

عماد حسني المهدي

لا التدخين



الألوكة

f t y @ t
www.alukah.net
00201156800204



لا للتدخين

الأدلة النقلية والعقلية على حرمة التدخين
أقوال وآراء العلماء قديما وحديثا
إحصائيات وزارة الصحة المصرية
ومنظمة الصحة العالمية

طرق التخلص من التدخين كثيرة

عماد المهدي
إمام وخطيب بوزارة الأوقاف

جمع
وإعداد



مقدمة

الحمد لله الأول بلا بداية والآخر بلا نهاية والصلاة والسلام على محمد بن عبدالله المبعوث بالرحمة والهداية والهادى الناس إلى طريق الله بلا أجر ولا غاية.

وأشهد أن لا إله إلا الله وأن محمدا عبده ورسوله وصفيه من خلقه وحببيه إمام كل إمام، نشهد يارسول الله بأنك قد بلغت الرسالة وأديت الأمانة ونصحت الأمة وكشف الله بك الغمة وجاهدت في سبيل الله حق جهاده.

لى فيك يا أرض الحجاز حبيب نور العيون وللقلوب طيب
فى الأرض أحمد فى السماء محمد عند الإله مقرب محبوب
أوصيكم وأوصى نفسى بتقوى الله خالق البرايا وبالابتعاد عن طرق الفساد
والشر والغواية وإعمال عقولنا بعلم ودراية.

ثم أما بعد:

فإن الكثيرين فى عصرنا ومصرنا بل وفى كل البلدان يقولون أو يدعون مكابرة أن التدخين ليس حراما بل مكروها ويقولون سخرية واستهزاء (إذا كان حلال أدينا بنشره وإذا كان حرام أدينا بنحره، لذا فإننا نقدم عشرات الأدلة القرآنية والنبوية ثم العقلية الدامغة الدالة على حرمة .
والله أسأل أن يخلص الناس لاسيما الشباب عماد الأمم وأساس نهضتها من هذا الوباء اللعين.

كتبه العبد الفقير إلى الله

عماد المهدي

إمام وخطيب بوزارة الأوقاف المصرية

الطالبية - الهرم - الجيزة

مارس ٢٠١٧



أولاً: الأدلة القرآنية على تحريم التدخين:

قال تعالى:

- ١- ((ولاتقوا بأيديكم إلى التهلكة)).
- ٢- ((كلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين)).
- ٣- ((إن المبذرين كانوا إخوان الشياطين وكان الشيطان لربه كفورا)).
- ٤- ((يحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث)).
- ٥- ((ولاتقتلوا أنفسكم)).
- ٦- ((سراييلهم من قطران)).
- ٧- ((ولاتقربوا الفواحش ما ظهر منها وما بطن)).
- ٨- ((والذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً وإثماً مبيناً)).
- ٩- ((ولا توتوا السفهاء أموالكم)).
- ١٠- ((ولاتأكلوا أموالكم بينكم بالباطل)).
- ١١- ((ليس لهم طعام إلا من ضريع لا يسمن ولا يغنى من جوع)).
- ١٢- ((كلوا مما في الأرض حلالاً طيباً)).
- ١٣- ((اليوم أحل لكم الطيبات)).
- ١٤- ((قل لا يستوى الخبيث والطيب ولو أعجبك كثرة الخبيث)).
- ١٥- ((كلوا من طيبات ما رزقناكم)).

ثانياً: الأدلة النبوية على تحريم التدخين:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

- ١- ((من قتل نفسه بشيء عذب به)).
- ٢- ((إن الله كره لكم ثلاثاً : قيل وقال وكثرة السؤال وإضاعة المال)).
- ٣- ((لاتزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع : منها ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه؟؟)).
- ٤- ((إن رجلاً يتخوضون في مال الله بغير حق فلهم النار يوم القيامة)).
- ٥- ((من أذى مسلماً فقد آذاني)).
- ٦- ((من أكل ثوماً أو بصلاً فليعتزل مجلسنا)).
- ٧- ((من ملك زادا وراحلة ولم يحج فلا عليه أن يموت يهودياً أو نصرانياً)).

ثالثا: الأدلة العقلية على تحريم التدخين:

أرجوك أخی المدخن أن تجيبني على هذه الأسئلة لتتأكد بنفسك من حرمة التدخين:

- ١- هل أنت رجل أم طفل ؟ ستقول : رجل طبعاً، وأنا أسألك : هل الرجل يترك سيجارة صغيرة تتحكم فيه؟
- ٢- هل أنت عبد لله أم عبد للسيجارة ؟ ستقول عبدا لله طبعاً، وأنا أسألك إن الفجر يؤذن ولا تقوم من نومك وتقوم مسرعاً من نومك لشرب سيجارة أو تنزل من بيتك في منتصف الليل أو الفجر لشراء سيجارة .
- ٣- هل يفرق أن تشرب السيجارة باليمين أو بالشمال هل هناك طعام أو شراب تتناوله بيمينك؟؟
- ٤- لو أمسك طفلك بسيجارة هل ستتركه أم ستنهره؟؟
- ٥- لو أن أحدا أشعل النار في عشرة جنيهاً ولا أقول مائة ماذا ستقول عنه : عاقل أم مجنون، فما بالك وأنت تشعل النار في آلاف الأموال وفي جسدك وقلبك وعقلك وكبدك وولديك؟؟؟
- ٦- لو أنك تشرب علبتين يومياً وقررت أن تشرب واحدة وتتصدق بثمان واحدة فأيهما أبقى وأنفع لك؟؟؟
- ٧- لو في الشارع مائة مدخن ومائة فقير فتصدق المدخنون على الفقراء بثمان السجائر فهل سنجد مسكيناً أو فقيراً واحداً في أي شارع؟؟؟
- ٨- نهى الله في كتابه العزيز عن الإسراف في الطعام والشراب وهما حلال وشبهه من يبذر بأنه من إخوان الشياطين فما بالناس بالإسراف في التدخين وهو حرام؟؟؟؟؟؟؟؟
- ٩- هل يوجد طعام أو شراب تدهسه بقدمك بعد الانتهاء منه مثل دهسك للسيجارة؟؟؟؟؟؟
- ١٠- هل يوجد طعام أو شراب تتناوله في دورة المياه مثل السجائر؟؟؟؟
- ١١- إن مفتي الجمهورية الأسبق نصر فريد واصل أفتى بأن السجائر حرام بل هي أشد حرمة من الخمر لأن شارب الخمر يؤدي نفسه فقط وشارب السجائر يؤدي نفسه وغيره .

وقد ذكرنا أن الله قال ((إن الذين يؤذون المؤمنين والمؤمنات بغير ما اكتسبوا فقد احتملوا بهتاناً وإثماً مبيناً)) فهل ستشتريها بعد الأآآآآآ؟؟؟؟؟

١٢- إذا كان رسول الله نهى عن البصل والثوم قبل حضور المجالس والصلاة لأن الملائكة تتأذى من رائحتها فما بالناس بالسجائر وهي حرام؟؟

١٣- نحن نرجوا القبول من الله في كل أعمالنا لاسيما في الصلاة فكيف تقف أمام ربك ويخرج من فمك هذه الروائح الكريهة؟؟؟؟؟

١٤- ذكرنا حديث النبي ﷺ: ((لاتزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: منها ماله من أين اكتسبه وفيم أنفقه؟؟)) فماذا ستقول لربك عن هذه الآلاف التي أنفقتها على التدخين؟؟؟؟؟

١٥- ذكرنا حديث رسول الله ﷺ: ((من ملك زادا وراحلة ولم يحج فلا عليه أن يموت يهوديا أو نصرانيا)) ستقول لا تملك أقول لك: لقد أنفقت على التدخين شهريا ٦٠٠ ج وسنوياً ٧٢٠٠ ج وفي عشرين سنة تدخين فقط ١٤٤ ألف جنيه تعمل بهم بدل الحجة اثنتين وبدل العمرة عشر عمرات؟؟؟؟؟؟؟؟

١٦- إن لى صديقا كان يدخن ومن الله عليه بترك هذا الوباء اللعين فادخر ثمن السجائر فى عام واحد فذهب للعمرة نهاية العام فأيهما أولى العمرة أم السجائر؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟؟



رابعاً أقوال العلماء عن التدخين:

لأجل ذلك قام العديد من العلماء والمجالس العلمية في مختلف بقاع العالم الإسلامي بإصدار فتاوى تبين حكم الشرع في هذه الآفة. وإنه ليسعدني أن أقدم لكم هنا باقة من أقوال العلماء في شأن التدخين مع بيان حججهم وأدلتهم

(أ) فتوى الشيخ محمد بن صالح العثيمين رحمه الله:

حكم شرب الدخان :

السؤال: أرجو من سماحتكم بيان حكم شرب الدخان والشيشة مع ذكر الأدلة على ذلك؟

الجواب: شرب الدخان محرم وكذلك الشيشة والدليل على ذلك قوله تعالى (ولا تقتلوا أنفسكم إن الله كان بكم رحيماً) وقوله تعالى (ولا تلقوا بأيديكم إلى التهلكة) وقد ثبت في الطب أن تناول هذه الأشياء مضر، وإذا كان مضرًا كان حراماً ودليل آخر قوله تعالى (ولا توتوا السفهاء أموالكم التي جعل الله لكم قياماً) فهي عن إتيان السفهاء أموالنا لأنهم يبذرونها ويفسدونها ولا ريب أن بذل الأموال في شراء الدخان والشيشة تبذير وإفساد لها فيكون منهيًا عنه دلالة هذه الآية ومن السنة أن رسول الله ﷺ نهى عن إضاعة المال ولأن النبي ﷺ قال (لا ضرر ولا ضرار) وتناول هذه الأشياء موجب للضرر ولأن هذه الأشياء توجب للإنسان أن يتعلق بها فإذا فقدها ضاق صدره وضافت عليه الدنيا فأدخل على نفسه أشياء هو في غنى عنها.

وقال الشيخ جعفر احمد الطلحاوي:

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد، أن شرب الدخان فإنه يضر بالمال والصحة والخلق والدين والمجتمع، والقاعدة لا ضرر ولا ضرار، وأن كل ما أدى إلى ضرر كان محرماً إذ الحل والحرمة مبنيان في الشرع على النفع والضرر فما أحل الله إلا ما كان نافعاً طيباً، وما حرم إلا ما كان ضاراً خبيثاً، ومما لا يجادل فيه اثنان خبث ونتن الرائحة المنبعثة من فم المدخن وفي القرآن يقول تعالى: {يحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث} وقد حضر أحدهم محتضراً فعند خروج الروح ومعاناة سكرات الموت انبعثت من المحتضر رائحة أخبت ما تكون وليس من رأى كمن سمع، فمن استشعر ذلك أزه أزا للإقلاع عن التدخين توفيراً لماله واحتفاظاً بصحته وتهذيباً لخلقه وصيانة لدينه

وحرصا على الموقف القدوة في المجتمع إذ يرى بعض الشباب لقصر النظر وضحالة الفهم أن التدخين من معالم الرجولة فيقلدون من يرون من الكبار في التدخين، فيحمل المدخن وزره ووزر من قلده في ذلك " من سن سنة سيئة فعليه وزرها ووزر من عمل بها إلى يوم القيامة من غير أن ينقص ذلك من أوزارهم شيئا" والمدخن عندما يثور ويغضب يلجأ إلى التدخين يظن أنه بذلك ينفس عن نفسه، وليس الأمر هكذا فإن السنة أن من غضب عليه أن يتوضأ فإن الغضب من الشيطان وإن الشيطان خلق من النار وإنما تطفأ النار بالماء ، لهذا كله وغيره نرى حرمة التدخين، والله أعلم.

وقد ذهب إلى القول بتحريم شرب الدخان:

من الحنفية: الشيخ الشرنبلالي ، والمسيري ، وصاحب الدر المنقى ، واستظهر ابن عابدين أنه مكروه تحريماً عند الشيخ عبد الرحمن العمادي . وقال بتحريمه من المالكية: سالم السنهوري ، وإبراهيم اللقاني ، ومحمد بن عبد الكريم الفكون ، وخالد بن أحمد ، وابن حمدون وغيرهم . ومن الشافعية: نجم الدين الغزي ، والقليوبي ، وابن علان ، وغيرهم . ومن الحنابلة الشيخ أحمد البهوتي ، وبعض العلماء النجديين . ومن هؤلاء جميعاً من ألف في تحريمه كاللقاني والقليوبي ومحمد بن عبد الكريم الفكون ، وابن علان .

واستدل القائلون بالحرمة بما يأتي:

١ - أن الدخان يسكر في ابتداء تعاطيه إسكاراً سريعاً بغيبة تامة ، ثم لا يزال في كل مرة ينقص شيئاً فشيئاً حتى يطول الأمد جداً ، فيصير لا يحس به ، لكنه يجد نشوة وطرباً أحسن عنده من السكر . أو أن المراد بالإسكار : مطلق المغطي للعقل وإن لم يكن معه الشدة المطربة ، ولا ريب أنها حاصلة لمن يتعاطاه أول مرة . وهو على هذا يكون نجساً ، ويحد شاربهُ ، ويحرم منه القليل والكثير .

٢ - إن قيل : إنه لا يسكر ، فهو يحدث تفتيراً وخدراً لشاربه ، فيشارك أولية الخمر في نشوته ، وقد قالت أم سلمة رضي الله تعالى عنها : { نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن كل مسكر ومفتّر } قال العلماء : المفتّر : ما يحدث الفتور والخدرة في الأطراف وصيرورتها إلى وهن وانكسار ، ويكفي حديث أم سلمة حجة ، ودليلاً على تحريمه . ولكنه على هذا لا يكون نجساً ولا يحد شاربهُ ، ويحرم القليل منه كالكثير خشية الوقوع في التأثير ، إذ الغالب وقوعه

بِأَدْنَى شَيْءٍ مِنْهَا ، وَحِظْ الْعُقُولِ مِنَ الْكُلِّيَّاتِ الْخَمْسِ الْمُجْمَعِ عَلَيْهَا عِنْدَ أَهْلِ الْمَلِّ .

٣- أَنَّهُ يَتَرْتَّبُ عَلَى شُرْبِهِ الضَّرَرُ فِي الْبَدَنِ وَالْعَقْلِ وَالْمَالِ ، فَهُوَ يُفْسِدُ الْقَلْبَ ، وَيُضْعِفُ الْقُوَى ، وَيَغَيِّرُ اللَّوْنَ بِالصَّفْرَةِ ، وَيَتَوَلَّدُ مِنْ تَكَاثُرِ دُخَانِهِ فِي الْجَوْفِ الْأَمْرَاضُ وَالْعَلَلُ ، كَالسَّعَالِ الْمُؤَدِّي لِمَرَضِ السُّلِّ ، وَتَكَرُّرُهُ يُسَوِّدُ مَا يَتَعَلَّقُ بِهِ ، وَتَتَوَلَّدُ مِنْهُ الْحَرَارَةُ ، فَتَكُونُ دَاءً مُزْمِنًا مُهْلِكًا ، فَيَشْمَلُهُ قَوْلُهُ تَعَالَى : { وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ } وَهُوَ يَسُدُّ مَجَارِيَ الْعُرُوقِ ، فَيَتَعَطَّلُ وَصُورُ الْغِذَاءِ مِنْهَا إِلَى أَعْمَاقِ الْبَدَنِ ، فَيَمُوتُ مُسْتَعْمَلُهُ فَجَاءَةً . ثُمَّ قَالُوا : وَالْأَطِبَّاءُ مُجْمِعُونَ عَلَى أَنَّهُ مُضِرٌّ ، قَالَ الشَّيْخُ عَلِيُّشٌ : أَخْبَرَ بَعْضُ مُخَالِطِي الْإِنْكَلِيزِ أَنَّهُمْ مَا جَلَبُوا الدُّخَانَ لِبِلَادِ الْإِسْلَامِ إِلَّا بَعْدَ إِجْمَاعِ أَطِبَّائِهِمْ عَلَى مَنَعِهِمْ مِنْ مَلَاذِمَتِهِ ، وَأَمْرِهِمْ بِالِاقْتِصَارِ عَلَى الْيَسِيرِ الَّذِي لَا يَضُرُّ ، لِتَشْرِيحِهِمْ رَجُلًا مَاتَ بِاخْتِرَاقِ كَبِدِهِ وَهُوَ مُلَاذِمُهُ ، فَوَجَدُوهُ سَارِيًّا فِي عُرُوقِهِ وَعَصَبِهِ ، وَمُسَوِّدًا مَخَّ عِظَامِهِ ، وَقَلْبَهُ مِثْلَ إِسْفَنْجَةٍ يَابِسَةٍ ، فَمَنَعُوهُمْ مِنْ مُدَاوَمَتِهِ ، وَأَمَرُوهُمْ بِبَيْعِهِ لِلْمُسْلِمِينَ لِإِضْرَارِهِمْ .

. . قَالَ الشَّيْخُ عَلِيُّشٌ : فَلَوْ لَمْ يَكُنْ فِيهِ إِلَّا هَذَا لَكَانَ بَاعِثًا لِلْعَقْلِ عَلَى اجْتِنَابِهِ ، وَقَدْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : { الْحَلَالُ بَيْنَ وَالْحَرَامِ بَيْنَ ، وَبَيْنَهُمَا مُشْتَبِهَاتٌ لَا يَعْلَمُهُنَّ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، فَمَنْ اتَّقَى الشُّبُهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعَرْضِهِ ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وَقَعَ فِي الْحَرَامِ ، كَالرَّاعِي يَزْعَى حَوْلَ الْحِمَى يُوشِكُ أَنْ يَرْتَعَ فِيهِ } . هَذَا وَفِي الْمَرَاجِعِ الْحَدِيثَةِ مَا يُثَبِّتُ ضَرَرَ التَّدخينِ . ٤- فِي التَّدخينِ إِسْرَافٌ وَتَبْذِيرٌ وَضِيَاعٌ لِلْمَالِ ، قَالَ الشَّيْخُ عَلِيُّشٌ : لَوْ سئِلَ الْفُقَهَاءُ - الَّذِينَ قَالُوا : السَّفَهُ الْمَوْجِبُ لِلْحَجْرِ تَبْذِيرُ الْمَالِ فِي اللَّذَاتِ وَالشَّهَوَاتِ - عَنْ مُلَاذِمِ اسْتِعْمَالِ الدُّخَانِ ، لَمَّا تَوَقَّفُوا فِي وُجُوبِ الْحَجْرِ عَلَيْهِ وَسَفَهُهِ ، وَانظُرْ إِلَى مَا يَتَرْتَّبُ عَلَيْهِ إِضَاعَةُ الْأَمْوَالِ فِيهِ مِنَ التَّضْيِيقِ عَلَى الْفُقَرَاءِ وَالْمَسَاكِينِ ، وَحِرْمَانِهِمْ مِنَ الصَّدَقَةِ عَلَيْهِمْ بِشَيْءٍ مِمَّا أَفْسَدَهُ الدُّخَانُ عَلَى الْمُتَرَفِّهِينَ بِهِ ، وَسَمَاحَةِ أَنْفُسِهِمْ بِدَفْعِهَا لِلْكَفَّارِ الْمُحَارِبِينَ أَعْدَاءِ !!!!!!!!!!!

إذا كان من حقاك أن
تدخن فمن حقي أن
أستنشق هواء نقياً



خامسا : إحصائيات عن التدخين:

- يؤخذ من نبات التبغ، وهو من العائلة الباذنجانية ، يمتاز بأوراقه الكبيرة وأزهاره الصفراء.

- لم يعرف المسلمون الأوائل هذا النبات، إنما اكتشف بعد عدة قرون.
- يستعمله الناس مضغاً أو استنشاقاً بالأنف بعد سحقه (السعوط) أو امتصاصه على شكل سيجار أو في الغليون أو النرجيلة أو الجوزة، أو على شكل حقن شرجية بعد نقعه ظناً منهم أنه ينفع في علاج أمراض الجهاز الهضمي.

مكونات دخان السجارة :

يحتوي دخان السجارة على أكثر من أربعة آلاف مركب، ثم عزل كثير منها، وأشهر هذه المركبات: النيكوتين، القطران، أول أكسيد الكربون، الكاديوم، الراديوم، الرصاص، البولونيوم... وغيرها الكثير.
وهذه باختصار سموم خطيرة على جسم الكائن الحي.

المضار :

ورد في مقال نشر في مجلة هكساجون عدد ٦ سنة ١٩٧٨ : " إن شركات التبغ تنتج سيجارتين يومياً لكل إنسان على ظهر الأرض، ولو أخذت كمية النيكوتين الموجودة في السيجارتين دفعة واحدة لاستطاعت السجائر أن تبديد البشرية بأكملها في ساعات ".
ويقول تقرير الجمعية الملكية البريطانية للأطباء لعام ١٩٧٧ : " إن كمية النيكوتين الموجودة في سيجارة واحدة كفيلة بقتل إنسان في أوج صحته لو أعطيت له هذه الكمية من النيكوتين بواسطة إبرة في الوريد ".

هذه بعض مخاطر ومضار التدخين الصحية والاجتماعية:

١- تسبب أنواع السرطان المختلفة في جسم الإنسان ، الالتهابات الحادة المختلفة كسرطان الرئة وسرطان الحنجرة، تأثيره الخطير على الدم، على القلب، على الجهاز العصبي، على الحواس، على الجهاز الهضمي، على الجهاز البولي، على الإنجاب، على الأجنة والأطفال.

٢- ضرره البالغ على المحيطين بالمدخن، وهو ظلم وعدوان، حتى سنت قوانين تمنع التدخين في الأماكن العامة والمغلقة كالقانون رقم ٤ لسنة ١٩٩٤م.

٣- إسراف وتبذير شخصي وعالمي، فتضيع الأموال في الضرر، ولو استخدمت هذه الأموال في النافع لكانت النتائج الإيجابية العظيمة على مستوى الفرد والمجتمع.

٤- تلوث البيئة، والروائح الكريهة المنبعثة في الجو ومن فم المدخن أسوأ من البصل والثوم.

٥- سبب في بعض الحوادث والحرائق وتلف الأمتعة.

٦- الدخان أول طريق المخدرات عادة وهو يورث الإدمان.

٧- عادة سيئة ومضیعة للوقت، ويكون أقبح إن كان من المرأة والمسلم الملتزم والداعية والطبيب والمعلم ورب الأسرة... ومن كان قدوة في المجتمع.

٨- المضار النفسية من سرعة الغضب وعدم الصبر وكم سقط مدخنون في حبائل العمالة لما حرم من الدخان في السجن.

٩- الدخان من الخبائث، والخبث تنفر منه الطباع السليمة.

الأرقام تتحدث عن الأضرار:

١- أثبتت الدراسات أن ١٧ ٪ من المصريين، حوالي ١٤ مليون شخص،

يدخنون السجائر في حين ٤ ٪ يشربون "الشيشة" ويستهلك ٣ ٪ منهم التبغ

الممضوغ، وتصل التكلفة الاقتصادية للتدخين إلى ٦ ٪ تقريباً من متوسط الدخل

الشهري للأسرة المصرية، ويصل متوسط الإنفاق الشهري للمدخنين على

السجائر حوالي ١١٠ جنيهات وهو ما يعادل ١٣٢٠ جنيهاً في العام ليصل حجم

الإنفاق السنوي على التدخين إلى ١٨ مليار جنيه تقريباً .

وتحدث ١٧٠ ألف حالة وفاة سنوياً بسبب التدخين في مصر، ويبلغ حجم

الإنفاق السنوي لعلاج الأمراض المترتبة عليه حوالي ٣ مليارات جنيه هذا ما

أكده الدكتور عصام المغازي، رئيس جمعية مكافحة التدخين والدرن وأمراض

الصدر بالقاهرة، الذي أوضح أن تلك الدراسة والاحصائية صدرت عن الجهاز

المركزي للتعبئة والإحصاء.

وأشار إلى أن عدد المدخنين في العالم أكثر من ١.٣ مليار ووفقاً للمنظمة

الصحة العالمية " فإن التدخين يتسبب في مقتل أكثر من ٥,٤ مليون شخص في

جميع أنحاء العالم سنوياً.

وأوضح أن التدخين يعد السبب الأول للأمراض المميتة في العالم، حيث يساعد

على حدوث كمية كبيرة جداً من الأمراض الخطيرة، منها سرطان الرئة والفم

والحنجرة والمرئ والمرارة والبنكرياس كما يضاعف نسبة الإصابة والوفيات

بأمراض القلب.

كما أن الدخان المنتشر في الأماكن المغلقة يستنشقه كل الأشخاص الموجودين في تلك الأماكن، سواء كانوا من المدخنين أو من غيرهم، مما يعرضهم جميعاً لآثاره الضارة وهو ما يعرف بالتدخين السلبي، ولكل هذه الأسباب تحظر معظم دول العالم إعلانات التدخين المباشرة وغير المباشرة ويحظر القانون المصري الإعلان أو الترويج لإستعمال السجائر في جميع وسائل الإعلام. وتتفق دوائر صناعة الدخان في جميع أنحاء العالم تسعة مليارات دولار في كل عام على الإعلانات عن الدخان والترويج له ورعايته وتحاول هذه الشركات التحايل على قوانين حظر الإعلان بعدة طرق من أهمها رعاية الأحداث الرياضية والموسيقية وتنفيذ أنشطة تدعي بأن لشركات الدخان مسؤولية اجتماعية.

وأنا أضيف: نلاحظ أن هذا قبل أن تزداد أسعار السجائر الآن أكثر من الضعف. كما نلاحظ أن الدولة تتكلف أكثر من ١٠ مليار جنيه لعلاج المدخنين وإزالة آثاره المدمرة.

**- هذه الأضرار تكون في السيارة سواء استعمل المصفي أم لا، أما في النرجيلة فهي أكثر وأسوأ.
المفاجآت المذهلة :**

١- بعد أن كان متوسط سن التدخين في مصر ٢٥ عاما أصبح ١٨ عاما ، ويوجد ١٤ مليون مدخن وأكثر من ٤٠% منهم تحت ١٨ سنة ومنهم نصف مليون طالب على الأقل والأكثر غرابة أن منهم ٧٤ ألفا تحت سن ١٠ سنوات ...

٢- طفلة شغلت الرأي العام في إيطاليا بل في أوروبا كلها خاصة أن أمها كانت مدخنة وكذلك أبوها فولدت مشبعة بالتدخين وكانت لاتهدأ إلا عندما تشم السيارة وعندما وصلت إلى عامين زادت حالتها سوءا وكانت لاتهدأ إلا إذا مضغت السجائر وحاولت بلعها ولم يجدوا لها علاجاً حتى ماتت
٣- هل سمعتم عن التدخين السلبي حيث أن المدخن يتضرر ١٥% فقط ومن بجواره ٨٥% .

٤- ورد في أحد التقارير أنه بمجرد تسخين السيارة يحدث خمسة أشياء (يتغير اللعاب من قلوبى لحمضى فلا يهضم الطعام فتحدث قرحة المعدة ، وتزيد نبضات القلب من ١٠ إلى ١٥ نبضة زائدة فتسبب ضيق الشرايين ،



- وتتخفص درجة حرارة الدم فى الأطراف بسبب النيكوتين ، ويرتفع ضغط الدم ١٠ درجات مدة نصف ساعة ، شلل رعاش غير منظور فى اليدين).
- ٥-الرجال المدخنون الذين يعانون من ضغط الدم معرضون للإصابة بالعجز الجنسى ٢٦ مرة عن غير المدخنين ، والتدخين السلبي يمكن أن يضر بقدرة المرأة على الإنجاب بنسبة ١٤% إذا كان الزوج مدخنا ٢٠ سيجارة فى اليوم فقط!!!!!!
- ٦-تدخين الحوامل يشوه الجنين ونسبة الإصابة بتصلب الشرايين ٧ أضعاف الشخص العادى.
- ٧-حوادث الطرق من كل ألف ستة ، والتدخين يقتل من كل ألف ٢٥٠!!!!!!
- ٨-البعض يعتقد أن الشيشة أقل ضررا من السجائر وهذا خطأ كبير بل إن حجر الشيشة الواحد يساوى ٥٥ سيجارة .
- ٩-٩٠% من حالات الإصابة بسرطان الرئة بسبب التدخين والمواد المسرطنة فى التبغ ٤٣ مركبا والسيجارة الواحدة تقصر عمر الإنسان ١٨ دقيقة!!!
- ١٠- مع علبة السجائر يفقد المدخن ٣ ساعات و ٤٠ دقيقة من عمره وأن من يدخن ٢٠ سيجارة يوميا يفقد يوما من عمره كل أسبوع!!!!!!
- ١١- ٦٠٠ مادة كيميائية فى السيجارة الواحدة تستخدم فى صناعة الأصباغ ووقود الصواريخ والمنظفات!!!!!!
- ١٢- ضحايا الإيدز فى عشر سنوات مليون ونصف أما المدخنون أكثر من ٥ مليون يموتون سنويا!!!!!!

قال الشاعر على لسان سيجارة بعنوان (اعترافات سيجارة):

أنا علب ملونة وعندى الموت أشكال
فكم من أسرة حرمت وهان لأجلى المال
بجيبك لى مكانات ومن رئتيك أقتات
وكل من اقترب منى يقولون عنه قد مات
مقامى فى الشرايين كوسواس الشياطين
فحتم تلومونى وبالرئتين تفدونى
عدوى صاحب الصبر من يقوى على قهرى
نجا بالعزم والإيمان من بطشى ومن شرى
أنا وصديقتى الشيشة نعر صافى العيشة
ونجعل من له كيف كطير نتفوا ريشه

من أجمل المقالات من التدخين:

التدخين هو عملية يتم فيها حرق مادة، غالبًا ما تكون هذه المادة هي التبغ، حيث يتم تذوق الدخان أو استنشاقه. وتتم هذه العملية في المقام الأول باعتبارها ممارسة لترويح النفس عن طريق استخدام المخدر، حيث يصدر عن الاحتراق المادة الفعالة في المخدر، مثل ****وتين مما يجعلها متاحة للامتصاص من خلال الرئة وأحيانًا تتم هذه الممارسة كجزء من الطقوس الدينية لكي تحدث حالة من الغفوة والتنوير الروحي. وتعد السجائر هي أكثر الوسائل شيوعًا للتدخين في الوقت الراهن، سواء كانت السجارة منتجة صناعيًا أو ملفوفة يدويًا من التبغ السائب وورق لف السجائر. وهناك وسائل أخرى للتدخين تتمثل في الغليون، السيجار، الشيشة، والبونج "غليون مائي".

يعد التدخين من أكثر المظاهر شيوعًا لاستخدام المخدرات الترويحية. وفي الوقت الحاضر، يعد تدخين التبغ من أكثر أشكال التدخين شيوعًا حيث يمارسه أكثر من مليار شخص في معظم المجتمعات البشرية. وهناك أشكال أقل شيوعًا للتدخين مثل تدخين الحشيش والأفيون. وتعتبر معظم المخدرات التي تُدخن إدمانية. وتصنف بعض المواد على أنها مخدرات صلبة مثل الهيروين والكوكايين الصلب. وهي مواد ذات نسبة استخدام محدودة حيث أنها غير متوفرة تجاريًا.

اختلف طرق فهم التدخين عبر الزمن وتباينت من مكان إلى آخر، من حيث كونه مقدس أم فاحش، راقى أم مبتذل، دواء عام ترياق- أم خطر على الصحة. ففي الآونة الأخيرة وبشكل أساسي في دول الغرب الصناعية، برز التدخين باعتباره ممارسة سلبية بشكل حاسم. في الوقت الحاضر، أثبتت الدراسات الطبية أن التدخين يعد من العوامل الرئيسية المسببة للعديد من الأمراض مثل: سرطان الرئة، النوبات القلبية، ومن الممكن أن يتسبب أيضًا في حدوث عيوب خلقية. وقد أدت المخاطر الصحية المثبتة عن التدخين، إلى قيام الكثير من الدول بفرض ضرائب عالية على منتجات التبغ، بالإضافة إلى القيام بحملات سنوية ضد التدخين في محاولة للحد من تدخين التبغ.

يرجع تاريخ التدخين إلى عام ٥٠٠٠ قبل الميلاد، حيث وُجد في العديد من الثقافات المختلفة حول العالم. وقد لازم التدخين قديما الاحتفالات الدينية؛ مثل تقديم القرابين للآلهة، طقوس التطهير، أو لتمكين الشامان والكهنة من تغيير



عقولهم لأغراض التكهن والتنوير الروحي. جاء الاستكشاف والغزو الأوروبي
للأمريكتين، لينتشر تدخين التبغ في كل أنحاء العالم انتشاراً سريعاً. وفي
مناطق مثل الهند وجنوب الصحراء الكبرى بأفريقيا، اندمج تدخين التبغ مع
عمليات التدخين الشائعة في هذه الدول والتي يعد الحشيش أكثرها شيوعاً. أما
في أوروبا فقد قدم التدخين نشاطاً اجتماعياً جديداً وشكلاً من أشكال تعاطي
المخدرات لم يكن معروفاً من قبل.

ويقول الكاتب الصحفي الكبير في مقاله (أنت سيد قرارك):

• أنت سيد قرارك، فبكلمة منك تستطيع أن تخرج من هذا السجن اللعين، الذي
أصبحت فيه عبداً للسيجارة، وحقلاً خصباً لكل الكوارث والمصائب التي تفعلها
في صدرك، وضغطك، ومفاصلك، وأعصابك. (المدخنون نوعان: عنيد مصر
وراغب محتاج إلي معونة).

وأنا أعرف مدخنين معاندين يصرون على هذه العادة السيئة، وهناك مدخنون
يتمنون أن يأتي اليوم الذي يستطيعون فيه التخلص من السيجارة، ولكنهم في
حاجة إلي من يساعدهم، ويشجعهم، ويدلهم على هذه الوسيلة التي يحققون
بها أملهم. الإقلاع عن التدخين ليس مستحيلاً وهذا هو الدليل.
• وهؤلاء المدخنون يعتقدون أن الامتناع عن التدخين مستحيل، ولكننا نقول

لهم:

إن مئات الآلاف استطاعوا أن يفعلوا ما يحلمون بتحقيقه، وهو ما يعني أن
الامتناع عن التدخين قد يكون صعباً، لكنه ليس مستحيلاً.
والصعوبة الأولى في أن تتخذ القرار، وأن تبدأ بتنفيذه، وأن تصر على
التنفيذ.

والصعوبة الثانية أن تعرف أن أي متاعب تشعر بها في الأيام الأولى للامتناع
عن التدخين لا تقاس بحجم المكاسب الصحية والمادية والنفسية التي تحققها
إذا استطعت الصبر والتصميم

أثار التدخين وفوائد الابتعاد عنه:

و أنت في حاجة إلي أن تكره السيجارة ؟ أن تنظر إلي أصابعك إذا لم
تغسلها من أثار (النيكوتين)، وأن تتصور منظر رئتيك، وأن تحاول أن
تجري مائة متر فقط، وتسال نفسك: هل يمكن لشاب في سنك ألا يستطيع
ذلك؟! أن تستعيد شريط كل الذين عرفتهم، وكانوا يدخنون، وكيف رأيتهم

بعد ذلك في أسرة المرض فإذا لم يكن من أجلك فمن أجل أولادك وإذا لم يكن من أجل صحتك فمن أجل أموالك

ابدأ معنا، و امتنع عن السجارة - من بعد غد - أكتب شهادة ميلاد جديدة لحياة جديدة عنوانها: الصحة والنظافة والجمال، وأنت وحدك سيد قرارك.... ولن تكسب أي شيء إذا استهترت بدعوتنا، وأعطيتنا ظهرك، فلن نخسر نحن شيئاً، ولكنك أنت الذي ستخسر، إما إذا جئت معنا فسوف تكسب الكثير.

أخيراً كيف تتخلص من التدخين؟؟؟

- ١- الإرادة والعزيمة القوية.
- ٢- شرب كوب عصير جزر أو طماطم بعد الغداء يوميا لمدة شهر يقلل من آثار النيكوتين حتى لو ظلت تشربها .
- ٣- شرب نصف لتر لبن ناقة (أنثى الجمل) لمدة شهر ينهي آثار النيكوتين تماما.
- ٤- شرب الماء كثيرا والمسليات تلهي عن السجائر .

**اللهم هلا بلغت اللهم فاشهد
اللهم هلا بلغت اللهم فاشهد
اللهم هلا بلغت اللهم فاشهد**

نسأل الله العظيم رب العرش الكريم أن يخلص شبابنا من هذا

**الوباء اللعين آميين يارب العالمين
عماد حسني عبدالعليم محمد المهدي**

**إمام وخطيب بوزارة الأوقاف
مبتهل ومنشد بالإذاعة والتليفزيون**



10 من أضرار

التدخين على الرجال



الأثار السلبية للتدخين



أضرار التدخين على الجسم



٣٨ دليلاً نقلنا من القرآن والسنة وعقلية على حرمة السجائر!!!

ويقولون لو حلال بنشرها ولو حرام بنحرقها!!!!!!