

## الفصل الخامس عشر

### العبادات العملية وأثرها الصحي على الأبدان وأحكام الضرورات في المعالجات

#### البحث الأول:

#### الرياضة البدنية محققة في أداء العبادات

قال الرسول الكريم عليه الصلاة والسلام: «المؤمن القوي خيرٌ وأحبُّ إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كلِّ خيرٍ، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز»<sup>(١)</sup> وهو يدل على أن المراد عموم القوة لا قوة الدين فحسب. ومن أنواع القوى: قوة الجسم التي يُحافظ عليها باتباع التعاليم الصحيّة التي تقي الأجهزة البدنية والحواس من الأمراض ساريةً كانت أم غير سارية. وتُنمى القوة الجسدية بالعمل العضلي والرياضة البدنية.

إنّ أول تخطيط في الإسلام لدعم رياضة البدن هو احتواء الصلاة والحج - وهما من أركان الإسلام -، على رياضة بدنية إضافة إلى التواحي التعبدية الروحية، والراحة النفسية من هموم الدنيا ومشاغلها بالتوجه إلى الله تعالى بالعبادة والعمل الصالح.

لقد اعتنى الإسلام بالرياضة الغريزية وسبق في نشر بعض حركاتها «العالم الشاعر لينغ السويدي» بأربعة عشر قرناً!! وبما أنّها تصلح للصغير والكبير والرجال والنساء، فقد قرن تلك الحركات مع التكبير والدعاء والتسبيح والتحميد

(١) صحيح مسلم برقم ٢٦٦٤.

والتّمجيد في صورة صلاة المسلمين التي تضمّ وقوفاً وركوعاً وسجوداً وعوداً ونُهوياً وسلاماً، يُؤدّيها المسلم خمسَ مرّاتٍ يومياً أو أكثر، فيكتسب بذلك نشاطاً لجسمه واستجماماً لفكره. ومن سننِ الصّلاة أن تُؤدّى أركانها بأوضاع صحيحة تقي من الأوضاع المعيبة الضارّة بقوام الإنسان. وفي البحث التّالي سأذكر أهمّ فوائد الصّلاة.

ويحتوي الحجّ في شعائره إلى جانب الحِجَم التّعبدية الروحية والفوائد الاجتماعية أعمالاً عضلية في مشيٍ وسعيٍ ورملٍ، وذلك في الطّواف والسّعي، والوقوف في عرفة وطواف الإفاضة منها، ورمي الجمار، والإكثار من العبادات وخاصة الصلاة وتلاوة القرآن العظيم التي تكسب العقل والفكر الوعي والإدراك.

إنّ قوة الجسم هي إحدى أنواع القوى التي يجب أن تعدّها الأمة لجهاد أعدائها وتحرير أراضيها ونصرة الحق والمظلومين. وفي إعداد القوى إرهاب للأعداء والمنافقين والخائنين، قال تعالى: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تظَلُمُونَ﴾<sup>(١)</sup>.

ولذا رغب رسول الله ﷺ بأنواع من الرياضة التي تضم إلى قوّة الجسم قوّة حربية أخرى تزيد الأمة في استعدادها للجهاد والكفاح.

من أنواع الرياضة ذات الفائدة العسكرية: التّدريب على الرّماية والاختلاف بين مكان التّربص وبين الهدف، قال رسول الله ﷺ: «وأعدّوا لهم ما استطعتم من قوّة، ألا إنّ القوّة الرّمي، ألا إنّ القوّة الرّمي، ألا إنّ القوّة الرّمي»<sup>(٢)</sup>.

ولا تزال رماية السّهم من أنواع الرياضة التي تستدعي تحريك عضلات الجسم في شدّ السّهم عن القوس والسّعي لانتزاع السهم من الدّريئة والعودة به

(١) سورة الأنفال، الآية: ٦٠.

(٢) أخرجه مسلم في الإمارة، باب فضل الرّمي.

إلى مكان التّربّص، ولذا قال الرّسولُ عليه الصّلاة والسّلام: «ستفتح عليكم أرضون، ويكفيكم الله، فلا يعجز أحدكم أن يلهو بأسهمه»<sup>(١)</sup>.

ومن أنواع الرّياضة: الفروسية، أو رياضة ركوب الخيل. ولذا قرّنها الرّسول عليه الصّلاة والسّلام مع الرّماية، التي تطوّرت كما تطورت وسائل الركوب، في قوله: «ارْمُوا وَاذْكَبُوا، وَلَأَنْ تَرْمُوا أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَنْ تَرْكَبُوا، كُلُّ مَا يَلْهُو بِهِ الْمُسْلِمُ بَاطِلٌ إِلَّا رَمِيَهُ بِقَوْسِهِ، وَتَأْدِيبُهُ فَرَسَهُ، وَمُلَاعَبَتُهُ أَهْلَهُ، فَإِنَّهِنَّ مِنَ الْحَقِّ»<sup>(٢)</sup>.

### الصّلاة عبادة ورياضة للنفس والبدن:

تُعتبر صلاة المسلم في الدّرجة الأولى عبادةً روحيةً بدنيةً! وهي صلةٌ بين العبد وربّه، وسببٌ في رقيه في مدارج الإيمان والإحسان بمقدار حضور قلبه وفكره وخشوعه، وسبب في تمكنه في مكارم الأخلاق، وبعده عن الفحشاء والمنكر ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾<sup>(٣)</sup>. ويجني المصلّي إلى جانب تلك الثمرة الروحية التّعبديّة ثمراتٍ شتى اجتماعية وصحيّة من طهارة وعملٍ عضليّ بطيءٍ رتيبٍ، وتربية على النّظام والطّاعة والائتلاف!

### الفوائد البدنية من الصّلاة:

إنّ الالتزام بأداء الصّلواتِ دافعٌ إلى النّظافة والطّهارة؛ لأن من شروط الصّلاة طهارة المصلّي من الحَدَثِ، وطهارةً بدنيه وثيابه ومكانِ صلاته من الحَبَثِ. وفي الصّلاة عملٌ عضليّ معتدل. والعمل العضلي يُنشّط العضلات العاملة نفسها، ويُنشّط البدن كلّهُ لدعوته العمل في جهازي الدوران والتّنفس، وتنشيطه التغذية والإفراغ، فتستفيد من ذلك جميع أعضاء البدن. أضف إلى ذلك أن حركات الركوع والسجود والنّهوض فيها تزيد في نشاط الدّورة الدّمويّة في

(١) رواه مسلم في الإمارة، باب (فضل الرمي).

(٢) رواه الترمذي في الجهاد، وقال: حسن صحيح.

(٣) سورة العنكبوت، الآية: ٤٥.

الدماغ أكثر من مجرد العمل العضلي، كما أنها تُنبئ الحركات الحيوية المعوية مما يُساعد على نشاطها ومكافحة الإمساك، وفي القراءة أثناء الصلاة وفي الانتقال من ركنٍ إلى ركنٍ رياضة مُقوية لعضلات التنفس والبطن، كما أنها تزيد في سعة الصدر.

ويستفيد المصلّي من حركات الصلاة وفي اتخاذ الأوضاع القويمة أثناء أداء الصلاة، والانتقال من ركنٍ إلى ركنٍ، ويستفيد فائدة التمرين الرياضي وتقوية العضلات الباسطة للعمود الفقري، وفائدة إصلاح الأوضاع المعيبة من جهة ثانية.

وبناء على ذلك تُعتبر الحركات والأوضاع الخاصّة في الصلاة من الرياضة الغريزية، يحني ثمرتها المصلّي، مع أنه يُؤدّي تلك العبادة بنية طاعة أمر الله تعالى، طلباً لمرضاته وتقرباً إليه. وبما أنّ الرياضة الغريزية والسويدية تصلح للصغير والكبير والرجال والنساء، فقد جعلها الله تعالى الحكيم الخبير مع التكبير والدعاء والتسبيح والتحميد، في صورة صلاة المسلمين يؤديها المسلم خمس مراتٍ يومياً، موزعةً على النهار والليل، ويعتادها من صغره فتكون رياضة صالحة لعضلات جسمه ومفاصله، ومقومةً ومنشطةً لبدنه، وأفضل مهذب لروحه ونفسه، من نشأته إلى شيخوخته.

وإذا كان الجسم بحاجة إلى المزيد من الرياضة الغريزية فإنّ باب التنفّل في الصلوات مفتوح، بل ومستحبّ في أكثر الأوقات، أي فيما عدا أوقات الكراهة المحدودة التي تذكرها كتب الفقه، ويوضحها الفقهاء. قال رسول الله ﷺ: «الصلاة خير موضوع، فمن شاء استقلّ، ومن شاء استكثر»<sup>(١)</sup>.



(١) رواه الإمام أحمد والبخاري، ورواه ابن حبان في صحيحه، وهو في صحيح الجامع الصغير برقم ٣٨٧٠، وإسناد حسن.

**البحث الثاني:****الصلاة وفوائدها النفسية والاجتماعية**

تعد الطمأنينة النفسية من فوائد الصلاة المؤداة بأدابها الفكرية والنفسية المتقدمة عليها من استغفار ورهبة ورغبة، والمرافقة لها من حضور وتدبر. وتساعد هذه الطمأنينة مع الالتزام بتعاليم الإسلام في الوقاية من الاضطرابات النفسية التي قد تؤول إلى أمراض نفسية. وقد رأينا بعضاً من تلك التعاليم في بحث «الوقاية من الأمراض النفسية في هدي الإسلام».

إن المصلي في محاولته طرد الخواطر الدنيوية عن ذهنه، وفي محاولته تركيز انتباهه إلى تدبر معاني ما يتلو من سور وآيات وتعقلها وتعقل موقفه بين يدي الله تعالى واتجاهه إليه بالتكبير والتسبيح والحمد والثناء عليه سبحانه، إنه بذلك يتعد عن المشاغل والهموم الدنيوية، وعن الانفعال بما يمرضه نفسياً في خضم حياته اليومية، فيقترب بذلك من الطمأنينة النفسية بمقدار ما يتدبر ويعقل ويخضع، ولذا «كان رسول الله ﷺ إذا حزّ به أمرٌ صَلَّى»<sup>(١)</sup>.

وكان يقول: «قُمْ يا بلال فأرحنا بالصلاة»<sup>(٢)</sup>. ولقد كانت الصلاة قُرّة عين النبي عليه الصلاة والسلام فقد قال: «حُبِّبَ إِلَيَّ من دنياكم النساء والطيب، وجُعِلت قُرّة عيني في الصلاة»<sup>(٣)</sup>. فالصلاة سكنٌ وطمأنينةٌ وراحةٌ نفسيةٌ وقرّة عين كل مؤمن بمقدار ما يعقل من صلاته وما يتدبر فيها من آيات وأذكار ودعاء.

وبعد أن يحظى المسلم بالفائدة النفسية للصلاة ويحسُّ بالصلة الروحية مع الله تبارك وتعالى، فإنه ترق مشاعرُهُ وتتلطف عواطفه وتسمو نفسه، فيميل إلى التوبة والاستغفار والعزم على ترك الفواحش والمنكرات، ومنها إيذاء الناس، وعلى التمسك بالفضيلة ومكارم الأخلاق، وعلى الأمانة والاستقامة كما أمر

(١) رواه الإمام أحمد ج ٣٨٨/٥. وأبو داود في الصلاة، باب (وقت قيام النبي ﷺ).

(٢) رواه أبو داود في الأدب، باب (في صلاة العتمة).

(٣) صحيح الجامع الصغير، رقم ٣١٢٤.

الله . فسلوك المصلّي شاهد وكاشف لحقيقة صلاته . فإن كان بعيداً عن جادة الصّواب والتّقوى في أخلاقه وتعامله علمنا أنّ صلاته لم تكن صلة قرب مع الله ﷻ ، قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾<sup>(١)</sup> . فلا بدّ من بيان برهان الصّدق في العبادة والصّلاة في الخلق والأدب والسلوك .

### البحث الثالث:

#### الصّيام والصّحة النفسيّة والفكريّة

إنّ العلاقات المتبادلة بين الجسم والنفس أمرٌ مسلمٌ به طبيّاً . وكما أن للصّيام فوائد صحيّة جسمية ، فإن له فوائد صحيّة نفسية أهمّها :

١ - تنمية الإخلاص في النّفس لله تعالى ، فجميع العبادات المفروضة عنلية ظاهرة للعيان إلّا الصّيام فإنّه سرٌّ بين العبد وربّه ، لا رقيب على الصّائم في صدق تفيذه إلّا النّية الخالصة ، والرّغبة الصادقة في إرضاء الله تعالى .

قال رسول الله ﷺ: «قال الله تعالى: كلُّ عملِ ابنِ آدمَ له إلّا الصّيامَ فإنّه لي وأنا أجزي به!..»<sup>(٢)</sup> .

٢ - زوال البطر عند الجوع وكسر حِدّة شهوات المعاصي؛ إنّ البطرَ والفرحَ والأشَرَ هو مبدأ الطّغيان والغفلة عن الله ﷻ ، فلا تنكسر النّفس ولا تذلل بشيء كما تذللّ بالجوع ، فعنده تسكن لربّها وتخضع له . أضف إلى ذلك أن الصّوم يُخفّف من توفز الجهاز العصبي الودي ويهدئه .

وبما أنّ المادة الأساسيّة للقوى والشّهوات هي الأطعمة ، فتقليلها والصّيام عنها يضعف كل شهوة وقدرة ، ويُساعد الصّائم على السيطرة على نفسه إذا أمرته بسوء وإلزامها حدود الإسلام .

(١) سورة العنكبوت، الآية: ٤٥ .

(٢) رواه البخاري ومسلم في صحيحهما .

ويدعم الجوع في كسر حدة الشهوات مراقبة الصائم لله تعالى واستشعاره أنه في عبادة له سبحانه، فإن ذلك يصرفه عن التفكير في المعاصي والجنس والفواحش ويلزمه بغض النظر.

فإن تأمل الجنس والتفكير فيه يسبب زيادة إفرازات الهرمونات الجنسية، وبالتالي زيادة الرغبة - الشهوة - الجنسية. ولأن الرغبة الجنسية عند الشباب أقوى وأشد، فأوصى رسول الله ﷺ الشباب بالصوم في غير رمضان أيضاً فقال: «يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم، فإنه له وجاء»، أي فمن لم يكن قادراً على المهر والنفقة والقيام بالحقوق الزوجية، فإن الصوم له وقاية تشبه الإحصاء حيث يخفف من شهوته كما يحول دون ارتكابه الفاحشة بآثاره الروحية.

٣ - صفاء الذهن لأن كثرة الأكل والشرب يعقبا كسل في الجسم وبلادة في الفكر، وميل إلى النوم، وقد يحدث في بدء الصوم تهيج عصبي ولكن يعقب ذلك شعور بالضعف.

٤ - تقوية الإرادة وترويض النفس على الصبر والتكيف على قلة الطعام والتخلي عن سيطرة العادات، حيث يترك الصائم كثيراً مما اعتاده من منوال الحياة اليومية مثل: أوقات الاستيقاظ والنوم والأكل والشرب والعمل والراحة فلا تسيطر عليه عادة.

ويصبر على الجوع والعطش. والصبر عنصر ضروري لنجاح الفرد والأمة في بلوغ الغايات. وفيه قد ورد: «الصوم نصف الصبر» و«الصبر نصف الإيمان».

٥ - إيقاظ الشعور المشترك في صفوف الأمة، حيث يذوق الغني والفقير معاً آلام الجوع ومرارة العطش، فيتحرك العمل في المجتمع على مكافحة الجوع وعلى مد يد المعونة للمعوزين. وقديماً قيل: إن الشبعان ينسى الجوع والجائعين.

## البحث الرابع:

## الصيام تقوى ووقاية

يُؤدّي المؤمنُ فريضةَ الصّيام عبادةً لله وطاعةً له وتقوى، ابتغاءً لمرضاته واتقاءً لسخطه، وهو في هذا التّنفيد يستفيد لصحة جسمه ونفسه.

وللعبادات المؤدّاة كما يريد الإسلام آثار حميدة وثمرات طيبة تظهر على صاحبها في سلوكه وعلاقاته بمجمّعه، فإن لم تظهر تلك الآثار والثمرات دلّ ذلك على أنّه كان في صورة العبادة لا في حقيقتها، وفي ضعفها إشارة لضعف عبادته وتقواه لله سبحانه.

إنّ الصّيام جنةٌ أي وقاية بين المسلم وبين ما يؤذي حياته الرّوحية والبدنية والتّفسيّة عاجلاً وآجلاً. وهو وسيلة إلى الزيادة في تقوى الله تعالى. قال الله سبحانه: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لِمَلِكُمْ تَنْقُونَ﴾ (١).

وقال رسوله الكريم ﷺ: «الصّيامُ جنةٌ، فإذا كان أحدكم صائماً فلا يرفث - أي لا يفحش في القول - ولا يجهل - أي لا يسفه - فإن امرؤ قاتله أو شاتمهُ، فليقل: إني صائم، مرتين» (٢).

قال الإمام الغزالي في كتاب «إحياء علوم الدّين» في كتابه الصّوم: الصّوم ثلاث درجات: صومُ العموم، وصومُ الخُصوص، وصومُ خُصوص الخُصوص. أمّا صوم العموم فهو كفّ البطن والفرج عن قضاء الشهوة. وأمّا صوم الخُصوص فهو كفّ السّمع والبصر واللّسان واليد والرّجل وسائر الجوارح عن الآثام. وأمّا صومُ خُصوص الخُصوص فصومُ القلب عن الهمم الدّنية والأفكار الدّنيوية، وكفّه عمّا سوى الله ﷻ بالكلية.

(١) سورة البقرة، الآية: ١٨٣.

(٢) رواه البخاري برقم ١٨٩٤.

إن أصحاب كلٍّ من المرتبتين الثانية والثالثة يزيدون على صوم المرتبة الأدنى طاعاتٍ وتقوى، وليس معناه الاقتصار عليه دونه، وإلا صار صوماً باطنياً، وهو باطل بلا ريب.

وإن الصيام الذي لا يحقق معناه الإلهي فلا يشعر الصائم بأنس عبادته تعالى، ولا يفتح قلبه لكثرة ذكر مولاه والقيام بما أوجبه، والذي يُحقّق معناه الإنساني فلا يُهدّب نفس الصائم ولا يُقوّم أخلاقه ولا يروّضه على الصبر وتحمل المشاق، والذي لا يُحقّق معناه الصحي فلا يكون حميةً أو علاجاً لإسرافٍ في الطعام والشراب، إنّه صورة الصّوم لا حقيقته، والعيب في ذلك على المسيء في صيامه لا في الصيام نفسه.

قال رسول الله ﷺ: «ليس الصيام من الأكل والشرب، إنّما الصيام من اللغو والرّفث، فإنّ سابك أحدٌ أو جهل عليك فقل: إني صائم إني صائم»<sup>(١)</sup>.

وقال عليه الصلاة والسلام: «رُبّ صائمٍ ليس له من صيامه إلا الجوع، ورُبّ قائمٍ ليس له من قيامه إلا السهر»<sup>(٢)</sup>.

وقال عليه الصلاة والسلام: «مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ فَلَيْسَ اللَّهُ حَاجَةً فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ»<sup>(٣)</sup>.

فعلى المسلم أن يلحظ في صيامه الحكَمَ الرّوحيّة والتّفسية والجسمية، وأن يُطبق التعليمات المتعلقة بها ملتزماً بالاعتدال في الطعام والشراب، وبذلك يحظى بالثواب الكامل والفوائد الجمّة.



(١) أخرجه الحاكم في المستدرک ج ١ / ٤٣٠، وصححه. وأقره الذهبي على تصحيحه.

(٢) صحيح الجامع الصغير برقم ٣٤٨٨.

(٣) صحيح البخاري برقم ١٩٠٣.

**البحث الخامس:****الصيام وفوائده الصحية على النفس الإنسانية**

لقد ذكرنا في بحث [الاعتدال في الطعام والشراب] فوائد الاعتدال ومضار الإسراف.

فإذا خرج المسلم عن ذلك الاعتدال في معظم أيامه فإنه بصيامه، إذا التزم الاعتدال في طعامه وشرابه، يُخفّف من مضارّ السرف السابق ويحقق له الفوائد الصحية الجسمية التالية:

١ - إنه يخفف العبء عن جهاز الدوران، وخاصة في فترة الصيام بعد هضم طعام السحور حيث تهبط في الدم نسبة الدسم وحمض البول، فيساعد ذلك في الوقاية من ارتفاعهما. وارتفاع دسم الدم عامل يُساعد على تصلّب الشرايين. وارتفاع حمض البول «أسيد يوريك» قد يسبب مرض النقرس الذي يتظاهر بألم في بعض المفاصل وخاصة في إبهام القدم لترسّب ذلك الحمض عليها، وقد يُسبب حصيات بولية.

٢ - إنه يريح الكليتين وجهاز البول بإقلاله فضلات استقلاب الأغذية المنطرحة عن طريق هذا الجهاز.

٣ - إنه الحلّ السليم للتخلّص من البدانة ومما تساعد عليه من أمراض، والوقاية من البدانة أسهل من علاجها.

يقول الدكتور العالمي «أليكس كاريل» الحائز على جائزة نوبل في الطبّ والجراحة في كلامه عن الصيام في الأديان: «إنّ سكر الكبد، سيتحرك ويتحرك معه أيضاً الدهن المخزون تحت الجلد وبروتينات العضل والغدد وخلايا الكبد وتُضحّي جميع الأعضاء بمادتها الخاصة للإبقاء على كمال الوسط الداخلي وسلامة القلب، وإن الصوم لينظف ويبدّل أنسجتنا».

تلك الفوائد التي عددها للصيام هي للسليم والمريض بأمراض تستفيد من

الصيام. وسيأتي ذكر الأمراض، والحالات التي تُبيح الفطر حفاظاً على صحة الإنسان ووقايته من المرض أو من اشتداده أو تأخر بُرئه.

## البحث السادس:

### الأمراض المبيحة للفطر

الأصل في إباحة الفطر للمريض قوله تعالى: ﴿وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ﴾<sup>(١)</sup>.

فإذا مرض الصائم أو خاف بالصوم زيادة المرض، أو تأخر البرء، أو حصول مشقة شديدة لا تُحتمل عادة؛ جاز له الفطر في المذاهب الأربعة، وعليه القضاء بعد الشفاء التام وعودة القدرة على الصيام. وزاد الحنابلة أنه يُسن له الفطر في هذه الأحوال، ويكره له الصوم. أما إذا مرض وغلب على ظنه الهلاك بسبب الصوم أو الضرر الشديد في عضو من أعضائه أو جهاز من أجهزة جسمه وجب عليه الفطر.

ولا يجب على المريض إذا أراد الفطر أن ينوي به الترخيص عند غير الشافعية، وقال الشافعية يجب عليه أن ينوي بفطره الترخيص وإلا كان أثماً. ولو كلف المريض نفسه وصام صحَّ صومه.

ويدخل بالتعريف السابق للمريض المبيح للفطر تلك الأمراض التي لا تزيد بالصوم ولا يؤخر شفاءها، ولكن يطيل مدة النّقه، فالصوم أو الفطر ثم القضاء جائزان، لأنّ الضعف العام والوهن الذي يخلفه المرض يعتبر مرضاً، فإطالة مدة النّقه معناها إطالة مدة المرض.

وكما تتفاوت الأمراض في شدتها وتأثيرها على صحة الجسم فإنها تتفاوت

(١) سورة البقرة، الآية: ١٨٥.

في أثر الصيام عليها بسبب تباعد أوقات الطعام، وقلة الوارد ومقاومة الجسم، وبحسب طريق إدخال الدواء، ولذا يلجأ المسلم المريض إلى الإفطار في رمضان بناء على إخبار طبيب مؤمن ثقة، أو بناء على تجربة سابقة وتأثره من الصيام، أو على غلبة ظنه لدى استفتاء قلبه الخاشع الواعي لدى فقدان ذلك الطبيب.

قال الرسول الأعظم صلوات الله عليه: «استفت قلبك وإن أفتاك الناس وأفتوك»<sup>(١)</sup>.

القسم الأول: أمراض تشتد الحاجة فيها إلى الغذاء:

١ - كالعلل الحادثة بنقص التغذية، حيث تقل فيها المواد المولدة للحرور والبروتينات، إمّا بسبب قلة الوارد، أو بسبب سوء الامتصاص، ولذا فهو يبدو في جملة حالات مرضية من شواشات عصبية نفسانية تؤدي إلى توقف العمل في أنبوب الهضم.

٢ - والطفالة الناجمة عن اضطراب التغذية وعوز الفيتامينات حيث يمكن إصلاح الخلل بالتدبير الغذائي الملائم.

٣ - وقصورات الكبد الشديدة وتشمعاته؛ حيث تحتاج إلى حمية غنية جداً بالمواد السكرية، ما لا يقل عن /٣٠٠ - ٤٠٠غ/ تصل في تشمع الكبد إلى /٥٠٠غ/ مع إعطاء مقادير كافية من المواد البروتينية لتنشيط تعمّر الخلايا الكبدية /٨٠ - ١٢٠غ/ تصل في تشمع الكبد إلى ٢٠٠غ أو أكثر/ هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن الكبد المقصرة ترهق بتوزيع الطعام على وجبتين فقط كما في الصيام.

٤ - وأمراض ينقص فيها سكر الدم: كما في داء أديسون، وداء سيموندس، وتناذر شيهان.

٥ - والداء السكري الذي لا تفي الحمية وحدها في علاجه، وخاصة إذا

(١) صحيح الجامع الصغير، رقم ٩٤٨.

كان المريض هزيلاً أو في طور التّم، أو كان الداء شديداً، فإن الحمية التي يصفها الطبيب مع العلاج واجبان. وإن الصّيام في مثل هذه الحالات قد يُوقع المريض الآخذ للأنسولين في حالة نقص سكر الدّم. كما أنّ عهد التّم وحالة الهزال يتطلبان تغذية إضافية.

٦ - وفرط نشاط الدّرق: حيث تقتضي حماية الأعضاء والنّسج، التي تتأثر عادة من زيادة هرمون الدّرق الجائل، باتّباع تدبير غذائي يشتمل على المقدار الوافر من الحرور بالإضافة إلى الفيتامينات والمزيد من الكالسيوم لسدّ حاجات البدن الزائدة، والإعاضة عن وافر ما يُطرح بالبول من الكالسيوم.

٧ - البرداء: يستريح المريض أثناء النوبة راحة تامّة، ويُحمى على السوائل، ويجب ألا يطول زمن هذه الحمية السائلة بل يشرع بتغذية المريض منذ نزول الحرارة خوفاً من الوهن وفقر الدّم خاصّة في البرداء المزمنة.

٨ - هبوط الضّغط الدّموي: فإن المصاب به تزيد حاجته إلى التغذية، وبصيامه يكون عرضة للإغماء أو للدّوخة.

٩ - أمراض مزمنة غير ما ذكرت، تُؤدّي إلى النحول، وفاقة الدّم، وقد يُسيء إليها نقص الغذاء، فالفطر معها مباح في رمضان. كايضااض الدّم مثلاً، ويُلاحق بذلك الأمراض التي تطول كالتسلّ والحُمى المالطية، وكذلك الضّعف العام الشديد.

١٠ - التّقه من الأمراض الحادة وخاصة الحميات.

القسم الثاني: أمراض تشتد فيها الحاجة إلى الماء:

يوفر للمريض عن طريق الإكثار من السّوائل والماء الطبيعي، أو المياه المعدنية، أو عن طريق زرق المصول. من هذه الأمراض التالية الذّكر:

١ - التّجفّف أو نقص التميّة: يعني به الحالة التي ينقص فيها حجم سوائل البدن، وأخصها حجم السائل خارج الخلايا، الأمر الذي يبدو في حالات مرضية عديدة كالإسهالات المزمنة والتزوف الغزيرة والأقياء العديدة والحروق

المتسعة. فعلى المريض أن يعوض السوائل التي يفقدها، بل إن الطب يصف له زرق المصول ليعوّض عن الماء والأملاح الضائعة.

٢ - الحميات عامة، وقسم من الإنتانات: كإنتانات الدم والرثية المفصلية الحادة والحُمى التيفية، وحمرة الوجه والنزلات المعوية التي يصحبها إسهال. حيث يجب الإكثار من إعطاء السوائل للمريض في هذه الأمراض.

٣ - بعض آفات الكلى كالرمال الكثيرة والحصى الكلوية، والتهاب حويضة الكلية، خاصة إذا حلّ شهر رمضان في الصيف، أو كان المريض في البلاد الحارة، حيث تحتاج هذه الأمراض إلى الإكثار من تناول السوائل / ٣ - ٤ لترات يومياً/ ليزداد مقدار البول فيجرف الرمال، ويمنع ركوده الجراثيم وتكاثرها في المجاري البولية.

٤ - الأوره ميا: حيث إنه بنقص سوائل البدن يشح البول وترتفع البولة.

القسم الثالث: أمراض توجب تقسيم القوام الغذائي على وجبات عديدة:

١ - الداء السكري في النحيلين وفي سن الشباب: حيث يتطلب توزيع الطعام ضمن الحمية إلى ٣ - ٤ درجات.

٢ - القرحة الهضمية: والحمية فيها جزء أساسي من العلاج، وتتضمن توزيع الطعام، الخالي من المواد الحريفة والحوامض والمقالي والمخرشات على وجبات عديدة، إضافة إلى أن معظم الأدوية لمعالجة القرحة الهضمية تؤخذ عن طريق الهضم عدة مرات في اليوم.

٣ - هبوط المعدة واتساعها حيث يوصى المريض أن يأكل ٤ - ٥ مرات في اليوم طعاماً مجزئاً بكميات معتدلة مع مضغها جيداً.

٤ - الحميات: إن القمه الحادث في معظمها والمسبب عن التهاب المعدة الخفيف المشارك، وكذلك القيء الحادث أحياناً يجعلان المعدة لا تحتمل الطعام ويستوجبان تلافي نقص التغذية بإعطاء وجبات خفيفة صغيرة وعديدة.

كما أن الحميات تشتد فيها الحاجة إلى الماء وتستوجب تناول السوائل

بكثرة.

البحث السابع:**إفطار الحامل والمرضع في رمضان<sup>(١)</sup>**

تصبح المرأة إبان حملها وإرضاعها بحاجة إلى المزيد من التغذية لتقدم بدورها الغذاء إلى جنينها أو رضيعها. وإن صيامها في تلك الحالة، وخاصة إذا استمرّ أياماً متتالية، قد يعرضها أو يعرض الجنين أو الرضيع إلى انحراف في الصحة، وبالأخصّ عندما يكون أحدهم ضعيف البنية. ولذا أباحت الشريعة السمحة للحُبلى والمرضع أن تفترا إذا خافتا على نفسيهما أو على ولديهما، وإلى ذلك ذهب الفقهاء، وقالوا إنّها تفتّر حتماً، وقال أبو طالب: ولا خلاف في الجواز. قال رسول الله ﷺ: «إنّ الله عز وجل وضع عن المسافر الصّوم وشطر الصلاة، وعن الحُبلى والمرضع الصّوم»<sup>(٢)</sup>.

واتفق الأئمة الأربعة على وجوب القضاء، واختلّفوا في وجوب كفارة الإطعام - وهي الفدية - فلم يرَ الأحنافُ وجوبها، أمّا الإمامان أحمد والشافعي رضي الله عنهما فقد ذهبا إلى وجوبها إذا خافت المرضع أو الحامل على الرضيع أو الجنين فقط دون الخوف على أنفسهما، أما إذا خافتا على أنفسهما فقط أو أنفسهما وعلى ولدهما فعليهما القضاء لا غير.

أمّا المالكي فقد ذهب إلى القضاء فقط بالنسبة للحامل بخلاف المرضع، فعليها الفدية، وهو أحد أقوال الشافعي. وممّا سبق يتبيّن أنّ الحامل إذا خافت على نفسها أو على نفسها وجنينها معاً، فإنّها تفتّر ثم تقضي ولا فدية عليها باتفاق المذاهب الأربعة.

وقال بعض أهل العلم: تفتّر الحُبلى والمرضع ويطعمان ولا قضاء عليهما، وإن شاءتا قضتاً ولا طعام عليهما، أخذاً من قول ابن عباس رضي الله عنهما لأم ولد له

(١) الطب النبوي والعلم الحديث: للدكتور محمود ناظم النسيمي ج ١/٣٠٣ - ٣٠٤، ط مؤسسة الرسالة - بيروت.

(٢) رواه الإمام أحمد وأبو داود والترمذي والنسائي وابن ماجه.

حبلى: «أنت بمنزلة الذي يُطيقه، فعليكِ الفداء، ولا قضاء عليك». وبه يقول إسحاق: إن فتوى ابن عباس هذه معقولة بالنسبة للمرأة الضعيفة الولود التي لا تكاد تنتهي من حمل ثم إرضاع إلا إلى حمل فإرضاع وقد تحمل وهي مرضع. فإذا بلغت هذه المرأة سن اليأس مثلاً كان من العسير والمشقة الزائدة قيامها بقضاء ما فاتها من الصيام لعدة سنين، وأنى لها ذلك؟! وخاصة إذا ولّى شبابها ووهن عظمها؟! فقد أصبح حكمها كحكم الميئوس من شفائه، والشيخ الهرم.

هذا وهناك أمراض قد تُصابُ بها الحامل، وتُوجب عليها الفطر وهي: إقياء الحمل العنيدة والبيلة الآحينية الشديدة، والتشنج النفاسي، أو الارتجاج النفاسي، والتهاب الحويضة والكلبي الحملية.

أما المخاض فهو يُوجب الفطر لأن تغذية الماخض تكون بوجبات صغيرة عديدة سهلة الهضم. وتُعتبر المواد السكرية أسهل الأغذية هضماً، كما أنّها تقوي التقلصات الرحمية، ولقد منّ الله تعالى قديماً على سيدتنا مريم بطعام سكري حينَ ألجأها المخاض إلى جذع النخلة، فأوحى الله إليها أن ﴿وَهَرِيْٓ إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ سَقِّطْ عَلَيْكَ رُطْبًا جَلِيًّا﴾<sup>(١)</sup>.

فهذه الثمرة المباركة من أفضل الغذاء للتي جاءها المخاض، فيلزم الإكثار منه، قبله وفي حينه وبعده.

## البحث الثامن:

### تحريم الصيام على الحائض والنفساء في رمضان وغيره<sup>(٢)</sup>

تشعرُ المرأةُ أثناء الطمث بالتعب والضيق الغامض المبهم، وقد يضطرب

(١) سورة مريم، الآية: ٢٥.

(٢) الطب النبوي والعلم الحديث: للدكتور محمود ناظم النسيمي ج ١/ ٣٠٥ - ٣٠٦،

ط مؤسسة الرسالة - بيروت.

الهضم . وتحدث آلام مرافقة للحيض وقد تسبقه بيوم أو يومين ، وتختلف كثيراً في شدتها بين امرأة وأخرى كما تختلف باختلاف فصول السنة .

وتمتاز أيام الحيض واليومان السابقان له بانخفاض قدرة الجسم على المقاومة وبنقص حيويته ومهارته ورشاقته في الحركة ، وبميل الأنثى للشكوى من الإرهاق والضييق والألم بسبب الشعور بالهبوط ، إضافة لما ينتابها من الأعراض السابقة ولذا تُسمى تلك الأيام بحق أيام الهبوط الحيوي .

فالحائض إذا تكاد تكون مريضة بل هي مريضة في كثير من الأحيان ، والمريض ذو فعالية ناقصة ونفسية خاصة ، فاقترضت حكمة العليم الرحيم الذي لم يجعل على المريض حرجاً أن يمنع الحائض من الصوم رافة بها ، ولئلا يفوتها خيرات وأنوار مدرسة الصوم أوجب عليها القضاء في أوقات أخرى تكون فيها أشد قوة وحيوية .

فعن معاذ قال : «سألت عائشة فقلت : ما بال الحائض تقضي الصوم ولا تقضي الصلاة ، قالت : كان يصيبنا ذلك مع رسول الله ﷺ فنؤمر بقضاء الصوم ولا نؤمر بقضاء الصلاة»<sup>(١)</sup> .

وعن عائشة رَضِيَ اللهُ عَنْهَا قالت : «كنا نحيض على عهد رسول الله ﷺ فنؤمر بقضاء الصوم ولا نؤمر بقضاء الصلاة»<sup>(٢)</sup> .

أما النفساء فقد أثقلت بالحمل وأرهقت أثناء الولادة ، وها هي تقوم بحضانة وإرضاع وليدها ممّا يتمثله جسمها من الغذاء مع ما هي عليه من نفاس ، فلا تقل حالتها عن الحائض بل هي أكثر منها ضعفاً وأشد حاجةً إلى الفطر .

أضف إلى الحكم السابقة أن للصيام مرتبة جلييلة ، فعن أبي هريرة رَضِيَ اللهُ عَنْهُ أن رسول الله ﷺ قال : «قال الله عز وجل : كُلُّ عمل ابن آدم له إلا الصيام فإنه لي وأنا أجزي به»<sup>(٣)</sup> .

(١) رواه البخاري ومسلم وأحمد . (٣) رواه أحمد ومسلم والنسائي .

(٢) رواه البخاري ومسلم .

إنّ تلك المرتبة تستدعي نظافةً وطهارةً يتمكّن معها الصائم من القيام بالعبادات المختلفة من صلاة وقراءة قرآن، فجعل الله إفطار الحائض والتنفاء واجباً، وصيامهما محرماً وباطلاً، وعليهما أن يقضيا ما فاتهما في وقت يكونان فيه أشد إمكانية وتحملاً، وفي هذا تعليم للرجال أن يأخذوا بعين الاعتبار حالة المرأة خلال فترة الحيض والتنفاس.

وإذا طرأ الحيض أو التنفاس قبل المغرب ولو بدقيقة فسَدَ صومُ ذلك اليوم، وعليهما القضاء. أمّا لو انقطع الدم قبل الفجر وتمت نية الصوم صحّ. فإن تأخر الغسل غير ضارٍّ إلا بالنسبة للصلاة التي تقتضي الطهارة.



### البحث التاسع:

#### حكم الحقنة الشرجية في حالة الصيام عند الضرورة

لقد كشف الاختبار أنّ الأدوية تُمتصّ بسرعة من هذه الطريق حتى إنّ بعضهم يقول بأن طريق الشرج تفوق في سرعة امتصاصها الأدوية طريق الفم أحياناً. وأمّا الأدوية التي توصف بهذه الطرق، فإنّها إمّا أن تكون مائعة فتعمل رخصة «حقنة شرجية» أو تكون صلبة فتعمل فتائل أو تحاميل أو تكون مراهم. ومن الرّحضات الرّحضة المغذية، ورّحضة المصُول السكرية على طريقة مورفي «قطرة قطرة في المستقيم».

ثم إنّ الطّبيب قد يُجري من طرق الاستقصاء التشخيصي مسأ مستبطناً للشرج أو إدخال منظار المستقيم من الشرج.

وإليكم الحكم الشرعي في إجراء ما سبق أثناء الصيام:

#### ١ - الحقن الشرجية:

مفطرة في قول الفقهاء الأحناف والشافعية والحنابلة، وتوجب عندهم القضاء دون الكفارة.

## ٢ - الفتائل الشرجية «التحاميل»:

تفطر عند غير المالكية، حيث قال الإمام مالك رحمته الله: «وأما السَّبَّارُ» أي الفتيلة تقوم مقام الحقنة» فإني أرجو ألا يكون به بأسٌ.

## ٣ - إدخال الإصبع أو الآلة كقنينة الحقنة أو نحو منظار المستقيم:

إذا أدخلت تلك الأشياء وكانت جاقّة، فإنها لا تُفسدُ الصَّومَ عند السَّادة الحنفية والمالكية. واشترط الحنفية لذلك ألا يغيب المُدخِل، أمّا إذا غابَ كُلُّهُ فإنه يُفطر ويوجب القضاء بلا كفارة. أمّا إذا أدخلت تلك الأشياء مبلولة بماءٍ أو دهنٍ فإنها تُفسدُ الصَّومَ في قول الحنفية. أمّا حكم إدخال تلك الأشياء عند السَّادة الشَّافعية والحنابلة، فإنه يُفسدُ الصَّومَ ويوجب القضاء بلا كفارة.

وهذا قول الفقهاء قياساً على الدَّاخل من طريق الفم. وواقعُ الدَّاخل من طريق الشَّرج يكون في قضايا المعالجة الطَّبية، وإن كان له مشابهة لما يدخلُ إلى الجسم، فإنه أشبه بالحقن الوريدية والعضلية، وقد أفتى أستاذنا الدكتور الطَّبيب الشيخ محمد أبو اليسر عابدين رحمته الله بأنها لا تُفطر، فالحقنة الشَّرجية أقربُ شَبهاً بالحقنة الوريدية والعضلية منها إلى الدَّاخل عن طريق الفم حيث فيه ذهاب الجوع والعطش مباشرةً، مع تذوق لذة الطعام والشراب، وليس هذا متحققاً في الحقنة الشَّرجية عند التداوي، وبهذا جزم الحافظ ابن عبد البر في كتابه «الكافي في الفقه المالكي». والله تعالى أعلم.

