

منظومة الجسد في سياق التناغم القرآني

The body system in the context of Quranic harmony

محمد بلبشير*

قسم الفلسفة ، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة تلمسان (الجزائر)

تاريخ الاستلام: 2020/01/12 تاريخ القبول: 2020/07/15 تاريخ النشر: 2020/12/23

ملخص:

مشكلة الإنسان ليست مشكلة منهج، وإنما هي تكمن في تعقيد الإنسان نفسه. فمعرفة الإنسان لذاته شيء أشبه بالمستحيل، وأنّ الإنسان مشكلة، لأنه الموجود الذي لا يوصف له سوى أنه لا يوصف. إنه الموجود الذي يفلت من كل تحديد، ويخرج عن كل قاعدة ويند عن كل تعريف، إنه الموجود الذي لا يفتأ يعيد النظر في كل شيء، ولا يكاد ينتهي حتى يبدأ من جديد. والإنسان مشكلة، لأنه يحيا على التناقض في نفسه، فإن وجوده في صميمه لا يمثل سوى توتر بين الزمان والأبدية، بين الحرية والضرورة، بين التناهي واللانهاية، بين التعدّد والوحدة، بين الجسد والروح. كلمات مفتاحية: الجسد؛ التناغم؛ القرآن.

Abstract:

The problem of man is not a problem of method, but rather lies in the complexity of man himself. For man to know himself is something like impossible, and that man is a problem, because he is an existing that cannot be described except that it cannot be described. It is the existent that escapes from every limitation, departs from every rule and deflects from every definition, it is the existent that constantly reconsiders everything, and it almost does not end until it begins anew. Man is a problem, because he lives on contradiction in himself, for his existence at his core represents nothing but a tension between time and eternity, between freedom and necessity, between finitude and infinity, between plurality and unity, between body and soul.

Keywords: the body; harmony; The Quran.

*محمد بلبشير، قسم الفلسفة، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة تلمسان (الجزائر)

مقدمة:

تأتي أهمية الجسد في القرآن الكريم من أنه يكتسب فعاليته ويتحدد دوره باتصاله وتلاحمه مع الأجهزة الأخرى المكونة للإنسان، فالجسد هو الأداة التي عن طريقها تترجم الذات الإنسانية أعمالها.

ومن ثم فإنّ الجسد الإنساني ليس مقصوداً به مجرد أجزائه الماديّة المحسوسة فحسب، بل يشمل أيضاً الطاقة الحيويّة المنبثقة منه. وأنّ هناك ارتباطاً وثيقاً بين الجسد والنفس والعقل والروح، فالجسد يؤدي وظيفته في تكامل وتناسق مع هذه القوى، وهذا ما نلاحظه حين يخاطب القرآن الإنسان، فهو يخاطبه في صورته المتكاملة، وقد جاء ذلك - غالباً- في صورة نداء أو استفهام يدعو إلى التأمل والتدبر وتوجيه السلوك الإنساني والتّبصر بالغاية، كقوله سبحانه وتعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّاكَ فَعَدَلَكَ (7) فِي أَيِّ صُورَةٍ مَا شَاءَ رَكَّبَكَ﴾ (الانفطار: 8:7).

وعليه المداخلة تأتي جواباً على سؤال: ما موقع الجسد الإنساني من المنظومة المعرفية القرآنية الكاملة؟

وأسئلة مصاحبة: ما الأسس التي يبني عليها القرآن الكريم جسد الإنسان، والتي في ضوئها تتحدد أبعاد هذا الجسد؟ وما الذي قدمه القرآن الكريم لهذا الجسد من رعاية وعناية؟

أولاً- المقدس والجسد:

يشير الجسد إلى التكوين المادي لطبيعة الإنسان، ويدعو القرآن الكريم إلى العناية الشاملة به لياخذ الإنسان نصيبه من المتاع المادي الذي أنعم الله تعالى به عليه، كما جاء في الآية الكريمة: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾ (القصص: 77) فابتغاء الآخرة يكون بتزكية النفس، والنصيب من الدنيا بتمتع الجسد بمطالبه المادية.

ويكاد فقهاء المسلمين يتفقون حول ما قاله أبو حامد الغزالي (ت: 505هـ) بأن " مقصود الشرع من الخلق خمسة: أن يحفظ عليهم دينهم ونفسهم وعقلهم ونسلهم ومالهم، فكل ما يتضمّن حفظ هذه الأصول الخمسة فهو مصلحة، وكل ما يفوّت هذه الأصول فهو مفسدة ودفعها مصلحة" (الغزالي أبو حامد، 1322هـ، 278). وهذه الأصول الخمسة يسمّيها العلماء الضروريات الخمس (الشاطبي، دت، 12 والزحيلي وهبة، 1020)؛ كما أنّ الجسد منتم إليها، فكل ما يحفظه منفعة، وكل ما يضره مفسدة يجب دفعها، وللمحافظ عليه أباح الله تعالى الطعام والشراب والمسكن، وارتداء اللباس، ممّا يتوقف عليه بقاء الحياة، وفرض العقوبة على قاتل النفس من قصاص ودية، وكفارة.

وفي القرآن الكريم آيات تؤكد أن الله تعالى لم يحرم على الإنسان التمتع والانتفاع بما خلق في السماوات والأرض، ولا يجوز لأحد أن يحرم جسده من ملذّات الحياة وطيباتها التي أباحها الشرع، ويذيقه ألوان القهر والحرمان حتى ولو كان ذلك بدعوى التقرب إلى الله كما يزعم كثير من الصوفية.

ومما يؤكد ذلك قوله تعالى: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (31) قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ (الأعراف: 31-32)، وقوله سبحانه وتعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ﴾ (87) وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ﴾ (المائدة: 87-88)، وقوله أيضاً: ﴿كُلُوا مِنْ رِزْقِ رَبِّكُمْ وَاشْكُرُوا لَهُ بَلَدَةٌ طَيِّبَةٌ وَرَبِّ غَفُورٌ﴾ (سبأ: 15). ففي هذه الآيات دعوة للتمتع بالطيبات والابتعاد عن المحرمات.

كما نجد السنة النبوية كذلك تؤكد على حقوق الجسم وحظه من العناية والرعاية، فهذا عبد الله بن عمرو بن العاص (ض) يريد بصومه السموّ الروحي وتزكية النفس وتقواها، ولكنه يبالغ في ذلك حتّى حرم جسده من حاجاته، فيقول له رسول الله ﷺ: " فَإِنَّ بَحْسَبَكَ

أَنْ تَصُومَ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ" فيقول: "يَا نَبِيَّ اللَّهِ: إِنِّي أُطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ"، فَيَقُولُ الرَّسُولُ ﷺ: "فَإِنَّ لِرُؤُوسِكَ حَقًّا، وَلِرِزْوَارِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا.." (الإمام مسلم، 1972، 41).

ثانيا- الطاقة المتناغمة:

إن نظرة القرآن الكريم إلى الجسد، من حيث التركيب الجسدي والبنية العضلية، تؤول في النهاية إلى طاقة حيوية مجتمعة ومتحركة لغاية نفسية مرتبطة بها، وحواس الجسد لا تؤدي وظيفتها منفصلة عن الكيان النفسي كله.

ومن ثم فإن اهتمام القرآن بالجسد هو اهتمام بالغايات النفسية المرتبطة به، بما يساعد على توفير الطاقة الحيوية اللازمة لتحقيق أهداف الحياة، يقول الله تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (الذاريات: 56)، وهذه الأهداف تشمل كل كيان الإنسان، لأن علاقة الذات الإنسانية بالخالق تقتضي التكامل والشمول في مسيرة أفعالها في إطار معالم التصور القرآني.

ومن مظاهر علاقة الذات الإنسانية بالخالق: العبادات، ومن هنا نتعرف على علاقة الجسد بالعبادات، وسيقتصر حديثنا على الصلاة والصوم.

أ- الصلاة:

تعد الصلاة من أهم العبادات بعد الشهادتين؛ إنها حركة جسد وفي الوقت ذاته هي يقظة فكر وطلاقة روح؛ كما يظل الجسد مشاركا للعقل والروح في أثناء الصلاة، ويشير مصطفى صادق الرافعي إلى ذلك بقوله: "...وبالقيام في الصلاة يحقق المسلم لذاته معنى إفراغ الفكر السامي على الجسد كله، ليمتزج بجلال الكون ووقاره، كأنه كائن منتصب مع الكائنات يسبح بحمده" (الرافعي، دت، 12).

وتكرار الصلاة خمس مرّات في اليوم هو بمثابة أسى عوامل تطهير الجسد من الجراثيم، بحيث أنّ الإنسان المؤدي الصلاة، لا يؤديها إلا بوضوء، وهذا الأخير هو نظافة لكلّ الجزء الظاهرة من الجسد والتي تكون في الغالب مكشوفة ومعرضة لعوامل الجوّ المختلفة من أتربة وغيرها، وفي ذلك بين القرآن حكمة الوضوء، في قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا...﴾ (المائدة: 06). ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم: "لَا تُقْبَلُ صَلَاةٌ بِغَيْرِ طُهُورٍ" (الإمام مسلم، 1972، 100).

فالوضوء ينظّف خمس مرات في اليوم، الأجزاء المكشوفة من الجلد، وفتحات الجسد الطبيعية، من الميكروبات والطفيليات والمواد العضوية التي تخرج من الجلد أو تحط عليه.

فغدّد العرق تحتشد بصورة خاصة في الجبهة وباطن الكفّين والقدمين، كما أنّ الوجه يفرز الدهن من غدده الدهنية وفيه العيان تدمعان وتقذيان، والأنف يفرز سوائله المخاطيّة، والفم يؤرّة لفضلات الطعام المتخمّرة والمتعفنة بفعل الجراثيم، واليدان تصافحان وتمسكان بكلّ ما تصادفانه من أجسام وأدوات ومواد قدرة ونظيفة، والقدمان تطآن الأرض حافيتين أحياناً، فتتسخان بأحوالها وأضرارها، أو منعّلتين أحياناً أخرى، فتتسخان بافرازاتهما الجلدية من عرق ودهن وأملاح (عدنان الشريف، 1990، 216). وبما أنّ هذه الأعضاء دائمة التعرض للأوساخ، كان غسلها مع عدة مرّات في اليوم واجباً على الإنسان.

ثمّ إنّ الإسلام قد ألزم الإنسان المسلم بالغسل من الجنابة - رجالاً ونساءً - وهو غسل لا بدّ فيه من تنظيف الجسد كلّّه، حيث يقول الله تعالى: ﴿... وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا...﴾ (المائدة: 6)، وعن عائشة (ض) قالت: "إِنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا اغْتَسَلَ مِنْ الْجَنَابَةِ بَدَأَ فَعَسَلَ يَدَيْهِ ثُمَّ يَتَوَضَّأُ كَمَا يَتَوَضَّأُ لِلصَّلَاةِ ثُمَّ يَدْخُلُ أَصَابِعُهُ فِي الْمَاءِ فَيُخَلِّلُ بِهَا أَصُولَ شَعْرِهِ ثُمَّ يَصُبُّ عَلَى رَأْسِهِ ثَلَاثَ غُرَفٍ بِيَدَيْهِ ثُمَّ يَفِيضُ الْمَاءَ عَلَى جِلْدِهِ كُلِّهِ" (الإمام

البخاري، دت، 72).. ويقول الرسول ﷺ في حديث آخر: " حَقُّ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ أَنْ يَغْتَسِلَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ يَوْمًا يَغْتَسِلُ فِيهِ رَأْسُهُ وَجَسَدُهُ" (الإمام البخاري، دت ، 07).

والغسل هنا يشمل كافة الجسد حتى شعر الأنف، وقد أكد الإسلام تلك النظافة حرصاً على الجسد من الأمراض، وقد تبث علمياً أَنَّ الرَّجُلَ في أثناء الجماع يفرز من جسده كافة أنواع السموم التي تخرج مع العرق (حسن الباش، 1992، 28).

أما طهارة المرأة فقد شدد الإسلام عليها لأنها عرضة للنجاسة أكثر من الرجل، فهي في حالة الحيض تمكث سبعة أيان – تقل أو تزيد- لا يحق لها أن تصلي أو تصوم، ولا يحق لزوجها أن يقرّبها بقصد الجماع (علي الصابوني، 1990، 291) وقد حذّر القرآن من مغبة ذلك، يقول تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (البقرة: 222)، وإلى جانب التحذير الشرعي هناك تحذير صحي، فالدم في حالة حيض المرأة عبارة عن بقايا أوساخ يجرفها الدم حتى لا تؤذي، وقد قال العلماء إنّ بعض الأمراض الخبيثة ولاسيما الجلدية تصيب الرجال والنساء على السواء بسبب ممارسة الجماع في أثناء فترة حيض المرأة. وما ينطبق على المحيض ينطبق على المرأة بعد الولادة فلا اقتراب منها حتى تتطهر، لأنها تبقى - بعد مدة من الولادة - عرضة لإخراج زوائد الدم وكثير من الفضلات المؤذية لفترة معينة (حسن الباش، 1992، 29).

ومثلما اعتنى القرآن بنظافة جسد الإنسان، اهتم كذلك بنظافة الملابس، وأمر الإنسان أن تكون ملابسه نظيفة، ولم يلزمه بأنواع معينة من الثياب بل تركه حراً يختار ما يناسبه، ويرتضيه لنفسه، ويراه ملائماً وفقاً لحرارة الجو أو برودته، وفي هذا يقول تعالى: ﴿... وَجَعَلَ لَكُم سَرَائِلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَائِلَ تَقِيكُمُ بِأَسْكُمُ...﴾ (النحل: 81).

كما أمر القرآن بأخذ الزينة للعبادة، ورسم الإنسان سياسة الإنفاق من غير إسراف ولا تقتير، فقال تعالى: ﴿يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (الأعراف: 31) كما يقول عز وجل: ﴿يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ

لِبَاسًا يُوَارِي سَوَآتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَكَّرُونَ ﴿٢٦﴾ (الأعراف: 26)، وقال أيضاً: ﴿وَتِيَابَكَ فَطَهِّرْ﴾ (المدثر: 04).

إنّ الخطاب العام يوجب أخذ الزينة، وأبسط مظاهر الزينة ارتداء المرء من الثياب ما يدفع عنه ما يشينه بين الناس، وإطلاق الأمر يدل على وجوب الزينة عند كلّ مسجد - بحسب طاقة الإنسان -، ليكون عند عبادة الله مع المؤمنين في أثناء الصلاة والجمعة، والأعياد في حالة لائقة.

وفي هذا المعنى قال الرسول ﷺ مشيراً إلى ضرورة المظهر الطيب، واللباس الجميل المناسب للإنسان: "اغسلوا ثيابكم، وخذوا من شعوركم، واستاؤوا وتزيناؤوا وتنظفوا فإن بني إسرائيل لم يكونوا يفعلون ذلك فزنت نساؤهم..." (السيوطي، 1973، 199).

وإذا تأملنا في التعاليم القرآنية ودعوتها إلى الحفاظ على المظهر اللائق، فإننا نلاحظ أنها قد أثبتت بصورة علمية وجوب العناية به. وأن القرآن نزل بحق ليخرج الناس من غلظه الهمجية وسماحة التوحش إلى جمال الحضارة، ورونق المدنية؛ وهذا ما تأكد لبعض علماء الحضارة الإنسانية والأنتروبولوجيا الثقافية، بحيث اعترفوا أنّ الإسلام قد أخرج كثيراً من الأقوام التي كانت تسكن الغابات والأدغال، والمغارات، والكهوف من الهند ووسط إفريقيا، والتي كانت تعيش عارية الأجسام نساء ورجالاً من التوحش والهمجية، بإيجابه للستر والزينة إيجاباً شرعياً، حتى أنّ بعض المنصفين من الأوروبيين، قد بين في ردّه على الذين يطعنون في الإسلام من قومه أنّ لانتشاره في إفريقيا منّة على أوروبا بنشره للمدنية في أهلها، وبحملهم على ترك العري الذي كان سبباً لرواج تجارة النسيج الأوروبية، ولو لم يجعل هذا الدين أخذ الزينة شرعاً - قد أوجبه الله على عباده - لما خرجت أمم وشعوب كثيرة من الوحشية الفاحشة إلى الحضارة الراقية.

يقول غووستاف لوبون: "لقد أنشأ العرب بسرعة، حضارة جديدة كثيرة الاختلاف عن الحضارات التي ظهرت قبلها، وتمكّنوا بحسن سياستهم من حمل أمم كثيرة على انتحال دينهم ولغتهم وثقافتهم، ولم يشد عن ذلك أقدم الشعوب كالمصريين والهنود الذين رضوا

أيضا بمعتقدات العرب وعاداتهم وفنّ عمارتهم" (الرافعي، 1968، 12). ويقول بارتليي سان هيلر "لقد تعلّم أشرافنا وفرساننا رقة العواطف ولين الطباع وحسن الأخلاق من العرب" (الرافعي، 1968، 16).

ب- الصوم :

يُعد الصوم عبادة نفسية وجسدية في آن واحد، فهو لم يفرض لتعذيب الجسد وإرهاقه في سبيل السمو بالروح وتزكية النفس، بل إنّ الصوم بالأسلوب الذي قرره القرآن الكريم والسنة النبوية له تأثير إيجابي على صحة الجسد وسلامته، شريطة أن يلتزم الإنسان بقواعد الطب القرآني والنبوي في مجال التغذية، لهذا يقول الرسول ﷺ: " صُومُوا تَصِحُّوا" (الإمام البخاري، دت، 16)، ويقول أيضا: "الصَّوْمُ جُنَّةٌ" (الإمام مالك، دت، 286)، ففي الصوم وقاية وشفاء من الأمراض الاجتماعية والنفسية عامة، والجسدية خاصة، لذلك فهو خير كما جاء في القرآن الكريم، يقول الله تعالى: ﴿ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾ (البقرة: 184).

وإذا تبين لنا هذا فإنّ القرآن قد أمر بإشباع حاجات الجسد من مأكّل ومشرب ولكنّه دعا إلى تنظيم ذلك حتّى يتحقّق ما فيه مصلحة هذا الجسد بخاصة، والإنسان عامّة. ويقول سبحانه وتعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴾ (البقرة: 172)، ويقول كذلك: ﴿ فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴾ (النحل: 114)، ويقول أيضا: ﴿ وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعَ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ ﴾ (المؤمنون: 21).

بيد أن هذه الدعوة الصريحة للأكل والشرب لها حدود، فالقرآن وضع توجيهات وإرشادات لأجل أن تكون الفائدة من الطعام نافعة، ولا يصح الأكل والشرب ضاراً بالإنسان، ففي العديد من الآيات نجد أنّ القرآن يحثّ على عدم الإسراف في المأكّل والمشرب، يقول تعالى: ﴿ كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي وَمَنْ

يَحْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَى ﴿ (طه: 81)، ويقول كذلك: ﴿ وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿ (الأنعام: 141)، ويقول أيضاً: ﴿ ... وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿ (الأعراف: 31).

وهذه التوجيهات القرآنية يتبين لنا أن القرآن الكريم قد أرشد الإنسان إلى إدخال ما يقيم البدن من الطعام والشراب عوض ما تحلل منه، وان يكون بقدر ما ينتفع به البدن في الكمية والكيفية، ومتى تجاوز ذلك كان إسرافاً مانعاً من الصحة، جالبا للمرض.

كما جاءت أحاديث كثيرة للرسول ﷺ مؤكدة لهذا النهي القرآني عن الإسراف في الأكل والشرب، فعن مقداد بن معد يكرب أن النبي ﷺ قال: " مَا مَلَ ابْنُ آدَمَ وَغَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ، بِحَسَبِ ابْنِ آدَمَ لُقَيْمَاتٌ يَقْمَنَ صُلْبُهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلْتُ لَطْعَامَهُ، وَتُلْتُ لَشْرَابِهِ، وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ " (الإمام الترمذي، 1975، 35)، ويقول كذلك: " كُلُوا وَاشْرَبُوا وَتَصَدَّقُوا فِي غَيْرِ إِسْرَافٍ وَلَا مَخِيلَةٍ " (الإمام البخاري، دت، 136).

ففي هذين الحديثين نهى الرسول ﷺ عن الإسراف في المأكل والمشرب والملبس. فالإسراف في المأكل مضر بالصحة، فإذا ملأ الإنسان معدته بالطعام وحده، لم يجد فراغا للشرب، والطعام محتاج إلى ماء، كما أنّ الجسد نفسه محتاج إلى ماء. وإذا ملأ معدته وأمعاه بالطعام والشراب، فإنّ الأمعاء والمعدة يضغطن عن الصدر فيضيق، فلا تتم عملية التنفس بسهولة. كما أنّ الإسراف في الأكل، يؤدي إلى السمنة التي تتسبب في كثير من الأمراض، بهذا حذّر الرسول صلى الله عليه وسلم من السمنة والبطننة، فقال: "إِيَّاكُمْ وَالْبَطْنَةَ فَإِنَّهَا مُكْسَلَةٌ عَنِ الصَّلَاةِ وَمُفْسِدَةٌ لِلْجِسْمِ وَمُؤَدِّيَةٌ إِلَى السَّقَمِ، وَعَلَيْكُمْ بِالْقَصْدِ فِي قُوتِكُمْ فَهُوَ أَبْعَدُ مِنَ السَّرَفِ وَأَصَحُّ لِلْبَدَنِ، وَأَقْوَى عَلَى الْعِبَادَةِ " (الإمام الترمذي، 1975، 37).

فالتحذير من الإسراف في الطعام والشراب لأجل صحة الجسم وسلامته، وليس حرماناً له. ومن ذلك تتضح الحكمة من النهي القرآني والنبوي عن الإسراف في الأكل والشرب.

وإذا عرفنا ما للصوم من أهمية في الوقاية من الأمراض الجسدية، فإننا نجد أنّ الإنسان في أثناء أدائه لهذه العبادة قد تعرض له مواقف وظروف تعيق القيام بها أو تؤجلها إلى أيام آخر كالمرض، وكبر السن، والسفر الموجب للإفطار" (السيد سابق، 1997، 85). لذلك أباح القرآن الإفطار فيها وتسهيلاً وتيسيراً له، لأنّ الصوم في هذه الحالات يؤثر على الصحة الجسدية. وقد بيّن القرآن هذا في قوله تعالى: ﴿وَضَمَنَ كَانَ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ﴾ (البقرة: 185). وإذا كان القرآن قد دعا الإنسان إلى المأكل والمشرب مع عدم الإسراف والاقتدار فإننا نجده قد حرم عليه الأطعمة والأشربة التي تسبب له أضراراً (داود سليمان السعدي، 1994، 177).

قال الله تعالى: ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِزْيَرِ وَمَا أَهْلٌ لغيرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ...﴾ (المائدة: 3)، وقال أيضاً: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (المائدة: 90).

وليس غريباً بعد هذا أن يعنى القرآن بتوجيه الإنسان، إلى ضرورة اختيار نوع طعامه وشكر المنعم عليه بالتفكير والتدبر في نعمه، قال الله سبحانه وتعالى: ﴿فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ﴾ (24) أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبّاً (25) ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقّاً (26) فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبّاً (27) وَعِنَباً وَقَضْباً (28) وَزَيْتُوناً وَنَخْلاً (29) وَحَدَائِقَ غُلْباً (30) وَفَاكِهَةً وَأَبّاً (31) مَتَاعاً لَكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ﴾ (عبس: 24-32).

ثالثاً- المقدس وشرط الاستئناف:

يعدّ التّوَم عملية توقف نسبي في تفاعل حس الإنسان وحركته وإدراكه لما يحيط به من مختلف أنواع المؤثرات عموماً (عكاشة أحمد، 1975، 230).

كما يعدّ ضرورة قصوى للجسد الإنساني، حيث بالنوم يستعيد الجسد حيويّته ونشاطه، وتتحدد قدرته على الحركة، لهذا نجد القرآن قد وجّه نظر الإنسان إلى النّوم، وأوضح له أنّ أفضل الأوقات للنوم هي الليل، فتضمنت آياته توجيهاً للإنسان بأن لا يحرم نفسه من هذه الحاجة الأساسية، فوضعت تنظيماً فريداً نظمت به حركة الإنسان بالنهار، وسكونه بالليل، وهذه فطرة الله التي فطر الناس عليها، وفي ذلك يقول الله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِراً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ﴾ (يونس: 67). ويقول أيضاً: ﴿اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِراً إِنَّ اللَّهَ لَدُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ﴾ (غافر: 61).

ومن هذا التوجيه القرآني يتبين أهمية النوم في الليل، وأنّه ضروري للإنسان لكي يستعيد حيويّته ونشاطه ويكون قادراً على القيام بأعباء الحياة وتكاليف الخلافة في الأرض، من الأعمال والعبادات ما تيسر منها، وما سهل عليه دون إرهاق للجسد أو حرمان له من نعمة أنعم الله بها عليه، وهي السكون بالليل والخلود إلى الراحة فيه بالقدر الكافي.

وإلى هذا المعنى ذهب الرسول ﷺ إلى القول: لما علم أنّ نفرّاً من الصحابة قد حرموا أنفسهم من متع الحياة المباحة لهم، ومنها النّوم لأجل التقى رب إلى الله سبحانه وتعالى: " مَا بَالُ أَقْوَامٍ قَالُوا كَذَا وَكَذَا، لِكَيْ أَصْلِي وَأَنَا مُ وَأَصُومُ، وَأُفْطِرُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي " (البخاري، دت، 437).

غير أنّ هذه الرّعاية القرآنية للإنسان بأخذ حاجاته الأساسية للجسد، من الغذاء، والنّوم والراحة، والملبس والنّظافة، وحثّ الإنسان على إشباعها، وتحذيره من الحرمان أو الإهمال في تحصيلها — ولو بدعوى الزهد والتّقرب إلى الله- لا تنفع إذا ما وقف الإنسان عاجزاً أمام ما يصيبه من مرض، ورأى أنّ طلب الدواء والشفاء قد يدل على عدم الصّبر على قضاء الله وقدره، والرضا به، والاستسلام إليه، وهو ما اعتقده الكثير من المسيحيين في العصور الوسطى (كرم يوسف، دت ، 99) ، فكل إنسان مأمور أن يتداوى، ويسعى إلى

الشفاء بكل ما يمتلك من قدرة على ذلك. فالدين يدعو الجسد للاستراحة و التداوي بل الوقاية من الأمراض.

خاتمة:

يبدو أن مشكلة الإنسان ليست مشكلة منهج، وإنما هي تكمن في تعقيد الإنسان نفسه. فمعرفة الإنسان لذاته شيء أشبه بالمستحيل، وأن الإنسان مشكلة، لأنه الموجود الذي لا يوصف له سوى أنه لا يوصف. إنه الموجود الذي يفلت من كل تحديد، ويخرج عن كل قاعدة ويند عن كل تعريف، إنه الموجود الذي لا يفتأ يعيد النظر في كل شيء، ولا يكاد ينتهي حتى يبدأ من جديد... (زكريا إبراهيم، 1967، 7) والإنسان مشكلة، لأنه يحيا على التناقض في نفسه، فإن وجوده في صميمه لا يمثل سوى توتر بين الزمان والأبدية، بين الحرية والضرورة، بين التناهي واللانهاية، بين التعدد والوحدة، بين الجسد والروح. لهذا نرى أنه إذا أردنا معرفة الإنسان، فلا بد من دراسته في المقدس الديني الذي كرمه وفضله على كثير من المخلوقات، ويبدو ذلك جليا من آي القرآن ومعالجته لطبيعة الإنسان بطريقة شمولية: من حيث تكوينه الجسدي والروحي.

وعليه حاولنا تحديد معالم هذا البحث في الكشف عن موقع الجسد الإنساني من المنظومة المعرفية القرآنية الكاملة.

وقد تبين من عرض هذه المحاولة أن جسد الإنسان هو من حقائق التكوين المادي في طبيعة الإنسان، وهو ما عبّر عنه قوله سبحانه وتعالى: ﴿إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِنْ طِينٍ (71) فَإِذَا سَوَّيْتُهُ...﴾ (ص: 71-72).

فبفضل هذه " القبضة الطينية والتسوية الإلهية" في تكوين الإنسان، تحدد التكوين المادي لطبيعة الإنسان. ومن ثم فإن القرآن الكريم اهتم بالتكوين الجسدي في الإنسان، كما أمر بحق هذا التكوين في الرعاية والعناية الضروريتين.

قائمة المراجع:

- . وحي القلم. (د.ت). بيروت: دار الكتاب العربي.
- الترميزي (أبو عيسى). (1975). سنن الترميزي، بيروت، لبنان: دار الفكر العرب.
- الرافعي (مصطفى صادق). (1968). حضارة العرب في العصور الإسلامية الزاهرة، ط 2، بيروت، لبنان: منشورات دار الكتاب اللبناني للطباعة والنشر.
- الشاطبي (أبو اسحاق). (د.ت). الموافقات في أصول الشريعة، تحقيق، عبد الله دراز، بيروت، لبنان: دار المعرفة.
- . الصابوني (محمد علي). (1990). روائع البيان، تفسير الحكام من القرآن، ط 4، الجزائر: مكتبة رحاب.
- . الغزالي (أبو حامد). (1322هـ). المستصفى في علم الأصول، القاهرة: المطبعة الأميرية.
- . زكرياء (إبراهيم). (1997). مشكلة الإنسان، القاهرة: مكتبة مصر.
- . مالك (بن أنس). (د.ت). الموطأ، تنوير الحوالك شرح موطأ مالك، شرح جلال الدين عبد الرحمان السيوطي، المملكة العربية السعودية: دار الباز للنشر والتوزيع.
- الباش (حسن). (1992). الإنسان في ميزان القرآن، ط 2، طرابلس، ليبيا: منشورات كلية الدعوة الإسلامية.
- . البخاري (محمد بن اسماعيل). (د.ت). صحيح البخاري، القاهرة، مصر: دار الشعب.
- الزحيلي (وهبة). (1992). أصول الفقه الإسلامي، دمشق، سوريا: دار الفكر.
- . السيد (سابق). (1997). فقه السنة، دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان.
- السيوطي (جلال الدين). (1973). الجامع الكبير، مجمع البحوث الإسلامية، القاهرة: جامع الأزهر.
- . داود (سليمان السعدي). (1994). العجائب في الصلب والترائب. بيروت، لبنان: دار الحرف العربي.

- .عدنان (الشريف). (1980). من علم الطب القرآني، بيروت: دار العلم للملايين.
- عكاشة (أحمد). (1975). التشريع الوظيفي النفسي، ط3، القاهرة: دار المعارف.
- كرم (يوسف). (د ت). تاريخ الفلسفة الأوربية في العصور الوسطى، ط 2، القاهرة، مصر: دار المعارف.
- مسلم (أبو الحسن بن الحجاج). (1972). صحيح مسلم بشرح النووي، ط 2، بيروت: دار إحياء التراث العربي.