

يتوقع منك أخي الطالب بعد الدرس أن:

- تبيين خطر التدخين.
- تعدد أربعة من أضرار التدخين.
- تبيين حكم التدخين.
- تعدد أسباب الوقوع في التدخين.
- تستنتج طرق التخلص من التدخين.

إن شريعة الإسلام مبنية على جلب المصالح ودرء المفاسد، ومن أجل هذا فقد أباح الله سبحانه لعباده كل طيب ونافع، وحرّم كل خبيث وضارّ، فكل أمر تحقّق ضرره، وغلب شره فدين الإسلام يحمي المجتمع منه، ويمنع أتباعه من تناوله حماية لهم من أضراره.

وقد أوجب الله تعالى على المسلم المحافظة على نفسه، وحرّم عليه التعدي عليها، فقال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ١٩١﴾ [النساء: ٢٩]، وقال تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ١٩٥﴾ [البقرة: ١٩٥]، وحرّم عليه الاعتداء على أي عضو من أعضائه، فهي ليست ملكاً له، بل هو مؤتمن عليها، وتوعد من يعتدي عليها بأعظم وعيد.

خطر التدخين

اتفق العلماء والأطباء على خطر التدخين، وأنه آفة تجب مواجهتها ومكافحتها، ولا يستريب عاقل مدخن وغير مدخن أن الدخان خبيث لا طيب فيه، مضر لا نفع فيه، حسارة لا كسب فيه.

أضرار التدخين

يتفق الأطباء على: ضرر التدخين وأنه سبب لكثير من الأمراض، ومنها: ضيق النفس، والربو، والسعال، وتلوث الأسنان واللثة، وكافة الجهاز التنفسي، وضعف كفاءة الشعب الهوائية، وسرطان الرئة، وسوء الهضم، وتليّف الكبد، وتصلب الشرايين، كما يتسبب في قتل الملايين بالسكتة القلبية والدماغية، كما أنه يسبب الصداع والأرق، ويضعف المناعة، كما أنه يضعف اللياقة البدنية، وهو عموماً يؤثر تأثيراً متفاوتاً على جميع أعضاء الجسم وأنسجته.

وتؤكد منظمة الصحة العالمية والهيئات الطبية: أن التدخين خطر على الصحة، وهو ثاني أكبر أسباب الوفاة في العالم، وإن عدد الذين يلاقون حتفهم أو يعيشون حياة قاسية مليئة بالأسقام والأمراض المزمنة بسبب التدخين بكافة صورته يفوقون عدد الذين يموتون بسبب المخدرات والطاعون والسل والجذام ومرض نقص المناعة (الإيدز)

مجتمعة كلها، وهذه المقارنة ليس تقليلاً من خطر هذه الأمراض، ولا سيما المخدرات ونقص المناعة، ولكن لبيان خطر هذا الداء المنتشر، ولخطورته أجمع الأطباء على ضرره، وأنشئت الجمعيات لمكافحةه، ومساعدة شاربيه على تركه، وحُصصت المناسبات والأيام العالمية لمقاومته والتذكير بخطره.

حكم التدخين

- التدخين محرّم كما قرر ذلك العلماء، واستدلوا على ذلك بالأدلة الكثيرة من الكتاب والسنة، فمن ذلك:
- ١ قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ﴾ [النساء: ٢٩]، وشرب الدخان إسهام في قتل النفس ولهذا يسمى: (القاتل البطيء).
 - ٢ قال تعالى في وصف رسوله ﷺ: ﴿وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾ [الأعراف: ١٥٧]، والدخان من الخبائث.
 - ٣ عن أبي سعيد الخُدْرِيّ رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: «لَا ضَرَرَ، وَلَا ضِرَارَ»^(١).

أسباب الوقوع في التدخين

- من أبرز الأسباب الباعثة على التدخين ولاسيما لدى الشباب ما يأتي:
- التسلية والتجربة لما هو جديد.
 - تقليد الزملاء أو الآباء.
 - حب الاستعراض أمام زملائهم وأصحابهم، لاعتقادهم أن ذلك يظهرهم بمظهر الرجال.

الوسائل المعينة على ترك التدخين

- إن الدخان لا يدل على رجولة كما يتوهم البعض، بل هو ضرر على النفس، وأذى للمجتمع، وإتلاف للمال، وفوق ذلك مكروه لرب العالمين، وأكمال العقل والرجولة تركه والابتعاد عنه، ولما يعين على ذلك أمور منها ما يأتي:
- ١ استحضار حرمة وكرهه المولى سبحانه وتعالى له، فيقلع المرء عنه خوفاً من الله تعالى، وابتعاداً عن أسباب سخطه، ورجاء ثوابه بترك ما نهى عز وجل عنه.
 - ٢ الاستعانة بالله تعالى، وسؤاله الإعانة على تركه.
 - ٣ التعرف على أضراره المختلفة، وتذكر المنافع المتحصلة بتركه؛ الدينية، والبدنية، والمالية، الاجتماعية.
 - ٤ العزيمة القوية والإرادة الجازمة، ومجاهدة النفس على تركه، قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ [العنكبوت: ٦٩].
 - ٥ ترك مصاحبة المدخنين، وتجنب مجالسهم، والبعد عن كل ما يذكر به، أو يدعو إليه.
 - ٦ زيارة جمعيات مكافحة التدخين والاستفادة مما لديهم من وسائل وأدوية تعين على تركه بإذن الله تعالى.

(١) أخرجه الإمام مالك.

نشاط (١)



أسباب الوقوع في التدخين كثيرة، ضع رقمًا من (١ - ٥) لكل سبب حسب المعيار الموجود في الجدول الآتي، بحيث يمثل الرقم ١ الدرجة الأقل، ورقم ٥ الدرجة الأعلى.

م	المعيار	السبب	قوة السبب	كثرة انتشاره	سرعة تأثيره	سهولة علاجه
١		التسلية والتجربة				
٢		الجهل والهوى				
٣		تأثير الصحبة				
٤		التقليد وضعف الشخصية				
٥		الدعاية المغرضة				
٦		القدوة السيئة				
٧		ضعف الإيمان				

نشاط (٢)



بالرجوع إلى موقع منظمة الصحة العالمية والبحث حول التبغ والتدخين اكتب تقريرًا في عشرة أسطر عن آثار التدخين الصحية على المدخن وعلى من حوله:

م	المرض	احتمال الإصابة		نسبة الوفيات من المرض نتيجة التدخين
		لغير المدخن	للمدخن	
١	تصلب الشرايين	١	٢	٢٥ - ٤٣ %
٢	الجلطة القلبية	١	٥	٧٥ - ٨٠ %
٣	سرطان الرئة	١	١٠	٨٠ - ٨٥ %
٤	ضيق الشعب الهوائية	١	٦	٨٠ - ٩٠ %
٥	الغرغرينة	١	٩	٩٠ - ٩٨ %
٦	أمراض السرطان المختلفة	١	٢	٣٠ %

بالتعاون مع زملائك استفد من بيانات الجدول السابق في كتابة لوحة تحذر من التدخين.

1) إنه آفة، لا طيب فيه، مضر لا نفع فيه، خسارة لا كسب فيه

2) ضيق النفس، الربو، السعال، تلوث الأسنان و اللثة

التقويم



بين خطر التدخين .

اذكر أربعة من أضرار التدخين .

زعم أحد المدخنين بأنه حلال لأن الله هو الذي خلقه وأنبت شجر التبغ، فكيف ترد عليه؟

4) ما الوسائل المعينة على ترك التدخين؟

4) استخصار حرمة، التعرف علي أضراره،

العزيمة علي تركه، ترك مصاحبة المدخنين، زيارة

جمعيات مكافحة التدخين للمساعدة علي ترك التدخين

إثراء

من مؤسسات الخدمة الاجتماعية الرائدة، الجمعيّة الإسلاميّة لدراسات وبحوث التبغ
 تأسست: 1 محرم 1406 - 15 سبتمبر 1985
 ويتركز نشاطها في علاج المدخنين من الإدمان، والحد من نسبة التدخين في المجتمع، سعياً إلى
 حياة سعيدة، ملؤها النقاء والصحة وسلامة المجتمع.



حلول

 نقاء

 PURITY

 الحلول اون لاين

 hulul.online