كيفية التعايش مع فيروس كورونا المستجد **(COVID-19)**

**الوقاية خير من العلاج**

**الوقاية خير من العلاج أول من قالها ابن سينا , وصارت وكأنها مصطلح علمي ينهج كل العلماء منه في شتي المجالات وخاصة المجال الطبي , وأصبحت القاعدة الأساسية للعلاج وتفادي الأمراض**

**وفي ضوء المرحلة القادمة والأحداث المستجدة كيف يمكننا التعايش المجتمعي مع الفيروس القاتل والوباء الناجم من فيروس كورونا المستجد والمعروف علميا (COVID-19) , ليس هذا فحسب بل أن إثارة الإشاعات والأخبار الكاذبة تهدد المجتمع , وتبث الفوضى والعبث مما يعود علي الفرد من ناحية بالسلب في عمله وصحته وأسرته , ومن ثم يعود علي مجتمعنا كذلك بالضرر والسلب , لما**

**من ارتباط وثيق بين العلاقة الفردية والمجتمعية ,**

**ولقد حثنا الشارع الحكيم بالمحافظة علي النفس البشرية وأنها من الضروريات ومن مقاصد الشريعة الإسلامية, لذا نجد أن الدين الإسلامي دين يسر ووسطية واعتدال جعل من ضرورياته المحافظة علي النفس مما جعل التكليف الشرعي في قدرة الاستطاعة , قال تعالي في سورة البقرة**

 **( لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا..) , وقال تعالي في سورة الطلاق ( لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا.. ) وأوصانا الشارع بعدم إلقاء النفس في الضرر والتهلكة قال تعالي في سورة البقرة**

**( وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ .. ) , وأخرج الْإِمَامِ أَحْمَدَ فِي مُسْنَدِه مِنْ حَدِيثِ أُسَامَةَ بْنِ شَرِيكٍ عَنِ النَّبِيِّ- صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- « قَالَ: إِنَّ اللَّهَ لَمْ يُنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً، عَلِمَهُ مَنْ عَلِمَهُ وَجَهِلَهُ مَنْ جَهِلَهُ »، وَفِي لَفْظٍ: « إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً، أَوْ دَوَاءً، إِلَّا دَاءً وَاحِدًا، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا هُوَ؟ قَالَ: الْهَرَمُ » قَالَ التِّرْمِذِيُّ: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ.**

**كيفية التعايش مع فيروس كورونا المستجد (COVID-19)**

1. **العزل والحجر الصحي .**

**عند انتشار الأوبئة والأمراض المعدية نجد أن المحاور والأساليب العلاجية النبوية العزل والحجر الصحي بمفهومها المعاصر ,**

**فَعَنْ أُسَامَةَ بْنِ زَيْدٍ - عنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ:** **« إذَا سمِعْتُمْ الطَّاعُونَ بِأَرْضٍ، فَلاَ تَدْخُلُوهَا، وَإذَا وقَعَ بِأَرْضٍ، وَأَنْتُمْ فِيهَا، فَلاَ تَخْرُجُوا مِنْهَا » متفقٌ عليهِ.**

**ونجد ذلك متبعاً فيما فعله أمير المؤمنين عمر بن الخطاب ,**

**فَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي اللَّه عَنْهُمَا « أنَّ عُمَر بْنِ الْخَطَّابِ - خَرَجَ إلَى الشَّامِ حَتَّى إذَا كَانَ يُسْرِع لَقِيَهُ أُمَراءُ الأجْنَادِ أبُو عُبَيْدَةَ بْنُ الجَرَّاحِ وَأصْحَابُهُ فَأَخْبَرُوهُ أنَّ الْوبَاءَ قَدْ وَقَعَ بالشَّامِ، قَالَ ابْنُ عَبَّاسٍ: فَقَالَ لي عُمَرُ: ادْعُ لِي المُهاجرِين الأوَّلِينَ فَدَعَوتُهم، فَاسْتَشَارهم، وَأَخْبرَهُم أنَّ الْوَبَاءَ قَدْ وَقَعَ بِالشَّامِ، فَاخْتلَفوا، فَقَالَ بَعْصُهُمْ: خَرَجْتَ لأَمْرٍ، وَلاَ نَرَى أنْ تَرْجِعَ عَنْهُ. وَقَالَ بَعْضُهُمْ: مَعَكَ بَقِيَّة النَّاسِ وَأصْحَابُ رسُولِ اللَّه ﷺ، وَلا نَرَى أنْ تُقْدِمَهُم عَلَى هَذَا الْوَبَاءِ، فَقَالَ: ارْتَفِعُوا عَنِّي، ثُمَّ قَالَ: ادْعُ لِي الأَنْصَارَ، فَدعَوتُهُم، فَاسْتَشَارهمْ، فَسَلَكُوا سَبِيلَ المُهاجرِين، وَاختَلَفوا كَاخْتلافهم، فَقَال: ارْتَفِعُوا عَنِي، ثُمَّ قَالَ: ادْعُ لِي مَنْ كَانَ هَا هُنَا مِنْ مَشْيَخَةِ قُرَيْشٍ مِنْ مُهَاجِرةِ الْفَتْحِ، فَدَعَوْتُهُمْ، فَلَمْ يَخْتَلِفْ عَلَيْهِ مِنْهُمْ رَجُلانِ، فَقَالُوا: نَرَى أنْ تَرْجِعَ بِالنَّاسِ وَلاَ تُقْدِمَهُم عَلَى هَذَا الْوَبَاءِ، فَنَادى عُمَرُ في النَّاسِ: إنِّي مُصْبِحٌ عَلَى ظَهْرِ، فَأَصْبِحُوا عَلَيْهِ. فَقَال أبُو عُبَيْدَةَ بْن الجَرَّاحِ : أَ فِرَارًا مِنْ قَدَرِ اللَّه؟ فَقَالَ عُمَرُ : لَوْ غَيْرُكَ قَالَهَا يَا أبَا عُبيْدَةَ، وكَانَ عُمَرُ يَكْرَهُ خِلافَهُ، نَعَمْ نَفِرُّ منْ قَدَرِ اللَّه إلى قَدَرِ اللَّه، أرأَيْتَ لَوْ كَانَ لَكَ إبِلٌ، فَهَبَطَتْ وَادِيًا لهُ عُدْوَتَانِ، إحْدَاهُمَا خَصْبةٌ، والأخْرَى جَدْبَةٌ، ألَيْسَ إنْ رَعَيْتَ الخَصْبَةَ رعَيْتَهَا بقَدَرِ اللَّه، وإنْ رَعَيْتَ الجَدْبَةَ رعَيْتَهَا بِقَدَر اللَّه، قَالَ: فجَاءَ عَبْدُالرَّحْمَنِ بْنُ عَوْفٍ ، وَكَانَ مُتَغَيِّبًا في بَعْضِ حَاجَتِهِ، فَقَال: إنَّ عِنْدِي مِنْ هَذَا عِلْمًا، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّه ﷺ يَقُولُ: إذَا سَمِعْتُمْ بِهِ بِأرْضٍ، فلاَ تَقْدمُوا عَلَيْهِ، وإذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا، فَلا تخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ فَحَمِدَ اللَّه تَعَالى عُمَرُ وَانْصَرَفَ » ، متفقٌ عَلَيْهِ.**

**وأخرج الإمام مسلم في صحيحه , من حديث أبي سلمة بن عبدالرحمن بن عوف « أنَّ رَسولَ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عليه وَسَلَّمَ قالَ: لا عَدْوَى وَيُحَدِّثُ، أنَّ رَسولَ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عليه وَسَلَّمَ قالَ: لا يُورِدُ مُمْرِضٌ علَى مُصِحٍّ. قالَ أَبُو سَلَمَةَ: كانَ أَبُو هُرَيْرَةَ يُحَدِّثُهُما كِلْتَيْهِما عن رَسولِ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عليه وَسَلَّمَ، ثُمَّ صَمَتَ أَبُو هُرَيْرَةَ بَعْدَ ذلكَ عن قَوْلِهِ لا عَدْوَى وَأَقَامَ علَى أَنْ لا يُورِدُ مُمْرِضٌ علَى مُصِحٍّ ... »**

1. **النظافة البيئية العامة :**

**فقد ذكر الإمام السيوطي في الجامع الصغير**

**من حديث سعد بن وقاص قال : قال : رسول الله صلي الله عليه وسلم**

**« إنَّ اللهَ تعالى طيبٌ يُحِبُّ الطيبَ، نظيفٌ يُحِبُّ النظافةَ، كريمٌ يُحِبُّ الكرَمَ، جوَادٌ يُحِبُّ الجودَ، فنظِّفوا أفنيتَكم، ولا تشبَّهوا باليهودِ »**

**وأخرج الإمام مسلم في صحيحه , من حديث عبدالله بن مسعود – رضي الله عنه – أن رسول الله صلي الله عليه وسلم , قال : « لا يَدْخُلُ الجَنَّةَ مَن كانَ في قَلْبِهِ مِثْقالُ ذَرَّةٍ مِن كِبْرٍ قالَ رَجُلٌ: إنَّ الرَّجُلَ يُحِبُّ أنْ يَكونَ ثَوْبُهُ حَسَنًا ونَعْلُهُ حَسَنَةً، قالَ: إنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الجَمالَ، الكِبْرُ بَطَرُ الحَقِّ، وغَمْطُ النَّاسِ » .**

**فالنظافة البيئية وإتباع الارشادات والأنظمة المتبعة للمؤسسات والهيئات الحكومية والخاصة من أهم السبل والوسائل للحفاظ والوقاية من الأوبئة .**

1. **النظافة الشخصية .**

**قال تعالي في سورة البقرة ( إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ )**

**وأخرج الإمام البخاري في صحيحه من حديث أَبِي هُرَيْرَةَ – رضي الله عنه –**

**قال :** « **أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : إِذَا تَوَضَّأَ أَحَدُكُمْ فَلْيَجْعَلْ فِي أَنْفِهِ ، ثُمَّ لِيَنْثُرْ ، وَمَنِ اسْتَجْمَرَ فَلْيُوتِرْ ، وَإِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يُدْخِلَهَا فِي وَضُوئِهِ ، فَإِنَّ أَحَدَكُمْ لاَ يَدْرِي أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ »**

**ننظر بعين التأمل إلي هذا الحرص والتربية الصحية في ديننا الحنيف ويظهر أثر ذلك في الوضوء وفرائضه وسننه خمس مرات في اليوم والليلة وطهارة البدن وطهارة الثياب .**

**وهناك نصائح طبية ننوه عنها للمحافظة والوقاية من الأوبئة :**

* **غسل اليدين بالماء والصابون بانتظام.**
* **تغطية الفم والأنف بالكمامات الطبية .**
* **تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس والتخلص من المادة المستخدمة لذلك بطريقة صحيحة .**
* **التباعد المجتمعي في تلك المرحلة وعدم التزاحم والتعامل بمسافات متباعدة .**
* **الاستخدامات الشخصية فقط .**
* **استخدام الادوية المخصصة والفيتامينات المطلوبة .**
* **التهوية الجيدة والتطهير اليومي المستمر .**
* **وأخيراًَ الوقاية خير من العلاج.**