فصل فى: السواك

السواك ليس مجرد عود ، أوآلة يستعملها المسلم فى دلك فمه لتنظيفه وإزالة تغيّر رائحته ، وإنما هو فى حقيقته من العبادات القديمة التى يتقرب بها إلى الله ﷻ ، فقد استاك الأنبياء من قبل رسول الله ﷺ ، وهو سنة مؤكدة لمواظبة النبى ﷺ وحثّه عليه ، وترغيبه فيه ، وتسميته من خصال الفطرة.

والمسلم مطالب بأن يحرص دائما أن يكون فى غاية النظافة والجمال ، وأن يكون على أحسن هيئة ، وأطيب ريح ، وخاصة عند أداء العبادة ، حتى لا تتأذى الملائكة الموكلون بالأعمال بالريح الكريهه التى تنتج عن ترك السواك ، فهم يتأذون مما يتأذى به بنوا آدم.

وقد جاء فى الأثرعن على ﷺ وكرم الله وجهه أنه قال : إن أفواهكم طرق للقرآن ، فطيّبوها بالسواك [(١)] .

وهو مستحب فى كل الأحوال ، وعند كل الأعمال ، إلا بعد زول الشمس للصائم ولو نفلا ، فإنه يكره له.

ويحصل السواك بكل مايزيل القلح « صفرة الأسنان » من أراك أوغيره « كالفرشاة والمعجون » مما لايجرح الفم ولا يضره ، ولايتفتت فيه ، لكن الأراك أولى من غيره لما فيه من طيب وريح وتشعير يخرج وينقّى ما بين الأسنان ، ويزيل ماتعلق بها من رائحة كريهة .

---

(١) أخرجه ابن ماجه ، كتاب الطهارة ، باب السواك ١/ ١٠٦(٢٩١) وفي الزوائد : « إسناده ضعيف » ا.هـ .

وللسواك فوائد وفضائل عظيمة من أهمها : أنه يطهر الفم ، ويقى الأسنان ويبيّضها ويزيل قلحها ، ويطيّب النكهة ، ويشدّ اللّثة ، ويقطع البلغم ، ويجلوا البصر ، ويصفى الصوت ، ويذكى الفطنة ، ويعين على هضم الطعام ، ويدرّ البول ، ويسكن الصداع ووجع الأسنان .

ومن فوائده أيضا أنه مع كثرة وطول استعماله يساعد على الإقلاع عن بعض العادات السيئة كالتدخين ، ومص الأصابع عند الصغار.

وإليك بعضا من أقوال علماء الطب فى فوائد السواك الصحية :

مادة السنجرين الموجودة بالسواك ، مادة قوية ، تساعد على الفتك بالجراثيم ، وإيقاف النزيف ، كما أن السواك له طعم يسبب زيادة إفراز اللعاب الذي يساعد على تنظيف الأسنان ، وعلى قتل الجراثيم . وفي السواك مادة قلوية لها تأثير مفيد للفم . وقد أعلن د .كينيث : إن السواك يحتوي على مادة تمنع النخر السني .ويوجد بالسواك مادة عطرية زيتية يطيِّب بها الفم ، وتقاوم رائحته الكريهة ، إن وجدت ويكسبه رائحة زكية .

وقد قام علماء الطب الحديث بإجراء أبحاث على الأراك وتوصلوا إلى النتائج الآتية :

١ ــ يحتوي السواك على العفص « حمض تينيك » ولهذه المادة تأثير مضاد للتعفنات ، كما أنه يعتبر مطهرا ، وله استعمالات مشهورة ضد نزيف الدم ، كما يطهر اللثة والأسنان ويشفي جروحها الصغيرة ويمنع نزف الدم منها.

٢ ـ يوجد في السواك مادة لها علاقة بالخردل ، وهي عبارة عن جليكوزيد ، وهذه المادة لها رائحة حادة وطعم حراق ، وهو مايشعر به الشخص الذي يستعمل السواك لأول مرة ، وهذه المادة تساعد على الفتك بالجراثيم .

٣ ــ إن تركيب هذا النبات هو ألياف حاوية على بيكربونات الصوديوم ، وبيكربونات الصوديوم هي المادة المفضلة لاستعمالها في المعجون السني « الصناعي » من قبل مجمع معالجة الأسنان التابع لجمعية طب الأسنان الأمريكية ، يستعمل كمادة سنية وحيدة تقي من العضويات المجهرية التي تفرز في الأسنان .

٤ ــ إن السواك يحتوي على مادة تمنع تسوس الأسنان ، وقد ذكر ذلك أكثر من باحث في بحوث أعدت عن الأراك ، وقد أكدوا على وجود مواد قاتلة للميكروبات في هذا السواك .

لو نظر إلى السواك لوجد أنه يتكون كيميائيا من ألياف السيليلوز وبعض الزيوت الطيارة وبه راتنج عطري وأملاح معدنية أهمها كلوريد الصوديوم وهو ملح الطعام وكلوريد البوتاسيوم وأكسالات الجير ، فلو نظر إلى تحليل السواك لوجد أنه فرشاه طبيعية قد زودت بأملاح معدنية ومواد عطرية تساعد على تنظيف الأسنان ، أو بمعنى آخر كأنها فرشاه طبيعية زودها الله تعالى بمسحوق مطهر لتنظيف الأسنان ومنع تسوسها.

وقد قامت عدة شركات بتحضير معاجين أسنان من جذور وعروق شجرة الأراك ، بدون إضافة أي مواد كيمياوية أخرى قد تكون لها بعض الآثارالجانبية الأخرى ، فتأكد وجود مواد قاتلة لجراثيم الفم الضارة التي تسبب التهابات اللثة وتسوس الأسنان في هذه المعاجين المحضرة من الأراك.هذا بعض ما ذكره علماء الطب ، كما ذكرالأطباء أن إهمال نظافة الفم والأسنان ينشأ عنها حالات مرضية .

ومن أراد التوسع في هذا فليرجع إلى الكتب المؤلفة في هذا الشأن [١] .

(١) من الكتب الطبية على سبيل المثال : السواك ، تأليف الدكتور محمد على البار ، الناشر:دار المنارة للنشروالتوزيع ، جدة ، مكة ، السواك والعناية بالأسنان ، تأليف الدكتور عبد الله عبد الرزاق السعيد ، الناشر : الدارالسعودية ، جدة .

وفوق ذلك كله فهو اتباع للنبى ﷺ ، ومن ثم فهو يرضى الرب ، ويعجب الملائكة ، ويسخط الشيطان ، ويضاعف الأجر ، ويكثر الحسنات ، ويزيد ثواب الصلاة. ولعظم هذه الفوائد الدنيوية والأخروية كاد النبى ﷺ أن يلزم أمته بالسواك عند كل وضوء أوصلاة .

فلنحرص على السواك للفوز بما أشارت إليه الأحاديث النبوية من هذا الأجر العظيم .

ثواب استعمال السواك

السواك مرضٍ لله ﷻ :

(٦٤) أَخْبَرَنَا حُمَيْدُ بْنُ مَسْعَدَةَ ، وَمُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الْأَعْلَى ، عَنْ يَزِيدَ وَهُوَ ابْنُ زُرَيْعٍ قَالَ : حَدَّثَنِي عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ أَبِي عَتِيقٍ قَالَ : حَدَّثَنِي أَبِي قَالَ: سَمِعْتُ عَائِشَةَ ، عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ : « **السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ** » (١) .

(٦٥) حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ عَمَّارٍ ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ شُعَيْبٍ ، حَدَّثَنَا عُثْمَانُ بْنُ أَبِي الْعَاتِكَةِ ، عَنْ عَلِيِّ بْنِ يَزِيدَ ، عَنِ الْقَاسِمِ ، عَنْ أَبِي أُمَامَةَ ، أَنَّ رَسُولَ الله ﷺ قَالَ : « **تَسَوَّكُوا فَإِنَّ السِّوَاكَ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ، مَاجَاءَنِي جِبْرِيلُ إِلاَّ أَوْصَانِي بِالسِّوَاكِ حَتَّى لَقَدْ خَشِيتُ أَنْ يُفْرَضَ عَلَيَّ وَعَلَى أُمَّتِي وَلَوْلاَ أَنِّي أَخَافُ أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لَفَرَضْتُهُ لَهُمْ وَإِنِّي لأَسْتَاكُ حَتَّى لَقَدْ خَشِيتُ أَنْ أُحْفِيَ مَقَادِمَ فَمِي** » (٢) .

فاستعمال السواك ينظف الفم وينقّيه ، فيقبل العبد على مناجاة ربه برائحة زكية ، فيرضى عنه ويقبل منه عبادته ، ويكثر له الأجر والمثوبة ، ولو لم يرد في السواك إلا أنه مرضاة للرب لكفى ، إذ المسلم مأمور بفعل ما يرضي ربه ﷻ .

---

(١) أخرجه النسائى ، كتاب الطهارة ، باب الترغيب فى السواك ١/ ١٠ (بشرح الحافظ جلال الدين السيوطى وحاشية الإمام السندى) .وقال الألبانى - كما فى المشكاة ١ / ٨٢ : صحيح . ا.هـ .
والمطهرة كل إناء يتطهر به ، شبه السواك بها لأنه ينظف الفم ، والطهارة النظافة. وقوله ﷺ : « **مرضاة للرب** » قال العلماء : الرب بالألف واللام لا يطلق إلا على الله تعالى ، بخلاف رب ، فإنه يضاف إلي المخلوق فيقال : رب المال ، ورب الدار ، ورب الماشية .

(٢) أخرجه ابن ماجه ، كتاب الطهارة وسننها ، باب السواك ١/ ١٠٦(٢٨٩) وفي الزوائد : « إسناده ضعيف » ا.هـ .

مضاعفة أجر الصلاة بالسواك عن غيرها بدونه :

(٦٦) حَدَّثَنَا يَعْقُوبُ قَالَ : حَدَّثَنَا أَبِي ،عَنِ ابْنِ إِسْحَاقَ قَالَ : وَذَكَرَ مُحَمَّدُ بْنُ مُسْلِمِ ابْنِ شِهَابٍ الزُّهْرِيُّ ، عَنْ عُرْوَةَ بْنِ الزُّبَيْرِ ، عَنْ عَائِشَةَ زَوْجِ النَّبِيِّ ﷺ ، عَنْ النَّبِيِّ ﷺ أَنَّهُ قَالَ : « **فَضْلُ الصَّلَاةِ بِالسِّوَاكِ عَلَى الصَّلَاةِ بِغَيْرِ سِوَاكٍ سَبْعِينَ ضِعْفًا** » (١) .

(..) وفى رواية عنها أيضا عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ : « **رَكْعَتَانِ بِسِوَاكٍ أَفْضَلُ مِنْ سَبْعِينَ رَكْعَةً بِغَيْرِ سِوَاكٍ** » (٢) .

فاحرص على استعمال السواك ، اتباعا لسنة رسول الله ﷺ .

(١) أخرجه الإمام أحمد فى المسند ٦/ ٢٧٢ . وقال الهيثمى فى المجمع ٢/ ٩٨ : « رواه أحمد والبزار وأبو يعلى وقد صححه الحاكم » ا.هـ .

(٢) أورده الهيثمى فى المجمع ٢/ ٩٨ وقال : « رواه البزار ورجاله موثقون » ا.هـ .