وصايا عن الوقاية من الوباء

في أوساط الوباء المتفشي، وأخباره تتفاقم وتتناقل بين أرجاء البلاد والعباد، يجلب معه أحزانا ومخاوف وقلاقل ما الله أعلم بها، وتشتد هذه المصائب بازدياد أعداد المصابين المتأثرين بعوارض هذا الوباء، فإننا نستفيد من كتاب "عشر وصايا للوقاية من الوباء" بإعداد عبد الرزاق بن عبد المحسن البدر، بعض الوصايا الجامعة التي تعين في الوقاية من الوباء، وتعنى بضرورة اللجوء والاستكانة إلى المولى الجليل، وتثلج صدور المؤمنين و تؤنسها بموعود الله رغم المصائب والأوبئة، واستندت هذه الوصايا إلى النصوص الصحيحة من الوحيين.

أهم ماجاء في كتاب "عشر وصايا للوقاية من الوباء" :

1– ما يُقال قبل نزول البلاء : قال رسولَ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ قالَ: «بِسْمِ اللَّهِ الذي لا يَضُرُّ مع اسمِهِ شَيءٌ في الأرضِ ولا في السَّماءِ وهُوَ السَّميعُ العَليمُ» ثلاثَ مَرَّاتٍ لمْ تُصِبْهُ فَجْأَةُ بلاءٍ حَتَّى يُصْبِحَ، ومَنْ قالها حِينَ يُصْبِحُ ثلاثَ مَرَّاتٍ لَمْ تُصِبهُ فَجْأَةُ بلاءٍ حَتَّى يُمْسِيَ». [رواه أبو داود وغيره].

2– الإكْثار من قولِ: «لاإله إلا أنت سُبحانكَ إنِّي كُنتُ من الظالمين».

قال الله عز وجل: { وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ* فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ} [الأنبياء: 87-88]

يقول النَّبيّ ﷺ: «دعوةُ ذي النُّون إِذْ دَعا بها وهو في بَطْنِ الحُوتِ: «لا إله إلا أنت سبحانك إني كنتُ من الظالمينَ»، لَم يَدْعُ بها رجلٌ في شيءٍ قطُّ إلا استجابَ اللهُ له». [أخرجه الإمام أحمد والترمذي].

قال ابنُ القيِّم في «الفوائد»: «فما دُفِعَتْ شدائِد الدُّنيا بِمثل التَّوْحِيد، ولذلك كان دُعاء الكَرْبِ بِالتَّوحِيدِ، ودعوةُ ذِي النُّون التي ما دعا بها مَكْرُوب إِلَّا فَرَّج الله كَرْبَهُ بِالتَّوْحِيدِ.

فلا يُلْقِي في الكُرَبِ العِظام إِلَّا الشِّرك، ولا يُنْجي مِنها إِلَّا التَّوْحِيد، فَهُوَ مَفْزَعُ الخَلِيقةِ ومَلْجَؤُها وحِصْنُها وغِياثُها، وباللَّهِ التَّوْفِيق».

3 – التَّعوذُ مِن جَهْدِ البلاءِ: «كان رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَتَعَوَّذُ مِنْ جَهْدِ البلاءِ، ودَرَكِ الشَّقاءِ، وَسُوءِ القضاءِ، وشَماتَةِ الأَعداءِ». رواه البخاري.

4– المُحافظةُ على دُعاءِ الخُروج من المَنزل : عن أَنسِ بنِ مالِكٍ رضي الله عنه أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قال: «إِذا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِهِ فقالَ: «بِسْمِ اللَّهِ، تَوكَّلْتُ على اللَّهِ، لا حوْلَ ولا قُوَّةَ إِلا بِاللَّهِ» -قال:- يُقالُ حِينَئِذٍ: هُدِيتَ، وَكُفِيتَ، وَوُقِيتَ، فتَتَنَحَّى لَهُ الشَّيَاطِينُ، فَيقُولُ لَهُ شيطانٌ آخَرُ: كيفَ لك بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وكُفِيَ ووُقِيَ؟». [رواه أبو داود].

5 – سُؤالُ الله العَافيةَ عِند الصَّباحِ والمسَاء: عن عبدِ اللهِ بن عُمَرَ رضي الله عنهما قال: «لَمْ يَكُنْ رَسُولُ اللهِ ﷺ يَدَعُ هَؤُلاءِ الدَّعواتِ حِينَ يُصْبِحُ وحِين يُمْسِي: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ العافِيَةَ في الدُّنيا والآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ العَفْوَ والعافِيَةَ في دِيني ودُنْيايَ وأَهْلِي ومالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْراتِي، وآمِنْ رَوْعاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، ومِنْ خَلْفِي، وعَنْ يَمِينِي، وعَنْ شِمالِي، ومِنْ فَوْقِي، وأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتالَ مِنْ تَحْتِي». [رواه أحمد وغيره].

6 – كَثْرَةُ الدُّعَاءِ: قال رسولُ اللهِ ﷺ: «مَنْ فُتِحَ له مِنكُمْ بابُ الدُّعاءِ فُتِحَتْ له أَبوابُ الرَّحْمَةِ، وما سُئِلَ اللَّهُ شَيْئًا – يعني: أَحَبَّ إِليهِ – مِن أَنْ يُسْأَلَ العافِيَةَ».

وقالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: «إِنَّ الدُّعاءَ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ ومِمَّا لمْ يَنْزِلْ، فَعَلَيكُم عِبادَ اللهِ بالدُّعاءِ». [رواه الترمذي وغيره].

7– توقِّي المَواضِعَ التي فيها الوَباء: عن عبد الله بن عامر رضي الله عنهما: «أَنَّ عُمَرَ رضي الله عنه خَرَجَ إلى الشامِ، فلمَّا كان بِسَرْغَ بَلَغَهُ أَنَّ الوباءَ قد وَقَعَ بالشامِ، فأخبرَهُ عبدُ الرحمن ابن عَوف: أَنَّ رسولَ الله ﷺ قال: «إِذا سَمِعْتُم به بأَرْضٍ فلا تَقْدَمُوا عليه، وإذا وَقَعَ بأَرضٍ وأنتُم بها، فلا تَخْرُجوا فِرارًا منه».

وعن أبي هريرَةَ رضي الله عنه أَنَّ رسولَ اللَّهِ ﷺ قال: «لا يُورِدُ المُمْرِضُ على المُصِحِّ». [رواهما البخاري ومسلم].

8– صَنائعُ المَعروف وبذلُ الإحْسانِ، عَنْ أَنسٍ رضي الله عنه قالَ: قال رسولُ اللهِ ﷺ: «صنائعُ المعرُوفِ تقي مَصارِعَ السُّوءِ، والآفاتِ، والهَلَكَاتِ، وأَهْلُ المعرُوفِ في الدُّنيا هُمْ أَهلُ المعرُوفِ في الآخِرَةِ». [رواه الحاكم، وهو في صحيح الجامع].

قال ابنُ القَيِّم رحمه الله: «ومِنْ أَعْظَمِ عِلاجات المرضِ: فِعْلُ الخيرِ والإحسان، والذِّكْرُ، والدُّعاءُ، والتَّضَرُّعُ، والابتهالُ إلى الله، والتَّوبةُ، ولهذه الأمور تأثيرٌ في دَفْعِ العِلَل، وحُصُولِ الشِّفاءِ؛ أعظمُ مِنَ الأدوية الطَّبِيعِيَّةِ، ولكن بحَسَبِ استعدادِ النَّفْس، وقَبُولِها، وعَقِيدتها في ذلك ونفعِه» [زاد المعاد].

9 – قِيَامُ اللَّيْلِ : عن بِلالٍ رضي الله عنه أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ قال: «عليكُمْ بِقيامِ اللَّيْلِ؛ فإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحينَ قَبلكُم، وإِنَّ قِيامَ اللَّيلِ قُربَةٌ إلى اللهِ، ومَنْهاةٌ عنِ الإِثْمِ، وتكفِيرٌ للسَّيِّئاتِ، ومَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عنِ الجَسَدِ». [رواه الترمذي وغيره حسنه الألباني].

10 – تغطيةُ الإِناء وإِيكاءُ السِّقاء: يقول رَسُولَ اللَّهِ ﷺ: «غَطُّوا الإِناءَ، وأَوكُوا السِّقاءَ، فإِنَّ في السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فيها وباءٌ؛ لا يَمُرُّ بإِناءٍ ليسَ عليهِ غِطاءٌ، أو سِقاءٍ ليس عليه وِكاءٌ إلا نَزَلَ فيه مِنْ ذلك الوَباءِ». [رواه مسلم].