

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِيُّ

تتعرف من خلال هذه
السلسلة على بعض
الطرق الشرعية
للقاية من الأمراض
والشروع والأضرار

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

مَنْ نَزَلَ مَنَزَلًا، ثُمَّ
 قَالَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ
 اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ
 مَا خَلَقَ، لَمْ يَضُرَّهُ شَيْءٌ،
 حَتَّى يَرْتَحِلَ مِنْ
 مَنَزَلِهِ ذَلِكَ.

رواه مسلم

في هذا الحديث: تأكيد على أن الذي
 يعصم من كل شر هو الله وحده، وأن
 غير الله تعالى لا يملك لنفسه ولا
 لغيره نفعاً ولا ضراً.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما :

كَانَ مِنْ دُعَاءِ رَسُولِ اللَّهِ
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: **اللَّهُمَّ**
إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ
نِعْمَتِكَ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ،
وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ، وَجَمِيعِ
سَخَطِكَ.

رواه مسلم

تَحَوُّلُ الْعَافِيَةِ، أَي: وَأَعُوذُ بِكَ
مِنْ تَبَدُّلِ مَا رَزَقْتَنِي مِنَ
الْعَافِيَةِ إِلَى الْبَلَاءِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

**تَعَوَّذُوا بِاللَّهِ مِنْ جَهْدِ
الْبَلَاءِ، وَدَرَكِ الشَّقَاءِ،
وَسُوءِ الْقَضَاءِ،
وَشِمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ.**

متفق عليه

«جَهْدُ الْبَلَاءِ»، وهو: أَقْصَى مَا يَبْلُغُهُ
الْإِبْتِلَاءُ وهو الامْتِحَانُ، وذلك بِأَنْ
يُصَابَ حَتَّى يَتَمَنَّى الْمَوْتَ «دَرَكِ
الشَّقَاءِ»، وَالْدَّرَكُ هُوَ الْوُصُولُ وَاللُّحُوقُ،
أَي يَسْتَعِيزُ مَنْ أَنْ يَلْحَقَهُ أَوْ يَصْلَهُ
الشَّقَاءُ، أَوْ أَنْ يُدْرِكَ هُوَ الشَّقَاءُ وَالتَّعَبُ
وَالنُّصَبُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

مَنْ قَرَأَ بِالْآيَتَيْنِ
مِنْ آخِرِ سُورَةِ
الْبَقَرَةِ فِي لَيْلَةٍ
كَفَّتْهُ

متفق عليه

كَفَّتْهُ أَي: حَفَظَتْهُ مِنْ الشَّرِّ
وَوَقَّتْهُ مِنَ الْمَكْرُوهِ . وَقِيلَ
غَيْرَ ذَلِكَ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

غَطُّوا الْإِنَاءَ، وَأَوْكُوا
السَّقَاءَ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ
لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ، لَا يَمُرُّ
بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ، أَوْ
سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ، إِلَّا
نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ.

رواه مسلم

"الْوَبَاءُ": مَرَضٌ عَامٌّ يُفْضِي إِلَى
الْمَوْتِ غَالِبٌ. وَفِي الْحَدِيثِ :
مَشْرُوعِيَّةُ الْأَخْذِ بِالْأَسْبَابِ مَعَ
التَّوَكُّلِ الْكَامِلِ عَلَى اللَّهِ تَعَالَى.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

إِذَا سَمِعْتُمْ بِهِ (أَيِ
الطَّاعُونَ) بِأَرْضٍ فَلَا
تَقْدَمُوا عَلَيْهِ، وَإِذَا وَقَعَ
بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا
تَخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ .

متفق عليه

أي : إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا
تَقْدَمُوا عَلَيْهِ؛ لِيَكُونَ أَسْكَنَ
لِأَنْفُسِكُمْ، وَأَقْطَعَ لِمَوَاسِطِ الشَّيْطَانِ؛
وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا
تَخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ؛ لِئَلَّا يَكُونَ
مُعَارِضَةً لِلْقَدَرِ؛ وَحَتَّى لَا يَنْتَشِرَ
الْوَبَاءُ خَارِجَ الْمَكَانِ الَّذِي بَدَأَ فِيهِ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ
سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةٍ،
لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ
الْيَوْمِ سُمْ وَلَا سِحْرٌ

متفق عليه

أي: لَا يَضُرُّهُ شَيْءٌ مِنَ الْمَوَادِّ
السَّامَةِ وَالسَّاحِرِيَّةِ، وَيُحْفَظُ
مِنْ جَمِيعِ الْأَشْيَاءِ الضَّارَّةِ
جَسْمِيًّا أَوْ نَفْسِيًّا.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

لَا يُورَدَنَّ مُمْرِضٌ عَلَى مُصِحٍّ

متفق عليه

أي: لا يُؤْتَى بمريضٍ على صَحِيحٍ
سَلِيمٍ؛ مخافةً أَنْ يُعْدِيَهُ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن أبي هريرة رضي الله عنه :

جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ : يَا
رَسُولَ اللَّهِ ، مَا لَقِيتُ مِنْ
عَقْرَبٍ لَدَغْتَنِي الْبَارِحَةَ ،
قَالَ : أَمَا لَوْ قُلْتَ ، حِينَ
أَمْسَيْتَ : أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ
اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا
خَلَقَ ، لَمْ تَضُرَّكَ .

رواه مسلم

أي أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ الْكَامِلَاتِ
مِنْ شَرِّ جَمِيعِ الْمَخْلُوقَاتِ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

أَطْفِئُوا الْمَصَابِيحَ إِذَا
رَقَدْتُمْ، وَغَلِّقُوا الْأَبْوَابَ،
وَأَوْكُوا الْأَسْقِيَةَ، وَخَمِّرُوا
الطَّلْعَامَ وَالشَّرَابَ
- وَأَحْسِبْهُ قَالَ - وَلَوْ
بَعُودٍ تَعْرِضُهُ عَلَيْهِ.

متفق عليه

هَذِهِ النَّصَائِحُ النَّبَوِيَّةُ وَهِيَ بِمَنْزِلَةِ
قَوَانِينِ السَّلَامَةِ لِلْمُحَافَظَةِ عَلَى
مَصَالِحِ الْمُسْلِمِينَ. وَالتِّي تَمْنَعُ
ضَرَرًا، أَوْ تَجْلِبُ نَفْعًا.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ
فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ
لِلْبَصَرِ، وَأَخْصَنُ
لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ
يَسْتَطِيعْ فَعَلَيْهِ
بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ.

متفق عليه

يعني: مَنْ اسْتَطَاعَ الزَّوْاجَ وَوَجَدَ
كُلْفَتَهُ وَمُؤْنَتَهُ فَلْيَتَزَوَّجْ، «وَجَاءٌ»، أَيِ:
قَاطِعٌ لِلشَّهْوَةِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ
مَنَامِهِ فَلْيَسْتَنْثِرْ ثَلَاثَ
مَرَّاتٍ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ
يَبِيتُ عَلَى خِيَاشِيمِهِ.

متفق عليه واللفظ لمسلم

أي: فليُخرج ماء الاستنشاق والقذر
اليابس المجتمع من المخطأ، يعني:
فليستنثر بعد الاستنشاق، فإن
الشيطان يبيت على خيشومه،
والخيشوم: هو الأنف، وقيل: أقصى
الأنف، وقيل غير ذلك.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

.... وَإِذَا اسْتَيْقَظَ

أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ

فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ

يُدْخِلَهَا فِي وَضُوئِهِ، فَإِنْ

أَحَدَكُمْ لَا يَذَرِي أَيْنَ

بَاتَتْ يَدُهُ.

متفق عليه

أي : وإذا استيقظ أحدكم من نومه فليطهر يده بالماء قبل أن يدخلها في الإناء الذي فيه الماء الذي سيتوضأ منه، وذلك وقاية له من أن يصيب الماء شيء قد يكون تعلّق بيده أثناء نومه.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن سلمان الفارسي رضي الله عنه قال :

... إِنَّهُ (أَيُّ النَّبِيِّ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ) نَهَانَا
أَنْ يَسْتَنْجِيَ أَحَدُنَا بِيَمِينِهِ ،
أَوْ يَسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةَ ، وَنَهَى
عَنِ الرَّوْثِ وَالْعِظَامِ .

رواه مسلم

أي: أَلَّا نَسْتَعْمَلَ الْيَدَ الْيُمْنَى
فِي إِزَالَةِ الْبَوْلِ أَوِ الْغَائِطِ؛
وَلَكِنَّ الْعَمَلَ يَكُونُ
بِالْيَدِ الْيُسْرَى.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا انْتَعَلَ أَحَدُكُمْ
فَلْيَبْدَأْ بِالْيَمَنِ،
وَإِذَا خَلَعَ فَلْيَبْدَأْ
بِالشَّمالِ، وَلْيُنْعِلْهُمَا
جَمِيعًا، أَوْ لِيَخْلَعْهُمَا
جَمِيعًا.

رواه مسلم

لأنه لا يأمن عند ذلك التعثر
والعنت، مع قبح المنظر.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن أنس بن مالك رضي الله عنه :

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا
دَخَلَ الْخَلَاءَ قَالَ: اللَّهُمَّ
إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ .

متفق عليه

معناه من دُكُورِ الشَّيَاطِينِ وَإِنَاثِهِمْ،
وذلك من كَيْدِهِمْ وَشَرِّهِمْ، وَمَا يُلقُونَ
به فِي النَّفْسِ مِنْ وَسَاوِسَ . وَقِيلَ:
الْخُبْثُ هُوَ الشَّرُّ، وَقِيلَ: الْكُفْرُ، وَقِيلَ:
الْخُبْثُ الشَّيَاطِينُ، وَالْخَبَائِثُ الْمُعَاصِي .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَنَفَّسُ فِي الشَّرَابِ ثَلَاثًا، وَيَقُولُ: إِنَّهُ أَرَوَى وَأَبْرَأُ وَأَمْرَأُ.

متفق عليه واللفظ لمسلم

أي: يشرب حاجته من الماء على ثلاث مرّات يقطع شرابه كل مرّة، "وأبرأ"، أي: وفيه سلامة ممّا يصيب الجسم من الشرب مرّة واحدة، وراحة من أيّ أذى. "وأمرأ"، أي: أكثر رياً وشبعاً من العطش.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

لَا آكُلُ
مُتَّكِنًا

رواه البخاري

والمعنى: إِنِّي لَا أَقْعُدُ مُتَّكِنًا
عَلَى الْفِرَاشِ وَالْوَسَائِدِ عِنْدَ
الْأَكْلِ مِثْلَ فِعْلٍ مَنْ
يَسْتَكْثِرُ مِنَ الطَّعَامِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكَرَ
اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ
طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ:
لَا مَبِيتَ لَكُمْ، وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا
دَخَلَ، فَلَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ
دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ:
أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ، وَإِذَا لَمْ
يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ:
أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ وَالْعَشَاءَ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

مَنْ تَصَبَّحَ كُلَّ يَوْمٍ
سَبْعَ تَمَرَاتٍ عَجْوَةٍ،
لَمْ يَضُرَّهُ فِي ذَلِكَ
الْيَوْمِ سُمْ وَلَا سِحْرٌ.

متفق عليه

أي: مَنْ أَكَلَ كُلَّ يَوْمٍ صَبَاحًا، سَبْعَ
تَمَرَاتٍ مِنَ التَّمْرِ الْمَعْرُوفِ بِالْعَجْوَةِ
لَا يَضُرُّهُ شَيْءٌ مِنَ الْمَوَادِّ السَّامَةِ
وَالسَّحَرِيَّةِ، وَيُحْفَظُ مِنْ جَمِيعِ
الْأَشْيَاءِ الضَّارَّةِ جَسْمِيًّا أَوْ نَفْسِيًّا.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِنَّ فِي عَجْوَةِ
الْعَالِيَةِ شِفَاءً، أَوْ
إِنَّهَا تَرْيَاقٌ، أَوَّلُ
الْبُكَرَةِ.

رواه مسلم

الْعَالِيَةُ : اسْمُ مَوْضِعٍ بِالْمَدِينَةِ، شِفَاءً،
أَي: شِفَاءً زَائِداً بِالنَّسْبَةِ إِلَى عَجْوَةِ
غَيْرِهَا، وَأَنَّ مَنْ يَأْكُلُ عَجْوَةَ الْعَالِيَةِ
فِي أَوَّلِ الصُّبْحِ تَكُونُ لَهُ مِثْلُ
"التَّرْيَاقِ"، وَهُوَ مَعْجُونٌ مَعْرُوفٌ يَنْفَعُ
لِأَنْوَاعِ السُّمِّ وَالْمَضَارِّ وَالسُّحْرِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ
فَلْيَنْفُضْ فِرَاشَهُ بِدَاخِلَةِ
إِزَارِهِ، فَإِنَّهُ لَا يَذْرِي مَا
خَلْفَهُ عَلَيْهِ، ثُمَّ يَقُولُ:
بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتَ
جَنَبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ

متفق عليه

سَبَبُ النَّفْضِ بَأَنَّهُ لَا يَذْرِي مَا
خَلْفَهُ عَلَيْهِ، أَي: مَا جَاءَ بَعْدَهُ
وَأَعْقَبَهُ فِي الْفِرَاشِ، كَقَدَرٍ أَوْ هَوَامٍّ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه :

اخْتَرَقَ بَيْتٌ بِالْمَدِينَةِ عَلَى
أَهْلِهِ مِنَ اللَّيْلِ، فَحُدَّتْ
بشأنهم النبيُّ صَلَّى اللهُ
عليه وسلَّم، قَالَ: إِنَّ هَذِهِ
النَّارَ إِنَّمَا هِيَ عَدُوٌّ لَكُمْ،
فَإِذَا نِمْتُمْ فَأُظْفِقُوهَا عَنْكُمْ.

متفق عليه

نَبَّهَ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى ضَرَرِ
النَّارِ وَخَطَرِهَا إِذَا لَمْ تُحْفَظْ وَتُرَاعَ،
حَتَّى سَمَّاهَا عَدُوًّا لِلنَّاسِ، وَأَمَرَهُمْ
بِأَنْ يُظْفِقُوا النَّارَ عِنْدَ إِرَادَةِ النَّوْمِ
حَتَّى لَا تَنْتَشِرَ فِي غَفْلَةٍ مِنْهُمْ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

..... وَإِذَا عَرَّسْتُمْ
بِاللَّيْلِ، فَاجْتَنِبُوا
الطَّرِيقَ، فَإِنَّهَا مَأْوَى
الْهَوَامِّ بِاللَّيْلِ.

رواه مسلم

أي: وإذا أردتُم الراحة والنَّوْمَ بالَّيْلِ،
فلا تناموا على الطَّرِيقِ؛ لَأَنَّ الطَّرِيقَ
المسلوكةَ مَذَلَّةٌ وَمُمَهَّدَةٌ؛ فَيَسْهُلُ
مَشْيُ الْهَوَامِّ عَلَيْهَا، وَرَبَّمَا قَصَدَتْهَا
الْهَوَامُّ لِاتِّقَاطِ مَا قَدْ يَسْقُطُ عَلَيْهَا
مِنَ الْأَطْعَمَةِ أَوْ الرُّمَّةِ، فَإِذَا نَامَ
الْمَسَافِرُ فِي الطَّرِيقِ تَعَرَّضَ لِأَذَى
تِلْكَ الْهَوَامِّ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

مَا مِنْ عَبْدٍ يَقُولُ فِي صَبَاحٍ كُلِّ
يَوْمٍ وَمَسَاءٍ كُلِّ لَيْلَةٍ : بِسْمِ اللَّهِ
الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي
الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ ، وَهُوَ
السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ،
فَيُضَرَّهُ شَيْءٌ .

رواه الترمذي وصححه الألباني

أي: أَسْتَغِيثُ أَوْ أَتَحَفِّظُ مِنْ كُلِّ مُؤَذِّ
بِاسْمِ اللَّهِ، وَأَسْتَصْحِبُهُ وَأَتَبَرِّكُ بِهِ فِي
صَبَاحِي أَوْ لَيْلِي، فَهُوَ "الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ
اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ"،
أي: مَعَ ذِكْرِ اللَّهِ بِاعْتِقَادِ حَسَنٍ وَنِيَّةٍ
خَالِصَةٍ، لَا يَقَعُ ضَرَرٌ مِمَّا فِي الْأَرْضِ
مِنْ بَلَاءٍ، وَلَا مِمَّا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن عبدالله بن عباس رضي الله عنهما :

جاءت فأرة فأخذت تجرُ
الفتيلة، فجاءت بها فألقتهَا
بين يدي رسول الله صلى الله
عليه وسلم على الخُمرة التي
كان قاعداً عليها، فأحرقت
منها مثل موضع الدرهم،
فقال: إذا نمتُم فأطفئُوا
سِرَجَكُم؛ فإن الشيطانَ يُدُلُّ مثل
هذه على هذا فتُحرقكم.

رواه أبو داود وصححه الألباني

في الحديث: الحثُّ على التَّحَرُّزِ
من كل المؤذيات في البيوت .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

من قال يََعْنِي إذا خَرَجَ
من بَيْتِهِ : بِسْمِ اللَّهِ ،
تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ ، لَا حَوْلَ
وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ ، يُقَالُ
لَهُ : كُفِّيتَ ، وَوُقِيتَ ،
وَتَنَحَّى عَنْهُ الشَّيْطَانُ .

رواه الترمذي وصححه الألباني

كفيت أي: صرف عنك الشر . ، ووقيت
أي: حفظت عن الأشياء الخفية عنك
من الأذى والسوء . وتنحى عنه أي:
بعد عنه الشيطان .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

من رأى مبتلى فقال :
الحمد لله الذي عافاني
مما ابتلاك به وفضلني
على كثير ممن خلق
تفضيلاً لم يصبه ذلك
البلاء . رواه الترمذي وصححه الألباني

أي من رأى مُبتلى بأي بليّة في البدن
كمرض، أو الدنيا كفقير، أو الدين
كعياص. وفي الحديث: أن ذكر الله
والثناء عليها يحفظ الإنسان،
ويُعافيه من البلياء .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ
مِنَ الْبَرَصِ وَالْجَنُونِ
وَالْجَذَامِ وَمِنْ سَيِّئِ
الْأَسْقَامِ .

رواه أبو داود وصححه الألباني

أي أطلبُ الحمايةَ والوقايةَ مِنَ اللَّهِ
عَزَّ وَجَلَّ مِنْ هَذِهِ الْأَمْرَاضِ وَمِنْ
الْأَمْرَاضِ السَّيِّئَةِ الْأَثَرِ عَلَى
الْمَرِيضِ وَعَلَى مَنْ حَوْلَهُ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

ما من دعوة يدعو بها
العبدُ أفضلُ من اللهم
إني أسألك المعافاة
في الدنيا والآخرة .

رواه ابن ماجة وصححه الألباني

أي: أن هذه الدعوة التي يُداومُ عليها، ويطلبُها من الله في كلِّ دعائه وعلى كلِّ حال، فهي أفضلُ الدعوات التي يَخُصُّ بها الإنسانُ نفسه؛ وذلك لأنها تجمعُ خيرَ الدارين؛ فالمرادُ نفعُها وعمومُها .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما :

لم يكن رسول الله صلى
الله عليه وسلم يدع هؤلاء
الدعوات حين يمسي،
وحين يصبح : اللهم إني
أسألك العافية في الدنيا
والآخرة ، اللهم إني أسألك
العضو والعافية في ديني
ودنياي وأهلي ومالي

رواه أبو داود وصححه الألباني

العافية أي: السلامة والنَّجاة .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ
قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ
ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ
وَالَا فَلْيَضْطَجِعْ.

رواه أبو داود وصححه الألباني

أي: إذا أصابه الغضب وهو واقف؛
فليجلس حتى يهدأ، فإن لم يذهب
الغضب بالجلوس فليرقد الغضبان
على أحد جنبيه أو على ظهره.
والمقصود: أن يغير من وضعه الذي
غضب فيه ويتحول إلى وضع آخر
أكثر هدوءاً وطمأنينة.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا غَضِبَ
أَحَدُكُمْ
فَلْيَسْكُتْ

رواه أحمد وصححه الألباني

أي: إذا أصابه الغضب وهو يتكلم؛
فليسكُتْ حتى يهدأ، وهذا دواءٌ
عظيمٌ للغضب، فإنه لا يدري لعله
ينطق بكلام لا يطاقُ في أمور
الدُّنيا والدِّين، ما يجعله يندمُ
عليه عند زوال غضبه، فإذا سكُتْ
زال هذا الشرُّ كله عنه.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم
...وَسَلُّوا اللَّهَ الْمَعَاْفَةَ
فَإِنَّهُ لَمْ يُؤْتَ أَحَدٌ
بَعْدَ الْيَقِيْنِ خَيْرًا مِنْ
الْمَعَاْفَةِ ...

رواه ابن ماجه وصححه الألباني

أَيُّ اطْلُبُوا مِنْهُ عَزَّ وَجَلَّ أَنْ يَمُْنَّ
 عَلَيْكُمْ بِالسَّلَامَةِ فِي الدِّينِ مِنْ
 الْفِتْنَةِ، وَفِي الْبَدَنِ مِنْ سَيِّئِ
 الْأَسْقَامِ وَشِدَّةِ الْمَحْنَةِ، فَهِيَ بِذَلِكَ
 أَجَلٌ نَعْمَ اللَّهُ عَلَى عَبْدِهِ،
 فَيَتَعَيَّنُ مُرَاعَاتُهَا وَحِفْظُهَا.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن العباس بن عبدالمطلب رضي الله عنه :

... فقلتُ: يا رسولَ اللهِ
 علِّمَني شيئاً أسألهُ اللهُ،
 فقالَ لي: يا عَبَّاسُ يا عَمَّ
 رسولِ اللهِ سَلِ اللهَ العافيةَ
 في الدُّنيا والآخرةِ.

رواه الترمذي وصححه الألباني

أي: اطْلُبْ مِنَ اللهِ العافيةَ،
 والعافيةُ هي السَّلامةُ والمُعافاةُ
 مِنْ كُلِّ شَرٍّ وَمَرَضٍ وَبَلَاءٍ والعافيةُ
 فِي الآخِرَةِ؛ فَإِنَّ العافيةَ هي
 النِّجاةُ والفلاحُ فِي الدُّنيا والآخرةِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِيُّ

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

إِذَا قَامَ أَحَدُكُمْ مِنَ اللَّيْلِ،
فَلَا يُدْخِلُ يَدَهُ فِي الْإِنَاءِ،
حَتَّى يُفْرَغَ عَلَيْهَا مَرَّتَيْنِ أَوْ
ثَلَاثًا، فَإِنْ أَحَدَكُمْ لَا يَدْرِي
أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ.

رواه النسائي وصححه الألباني

وَإِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ
فَلْيُطَهِّرْ يَدَهُ بِالْمَاءِ قَبْلَ أَنْ يُدْخِلَهَا
فِي الْإِنَاءِ الَّذِي فِيهِ الْمَاءُ، وَذَلِكَ
وَقَايَةُ لَهُ مِنْ أَنْ يُصِيبَ الْمَاءَ شَيْءٌ
قَدْ يَكُونُ تَعَلَّقَ بِيَدِهِ أَثْنَاءَ نَوْمِهِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

السَّوَالُ

مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ

مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ

رواه النسائي وصححه الألباني

أي: أن السَّوَالُ مُنْظَفٌ لِلْفَمِ مِنْ
عَوَالِقِ الطَّعَامِ وَرَوَائِحِهِ الْكَرِيهَةِ،
وَهَذَا مِنْ مُتَطَلِّبَاتِ النِّظَافَةِ
الَّتِي حَثَّ عَلَيْهَا الشَّارِعُ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

يَا مَعْشَرَ الْأَنْصَارِ، إِنَّ اللَّهَ قَدْ
أَثْنَى عَلَيْكُمْ فِي الطُّهُورِ، فَمَا
طُهُورُكُمْ؟ قَالُوا: نَتَوَضَّأُ
لِلصَّلَاةِ، وَنَغْتَسِلُ مِنَ الْجَنَابَةِ،
وَنَسْتَنْجِي بِالْمَاءِ. قَالَ:
فَهُوَ ذَاكَ، فَعَلَيْكُمْوه.

رواه ابن ماجه وصححه الألباني

في الحديث جَوَازُ الْاِكْتِفَاءِ بِالْأَحْجَارِ؛
لِلْاِسْتِطَابَةِ وَالتَّخْلِصِ مِنْ فَضَلَاتِ
الْغَائِطِ. وَمَعْنَى الْحَدِيثِ: أَيِ نَغْسِلُ
أَجْسَادَنَا بِالْمَاءِ بَعْدَ الْجَنَابَةِ،
وَنَغْسِلُ الْأَعْضَاءَ بَعْدَ التَّبَوُّلِ
وَالْغَائِطِ بَعْدَ قِضَاءِ الْحَاجَةِ، قَالَ
فَالزُّمُوهُ وَلَا تَتْرُكُوهُ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

من نام وفي يده غمر ولم
يغسله فأصابه شيء،
فلا يلومن إلا نفسه .

رواه أبو داود وصححه الألباني

مَنْ نَامَ وَفِي يَدِهِ بَعْضُ آثَارِ اللَّحْمِ
مِنْ دَسَمٍ وَغَيْرِهِ؛ نَتِيجَةُ عَدَمِ
غَسْلِ الْيَدِ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ مِنَ
الْحَيَوَانَاتِ الْمُؤْذِيَةِ أَوْ الْجَانِّ أَوْ
غَيْرِهِمَا، فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ؛ لِأَنَّهُ
قَدْ فَوَّتَ مَا عَلَيْهِ فِعْلُهُ، وَلَمْ
يَهْتَمْ بِحَقِّ نَفْسِهِ عَلَيْهِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن عائشة رضي الله عنها :

كَانَتْ يَدُ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْيُمْنَى
لظُهُورِهِ وَطَعَامِهِ ، وَكَانَتْ
يَدُهُ الْيُسْرَى لَخَلَائِهِ ، وَمَا
كَانَ مِنْ أَدَى .

رواه أبو داود وصححه الألباني

أي: يُخَصِّصُ يَدَهُ الْيُمْنَى لِلطَّعَامِ
وَالشَّرَابِ، وَلِبَسِ الثِّيَابِ، وَالْأَعْمَالِ
الشَّرِيفَةِ ، وَيُخَصِّصُ يَدَهُ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْيُسْرَى لغير ذلك مِنَ
الْأُمُورِ؛ كالتَّنْظِيفِ فِي الْخِلَاءِ، وَإِزَالَةِ
الْأَذَى وَالْقَذْرَ، وَغَيْرِ ذَلِكَ مِنَ الْأُمُورِ
الْمُسْتَقْدَرَةِ أَوِ الْمُسْتَهْجَنَةِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن أبي هريرة رضي الله عنه :

نزلت هذه الآية في أهل
قباء فيه رجالٌ يُحِبُّونَ أَنْ
يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ
الْمُطَهَّرِينَ قَالَ: كَانُوا
يَسْتَنْجُونَ بِالْمَاءِ، فنزلت
هذه الآية فيهم.

رواه الترمذي وصححه الألباني

وفي الحديث: الحَثُّ عَلَى
الطَّهَارَةِ وَالنَّظَافَةِ بِالْمَاءِ مِنْ
الْأَدْرَانِ وَالْأَقْدَارِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

ما ملأ آدمي وعاء شراً
من بطن، بحسب ابن
آدم أكلات يُقْمَنَ صُلْبُهُ،
فإن كان لا محالة فثَلُثُ
لُطْعَامِهِ وَثَلُثُ لَشْرَابِهِ
وَثَلُثُ لِنَفْسِهِ.

رواه الترمذي وصححه الألباني

لأنه إذا ما امتلأ أفضى إلى
الفساد في دين المرء ودُنياه.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه :

نهى رسولُ الله صَلَّى
اللهُ عليه وسلَّمَ ، عَنِ
الشُّرْبِ مِنْ ثَلَمَةِ
الْقَدَحِ ، وَأَنْ يُنْفَخَ
فِي الشَّرَابِ .

رواه أبو داود وصححه الألباني

ثَلَمَةُ الْقَدَحِ ، أي: مِنْ مَوْضِعِ الْكَسْرِ
الَّذِي يُصِيبُ إِنْاءَ الشُّرْبِ؛ وَقِيلَ: إِنَّهُ
لَرُبَّمَا يُؤْذِيهِ ذَلِكَ الْمَوْضِعُ فِي فَمِهِ . وَ
نَهَى أَنْ يُنْفَخَ فِي الشَّرَابِ، وَذَلِكَ حَتَّى
لَا يَخْرُجَ مِنْ فَمِهِ مَا يُصِيبُ الْمَاءَ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

عليكم بقيام الليل ، فإنه
دأب الصالحين قبلكم ،
وقربة إلى الله تعالى
ومنهاة عن الإثم وتكفير
للسيئات ، ومطرده
للداء عن الجسد .

صححه الألباني (صحيح الجامع)

ففي الحديث : طَلَبُ سَلَامَةِ
الرُّوحِ ، وَصِحَّةِ الْجَسَدِ فِي
قِيَامِ اللَّيْلِ .

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

صَنَائِعُ الْمَعْرُوفِ
تَقِي مَصَارِعَ
السُّوءِ وَالْآفَاتِ
وَالهَلَكَاتِ ...

صححه الألباني (صحيح الجامع)

"صَنَائِعُ الْمَعْرُوفِ"، وهي ما
اِصْطَنَعَتْهُ مِنْ خَيْرٍ وَأَسَدَيْتَهُ
لِغَيْرِكَ، "تَقِي مَصَارِعَ السُّوءِ"، أي:
يُجَازِيهِمُ اللَّهُ تَعَالَى عَلَى مَعْرُوفِهِمْ،
فَيُنْجِيهِمْ مِنَ السُّقُوطِ فِي الْهَلَكَاتِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

يَا مَعْشَرَ الْمُهَاجِرِينَ . خِصَالُ
خَمْسٍ إِذَا ابْتُلِيتُمْ بِهِنَّ ، وَأَعُوذُ
بِاللَّهِ أَنْ تُذَرِكُوهُنَّ : لَمْ تَظْهَرَ
الْفَاحِشَةُ فِي قَوْمٍ قَطُّ ؛ حَتَّى
يُغْلِنُوا بِهَا ؛ إِلَّا فَشَا فِيهِمْ
الطَّاعُونَ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ
مَضَتْ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَضَوْا

....

صححه الألباني (صحيح الجامع)

أي: إِذَا ظَهَرَ فِيهِمُ الزُّنَا وَجَاهَرُوا بِهِ،
فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُعَاقِبُهُمْ بِفُشُوِّ
الطَّاعُونَ وَانْتِشَارِهِ، وَهُوَ مَرَضٌ
وَوَبَاءٌ عَامٌّ يَكْثُرُ بِسَبَبِهِ الْمَوْتُ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

عن عبدالرحمن بن أبي بكرة :

أنه قال لأبيه : يا أبتِ، إني
أَسْمَعُكَ تَدْعُو كُلَّ غَدَاةٍ : اللَّهُمَّ
عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي
سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي،
لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ؛ تُعِيدُهَا ثَلَاثًا حِينَ
تُصْبِحُ، وَثَلَاثًا حِينَ تُمْسِي؟
فَقَالَ : إني سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَدْعُو بِهِنَّ،
فَأَنَا أَحِبُّ أَنْ أَسْتَنَّ بِسُنَّتِهِ .

رواه أبو داود وقال الألباني إسناده حسن

"اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي" أي:
مِنَ الْأَمْرَاضِ وَالْأَسْقَامِ لِأَقْوَى
عَلَى الطَّاعَةِ.

الطَّبُّ النَّبَوِيُّ الْوَقَائِي

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

قل هو الله أحد
والمُعَوِّذَتَيْنِ حِينَ تُمْسِي
وَحِينَ تُصْبِحُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ
تُكْفِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ

رواه أبو داود وحسنه الألباني

أي: اقْرَأْ تِلْكَ السُّورَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ
حِينَ تُصْبِحُ وَحِينَ تُمْسِي،
تَحْفَظُكَ مِنْ كُلِّ شَرٍّ وَتَقِيكَ
مِنْ كُلِّ سَوْءٍ.

موقع البطاقة الدعوي

نسعد بزيارتكم :

www.albetaqa.site

تابعونا :



[albetaqa.site](https://www.albetaqa.site)

تطبيق البطاقة :



ابحث في المتجر عن [albetaqa](https://www.albetaqa.site)