

**منهج القرآن الكريم في الأطفمة وأثره في الوقاية
من الأمراض "دراسة موضوعية"**

**د. هناء أحمد محمود محمد
أستاذ مساعد بجامعة الجوف، المملكة العربية السعودية**

منهج القرآن الكريم في الأطعمة وأثره في الوقاية من الأمراض "دراسة موضوعية"

هناء أحمد محمود محمد

قسم التفسير جامعة الجوف، المملكة العربية السعودية

البريد الإلكتروني : hamohammed@ju.edu.sa

الملخص

اهتم الإسلام بالإنسان، وبكل ما يتعلق به، ويؤثر على حياته وصحته، ويدفع عنه الأمراض ويقيه منها؛ لينعم المسلم بالصحة والعافية، ويتمكن من تحقيق الأمانة التي كلف بها، وخلق من أجلها.

فأسس القرآن الكريم قواعد الطب الوقائي، وجعلها جزءاً من تعاليمه، وعقيدته، وظهرت هذه القواعد واضحة في أحاديث النبي -صلى الله عليه وسلم- وتوجيهاته.

لذا كان موضوع الدراسة: منهج القرآن الكريم في الأطعمة وأثره في الوقاية من الأمراض "دراسة موضوعية"، ومن أهم أهداف هذا الموضوع بيان الفوائد الصحية لكل ما أحله الله -سبحانه وتعالى- من طبيبات الأطعمة، وتوضيح الأضرار الصحية المترتبة على تناول ما حرم الله.

واعتمدت في هذا البحث على المنهج الوصفي، وأسفرت الدراسة عن عدة نتائج منها: أن الإسلام هو أول من أسس للمنهج الوقائي على الإطلاق، وأنه يعد معجزة للنبي -صلى الله عليه وسلم-، ودليلاً على صدق نبوته، ومن نتائجه إثبات نجاح الشريعة الإسلامية في تقديم أفضل طرق حماية للإنسان من أخطار الكائنات الدقيقة، ووقايته منها.

الكلمات المفتاحية: المنهج، الوقاية، الأطعمة، الطبيبات، الصحة، الأضرار

الصحية، الأطعمة الضارة، المرض

The Qur'an's approach to foods and its impact on disease prevention 'objective study'

Hanaa Ahmed Mahmoud Mohamed

Interpretation Department, Al-Jouf University, Saudi Arabia

Email : hamohammed@ju.edu.sa

Abstract

Islam has taken care of the human being, and everything that concerns him, affects his life and health, and pays for him diseases and protects him from them, so that the Muslim can be healthy and well, and be able to achieve the honesty he was assigned to, and to create for it

The Qur'an established the rules of preventive medicine, making them part of its teachings and doctrines, and these rules were clearly evident in the prophet's hadiths and directives.

The refore, the topic of the study: the curriculum of the Qur'an in foods and its effect on the prevention of diseases 'objective study', one of the most important objectives of this topic is to show the health benefits of all that God has solved from the goodness of foods and to clarify the health consequences of eating what God forbids.

In this research, it was based on the descriptive approach, and the study resulted in several results, including: that Islam is the first foundation of the preventive approach ever, that it is a miracle for the Prophet- peace be upon him- and as proof of the sincerity of his prophecy, and its results prove the success of Islamic law in providing the best ways to protect man from the dangers of microorganisms, and to protect him from them.

Keywords: Method, Prevention, Foods, Goodness, Health, Health Damage, Harmful Foods, Disease

مقدمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الخلق وإمام الأنبياء والمرسلين، سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه، ومن اهتدى بهديهم، وسلك سبيلهم إلى يوم الدين، أما بعد :

خلق الله الإنسان وكرمه وفضله على جميع خلقه، قال -تعالى-: {وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا} (الإسراء: ٧٠).

وأرسل رسوله الكريم - صلى الله عليه وسلم- بشريعته الإسلامية، وجعلها صالحة لكل زمان ومكان، وبين فيها كل ما يحتاجه الإنسان لصلاح دينه ودنياه، قال تعالى: {مَا فَرَطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ} (الأنعام: ٣٨).

واهتمت الشريعة الإسلامية اهتماماً خاصاً بكل ما يتعلق بالإنسان، ويؤثر في حياته، وصحته، وما يجب الالتزام به والعمل على تطبيقه حتى ينعم المسلم بالصحة والعافية، والوقاية من الأمراض، وحتى يستطيع تحقيق الأمانة التي كلف بها، وخلق من أجلها، والإسلام يتوافق في هذا الأمر مع الطب الوقائي الحديث وما توصل إليه العلماء، إلا أنه يتفوق بأن له فضل سبقه بتقدمه في الزمان بما يزيد على ألف وأربعمائة عام، كما أنه تفوق بمصداقيته، وقطعية ثبوته، فمنهجه الوقائي جزءاً من القرآن الكريم كتاب الله الخالق {أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ} (الملك: ١٤) ، جزءاً من هدي النبي -صلى الله عليه وسلم- وسنته وهو الذي وصف بقول الله تعالى: {وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ . إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ} (النجم: ٣، ٤)، كما أنه تفوق أيضاً بنظرته المتكاملة، وشموله لكل أنشطة المسلم، فهو مرتبط بأداء المسلم لفرائضه، والتزمه بها، فقيامه بالتعاليم الصحية الوقائية يعد عبادة لله- سبحانه وتعالى-، وطاعة لرسوله -صلى الله عليه وسلم-، والتزاماً لما ورد من أوامر ونواهي في القرآن الكريم .

وسوف استعرض في هذا البحث -إن شاء الله- منهج القرآن الكريم

في الأطعمة وبيان أثره في الوقاية من الأمراض، مع بيان وجه الإعجاز العلمي فيها والذي يُظهر أسبقية القرآن الكريم في تحريم الأطعمة التي تحتوي على مسببات الأمراض.

والله أسأل أن يجعله خالصاً لوجهه الكريم وأن ينفع به، وأن يتجاوز عما وقع فيه من تقصير أو خلل.

أهداف الموضوع:

١- بيان أهمية الصحة، وحرص الإسلام على الحفاظ عليها.

٢- بيان تفرد منهج الإسلام في تحقيق الوقاية من الأمراض.

مشكلة البحث:

حاول البحث الإجابة على الأسئلة الآتية:

١- هل اهتم الإسلام بوقاية الإنسان من الأمراض؟ وما مدى عنايته بهذا الجانب؟

٢- ما توجيهات الإسلام في الوقاية من الأمراض، والحفاظ على الصحة؟

٣- ما الفوائد الصحية للأطعمة التي أحلها الله، وما دورها في الوقاية من الأمراض؟

٤- ما الأضرار الصحية لأكل ما حرم الله تعالى من الأطعمة؟

أهداف البحث

١- بيان مفهوم الوقاية الصحية، ومكانتها في الإسلام.

٢- بيان توجيهات الإسلام للوقاية الصحية من خلال التشريعات الخاصة بالأطعمة.

٣- بيان إعجاز القرآن الكريم، ومنهجه في وقاية المسلم والمجتمع الإسلامي من الأمراض الفتاكة والأوبئة القاتلة.

أهمية الموضوع وأسباب اختياره:

إبراز منهج الطب الوقائي في الشريعة الإسلامية وصلاحيته لكل زمان ومكان .

منهج البحث:

اعتمدت في البحث على المنهج الوصفي.

إجراءات البحث:

١. عزو الآيات القرآنية الواردة في البحث إلى سورها، وذلك بذكر اسم السورة ثم رقم الآية .
٢. تخريج الأحاديث الواردة في البحث فإن كانت في الصحيحين، أو في أحدهما اكتفيت بنسبته إليهما أو إلى أحدهما، وإن كانت في غير الصحيحين خرجته من كتب الأحاديث التي ورد فيها، مشيرة إلى ما في الحديث من صحة أو حسن أو ضعف.
٣. عزوت أقوال العلماء والمفسرين إلى مظانها، وذكرت اسم الكتاب الذي نقلت منه في الهامش وحين أتصرف في كلام العلماء أذكر كلمة " انظر".
٤. الإيجاز في تناول البحث مع عدم الإخلال بالنقاط الرئيسية للموضوع.

خطة البحث:

ينقسم البحث إلى مقدمة ثلاث مباحث وخاتمة على النحو التالي:

المبحث الأول: مفهوم الوقاية ومكانتها في الإسلام.

المطلب الأول: تعريف مفردات البحث.

المطلب الثاني: عناية الإسلام بالصحة العامة، ومشروعية الوقاية من الأمراض.

المبحث الثاني: الفوائد الصحية لتناول الأطعمة وفق منهج الإسلام، و الموقف من تحريمها.

المطلب الأول: الفوائد الصحية للطيبات من الأطعمة، ودورها في الوقاية من الأمراض.

المطلب الثاني: التوازن والاعتدال في تناول الطعام.

المطلب الثالث: موقف الإسلام من تحريم الطيبات.

المطلب الرابع: الحفاظ على الطعام والشراب من التلوث.

المبحث الثالث: الأضرار الصحية لأكل ما حرم الله تعالى من الأطعمة.

المطلب الأول: الوقاية من الأمراض باجتنب مسبباتها من الأطعمة الضارة:

المطلب الثاني: بيان حكم من اضطر إلى الأكل من المحرمات.

الخاتمة : وفيها أهم النتائج والتوصيات.

المبحث الأول: مفهوم الوقاية ومكانتها في الإسلام.

المطلب الأول: تعريف مفردات البحث.

أولاً: مفهوم المنهج :

أولاً: تعريف المنهج في اللغة والاصطلاح:

المنهج لغة: (النهج؛ والجمع نهجات ونهج ونهوج؛ ومنهج الطريق: وضحه. والمنهاج: كالمنهج. وفي التنزيل: لكل جعلنا منكم شرعة ومنهاجاً).^١، و(المنهاج: وسيلة محدّدة توصل إلى غاية معيّنة).^٢ ، (والمنهاج: الطريق الواضح).^٣
المنهج اصطلاحاً:

المنهج في الاصطلاح هو : (الطريق المؤدي إلى التعرف على الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة الموصلة إلى النتيجة المطلوبة).^٤

وقيل المنهج هو: (الطريق المؤدي إلى الغرض المطلوب، خلال المصاعب والعقبات).^٥

١ انظر: لسان العرب، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي الإفريقي (ت: ٧١١هـ)، دار صادر - بيروت، ط: ٣ - ١٤١٤ هـ، (٣٨٣/٢)، فصل النون، مادة (نهج).

٢ معجم اللغة العربية المعاصرة، د/ أحمد مختار عبد الحميد عمر (ت: ١٤٢٤هـ) بمساعدة فريق عمل، عالم الكتب، ط: ١، ١٤٢٩ هـ / ٢٠٠٨ م، (٣/٢٢٩١)، باب النون مادة (ن هـ ج).
٣ معجم متن اللغة، أحمد رضا، دار مكتبة الحياة - بيروت، [١٣٧٧ - ١٣٨٠ هـ]، (٥/٥٥٧)، باب النون، مادة (نهج).

٤ انظر: العلم والبحث العلمي "دراسة في مناهج العلوم"، حسين عبد الحميد رشوان، المكتب الجامعي الحديث، ٢٠٠٨ م، ط١، ص ١٤٣: ١٤٥.

٥ مناهج البحث العلمي أسس وأساليب، د. عمار لوحوشي - د. محمد الذنبيات، مكتبة النمار - الأردن، ط: ١، ١٤١٠ هـ، ص ٩٢.

وانظر: مناهج البحث العلمي، د. عبد الرحمن بدوي، وكالة المطبوعات - الكويت، ط: ٣، ١٩٧٧ م، ص ٣.

ثانياً: مفهوم الوقاية من الأمراض .

الوقاية لغة: من (وقى: وقاه الله وقيا ووقاية وواقية: صانه، وقيت الشيء أقيه إذا صنته وسترته عن الأذى^١. والوقاية: حفظ الشيء عما يؤذيه ويضره)^٢.

الوقاية اصطلاحاً: (هي مجموعة الأساليب والإجراءات التي يستخدمها الفرد والمجتمع لمنع وقوع الضرر من أي نوع كان، بما في ذلك التوعية)^٣.

وقيل (الوقاية من المرض: هي الإجراءات التي تتخذ لحماية الإنسان من المرض. وتسمى أيضا العلاج الوقائي)^٤.

المطلب الثاني: عناية الإسلام بالصحة العامة، ومشروعية الوقاية من الأمراض.

من مظاهر عظمة الإسلام ومفاخره اهتمامه بصحة الإنسان، وجعلها من أهم أولوياته، فأسس القرآن الكريم قواعد الطب الوقائي، وجعلها جزءاً من تعاليمه، وعقيدته، وظهرت هذه القواعد واضحة في أحاديث النبي - صلى الله عليه وسلم- وتوجيهاته.

١ لسان العرب، لابن منظور، (١٥ / ٤٠١)، فصل الواو، مادة (وقي).

٢ التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (ت: ١٠٣١هـ)، تحقيق: د. محمد رضوان الداية، دار الفكر - بيروت، دمشق، ط: ١، ١٤١٠هـ، ص ٧٣٠.

٣ نظام التأمين الإسلامي، د. عبد القادر جعفر، إشراف وتقديم د. الحسين بن محمد شواط، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ١٩٧١، ص ١٤٩.

ومنهج الإسلام في الوقاية الصحية، د. عمار محمد التمام، مجلة كلية الآداب، جامعة طرابلس- كلية الآداب، العدد، ٢٠٠٨م، ص ١٢٧.

٤ الموسوعة العربية العالمية، مجموعة من العلماء والباحثين، مؤسسة أعمال الموسوعة للنشر والتوزيع، ط: ٢، ١٤١٩هـ - ١٩٩٩م، (١١٩/٢٧).

قال تعالى: { وَلَا تَقْفُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ } (البقرة: ١٩٥) ، فالآية الكريمة فيها أمر من الله سبحانه وتعالى بالبعد عن موارد التهلكة، حماية للنفس، وحفظاً لها.

ومن أسباب الحفاظ على هذه النفس، وقايتها من الأمراض وأسباب العدوى، للحفاظ على الصحة، فيتمكن المسلم من أداء تكاليف الدين بشكل أفضل دون أن يقطع ألم أو يثنيه إعياء، وكذلك تحقيق مصلحة البدن والعقل وحفظ النفس والمال، كما يستطيع المسلم العمل والكسب والتنازل، ومن ثم فإن الوقاية من الأمراض تحقق جميع المصالح التي دعا الشارع الحكيم إلى رعايتها وهي الدين، والنفس، والعقل، والنسل، والمال.

لذلك مدح القرآن الكريم أصحاب الصحة، والقوة البدنية، فقال الله تعالى: { إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيَّ الْأَمِينُ } (القصص: ٢٦) .
وقال تعالى: { إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ وَاللَّهُ يُؤْتِي مُلْكَهُ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ } (البقرة: ٢٤٧) .

(بسطة الجسم وكمال قواه المستلزمة لصحة الفكر، فقد جاء في أمثالهم: العقل السليم في الجسم السليم. وللشجاعة والقدرة على المدافعة والهيبة والوقار.)^١

وبين رسول الله -صلى الله عليه وسلم- أهمية الصحة، وأنها من أهم النعم التي أنعم الله بها على عباده وهم يغفلون عنها وعن استغلالها، فقد روي ابن عباس - رضي الله عنهما- قال: قال النبي -صلى الله عليه وسلم-: " نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ " ^٢ ، وقال

١ تفسير المراغي، أحمد بن مصطفى المراغي (ت: ١٣٧١هـ)، مطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر، ط: ١، ١٣٦٥ هـ - ١٩٤٦ م، (٢/ ٢١٨).

٢ أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب الرقاق، باب: لا عيش إلا عيش الآخرة، حديث رقم (٦٤١٢) ، انظر: الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله -صلى الله عليه وسلم- وسننه وأيامه (صحيح البخاري)، محمد بن إسماعيل أبو عبدالله البخاري الجعفي، تحقيق: محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة (مصورة عن السلطانية بإضافة ترقيم محمد فواد عبد الباقي)، ط: ١، ١٤٢٢هـ، (٨/ ٨٨).

رسول الله - صلى الله عليه وسلم - : «مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، آمِنًا فِي سِرْبِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حَيَّرَتْ لَهُ الدُّنْيَا»^١.

وأمر عليه - الصلاة والسلام - المسلمين بالدعاء إلى الله والتوسل إليه أن يرزقهم العافية، فقال: «الدُّعَاءُ لَنَا يُرَدُّ بَيْنَ الْأَذَانِ وَالْإِقَامَةِ»، قالوا: فَمَاذَا نَقُولُ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: «سَلُوا اللَّهَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ»^٢.

ووجه المسلمين إلى الوقاية من الأمراض والبعد عن أسبابها، خاصة المعدية منها، من ذلك ما رواه أسامة بن زيد - رضي الله عنه - عن النبي - صلى الله عليه وسلم - أنه قال: «إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا»^٣.

وقيد الإسلام حركة المريض مخافة انتشار المرض وانتقاله للأصحاء، وقاية لأفراد المجتمع من العدوى، فقال النبي - صلى الله عليه وسلم - : «لَا تُورِدُوا الْمُرْمِضَ عَلَى الْمُصِحِّ»^٤.

ووفر أسباب الوقاية من الأمراض في معظم التكاليف الشرعية، والواجبات العملية التي يلتزم بها المسلم من وضوء وصلاة وصيام وحج وترك المحرمات.

فأوجب الغسل من الجنابة، قال تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ

١ أخرجه ابن ماجة في سننه: كتاب الزهد، باب القناعة، حديث رقم (٤١٤١)، انظر: سنن ابن ماجة، ابن ماجة أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، (ت: ٢٧٣هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي، (٢/ ١٣٨٧).

٢ أخرجه الترمذي في سننه: أبواب الدعوات عن رسول الله صلى الله عليه وسلم، باب في العفو والعافية، حديث رقم (٣٥٩٤)، وقال الترمذي: «هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ».

انظر: سنن الترمذي، محمد بن عيسى بن سورة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (ت: ٢٧٩هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر، محمد فؤاد عبد الباقي، وإبراهيم عطوة عوض، مطبعة مصطفى البابي الحلبي - مصر، ط: ٢، ١٣٩٥ هـ - ١٩٧٥ م، (٥/ ٥٧٦).

٣ أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب الطب، باب ما يذكر في الطاعون، حديث رقم (٥٧٢٨)، (١٣٠/٧).

٤ صحيح البخاري، كتاب الطب، باب لا عدوى، حديث رقم (٥٧٧٤)، (٧/ ١٣٩).

إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوْهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ} (المائدة: ٦).

وشرع تنظيف أماكن خاصة من الجسم لأنها مظنة نمو الميكروبات وتكاثرها، فقد روي عن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول: " الْفِطْرَةُ خَمْسٌ: الْخِتَانُ، وَالِاسْتِحْدَادُ، وَقَصُّ الشَّارِبِ، وَتَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ، وَتَنْفُ الْأَبَاطِ "١.

وفرض الصلاة، وجعل من شروطها الوضوء، فلا تقبل صلاة إلا لطاهر، كما جاء في قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: « لَا تُقْبَلُ صَلَاةٌ مَنْ أَحْدَثَ حَتَّى يَتَوَضَّأَ »٢.

واشترط أيضاً لصحتها الطهارة في الثوب والبدن والمكان، وجعل أداءها يشتمل على القيام والركوع والسجود وهو ما يشبه الرياضة البدنية، ويزيد في صحة الجسم وقوته.

نجد أيضاً هذا الجانب يظهر في فريضة الصيام فهو يؤديها تقرباً إلى الله سبحانه وتعالى وفيها الكثير من أسباب صحة البدن، يقول الله تعالى: {وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ} (البقرة: ١٨٤).

كما نبه الإسلام على النوم في الليل في وقته المحدد والعمل في النهار، قال تعالى: {وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا . وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا} (النبا: ١٠)، (١١).

١ أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب اللباس، باب تقليم الأظفار، حديث رقم (٥٨٩١)، (٧/ ١٦٠).
٢ صحيح البخاري، كتاب الوضوء، باب: لا تقبل صلاة بغير طهور، حديث رقم (١٣٥)، (١/ ٣٩)،
وأخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الطهارة، باب وجوب الطهارة للصلاة، حديث رقم (٢٢٥)،
انظر: المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم-،
مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (ت: ٢٦١هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي،
دار إحياء التراث العربي - بيروت، (١/ ٢٠٤).

ونَهت الشريعة عن أسباب الأمراض وما يؤدي إليها، فحرمت الخمر حفاظاً على الصحة، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُونَ﴾ (المائدة: ٩٠).

وأمرت بالبعد عن الفواحش وأكدت أنها مصدر لكل مرض وبلاء، قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾ (الإسراء: ٣٢).

وبين رسول الله -صلى الله عليه وسلم- الطريق لحفظ صحة الشباب وأن ذلك يتحقق بتجنب المعاصي، كما ورد في قوله: «يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ»^١. وأمر بإزالة مسببات الأمراض، وبين أن منع انتشار هذه الأسباب له أجرٌ عظيم، فقال: «عُرِضَتْ عَلَيَّ أَعْمَالُ أُمَّتِي حَسَنًا وَسَيِّئًا، فَوَجَدْتُ فِي مَحَاسِنِ أَعْمَالِهَا الْبَادِيَ يُمَاطُ عَنِ الطَّرِيقِ، وَوَجَدْتُ فِي مَسَاوِي أَعْمَالِهَا النُّخَاعَةَ تَكُونُ فِي الْمَسْجِدِ، لَا تُدْفَنُ»^٢.

وقال أيضاً: «لَا يَبُولَنَّ أَحَدُكُمْ فِي الْمَاءِ الدَّائِمِ الَّذِي لَا يَجْرِي، ثُمَّ يَغْتَسِلُ فِيهِ»^٣، وذلك إعمالاً وتغليياً للجانب الوقائي في منهج الإسلام، والمقصود بالماء الدائم: ((الذي لا يجري) وهي صفة مبينة للدائم والمراد منه الماء الراكد)^٤.

١ أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب النكاح، باب قول النبي -صلى الله عليه وسلم-: «من استطاع منكم الباءة فليتزوج، لأنه أعض للبصر وأحصن للفرج» وهل يتزوج من لا أرب له في النكاح، حديث رقم (٥٠٦٥)، (٣/٧).

٢ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب المساجد ومواضع الصلاة، باب النهي عن البصاق في المسجد في الصلاة وغيرها، حديث رقم (٥٧)، (١/٣٩٠).

٣ صحيح البخاري، كتاب الوضوء، باب البول في الماء الدائم، حديث رقم (٢٣٩)، (١/٥٧)، وأخرجه مسلم في الطهارة باب النهي عن البول في الماء الدائم حديث رقم (٢٨٢)، (١/٢٣٥).

٤ انظر: الكواكب الدراري في شرح صحيح البخاري، محمد بن يوسف بن علي بن سعيد، شمس الدين الكرمانني (ت: ٧٨٦هـ)، دار إحياء التراث العربي، بيروت-لبنان، ط: ١، ١٣٥٦هـ - ١٩٣٧م، (٣/٩٢).

واهتم الإسلام بوقاية الإنسان من الأمراض واتخاذ ما يلزم لذلك من إجراءات قبل أن يولد، فعمل على ترسيخ منهج الاختيار الصالح للزوج الصالح، والزوجة الصالحة، بحيث يكون من أسرة خالية من العيوب، سالمة من الأمراض الوراثية، فقد روت السيدة عائشة -رضي الله عنها- قول رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: «تَخَيَّرُوا لِنُطْفِكُمْ، وَأَنْكَحُوا الْأَكْفَاءَ، وَأَنْكَحُوا إِلَيْهِمْ»^١.

فقله تخيروا لنطفكم أي اطلبوا لها خير المناكح وأزكاها وأبعدها عن العيوب والأمراض وذلك حتى يكون المولود المنتظر من هذا الزواج قوياً بإذن الله، خالياً من الأمراض، مما يؤدي إلى تضيق أبوابها.

يؤكد هذه التوجيهات الكريمة كلام عمر بن الخطاب -رضي الله عنه- بالبعد قدر الإمكان عن زواج الأقارب فقال (لآل السائب قد أضوأتم فانكحوا في النوابع. يعني تزوجوا الغرائب)^٢، وهو ما تتادي به الأبحاث الحديثة.

مما سبق نستطيع أن نؤكد أن الإسلام حرص على أسباب الوقاية، ولم يترك صغيرة أو كبيرة في هذا الباب إلا أكد عليها وأمر بها، ويعد هذا الجانب أحد الجوانب الحضارية المشرقة للشرعة الإسلامية، التي لم يقدر قدرها ولم توضع في موضعها.

كل هذه الآثار الكريمة تدل على أن الطب الوقائي ليس من مبتكرات الطب الحديث، فقد وضع الإسلام أسسه، حرصاً على صحة المسلم، ووقايته مما يؤثر عليه ليؤدي ما كلف به على خير وجه، ويقوم بواجباته خير قيام، ويكون دائماً في المقدمة من كل أمر، فهو -سبحانه- يعلم خير الإنسان، {أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ} (الملك: ٤٤).

١ أخرجه ابن ماجة، كتاب النكاح، باب الأكفاء، حديث رقم (١٩٦٨)، (١/٦٣٣).

٢ التلخيص الحبير في تخريج أحاديث الرافعي الكبير، أبو الفضل أحمد بن علي بن محمد بن أحمد بن حجر العسقلاني (ت: ٨٥٢هـ)، دار الكتب العلمية، ط: ١، ١٤١٩هـ/ ١٩٩٩م، (٣/٣٠٩).

يقول صاحب الموافقات: (الإذن في دفع ألم الجوع والعطش، والحر والبرد، وفي التداوي عند وقوع الأمراض، وفي التوقي من كل مؤذ آدميا كان أو غيره، والتحرز من المتوقعات حتى يقدم العدة لها، وهكذا سائر ما يقوم به عيشه في هذه الدار من درء المفسد وجلب المصالح، ثم رتب له مع ذلك دفع المؤلمات الأخروية، وجلب منافعها بالتزام القوانين الشرعية، كما رتب له ذلك فيما يتسبب عن أفعاله وكون هذا مآذونا فيه معلوم من الدين ضرورة.)^١

ويمتاز الطب الوقائي في الإسلام ببساطته ويسره، وسهولة التعامل معه، وبعده عن التكاليف المالية وقلة ما يترتب عليه من إرهاق، فتنفيذ إجراءاته لا يتطلب جهوداً كبيرة، أو علماً خاصاً، ولا إلى وقت طويل لتنفيذه، والقيام به، كما أنه لا يحتاج إلى إجراءات أو قدر عال من المعرفة، بل يكفي للطفل الصغير أن يلاحظ والديه ويقلدهما في عادات الإسلام لتصبح هذه العادات بعد بلوغه عبادة يتقرب بها إلى الله سبحانه.

كما يتميز المنهج الوقائي للقرآن الكريم بأنه منهج متكامل لا يمكن للإنسان أن يأتي بعضه ويترك البعض ولكن عليه حتى يكون مسلماً حق الإسلام، مؤمناً حق الإيمان أن يلتزم بجميع تشريعات الإسلام ولا يكون إيمانه قد أثمر إلا إذا كان مطبقاً له في حياته العملية.

ويعد الطب الوقائي جانب من الجوانب الإعجازية للقرآن الكريم ودلالة واضحة على صدق رسول الله -صلى الله عليه وسلم- في نسبته القرآن الكريم إلى الله سبحانه وتعالى هذه الحقائق الطبية التي وجدت قبل ألف وأربعمائة عام، في هذه الفترة كان العالم يغط في نوم عميق، يحتوي القرآن الكريم على هذه الجوانب المعجزة التي لم يدركها البشر، وهي دليل واضح على أن القرآن الكريم الذي اشتمل عليها هو كتاب الله سبحانه العليم الخبير.

١ الموافقات، إبراهيم بن موسى بن محمد اللخمي الغرناطي الشهير بالشاطبي (ت: ٧٩٠هـ)، تحقيق: أبو عبيدة مشهور بن حسن آل سلمان، دار ابن عفان، ط: ١، ١٤١٧هـ/ ١٩٩٧م، (٢/ ٢٦١).

المبحث الثاني: الفوائد الصحية لتناول الأطعمة وفق منهج الإسلام،
والموقف من تحريمها.

المطلب الأول: الفوائد الصحية للطيبات من الأطعمة، ودورها في الوقاية
من الأمراض.

بين الله تعالى في كتابه الكريم أنه أحل لعباده الطيبات كلها، قال تعالى
: (يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أَحَلَّ لَهُمْ قُلُّ أَحَلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ) (المائدة: ٤). والطيبات: (ما
التذة أكله وشاربه ولم يكن عليه فيه ضرر في الدنيا ولا في الآخرة. وقيل:
الطيبات الذبائح، لأنها طابت بالتذكية) ^١.

ومن فضل الله ورحمته، أنه أباح الطيبات من الأطعمة والأشربة
الصالحة لأن يتغذى عليها الإنسان من الأقوات والنباتات والفواكه
والخضراوات، وغيرها لدورها في الحفاظ على صحة الإنسان، وتقوية
جهازه المناعي، مما يساعد في الوقاية من الأمراض، وهي نعمة عظيمة
تقتضي الحمد، وتتطلب الشكر، عملاً بقوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا
مِنَ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ عَلَيْهِ تَعْبُدُونَ } (البقرة: ١٧٢).

والمقصود بالأكل هنا إباحة الانتفاع، يقول الإمام ابن عطية: (تمتعوا
بالأكل والشرب واللباس والركوب. ونحو ذلك، وخص الأكل بالذكر لأنه
أعظم المقصود وأخص الانتفاعات بالإنسان) ^٢.

ومن رحمته أنه أحل تناولها دون أن يحدد أنواع خاصة منها، أو
ذكر أصنافها، سعة من الله تعالى على عباده، واحتواءً للاختلاف في
أذواقهم، كما أن هذا التنوع يتيح للإنسان أن يحصل على العناصر الغذائية

١ تفسير القرطبي (٦/ ٦٥).

٢ المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز، أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عبد الرحمن بن تمام بن
عطية الأندلسي المحاربي (ت: ٥٤٢هـ)، تحقيق: عبد السلام عبد الشافي محمد، دار الكتب
العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤٢٢ هـ، (٢/ ٢٢٩).

المفيدة، والمتوعة التي يحتاج إليها الجسم، ويكون في ذلك وقاية من أمراض سوء التغذية فينعم بصحة جيدة.

وقد بين العلم الحديث أن عدم تنوع الغذاء يؤثر على جسم الإنسان ويؤدي إلى عدد كبير من الأمراض الخطيرة من ذلك (نقص البروتين يؤدي إلى بقاء النمو، الضعف العام، الاصفرار، تساقط الشعر، تضخم الكبد مصحوبا بالإسهال الشديد) ^١.

كما أمرت آيات القرآن الكريم بأكل الأطعمة التي أحلها الله، واتباع شرع الله فيها، وتنتهي عن اتباع خطوات الشيطان: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ } (البقرة: ١٦٨).

فلأطعمة فوائد متعددة، إلا أنها لا تؤدي هذه الفوائد، ولا تحقق ما يعود على الصحة من مصالح إلا إذا كان تناولها وفق قواعد الإسلام الراقية وما جاءت به شريعته، وقال تعالى: { الْيَوْمَ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ } (المائدة : ٥).

يقول الإمام الرازي: (أنه كما أكمل الدين وأتمم النعمة في كل ما يتعلق بالدين، وكذلك أتم النعمة في كل ما يتعلق بالدنيا، ومنها إحلال الطيبات) ^٢.

وقال: { وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ } (المائدة: ٨٨)، وفي ختام الآية الكريمة بالأمر بالتقوى الداعية لامثال الأوامر، واجتناب النواهي تأكيداً للتوصية بما أمر، وزاد التأكيد

١ الطب الوقائي في القرآن الكريم، لخليل محمد قدور شومان، دار الكتاب الثقافي، ط: ١، ٢٠٠٤م، ص ٨٢.

٢ مفاتيح الغيب (التفسير الكبير)، أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (ت: ٦٠٦هـ)، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ٣، ١٤٢٠هـ، (١١/ ٢٩٣).

بقوله : {الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ} لأن الإيمان به يوجب التقوى في الانتهاء إلى ما أمر به و عما نهى عنه ^١.

المطلب الثاني: التوازن والاعتدال في تناول الطعام.

الوسطية والاعتدال قاعدة مهمة من قواعد الدين، وركيزة أساسية من ركائزه، وهي منهج الإسلام في كل أمر، يقول الله تعالى: (إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ) (القمر: ٤٩)، فكل التشريعات الإسلامية قائمة على قاعدة: (لا إفراط ولا تفريط)، وقد وضعت الشريعة لكل أمر منهجاً وسطاً متوازناً، ويظهر ذلك واضحاً جلياً في التعامل مع الطعام، وما يجب أن يراعيه المسلم من عدم الإسراف والتقتير عند تناول الطعام، يدل على ذلك قوله تعالى: {يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ} (الأعراف: ٣١).

فالآية الكريمة تدعو إلى التوازن، وعدم الإسراف، لأن تقوى الله تقتضى أن يكون الإنسان معتدلاً في أموره كلها فينبغي أن لا يسرف حتى فيما أباحه الله سبحانه وتعالى، يقول الإمام الرازي: (لم يقل تعالى: كلوا ما رزقكم الله ولكن قال سبحانه: {وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ} (المائدة: ٨٨) ، (وكلمة (من) للتبعيض، فأنه قال: اقتصروا في الأكل على البعض واصرفوا البقية إلى الصدقات والخيرات لأنه إرشاد إلى ترك الإسراف) ^٢.

وقال تعالى: {وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ

١ انظر: الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل، أبو القاسم محمود بن عمرو بن أحمد، الزمخشري جار الله (ت: ٥٣٨هـ)، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: ٣، ١٤٠٧ هـ، (١/ ٦٧٢).

٢ تفسير الفخر الرازي (١٢/ ٤١٨).

ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ {
(الأنعام: ١٤١) .

الآية الكريمة فيها نهي عن الإسراف في الأكل والشرب لما في ذلك من الأضرار التي تعود على الإنسان، وقد رجح ابن كثير أن النهي عن الإسراف في الآية الكريمة يعود إلى الأكل، والمعنى ولا تسرفوا في الأكل لما فيه من مضرة العقل والبدن.^١

وحذر النبي -صلى الله عليه وسلم- من الإفراط في تناول الطعام، وضرورة الاعتدال، فقال: سمعت رسول الله -صلى الله عليه وسلم- يقول: «مَا مَلَأَ أَدَمِيَّ وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. بِحَسَبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتٍ يُقْمَنَ صُلْبُهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتَلْتُ لَطْعَامِهِ وَتَلْتُ لَشْرَابِهِ وَتَلْتُ لِنَفْسِهِ»^٢.

فعلى الإنسان أن يلاحظ الكمية التي يتناولها حتى لا يصل إلى حد التخمة، فيكفيه من الطعام ما يقيم صلبه، ويحافظ على قوته، فالإسلام حريص على الاعتدال في كل شيء خاصة في تناول الغذاء لأنه يؤثر على صحة الإنسان، وهذه الأسس التربوية من التوجهات الأصيلة التي ربي عليها الرسول -صلى الله عليه وسلم- الأمة الإسلامية.

يقول ابن قيم الجوزية (فإذا توسط في الغذاء، وتناول منه قدر الحاجة، وكان معتدلاً في كميته وكيفيته، كان انتفاع البدن به أكثر من انتفاعه بالغذاء الكثير).^٣

١ تفسير القرآن العظيم المسمى تفسير ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي الدمشقي، تحقيق: محمد حسين شمس الدين، دار الكتب العلمية، منشورات محمد علي بيضون - بيروت، ط: ١، ١٤١٩ هـ، (٣/ ٣١٤).

٢ أخرجه الترمذي في أبواب الزهد عن رسول الله صلى الله عليه وسلم، باب ما جاء في كراهية كثرة الأكل، حديث رقم (٢٣٨٠)، (٤/ ٥٩٠).

٣ الطب النبوي (جزء من كتاب زاد المعاد لابن القيم)، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١هـ)، دار الهلال - بيروت، ط: بدون، ص ١٦.

ويؤكد العلم الحديث على أن الإفراط في الطعام يؤدي إلى مشاكل صحية كبيرة قد يكون نهايتها الهلاك، فالسمنة تعد من أخطر الأمراض وتقول الاحصائيات انه كلما زاد الوزن عن ٣٠% من المعدل الطبيعي زادت نسبة الوفيات ٣٠%، وإذا زادت نسبة الوزن إلى ٣٥% ارتفعت نسبة الوفاة إلى ٥٠%، وتصبح ١٠٠% إذا تضاعف الوزن.

ومن الأمراض التي تسببها السمنة احتشاء العضلة القلبية، وخرق الصدر وداء السكري وفرط توتر الدم^١.

(إن الإكثار من الطعام يصيب المعدة بالإرهاق والكسل عن الهضم وتخمر الأغذية وقد يحدث القرحة والالتهابات في المعدة والمريء والاثني عشر وكثيرا ما تتمدد المعدة بسبب زيادة الطعام وتحدث فيها جيوب خارجية يترسب فيها الطعام الزائد و يتعفن... وتحدث هذه الأمراض كلها عن الأكل الزائد)^٢.

(ويصحب السمنة عادة كثير من الأمراض مثل السكري وضغط الدم والذبحة الصدرية وآلام المفاصل، وقد يؤدي الإسراف في الطعام إلى زيادة مادة الكوليسترول في الدم وهذا يزيد من إصابة شرايين القلب بالتضييق نتيجة الترسب فيها)^٣.

جاء في مجلة منبر الصحة العالمي: (يرجع أكثر من ٨٠% من الوفيات في أمراض القلب إلى مرض القلب الإقفاري الذي يرجع إلى ثلاثة عوامل رئيسية هي: ارتفاع كوليسترول المصل، ارتفاع ضغط الدم، تدخين

١ انظر: إعجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، دار جياذ للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية، جدة، ط: ١، ١٤٣٣-٢٠١٢م، ص ١٠٧.

٢ الطب الوقائي في الإسلام، د أحمد شوقي الفنجري، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط: ٣، ١٩٩١م، ص ٥٣.

٣ الطب الوقائي في الإسلام، عمر محمود عبد الله، الزهراء الحديث، الموصل، ط: ١٩٩٠م، ص ٢٠٨.

السجائر، وكلما ارتفع كل منها زادت درجة الخطر، وسبب ذلك راجع إلى أسلوب المعيشة الغذائي^١.

كما (أن البدانة عند النساء تزيد من احتمالات الإصابة بسرطان الثدي وسرطان الغشاء المبطن للرحم).

كما يؤثر الإسراف في الطعام والشراب على نفس الإنسان، فتحد التخمّة من امكاناته ونشاطاته، فيتبدل التفكير ويكثر النوم ويموت الإبداع^٢. ونلاحظ أن النصوص لم تحدد كمية معينة من الطعام يلتزم المسلم بتناولها، ولا يزيد عليها، لأن الحاجة إلى الطعام تختلف من إنسان إلى آخر حسب طبيعة عمله، وعمره، واحتياجاته المختلفة.

فقوله تعالى: {وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا} (الأعراف: ٣١)، إرشاد من الله - سبحانه وتعالى - إلى عباده بتناول الطعام والشراب حسب الحاجة بحيث يكون بالكمية والكيفية المناسبة التي ينفع بها الجسم، فإذا زاد عن ذلك أو نقص كان في ذلك الضرر، وكلا الأمرين مانع من الصحة جالب للمرض. ذكر الإمام القرطبي في تفسيره لقوله -تعالى-: {وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا} قول (ابن عباس: أحل الله في هذه الآية الأكل والشرب ما لم يكن سرفاً أو مخيلة. فأما ما تدعو الحاجة إليه، وهو ما سد الجوعة وسكن الظمأ، فمندوب إليه عقلاً وشرعاً، لما فيه من حفظ النفس وحراسة الحواس)^٣.

(فأرشد عباده إلى إدخال ما يقيم البدن من الطعام والشراب عوض ما تحلل منه، وأن يكون بقدر ما ينتفع به البدن في الكمية والكيفية، فمتى جاوز

١ الوقاية من أمراض القلب والسرطان والسكتة، ستيفن هافاس، مجلة: منبر الصحة العالمي، ع: ٣، ١٩٨٧م، (٨/ ٣٣٢)، بتصرف.

٢ إعجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص ١٠٨.
٣ الجامع لأحكام القرآن (تفسير القرطبي)، أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (ت: ٦٧١هـ)، تحقيق: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية - القاهرة، ط: ٢، ١٣٨٤هـ - ١٩٦٤م، (٧/ ١٩١).

ذلك كان إسرافاً، وكلاهما مائع من الصحة جالب للمرض.... ولا ريب أن البدن دائماً في التحلل والاستخلاف^١.

وإذا كانت الزيادة في الطعام تسبب الأمراض والسمنة فهذا لا يعني أن يقلل الإنسان من الطعام لدرجة الضعف، يقول الماوردي: (ورد الشرع بالنهي عن الوصال بين صوم اليومين؛ لأنه يضعف الجسد ويميت النفس ويعجز عن العبادة. وكل ذلك يمنع منه الشرع ويدفع عنه العقل، وليس لمن منع نفسه قدر الحاجة حظ من بر، ولا نصيب من زهد؛ لأن ما حرّمها من فعل الطاعات بالعجز والضعف أكثر ثواباً وأعظم أجراً^٢).

المطلب الثالث: موقف الإسلام من تحريم الطيبات.

أحل الله - سبحانه وتعالى - الطيبات، وأباح لعباده التمتع بها دون إسراف أو تقتير، ونهى عن تحريم شيء مما أحله، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ﴾ (المائدة: ٨٧).

يقول الدكتور محمد سيد طنطاوي: (لا تحرموا - أيها المؤمنون - على أنفسكم ما أحله الله لكم من طيبات... فإنه سبحانه لا يحب الذين يتجاوزون حدود شريعته، وسنن فطرته^٣).

وقد وقف الإسلام موقف المنكر، وبين أن هذا الأمر ليس من الإسلام في شيء، فتقوى الله داعية لامتنال أو امره، واجتناب نواهيه، قال جل شأنه: ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ﴾ (المائدة: ٨٨).

١ انظر: زاد المعاد في هدي خير العباد، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١هـ)، مؤسسة الرسالة، بيروت، ط: ٢٧، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م، (٤ / ١٩٥).

٢ أدب الدنيا والدين، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (ت: ٤٥٠هـ)، دار مكتبة الحياة، ط: ١، ١٩٨٦م، ص ٣٤٨، ٣٤٩. وتفسير القرطبي (٧ / ١٩١).

٣ انظر: التفسير الوسيط للقرآن الكريم، د. محمد سيد طنطاوي، دار نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع، الفجالة - القاهرة، ط: ١، ١٩٩٧م، (٤ / ٢٦١).

وفي ذلك تأكيداً للتوصية بما أمر به (لأن الإيمان به يوجب التقوى في الانتهاء إلى ما أمر و عما نهى عنه).^١

فالحلال الطيب لا ينافي التقوى، ولقد بين النبي - صلى الله عليه وسلم - ذلك بفعله الشريف، وقد كان - عليه السلام - يأكل ثريد اللحم ويمتدحه، فقد روى الإمام البخاري بسنده إلى أبي موسى الأشعري - رضى الله عنه - قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - «كَمَلَ مِنَ الرَّجَالِ كَثِيرٌ، وَلَمْ يَكْمَلْ مِنَ النِّسَاءِ إِلَّا مَرِيْمُ بِنْتُ عِمْرَانَ، وَأَسِيَّةُ امْرَأَةِ فِرْعَوْنَ، وَفَضْلُ عَائِشَةَ عَلَى النِّسَاءِ كَفَضْلِ الثَّرِيدِ عَلَى سَائِرِ الطَّعَامِ»^٢.

وقد وردت عدة روايات في انصراف بعض أصحاب رسول الله - صلى الله عليه وسلم - إلى المبالغة في الزهد منها: ما رواه أنس بن مالك - رضى الله عنه - حيث قال: جَاءَ ثَلَاثَةٌ رَهْطٍ إِلَى بُيُوتِ أَزْوَاجِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَسْأَلُونَ عَنْ عِبَادَةِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَلَمَّا أُخْبِرُوا كَانَهُمْ تَقَالُوهَا، فَقَالُوا: وَأَيْنَ نَحْنُ مِنَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ؟ قَدْ غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وَمَا تَأَخَّرَ، قَالَ أَحَدُهُمْ: أَمَا أَنَا فَإِنِّي أُصَلِّي اللَّيْلَ أَبَدًا، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَصُومُ الدَّهْرَ وَلَا أَفْطِرُ، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَعْتَرِلُ النِّسَاءَ فَلَا أَتَزَوَّجُ أَبَدًا، فَجَاءَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَيْهِمْ، فَقَالَ: «أَنْتُمْ الَّذِينَ قُلْتُمْ كَذَا وَكَذَا، أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتَقَاكُمْ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأَفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي»^٣.

(والحكمة في ذلك النهى أن الله يحب أن يستعمل عباده نعمه فيما خلقت لأجله ويشكروه على ذلك، ويكره لهم أن يجنوا على الشريعة التي

١ الكشاف، للزمخشري، (١/ ٦٧٢).

٢ أخرجه الإمام البخاري في صحيحه، كتاب أصحاب النبي - صلى الله عليه وسلم - ، باب فضل عائشة - رضى الله عنها - ، حديث رقم (٣٧٦٩)، (٥/ ٢٩).

٣ أخرجه الإمام البخاري في صحيحه، كتاب النكاح، باب الترغيب في النكاح لقوله تعالى: (فانكحوا ما طاب لكم من النساء)، حديث رقم (٥٠٦٣) ، (٧/ ٢).

شرعها لهم فيغلوا فيها بتحريم ما لم يحرمه، كما يكره لهم أن يفرطوا فيها بإباحة ما حرمه أو ترك ما فرضه، وقد أشار إلى ذلك بقوله: «يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ»^١ (البقرة : ١٧٢).

كما أن ترك هذه الطيبات يؤدي إلى ضعف العقول والأجسام، والإسلام يريد من أتباعه أن يكونوا أقوياء في عقولهم وفي أجسامهم وفي سائر شئونهم، لأن المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف كما جاء في الحديث الشريف^٢.

وليس لأحد من البشر أن يحرم ما أحل الله أو يحل ما حرم الله، فحق التحليل والتحريم لله تعالى لا لغيره، يقول الإمام القرطبي: (لا يجوز لأحد من المسلمين تحريم شيء مما أحل الله لعباده المؤمنين على نفسه من طيبات المطاعم والملابس والمناخ إذا خاف على نفسه بإحلال ذلك بها بعض العنت والمشقة)^٣.

المطلب الرابع: الحفاظ على الطعام والشراب من التلوث:

النظافة أول وأهم مراحل الوقاية من الأمراض، لذلك اهتم بها الإسلام اهتماماً بالغاً، وأطلق عليها اسم الطهارة ولم يكتف بأن يجعلها جزءاً من الإسلام، وإنما رفع مكانتها لتصبح شرط الإيمان، فقال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: «الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ»^٤.

١ تفسير المراغي، (٧/ ١١).

٢ جزء من حديث أخرجه الإمام مسلم في صحيحه، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير لله، حديث رقم (٢٦٦٤)، (٤/ ٢٠٥٢)، وأوله: (المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير).

٣ انظر: تفسير القرطبي (٦/ ٢٦٢).

٤ أخرجه الإمام مسلم في صحيحه: كتاب الطهارة، باب فضل الوضوء، حديث رقم: (٢٢٣)، (١/ ٢٠٣).

وبين الله تعالى في كتابه العزيز مكانة المتطهرين، فقال: { وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ } (التوبة: ١٠٨) ، وأكد هذه المكانة بقوله: { إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: ٢٢٢).

ويظهر ذلك واضحاً جلياً في الآداب التي تتعلق بالطعام والشراب، فقد وجه الإسلام أتباعه إلى الحفاظ على نظافة الطعام والشراب من مصادر انتقال الأمراض المعدية بتطبيق مجموعة من الآداب منها:

أولاً: تخصيص اليد اليمنى للطعام:

من أهم تعاليم الإسلام التي لها دور أساسي في الحفاظ على الصحة وحمايتها، بالوقاية من الأمراض والميكروبات، تخصيص الإسلام اليد اليمنى للأكل والمصافحة، وما طاب وحسن من الأشياء، وتخصيص اليد اليسرى لمباشرة الأذى والخلاء، وما استقدر من الأشياء، حتى لا ينتقل التلوث إلى الطعام، يدل على ذلك ما روى عن السيدة عائشة رضي الله عنها- أنها قالت: «كَانَتْ يَدُ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ-الْيُمْنَى لِطُهُورِهِ وَطَعَامِهِ، وَكَانَتْ يَدُهُ الْيُسْرَى لِخَلَائِهِ، وَمَا كَانَ مِنْ أَدَى»^١.

وقال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: «يَا غُلَامُ، سَمَّ اللَّهُ، وَكُلْ بِيَمِينِكَ، وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ»^٢.

في هذا بيان من النبي -صلى الله عليه وسلم- أن الأكل وتناول الطعام يكون باليد اليمنى فقط، وقد ثبت أن (البول والبراز يعتبران من

١ أخرجه أبو داود في كتاب الطهارة، باب كراهية مس الذكر باليمين في الاستبراء، حديث رقم (٣٣) ، انظر: سنن أبي داود، أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (ت: ٢٧٥هـ)، تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد، المكتبة العصرية، صيدا - بيروت (١/ ٩).

٢ أخرجه البخاري في صحيحه: كتاب الأطعمة، باب التسمية على الطعام والأكل باليمين، حديث رقم (٥٣٧٦)، (٧/ ٦٨). وأخرجه مسلم، كتاب الأشربة، باب آداب الطعام والشراب وأحكامهما، حديث رقم (٢٠٢٢)، (٣/ ١٥٩٩).

مصادر هذه الجراثيم والديدان - حيث يحتوي الجرام الواحد من البراز على أكثر من مائة ألف مليون جرثومة^١.

ثانياً: الحفاظ على نظافة أواني الطعام والشراب:

وجه النبي -صلى الله عليه وسلم- إلى أهمية نظافة الأواني التي يوضع فيها الطعام والشراب، وتغطيتها، حفاظاً عليها من انتقال الأمراض المعدية والميكروبات الموجودة في الجو، والتي يمكن أن تنتقل إليه إذا تركت الأواني مكشوفة وتناولها الإنسان، فقال: «إِذَا كَانَ جُنْحُ اللَّيْلِ، أَوْ أَمْسَيْتُمْ، فَكْفُوا صِبْيَانَكُمْ، فَإِنَّ الشَّيَاطِينَ تَنْتَشِرُ حِينَئِذٍ، فَإِذَا ذَهَبَتْ سَاعَةٌ مِنَ اللَّيْلِ فَخَلُّوهُمْ، وَأَغْلِقُوا الْأَبْوَابَ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ لَا يَفْتَحُ بَابًا مُغْلَقًا»^٢.

وعن جابر بن عبد الله، قال: سمعت رسول الله -صلى الله عليه وسلم-، يقول: «غَطُّوا الْإِنَاءَ، وَأَوْكُوا السَّقَاءَ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزَلُ فِيهَا وَبَاءٌ، لَا يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ، أَوْ سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ، إِلَّا نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ»^٣.

هذه التوجيهات توضح اهتمامه بكل ما يتعلق بصحة الإنسان، ويفيد في وقايته من الأمراض التي يمكن أن تنتقل إليه عن طريق الطعام .

١ من إجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكاننات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص ٦٣.

٢ أخرجه البخاري ، كتاب الأشربة، باب تغطية الإناء، حديث رقم (٥٦٢٣)، (٧/ ١١١).

٣ أخرجه مسلم، كتاب الأشربة، باب الأمر بتغطية الإناء وإيكاء السقاء، وإغلاق الأبواب، وذكر اسم الله عليها، وإطفاء السراج والنار عند النوم، وكف الصبيان والمواشي بعد المغرب، حديث رقم (٢٠١٤)، (٣/ ١٥٩٦).

ثالثاً: عدم النفخ في الطعام والشراب:

عن ابن عباس- رضي الله عنه- قال: «لَمْ يَكُنْ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَنْفُخُ فِي طَعَامٍ، وَلَا شَرَابٍ، وَلَا يَتَنَفَّسُ فِي الْإِنَاءِ»^١.
ويعد هذا التوجيه قمة الحفاظ على الصحة من الميكروبات الضارة التي يمكن أن تنتقل للطعام والشراب من الهواء الخارج من الفم، وتسبب الأمراض لمن يتناول هذا الطعام أو الشراب، وقد ثبت أن (نفخ الرزاز وزفره يؤدي إلى انتقال كثير من الأمراض المعدية كالأنفلونزا وشلل الأطفال والنكاف والحصبة الألمانية والرشح والتهاب الحلق والجدري والسل وغيرها من الأمراض وخاصة الفيروسية)^٢.

رابعاً: النهي عن الشرب من فم السقاء، والتنفس في آنية الماء:

ومن التوجيهات النبوية الكريمة للوقاية من الأمراض، وتجنب انتقالها من شخص إلى آخر، نهيه -صلى الله عليه وسلم- عن الشرب من في السقاء، فقد روى عن ابن عباس-رضي الله عنهما- «أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى أَنْ يُتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ أَوْ يُنْفَخَ فِيهِ»^٣، فإن هذا الفعل يترتب عليه تغير الشراب، وفساده، حيث يختلط بالماء ما يختلط به ريقه، وما أكل منه وتغذي عليه، وهو ما أشارت إليه السيدة عائشة -رضي الله عنها- «أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى أَنْ يُشْرَبَ مِنْ فِي السَّقَاءِ لِأَنَّ ذَلِكَ يُنْتَنُهُ»^٤.

١ سنن ابن ماجه، كتاب الأطعمة، باب النفخ في الطعام، حديث رقم (٣٢٨٨)، (٢/ ١٠٩٤).

٢ من إجازات القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص ٦٣.

٣ أخرجه الترمذي في أبواب الأشربة عن رسول الله -صلى الله عليه وسلم-، باب ما جاء في كراهية النفخ في الشراب، رقم الحديث (١٨٨٨)، (٤/ ٣٠٤)، وقال الترمذي: هذا حديث حسن صحيح.

٤ أخرجه الحاكم في المستدرک، كتاب الأشربة حديث رقم (٧٢١١)، انظر: المستدرک على الصحيحين، أبو عبد الله الحاكم محمد بن عبد الله بن محمد بن حمدويه بن نعيم بن الحكم الضبي الطهماني النيسابوري المعروف بابن البيع (ت: ٤٠٥هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤١١ - ١٩٩٠، (٤/ ١٥٦)، وقال الحاكم: "هذا حديث صحيح الإسناد ولم يخرجاه"، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة، رقم الحديث (٤٠٠)، انظر:

قال ابن حجر (وهذا يقتضي أن يكون النهي خاصا بمن يشرب فيتتنفس داخل الإناء أو باشر بفمه باطن السقاء أما من صب من القربة داخل فمه من غير مماسة فلا)^١.

ونهى -صلى الله عليه وسلم- عن التنفس في أنية الماء فقال «إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَنْتَفَسْ فِي الْإِنَاءِ»^٢، وذلك منعا لما يمكن نقله من الجراثيم والميكروبات.

=

سلسلة الأحاديث الصحيحة وشيء من فقها وفوائدها، أبو عبد الرحمن محمد ناصر الدين، بن الحاج نوح بن نجاتي بن آدم، الأشقودري الألباني (ت: ١٤٢٠هـ)، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، ط: ١، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٥ م، (١/ ٧٥٧).

١ فتح الباري شرح صحيح البخاري، أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني الشافعي، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي، قام بإخراجه وصححه وأشرف على طبعه: عبد العزيز بن عبد الله بن باز، دار المعرفة - بيروت، ١٣٧٩، (١٠ / ٩١).

٢ أخرجه الترمذي في أبواب الأشربة عن رسول الله -صلى الله عليه وسلم-، باب ما جاء في كراهية التنفس في الإناء، حديث رقم (١٨٨٩)، (٤ / ٣٠٤)، وقال الترمذي : هذا حديث حسن صحيح.

المبحث الثالث: الأضرار الصحية لأكل ما حرم الله تعالى من الأطعمة.

المطلب الأول: الوقاية من الأمراض باجتنب مسبباتها من الأطعمة الضارة:
ومن أهم أسباب الوقاية من الأمراض تحريم الإسلام لأنواع من الأطعمة هي من مسببات الأمراض، ووسائل لنقلها، قال الله تعالى: {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبْعُ إِلَّا مَا ذَكَيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ذَلِكَ فُسْقُ الْيَوْمِ يَسِ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنَ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمِهِ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (المائدة:٣).

وقال عز وجل: {قُلْ لَّا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رَجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (الأنعام:١٤٥).

وقال تعالى: {إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (النحل:١١٥) .
وقال : {إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (البقرة:١٧٣).

فذكر الله سبحانه وتعالى- الأطعمة المحرمة اجمالاً في بعض الآيات وفصلها في آيات أخرى، تأكيداً للتحريم، وإزالة للشبهة.
ومما يجب أن يستقر في قلب المسلم أن الله تبارك وتعالى يحرم الأشياء لحكمة عظيمة، قد تخفى لدقتها على كثير من الناس، وقد يوفق الله البعض لمعرفة الوقوف عليها.

والحكمة في تحريم هذه الأطعمة واضحة، أكدتها وأثبتتها الأبحاث العلمية والطبية، وشهد لها العلماء بعد اختراع الأجهزة الحديثة، فبينوا الأضرار الخطيرة لهذه المأكولات، وذكروا بعض أسباب تحريمها في التشريع الإسلامي الذي حفظ المسلمين قرونا قبل اختراع المجاهر والأجهزة الحديثة، وهذه الأطعمة هي:

أولاً: الميتة وما في حكمها:

والمقصود بالميتة: (ما فارقت الروح من غير ذكاة مما يذبح)^١
قال تعالى {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلِيَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَيْتُمْ }
(المائدة: ٣).

وتحريم الميتة يتماشى مع الطباع السليمة، فقد جبلت النفوس على استنقاذ الميتة، والأنفة من أكلها، كما أن أكل الميتة يسبب أضراراً للصحة، يقول الفخر الرازي (فإذا مات الحيوان حتف أنفه احتبس الدم في عروقه وتعفن وفسد وحصل من أكله مضار عظيمة).^٢

و(من المعروف أن الحيوان لا يموت إلا لسببين: إما لشيخوخة وكبر السن، وإما لمرض أو بسبب أكله بعض الأعشاب السامة أو المواد الكيماوية القاتلة وفي هذه الحالة فإن أثرها يبقى في لحمه ويصيب من يأكله، وأما الشيخوخة، فالحيوان الذي يموت يصاب بتليف في جميع أنسجة جسمه فيفقد قيمته الغذائية ويصبح عسر الهضم في الأمعاء).^٣

يأخذ حكم الميتة في التحريم: المنخنقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما أكل السبع مما لم يذكى الذكاة الشرعية، وتفصيل ذلك على النحو التالي:

١ الجامع لأحكام القرآن للقرطبي، (٢/ ٣١٧).

٢ تفسير الفخر الرازي، (١١/ ٢٨٣).

٣ الطب الوقائي في الإسلام، د. أحمد شوقي الفنجري، ص ٤١، ٤٢.

١- **المنخقة**، وهي: (التي تموت خنقا وهو حبس النفس سواء فعل بها ذلك آدمي أو اتفق لها ذلك في حجر أو شجرة أو بحبل أو نحوه)^١.
وهي محرمة، لقوله تعالى: { حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ
الْخَنزِيرِ وَمَا أَهَلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ } (المائدة: ٣)، وحكمة تحريم
المنخقة أن الموت بانحباس النفس يفسد الدم باحتباس الحوامض الفحمية
الكائنة فيه فتصير أجزاء اللحم المشتمل على الدم مضرّة لأكله^٢، (كما أن
الاختناق يزيد من سرعة تعفن الجثة)^٣.

يضاف إلى ذلك أن خنق الحيوان يعد من القسوة التي نهى عنها
الإسلام، فهو دين الرحمة والرفق بالحيوان، يدل على ذلك ما أخرجه الإمام
مسلم بسنده إلى شداد بن أوس قال: «تنتان حفظتهما عن رسول الله صلى
الله عليه وسلم- قال: «إِنَّ اللَّهَ كَتَبَ الْإِحْسَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ، فَإِذَا قَتَلْتُمْ
فَأَحْسِنُوا الْقِتْلَةَ، وَإِذَا ذَبَحْتُمْ فَأَحْسِنُوا الذَّبْحَ، وَلْيُجِدَّ أَحَدُكُمْ شَفْرَتَهُ، فَلْيُرِحْ
ذَبِيحَتَهُ»^٤.

١ المحرر الوجيز لابن عطية، (٢/ ١٥٠).

٢ التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد»، محمد
الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (ت: ١٣٩٣هـ)، دار التونسية للنشر -
تونس، ١٩٨٤م، (٦/ ٩١).

٣ الوقاية من كل داء، لابن مقصد العبدي، قدم له: محمد ابن اسماعيل العمراني، والششيخ خالد
فكري، دار الكتاب والسنة، ط: ٢، ١٤٣٥هـ - ٢٠١٥م، ص ٢٥٢.

٤ أخرجه الإمام مسلم في صحيحه، كتاب الصيد والذبائح وما يؤكل من الحيوان، باب الأمر بإحسان
الذبح والقتل، وتحديد الشفرة، حديث رقم (١٩٥٥)، (٣/ ١٥٤٨).

٢- الموقوذة، وهي: (التي تضرب حتى توقد، أي: تشرف على الموت، ثم تترك حتى تموت، وتؤكل بغير ذكاة)^١.

وقد أنكر الإسلام هذه الجريمة، وحرم أكل الحيوان إذا كان موته نتيجة تعرضه للضرب، قال تعالى: {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَلَحْمُ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ} (المائدة: ٣)..

٣- المتردية، وهي: (الواقعة من جبل أو حائط، أو في بئر)^٢، قال تعالى: {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَلَحْمُ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ} (المائدة: ٣).

والحكمة من تحريم المتردية: كالحكمة من المنخقة والموقوذة لانحباس الدم الموجود فيها، كما أن (الرض يسبب انتشار للدم تحت الجلد وداخل اللحم والأنسجة في الأماكن المرضوضة، وقد تكون به جروح تسهل عبور جراثيم الهواء إلى داخل الأنسجة فتعجل بتحللها وفسادها) كما أن تحريمها فيه عقوبة من الله لمن أهمل في رعايتها.

٤- النطيحة، لقوله تعالى: {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالِدَمُّ وَلَحْمُ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ} (المائدة: ٣).

(والنطيحة، هي التي تنطحها أخرى فتموت)^٤.

١ زاد المسير في علم التفسير، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (ت: ٥٩٧هـ)، تحقيق: عبد الرزاق المهدي، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: ١ - ١٤٢٢ هـ، (١/ ٥١٠).

٢ زاد المسير لابن الجوزي (١/ ٥١٠).

٣ الوقاية من كل داء، لابن مقصد العبدلي، ص ٢٥٢.

٤ معالم التنزيل في تفسير القرآن (تفسير البغوي)، أبو محمد الحسين بن مسعود بن محمد بن الفراء البغوي الشافعي (ت: ٥١٠هـ)، تحقيق: عبد الرزاق المهدي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ١، ١٤٢٠ هـ، (٢/ ٧٤٣).

والحكمة في تحريم النطيحة: أنها لما ماتت ولم يسئل دمها صار لحمها ضاراً لانحباس الدم فيها، وفي تحريمها عقاب من الله - عز وجل - لأصحابها حيث أهملوها، ولم يكونوا في رعايتها حتى قتل بعضها بعضاً.

٥- ما أكل السبع، قال تعالى: {حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخَنزِيرِ وَمَا أُهْلِلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبْعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ} (المائدة:٣).

والسبع (ما له ناب من السباع ويعدو على الناس والدواب فيفترسها مثل الأسد والذئب والنمر والفهد وما أشبهها) ^١.

ومما ينبغي أن يعلم هنا أنه ليس المراد بما أكل السبع ما أكله السبع وصار في جوفه لأن هذا أصبح عدماً لا حكم له، وإنما المراد ما بقي مما أكل السبع منه، ففي الآية محذوف تقديره: وما أكل منه السبع. ^٢

و الحكمة في تحريم ما أكل السبع أن (ما تحمله السباع من جراثيم وكائنات دقيقة فتاكة بين أنيابها تؤدي نفس النتيجة بأنسجة الحيوان ولحمه مما تجعله يشكل خطراً داهماً على حياة الإنسان حينما يؤكل لحمه) ^٣.

كما أن في تحريم ما أكل السبع تكريم للإنسان، وصيانة له، ورفعاً لقدره، أن يأكل من فضلات السباع والجوارح.

وقد نص القرآن الكريم على هذه الأنواع في قوله تعالى: {وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبْعُ} (المائدة: ٣) مع أنها داخلية في عداد الميتة التي افتتح الله الآية بها وإن اختلفت أسباب الموت من خنق أو ترد أو نطح أو غير ذلك .

١ لسان العرب لابن منظور، كتاب العين المهملة، فصل السين المهملة، (٨/ ١٤٧).

٢ انظر: غرائب القرآن و رغائب الفرقان، نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري

(ت: ٨٥٠هـ)، تحقيق: الشيخ زكريا عميرات، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١ - ١٤١٦

هـ، (٢/ ٥٤٥).

٣ الوقاية من كل داء، لابن مقصد العبدي، ص ٢٥٢.

(أنهم كانوا لا يعدون الميتة إلا ما مات حتف من دون شيء من هذه الأسباب، فأعلمهم الله سبحانه أن حكم الجميع واحد، وأن وجه الاستباحة هو التذكية الشرعية فقط).^١

ثانياً: الدم :

قال تعالي: **رَقُلْ لَّا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَن يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أَلَّهُ لَغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ** { (الأنعام : ١٤٥).

والمراد بالدم: (المائع الذي يسفح ويراق من الحيوان وإن جمد بعد ذلك).^٢

وقد ثبت مؤخراً أن الدم المسفوح يحمل كثيراً من الجراثيم والأوبئة ويسبب الكثير من الأمراض، فهو (من أخطر الأوساط لنمو شتى الجراثيم وانتشارها وحينما يسفح الدم بالذبح أو الفصد فإنه ينعزل عن الأوعية الدموية التي تحفظ حيويته وتقيه من التلوث حيث تفقد كريات الدم البيضاء قدرتها على التهام الجراثيم وتموت خلايا جهاز المناعة، وتهدم آلياته فتتكاثر الجراثيم بسرعة مذهلة، وتفرز سموماً (Toxins) فتاكة قد تكون أشد مقاومة لحرارة الطبخ من الجراثيم ذاتها).^٣

ومما يزيد من خطورة تناول الدم (أن إحدى وظائفه هي نقل فضلات الجسم، وسمومه؛ ليصار إلى طرحها، وأهم المواد التي يحويها الدم هي البولة وحمض البول، وهي المستقلبات النهائية الناتجة عن تقويض البروتينات، ويحمل بعض السموم التي ينقلها من الأمعاء إلى الكبد بغية

١ المرجع السابق ، ص ٢٥٢ .

٢ تفسير المراغي، (٦ / ٤٧).

٣ من إعجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص٧٧.

تعديلها، فإذا ما تناول الإنسان كميات من الدم فإن هذه المركبات تمتص، ويرتفع مقدارها في الجسم، إضافة إلى المركبات التي تنتج عن هضم الدم ذاته، مما يؤدي إلى ارتفاع نسبة البولة الدموية، وبالتالي إلى حدوث اعتلال دماغي^١.

ومن مضار تناول الدم أيضاً أنه يؤدي إلى حدوث فشل كلوي، كما أن ارتفاع نسبة الأمونيا يمكن أن تؤدي إلى حدوث غيبوبة كبدية^٢. إلى جانب أن شرب الدم (يورث ضراوة في الإنسان فتغلظ طباعه ويصير كالحيوان المفترس، وهذا مناف لمقصد الشريعة)^٣.

واستثني الإسلام من عموم التحريم الكبد والطحال، يدل على ذلك قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: «أُحِلَّتْ لَكُمْ مَيْتَاتَانِ وَدَمَانٍ، فَأَمَّا الْمَيْتَاتَانِ، فَالْحَوْتُ وَالْجَرَادُ، وَأَمَّا الدَّمَانِ، فَالْكَبِدُ وَالطَّحَالُ»^٤.

(فإنهما سميا بذلك من قبيل التشبيه لاحتوائها على كمية كبيرة من الدم وهما نسيجان عضويان لهما وظائفهما الخاصة، ولم يثبت طبيياً أي ضرر من أكل الكبد أو الطحال بل على العكس فهما مادتان غذائيتان غنيتان بالكثير من المواد الهامة كالجلايكوجين والحديد والبروتين والفيتامين)^٥.

١ موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، محمد راتب النابلسي، دار المكتبي، سورية - دمشق، ط: ٢، ١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م، (١٧٧/٢).

٢ انظر: الاعجاز العلمي في الإسلام: القرآن الكريم، محمد كامل عبد الصمد، دار الكتب الحديثة، ط: ٢، ١٩٩٣م، ص-٢٦٢، ٢٦١.

٣ التحرير والتتوير لابن عاشور (١١٨/٢).

٤ سنن ابن ماجه، كتاب الأطعمة، باب الكبد والطحال، حديث رقم (٣٣١٤)، (١١٠٢/٢)، وصححه الألباني، كتاب الأطعمة، باب الذكاة، حديث رقم (٢٥٢٦)، انظر: إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل، محمد ناصر الدين الألباني (ت: ١٤٢٠هـ)، إشراف: زهير الشاويش، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: ٢، ١٤٠٥ هـ - ١٩٨٥ م، (١٦٤/٨).

٥ الإعجاز الطبي في الحديث النبوي، زياد عواد أبو حماد، رسالة دكتوراه - جامعة أم درمان الإسلامية، ١٤٠٦ هـ - ١٩٩٥ م، ص ٧٧.

هذا وإن تحريم المولى عز وجل للميتة والدم والمنخقة والموقوذة والمتردية والنطيحة وما أكل السبع ليدل دلالة واضحة علي أن القرآن الكريم الذي أنزله الله علي رسوله - صلي الله عليه وسلم - منذ أربعة عشر قرناً من الزمان هو المعجزة الخالدة الذي لا يزال العلم الحديث يكشف عن كثير من أسرارهِ وإعجازه علي مر الأيام والعصور .

ومن ذلك ما أظهرته الدراسات الحديثة من أهمية تذكية الحيوان تذكية شرعية لأن (الدم بعد فقدان الحياة يصبح بحكم تركيبه من أصلح الأوساط لنمو الجراثيم بعد أن كان وسيلة الدفاع الكبرى ضدها أثناء الحياة، فالتذكية الشرعية تؤمن استنزاف دم الحيوان على أحسن وجه، بقطع أوردة الرقبة وشرابينها الكبيرة، ويساعد في ذلك حركات الحيوان التالية للذبح.)^١

ثالثاً لحم الخنزير:

قال تعالى: ﴿أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ﴾ (الأنعام: ١٤٥)، (واللحم يعم جميع أجزائه حتى الشحم)^٢ ، يؤكد ذلك ما جاء في صحيح مسلم عن جابر بن عبد الله، أنه سمع رسول الله -صلى الله عليه وسلم- يقول عام الفتح وهو بمكة: «إِنَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ حَرَّمَ بَيْعَ الْخَمْرِ، وَالْمَيْتَةِ، وَالْخِنْزِيرِ، وَالْأَصْنَامِ»، فَقِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَرَأَيْتَ شُحُومَ الْمَيْتَةِ، فَإِنَّهُ يُطْلَى بِهَا السُّقْنُ، وَيُدْهَنُ بِهَا الْجُلُودُ، وَيَسْتَصْبِحُ بِهَا النَّاسُ، فَقَالَ: «لَا، هُوَ حَرَامٌ»^٣ .

١ راجع: مع الطب في القرآن الكريم، د. عبد الحميد دياب، د. أحمد قرقر، مؤسسة علوم القرآن - دمشق، ط: ٢، ١٤٠٢ هـ - ١٩٨٢ م، ص ١٣٣.

٢ تفسير ابن كثير (٣/ ١٦).

٣ أخرجه الإمام مسلم في صحيحه ، كِتَابُ الْمُسَاقَاةِ ، باب تحريم بيع الخمر ، والميتة ، والخنزير ، والأصنام ، حديث رقم (١٥٨١) ، (٣/ ١٢٠٧).

وأخرجه النسائي في سننه، كتاب البيوع، باب بيع الخنزير، حديث رقم (٤٦٦٩)، انظر: السنن الصغرى للنسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (ت: ٣٠٣هـ)، تحقيق: عبد الفتاح أبو غدة، مكتب المطبوعات الإسلامية - حلب، ط: ٢، ١٤٠٦ هـ - (٧/ ٣٠٩).

ويقول الإمام ابن حزم : (لا يحل أكل شيء من الخنزير، لا لحمه، ولا شحمه، ولا جلده، ولا عصبه، ولا غضروفه، ولا حشوته، ولا مخه، ولا عظمه، ولا رأسه، ولا أطرافه، ولا لبنه، ولا شعره - الذكر والأنثى والصغير والكبير سواء - ولا يحل الانتفاع بشعره لا في خرز، ولا في غيره.)^١

ومن فضل الله تحريم الخنزير لما يترتب على تناوله من أمراض متعددة (وأهم هذه الأمراض هي الحويصلات الخنزيرية والحمى المتموجة والدودة الكبدية وداء وايل، وداء المكسيات للحمية، والتهاب السحايا والمشيمة، وداء اليرقانات الشريطية الجواله، والدودة الوحيدة المسلحة، وداء المصورات الذيفانية المقوسة وداء الشعريات الحلزونية، والديدان السوطية، وداء السل، وداء المبيضات الفطرية، والالتهابات المعوية بجراثيم السالمونيلا والشايجالا وغير ذلك.)^٢

كما تم (اكتشاف احتواء عضلة لحم الخنزير على الطور المعدي من أطوار الدودة الشريطية " تينيا سويلم " وقد يصيب الشخص من جرائها تشنج عصبي ونوبات صرع، ونتيجة لهذه الدودة الآثمة يتولد في الإنسان المريض الإحساس المستمر بالجوع الذي يصل به أحياناً إلي درجة الصرع ويتوقف جسمه عن النمو تماماً كما يصاب بين الحين والحين بحالات من الإسهال، كما قد يصاب بانسداد معوي من جراء الكتل الهائلة من الديدان المترصة في القناة الهضمية، والتي تتأكل من التصاق أشواكها،

١ المطلى بالآثار، أبو محمد علي بن أحمد بن سعيد بن حزم الأندلسي القرطبي الظاهري (ت: ٤٥٦هـ)، دار الفكر - بيروت، ط: بدون، (٦/ ٥٥).

٢ من إجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص ٨٠.

ومصاصاتها، وتصيب جدار المعدة بالتهتك والالتهاب، كما أن الديدان حين تصل للدم فإن سمومها تهيج الخلايا العصبية للمخ^١.

ويجادل البعض في إياحة لحم الخنزير بأن هذه الديدان يمكن التغلب عليها بوسائل الطهي الحديثة، والتي توفر درجة حرارة عالية يمكن الاطمئنان معها إلى القضاء على هذه الديدان، ومما لا يخفى أن الإنسان استطاع خلال العديد من القرون وبعد اختراع الكثير من الأجهزة الحديثة أن يكتشف الدودة الشريطية ويعرف ما تسببه من أمراض، وقد يكون هناك أضراراً تظهر مستقبلاً يثبتها العلم إذا تقدمت وسائله، ويكفي وصف الله تعالى بقوله: { أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ } (الأنعام: ١٤٥).

يضاف إلى ذلك أن الخنزير يتغذى على القاذورات التي تؤثر على سلوكه، فلا يغار على حدوده، ولا يدافع عن محارمه، ويصبح كل همه أن يأكل ويشرب ويتكاح، وهذه الطباع تنتقل إلى من يتناولون لحمه لما للأغذية الخبيثة من أثر سيئ على من يتغذى بها .

يقول ابن عادل : (الغذاء يصير جزءاً من جوهر المتغذي ولا بد أن يحصل للمتغذي أخلاق وصفات من جنس ما كان حاصلًا في الغذاء، والخنزير مطبوع على حرص عظيم ورغبة شديدة في المشتبهيات، فحرم الله أكله على الإنسان لئلا يتكيف بتلك الكيفية)^٢.

١ انظر: الإعجاز العلمي في القرآن، السيد الجميلي، دار و مكتبة الهلال / دار الوسام، بيروت، ط: ١، ٢٠٠٠، ص (١١٥ / ١١٦) ، و انظر: ضوابط التجارة في الاقتصاد الإسلامي، محمد نجيب حمادي الجوعاني، دار الكتب العلمية، بيروت- لبنان، ط: ١، ٢٠٠٥، ص ٢٩٧، وانظر: مع الطب في القرآن الكريم، د. عبد الحميد دياب - د. أحمد قرقوز، ص ١٣٨.

٢ اللباب في علوم الكتاب ، أبو حفص سراج الدين عمر بن علي بن عادل الحنبلي الدمشقي النعماني (ت: ٧٧٥هـ)، تحقيق: الشيخ عادل أحمد عبد الموجود والشيخ علي محمد معوض، دار الكتب العلمية - بيروت / لبنان، ط: ١، ١٤١٩ هـ / ١٩٩٨ م ، (٧ / ١٨٨).

رابعاً: ما أهل لغير الله:

قال تعالى: { وَمَا أَهْلٌ لِّغَيْرِ اللَّهِ بِهِ } (المائدة: ٣).

(والمراد به ما ذبح على ذكر غير الله تعالى من المخلوقات التي يعظمها الناس تعظيماً دينياً ويتقربون إليها بالذبائح، وكانوا يذبحون لأصنامهم فيرفعون أصواتهم بقولهم باسم اللات أو باسم العزى).^١

فحرم الإسلام هذا لأنه من أفعال الجاهلية وأهلها، قال تعالى: { وَلَمَّا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يُذْكَرِ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَإِنَّهُ لَفِسْقٌ وَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لَيُوحُونَ إِلَيْكُمْ أَوْلِيَانِهِمْ لِجَادِلُوكُمْ وَإِنْ أَطَعْتُمُوهُمْ إِنَّكُمْ لَمُشْرِكُونَ } (الأنعام: ١٢١).

ويعد هذا التحريم تطهيراً للعقائد من شوائب الشرك والوثنية فلا حيوان يذبح إلا لله ولا يذكر عليه اسم إلا اسم الله تعالى الذي سخر هذه الحيوانات بقدرته وأودع فيها مكنون علمه وعظمته، يقول بعض العلماء: (وأما ما أهل به لغير الله فتحريمه لحكمة مرجعها إلى صيانة الدين والتوحيد).^٢

ويدخل في هذا الباب ما ذبح على النصب لقوله تعالى: { وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ } (المائدة: ٣).

والنصب: حجارة كان الجاهليون ينصبونها حول الكعبة، وكانوا يذبحون عليها قرابينهم التي يتقربون بها إلى أصنامهم، ويعتبرون الذبح أكثر قربة إلى معبوداتهم متى تم على هذه النصب، وليست هذه النصب هي الأوثان، فإن النصب حجارة غير منقوشة بخلاف الأوثان فإنها حجارة مصورة منقوشة.^٣

١ تفسير المراغي (٦ / ٤٨).

٢ انظر: تفسير آيات الأحكام، محمد علي السائيس، تحقيق: ناجي سويدان، المكتبة العصرية للطباعة والنشر، ط: ١، ٢٠٠٢، ص: ٥٦.

٣ التفسير الوسيط للقرآن الكريم، محمد سيد طنطاوي، (٤ / ٣٧).

يقول ابن عاشور: (هي موضوعة لأنّ تذبح عليها القرابين والنسائك التي يتقرّب بها للآلهة)^١.

خامساً: كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير:

حرم رسول الله صلى الله عليه وسلم أكل بعض الحيوانات لخطرها على الإنسان، من ذلك تحريمه كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير.

روى عن ابن عباس، قال: «نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ كُلِّ ذِي نَابٍ مِنَ السَّبَاعِ، وَعَنْ كُلِّ ذِي مِخْلَبٍ مِنَ الطَّيْرِ»^٢.

والمخلب: (هو للطيور كالظفر لغيره لكنه أشد منه وأغلظ وأحد فهو له كالناب للسبع)^٣.

ونقل النووي (مذهب الشافعي وأبي حنيفة وأحمد وداود والجمهور أنه يحرم أكل كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير)^٤.

وقد أظهر العلم الحديث أن (طفيل) (الشعرنية ناتيفا) ينتشر بين الدببة والثعالب القطبية ويصاب الإنسان بها فور تناول لحوم هذه الحيوانات أو الحيوانات الحاضنة لهذا الطفيل بصورة ثانوية كالقطة، كما ينتشر طفيل (تريخينلا نلسوني) في الضباع وبنات آوى والنمور والأسود وبعض الحيوانات المفترسة الأخرى، وتقع معظم الإصابات البشرية في أفريقيا بتناول لحم الخنزير الداخن والوحشي، وهما حاضنان ثانويان لهذا الطفيل لأنهما يتغذيان على الجيف، كما تنتشر الطفيليات التي تعرف بالشعريينات

١ التحرير والتتوير لابن عاشور (٦/٩٤).

٢ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الصيد والذبائح وما يؤكل من الحيوان، باب تحريم أكل كل ذي ناب من السباع، وكل ذي مخلب من الطير، حديث رقم (١٩٣٤)، (٣/١٥٣٤).

٣ فتح الباري لابن حجر (٩/٦٥٧).

٤ المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (ت: ٦٧٦هـ)، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ٢، ١٣٩٢هـ، (١٣/٨٣).

شبه الحلزونية، (تريخنيليا سود وسييراليس) في الطيور الجوارح (ذات المخلب) ويصاب الإنسان بالعدوى إذا تناول لحم الجوارح من الطيور كالنسور والعقبان والصقور وغيرها).^١
سادساً: أكل لحوم الجلالة وشرب ألبانها:

ونهى النبي - صلى الله عليه وسلم - عن أكل لحم الجلالة وشرب ألبانها وأكل الحمر الأهلية، عن ابن عمر، قال: «نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ أكلِ الْجَلَالَةِ وَالْأَبَانِهَا»^٢.

والجلالة هي: (التي تأكل الجلة وهي العذرة كره أكل لحومها وألبانها تنزهاً وتنظفاً. وذلك أنها إذا اغتذت بها وجد نتن رائحتها في لحومها، وهذا إذا كان غالب علفها منها).^٣

(كما أثبتت الأبحاث العلمية أن الأقدار تحتوي على نسبة عالية ومتنوعة من السموم الخطرة على صحة الإنسان، فإذا تناولها حيوان أو طير انتشرت هذه الجراثيم في دمه ولحمه، وترسبت في أنسجته، وعندما يتناول الإنسان لحم هذا الحيوان أو لبنه، يصاب بالعلل والأمراض).^٤

١ من إعجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، ص ٨٦.
٢ سنن أبي داود، كتاب الأطعمة، باب النهي عن أكل الجلالة وألبانها، حديث رقم (٣٧٨٥)، (٣/٣٥١).

وأخرجه الترمذي في سننه، أبواب الأطعمة، باب ما جاء في أكل لحوم الجلالة وألبانها، حديث رقم (١٨٢٤)، (٢٧٠/٤). وقال: هذا حديث حسن غريب.

٣ معالم السنن، وهو شرح سنن أبي داود، أبو سليمان حمد بن محمد بن إبراهيم بن الخطاب البستي المعروف بالخطابي (ت: ٣٨٨هـ)، المطبعة العلمية - حلب، ط: ١، ١٣٥١ هـ - ١٩٣٢ م، (٢٤٤/٤).

٤ الوقاية من كل داء، لابن مقصد العبدلي، ص ٢٦٥.

المطلب الثاني: بيان حكم من اضطر إلى الأكل من المحرمات.

وإذا كان الإسلام يحرم مجموعة من الأطعمة لأضرار تسببها، إلا أنه أباح للمسلم تناول أي نوع من أنواع الأطعمة إذا اضطر إليها، ولم يجد غيرها، وكانت مهمة لحفظ حياته، فيباح له أن يأكل منها ما يبقيه على قيد الحياة، قال تعالى: {فَمَنْ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (المائدة: ٣).

يقول الإمام القرطبي: (قوله تعالى: { فَمَنْ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ } يعني من دعت ضرورة إلى أكل الميتة وسائر المحرمات في هذه الآية. والمخمصة الجوع وخلاء البطن من الطعام).^١

عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ أَنْ تُؤْتَى رُخْصَةٌ كَمَا يَكْرَهُ أَنْ تُؤْتَى مَعْصِيَتُهُ»^٢.

(ولهذا قال الفقهاء: قد يكون تناول الميتة واجبا في بعض الأحيان، وهو ما إذا خاف على مهجته التلف ولم يجد غيرها، وقد يكون مندوبا، وقد يكون مباحا بحسب الأحوال).^٣

١ تفسير القرطبي، (٦/ ٦٤).

٢ أخرجه ابن حبان في صحيحه، فَصَّلَ فِي صَلَاةِ السَّقَرِ، ذَكَرُ اسْتِحْبَابِ قَبُولِ رُخْصَةِ اللَّهِ، إِذِ اللَّهُ جَلَّ وَعَلَا يُحِبُّ قَبُولَهَا، حديث رقم (٢٧٤٢)، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده قوی، وقال الألباني: صحيح، انظر: صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن معبد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البستي (ت: ٣٥٤هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، ط: ٢، ١٤١٤ - ١٩٩٣، (٦/ ٤٥١).

وأخرجه الإمام أحمد في مسنده، مُسْنَدُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، حديث رقم (٥٨٦٦)، انظر: مسند الإمام أحمد بن حنبل، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (ت: ٢٤١هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة، ط: ١، ١٤٢١ هـ - ٢٠٠١ م، (١٠/ ١٠٧).

٣ تفسير ابن كثير، (٣/ ٢٩).

قال الله تعالى: {وَقَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ إِلَّا مَا اضْطُرِرْتُمْ إِلَيْهِ} (الأنعام: ١١٩) .

وقال الإمام المراغي عند تفسيره لهذه الآية الكريمة: (أي إلا ما دعتكم الضرورة إلى أكله بأن لم يوجد من الطعام عند شدة الجوع إلا المحرم فحينئذ يزول التحريم. والقاعدة الشرعية «الضرورات تبيح المحظورات» والقاعدة الأخرى «الضرورة تقدر بقدرها» فيباح للمضطر ما تزول به الضرورة ويتقى به الهلاك أكثر منه.)^١

١ تفسير المراغي (٨ / ١٤).

الخاتمة

أولاً: النتائج:

- ١- نجاح الشريعة الإسلامية في تقديم أفضل الطرق للقضاء على خطر الكائنات الدقيقة وحماية الإنسان منها، ووقايتها من أخطارها.
- ٢- المنهج الوقائي في الإسلام أول منهج وقائي على الإطلاق، وهو معجزة من معجزات القرآن الكريم، ودليلاً على صدق نبوة النبي -صلى الله عليه وسلم-.
- ٣- صلاحية الشريعة الإسلامية لكل زمان ومكان واستمرار إعجاز القرآن الكريم على مر العصور، ويظهر هذا الإعجاز في كل عصر بحسبه وبما يناسبه، ومن ذلك توافق الإجراءات الوقائية الواردة فيه -خاصة ما يتعلق بالأطعمة والأشربة- مع ما وقف عليه العلم الحديث وتأثير ذلك على وقاية الفرد من الأمراض .
- ٤- جاءت الشريعة الإسلامية لتحقيق مصلحة الإنسان، والمحافظة على حياته، وجعلت جميع التشريعات الإسلامية وواجبات المسلم قائمة على الوقاية من الأمراض ومسبباتها، فهو يلتزم بهذه بالإجراءات الوقائية من منطلق عقدي.
- ٥- حرص الإسلام على تطبيق قواعد النظافة والطهارة - خاصة فيما يتعلق بالأطعمة والأشربة- مما أيدته كافة الأنظمة الصحية، مما يؤدي إلى الحد من انتشار الأوبئة والأمراض المعدية علي مستوى الأفراد والمجتمعات.

ثانياً: التوصيات :

- ١- الرجوع إلى الشريعة الإسلامية والالتزام بمنهجها خاصة ما يتعلق بالحلال والحرام في مجال الأطعمة، بما يسهم في تحقيق الصحة والوقاية من الأمراض، وتجنب أسبابها.

- ٢- العناية بنشر الوعي الديني، والثقافة الصحية، وعقد ندوات ودورات مشتركة بين علماء الدين، والأطباء، يتم من خلالها ربط التعاليم الصحية بالعقيدة الإسلامية.
- ٣- تكثيف الجهود في الدراسات الأكاديمية التي تظهر عظمة القرآن الكريم والسنة النبوية في مجال الوقاية الصحية وتوضيح إجراءات الإسلام وتشريعاته في هذا المجال.

المراجع

- ١- أدب الدنيا والدين، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (ت: ٤٥٠هـ)، دار مكتبة الحياة، ط: ١ ، ١٩٨٦م.
- ٢- إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل، محمد ناصر الدين الألباني (ت : ١٤٢٠هـ)، إشراف: زهير الشاويش، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: ٢، ١٤٠٥ هـ - ١٩٨٥م.
- ٣- الإعجاز الطبي في الحديث النبوي، زياد عواد أبو حماد، رسالة دكتوراه- جامعة أم درمان الإسلامية، ١٤٠٦هـ - ١٩٩٥م.
- ٤- الإعجاز العلمي في الإسلام: القرآن الكريم، محمد كامل عبد الصمد، دار الكتب الحديثة، ط: ٢ ، ١٩٩٣م.
- ٥- الإعجاز العلمي في القرآن، السيد الجميلي، مكتبة الهلال / دار الوسام، بيروت، ط: ١، ٢٠٠٠ .
- ٦- إعجاز القرآن والسنة في الطب الوقائي والكائنات الدقيقة، د. عبد الجواد الصاوي، دار جيااد للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية، جدة، ط: ١، ١٤٣٣-٢٠١٢م.
- ٧- التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد»، محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (ت: ١٣٩٣هـ)، الدار التونسية للنشر - تونس، ١٩٨٤ م .
- ٨- تفسير القرآن العظيم المسمى تفسير ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي الدمشقي، تحقيق: محمد حسين شمس الدين، دار الكتب العلمية، منشورات محمد علي بيضون - بيروت، ط: ١ ، ١٤١٩ هـ.
- ٩- تفسير المراغي، أحمد بن مصطفى المراغي (ت: ١٣٧١هـ)، مطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر، ط: ١، ١٣٦٥ هـ - ١٩٤٦ م.

- ١٠- التفسير الوسيط للقرآن الكريم، د. محمد سيد طنطاوي، دار نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع، الفجالة - القاهرة، ط: ١، ١٩٩٧م.
- ١١- تفسير آيات الأحكام، محمد علي السائيس، تحقيق: ناجي سويدان، المكتبة العصرية للطباعة والنشر، ط: ١، ٢٠٠٢.
- ١٢- التلخيص الحبير في تخريج أحاديث الرافعي الكبير، أبو الفضل أحمد بن علي بن محمد بن أحمد بن حجر العسقلاني (ت: ٨٥٢هـ)، دار الكتب العلمية، ط: ١، ١٤١٩هـ / ١٩٨٩م.
- ١٣- التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (ت: ١٠٣١هـ)، تحقيق: د. محمد رضوان الدايدة، دار الفكر - بيروت، دمشق، ط: ١، ١٤١٠هـ.
- ١٤- الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله - صلى الله عليه وسلم - وسننه وأيامه (صحيح البخاري)، محمد بن إسماعيل أبو عبدالله البخاري الجعفي، تحقيق: محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة (مصورة عن السلطانية بإضافة ترقيم محمد فؤاد عبد الباقي)، ط: ١، ١٤٢٢هـ.
- ١٥- الجامع لأحكام القرآن (تفسير القرطبي)، أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (ت: ٦٧١هـ)، تحقيق: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية - القاهرة، ط: ٢، ١٣٨٤هـ - ١٩٦٤م.
- ١٦- زاد المسير في علم التفسير، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (ت: ٥٩٧هـ)، تحقيق: عبد الرزاق المهدي، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: ١ - ١٤٢٢هـ.

- ١٧- زاد المعاد في هدي خير العباد، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١هـ)، مؤسسة الرسالة، بيروت، ط: ٢٧، ١٤١٥هـ-١٩٩٤م.
- ١٨- سلسلة الأحاديث الصحيحة وشيء من فقهها وفوائدها، أبو عبد الرحمن محمد ناصر الدين، بن الحاج نوح بن نجاتي بن آدم، الأشقودري الألباني (ت: ١٤٢٠هـ)، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، ط: ١، ١٤١٥هـ - ١٩٩٥م .
- ١٩- سنن ابن ماجة، ابن ماجة أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، (ت: ٢٧٣هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي.
- ٢٠- سنن أبي داود، أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (ت: ٢٧٥هـ)، تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد، المكتبة العصرية، صيدا - بيروت .
- ٢١- سنن الترمذي، محمد بن عيسى بن سورة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (ت: ٢٧٩هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر ، ومحمد فؤاد عبد الباقي ، وإبراهيم عطوة عوض، مطبعة مصطفى البابي الحلبي - مصر، ط: ٢، ١٣٩٥هـ - ١٩٧٥م .
- ٢٢- السنن الصغرى للنسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (ت: ٣٠٣هـ)، تحقيق: عبد الفتاح أبو غدة، مكتب المطبوعات الإسلامية - حلب، ط: ٢، ١٤٠٦هـ .
- ٢٣- صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن معبد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البستي (ت: ٣٥٤هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، ط: ٢، ١٤١٤ - ١٩٩٣.

- ٢٤- ضوابط التجارة في الاقتصاد الإسلامي، محمد نجيب حمادي الجوعاني، دار الكتب العلمية، بيروت- لبنان، ط: ١، ٢٠٠٥.
- ٢٥- الطب النبوي (جزء من كتاب زاد المعاد لابن القيم)، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١هـ)، دار الهلال - بيروت، ط: بدون.
- ٢٦- الطب الوقائي في الإسلام، عمر محمود عبد الله، الزهراء الحديث، الموصل، ط: ١، ١٩٩٠ م.
- ٢٧- الطب الوقائي في الإسلام، د أحمد شوقي الفنجري، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط: ٣، ١٩٩١ م.
- ٢٨- الطب الوقائي في القرآن الكريم، خليل محمد قدور شومان، دار الكتاب الثقافي، ط: ١، ٢٠٠٤ م.
- ٢٩- العلم والبحث العلمي "دراسة في مناهج العلوم"، حسين عبد الحميد رشوان، المكتب الجامعي الحديث، ٢٠٠٨ م.
- ٣٠- غرائب القرآن ورغائب الفرقان، نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري (ت: ٨٥٠هـ)، تحقيق: الشيخ زكريا عميرات، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١ - ١٤١٦ هـ.
- ٣١- فتح الباري شرح صحيح البخاري، أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني الشافعي، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي، قام بإخراجه وصححه وأشرف على طبعه: عبد العزيز بن عبد الله بن باز، دار المعرفة - بيروت، ١٣٧٩.
- ٣٢- الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل، أبو القاسم محمود بن عمرو بن أحمد، الزمخشري جار الله (ت: ٥٣٨هـ)، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: ٣، ١٤٠٧ هـ.

- ٣٣- الكواكب الدراري في شرح صحيح البخاري، محمد بن يوسف بن علي بن سعيد، شمس الدين الكرمانى (ت: ٧٨٦هـ-)، دار إحياء التراث العربى، بيروت-لبنان، ط: ١، ١٣٥٦هـ - ١٩٣٧م.
- ٣٤- اللباب في علوم الكتاب ، أبو حفص سراج الدين عمر بن علي بن عادل الحنبلى الدمشقى النعمانى (ت: ٧٧٥هـ-)، تحقيق: الشيخ عادل أحمد عبد الموجود والشيخ علي محمد معوض، دار الكتب العلمية - بيروت / لبنان، ط: ١، ١٤١٩ هـ / ١٩٩٨ م .
- ٣٥- لسان العرب، محمد بن مكرم بن على، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصارى الرويفعى الإفريقى (ت: ٧١١هـ-)، دار صادر - بيروت، ط: ٣ - ١٤١٤ هـ.
- ٣٦- المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز، أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عبد الرحمن بن تمام بن عطية الأندلسى المحاربى (ت: ٥٤٢هـ-)، تحقيق: عبد السلام عبد الشافى محمد، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤٢٢ هـ.
- ٣٧- المحلى بالآثار، أبو محمد علي بن أحمد بن سعيد بن حزم الأندلسى القرطبى الظاهرى (ت: ٤٥٦هـ-)، دار الفكر - بيروت، ط: بدون .
- ٣٨- المستدرک على الصحیحین، أبو عبد الله الحاكم محمد بن عبد الله بن محمد بن حمدويه بن نعيم بن الحكم الضبى الطهمانى النيسابورى المعروف بابن البيع (ت: ٤٠٥هـ-)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤١١ - ١٩٩٠.
- ٣٩- مسند الإمام أحمد بن حنبل، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيبانى (ت: ٢٤١هـ-) ، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركى، مؤسسة الرسالة، ط: ١، ١٤٢١ هـ - ٢٠٠١ م.

- ٤٠- المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله -صلى الله عليه وسلم-، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (ت: ٢٦١هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت.
- ٤١- مع الطب في القرآن الكريم، د. عبد الحميد دياب -د. أحمد قرقوز، مؤسسة علوم القرآن - دمشق، ط: ٢، ١٤٠٢ هـ - ١٩٨٢ م.
- ٤٢- معالم التنزيل في تفسير القرآن (تفسير البغوي)، أبو محمد الحسين بن مسعود بن محمد بن الفراء البغوي الشافعي (ت : ٥١٠هـ)، تحقيق : عبد الرزاق المهدي، دار إحياء التراث العربي -بيروت، ط : ١ ، ١٤٢٠ هـ.
- ٤٣- معالم السنن، وهو شرح سنن أبي داود، أبو سليمان حمد بن محمد بن إبراهيم بن الخطاب البستي المعروف بالخطابي (ت: ٣٨٨هـ)، المطبعة العلمية - حلب، ط: ١، ١٣٥١ هـ - ١٩٣٢ م.
- ٤٤- معجم اللغة العربية المعاصرة، د/ أحمد مختار عبد الحميد عمر (ت: ١٤٢٤هـ) بمساعدة فريق عمل، عالم الكتب، ط: ١، ١٤٢٩ هـ / ٢٠٠٨ م.
- ٤٥- معجم متن اللغة ، أحمد رضا ، دار مكتبة الحياة - بيروت ، [١٣٧٧ - ١٣٨٠ هـ].
- ٤٦- مفاتيح الغيب (التفسير الكبير)، أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (ت: ٦٠٦هـ)، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ٣، ١٤٢٠ هـ.
- ٤٧- مناهج البحث العلمي أسس وأساليب، د. عمار لوحوشي ود. محمد الذنبيات، مكتبة النمار - الأردن، ط: ١، ١٤١٠ هـ.
- ٤٨- مناهج البحث العلمي، د. عبد الرحمن بدوي، وكالة المطبوعات - الكويت، ط: ٣، ١٩٧٧ م.

- ٤٩- المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (ت: ٦٧٦هـ)، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ٢، ١٣٩٢هـ.
- ٥٠- منهج الإسلام في الوقاية الصحية، د. عمار محمد التمتام، مجلة كلية الآداب، جامعة طرابلس - كلية الآداب، العدد ٨، ٢٠٠٨م.
- ٥١- الموافقات، إبراهيم بن موسى بن محمد اللخمي الغرناطي الشهير بالشاطبي (ت: ٧٩٠هـ)، تحقيق: أبو عبيدة مشهور بن حسن آل سلمان، دار ابن عفان، ط: ١، ١٤١٧هـ / ١٩٩٧م.
- ٥٢- موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، محمد راتب النابلسي، دار المكتبي، سورية - دمشق، ط: ٢، ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م.
- ٥٣- الموسوعة العربية العالمية، مجموعة من العلماء والباحثين، مؤسسة أعمال الموسوعة للنشر والتوزيع، ط: ٢، ١٤١٩هـ - ١٩٩٩م.
- ٥٤- نظام التأمين الإسلامي، د. عبد القادر جعفر، إشراف وتقديم د. الحسين بن محمد شواط، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ١٩٧١.
- ٥٥- الوقاية من أمراض القلب والسرطان والسكتة، ستيفن هافاس، مجلة: منبر الصحة العالمي، ع: ٣، ١٩٨٧م.
- ٥٦- الوقاية من كل داء، لابن مقصد العبدي، قدم له: محمد ابن اسماعيل العمراني، والشيخ خالد فكري، دار الكتاب والسنة، ط: ٢، ١٤٣٥هـ - ٢٠١٥.

