

## الإسلام والصحة

### مدخل تمهيدي:

إن الصحة من أعظم نعم الله على الإنسان، إذ الحياة والسعادة مرتبطة بالصحة ودوامها، لذلك أولى الإسلام الاهتمام الكبير بالصحة، وحث على العناية بما ذلك لا ابتغاء مرضاة الله ونيل سعادة الدنيا والآخرة.

✚ فما مفهوم الصحة في الإسلام؟

✚ وما مسؤولية الإنسان اتجاه صحته؟

### النصوص المؤطرة للدرس:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، فَاحْرِضْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُولَنَّ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ»

[أخرجه مسلم]

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ»

[صحيح البخاري]

### I - دراسة النصوص وقراءتها:

#### 1 - توثيق النصوص:

#### أ - التعريف بابن العباس:

ابن العباس: هو ابن العباس بن عبد المطلب بن هاشم، عم الرسول ﷺ، صحابي جليل، حبر الأمة وفقهها وإمام التفسير وترجمان القرآن، ولد ببني هاشم قبل الهجرة بثلاث سنين، دعا له رسول الله ﷺ بسعة العلم، توفي سنة 68 هـ.

### II - فهم النصوص:

#### 1 - مدلولات الألفاظ والعبارات:

- المغبون: المخدوع بقيمة الشيء.
- الصحة: خلو الجسد من الأمراض.
- الفراغ: الوقت الذي لا شغل فيه.

#### 2 - استخلاص المضامين الأساسية للنصوص:

- بيان أفضلية المؤمن القوي عند الله تعالى.
- جهل كثير من الناس بقيمة الصحة.

تحليل محاور الدرس ومناقشتها:

### I - مفهوم الصحة في الإسلام:

الصحة: هي سلامة البدن والنفس من العلل والأمراض، وهي من أثنى النعم التي وهبها الله تعالى للإنسان، فهي أمانة يجب الحفاظ عليها، وكل إنسان مسؤول عن صحته وسيحاسب عليها إن فرط فيها أو أهلكها، والصحة نوعان:

- ✓ صحة البدن: ومعناها أن يكون جسم الإنسان خاليا من الأمراض العضوية.
- ✓ صحة النفس: هو ذلك التوازن النفسي الذي يستشعره الإنسان والذي يجعله قادرا على التعايش بسلام مع محيطه.

## II - السبل الوقائية للحفاظ على الصحة:

إن صحة البدن لا تتحقق إلا ب:

- ✓ التغذية الكاملة: وذلك بالحرص على تناول الطيب من الطعام والشراب، وترك الخبيث والمحرمات ...
  - ✓ النظافة الشاملة: وتشمل نظافة البدن، ونظافة اللباس، ونظافة المسكن، ونظافة الحي والطريق ...
  - ✓ الوقاية من الأمراض: وذلك باجتناّب أسبابها كالإفراط في الأكل، وعدم النظافة، وممارسة الرياضة، والبعد عن المحرمات ...
  - ✓ التداوي حال المرض: عن طريق طلب العلاج المشروع بالوسائل والطرق المشروعة.
- أما صحة النفس فلا تتحقق إلا ب:
- ✓ الإيمان الثابت بالله تعالى، وإخلاص العبادة له سبحانه.
  - ✓ ذكر الله تعالى في كل وقت وحين، صباحا ومساء، قال الله سبحانه وتعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾.
  - ✓ التحلي بمكارم الأخلاق وتجنب الحقد والحسد والبغض وكل الأخلاق السيئة.