو الصرع .
 (٤) يؤثر على الجهاز البولي والتناسلي فيحدث الضعف الجنسي ، وتُصاب المرأة بالإجهاض ، كما يؤثر على المدى البعيد على شفافية عدسة العين .
 (٥) خسارة مادية للمدخن فيقتصر في الإنفاق على الأسرة ، كما يضر كل من حوله بنفس الأضرار .

بعد معرفة كل هذه الأضرار يكون من السهل الإقلاع عن التدخين بالإستعانة بالله والإرادة القوية، وسوف نذكر بعض الأعشاب التي تساعد على ذلك إن شاء الله .

لذا فقد حرمه كثير من الفقهاء مثل الحنفية والحنابلة كما حرمة مفتي الديار المصري ، استناداً لقول الرسول ﷺ : « لا ضرر ولا ضرار » .

وقوله الله عز وجل : ﴿ وَيَحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتُ وَيُحْرَمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثُ ﴾ .

[الأعراف: ١٥٧] .

[٢] لعب الميسر وأثره على صحة الإنسان :

قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رَجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُونَ (٩٠) إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنتَهُونَ ﴾ .

[المائدة: ٩٠-٩١] .

وهكذا يبين ربنا - عز وجل - أهم أسباب تحريم الخمر والميسر ، وهي العداوة والبغضاء التي تتولد بين اللاعبين نتيجة المكسب والخسارة غير المشروعة والميسر هو القمار كما يصد الإنسان عن ذكر الله وإقامة الصلاة بالإضافة إلى أنه مضيعة للوقت والمال والصحة لأن لاعب الميسر عندما يكسب يفرح فرحاً شديداً أو يخسر فيحزن حزناً شديداً ، فهو في توتر نفسي دائم مما يؤثر على صحته فيصاب بالأمراض النفسية والعضوية ، كما سبق توضيحه ، كما أن المجتمع لا يستفيد من هذه الطاقة التي تُهدر بلا إنتاج مما يؤثر على اقتصاد البلد .

واجتماعياً يُهمل أسرته فلا يجد وقت لرعايتهم ولا مال للإنفاق عليهم وقد يدفعه هذا العمل إلى السرقة أو القتل .

[٣] العلاقات الجنسية المحرمة وأثرها على صحة الإنسان :

قال تعالى : ﴿ قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ

إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴿

[النور : ٣٠ - ٣١] .

فالمؤمنين مأمورين من قبل الله - عز وجل - بغض النظر وحفظ الفرج ، أما المؤمنات فبين مأمورات بغض النظر وحفظ الفرج ، بالإضافة إلى الحجاب الشرعي والقرار في البيت إلا لضرورة لأن الاختلاط يؤدي إلى النظر ، والنظر سبب من سبب إبليس ، في الخلوة المحرمة التي يحضرها إبليس .

قال ﷺ : « لا يخلون أحدكم بامرأة ؛ إلا ومعها ذي محرم » .

وقال ﷺ : « ما خلي رجل بامرأة أجنبية ، إلا كان الشيطان ثالثهما » .

وكل ذلك يؤدي إلى ذهاب الحياء ثم الرقوع في الفاحشة التي يفعلها مرتكبها في الخفاء حتى لا يفتضح أمره مما يجعله في توتر نفسي يؤثر على صحته تأثيراً خطيراً فتحدث الصدمات العاطفية التي تؤدي إلى الأمراض النفسية وقد تؤدي إلى الجنون ، كما تؤدي هذه العلاقات المحرمة إلى أمراض عضوية وخاصة التناسلية مثل السيلان والزهري وحديثاً ما يعرف بالإيدز وهو فقد المناعة المكتسبة ، وهكذا يكون عقاب ربنا في الدنيا ولعذاب الآخرة أشد .

قال تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا ﴿٦٨﴾ يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا ﴿٦٩﴾ ﴾ [الفرقان : ٦٨ - ٦٩]

وأما العلاقة الزوجية المشروعة تعطي الإنسان قوة في النفس والبدن وتسعده وتسعد من حوله من الأهل ويسعد بالذرية الصالحة كما تساعد على عفة النفس وطاعة الله عز وجل .

وللوصول إلى هذه النتيجة لابد من حسن اختيار الزوجة الصالحة والزوج الصالح لعلا ينتج عن هذه العلاقة المشروعة ما يعكس صفوها ويؤدي إلى الطلاق الذي بدوره يسبب الصدمات العاطفية كما سبق وتؤدي إلى تدهور صحة الإنسان .

قال ﷺ : « الدنيا متاع وخير متاعها المرأة الصالحة ، إذا نظر إليها سرته ، وإن أمرها أطاعته ، وإذا غاب عنها حفظته في ماله وعرضه » .
وقال ﷺ : « إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه ، إلا تفعلوا تكن فتنة وفساد كبير » .

[٤] أكل الميتة والدم ولحم الخنزير وتأثيرهما على الصحة :

قال تعالى : ﴿ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخَنزِيرِ وَمَا أُهْلٍ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ ﴾ [المائدة: ٣] .
والميتة هي التي ماتت قبل ذبحها والدم هو الدم المسفوح ، والمنخنقة هي التي ماتت مخنوقة ، والموقوذة هي التي ماتت بضربها بالعصى ، والمتردية هي التي وقعت من مكان شاهق أو غرقت ، وقد أثبت العلم أن الدم المسفوح مرتع خصب للجراثيم ، وكذلك إذا انحس في جسم الحيوان أو الطير فمات قبل تركيبه بالذبح ، والذبح بالطريقة الشرعية وهي أن يُقطع الشرايين دون فصل الرأس يجعل الجسم يتخلص من الدم تماماً فيصبح اللحم طاهراً من الجراثيم ، كما أن النفس السوية تعافه لذا حرم الله علينا أكله حفاظاً على صحة المؤمن ، كما أثبت العلم أن ذكر الله على الطير عند ذبحه يساعد على سكينته بعد الذبح مما يساعد على إخراج كل الدم ، وأما لحم الخنزير فقد ثبت أن لحمه يحمل جرثومة خطيرة تنتقل إلى الإنسان عند أكله فتسبب له حمى مع إسهال شديد ، كذلك يحتوي لحمه على الدودة الشريطية ، فتنقل إلى الإنسان عند أكله ، لهذه الأسباب حرم الله أكله وبيعته وحتى دهنه .