**بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد:فهذه الحلقة السابعة والعشرون في موضوع (القوي ) وهي بعنوان : عناصر التربية الجسمية في الإسلام :**

**يريد الإسلام أن يربي الإنسان من الناحية الجسمية على ثلاثة عناصر أساسية:**

**الأول : الصحة والسلامة من الأمراض :**

**أن يكون الإنسان معافىً في بدنه، كما جاء في الحديث (من أصبح منكم معافى في بدنه آمناً في سربه عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها) عافية البدن أول مقومات الحياة الآمنة الهادئة، وكان النبي يسأل الله العفو والعافية، فيقول (أفضل ما أوتي الإنسان اليقين والعافية) ويدعو الله في قنوته ويقول (وعافني فيمن عافيت) ويقول بين السجدتين، (اللهم اغفر لي وارحمني واجبرني وعافني وارزقني)، طلب العافية، سلوا الله العفو والعافية والمعافاة، في الدين والدنيا والآخرة عافية البدن سلامة البدن .**

**كيف يتعامل الإسلام مع الطهارة وكيف تتعامل معها أديان أخرى؟ ومن أجل هذا شرع الإسلام النظافة وأوجب الطهارة في الصلاة، طهارة الثوب والبدن والمكان،هذه الطهارة الحسية والطهارة الحكمية أوجبها بالغسل والوضوء.**

**النظافة فإن الإنسان لا يمكن أن يعافى إذا تعرض للأقذار باستمرار ولم ينظف نفسه ، حتى جاء في الحديث (حق على كل مسلم في كل سبعة أيام يوم يغسل فيه رأسه وجسده ) حق عليه إذا لم تأت الظروف الطبيعية وتسمح له بالغسل من الجنابة أو نحو ذلك فينبغي في كل أسبوع مرة على الأقل، يوم يغسل فيه رأسه وجسمه، هذا في الوقت الذي كان الرهبان في العصور الوسطى في أوروبا يتقربون إلى الله بالقذارة وكلما كان أحدهم أقذر ظن أنه إلى الله أقرب، حتى قال بعضهم :**

**واأسفا كان من قبلنا يعيش أحدهم طول عمره ولا يبل أطرافه بالماء ولكننا وا أسفا أصبحنا في زمن يدخل فيه الناس الحمامات، وإنما دخلوا الحمامات عدوى من المسلمين .**

**المسلمون في الأندلس كان عندهم في قرطبة مئات الحمامات وهؤلاء ما كانوا يعرفون هذا ، يقولون أصبحنا في زمن يدخل فيه الناس الحمامات.**

**حق الإنسان من ناحية تكوينه البدني الصحيح**

**أن ينظف جسمه وأن يبتعد عن كل ما يجلب عليه الأمراض، البول، الماء الراكد، البول في الطريق ، في موارد الماء ، الأشياء التي تجلب على الناس الأمراض المعدية، الإسلام اعتبرها من اللواعن، اللواعن الثلاث التي تجلب لعنة الله والملائكة والناس أجمعين، جاء الإسلام يعلّم الإنسان المسلم الذوق الراقي، الإنسان لا ينبغي أن يبول في الطريق أو في موارد المياه أو في الظل أو نحو ذلك، فهو يحافظ على صحته ويعلمه الذوق، ويعلمه المروءة والترفع والرقي من ناحية أخرى.**

**حرم الإسلام على المسلم أن يشرب المسكرات أو يتناول المخدرات وقد نهى النبي من كل مسكر ومخدر، بل نهى عن كل ما يضر بالبدن، )ولا تقتلوا أنفسكم إن الله كان بكم رحيماً( ولا تلقوا بأيديكم إلى التهلكة، لا ضرر ولا ضرار، لا تضر نفسك ولا تضار غيرك، ومن هنا حُرّم التدخين لأن الإنسان يضر نفسه بنفسه، يشتري ضرره بفلوسه.**

**و ينبغي للإنسان أن يحافظ على نفسه، لا ينبغي أن يسهر طويلاً فيضني نفسه ويصبح في الصباح متعباً مكدوداً مهدوداً، حتى لو كان هذا السهر في الطاعة والعبادة.**

**النبي قال للصحابة الذين أتعبوا أنفسهم في عبادة الله إن لبدنك عليك حقاً، أي في الراحة،وإن لعينك عليك حقاً أي في النوم، وإن لأهلك عليك حقاً ، أي في المؤانسة والإمتاع، وإن لزورك عليك حقاً، أي في الضيافة والإكرام، على الإنسان أن يعطي كل ذي حق حقه.**

**إذن يجب على الإنسان أن يحافظ على جسمه، المحافظة على صحة الجسم وعافيته وسلامته، هذا هو العنصر الأول الذي جاء به الإسلام.**

**إلى هنا ونكمل في اللقاء القادم والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.**