ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

الهدي النبوي في النظافة الشخصية وآثارها الصحية

(دراسة تحليلة)

1. **Dr Bashir ul Rehman**, Assistant Professor Department of Hadith and its Sciences IIUI Pakistan
Email: bashir.rehman@iiu.edu.pk
2. **Dr Sajjad Elahi**, Lecturer Department of Hadith and its Sciences IIUI Pakistan
Email: sajjad.ellahi@iiu.edu.pk

Abstract

The Prophet's guidance in personal hygiene and its health effects (Analytical Study)

Islam is a religion of cleanliness and purification, that's why it preaches the message of cleanliness and purity to its followers. Islam not only lays stress on matter of cleanliness but it goes beyond that and declared cleanliness as half of the faith, and Prophet (peace be upon him) said: ***"Cleanliness is half of faith"***

Assessing the importance of purification in Islam ,Islam declared ablution as pre-condition of Islam's most important obligation "Salaat/prayer" .Likewise clothes and the place where prayer is offered should be spick and span, too .Without these important conditions prayers is not acceptable.

In some circumstances taking bath is declared compulsory for an instance "ghusl e Janiah" and for women, after menstruation and lochia it is obligatory to get purified by having bath etc.

In the same way, for some cases taking bath is mustahab for example taking bath for Eid and Juma prayers etc.

Islam insists on washing hands and mouth before taking meals and also ordains to gargle after meals and preaches us to keep utensils clean and tidy.

Affirming the value of 'Miswaak" Islam has declared it as a source of attaining God's blessing. Attiring clean and tidy clothes and applying the antimony to eyes ar also highly recommended acts and very encouraged by Islam.

On the other hand, Islam pieces emphasis on taking care of hygiene. And cleanliness plays the role of back bone in maintaining good hygienic environment, Accordingly there are numerous Hadiths regarding purification and cleanliness.

Key Words: health, Cleanliness, bath, ablution.

مدخل:

أولاً: مفهوم النظافة:

المراد بالنظافة: هي النقاوة[1]، يعني الخلو من الأوساخ والأدران والأدناس، كما يقال: نظّف الشيئ أي نقاه بإزالة القذارة والوسخ منه.

ثانيا: النظافة في الإسلام وأهميتها للصحة:

إن الإسلام قد اهتم بالنظافة الشخصية اهتماما بالغا وتتجلى هذه الأهمية في أوائل الوحي حيث أنزل الله: "وثيابك فطهّر"[2] والتفسير بطهارة الثياب في هذه الآية وإن اختلفت عبارات المفسرين فيه إلا أن ما اختاره ابن جرير الطبري هو تفسير ابن سيرين و ابن زيد، فقد فسر ابن سيرين الطهارة بالغَسل، أي اغسلها بالماء، وفسر ابن زيد بأن المشركون كانوا لا يتطهرون فأمر الله تعالى أن يتطهر وأن يطهر ثيابه[3]

ولقد أعطى الإسلام للنظافة صبغة دينية خاصة، تتجلى في إيجاب الغسل من الجنابة والحيض والنفاس، وندب غسل يوم الجمعة والعيدين وغيرهما، كما جعل الوضوء وطهارة البدن واللباس والمكان من النجاسات شرطاً لصحة الصلاة فلا صلاة إلا على طهارة ونظافة، بل نستطيع أن نقول بأن الطهارة والنظافة جزء من حياة المسلم وطابع لا غنى له عنه.

وأما أهمية النظافة لصحة الإنسان فمن المعلوم بأن الأقذار والأوساخ تجلب العدوى والأمراض، وإن مما يخرج من جسم الإنسان من عرق وفضلات ورطوبات إذا لم يقم صاحبها بإزالتها ونظافتها فبمرور الزمن تكون خير مرتع للجراثيم والميكروبات، فنظافة البدن وإزالة الأنجاس والأوساخ والرطوبات وإزالة ما يطول من الأظفار والشعر (ما عدا شعر اللحية) لهو في غاية الأهمية للقضاء على الميكروبات والجراثيم.

كما أن النظافة تقضي على الحشرات الضارة، كالذباب والضراصير والجرذان والفئران والحيوانات الشاردة كالكلاب التي تحمل أمراضا خطيرة.

كما أن النظافة لها أثر ملموس في التوازن النفسي للإنسان، فالذي يعيش في بيئة نظيفة ونقية يكون أكثر سعادة من الذي يعيش في بيئة غير نظيفة، إضافة إلى ذلك فإن النظافة تزيد جمال المكان الذي يعيش فيه الإنسان. وضد النظافة: التلوث بشتى أنواعه وكلها تضر الإنسان بل تضر جميع الحيوانات.

---

(1) ابن منظور: لسان العرب 6/4468، مادة: (نظف) (ط/ دار المعارف، القاهرة، مصر. بدون سنة النشر).

(2) سورة المدثر، رقم الآية: (4).

(3) انظر: محمد بن جعفر الطبري: جامع البيان في تأويل القرآن 9/23 ، بتحقيق: أحمد محمد شاكر، مؤسسة الرسالة، الطبعة: الأولى، 1420 هـ – 2000 م

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

ونظراً لأهمية النظافة لصحة الإنسان، ولوُرود أحاديث كثيرة في هذا الموضوع أردت أن أكتب فيه، وقسمت البحث إلى ثلاثة مباحث. كما حاولت أن ألقي أضواء بسيطة على المكتشفات العلمية التي أقرت ما جاءت به السنة قبل أكثر من ألف وأربعمائة عام!

المبحث الأول:
الوضوء الشرعي والغُسل الواجب أو المستحب.

من مظاهر عناية الإسلام بالنظافة، اشتراطه الوضوء للصلاة وإيجابه الغُسل عند حدوث موجباته كالجنابة. والحيض والنفاس –بالنسبة للمرأة– واستحبابه الاغتسال في حالات: كالجُمع، والأعياد، والإحرام، وغيره.

أولاً: الوضوء الشرعي:

الوضوء شرط للصلاة، فكما أنه من أسباب مغفرة الذنوب ورفع الدرجات، فكذلك فيه فوائد صحية جمة، لأنه يتم فيه غَسل الأعضاء التي تكون أكثر عُرضة للتلوث غالباً، وهي:

1. نظافة السبيلين: ويتم ذلك بطريقين: بالاستجمار والاستنجاء. فالاستجمار هو مسح المكان الملوث بالورق أو بالحجر أو ما شابه، ما عدا الرجيع والعظام. والاستنجاء هو الغَسل بالماء. والأفضل استعمال الماء، لأنها أنظف كما كان النبي صلى الله عليه وسلم يهتم به، يقول أنس بن مالك رضي الله عنه، "كان النبي صلى الله عليه وسلم إِذَا خَرَجَ لِحَاجَتِهِ أَجِيءُ أَنَا وَغُلَامٌ مَعَنَا إِدَاوَةٌ مِنْ مَاءٍ. يَعْنِي يَسْتَنْجِي بِهِ"[4].

2. غسل الوجه واليدين: أما بالنسبة لغَسل اليدين فإن النبي صلى الله عليه وسلم حثّ على غسلهما حتى في غير الوضوء، كالغَسل قبل الأكل وبعده إن لزم الأمر، وقبل النوم إن كان في اليد دسم، كما حثّ على تقليم الأظفار، وهو أيضاً من مظاهر اهتمام نظافة اليد.

3. نظافة الفم: المضمضة جزءٌ من الوضوء، وقد جاء في حديث عثمان في صفة وضوئه صلى الله عليه وسلم، وفيه: ".. ثُمَّ تَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَقَ وَاسْتَنْثَرَ.."[5] ومن اهتمام نظافة الفم؛ التأكيد على السواك والكلام عليه سيأتي تفصيله في الصفحات الآتية.

4. نظافة الأنف: ويتم هذه بالاستنشاق والاستنثار أي جذب الماء و سحبه بقوة بواسطة النَفَس إلى داخل الأنف، فقد أمر النبي صلى الله عليه وسلم بقوله: "إِذَا تَوَضَّأَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْتَنْشِقْ بِمَنْخِرَيْهِ مِنْ الْمَاءِ ثُمَّ لِيَنْتَثِرْ"[6].

5. نظافة الشعر: ويتم ذلك عن طريق المسح عليه وهو من فروض الوضوء، قال تعالى: "وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُم..."[7] وكان النبي صلى الله عليه وسلم يهتم بنظافة الشعر اهتماما خاصا فكان يدهن ويمشط، وأمر بإكرام الشعر وتسريحه وعدم تركه شعثا، فقال: "من كان له شعر فليكرمه"[8]. ورأى رجلا ثائر الرأس أشعث اللحية فقال: أما يجد هذا ما يسكن به شعره"[9]. والكلام على ما يتعلق بإكرام الشعر وتنظيفه سيأتي بقدر من التفصيل.

6. نظافة الأذنين: ويتم ذلك عن طريق المسح بظاهرهما وباطنهما كما ثبت عنه عليه الصلاة والسلام، فقد جاء في حديث ابن عباس رضي الله عنهما أنه عليه الصلاة السلام مسح برأسه وأذنيه ظاهرهما وباطنهما[10] .

---

(4) محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري، كتاب الطهارة باب الاستنجاء بالماء 70/1 (125)، و مسلم بن الحجاج: صحيح مسلم، كتاب الطهارة، باب الاستنجاء بالماء من التبرز 227/1 (271).

(5) نفس المصادر: صحيح البخاري، كتاب الطهارة، باب المضمضة في الوضوء 74/1 (164)، وصحيح مسلم كتاب الطهارة، باب صفة الوضوء وكماله 204/1 (226).

(6) مسلم بن الحجاج: صحيح مسلم كتاب الطهارة، باب الإيتار في الاستنثار والاستجمار 212/1 (237) من حديث أبي هريرة رضي الله عنه.

(7) سورة المائدة رقم الآية: 5.

(8) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب الترجّل، باب في إصلاح الشَّعر 620/1 (4163) (ط/ مكتبة المعارف، الرياض)، والطحاوي: مشكل الآثار 434/8 (3365) (مؤسسة الرسالة، الطبعة الأولى 1415هـ)، والبيهقي في شعب الإيمان 425/8 (6036) (ط/ مكتبة الرشد، الرياض، الطبعة الأولى 1423هـ) من طريق ابن أبي الزناد عن سهيل بن أبي صالح عن أبيه عن أبي هريرة به. وابن أبي الزناد [وهو عبد الرحمن بن أبي الزناد] صدوق. كما في التقريب، ص/578 (الطبعة الأولى 1416هـ، دار العاصمة، الرياض). قال الحافظ: "وإسناده حسن وله شاهد من حديث عائشة في الغيلانيات، وسنده حسن أيضاً". انظر: فتح الباري (368/10) (الطبعة الأولى 1421هـ، الرياض، بتحقيق الشيخ عبد القادر شيبة الحمد). وقال الشوكاني: "رجال إسناده أئمة ثقات". نيل الأوطار 147/1 (ط/ شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر، الطبعة الأخيرة). وقال الشيخ الألباني في تحسين الحافظ: "وهو عندي صحيح". ثم ذكر الشواهد. انظر: السلسلة الصحيحة 819/1، برقم: (500) (ط/ مكتبة المعارف، الرياض، 1415هـ).

(9) جزء من حديث جابر: أخرجه أبو داود في كتاب اللباس، باب في غسل الثوب وفي الخُلقان 607/1 (4062)، والنسائي في كتاب الزينة، باب تسكين الشعر 790/1 (2536) (الطبعة الأولى مكتبة المعارف، الرياض)، وأحمد في المسند 142/23 (14850) (الطبعة الثانية 1420هـ، مؤسسة الرسالة، بيروت)، والحاكم في المستدرك 206/3 (7380). قلت: رجال إسناده كلهم ثقات. وصححه الشيخ الألباني في السلسلة الصحيحة 811/1، برقم: (493).

(10) محمد بن عيسى الترمذي: جامع الترمذي كتاب الطهارة، باب ما جاء في مسح الأذنين ظاهرهما وباطنهما 20/1 (36) (الطبعة الأولى، مكتبة المعارف، الرياض)، وأحمد بن شعيب النسائي: سنن النسائي كتاب الطهارة، باب مسح الأذنين مع الرأس .. 25/1 (102)، ومحمد بن يزيد القزويني: سنن ابن ماجة كتاب الطهارة، باب

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

7. نظافة الأرجل: ويتم ذلك عن طريق الغسل الذي من فرائض الوضوء، وقد صدر التأكيد من النبي صلى الله عليه وسلم بغسلها جيدا وعدم أي جزء منها بدون غسل فقال: "ويل للأعقاب من النار"[11]. وكان من شدة حرصه في نظافة الأرجل أنه كان يدلك الأصابع بخنصره فيقول المستورد بن شداد رضي الله عنه رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يدلك أصابع رجليه بخنصره عند الوضوء[12] .

ثانياً: الاغتسال.

إن طهارة البدن أمر مطلوب شرعا لذا فإن الإسلام أوجب الاغتسال في بعض الحالات وندب في أخراها، فأوجب الغسل من الجنابة والحيض والنفاس، وندب غسل الجمعة والأغياد والإحرام. قال تعالى: "وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا"[13]، وقال تعالى: "وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ[14]"، كما حث النبي صلى الله عليه وسلم على غسل يوم الجمعة بقوله بأنه واجب على كل محتلم أي بالغ[15] . ومعنى الوجوب في هذا الحديث كما قال الخطابي رحمه الله: "هو وجوب الاختيار دون الفرض، كما يقال حقك علي واجب ولا يعني ذلك أنه لازم عليه بحيث لا يسع غيره"[16] .

وللاغتسال فوائد عدا ما فيه من النظافة فإنه يؤدي إلى نشاط الجلد بل نشاط الجسم كله وذلك حينما يفيض الإنسان الماء على جسده فإنه يجتذب الدم إلى الأعضاء فتنشط الدورة الدموية في كافة الجسم، ويخفف من احتقان المخ وسائر أجزاء الجملة العصبية المركزية فتتنبه مما يؤدي إلى نشاط الجسم كله[17] .

المبحث الثاني: الأخذ بسُنن الفطرة.

مفهوم الفطرة:

الفِطرة بمن الفِطر وهو الشَّق، يقال: فَطَرَ نَابُ البَعِير فَطْراً: إذا شَقَّ اللَّحْمَ وَطَلَع. وقيل: الابتداع والاختراع[18].

ومراد الفطرة في الحديث عند أكثر أهل العلم أنها: سنة، ويكون معناها أنها من سنن الأنبياء جميعا[19] . وقيل: هي الدين[20].

ما جاء في مسح الأذنين 92/1 (439). كلهم بطرق عن: عبد الله بن إدريس، عن ابن عجلان، عن زيد بن أسلم، عن عطاء بن يسار، عن ابن عباس. قلت: محمد بن عجلان، صدوق كما في التقريب (6186). وباقي رجال إسناده ثقات. قال الترمذي: حسن صحيح. كما صححه الشيخ الألباني في إرواء الغليل، 129/1 (91) (ط/ المكتب الإسلامي بيروت، الطبعة الثانية 1405هـ).

(11) هذا جزء من حديث عبد الله عمرو رضي الله عنه أخرجه البخاري في كتاب الوضوء، باب غسل الرجلين ولا يمسح على القدمين 73/1 (163)، واللفظ له، ومسلم في كتاب الطهارة، باب وجوب غسل الرجلين بكمالهما 214/1 (241). وقد روي من أوجه أخرى أيضاً صحيحة.

(12) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب الطهارة، باب غسل الرِّجلين 27/1 (148)، ومحمد عيسى الترمذي: جامع الترمذي كتاب الطهارة، بابٌ في تخليل الأصابع 21/1 (40)، ومحمد بن يزيد القزويني: سنن ابن ماجة كتاب الطهارة، باب تخليل الأصابع 93/1 (446) كلهم بطريق ابن لهيعة عن يزيد بن عمرو عن أبي عبد الرحمن الحبلي عن المستورد بن شداد به. وابن لهيعة، قال عنه الحافظ: "صدوق خلط بعد احتراق كتبه" انظر: تقريب التهذيب ص/538، ويزيد بن عمرو وهو المعافري، أيضاً صدوق كما في التقريب برقم (7810). والحديث قال عنه الترمذي: هذا حديث حسن لا نعرفه إلا من حديث ابن لهيعة. قلت: وقد ورد الحديث بزيادة عمرو بن الحارث، وليث بن سعد مع ابن لهيعة، كما ذكرها البيهقي في السنن الكبرى 124/1 بطريق ابن وهب قال سمعت عمي يقول: سمعت مالكاً يسأل عن تخليل أصابع الرجلين في الوضوء، فقال: ليس ذلك على الناس. قال: فتركته حتى خف الناس، فقلت له: يا أبا عبد الله سمعتك تفتي في مسألة في تخليل أصابع الرجلين زعمت أن ليس ذلك على الناس. وعندنا في ذلك سنة. فقال : وما هي؟ فقلت : حدثنا الليث بن سعد وابن لهيعة وعمرو بن الحارث، عن يزيد بن عمرو المعافري، عن أبي عبد الرحمن الحبلي، عن المستورد بن شداد القرشي، قال: رأيت رسول الله –صلى الله عليه وسلم– يدلك بخنصره ما بين أصابع رجليه. فقال: إنّ هذا حديث حسن. وقال الشيخ الأرنووط في مسند أحمد: "صحيح لغيره".

(13) سورة المائدة، رقم الآية: (6).

(14) سورة البقرة، رقم الآية: (222).

(15) محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري كتاب الجمعة باب فضل الغسل يوم الجمعة ..281/1 (879)، ومسلم بن الحجاج: صحيح مسلم كتاب الجمعة، باب الطيب والسواك يوم الجمعة 581/2 (846).

(16) انظر: الخطابي، معالم السنن 106/1. (الطبعة الأولى، المطبعة العلمية بحلب).

(17) انظر: عبد الفتاح الحسيني، الماء والإصحاح في الإسلام، ص/11. (من منشورات منظمة الصحة العالمية لإقليم شرق البحر المتوسط 1996م).

(18) انظر: ابن منظور، لسان العرب 3432/5، مادة: (فطر)، والزبيدي، تاج العروس من جواهر القاموس 331/13، مادة: (فطر).

(19) انظر: الخطابي، معالم السنن 31/1.

(20) انظر: النووي، المنهاج شرح النووي على صحيح مسلم 138/3.

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

وهذه السنن مذكورة في عدة أحاديث منها حديث ابن عمر رضي الله عنهما حيث ذكر فيه: حلق العانة، وتقليم الأظفار، وقص الشارب وأنها من الفطرة[21]. وورد في حديث أبي هريرة رضي الله عنه خمس خصال وأنها من الفطرة، وفيه زيادة الختان، ونتف الإبط[22]. وورد في حديث عشرة أمور وأنها من الفطرة، وفيه زيادة على ما في حديث ابن عمر وأبي هريرة: وإعفاء اللحية، والسواك، واستنشاق الماء، وغسل البراجم، وحلق العانة، وانتقاص الماء (يعني الاستنجاء)، والمضمضة[23] .

وبناء على ما تقدم فإن مجموع الفطرة اثنا عشرة خصلة، وهذا يفيدنا أن العدد ليس له مفهوم وأن خصال الفطرة أكثر من هذا فليست محصورة في الخمس المذكورة في حديث أبي هريرة أو العشر المذكورة في حديث عائشة رضي الله عنها إلا أن ما ورد فيهما هي أبرزها وأهمها، ولقد ذكر الحافظ ابن حجر رحمه الله أن مجموع ما ورد من آثار صحيحة في خصال الفطرة أنها تبلغ إلى خمسة عشر خصلة وهي: السواك، وتقليم الأظفار، والختان، ونتف الإبط، والاستحداد، وإعفاء اللحية، وقص الشارب، وغسل البراجم، والانتضاح، والمضمضة، والاستنشاق، والاستنثار، وفرق الشعر، وغسل الجمعة، والاستنجاء[24].

الحكمة في هذه السنن:

هذه السنن لها منافع ومصالح دينية ودنيوية منها نظافة البدن، وحسن الجمال والهيئة، والكف عن إيذاء الآخرين بروائح كريهة، ومخالفة الكفار من المجوس واليهود والنصارى وعبّاد الأوثان، وامتثال أمر الشارع في قوله تعالى: وصوّركم فأحسن صوركم[25] لما في المحافظة عليها من مناسبة ذلك، وكأنه سبحانه قال: قد حسنت صوركم فلا تشوهوها بما يقبحها أو حافظوا على ما يستمر به حسنها، وبالامتثال بهذه الخصال والمحافظة عليها محافظةٌ على المروءة والتآلف المطلوب، لأن الإنسان إذا ظهر في صورة حسنة وهيئة جميلة كان أدعى لانبساط النفس إليه، فيُقبل قوله ويُحمد رأيه والعكس بالعكس[26] .

ومن أهم هذه الخصال، والتي لها فوائد صحية مباشرة، بقدر من التفصيل ما يلي:

- الخِتان: ختان الذكر هو قطع الجلدة التي تغطي الحشفة[27] ، والختان اسمٌ لفعل الخاتن ولموضع الخِتان، والمراد هنا هو الأول، كذا ذكر الحافظ في الفتح[28].

والختان من سنن المرسلين ومما يزيد أهميته بأن إبراهيم عليه السلام اختتن بالقدوم وهو ابن ثمانين سنة[29]. واختتان سيدنا إبراهيم عليه السلام في هذا العمر يدل على تأكيد الختان، ومن هنا يرى بعض أهل العلم وجوب الختان مستدلين بهذا الحديث معللين بأنه لو لم يكن واجبا لما كشفت له العورة لأن كشف العورة محرم، وقال آخرون بسنيته لأنه أسلم مع رسول الله صلى الله عليه وسلم الناس منهم الأسود والأبيض فلم يفتش أحدا منهم هل هو مختون أم لا؟[30].

حِكمة الختان:

الختان كما فيه طهارة ونظافة، فإنه يعدل الشهوة التي إذا أفرطت ألحقت الإنسان بالحيوانات، لذا فإن الأقلف من الرجال والقلفاء من النساء لا يشبع من الجماع. ذكره ابن القيم رحمه الله[31] .

وللختان فوائد صحية كبيرة، كما أثبتته المكتشفات العلمية الحديثة، منها:

1. الوقاية من التهاب المجاري البولية عند الأطفال: هناك عدة أبحاث علمية تؤكد بأن الختان يحمي من وقوع التهاب المجاري البولية عند الأطفال، ومن هذه الأبحاث ما كتبه البروفيسور ويزويل (Wise well) [رئيس قسم أمراض الوليدين في المستشفى العسكري في واشنطن] حيث كتب مقالاً صرّح فيه بأنه كان من أشد الناس عداءً للختان، وكان قد شارك في الجهود الذي بذلها الأطباء للإقلال من نسبة الختان! ولكن ظهرت في الثمانينات دراسات علمية أكدت بيقين بأن نسبة الالتهابات البولية عند

---

(21) محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري كتاب اللباس، باب تقليم الأظفار 72/4 (5890).

(22) مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم كتاب الطهارة، باب خصال الفطرة 221/1، (257).

(23) المصدر السابق نفسه، برقم: (261).

(24) انظر: ابن حجر، فتح الباري 350/10.

(25) سورة الغافر، رقم الآية:64.

(26) انظر: ابن حجر: فتح الباري 339/10.

(27) انظر: المرجع السابق 351/10.

(28) المرجع السابق نفسه.

(29) محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري، كتاب الأنبياء، باب قول الله تعالى: واتخذ الله إبراهيم خليلا 2/ 461 (3356)، و مسلم بن الحجاج: صحيح مسلم كتاب الفضائل، باب من فضائل إبراهيم الخليل صلى الله عليه وسلم 4/ 1839 (2370). ومعنى القَدُوم الذي ورد في الحديث عند الأكثرين هي الآلة. انظر: النووي: المنهاج شرح صحيح مسلم ابن الحجاج 122/15.

(30) راجع للتفصيل في أقوال أهل العلم في حكم الختان (ختان الرجال): ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري 353/10-354.

(31) انظر: ابن القيم، تحفة المودود في أحكام المولود، ص/273.

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

الأطفال غير المختونين أكثر بالنسبة للمختونين، كما ينطوي على عدم الختان من خطر حدوث التهاب مزمن في الكلي وفشل كلوي في المستقبل... ويقول: ومن هنا أيقنت بأن الختان لا بد أن يكون أمراً روتينياً عند كل مولود[32] ".

2. الوقاية من الالتهاب الموضعية في القضيب: ومن فوائد الختان الصحية بأن القلفة المحيطة بالقضيب تكون عرضة لتجمع الأوساخ مما يصعب تنظيفها فتساعد في تكوّن الجراثيم ويؤدي إلى التهاب الحشفة أو التهاب الحشفة والقلفة، فالختان يحمي من هذا المرض[33].

3. فوائد الختان الجنسية:

إن الختان يساعد في إطالة عملية الجماع لأن المنطقة الأكثر حساسية في العضو الذكري هي الرأس وتتركز خلايا الجنس والأعصاب في هذا المكان، ولوجود القلفة حول الرأس فإنها تمنع عنه الاحتكاك الخارجي مما يجعل الذكر شديد الحساسية عند أي تلامس، أما إذا أزيلت القلفة من حول الرأس فإن هذا الجزء يصبح أقل حساسية بسبب احتكاكه الدائم بالملابس، وبناء عليه فإن الختان يساعد على الإطالة في المجامعة[34].

- الاستحداد:

الاستحداد هو حلق العانة، سمي به لاستعمال الحديدة وهي الموسى، والمراد به نظافة ذلك الموضع، والمراد بالعانة: الشعر الذي ينبت فوق ذكر الرجل وحواليه، وحوالي فرج المرأة، كما ألحق العلماء الشعر النابت حول حلقة الدبر، فيستحب حلق جميع الشعر النابت على القُبل والدُبر وحولهما[35] .

فوائد الاستحداد الطبية:

إن موضع العانة لكونه قريبا من السبيلين يكون عرضة للتلويث والتلطيخ وهي منطقة كثيرة العرق وغزيرة الإفرازات الدهنية من غدد الجلد، مما يؤدي إلى نمو الجراثيم وعوامل مرضية أخرى لذا فإن ترك الشعر في هذا الموضع وعدم نظافته يسبب كثيرا من الأمراض وخاصة الأمراض التناسلية، وأمراض الجهاز البولي، والأمراض النسائية وغيرها من الآفات الجلدية، وقيل إن ثلث نساء الغرب تعاني من أعراض التهاب المثانة، والسبب هو إهمال تلك المنطقة وقذارة القُبل والدُبر والإبقاء على العانة[36] .

- تقليم الأظفار:

المقصود من تقليم الأظفار هو إزالة ما يزيد على ما يلابس رأس الإصبع من الظفر، لأن الأوساخ تجتمع وتتراكم فيه فيستقذر، وقد يمنع من وصول الماء إلى ما يجب غسله في الطهارة[37].

إن ترك الأظفار بدون قص يؤدي إلى تجمع الأوساخ فيها ومن ثم نمو الجراثيم الضارة فيها فتكون سببا في نقل الأمراض له ولغيره، أما له فعن طريق الأكل والشرب حيث ينقل الأمراض إلى جسمه وأما للآخرين فعن طريق المصافحة أو بتقديم الطعام والشراب وغير ذلك، كما أن الظفر الطويل يخمش ويخدش ويضر. ومن حيث المظهر فإن الظفر الطويل يشوه المظهر حيث يصور يد الإنسان كأنه مخالب الطيور الوحشية.

- نتف الإبط

المقصود من نتف الإبط هو إزالة ما نبت عليها من الشعر سواء عن طريق النتف أو ما يقوم مقامه بشرط حصول المقصود، إلا أن استعمال ما دلت عليه السنة أفضل كما ورد الفرق بين لفظ الحديث في إزالة شعر العانة وشعر الإبط فاستخدم في الأولى كلمة "الاستحداد" وهو الحلق، وفي الثانية كلمة "النتف" وهو إزالة الشعر كلياً، ولعل الحكمة فيه بأن الشعر يقوى ويغلظ جِرمه عند الحلق، فالإبط إذا قوي فيه الشعر وغلظ جِرمه كان أفوح للرائحة الكريهة المؤذية لمن يقاربها، فالنتف يناسب فيه، وأما العانة فلا يفوح منها رائحة كريهة ما يفوح من الإبط فناسب أن يسن فيه النتف المضعف لأصله[38].

---

(32) انظر: حسان شمسي باشا، المقال بعنوان: "لماذا تراجع الغرب عن عدائه للختان؟"، وهو منشور على موقع: http://khayma.com/alhkikh

(33) ينظر الفوائد العلمية: نزار الدقر، "روائع الطب الإسلامي" منشور على موقع موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة www.55a.net و حسان شمسي باشا، المقال بعنوان: "لماذا تراجع الغرب عن عدائه للختان؟" منشور على موقع: http://khayma.com/alhkikh/Women/Khetan/zkor.htm و محمود ناظم النسيمي، الطب النبوي والعلم الحديث 1/384-385 (الطبعة الأولى 1404هـ، مؤسسة الرسالة، بيروت) و "منظمة الصحة العالمية تقر الختان لمكافحة الإيدز" بي بي سي (العربية) يوم الخميس 2007/03/29م. على موقع: http://news.bbc.co.uk/hi/arabic/sci_tech/newsid

(34) نفس المراجع.

(35) انظر: النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج 3/148.

(36) انظر: فارس علوان "وفي الصلاة صحة ووقاية". نقلاً عن كتاب: الإعجاز العلمي في السنة النبوية، للدكتور صالح أحمد رضا 1/124 . 125

(37) انظر: ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري 10/357.

(38) انظر: ابن دقيق العيد، إحكام الأحكام شرح عمدة الأحكام، ص/127 (ط/ مكتبةالسنة لصاحبها شرف الدين عبد الفتاح الحجازي، القاهر . مصر الطبعة الأولى 1414هـ - 1954م).

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

ومن حيث الفوائد الصحية فإن نتف الإبط له فوائد صحية بحيث يقي الموضع من نضوج غدد عرقية خاصة التي تفرز مواد ذات رائحة خاصة فإذا تراكمت معها الأوساخ والغبار تغيرت وأصبح لها رائحة كريهة فإزالة هذا الشعر يساعد في تخفيف هذه الرائحة ويخفف أيضا من الإصابة بالعديد من الأمراض التي تصيب هذه المنطقة، كالتهابات الأجربة الشعرية والتهابات الغدد العرقية وغيرها.

- السواك

السواك في اللغة، يأتي بمعنى الدَّلْك. يقال: ساك الشيءَ سَوكاً، أي: دَلَكه. والسواك، أو المسواك: اسم العود الذي به يستاك[39]. وفي الاصطلاح: استعمال عود أو نحوه في الأسنان لإزالة الوسخ[40] .

إن كافة الوسائل المتبعة لتنظيف الفم والأسنان لها فوائد صحية كبيرة سواء استعمل عودا أو معاجين، وتقول الأبحاث بأنه توجد هناك أكثر من مائة واثنين وثمانين نبتة أو شجرة مختلفة الفصائل والتي تستخدم أعوادها لتحضير المسواك، ومن أشهرها على الاطلاق وأكثرها استعمالا وأكبرها منفعة هي "شجرة الأراك" التي تتبع للفصيلة الأراكية (Salvadora Persia)[41] . وسيأتي الكلام عن هذه الشجرة في السطور القادمة.

ولقد ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم أحاديث كثيرة تدل على فضل السواك، وأهميته، وفوائده العظيمة، فعن عائشة رضي الله عنها عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: «السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ»[42].

وكان من شدة حرضه عليه الصلاة والسلام على السواك أنه أظهر رغبته بأن يأمر أمته بالسواك مع كل صلاة أو مع كل وضوء لو لم يكن خوف المشقة عليهم[43] .

وكان من هديه صلى الله عليه وسلم أنه كان إذا قام من الليل يدلك فاه بالسواك[44].

فهذه الأحاديث وغيرها تدل على أهمية السواك وأنه عليه الصلاة والسلام كان يهتم به اهتماما بالغا حتى إذا قام من الليل يدلك فمه بالسواك، كما تبين فوائده العاجلة وهي طهارة الفم، وفوائده الآجلة وهي حصول رضوان الله عزوجل.

فوائد السواك الصحية:

يقول ابن القيم رحمه الله: "وفي السِّوَاك عدة منافع فإنه ينظف الفم، ويقوي اللثة، ويدفع البلغم، ويجلو البصر، ويصح المعدة، ويصفي الصوت، ويساعد في

---

(39) انظر: ابن منظور: لسان العرب 446/10، مادة: (سوك).

(40) انظر: النووي: تحرير ألفاظ التنبيه، 33/1. (ط/ دار القلم، دمشق، الطبعة الأولى 1408هـ).

(41) انظر: مشاري بن فرج العتيبي، المقال بعنوان: "الإعجاز العلمي للسنة النبوية في أسرار مسواك عود الآراك وتأثيره على صحة الفم ومناعة الخلايا البشرية" [من أبحاث المؤتمر العالمي الثامن للإعجاز العلمي في القرآن والسنة بدولة الكويت 1427هـ – 2006م] وهو منشور على موقع الإعجاز العلمي (مكة المكرمة) http://www.eajaz.org

(42) هذا الحديث ذكره البخاري معلّقاً في كتاب الصوم، باب سواك الرطب واليابس للصائم 40/2 (1933). وأخرجه موصولاً: النسائي في كتاب الطهارة، باب الترغيب في السواك 10/1 (5)، وأحمد في المسند 404/41 (24925)، وابن حبان في صحيحه 348/3 (1067) (ط/ مؤسسة الرسالة، بيروت لبنان) كلهم من طريق يزيد بن زُريع عن عبد الرحمن بن أبي عتيق عن أبيه عن عائشة رضي الله عنها مرفوعا. وعبد الرحمن مقبول، كما في التقريب (ص/586). قال ابن حبان: أبو عتيق هذا هو محمد بن عبد الرحمن بن أبي بكر. قال الحافظ تعقيباً على كلامه: "هو كما قال، لكن الحديث إنما هو من رواية ابنه عبد الله عنه، فإن صاحب الحديث هو عبد الرحمن بن عبد الله بن محمد بن عبد الرحمن؛ نُسب في السياق إلى جده، وكلام ابن حبان يوهم أنه من رواية أبي عتيق نفسه وليس كذلك". وأخرجه البيهقي في السنن الكبرى 56/1 (139) من طريق عبد الرحمن بن عبد الله بن أبي عتيق عن القاسم بن محمد عن عائشة به. قال البيهقي: فكأنه سمعه منهما جميعاً. وأخرجه أحمد 240/40 (24203)، والبيهقي في السنن الكبرى 55/1 (136)، والبغوي في شرح السنة 394/1 (199) من طرق عن ابن اسحاق، عن عبد الله بن محمد بن عبد الرحمن بن أبي بكر. وابن اسحاق قد صرّح بالتحديث كما في رواية أحمد. وعبد الله بن محمد قال عنه الحافظ: صدوق. تقريب التهذيب، برقم: (3613)، فهذا الإسناد حسن. وقال البغوي: "هذا حديثٌ حسن". فالحديث صحيح، والبخاري قد علقه مجزوماً، وقال المنذري عن تعليقاته المجزومة: "وتعليقاته المجزومة صحيحة". الترغيب والترهيب 100/1 (ط/ دار الكتب العلمية، بيروت، الطبعة الأولى 1417هـ). وقال النووي: "هذا التعليق صحيح؛ لأنه بصيغة جزم". المجموع شرح المهذب 324/1. وللحديث شواهد عن بعض الصحابة ذكرها الحافظ ابن حجر، انظر: ابن حجر: التلخيص الحبير في تخريج أحاديث الرافعي الكبير 225/1 – 226 (الطبعة الأولى 1419هـ دار الكتب العلمية، بيروت لبنان) وصححه الشيخ الألباني كما في صحيح الترغيب والترهيب، برقم: (209) (مكتبة المعارف، الرياض) و في إرواء الغليل 105/1.

(43) انظر: محمد ابن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري كتاب الجمعة، باب السواك يوم الجمعة 283/1 (887)، ومسلم بن الحجاج: صحيح مسلم كتاب الطهارة، باب السواك 220/1 (252) من حديث أبي هريرة رضي الله عنه.

(44) محمد بن إسماعيل البخاري: صحيح البخاري كتاب الوضوء، باب السواك 98/1 (245)، ومسلم بن الحجاج: صحيح مسلم كتاب الطهارة، باب السواك 220/1 (255).

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

هضم الطعام، ويسهل مجاري الكلام..."[45].

فوائد السواك بالأراك في ضوء المكتشفات العلمية:

يقول ابن القيم رحمه الله: "وينبغي أن يتخذ السواك من شجر الأراك ونحوه ولا ينبغي أن يؤخذ من شجرة مجهولة فربما كانت سمًّا"[46].

لقد أظهرت الدراسات العلمية بأن شجر الأراك يحتوي على مواد فعالة تقي الأسنان واللثة لمدة طويلة من أضرار الميكروبات، وهذا مما لا يتوفر في معاجين الأسنان العادية.

وفي دراسات علمية حللت أعواد الأراك كيميائياً، فوجد أن التركيب الكيميائي لهذه الأعواد، كالتالي: مواد قلوية مثل السلفادويوريا (**Salvadourea**)، و الكلورايد (**Chloride**)، و مادة السيستوستيرول (**Sisto Sterol**)، و تراي ميثايل امين (**Trimethylamine** ، و حمض اليانسون (**M–ansinic acid**) ، و السيليكا (**Silica**)، و الكبريت (**Sulfur**)، و فيتامين (ج) (**Vitamin C**)، و مادة الصابونين والعفص) التانين (**Tannin**)، و الفلافويند (**Flavonide** ، و الجلايكوسايد (**Glycoside**)، و مواد لها علاقة بالخردل مثل السنيرجين (**Sinnirgin**)، و مادة صمغية (**Resin**). ولاحتواء الأراك على هذه المواد فإنه يقتل الجراثيم الموجودة في الفم، ويعمل في معالجة نزيف اللثة ويقويها أيضا لأنه يحتوي على مواد قابضة، كما يزيد بياض الأسنان ويحميه من التسوس والنخر، ويقوي الشعيرات الدموية المغذية للثة مما يوفر وصلة الدم والأكسجين لها بكمية كبيرة مانعا حدوث الالتهابات، ويذهب رائحة الفم الكريهة، ويقوي مناعة الجسم ضد الأمراض.

ولقد أصدرت منظمة الصحة العالمية (**WHO**) توصيات بشأن استخدام السواك مشيرة بأن أعواد السواك المختلفة تلعب دورا أساسيا في تحسين صحة الفم ونظافته، وفي تقريرها السنوي لعام **2000**م قررت بأن هناك حاجة لإجراء المزيد من الأبحاث العلمية الخاصة حول تأثير السواك الطبية[47].

- غسل البَراجِم

لقد اختلفت عبارات أهل العلم في بيان المقصود من البراجم، فقيل: هي المواضع التي تتسخ ويجتمع الوسخ فيها وخاصة ممن لا يكون طري البدن، وقيل: هي عقد الأصابع ومفاصلها كلها، ويلحق بالبراجم ما يجتمع من الأوساخ في معاطف الأذن، وكذلك كل وسخ يجتمع ويتراكم في أي موضع كان من البدن، وقيل: هي العقد في ظهور الأصابع يجتمع فيها الوسخ[48].

يقول أهل العلم إن غسل البراجم سنة مستقلة غير مختصة بالوضوء بمعنى أنها يحتاج إلى غسلها في التنظيف عموما سواء كان في الوضوء أو في غيره، ويلحق بها ما كان من الأوساخ مجتمعة في معاطف الأذن وقعر الصماخ فإن في بقائها إضرار بالسمع[49].

المبحث الثالث: العناية بحُسن المظهر.

إن الإسلام كما اعتنى بنظافة البدن اعتنى بحسن المظهر لأن حسن المظهر من إحدى علامات السلوك الإجتماعي الحسن، لها تأثيرها الإيجابي في المجتمع بل هي من إحدى المقاييس لسلامة الفرد من ناحية الصحية، كما أن حسن المنظر والمظهر يلقى على صاحبه البهجة والسرور فيحصل به كمال الهدوء والراحة النفسية، كما قال الإمام الشافعي رحمه الله: من نظّف ثوبه قلّ همه ومن طاب ريحه زاد عقله[50].

ولكن ينبغي أن يكون كل ذلك داخل إطار الشرع بدون إسراف ولا مخيلة، مع التركيز البالغ على نظافة الباطن التي بها يكتمل حسنه. ومن مظاهر حُسن المظهر:

- نظافة الثياب: اللباس من إحدى نعم الله عزوجل على العباد كما قال سبحانه ضمن امتنانه على عباده: "يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ؛ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ"[51].

(**45**) ابن القيم: الطب النبوي، ص/**233**.

(**46**) المرجع السابق نفسه.

(**47**) ينظر: مشاري بن فرج العتيبي، "الإعجاز العلمي للسنة النبوية في أسرار مسواك عود الآراك وتأثيره على صحة الفم ومناعة الخلايا البشرية"، (من أبحاث المؤتمر العالمي الثامن، الكويت **1427**هـ)، و أبو شامة، "السواك وما أشبه ذلك" بتحقيق أحمد العيسوي، وإبراهيم بن محمد أبو حذيفة (مقدمة التحقيق، ص/**11**)، الصيدلاني صبحي، المقال بعنوان: "المسواك (عود الآراك) وفوائده الطبية".مقالة منشورة على موقع: **http:www.genistra.com** ، مروة عزمي جنينة، المقال بعنوان: "بين السواك ومعاجين الأسنان"، مقالة منشورة في مجلة عالم الغذاء، العدد: **117**، فبراير **2008**م.

(**48**) انظر: ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، ص/**70**، و النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج **150/3**، وابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري **351/10**.

(**49**) انظر: النووي، المنهاج، شرح صحيح مسلم بن الحجاج **150/3**، وابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري **351/10**.

(**50**) ابن الجوزي، صفة الصفوة **256/2**. (ط/ دار المعرفة، بيروت، الطبعة الثانية **1399**هـ).

(**51**) سورة الأعراف، رقم الآية: (**26**).

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

ففي هذه الآية امتن الله عزوجل على عباده بما أنزل عليهم من اللباس وجعل لهم هذا اللباس ريشا أي ما يتجملون به، فاللباس المذكور هنا لستر العورات، والريش هو ما يتجمل به ظاهراً، فاللباس من الضروريات والريش من التكملات والزيادات[52].

وكان عليه الصلاة والسلام مع ما كان يلبس ما تيسر له من الثياب من صوف أو قطن أو غير ذلك لكن كان شديد الاهتمام بنظافتها، وكان يهتم بلُبس الثياب البيضاء، ويحرص الصحابة عليها، فقد أمر بلبس البياض وقال إنها من خير ثيابكم، كما أمر بتكفين الموتى فيها[53]. والحكمة من لُبس الثياب البيضاء لأنها من خير الثياب ولأن أدنى شيء من الأوساخ تظهر فيها ومن ثم يسرع صاحبه في تنظفيها فيبقى نظيفاً جميلاً أمام الناس بخلاف الألوان الأخرى فإن الأوساخ لا تظهر عليها بسرعة ومن ثم يهمل صاحبها حتى تتراكم وتؤدي إلى حدوث الجراثيم والطفيليات.

فكما كان النبي صلى الله عليه وسلم يهتم اهتماما بالغا بنظافة ثيابه كذلك كان دقيق الملاحظة على أصحابه بشأن نظافة ملابسهم أو أبدانهم فكان إذا رأى في أحد أصحابه إهمال في هذا الجانب ينبهه بالفور، فعن جابر رضي الله عنه قال: أتانا رسول الله صلى الله عليه وسلم فرأى رجلا متفرقاً رأسه، فقال: أما يجد هذا ما يُسكّن به شعره؟، ورأى رجلاً آخر وعليه ثياب وسخة، فقال: أما يجد هذا ما يغسل به ثوبه؟[54]

وجاء الصحابي مالك بن نضلة رضي الله عنه إلى النبي صلى الله عليه وسلم في ثوب دنيئ غير لائق بحاله، فقال له النبي صلى الله عليه وسلم : ألك مال؟ قال: نعم، فقال: من أي المال؟ قال: من الإبل، والخيل، والغنم، والرقيق، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: فإذا آتاك الله مالا فليُر أثر نعمة الله عليك وكرامته[55]. فقد أمر النبي صلى الله عليه وسلم هذا الصحابي بأن يلبس ثيابا نظيفا ونفيسا ما يليق بحاله مراعيا القصد وعدم الإسراف، كما يعد هذا إظهار نعمة الله على العبد.

وكان بعض الصحابة رضي الله عنهم يعملون يوم الجمعة فيأتون للجمة في ثياب المهنة فتفوح منها رائحة كريهة، فكرهها النبي صلى الله عليه وسلم وأمرهم على اتخاذ ثياب مخصوصة للجمعة غير ثياب المهنة[56] .

(1) إكرام الشعر: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم ذا شعر طويل فكان شعره يصل أحيانا إلى أنصاف أذنيه وأحيانا إلى شحمة أذنيه أو بين أذنيه وعاتقه، وكان من اهتمامه بنظافة الشعر أنه كان يغسله ويرجله ويدهنه، وأكد على كل من له شعر بإكرامه، فقال: من كان له شعر فليكرمه[57] . قال صاحب العون، أي: فليزينه ولينظفه بالغسل والتدهين والترجيل، ولا يتركه متفرقاً، فإن النظافة وحسن المنظر محبوب[58].

وأما ما يفعله بعض من يتركون الشعر الطويل بدون غسل ولا تسريح بدعوى الزهد والتقشف فليس له من الزهد في شي بل صاحبه مرتكب بجريمة مخالفة أمر النبي صلى الله عليه وسلم بإكرام الشعر، ومتعرض نفسه للقمل وغيره من حشرات طفيلية.

(2) الاكتحال: إن الاكتحال وخاصة بالإثمد مندوب لما له أثر ملموس على صحة العين ونور البصر وذهاب الأذى والضرر، والإثمد كما قال ابن حجر: حجر أسود مائل إلى الحمرة يكون في بلاد الحجاز وأجوده ما يؤتى به من أصبهان[59].

ولقد استحب النبي صلى الله عليه وسلم الاكتحال بالإثمد وبيّن منافعه الطيبة بأنه من خير الأكحال وأنه يجلو البصر وينبت الشعر[60]. وفي رواية: فإنه مذهبة للقذى، مصفاة للبصر[61] .

---

(52) انظر: ابن كثير، تفسير القرآن العظيم 400/3 (الطبعة الأولى 1420هـ، دارطيبة للنشر والتوزيع).

(53) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب اللباس، بابٌ في البياض 607/1 (4061)، وأبو عيسى الترمذي: جامع الترمذي كتاب الجنائز، باب ما يُستحب من الأكفان 237/1 (994)، وقال: حسن صحيح. وابن ماجة: سنن ابن ماجة كتاب الجنائز، باب ما جاء فيما يستحب من الكفن 261/1 (1472)، وأحمد بن حنبل: المسند 94/4 (2219)، 207/10، وابن حبان: صحيح ابن حبان 242/12 (5423)، والحاكم: المستدرك 506/1 (1308)، كلهم بطرق عن عبد الله بن عثمان بن خثيم عن سعيد بن جبير عن ابن عباس. قلت: عبد الله بن عثمان صدوق، كما في التقريب (3489). فالحديث بهذا الإسناد حسن.

(54) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب اللباس، باب في غسل الثوب وفي الخُلقان 607/1 (4062)، وأحمد بن شعيب: سنن النسائي كتاب الزينة، باب تسكين الشعر 790/1 (2536)، وأحمد بن حنبل: المسند 142/23 (14850)، والحاكم: المستدرك 206/3 (7380) وصححه ووافقه الذهبي. وصححه الشيخ الألباني في السلسلة الصحيحة 811/1, برقم: (493).

(55) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب اللباس، باب في غسل الثوب وفي الخُلْقان 607/1 (4063)، وأحمد بن شعيب: سنن النسائي كتاب الزينة، باب الجلاجل 788/1 (5224). و أحمد بن حنبل: مسند أحمد 466/28 (17229)، وابن حبان: صحيح ابن حبان 234/12 (5416)، والحاكم: المستدرك 76/1 (65) وقال: صحيح الإسناد ووافقه الذهبي. وصححه الشيخ الألباني في صحيح سنن أبي داود 511/2 برقم (4063) (الطبعة الأولى 1419هـ، مكتبة المعارف، الرياض المملكة العربية السعودية).

(56) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب الصلاة، باب اللُّبس للجمعة 169/1 (1078)، وابن ماجة في كتاب إقامة الصلاة والسنة فيها، باب ما جاء في الزِّينة يوم الجمعة 197/1 (1095) والحديث صححه الألباني. انظر: الألباني: صحيح سنن أبي داود 297/1 (1078).

(57) سليمان بن الأشعث: سنن أبي داود كتاب الترجّل، باب في إصلاح الشَّعر 620/1 (4163)، و الطحاوي: مشكل الآثار 434/8 (3365)، والبيهقي: شعب الإيمان 425/8 (6036) من طريق ابن أبي الزناد عن سهيل بن أبي صالح عن أبيه عن أبي هريرة به. وابن أبي الزناد [وهو عبد الرحمن بن أبي الزناد] صدوق. كما في التقريب، ص/578. قال الحافظ: "وإسناده حسن وله شاهد من حديث عائشة في الغيلانيات، وسنده حسن أيضاً". انظر: فتح الباري (368/10). وقال الشوكاني: "رجال إسناده أئمة ثقات". نيل الأوطار 147/1. وقال الشيخ الألباني في تحسين الحافظ: "وهو عندي صحيح". ثم ذكر الشواهد. انظر: السلسلة الصحيحة 819/1، برقم: (500).

(58) شمس الحق العظيم آبادي: عون المعبود 1896/2 (الطبعة الأولى 1426هـ، دار ابن حزم، بيروت).

(59) ابن حجر: فتح الباري شرح صحيح البخاري 167/10.

(60) سليمان بن أشعث: سنن أبي داود كتاب اللباس، بابٌ في البياض 607/1 (4061)، ومحمد بن عيسى: جامع الترمذي كتاب الجنائز، باب ما يُستحب من الأكفان 237/1 (994)، وقال: حسن صحيح. ومحمد بن يزيد القزويني: سنن ابن ماجة كتاب الجنائز، باب ما جاء فيما يستحب من الكفن 261/1 (1472)، وأحمد بن

ISSN Online : 2709-4030
ISSN Print : 2709-4022
Vol.6 No.2 2022

أفادت هذه التوجيهات النبوية بإن الإثمد يحتوي على فوائد صحية جمة بحيث أنه يجلو البصر ويحسّن النظر ويقويها، ويزيد نور العين، ويذهب أوساخها، وينبت الشعر.

قال ابن سينا عن الإثمد: أن فيه ضمان على صحة العين وأنه يحفظ العين ويذهب وسخ قروحها[62] .

وقيل إن زرقاء اليمامة [63] كانت تبصر الأشياء على بعد من مسيرة ثلاثة أيام ولما قتلت وُجد أن عروق عينها كلها كانت متأثرة بالإثمد[64] .

وذكر الأطباء المعاصرون في فوائد الإثمد، بأنه يقوي ويشد جذور شعر العين ويحفظ الرموش فتطول أكثر وهكذا تزداد قدرتها في حفظ العين من أشعثة الشمس في تصفية الغبار والأوساخ، فتزيد الرؤيا وضوحاً وجلاءً أكثر منها في استعمال الأكحال الخالية من الإثمد[65].

(3) استعمال الطيب: لقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يحب الطيب ويعتنيه، فكان من إحدى أحب الأشياء عنده من الدنيا هو الطيب كما أخبر به عليه الصلاة والسلام في الحديث الذي رواه أنس رضي الله عنه، قال: حُبِّبَ إِلَيَّ مِنْ الدُّنْيَا: النِّسَاءُ وَالطِّيبُ...[66].

وذكر الإمام الشافعي رحمه الله في فوائد الطيب بأنه يزيد عقل الإنسان كما أن نظافة الثوب يقل همه[67].

وقال ابن القيم رحمه الله في بيان هديه صلى الله عليه وسلم في حفظ الصحة بالطيب: "الرائحة الطيبة غذاء الروح، والروح مطية القوى، والقوى تزداد بالطيب، وهو ينفعُ الدماغَ والقلب، وسائر الأعضاء الباطنية، ويُفرِّحُ القلب، ويَسُرُّ النفس ويَبسُطُ الروحَ، وهو أصدقُ شيء للرُّوح، وأشدُّه ملاءمةً لها، وبينه وبين الروح الطيبة نِسبةٌ قريبة....." وقال: "وفي الطيب من الخاصية، أنَّ الملائكة تُحبه، والشياطين تنفِرُ عنه، وأحبُّ شيءٍ إلى الشياطين الرائحةُ المنتنة الكريهة، فالأرواحُ الطيبة تُحِبُّ الرائحة الطيبة، والأرواحُ الخبيثة تُحِبُّ الرائحة الخبيثة، وكل روح تميل إلى ما يناسبها، فالخبيثات للخبيثين، والخبيثون للخبيثات، والطيباتُ للطيبين، والطيبون للطيبات..."[68].

تنبيه! إن الإسلام كما اعتنى بالنظافة الحسية، فإنه لم يهمل النظافة المعنوية، بل ربط نظافة الظاهر بنظافة الباطن. والمراد بالنظافة المعنوية هي نظافة الباطن وطهارتها من كل ما يشوبها من ضروب المعاصي والآثام وسيء الأخلاق كالغل والحقد والبغض والرياء والكبر والغرور والنفاق والكذب والزور والنميمة والبهتان والغيبة وغير ذلك، فلا قيمة لنظافة الظاهر مع عدم الاهتمام بنظافة الباطن، كما قال الشاعر:

إذ المرء لم يلبس ثيابا من التقى ** تقلب عريانا وإن كان كاسيا

وخير لباس المرء طاعة ربه ** ولا خير فيمن كان لله عاصيا

حنبل: المسند 94/4 (2219)، 207/10، وابن حبان: صحيح ابن حبان 242/12 (5423)، والحاكم: المستدرك 506/1 (1308) وصححه على شرط مسلم ووافقه الذهبي.

(61) الطبراني: المعجم الكبير 109/1(183) (مكتبة ابن تيمية القاهرة – جمهورية مصر العربية، بدون سنة النشر بتحقيق: حمدي بن عبدالمجيد السلفي)، و المعجم الأوسط 11/2 (1064) (طبعة دار الحرمين القاهرة، 1415هـ) و الحديث حسن، انظر: المنذري: "الترغيب والترهيب" 89/3 ، وابن حجر: "فتح الباري"157/10، والألباني: "السلسلة الصحيحة" 274/2، برقم: (665).

(62) ابن سينا: القانون في الطب 356/1 (ط/ دار الكتب العلمية بيروت لبنان، الطبعة الأولى 1420هـ).

(63) زرقاء اليمامة: هي امرأة نجدية من قبيلة جديس من أهل اليمامة، ويقال عنها بأنها كانت تبصر الشخص على مسيرة ثلاثة أثام، ويروى أنه في إحدى الحروب استتر العدو بقطع الأشجار وحملها أمامهم، فرأت زرقاء اليمامة ذلك فأنذرت قومها فلم يصدقوها، فلما وصل الأعداء إلى قومها أبادوهم وهدموا بنيانهم، وقلعوا عين زرقاء اليمامة فوجدوها محشوة بالإثمد. وسميت زرقاء اليمامه بهذا الاسم لزرقة عينها. انظر: زكريا القزويني، آثار البلاد وأخبار العباد، ص/133–134 (ط/ دار صادر، بيروت. بدون سنة النشر). والزركلي: "الأعلام قاموس تراجم أشهر الرجال والنساء من العرب والمستعربين والمستشرقين" 44/3 (ط/دار العلم للملايين، الطبعة الخامسة عشرة 2002 م).

(64) نفس المراجع السابقة.

(65) انظر: محمود ناظم النسيمي، الطب النبوي والعلم الحديث 277/3.

(66) أحمد بن شعيب: سنن النسائي كتاب عشرة النساء، باب حبِّ النساء 608/1 (3940)، وأحمد: مسند أحمد 305/19 (12293)، عن سلاّم أبي المنذر، عن ثابت، عن أنس به. وسلاّم هو ابن سليمان المزني القاريء، قال عنه الحافظ: "صدوق يهم" تقريب التهذيب، ص/426. وأخرجه الحاكم في المستدرك 174/2 (2676) من طريق جعفر بن سليمان (الضبعي) عن ثابت عن أنس به نحوه. وجعفر أيضاً صدوق، وكان يتشيع. كما في التقريب، ص/199. قلت: فالحديث بهذا الإسناد حسن، وحسنه الحافظ في التلخيص 254/3.

(67) انظر: ابن الجوزي، صفة الصفوة 256/2.

(68) الطب النبوي ص/200 . 201.