

أضرار التدخين

وكيفية العلاج

للشيخ / ندا أبو أحمد



## التدخين

M

إِن الْحَمْدُ لِلَّهِ تَعَالَى نَحْمَدُهُ وَنُسْتَعِينُهُ وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوذُ بِاللَّهِ تَعَالَى مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا وَسَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مِنْ يَهْدِ اللَّهِ  
فَلَا مَضِلَّ لَهُ وَمَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ  
وَرَسُولُهُ . . . . .

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ } [سورة آل عمران: ١٠٢]

{ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ  
الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا } [سورة النساء: ١]

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا } { ٧٠ } { يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ  
فَقَدْ فُازَ فَوْزًا عَظِيمًا } [سورة الأحزاب: ٧٠-٧١]

**أما بعد ....**

فإن أصدق الحديث كتاب الله - تعالى - وخير الهدي هدي محمد ﷺ، وشر الأمور محدثاتها، وكل  
محدثه بدعة وكل بدعة ضلالة، وكل ضلالة في النار.

إن العصر الذي نعيش فيه والذي يسمّى عصر الرقي والتقدم يعج بكثير من الأمراض والآفات الفتاكة التي جلبتها هذه الحضارة الزائفة، ومع الأسف الشديد فإن بعضاً من أبناء المسلمين قد تأثّر بهذه الحضارة، وسار في ركبها دون تبصّر وقلد أهلها تقليداً أعمى حتى في بعض الأمور الضارة القاتلة كالتدخين والمسكرات والمخدرات دون النظر في العواقب، أو التفكير في النتائج، وانسلخ من الهوية الإسلامية، ونسي قول رب العالمين: **{وَاتَّقُوا يَوْمًا تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ثُمَّ تُوَفَّى كُلُّ نَفْسٍ مَا كَسَبَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ}** [البقرة: ٢٨١]

**أخي المدخن...** أعذر عن قلبي: "أخي المدخن"، وأقول لك: "أخي المسلم"؛ لأن "أخي المدخن" وصمة عار يندى لها الجبين، وهي من التبايز بالألقاب، ولكني سأناديك بـ(أخي المسلم)، فهناك علاقة وثيقة (حميمة) بيني وبينك، أظنها هي التي ستجعلك تتقبل كلامي وتستمع إليّ. ألا وهي أخوة الدين، وهي التي جعلتني أفق موقفي هذا وأتحدث إليك؛ أرجو النصح والنجاة لك. لأنني على يقين تام أنك تحب الرحمن ورسوله العدنان فوق حبك للدخان.

فهيا تعالى معي لنتعرف على حكم الدُّخَان... فالتدخين حرام بمفهوم القرآن

## أدلة القرآن على تحريم الدُّخَان

• **أولاً - قال تعالى: {وَلَا تَقْلُوبُوا بَأْيْدِكُمُ إِلَى التَّهْلُكَةِ}** [البقرة: ١٩٥]

والآية عامة تشتمل كل ما يؤدي إلى ضرر، ولقد ثبت أن التدخين يسبب الأمراض المهلكة كالسرطان والسُّل، وممّا هو معروف أن النهي يفيد التحريم... وعليه فالتدخين حرام بنص هذه الآية.

• **ثانياً - قال تعالى: {الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ}** [الأعراف: ١٥٧]

فلو جيء يوم القيامة بالحق والباطل، بالطيب والخبيث ففي أيهما يكون الدُّخَان!!؟  
لاشك أن الإجابة معروفة؛ لأن الدُّخَان خبيث فهو كريه الرائحة، مؤذٍ، فإنك لو حصلت على كمية من الدُّخَان وتركتها في ماء ليلة واحدة ثم أصبحت فشربت هذا النقيع فسوف تموت لأنه مسمم، وما كان كذلك فهو خبيث لا محالة، والخبيث حرام؛ لقوله تعالى: **{وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ}** [الأنعام: ١٥٧]  
وعليه فالتدخين حرام بنص هذه الآية.

• **ثالثاً - قال تعالى: {وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ}** [النساء: ٢٩] فهني الله عن قتل الإنسان نفسه، ولقد

ثبت أن الدُّخَان فيه النيكوتين والقطران وهما قاتل بطيء... وعليه فالتدخين حرام.

• **قصة واقعية:** رجل مدخن بدأ يشعر بنوبات تنفسية حادة يكاد يختنق منها، وبدأت هذه النوبات تزداد حتى أصبح هناك شيء يضايقه في حنجرته عندما يأكل أو يشرب، فذهب إلى الطبيب وبعد عمل الأشعة، فقال له الطبيب: كم سيجارة تدخن في اليوم؟ قال المدخن: باكيت ونصف، فقال الطبيب: لو أنك أخذت تدخن سيجارة وتنفث بها على شاشة بيضاء؛ لاصفرت ثم اسودت وانسدت ثقبوها، فكيف بثلاثين سيجارة ينبعث دخانها كل يوم إلى صدرك ورئتيك؟! ثم أخبره الدكتور بأن عنده بداية سرطان، فبدأ على وجه هذا الرجل الرعب والاصفرار، ونصح الطبيب بأن يذهب إلى مستشفى كذا حتى يعالج، فأخرج المدخن الباكيت من جيبه ومزقه وطرحه في الأرض قائلاً: أنا سوف أقتلك قبل أن تقتليني! ويذهب هذا الرجل إلى المستشفى ويعالج بالأشعة كل يوم لمعالجة السرطان، ويبقى مدة شهر، ويدفع الأموال الكثيرة والنفقات الباهظة ويتحسن وضعه، ثم يعود إلى بيته، وبعد فترة من الزمان يصاب بتصلب الشرايين بسبب الدخان الذي شربه أربعين سنة، فلم يتركه على قيد الحياة بل قتله بسمومه. والخوف على هذا الرجل إن لم يتب أن تكون السيجارة هي سبب هلاكه فيعذب بها يوم القيامة

**لقول النبي ﷺ فيما أخرجه البخاري ومسلم:**

**"ومن قتل نفسه بشيء عذبه الله به في نار جهنم"**

- **وقد حذر النبي ﷺ أمته من ذلك؛ فقال ﷺ فيما أخرجه البخاري ومسلم:**

**"ومن شرب سُمًا فقتل نفسه؛ فهو يحتسبه في نار جهنم خالداً مخلداً فيها أبداً"**

• **رابعاً- قال تعالى: {وَلَا تُبْذِرْ تَبْذِيرًا} {٢٦} {إِنَّ الْمُبْذِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا} [الإسراء: ٢٦-٢٧]**

**قال مجاهد رحمه الله:** "لو أنفق إنسان ماله كله في الحق ما كان مبذراً، ولو أنفق منه مئداً في باطل كان تبذيراً"

**قال قتادة رحمه الله:** "التبذير: النفقة في معصية الله، وفي الفساد، وفي غير الحق، وحيث إن التبذير في غير حق حرام؛ دل ذلك على أن التدخين حرام".

• **خامساً- قال تعالى: {وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدْ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا} [الأحزاب: ٥٨]**

والمدخن يؤذي غيره، فالتدخين السلبي أضر من التدخين المباشر، فقد تتسبب في إيذاء غيرك باستنشاقه لدخان سيجارتك، ويصير الأمر أشد إذا كان الرجل الذي يستنشق هذا الدخان يعاني من مرض في جهازه التنفسي، فلا تكن أيها المدخن كنافخ الكير، إما أن يحرق ثيابك أو أن تجد منه ريحاً خبيثة. والآية ترشد إلى أن إيذاء المؤمنين بأي صورة من الصور بهتان وإثم مبين، وما يؤدي إلى ذلك فلا شك في حرمة... وعليه فالتدخين حرام.

### • سادساً- قال تعالى: {وَلَا تَوْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ} [النساء: ٥]

والسفيه الذي لا يحسن التصرف في المال، كالذي يبذر ماله في حرام، وحكم الشرع أن يُحجر على ماله ولا يُمكن من التصرف فيه، والشاهد أن شارب السجائر ينفق ماله بسفه، وكل ما يؤدي إلى لحوق هذا الضرر بالمرء فلا شك في حرمة... فعلم من ذلك أن التدخين حرام.

### • سابعاً- قال تعالى عن ضرر الخمر والميسر: {وَأْتُمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا} [البقرة: ٢١٩]

والدُّخَانُ ضرره أكبر من نفعه، بل كله ضرر.

### • ثامناً- قال تعالى: {يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا} [البقرة: ١٦٨]

وقال تعالى: {أَحْلَلْ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ} [المائدة: ٥]

وقال تعالى: {يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ} [المؤمنون: ٥١]

وقال تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ} [البقرة: ١٧٢]

ومجموع هذه الآيات ترشد إلى أن الله **U** أمرنا أن نأكل من الطيبات، ونهانا أن نأكل من الخبائث والدُّخَان من الخبائث، ومفهوم ذلك أن الخبيث حرام... ولذلك فالتدخين حرام.

### • تاسعاً- قال تعالى: {قُلْ لَا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ} [المائدة: ١٠٠]

فأرشد **U** إلى أصل فطري لا تحيد عنه إلا الفطرة السقيمة: أن الطيب لا يمكن معادلته بالخبيث.

وانظر إلى بديع قوله: {وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ}، فهو لا يستوي أبداً بالطيب، وإذا كان الله طيباً لا

يقبل إلا طيباً؛ فكل ما أباحه فهو طيب، وكل ما نهى عنه فهو خبيث، والدُّخَان خبيث... وعليه فهو

منهي عنه؛ والمنهي عنه حرام، ثم قال تعالى {فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ}

وأقول لأولي الأبواب وأصحاب العقول: "لو لم يكن إلا تشبيه الدُّخَان بطعام أهل النار؛ لكفى به قبحاً وذنماً"

قال تعالى عن طعام أهل النار: {لَيْسَ لَهُمْ طَعَامٌ إِلَّا مِنْ ضَرِيعٍ} ٦ {لَا يُسْمِنُ وَلَا يُغْنِي مِنْ جُوعٍ} [الغاشية: ٦-٧]

والدُّخَان لا يُسْمِنُ ولا يغني من جوع كطعام أهل النار.

# أدلة تحريم الدُّخَان من السُّنَّة

## • الدليل الأول:

ما أخرجه ابن ماجه بسند صحيح صحَّحه الشيخ الألباني رحمه الله أن النبي **r** قال: **"لا ضرر ولا ضرار"**

والشاهد أن التدخين يضرك كما يضر غيرك، والنفي هنا بمعنى النهي، والأصل في النهي التحريم، فكل ما أدَّى إلى لحوق الضرر بالمرء، أو أن يلحق الضرر بالغير فهو حرام.

## • الدليل الثاني:

ما أخرجه البخاري ومسلم من حديث المغيرة بن شعبة **t** قال: سمعت رسول الله **r** يقول: **"إن الله كره لكم ثلاثاً: قيل وقال، وإضاعة المال، وكثرة السؤال"** والتدخين فيه إضاعة للمال فيما لا يحل ولا ينفع.

## • الدليل الثالث:

ما أخرجه البخاري ومسلم من حديث أبي هريرة **t** أن النبي **r** قال: **"مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يُوْذِي جَارَهُ"**

والمدخن يؤذي جاره، فالذي يجلس بجواره يتأذى من هذه الرائحة الخبيثة، وربما يتسبب في ضيق تنفس المرء، وهذا معلوم ومشاهد، فإِذَا مَنْ رَضِيتَ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِمُحَمَّدٍ **r** رَسُولًا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَإِذَا مَنْ تَوَّضَعْتَ لِيَوْمِ الْآخِرِ... إِيذَاءَ الْغَيْرِ حَرَامٌ، فَلَا تُؤْذِ نَفْسَكَ وَلَا تُضِرْ غَيْرَكَ بِتَدخينِكَ لِهَذِهِ السَّيْجَارَةِ.

## • الدليل الرابع:

ما أخرجه البخاري ومسلم من حديث جابر **t** عن النبي **r** قال:

**"مَنْ أَكَلَ ثُومًا أَوْ بَصَلًا فَلْيَعْتَزِلْنَا - أَوْ قَالَ: فَلْيَعْتَزِلْ مَسْجِدَنَا - وَلْيَقْعِدْ فِي بَيْتِهِ"**

فالثوم والبصل ليسا من المُحَرَّمَاتِ، ولكن من أجل رائحتهما قال ذلك؛ حتى لا يتأذى مَنْ بجوارك بهذه الرائحة الكريهة، وهذه الرائحة تتأذى منها الملائكة أيضاً.

ورائحة الدُّخَان أَقْذَرُ مِنْ رَائِحَةِ الثُّومِ وَالْبَصْلِ، فَالْمَلَائِكَةُ تَتَأَذَّى مِنْ رَائِحَةِ الْمَدْخَنِ، وَوَجْهَ الْاسْتِدْلَالِ أَنَّ إِيذَاءَ النَّاسِ حَرَامٌ، وَإِذَا كَانَ التَّدخينُ سَبَبًا فِي لِحُوقِ الضَّرَرِ بِالنَّاسِ، فَلَا شَكَّ فِي تَحْرِيمِهِ.

• **الدليل الخامس:**

ما أخرجه الترمذي والطبراني من حديث عبد الله بن مسعود **t** أن النبي **r** قال: "لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يُسأل عن أربع: عن عمره فيم أفناه، وعن علمه ما فعل فيه، وعن ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه؟!"  
والمدخن أفنى شبابه في غير طاعة الله، وهو في قرارة نفسه يعلم أن التدخين ليس بحلال، فلم ينفعه علمه، بل وبنفق ماله في معصية الله؛ فيعود كل ذلك ببلاء في جسده؛ فيسأل عن ذلك كله.

وصدق النبي **r** حيث قال فيما أخرجه البخاري:

"إن رجالاً يتخوَّضون في مال الله بغير حق؛ فلهم النار يوم القيامة"

يقول ابن عثيمين رحمه الله :

"شرب الدُّخَان كان مختلف في حكمه أول ما ظهر؛ لأنه لم يتبيّن أمره، فمنهم مَنْ أباحه، ومنهم مَنْ كرهه، ومنهم مَنْ حرّمه، ولكنه في الآونة الأخيرة وبعد تقدّم الطب وكلام الأطباء؛ فلا خلاف الآن في تحريمه".

- والبعض من الناس يقول: "إنه ليس بمحرّم وإنما هو مكروه"

فنقول لهم: "إذا كان مكروهاً فلماذا تشربونه، والمكروه أقرب للحرام منه للحلال، واسمعوا إلى هذا الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم من حديث النعمان بن بشير **t** عن رسول الله **r** قال: "إن الحلال بيّن والحرام بيّن، وبينهما أمور مشتبّهات، لا يعلمهن كثير من الناس، فمن اتقى الشبّهات فقد استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في الشبّهات وقع في الحرام، كالراعي يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه"

ولو فُرض جدلاً أن التدخين مكروه.... فمن الذي كرهه؟

أليس هو الله؟ أتحب أن تأتي عملاً يكرهه الله؟!!

فما بالك تصنع هذا مع رب العالمين الذي خلقك فسواك فعدلك؟

{ مَا لَكُمْ لَا تَرْجُونَ لِلَّهِ وَقَارًا } [توح: ١٣]

- بل نجد البعض من يجادل ويقول: "إنه ليس بحرام ولا مكروه"، فنقول لهم:

١- إذا لم يكن الدُّخَان حراماً ولا مكروهاً، فلماذا لا يُشْرَب في المساجد والأماكن المقدسة؟ بل يُشْرَب في

الحَمَامَات وأماكن اللهو والمُحَرَّمَات؟

٢- هل تُسمِّي الله أو تذكره عندما تشرب الدُّخَان؟

٣- وهل تقول: "الحمد لله" عندما تنتهي من السجارة؟

٤- هل هناك مأكول أو مشروب غير الدُّخَان تطأه بحذائك عندما تنتهي منه؟

٥- هل من السُّنَّة أن تفطر في رمضان على سيجارة؟

٦- هل شُرِب الدُّخَان من الصفات الحميدة التي تود أن يأخذها عنك أولادك؟

٧- هل يلومك أحد من الصالحين وينكر عليك إذا شربت الدُّخَان باليد اليسرى؟

٨- هل إهداء الرجل لأخيه السجارة يدخل في الأثر: "تهادوا تحابوا"؟!

٩- هل يوجد أي طعام أو شراب غير الدُّخَان يكتب عليه: (ضار جداً بالصحة)؟

١٠- هل كَلَّفَت نفسك مرة بالبحث عن تاريخ انتهاء صلاحية السجارة؟

١١- هل تستطيع أن تأكل وتشرب غير الدُّخَان في الحمامات ودورات المياه؟

١٢- هل تخيلت حالك إذا متَ وفي فمك سيجارة، فكيف سيكون موقفك يوم القيامة عند البعث والوقوف

بين يدي الله؟! ومن المعلوم أن الإنسان يبعث على ما مات عليه، وهل جهزت إجابتك عندما يسألك رب

العالمين؟!..



# التدخين وضرره على الصحة

وقبل الكلام عن أضرار التدخين الصحية، نتكلم أولاً عن مكونات الدخان

## • مكونات الدخان:

يتوهم كثير من الناس أن الدخان يحتوي فقط على مادة النيكوتين، ولكن ليعلم من لم يكن يعلم أن هناك مواد أخرى ربما يفوق ضررها وخطرها مادة النيكوتين الشهيرة، وإليك أخي الكريم القائمة السوداء:

١- غاز أول أكسيد الكربون (CO) المعروف بتأثيره السام.

٢- عنصر الرصاص الثقيل السام، والذي عندما يتجمع لا يستطيع الجسم إفرازه.

٣- مادة البنزوبيرين (Benzopyrine) التي لا خلاف بين الأطباء حول تأثيرها الفعال في ظهور السرطان

٤- النيكوتين، اعلم أنه في الدول المتقدمة ممنوع أن تحتوى السيارة على أكثر من ١ مليجرام من النيكوتين، أما في الدول النامية (بلاد المسلمين) فالنسبة ثلاثة أضعاف ذلك أو ١٠ مليجرام من النيكوتين، وهي مادة شديدة السُميّة، لدرجة أن خمسين مليجرام منها تقتل إنساناً في الحال، إذا حقن بها دفعة واحدة في الشريان.

٥- عنصر البلونيوم المشع

الذي يتركز في رئة المدخن ويفتك بها

٦- القطران، وهي تلك المادة اللزجة الصفراء التي تؤدي إلى اصفرار الأسنان ونخرها والتهاب اللثة والتي يراها المدخن تُلَوّن (فلتر السيارة الوهمي) بشكل واضح، وهي من أشد المواد ضرراً.

٧- الزرنيخ (مبيد حشري)

الذي يستعمل من أجل إبادة الحشرات التي تهاجم التبغ عند نقه في الخمر (الكحول)، والتي ينفذ من هذه المادة ١٠% ويدخل إلى الرئتين.

٨- الكحول، الذي ينقع فيه التبغ لمدة طويلة، والذي تضيفه المصانع من أجل تحويل الورق الأخضر للتبغ، ذو اللون المعروف الأصفر الذي يميل للبني، وحتى يظل التبغ مشتعلًا في السيارة حتى ولو لم يشرب منها المدخن إلا مرة واحدة.

٩- حمض الهيدورسيانيك

ويستخدم في غرف القتل في أمريكا

وغير ذلك من مواد سامة ضارة لم تكتشف بعد.

# الأضرار والأخطار التي يسببها التدخين

**أولاً: التدخين ضار جداً بالصحة:**

## **١ - بالنسبة للجهاز العصبي:**

- التهاب الأعصاب الطرفية
- تتميل وضمور الأطراف
- آلام الأعصاب
- إصابة العصب البصري - مما يسبب حالات عمى لا يشفى منها غالباً.

## **٢ - بالنسبة للجهاز الهضمي:**

- فقدان الشهية للطعام
- قرحة المعدة والاثني عشر - نتيجة تغير اللعاب من قلوي إلى حمضي، فلا يهضم النشويات فتحدث قرحة المعدة.
- تقرحات القولون المزمنة.

## **٣ - بالنسبة للجهاز الدوري والقلب:**

- اضطرابات ضربات القلب - نتيجة تعاطي النيكوتين فيزيد في الدقيقة الواحدة من عشرة إلى خمسة عشرة ضربه لمدة ربع ساعة مما يعد جهداً زائداً على القلب.
- ضيق الأوعية الدموية في الأطراف لامتصاصها النيكوتين وهذا نتيجة انخفاض درجة حرارة الدم في الأطراف
- الخفقان - التعب لأقل مجهود
- الدوار نتيجة تقلص شرايين الدماغ وقد يؤدي ذلك إلى الشلل الرعاش
- ارتفاع ضغط الدم - مما يؤدي إلى جلطة ونزيف المخ.
- جلطة الشريان التاجي، كما يؤثر في زيادة التصاق الصفائح المسؤولة عن تكوين الجلطات فيؤدي إلى جلطة القلب وموت الفجأة
- الأنيميا.

#### ٤ - بالنسبة للجهاز التنفسي:

- التهاب الشعب المزمن
- الربو الشعبي وحساسية الصدر
- السعال المزمن
- الذبحة الصدرية - نتيجة تفاعل النيكوتين مع أول أكسيد الكربون

#### ٥ - بالنسبة للأورام:

حدّث ولا حرج

- سرطان الرئة - سرطان الشفتين - سرطان الحنجرة - سرطان الحلق - سرطان اللثة
- سرطان المعدة - سرطان البنكرياس - سرطان الكلى - أورام المثانة - الضعف الجنسي.

- وقد أعلن "مجلس وزراء الصحة العرب" الذي عقد دورته الخامسة في تونس عام ١٩٨٠م  
قرر في القرار رقم ٢٤ تبني الحملة التحذيرية الثانية (التدخين سبب رئيسي لسرطان وأمراض الرئة  
وأمراض القلب والشرابيين)

- وأثبتت الإحصائيات أن عدد ضحايا الإيدز في عشر سنوات بلغ مليون ونصف مات منهم ثلاثمائة  
ألف، بينما ضحايا التدخين مليونين ونصف سنوياً.

- وذكرت "منظمة الصحة العالمية" أن حوالي ٣٤٦ ألف شخص يموتون سنوياً في الولايات المتحدة  
فقط بسبب التدخين، وأن ٥٥ ألف في بريطانيا، و ٨ آلاف في السويد

- وانظر إلى راعي البقر الذي كان يظهر من خلال الإعلانات المصورة والمرئية وهو يدعى (جيرمن  
مكرين) وكان يظهر راكباً الحصان وكأنه فارس مغوار وفي يده السيجارة؛ لقد مات هذا الرجل منذ فترة  
بسرطان الرئة، وقال قبل أن يلفظ أنفاسه الأخيرة: "السجائر تقتلكم وأنا الدليل"

## ثانياً: التدخين وأثره على الخصوبة والنسل والجنين:

تدل الإحصائيات على أن التدخين يضعف خصوبة الرجل والمرأة، كما أنه يغيّر الخواص الطبيعية لكروموسومات حاملة الصفات الوراثية، وهذا يؤدي إلى حدوث تشوهات في الأجنة.

- ويعتبر التدخين من أكثر العوامل التي تؤثر على صحة الحامل والجنين، حيث إن غاز أول أكسيد الكربون الناتج عن الدخان يسبب نقصاً في كمية الأكسجين المنتقل من دم الأم إلى دم الجنين، وهذا يؤدي إلى إعاقة نمو الجنين ونقص وزنه، ويكون المولود قصير القامة صغير الرأس والكتفين والصدر وقد يؤثر ذلك على درجة ذكاء المولود.

- كما أن التدخين يؤدي إلى زيادة نسبة الإجهاض والتي تؤدي إلى أضرار بالمشيمة.

- كما أن نسبة الالتهاب الرئوي تزداد عند الأطفال الذين كانت أمهاتهم يدخن أثناء الحمل.

- والتدخين يؤثر على درجة الخصوبة في الرجل والمرأة كما أنه يقلل من الغريزة الجنسية، وقد دلت الدراسات العلمية التي أجريت على مليون و ٢٠٠ ألف مدخن، أن المدخنين الذين يدخنون ٤٠ سيجارة أو أكثر يصابون بالعجز الجنسي في الأربعين من العمر.

## ثالثاً: التدخين يفني المال:

لو تعود الواحد منا أن يحرق كل يوم ثلاث جنيهاً من ماله يومياً لرماه الناس بالجنون، ويجب أن يعالج من لوسة بعقله فماذا في الذي يحرق مثلاً أو أضعافها كل يوم فيما لا يعود عليه إلا بالضرر.

-والذي يزيدك حسرة أن كثيراً من المدخنين يحرمون أبناءهم الطعام والكساء من أجل الحصول على الدخان

• تريد أن تعرف الخسارة المادية فإليك تلك الإحصائيات:

ذكرت الإحصائيات أن المصريين أنفقوا على التدخين عام ١٩٩٩م حوالي ١.٧ مليار دولار (حوالي ستة مليار جنيه مصري تقريباً)

- وأكدت "منظمة الصحة العالمية" أن المصريين يحرقون حوالي ٤٠ مليار سيجارة في السنة.

وكيف لو عرفت أيها المدخن أن شركات التدخين شركات يهودية تأخذ منك هذا المال لتصنع به رصاصةً توجهه إلى صدرك أو صدر أخيك المسلم.

- فعليك أن تدخر هذا المال - ثمن علبة سجائر كل يوم - ثم تؤدي به عمرة في رمضان كل عام.

قال النبي ﷺ فيما يرويه البخاري ومسلم: **"عمرة في رمضان كحجة معي"**

- أو تستطيع أن تكفل يتيماً.

والنبي ﷺ يقول فيما يرويه البخاري ومسلم:

**"أنا وكافل اليتيم كهاتين في الجنة وأشار بالسبابة والوسطى"**

وغير ذلك من أبواب الخير الكثيرة، ولكنك يا حسرتاه لا تشم رائحتها، فأنت مزكوم الأنف بدخان سيجارتك الخبيثة.

## رابعاً: التدخين يُفقد الإحساس والبرودة لدى المدخن:

فلا يشعرون بضرر التدخين على من حولهم، وحتى ولو كان الجلساء الأولاد والزوجة، وحتى ولو كانوا مرضى. ولا يباليون بما كتب من لوحات (ممنوع التدخين)؛ فترى المدخن يدخل داخل السيارة، وفي الغرفة المغلقة، وحين الاجتماع، وفي المستشفى، ويدخل المدخن إلى المسجد وريحه الكريهة تؤذي المصلين والملائكة، والنبي **ﷺ** يقول كما في "الصحيحين":

**"من أكل ثوماً أو بصلاً فليعتزلنا وليعتزل مسجدنا وليقعد في بيته"**

- وقال **ﷺ** أيضاً كما عند البخاري من حديث جابر **t**:

**"إن الملائكة تتأذى مما يتأذى به بنو آدم"**

والدُّخان أشد من الثوم والبصل، بل أن الثوم والبصل فيه ما فيه من الفوائد، ومع هذا فإن رائحتهما كريهة تأبأها النفس.

والزوجة المسكينة تتأفف وتتأذى من فم زوجها الذي تنبعث منه هذه الرائحة الكريهة، ولحسن خلقها لا تستطيع أن تصارحه بهذا الأمر، ولا أجد لشارب الدُّخان مثلاً إلا كما جاء في الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم من حديث أبي موسى الأشعري **t** عن النبي **ﷺ** قال:

**"إنما مثل الجليس الصالح وجليس السوء كحامل المسك ونافخ الكير، فحامل المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه، وإما أن تجد منه ريحاً طيبة، ونافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد منه ريحاً خبيثة"**

فالمدخن كنافخ الكير - أي الحداد - إما أن يحرق ثيابك بسيجارته، أو تجد منه رائحة الدُّخان الخبيثة. فلو أن إنساناً غير مدخن وقف ينفخ في وجهك لخاصمته أو قلت: مجنون، فما بالك بمن ينفخ في وجهك دخاناً كريه الرائحة فيه سموم مضرّة، بل أن الإنسان إذا جلس أربع ساعات في غرفة المدخنين المغلقة تعادل شرب عشر سجائر، والمدخن لا يهتم كل هذا لأنه فقد الإحساس بالغير.

## خامساً: التدخين بداية الانحراف وأصل كل شر:

ثبت أن التدخين في غالب الأحوال هو بداية الطريق إلى المخدرات والمسكرات، بل هناك علاقة وثيقة بين السجائر وبين أي سلوك شاذ.

فمثلاً لا تجد شارب خمر إلا وهو يدخن، ولا زاني إلا وهو يدخن، ولا سارق إلا وهو يدخن؛ فينبغي على عقلاء القوم وأكابرهم ألا يتشبّهوا بهؤلاء.

رفعت يدي ونفسي تشتهي

إذا كان الكلاب يلغن فيه

إذا وقع الذباب على طعام

وتأبى الأسود ورود ماء

## • ويحضرني هنا القصة التي ذكرها الشيخ القطان حفظه الله لتعلم أن التدخين بداية كل شر

### أم في قفص الاتهام ومعها ابنتها

- القاضي يسألها ويحاورها ويقول لها: التهمة الموجهة إليك "القتل مع سبق الإصرار والترصد" أتدرون من قتلت؟! قتلت ابنها بمشاركة ابنتها ودفنوه في البيت.

والقاضي يقول لها: تكلمي؛ فلا تتكلم، قتلت ابنك؟! فلا تتكلم، يوجه الكلام إلى الأخت، قتلت أخاك؟! لا تتكلم، ينظر القاضي إلى المرأة؛ فيراها امرأة وقور، الحجاب على رأسها، ودموعها تتحدر ولكنها لا تتكلم، يفتح القاضي الملف من جديد وإذا الذي بلغ عن الجريمة طفلة صغيرة ابنة بنتها المتهمة، فقال القاضي: الخيط عند هذه الطفلة، فأمر بإحضارها في غرفة جانبية، وأحضر لها الحلوى، واستدرجها في الحديث، فقال لها: أتحبين خالك المقتول، قالت الطفلة: لا. قال: لماذا؟ قالت: لأنه يضرب جدتي ويضرب أمي.

- لماذا يضرب خالك جدتك وأمك؟! لأنه يريد المال، ولماذا يريد المال؟ قالت: لا أدري، لكن جدتي تقول له: إنك مؤمن وإن إيمانك سينهي عليك ويقتلك، فقال القاضي: لا يا بني، الإيمان لا يقتل صاحبه ولا يهلكه، لعل جدتك تقول: إنك مدمن، وإن إيمانك سيققتك، قالت: نعم. مدمن مدمن، هي الكلمة التي كانت جدتي تقولها له، وهنا أمسك القاضي الخيط.

وبعد البحث في القضية واجه الأم، وقال لها: لا داعي للصمت، علمنا أن ابنك مدمن فما حكايته. قالت: مات أبوه وتركه عندي هو وأخته، ثم بعد ذلك تعبت في تربيتهما، وبذلت كل ما أملك من أجلهما، تزوجت البنت وبقي الولد وفشل في دراسته، والسبب أنه بدأ يشرب الدخان...

- انظروا إلى البداية يا أولياء الأمور، والدأ يستدعيه الناظر بعد العثور على السجائر في جيب الولد، يقول له: يا أيها الوالد عثرنا في جيب ابنك على السجائر يشربها في المدرسة، فالتفت الوالد الغير مسئول، وقال لابنه: ألم أقل لك لا تشرب في المدرسة، اشرب في كل مكان إلا في المدرسة، انظروا إلى أي درجة وصل بنا حد اللامبالاة.

إن الذين يتعاطون المخدرات؛ كانت الخطوات الأولى في شرب الدخان والسجائر؛ لأنه يأتيه من يقول له: جرّب هذا، وسيُجرّب لأنه يدخن.

وتستأنف الأم الكلام وتقول: دخلت عليه في غرفته يوماً، وإذا به يعطي نفسه حقنة الهيروين، فصفعته وضربته ففرَّ وهرب، ثم عاد بعد ذلك وسلب منِّي كل مالي، ثم دخل عليَّ يوماً ومزَّق ثيابي يريد أن يهتك عرضي، تقول: وكنت لا أستطيع دفعه، وأنا امرأة وهو تحت تأثير المخدر، ففررت من بين يديه، وخرجت في ظلام الليل، وأنا شبه عارية أجري إلى بيت ابنتي، وطرقت الباب طرْقاً شديداً، فذهلت البنت لما رأتني ورأت ثوبي مُمزَّق، فقالت: مالك يا أماء؟! فقلت: أخوكِ هجم على ليهتك عرضي، وسكنت في بيت ابنتها، وهى ترقب أخبار ابنها، لعله يموت، لعله ينتحر؛ فترتاح، وبعد مرور شهور قامت المسكينة وابنتها وحفيدتها، وذهبا إلى البيت فدخلوا فإذا هو وكر مخيف، السجائر والزجاجات والغبار والقاذورات والنفايات في كل مكان، وباع الابن معظم الأثاث وليس هو بالمنزل، فدخلت المسكينة ترتب الأثاث وترتب البيت، ومن التعب باتوا تلك الليلة في البيت، وجاء الوحش آخر الليل ففتح الباب ودخل وإذا به يرى أمه وأخته وابنة أخته.

فاستيقظت الأم والأخت عليه وهو يراود البنت الصغيرة ليهتك عرضها، فَجَرَتْ الأم إلى المطبخ وأحضرت سكيناً، ولا تعلم كم طعنة طعنته حتى خرَّ متلطحاً بدمائه يلفظ أنفاسه الأخيرة. ثم أفاقت الأم من ذهولها وهو جثة هامدة، فماذا تفعل؟! انتظرت لحظة ثم خافت من الأمر، وخافت من الفضيحة فحفرت له في البيت ودفنته، وبعد أيام تكلمت الطفلة مع الأطفال في الشارع، فعلم الناس؛ فبلغوا عنها وجاءت الشرطة وحفروا البيت فوجوا الجثة واتهموها بالقتل.

وإذا بها تنطق أمام المحكمة لأول مرة تقول:

أنا القاتلة وأنا القتيلة.

أنا الجروح وأنا السكين.

أنا التي سكتُ عليه يوم شرب أول سيجارة.

أنا التي سكتُ عليه يوم شرب أول سيجارة.

أنا التي سكتُ عليه يوم شرب أول سيجارة.

## • رسالة إلى بائع الدخان:

اعلم أيها البائع أن الله إذا حرم شيئاً حرم ثمنه، فمن أعان على فعل مُحَرَّم أعان على الإثم، وهو له نصيب في ذلك.

– قال ابن عثيمين رحمه الله :

"فلما ثبت أن بيعه حرام، لقول النبي ﷺ: **«إِنَّ اللَّهَ إِذَا حَرَّمَ شَيْئاً حَرَّمَ ثَمَنَهُ»**، والله يقول:

**{وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ}** [المائدة: ٢]

وأي جسم نبت من حرام فالنار أولى به.

– والنبي ﷺ يقول كما في "مسند الإمام أحمد" من حديث عبد الله بن مسعود **t**:

**"لا يكتسب عبدٌ مالاً من حرام فيمسك منه فيبارك الله فيه، ولا يتصدق به فيقبل الله منه، ولا يتركه خلف ظهره إلا إذا كان زاده إلى النار، إن الله لا يمحو السيء بالسيء، ولكن يمحو السيء بالحسن."**

واعلم أيها البائع أن الكسب الحرام معناه قطع الصلة والعلاقة مع الله، لأنه لا يُستجاب لك.

فكيف يعيش من هو مقطوع الصلة بالله، لكن إذا تبت ورجعت إلى الله تعالى؛ تاب عليك ورضي عنك.

فإذا مرضت دعوت الله فشفاك.

فإذا كنت في ضيق دعوت الله ففرج عنك.

فما عند الله لا يُنال إلا بطاعته، كما أخبر الحبيب النبي ﷺ **r**

ففي الحديث الذي أخرجه أبو نعيم من حديث أبي أمامة **t** قال: قال رسول الله ﷺ **r**:

**"إن روح القدس نفث في روعي: أن نفساً لن تموت حتى تستكمل أجلها وتستوعب رزقها،**

**فاتقوا الله وأجملوا في الطلب، ولا يحملن أحدكم استبطاء الرزق أن يطلبه بمعصية الله،**

**فإن الله تعالى لا يُنال ما عنده إلا بطاعته"**

(صحيح الجامع: ٢٠٨٥)



## العلاج

قد علمت مدى الأضرار والأخطار التي تعود عليك، وهذا بجانب أن إصرارك على السجارة إصرار على المعصية، وإنه لا صغيرة مع إصرار، ولا كبيرة مع استغفار، وكذلك فهو نوع من أنواع المجاهرة بالإثم، وقد قال النبي **ر** فيما يرويه البخاري ومسلم: **"كل أمتي معافى إلا المجاهرين"**

وإنك أيها المدخن تبارز الله بالمعصية، فما آن الأوان أن تعود إلى الرحمن ويخضع قلبك وهو يناديك:

**{الْمُيْتَنَ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ}** [الحديد: ١٦]

فما عليك أخي الحبيب ألا أن تقول: "بلى يا رب أن..."

ولكن ربما تبادرني بالسؤال: كيف أتخلص من الدُّخَان، وأرضي الرحمن؟

أقول لك أخي الحبيب: عليك باتباع الآتي:

**أولاً: صدق اللجوء إلى الله:**

لأنك تعلم علم اليقين أنه لا يخرجك ممّا أنت فيه إلا الله وحده، وهو القادر على أن يأخذ بناصيتك إليه، ولهذا فعليك أن تغتنم الثلث الأخير من الليل.

– قال النبي **ر** فيما أخرجه البخاري ومسلم:

**"ينزل ربنا كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر، فيقول: من يدعوني فأستجب له، من يسألني فأعطيه؟، من يستغفرني فأغفر له."**

– فعليك أن تناجي ربك وتقول له: "إلهي وسيدي، عبيدك سواي كثير، وليس لي رب سواك!

أنا عبدك المذنب الضعيف، وأنت الرب الكريم الجليل، خذ بيدي وناصيتي إليك أأخذ الكرام عليك.

يا رب عافني من الدُّخَان ومن خلطة أهل العصيان، يا رب حبِّب إليَّ الإيمان، وكرِّه إليَّ الكفر والفسوق والعصيان.

داوم على ذلك حتى يفتح الله لك بابه؛ لأنه من داوم على الطرق فإنه سيفتح له؛ لأنه الكريم لا يرد أحداً ولا يغلق بابه أبداً

فلننتب إلى الله جميعاً شباب وشبية، رجال ونساء

قبل أن يقول الشاب: واشباباه!

وقبل أن يقول الشيخ: واشبيبتاه!

وقبل أن يقول المفريط: واحسرتاه!

ياذا الذي ألف الذنوب وأجرما  
 وغدا على ذلاته متندما  
 لا تياسن واطلب كريماً دائماً  
 يولي الكريم تفضلاً وتكرماً  
 يا معشر العاصين جوداً واسع  
 عند الله لمن يتوب ويندما  
 ياأيها العبد المسيء إلى متى  
 تفني زمانك في عسى ولربما

بادر إلى مولاك... يا من عمره قد ضاع في عصيانه وتصراً  
 واسأله توفيقاً وعفواً، ثم قل: "يا رب بصّرني وأذل عني العمى".

### ثانياً: أن يكون لديك إرادة وعزيمة:

فعليك أن تلقى بعلبة السجائر تحت حذائك، وقل لها: هذا مكانك من الآن فصاعداً، وقل لها: لن أرفعك إلى فمي مرة أخرى، واستحضر هنا موقف الصحابي الذي رآه النبي ٣: "مُتَخْتِماً بخاتم من ذهب فما كان منه ٣ إلا أن خلعه من يده وطرحه أرضاً، فقيل للرجل: خذه وتصدق به، فقال قوله الشهيرة: لا والله لا أخذه أبداً، وقد طرحه رسول الله". ولك أن تتخيل أن النبي ٣

واقف أمامك وأنت تشرب الدخان، ثم يسألك: يا عبد الله، أنا أمرتك بهذا؟ فماذا ستقول له؟!  
**اعلم أخي الحبيب**... أن من تقرب إلى الله شبراً؛ تقرب الله إليه ذراعاً، وأنت حينما تلقي هذه السجارة وتعاهد الله على التوبة منها؛ فإنك تتقرب إلى الله تعالى بترك المعصية، فثق أن الله سيعينك.

**وانظر إلى قول النبي ٣: "مَنْ تَقَرَّبَ إِلَى اللَّهِ شَبْرًا؛ تَقَرَّبَ اللَّهُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا"** (متفق عليه)  
 أي أن البداية تكون منك أنت، ثم تطلب بعد ذلك التوفيق والقبول من الله، ولا تكون كالذين يجلسون في المقاهي ويقولون: "ربنا يهدينا" أو الذي يشرب السجائر ويقول: "ربنا يعافيني"

**أخي الحبيب**... البداية منك أنت، أما سمعت قول الله تعالى:

"يا عبادي كلّم ضال إلا من هديته، فاستهدوني أهدكم" اسع للهداية والله يهديك.

وكذلك قوله: { فَادْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ } [البقرة: ١٥٢]

وكذلك قوله: "مَنْ يَدْعُونِي فَاسْتَجِبْ لَهُ؟ مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرْ لَهُ؟ مَنْ يَسْأَلُنِي فَأَعْطِهِ؟"

وكذلك قوله: { فَإِنِّي قَرِيبٌ أَجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ } [البقرة: ١٨٦]

وغير ذلك من الأدلة التي تدل على أن البداية تكون منك أنت.

### ثالثاً: تَرَكَ الْوَسَاوِسَ الشَّيْطَانِيَّةَ، وَاتَّبَعَ الْإِرْشَادَاتِ النَّبَوِيَّةَ:

١- عندما تغضب لا تسرع إلى السجارة وتظن أنها تفرّج ما أنت فيه من كربٍ وهمٍ، فإنها لا تزيدك إلا توتراً وهمّاً فوق همك.

ولكن عليك باتباع سنة العدنان، حيث قال فيما يرويه البخاري: **"لا تغضب"** وذلك عندما: **"جاءه رجل، فقال للنبي ٣: أوصني ولا تكثر عليّ لعلّي أحفظ، فقال رسول الله ٣: لا تغضب"**

وعلى فرض نزول الغضب بك وتمكّنه منك، فالنبي يسرع إليك بالعلاج حيث يقول فيما يرويه البخاري ومسلم:

**"إني لأعلم كلمة لو قالها لذهب ما يجد: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم"**

٢- وإذا ما أصابك همٌّ فلا تسرع إلى السجارة، ولكن عليك أن تقول كما علّمك الحبيب حيث قال ٣: **"ما أصاب عبداً همٌّ ولا حزنٌ، فقال: اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماضٍ فيّ حكمك، عدلٌ فيّ قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سمّيت به نفسك أو أنزلته في كتابك أو علمته أحداً من خلقك أو استأثرت به في علم الغيب عندك؛ أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهب همّي؛ إلا أذهب الله همّه وحزنه، وأبدله مكانه فرجاً"**.  
(رواه الإمام أحمد والحاكم وصححه الألباني في الصحيحة: ١٩٩)

ارفع يديك إلى الله مولاك كلما شعرت بضيق، ارفع يديك وادعُ بما شئت، اشكُ بنك وحزنك إليه، اترك دموعك تسيل على خديك؛ لتخرج ما في نفسك من ضيق وهمٍ وألم.

٣- وإذا ما أصابك ضيق في الصدر فلا تسرع إلى السجارة؛ ولكن عليك بذكر الله فهو الشفاء

قال تعالى: **{الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}** [الرعد: ٢٨]

فبذكر الله تُدفع الآفات، وتكشف الكربات، وتهون المصيبات، ويذكر الله تطمئن القلوب وتشرح الصدور، وكيف لا تطمئن هذه القلوب وهي متصلة بالله خالقها، مستأنسة بجواره، آمنة في كنفه وحماه؟

## رابعاً: الإكثار من فعل الطاعات:

لأنه من المعلوم من عقيدة أهل السنة والجماعة: أن الإيمان يزيد وينقص؛ يزيد بالطاعة وينقص بالمعصية.

١- فعليك أولاً أن تهجر رفقة السوء، وتصاحب الأخيار الأطهار.

٢- تُصَلِّي الصلوات الخمس في جماعة لا تفوتك تكبيرة الإحرام.

٣- تحافظ على النوافل: **"فَمَنْ صَلَّى لِلَّهِ فِي الْيَوْمِ وَاللَّيْلَةِ اثْنَتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً تَطَوُّعاً؛ بَنَى اللَّهُ**

**لَهُ بَيْتاً فِي الْجَنَّةِ".** (الترمذي وصححه الألباني)

٤- تصدَّق يومياً ولو بقروش يسيرة.

٥- تصوم الاثنين والخميس من كل أسبوع

**قال ٣: "مَنْ صَامَ يَوْماً فِي سَبِيلِ اللَّهِ؛ بَعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفاً"** (مسلم)

٦- تقرأ كل يوم جزء من القرآن، هل تعرف أن لك بكل حرف عشر حسنات والله يضاعف لمن يشاء!!؟

٧- تحافظ على حضور مجالس العلم في المسجد ولو مرة في الأسبوع.

٨- تحافظ على سماع شريط لمحاضرة يومياً، وأدمن سماع القرآن بدلاً من معازف الشيطان التي تنبت النفاق في القلب.

٩- تحافظ على أذكار الصباح والمساء.

**أخي الحبيب...** والله ستشعر بسعادة غامرة، وهذه هي السعادة الحقيقية، وليست السعادة في المال أو السيارة، أو مشاهدة فيلم ماجن، أو سماع شريط فاضح.

**{ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ }** [يونس: ٥٨]

**أخي الحبيب...** ما ادخرت وسعاً في طلب نجاتك؛ فلا ترد يدي وقد مددتها إليك

**{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُمُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ }**

[التحریم: ٨]

## يا شارب الدُّخَان

يا شارب الدُّخَان ما أجراك	مَنْ ذا الذي في شربه أفتاك؟
أتظن أن شربه مستعذب	أم هل تظن بأن فيه غذاكا
هل فيه نفع ظاهر يا فتى؟	كلا فلا فيه سوى إيذاكا
مضره تبدو وخبت روائح	مكروهة تؤذي بها جلساكا
وفتور جسم وارتخاء مفاصل	مع ضيق أنفاس وضعف قواكا
وتلاف مال لا تجد عوضاً له	إلا دخاناً قد حشى أحشاكا
ورضيت فيه بأن تكون مبذراً	وأخو المبذر لم يكن يخفاكا
فإذا حضرت بمجلس واستنشقوا	من فيك ريحاً يكرهون لقاكا
يكفيك ذمّاً فيه أن جميع مَنْ	قد كان يشربه يؤدُّ فگاكا
فأرفق بنفسك واتبع آثار مَنْ	أهداك لا مَنْ فيه قد أغواكا
إن كنت شهماً فاجتنبه ولا تكن	في شربه مستتبعاً لهواكا
إني نصحتك فاستمع لنصيحتي	ونُهِيت فاتبِع قول مَنْ نهاكا
وبذلتُ قولي ناصعاً لك يا فتى	فعساك تقبل ما أقول عساكا

## ملحق

### فتاوى تحريم شرب الدخان

• أفتت "اللجنة الدائمة للبحوث العلمية والإفتاء" بالمملكة العربية السعودية:

بأن شرب الدخان حرام لكثرة ضرره، ولكونه إنفاقاً للمال في إسراف، ولقد نهى الله عن الإسراف ولكونه خبيثاً.

وبناء عليه فالإتجار فيه حرام، والكسب منه حرام، وإنتاجه حرام، وصناعته حرام، وبيعه وشراؤه حرام.

• وقال فضيلة المفتي السابق/ نصر فريد واصل "مجلة التوحيد" العدد الثاني صفر ١٤٢١ هـ:

"إن مقاصد الشريعة الإسلامية خمس هي: المحافظة على الدين، والنفس، والنسل، والعقل، والمال. وقد أمرت الشريعة الإسلامية الإنسان باتخاذ كل الوسائل التي تحافظ على ذاته وحياته وصحته، وتمنع عنه وعن غيره الأذى والهلاك، ولا شك أن كل ما يضر الإنسان ويهلكه ويلحق به وبغيره الأذى هو من المحرم شرعاً.

ثم قال فضيلته: "التدخين حرام بكل المقاييس الشرعية لما فيه من الإضرار بالمدخن ومن حوله، بل إن حرمة أشد من حرمة الخمر؛ لأن الخمر تضر بصاحبها فقط، أما التدخين فإنه يضر بالمدخن ومن حوله دون أن يدري وهذا ثابت علمياً.

وإذا كان الرسول ﷺ يلعن شارب الخمر، وبائعها، وحاملها، وعاصرها، ومعتصرها، والمحمولة إليه؛ فإن هذا اللعن يشمل المدخنين أيضاً؛ لما في التدخين من أضرار بليغة، وإذا كان التدخين محرماً شرعاً، فإن التاجر والصانع والبائع والمشتري يكون عليهم من باب المحرم قطعاً.

وما يحصل عليه هؤلاء من أرباح وأموال من وراء عملهم هو كسب حرام، ولا يصح التصدق به، أو إنفاقه في أي عمل من أعمال البر؛ لأن الله طيب لا يقبل ألا طيباً.

وأضاف فضيلته فقال: "إذا كان التدخين حرام؛ فكل ما يتصل به حرام، والإعلانات بمختلف أنواعها في وسائل الإعلام عنه من باب المحرم شرعاً؛ لأنها إعانة على معصية، والإعانة على معصية تكون معصية، وقال: "إن المعلم الذي يدخن أمام طلابه، يرتكب منكراً وزوراً؛ يستحق عليه العقاب في الدنيا وفي الآخرة، حيث يبيث في تلاميذه وطلابه مبادئ هدامة لا يقرها شرع، ولا يرضى عنها دين".

## • جاء في "مجلة التوحيد" - العدد الأول محرم ١٤٢١هـ

**قال فضيلة المفتي نصر فريد واصل:**

"إن القول بتحليل التدخين ردة على الله في حكمه وشرك، بعد أن أكد أهل الخبرة أنه لا صحة لما تردّد عن وجود منافع للتدخين مثل علاج السمّة مثلاً.

**وقال فضيلته:** "وقد أكّدت الأبحاث الطبية أضرار التدخين، وأنه السبب الرئيسي لأمراض القلب والسرطان، مما أدّى إلى وجود أكثر من ١٠ ملايين شخص يموتون سنوياً بسبب الأمراض الناتجة عن التدخين الذي يعد بذلك قاتلاً للنفس ومضيئاً للأموال".

وطالب فضيلة الدكتور نصر فريد واصل بضرورة إجماع العلماء على تحريم التدخين

**وعن وجود فتوى سابقة لا تحرم التدخين قال:** "إن الفتوى تتغيّر بتغيّر الزمان والمكان والنوع، وقد أثبت العلم الحديث بما لا يدع مجالاً للشك وجود فساد وأضرار التدخين على صحة الإنسان والخصوبة والرجولة، كما أن أهل الخبرة من العلماء والباحثين والأطباء في العالم - وبخاصة منظمة الصحة العالمية - أجمعوا على ذلك.

ويجب على علماء الدين أن يجمعوا أيضاً على تحريم التدخين، وإلحاقه بالمخدرات؛ لوجود القاعدة الفقهية "كل ما فيه إفساد فهو حرام"؛ ولقول الله تعالى: {وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ}

[الأعراف: ١٥٧]

ولا شك أن التدخين من الخبائث، **وقد قال r: "لا ضرر ولا ضرار"**

وأضرار التدخين واضحة وبينة في إفساد النفس والمال، وهما من الكليات الخمس التي جاءت الشريعة بحفظها.

**وقال فضيلته:** "هناك أشياء حرّمها الله في جميع الأديان السماوية؛ حفاظاً على صحة الإنسان، ولا مجال للعقل في تحليلها، ويكون الإشكال والاجتهاد فيما لم يأت فيه نص صريح، وبالخضوع للقياس الشرعي إذا كان هناك إجماع على تحريم الحشيش والأفيون... وغيرهما، فإن التدخين لحدّاته ظهوره اعترته الأحكام الفقهية، ولم تقطع الفتاوى القديمة بتحريمه لعدم التأكد من ثبوت أضراره.

**وبعد...**

فهذا آخر ما تيسر جمعه في هذه الرسالة

نسأل الله أن يكتب لها القبول، وأن يتقبلها منّا بقبول حسن، كما أسأله | أن ينفع بها مؤلفها وقارئها، ومن أعان على إخراجها ونشرها.....إنه ولي ذلك والقادر عليه.

هذا وما كان فيها من صواب فمن الله وحده، وما كان من سهو أو خطأ أو نسيان فمني ومن الشيطان، والله ورسوله منه براء، وهذا بشأن أي عمل بشري يعتريه الخطأ والصواب، فإن كان صواباً فادعُ لي بالقبول والتوفيق، وإن كان ثم خطأ فاستغفر لي

وإن وجدت العيب فسد الخلا  
جلّ من لا عيب فيه وعلا

فألهم اجعل عملي كله صالحاً ولوجهك خالصاً، ولا تجعل لأحد فيه نصيب

والحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين، وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

هذا والله تعالى أعلى وأعلم.....

سبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك