

الصحة والوقاية من الأمراض المعدية: رؤية دينية

إن من أفضل النعم التي أنعم الله بها على الإنسان نعمة الصحة، حيث إنها بهذه النعمة يستطيع أن يقوم بأعماله الدينية والدنيوية بكفاءة عالية، ويستلذ بتمتع الحياة المباحة، ويستمتع بحياته على خير وجه وبأفضل صورة؛ ولذلك يجب الحفاظ على هذه النعمة العظيمة، وعدم التفريط بها، لأن من يفرط بصحته يفرط بحياته كلها.

وقد حثت التعاليم الدينية على الحفاظ على الصحة العامة للأفراد والمجتمع، لأنها من أفضل النعم، فقد ورد عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: «خَصَّتَنَا كثِيرٌ مِنَ النَّاسِ مَفْتُونٌ فِيهِ مَا الصَّحَّةُ وَالفَرَاغُ»^[1] ، وقال الإمام علي عليه السلام: «الصَّحَّةُ أَفْضَلُ النَّعَمِ»^[2] ، وعنده عليه السلام قال: «العَافِيَةُ أَهْبَطُ النَّعَمِ»^[3] ، وعنده عليه السلام قال: «لَا لِبَاسَ أَجْمَلُ مِنَ الْعَافِيَةِ»^[4] ، وقال الإمام الصادق عليه السلام: «الذَّعَيمُ فِي الدُّنْيَا أَمْنٌ وَصَحَّةٌ الْجَسْمِ، وَتَهَامُ الذَّعْمَةِ فِي الْآخِرَةِ دُخُولُ الْجَنَّةِ»^[5] ، وغيرها من النصوص التي تحدث الإنسان على المحافظة على صحته، وأنها نعمة يجب الحفاظ عليها.

وعندما يتمتع المرء بالصحة والعافية يستلذ بالحياة، ويحس بلذة الطيبات، فقد قال الإمام علي عليه السلام: «بِالْعَافِيَةِ تُوجَدُ لَذَّةُ الْحَيَاةِ»^[6] ، وعنده عليه السلام قال: «بِالصَّحَّةِ تُسْتَكْمَلُ اللَّذَّاتُ»^[7] ، وعنده عليه السلام قال: «بِصَحَّةِ الْمَزاجِ تُوجَدُ لَذَّةُ الطَّعَمِ»^[8] .

وأما الشخص المريض فإنه يفقد الشعور بلذة الحياة، ولا يستذوق جمال الأشياء، ولا يستمتع بما أحله الله من نعم وطيبات وخيرات، فلو قدم له أحلى طعام فإنه لا يحس بلذته، ولو قدم له أحلى شراب فإنه لا يستذوقه، فالمرض يفقد صاحبه اللذة والمتعة والجمال؛ ولذا يجب على الإنسان أن يكون حريصاً أشد الحرص على صحته، وألا يستهين بها؛ فالصحة حاجة إنسانية، وضرورة رئيسة لكل إنسان، فهي ليست أمراً مُترفاً أو حاجة كمالية يمكن الاستغناء عنها؛ بل هي نعمة كبيرة وحاجة مهمة يجب الحفاظ عليها؛ ومع ذلك فإن بعض الناس لا ينتبهون إلى أهمية هذه النعمة الكبيرة إلا عند المرض، والعاقل الكييس هو من يحافظ على صحته أشد المحافظة، ويغتنم أيام صحته في العمل الصالح، ويوظفها بما يفيده وينفعه في دنياه وآخرته.

وكما لا يصح للإنسان أن يفرط بصحته الشخصية، لا يصح له كذلك أن يفرط بصحة مجتمعه، لأن الحفاظ على الصحة العامة من أوجب الواجبات عقلاً وشرعياً.

مفهوم الصحة

الصحة - كما في مفهوم منظمة الصحة العالمية - ليست مجرد خلو الإنسان من الأمراض أو الإصابة بالعاهات، ولكنها تعني الصحة الإيجابية وهي: أن يتمتع الفرد برصيد من القوة في وظائف أعضائه بحيث تجعله يتحمل ما قد يتعرض له من مسببات كثيرة من الأمراض أو بعبارة أخرى تكون لديه مناعة قوية جداً بحيث يقاوم الكثير من الفيروسات والميكروبات المسببة للأمراض المختلفة.

ويتطابق المفهوم الحديث للصحة مع نظرة الإسلام للصحة من خلال الأبعاد التالية:

البعد الأول: بناء الجسم وتحسين الصحة.

البعد الثاني: علاج وإصلاح ما يصيب الإنسان من أمراض، وهو ما يعرف بالطب العلاجي.

البعد الثالث: حماية الإنسان من الإصابة بالأمراض، وهو ما يعرف بالطب الوقائي.

وعلى الإنسان إذا ما أصيب بأي مرض أن يراجع الأطباء لتشخيص حالته المرضية، وعمل وصفة للأدوية التي يحتاجها، والأهم من ذلك أن يقوى الإنسان مناعته حتى يقاوم جميع أنواع الفيروسات والميكروبات والفطريات من خلال تناوله للأطعمة المقوية للمناعة، واتباع وسائل الوقاية خصوصاً مع انتشار وباء كورونا في العالم بصورة سريعة.

إن التوقي من كافة الأمراض المعدية، والاحتراز من الإصابة بها كفيروس كورونا وغيره من الفيروسات المعدية خير وسيلة لمواجهته والقضاء عليه، وقد قال الإمام علي عليه السلام: «لَا وَقَاءِةٌ أَمْدَاعٌ مِنَ السَّلَامَةِ»^[9]. وكما تقول الحكمة المعروفة: «درهم وقاية خير من قنطر علاج».

وتوجد عدة وسائل للوقاية من الأمراض المعدية أرشدت إليها التعاليم الدينية وأكّد عليها العلم الحديث، ومنها:

1- الاهتمام بالنطافة العامة:

أكّد الإسلام على الاهتمام بالنطافة العامة في كل شيء، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وآله: «إِنَّ اللَّهَ طَيِّبُ الْجَنَّةَ، نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّطَافَةَ»^[10] ، وعنده صلى الله عليه وآله قال: «تَنَظُّفُوا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى بِنَذْنِ الْإِسْلَامِ عَلَى النَّطَافَةِ، وَلَمْ يَدْخُلِ الْجَنَّةَ إِلَّا كُلُّ نَظِيفٍ»^[11] ، وقال الإمام علي عليه السلام: «تَنَظُّفُوا بِالْمَاءِ مِنَ النَّتَنِ الرَّيحِ الَّذِي يُتَأْذِي بِهِ، تَعَاهَدُوا أَنفُسَكُمْ؛ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُبَغِّضُ مِنْ عِبَادِهِ الْقَادُورَةَ الَّذِي يَتَأْزَّفُ بِهِ مَنْ جَلَسَ إِلَيْهِ»^[12].

ومن النطافة غسل اليدين بالماء باستمرار لأنها من أكثر الأعضاء ملامسة للأشياء، وغسلها بالماء من أهم الوسائل التي ينصح بها الأطباء للوقاية من الفيروسات ومنه (فيروس كورونا)، وقد حثّت التعاليم الدينية على غسل اليدين قبل الأكل وبعده، وأن ذلك من المستحبات، فقد ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام أنه قال: «غَسْلُ الْيَدَيْنِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ زِيَادَةً فِي الرِّزْقِ وَإِمَاطَةً لِلتُّغَمَّرِ عَنِ الْكِتَابِ وَيَحْلُّو الْبَصَرَ»^[13] . وعنده عليه السلام فالـ: «مَنْ أَرَادَ أَنْ يَكْثُرَ خَيْرًا بَيْتَهُ فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ فَبَلَّهُ أَلْكَلَ»^[14].

وقال الإمام الصادق عليه السلام: «مَنْ غَسَلَ يَدَهُ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ بُورِكَ لَهُ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ، وَعَاشَ مَا عَاشَ فِي سَاعَةٍ، وَعُوفِيَ مِنْ بَلْوَى فِي جَسَدِهِ»^[15]. وعنده عليه السلام قال: «اغْسِلُوا أَيْدِيَكُمْ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ فَإِذَا نَسِيَ يَدْفَئُ الْفَقْرَ وَيَزِيدُ فِي الْعُمُرِ»^[16].

وقد «ثبت علمياً» أن غسل اليدين فقط ولمدة دقيقة واحدة يزيل 30 - 40 % من البكتيريا الهوائية، وغسيل الذراعين والوجه لمدة 15 ثانية يزيل 60 - 80% من البكتيريا الهوائية في الذراع، و 65 - 95% في الوجه»^[17].

فنطافة اليدين، ونظافة الطعام هو شرط رئيس لحماية الإنسان من التعرض لكثير من الأمراض المعدية والمقدرة بصحة الإنسان، وهذا ما وجهاه إليه الإسلام عبر تعاليمه وتوصياته الخاصة على العناية بالنطافة في كل الأمور.

2- عدم حضور المصاب في الأماكن العامة:

من الوسائل الوقائية لمواجهة (فيروس كورونا) وغيرها من الفيروسات المعدية هو عدم مخالطة المصاب أو المشتبه بإصابته بالفيروس للأصحاء، وعدم جواز حضوره للمجالس العامة أو المساجد والحسينيات أو النوادي وغيرها من أماكن تجمع الناس حتى لا ينقل المريض العدوى إليهم، وإذا حضر ونقل العدوى إلى غيره ضمن علاجهم كما أفتى جمع من الفقهاء بذلك، ولا يجوز له الحضور إلا عندما يتعاافى تماماً ويتأكد من خلوه من المرض، فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لَا يُورِدُ مُمْرِضٌ عَلَيْهِ مُصْحِّحٌ»^[18] ، ولقاعدة: لا ضرر ولا ضرار، المستفاده من قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لَا ضَرَرَ وَلَا ضَرَارَ»^[19] ، وروي عنه صلى الله عليه وسلم أنه قال: «لَا ضَرَرَ وَلَا ضَرَارَ في الإسلام»، فـ«إِنَّ الْمُسْلِمَ خَيْرٌ وَلَا يَزِيدُ شَرًا»^[20] . ومن البداهي أن حضور المصاب بأي مرض معد فيه ضرر على صحة الناس وإضرار بحياتهم، ولذلك عليه اجتناب مخالطة الأصحاء حتى يتعاافى تماماً منه.

3- تجنب السفر للأماكن الموبوءة:

من الوسائل الوقائية والاحترازية لمنع انتقال الأوبئة والفيروسات المعدية هو الحجر الصحي للأماكن الموبوءة بالمرض، وعدم السفر إليها أو الخروج منها إلا للضرورة القصوى، وذلك بهدف محاصره والقضاء

عليه، وقد أشار رسول الله إلى ذلك بقوله: «إِذَا سَمِعْتُمْ بِهِ [يعني: الطاعون] بِأَرْضٍ فَلَا تَقْدِمُوا عَلَيْهِ، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ» [\[211\]](#). والمقصود بالطاعون أي مرض معدٍ.

4- ترك عادة المعانة والتقبيل:

بعض العادات في مجتمعنا جميلة في نفسها كعادة التقبيل والمعانة وحب الخشوم وغيرها من صور التحية والترحيب الاجتماعي، والتي تعبر عادة عن مشاعر المحبة والمودة بين الأصدقاء والأحبي، وخصوصاً في المناسبات العامة؛ ولكن ينبغي تركها في (زمن كورونا) حتى القضاء نهائياً على هذا الفيروس المدمر للصحة العامة؛ لأن حفظ الصحة للنفس والمجتمع أهم من ذلك؛ والمحبة محربة أصلاءً بين الأحبة والأصدقاء والأقارب والأرحام؛ فالاكتفاء بالسلام عن بعد وإلقاء التحية للتعبير عن مشاعر الأخوة والمحبة تكفي في ظل انتشار وباء كورونا.

العودة إلى الله تعالى

إن انتشار وباء كورونا وغيره من الأوبئة بين الفينة والأخرى يؤكد حقيقة جلية أن الإنسان كائن ضعيف، ويمكن أن يموت بفيروس في غاية الصغر أو بسكتة قلبية مفاجئة؛ فعلى المرء ألا يغتر بنفسه ويعجب بذاته؛ فمهما تطور العلم يبقى عاجزاً عن إدراك كل شيء، فلنقترب إلى الله تعالى؛ ونتضرع إليه، فهو وحده سبحانه القادر على كل شيء.

وعلى المؤمن أن يدعوه الله تعالى من كل قلبه وبإخلاص ويقين أن يدفع عنه وعن جميع الناس الوباء والأمراض والأوبئة ما ظهر منها وما بطن، فقد أمرنا الله تعالى بالدعاء وضمن لنا الإجابة في قوله تعالى: ﴿إِذْ أَعُوذُ بِهِ أَسْتَجِبُ لَكُمْ﴾ [\[221\]](#) وقوله تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عَبْدًا دِيْنَهُ فَإِنْ هُوَ بِأَنْجِيبٍ أَجِيبُهُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلَتَبَسْتَجِيبُوا لِي وَلَيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [\[231\]](#).

وروي عن زُرْرَارَةَ عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ، قَالَ لَهُ: أَلَا أَدْلِسُكَ عَلَى شَيْءٍ لَمْ يَسْتَدِثِنْ فِيهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قُلْتُ: بَلَى، قَالَ: «الدُّعَاءُ يَرُدُّ الْقَضَاءَ وَقَدْ أَبْرَمَ إِبْرَاماً - وَضَمَّ أَصَابِعَهُ -»[\[24\]](#).

وقال الإمام زين العابدين عليه السلام: «الدُّعَاءُ يَدْفَعُ الْبَلَاءَ النَّازِلَ وَمَا لَمْ يَنْزِلْ»[\[25\]](#). وقال الإمام الصادق عليه السلام: «عَلَيْكَ بِالدُّعَاءِ، فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ»[\[26\]](#).

ومن مصاديق العودة إلى الله تعالى أيضاً التوبة النصوح وترك المحرمات والذنوب؛ لأن المعاصي تجلب الوباء والأمراض، فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وآله أنه قال: «لم تَطْهُرِ الفاحشة في يومٍ قَاطَّعَهُ حَتَّى يُعْلَمُوا بِهَا إِلَّا فَشَا فِيهِمُ الطاعونُ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَهْمَتَ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَهَمَّوْا»[\[27\]](#). فظهور المعاصي وارتكاب المربيقات يؤدي إلى شيوع الأمراض والأوبئة الجديدة التي لم تكن معروفة سابقاً.

ومما يدفع الأمراض والأوبئة الإكثار من المصدقة، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وآله: «الصَّدَقَةُ تَدْفَعُ الْبَلَاءَ، وَهِيَ أَنْجَحُ دَوَاءٍ، وَتَدْفَعُ الْقَضَاءَ وَقَدْ أَبْرَمَ إِبْرَاماً، وَلَا يَذَهَّبُ بِالْأَدْوَاءِ إِلَّا الدُّعَاءُ وَالصَّدَقَةُ»[\[28\]](#) ، وعنده صلى الله عليه وآله قال: «إِنَّ اللَّهَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ لَيَدْفَعُ بِالصَّدَقَةِ الدَّاءَ، وَالدُّبَيْلَةَ، وَالحَرَقَ، وَالغَرَقَ، وَالهَدَمَ، وَالجُنُونَ - فَعَادَ دُوَّا مَرْضًا كُمْ بِالصَّدَقَةِ؛ فَإِنَّ الصَّدَقَةَ تَدْفَعُ عَنِ الْأَعْرَاضِ وَالْأَمْرَاضِ، وَهِيَ زِيَادَةٌ فِي أَعْمَارِكُمْ وَحَسَنَاتِكُمْ»[\[29\]](#) . وقال الإمام علي^{عليه السلام}: «الصَّدَقَةُ دَوَاءٌ مُنْجِحٌ»[\[30\]](#) .

وقال الإمام الكاظم عليه السلام: «لَمَّا شَكَا إِلَيْهِ رَجُلٌ فِي كَثْرَةِ مِنِ الْعَيَالِ كُلَّهِمْ مَرْضٌ: «دَاوُوهُمْ بِالصَّدَقَةِ، فَلَيَسْ شَيْءٌ أَسْرَعُ إِجَابَةً مِنَ الصَّدَقَةِ، وَلَا أَجَدُ مَنْفَعَةً عَلَى الْمَرْيَضِ مِنَ الصَّدَقَةِ»[\[31\]](#) . فأكثروا من المصدقة يدفع الله عنكم البلاء والوباء والداء وغيرها من أبواب البلاء.

وعلى المؤمن أن يسأل الله تعالى الصحة والمعافاة والعافية، فقد قال عنه صلى الله عليه وآله: «ما سُئلَ اللَّهُ عَنْ شَيْئٍ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يُسْأَلَ الْعَافِيَةَ»[\[32\]](#) . ولَمَّا سَمِعَ رسول

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيْهِ وَآلِهِ رَجُلًا يَسْأَلُكَ اللَّهَمَّ الصَّبَرَ . قال: «سَأَلَتِ الْمُؤْمِنَةُ الْبَلَاءَ فَاسْأَلْهُ الْمُعَافَاهَ»[\[34\]](#).

وروي أن الإمام زين العابدين عليه السلام - لَمَّا ضَرَبَ عَالَمَ كَتَفَ رَجُلٍ يَطْوُفُ بِالْكَعْدَةِ وَيَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الصَّبَرَ - قال: «سَأَلَتِ الْمُؤْمِنَةُ الْبَلَاءَ! قُلْ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ، وَاللَّهُمَّ كَرِّ عَذَابَ الْعَافِيَةِ»[\[35\]](#).

وعلى المؤمن ألا يجزع أو يقلق من انتشار أي مرض أو وباء، بل عليه أن يأخذ بالأسباب، ويترصد إلى الله تعالى، ويسأله العفو والصحة والسلامة.

نَسْأَلُهُ تَعَالَى أَنْ يَدْفَعَ عَنِ الْجَمِيعِ فِيْرُوسَ كُوْرُونَا وَغَيْرِهِ مِنَ الْأَمْرَاضِ الْمَعْدِيَّةِ وَغَيْرِ الْمَعْدِيَّةِ، وَأَنْ يُلْبِسْهُمُ الْمَصْحَةَ وَالْعَافِيَةَ، وَيُدْبِيَ عَلَيْهِمُ السَّلَامَةَ فِي دِيْنِهِمْ وَبُدنِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ، بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ الْأَطْهَارِ.