

## الصحة والوقاية من الأمراض المعدية: رؤية دينية

إن من أفضل النعم التي أنعم الله بها على الإنسان نعمة الصحة، حيث إنه بهذه النعمة يستطيع أن يقوم بأعماله الدينية والدنيوية بكفاءة عالية، ويستلذ بمتع 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 وآله أنه قال: «خَصَلَتَانِ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ مَفْتُونٌ فِيهِمَا: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ» [11] ، وقال الإمام علي عليه السلام: «الصَّحَّةُ أَفْضَلُ النَّعَمِ» [12] ، وعنه عليه السلام قال: «العافيةُ أهنئُ النَّعَمِ» [13] ، وعنه عليه السلام قال: «لا لباسَ أَجْمَلُ مِنْ العافية» [14] ، وقال الإمام الصادق عليه السلام: «النَّعَمُ فِي الدُّنْيَا الْأَمْنُ وَصِحَّةُ الْجِسْمِ، وَتَمَامُ النَّعَمَةِ فِي الْآخِرَةِ دُخْوُ لِلْجَنَّةِ» [15] ، وغيرها من النصوص التي تحث 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: «بِالعافيةِ تُوَجَّدُ لَذَّةُ الْحَيَاةِ» [6] ، وعنه عليه السلام قال: «بِالصَّحَّةِ تُسْتَكْمَلُ اللَّذَّةُ» [7] ، وعنه عليه السلام قال: «بِصِحَّةِ الْمَزَاجِ تُوَجَّدُ 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 مُتَرَفِافاً 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 الكيس هو من يحافظ على صحته أشد المحافظة، ويغتني أيام صحته في العمل الصالح، ويوظفها بما يفيد 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 وشرعاً.

## مفهوم الصحة

الصحة - كما في مفهوم منظمة الصحة العالمية - ليست مجرد خلو الإنسان من الأمراض أو الإصابة بالعايات، ولكنها تعني الصحة الإيجابية وهي: أن يتمتع الفرد برصيد من القوة في وظائف أعضائه بحيث تجعله يتحمل ما قد يتعرض له من مسببات كثير 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 يقوي 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 وَرَقَايَةَ أَمْنَعُ مِنْ السَّلَامَةِ» [9]. وكما تقول الحكمة المعروفة: «درهم وقاية خير من قنطار علاج».

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

#### 1- الاهتمام بالنظافة العامة:

أكد الإسلام على الاهتمام بالنظافة العامة في كل شيء، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وآله: «إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ، نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ» [10]، وعنه صلى الله عليه وآله قال: «تَنَظَّفُوا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى بَدَنَى الْإِسْلَامَ عَلَى النَّظَافَةِ، وَلَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلَّا كُلُّ نَظِيفٍ» [11]، وقال الإمام علي عليه السلام: «تَنَظَّفُوا بِالْمَاءِ مِنَ الذَّنَبِ الرَّيْحِ الَّذِي يُتَأَذَّى بِهِ، تَعَهَّدُوا أَنْفُسَكُمْ؛ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُبْغِضُ مِنْ عِبَادِهِ الْقَاذُورَةَ الَّذِي يَتَأَنَّفُ بِهِ مَنْ جَلَسَ إِلَيْهِ» [12].

ومن النظافة غسل اليدين بالصابون باستمرار لأنها من أكثر الأعضاء ملامسة للأشياء، وغسلها بالماء من أهم الوسائل التي ينصح بها الأطباء للوقاية من الفيروسات ومنه (فيروس كورونا)، وقد حثت التعاليم الدينية على غسل اليدين قبل الأكل وبعده، وأن ذلك من المستحبات، فقد ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام أنه قال: «غَسَلُ الْيَدَيْنِ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ زِيَادَةٌ فِي الرِّزْقِ وَإِمَاطَةٌ لِلْغَمَرِ عَنِ الثِّيَابِ وَبَعْثٌ لِلْأَعْيُنِ وَالْأَفْئِدَةِ» [13]. وعنه عليه السلام قال: «مَنْ أَرَادَ أَنْ يَكْثُرَ خَيْرُهُ بَيْتُهُ فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ قَبْلَ الْوَلَاةِ كُلِّ» [14].

وقال الإمام الصادق عليه السلام: «مَنْ غَسَلَ يَدَهُ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ بِوَرِكَ لَهُ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ، وَعَاشَ مَا عَاشَ فِي سَعَةٍ، وَعُوفِيَ مِنْ بَلَوَى فِي جَسَدِهِ» [15]. وعنه عليه السلام قال: «اغْسِلُوا أَيْدِيَكُمْ قَبْلَ الطَّعَامِ وَبَعْدَهُ فَإِنَّهُ يَنْفِي الْفَقْرَ وَيَزِيدُ فِي الْعُمُرِ» [16].

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

فنظافة اليدين، ونظافة الطعام هو شرط رئيس لحماية الإنسان من التعرض لكثير من الأمراض المعدية والمضرة بصحة الإنسان، وهذا ما وجهنا إليه الإسلام عبر تعاليمه وتوصياته الخاصة على العناية بالنظافة في كل الأمور.

## 2- عدم حضور المصاب في الأماكن العامة:

من الوسائل الوقائية لمواجهة (فيروس كورونا) وغيره 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 يتعافى تماماً ويتأكد من خلوه من المرض، فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم أنه قال: «لَا يُورَدُ مُمْرِضٌ عَلَى مُصْرِحٍ» [18] ، ولقاعدة: لا ضرر ولا ضرار، الاستفادة من قول رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: «لَا ضَرَرَ وَلَا ضَرَارَ» [19] ، وروي عنه صلى الله عليه وآله وسلم أنه قال: «لَا ضَرَرَ وَلَا إِضْرَارَ فِي الْإِسْلَامِ، فَإِلَّا سَلَّمَ يَزِيدُ الْمُسْلِمَ خَيْرًا وَلَا يَزِيدُهُ شَرًّا» [20] . ومن البديهي أن حضور المصاب بأي مرض معدٍ فيه ضرر على صحة الناس وإضرار بحياتهم، ولذلك عليه اجتناب مخالطة الأصحاء حتى يتعافى 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 محاصرته والقضاء

عليه، وقد أشار رسول الله ﷺ إلى ذلك بقوله: «إِذَا سَمِعْتُمْ بِهِ [يعني: الطاعون] بِأَرْضٍ فَلَا تَقْدَمُوا عَلَيْهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا فِرَارًا مِّنْهُ» [211]. والمقصود بالطاعون أي مرض معدٍ.

#### 4- ترك عادة المعانقة والتقبيل:

بعض العادات في مجتمعنا جميلة في نفسها كعادة التقبيل والمعانقة وحب الخشوم وغيرها من صور التحية والترحيب الاجتماعي، والتي تعبر عادة عن مشاعر المحبة والمودة بين الأصدقاء والأحبة، 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 محرزة أصلاً بين الأحبة والأصدقاء والأقارب والأرحام؛ فالإكتفاء 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 جليّة 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 يدعو 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: ﴿ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾ [221] وقوله تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلَا يَسْتَجِيبُوا لِي وَلَئِيْؤُْمِنُواْ بِي لَعَلَّهَمْ يَرْشُدُوْنَ﴾ [231].

وروي عن زُرارة عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ، قَالَ: قَالَ لِي: أَلَا أَدُلُّكَ عَلَى شَيْءٍ لَمْ يَسْتَتِنْ فِيهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ؟ قُلْتُ: بَلَى، قَالَ: «الدُّعَاءُ؛ يَرُدُّ الْقَضَاءَ وَقَدْ ابْرِمَ إِبْرَامًا - وَضَمَّ - أَصَابِعَهُ» [24].

وقال الإمام زين العابدين عليه السلام: «الدُّعَاءُ يَدْفَعُ الْبَلَاءَ النَّازِلَ وَمَا لَمْ يَنْزِلْ» [25]. وقال الإمام الصادق عليه السلام: «عَلَيْكَ بِالْدُّعَاءِ، 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 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ أَنَّهُ قَالَ: «لَمْ تَطْهَرِ الْفَاحِشَةَ فِي قَوْمٍ قَطُّ حَتَّى يُعْلِنُوا بِهَا إِلَّا فَشَا فِيهِمُ الطَّاعُونَ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَصَّتْ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَضَوْا» [27]. فظهور المعاصي وارتكاب المريقات يؤدي إلى شيوع الأمراض والأوبئة الجديدة التي لم تكن معروفة سابقاً.

ومما يدفع الأمراض والأوبئة الإكثار من الصدقة، فقد قال رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ: «الصَّدَقَةُ تَدْفَعُ الْبَلَاءَ، وَهِيَ أَنْجَحُ دَوَاءٍ، وَتَدْفَعُ الْقَضَاءَ وَقَدْ ابْرِمَ إِبْرَامًا، وَلَا يَذْهَبُ بِالْأَدْوَاءِ إِلَّا الدُّعَاءُ وَالصَّدَقَةُ» [28]، وعنه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ قَالَ: «إِنَّ اللَّهَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ لِيَدْفَعُ بِالصَّدَقَةِ الدَّاءَ، وَالْدُّبِّيَّةَ، وَالْحَرَقَ، وَالْغَرَقَ، وَالْهَدَمَ، وَالْجُنُونَ - فَعَدَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ سَبْعِينَ بَاباً مِنَ الشَّرِّ -» [29]، وعنه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ قَالَ: «تَمَدَّقُوا وَدَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ؛ فَإِنَّ الصَّدَقَةَ تَدْفَعُ عَنِ الْأَعْرَاضِ وَالْأَمْرَاضِ، وَهِيَ زِيَادَةٌ فِي أَعْمَارِكُمْ وَحَسَنَاتِكُمْ» [30]. وقال الإمام عليٌّ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «الصَّدَقَةُ دَوَاءٌ مُنْجِحٌ» [31].

وقال الإمام الكاظم عَلَيْهِ السَّلَامُ - لَمَّا شَكَاهُ إِلَيْهِ رَجُلٌ فِي كَثْرَةِ مِنَ الْعِيَالِ كُلِّهِمْ مَرْضَى -: «دَاوُوهُمْ بِالصَّدَقَةِ، فَلَيْسَ شَيْءٌ أَسْرَعَ إِجَابَةً مِنَ الصَّدَقَةِ، وَلَا أَجْدَى مَنَفَعَةً عَلَى الْمَرِيضِ مِنَ الصَّدَقَةِ» [32]. فأكثرُوا من الصدقة يدفع الله عنكم البلاء والوباء والداء وغيرها من أبواب البلاء.

وعلى المؤمن أن يسأل الله تعالى الصحة والمعافاة والعافية، فقد قال عنه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ: «مَا سُئِلَ اللَّهُ شَيْئاً أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يُسْأَلَ الْعَافِيَةَ» [33]. وَلَمَّا سَمِعَ رَسُولُ

اللَّهُ صَلَّى اﷲ عَلَيْهِ وَآلِهِ رَجُلًا لَا يَسْأَلُ اللَّهَ الصَّابِرَ. قال: «سَأَلَتَ اللَّهَ الْبَلَاءَ، فَاسْأَلَهُ الْمُعَافَاةَ» [34].

وروي أن الإمام زين العابدين عليه السلام - لَمَّا ضَرَبَ عَمَلِي كَتَفِ رَجُلٍ يَطُوفُ بِالْكَعْبَةِ وَيَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الصَّابِرَ - قال: «سَأَلَتَ الْبَلَاءَ! قُلْ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ، وَالشُّكْرَ عَلَى الْعَافِيَةِ» [35].

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

نسأل اﷲ تعالى أن يدفع عن الجميع فيروس كورونا وغيره من الأمراض المعدية وغير المعدية، وأن يلبسهم الصحة والعافية، ويديم عليهم السلامة في دينهم وبدنهم وأنفسهم، بحق محمد وآله الأطهار.