

Volume 21, No. 1  June 2024

JOURNAL OF

Islam in Asia

A Refereed International Biannual Arabic – English Journal

INTERNATIONAL ISLAMIC UNIVERSITY MALAYSIA

إِنَّمَا
يُنشأ
الله
من
عبادته
العلماء



JOURNAL OF *Islam in Asia*

Volume 21, No. 1 June 2024

ISSN: 1823-0970 E-ISSN: 2289-8077

Journal of Islam in Asia

EDITOR-in-CHIEF

Abdul Salam @ Zulkifli B. Muhamad Shukri

EDITOR

Noor Azlan B. Mohd Noor

ASSOCIATE EDITOR

Homam Altabaa

COPY EDITOR

Nur Mashitah Wahidah Bt. Anuar

EDITORIAL COMMITTEE

LOCAL MEMBERS

Abdel Aziz Berghout (IIUM)
Muhammed Mumtaz Ali (IIUM)
Nadzrah Ahmad (IIUM)
Rahmah Bt. A. H. Osman (IIUM)
Saidatolakma Mohd Yunus (IIUM)
Thameem Ushama (IIUM)

INTERNATIONAL MEMBERS

Abdullah Khalil Al-Juburi (UAE)
Abu Bakr Rafique (Bangladesh)
Anis Ahmad (Pakistan)
Fikret Karcic (Bosnia)
Muhammad Al-Zuhayli (UAE)
Zafar Ishaque Ansari (Pakistan)

Articles submitted for publication in the *Journal of Islam in Asia* are subject to a process of peer review, in accordance with standard academic practice.

© 2024 by *International Islamic University Malaysia*

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, translated, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without prior written permission of the publisher.



E-ISSN: 2289-8077

Exploring the History of Islamic Revivalism in Modern Sri Lanka	206
Mohamed Arkam and Fatmir Shehu	
A Comparative Analysis of Shariah Stock Screening Methodology for Securities Commission Malaysia and Major International Shariah Index Providers	230
Mohd Fuad Md Sawari, Miszairi Sitiris and Muntaha Artalim Zaim	
Rethinking the Concept of <i>Al-Saadah</i> (Happiness) in Light of the Quranic <i>Istikhlaf</i> Framework	277
Hidayah Wan Ismail and Abdelaziz Berghout	
Error Analysis of English Writing in Final Year Projects in Malaysia: The Case of IIUM	306
Homam Altabaa and Norsyazwina Zulkifli	

أنماط الحياة الصحية لدى المسلمين الصينيين والطب الصيني التقليدي:
دراسة مقارنة من وجهة نظر إسلامية

**Patterns of Healthy Lifestyle among Chinese Muslims and
Traditional Chinese Medicine: A Comparative Study from An
Islamic Viewpoint**

**Corak Gaya Hidup Sihat dalam kalangan Cina Muslim dan
Perubatan Tradisional Cina: Kajian Perbandingan daripada Sudut
Pandangan Islam.**

لي جين هوي*، عبد الرحمن العثمان**

الملخص

تستولي الثقافة الصحية على الاهتمام الأكبر لدى كثير من الناس في عصرنا الحاضر، نظراً لمتطلبات الحياة الجديدة، حيث أضحى أسلوب الحياة الصحيّة ممّا يُروّج له، خاصّة المجتمع المسلم الذين هم أقل عرضة للإصابة بالعديد من الأمراض الحادثة في حياة الناس اليومية. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الأنماط الصحية لدى المسلمين الصينيين، والكشف عن مستوى الالتزام بالنمط الصحي عند المسلمين الصينيين، وانتهاءً بمقارنة مفاهيم الحياة الصحيّة الواردة في المصادر الإسلامية بمفاهيم الطب الصيني التقليدي. اتّبعَت الدراسة الحاليّة المنهج الوصفي التحليلي المقارن؛ حيث وصف الباحثان مفاهيم النظافة، والعادات الغذائية، والاهتمام بالصحة النفسية في ضوء إسلاميّة المعرفة، ومن ثمّ تحليل البيانات والمعلومات التي تم جمعها، وأخيراً مقارنة تلك التّحليلات المستنبطة من آيات القرآن الكريم والأحاديث النبوية الشّريفة بفلسفة الطب الصيني التقليدي بقصد تحقيق أهداف الدراسة المذكورة. توصل الباحثان إلى أن الأنماط الصحية لدى المسلمين الصينيين تتماشى مع التعاليم الإسلامية والعلم الحديث، كما يولي

* Main Author: Philosophy of Doctorate Candidate, Department of Language and Literacy Education, Faculty of Education, University of Malaya.

** Co-responding Author: Assistant Professor, Department of Arabic Language and Literature, AbdulHamid AbuSulayman Kulliyah of Islamic Revealed Knowledge and Human Sciences, International Islamic University Malaysia.

©International Islamic University Malaysia (IIUM)

Journal of Islam in Asia
June Issue, Vol. 21, No. 1. 2024
E-ISSN: 2289-8077

Article received: January 2024
Article accepted: March 2024
Publication date: 28 June 2024

DOI: <https://doi.org/10.31436/jia.v21i1.1205>

80 أنماط الحياة الصحية لدى المسلمين الصينيين والطب الصيني التقليدي: دراسة مقارنة من وجهة نظر إسلامية

المسلمون الصينيون أهمية كبيرة لأنماط الحياة الصحية الإسلامية بشكل صحيح، إذ إن أنماط الحياة الصحية التي تم التأكد منها في مفهوم الطب الصيني التقليدي تتوافق تمامًا مع التعاليم الإسلامية، الأمر يشجع على المزيد من البحوث والدراسات لاستكشاف الأنماط الحياتية الأخرى واتباعها. قدم الباحثان توصيات ومقترحات عدة من أجل توجيه الإنسان المعاصر إلى فهم القيم الصحية بشكل صحيح، والتي تتوافر بكثرة في المصادر الإسلامية، واستكشاف نمط الحياة الصحية من خلال الجمع بين نظرية الطب الصيني التقليدي ومفاهيم الحياة الصحية الواردة في المصادر الإسلامية.

الكلمات المفتاحية: أنماط الحياة الصحية، المسلمون الصينيون، المصادر الإسلامية، الطب الصيني

التقليدي.

Abstract

Health culture is of great interest to people today, due to the requirements of modern life. The healthy lifestyle that Islam promotes makes Muslim people less susceptible to contracting many modern diseases in their daily lives. This study aims to identify health patterns among Chinese Muslims and to detect their level of commitment to a healthy lifestyle. It compares the concepts of healthy living contained in Islamic sources with the concepts of traditional Chinese medicine. The study follows the descriptive analytical approach, where the researchers described the concept of hygiene, nutritional habits, and attention to mental health in light of Islamization of knowledge. The study relied on the analysis of the data and information collected and a comparison between the verses of the Holy Qur'an and the hadiths of the Prophet and the philosophy of traditional Chinese medicine. The researchers concluded that the health patterns of Chinese Muslims are consistent with Islamic teachings and modern science, as Chinese Muslims attach great importance to their healthy Islamic lifestyle. The healthy lifestyles emphasized in the concept of traditional Chinese medicine are fully consistent with Islamic teachings, and are worthy of modern people exploring and following them. The two researchers presented several recommendations and proposals in order to guide modern people to the correct understanding of the health values that they found in Islamic sources, and to explore the correct lifestyle by combining the theories of traditional Chinese medicine with the concepts of healthy living contained in Islamic sources.

Keywords: Health Patterns, Healthy Living, Chinese Muslims, Islamic Sources, Traditional Chinese Medicine.

Abstrak

Budaya gaya hidup sihat telah menarik perhatian masyarakat masa kini kerana keperluan gaya hidup moden. Amalan hidup sihat yang digalakkan oleh Islam menjadikan masyarakat Muslim kurang terdedah kepada pelbagai penyakit moden

dalam kehidupan seharian mereka. Kajian ini bertujuan mengenalpasti corak kesihatan dalam kalangan masyarakat Cina Muslim dan mengkaji tahap komitmen mereka dalam mengamalkan gaya hidup sihat. Kajian ini membandingkan konsep gaya hidup sihat yang terkandung dalam sumber-sumber Islam dengan konsep-konsep perubatan tradisional Cina. Kajian ini menggunakan kaedah analisis deskriptif, di mana penyelidik menjelaskan konsep-konsep seperti kebersihan, tabiat nutrisi dan kesihatan mental berdasarkan proses Islamisasi ilmu pengetahuan. Kajian ini bergantung kepada proses analisis data dan maklumat yang telah dikumpul dan perbandingan dengan ayat-ayat Al-Quran, hadis-hadis Nabawi dan falsafah perubatan tradisional Cina. Para penyelidik kajian ini telah membuat kesimpulan bahawa corak kesihatan masyarakat Cina Muslim adalah konsisten dengan ajaran Islam dan sains moden memandangkan mereka mementingkan kehidupan yang sihat berlandaskan Islam. Gaya hidup sihat yang ditekankan dalam perubatan tradisional Cina adalah selaras dengan ajaran Islam dan patut diterokai dan diikuti oleh masyarakat moden. Kedua-dua penyelidik mengutarakan beberapa cadangan sebagai panduan kepada masyarakat moden untuk membetulkan fahaman tentang nilai kesihatan berdasarkan maklumat yang telah ditemui di dalam sumber-sumber Islam serta menerokai gaya kehidupan yang betul dengan menggabungkan teori-teori perubatan tradisional Cina dengan konsep-konsep gaya hidup sihat yang terdapat dalam sumber-sumber Islam.

Kata Kunci: Corak Kesihatan, Kehidupan Sihat, Cina Muslim, Sumber-sumber Islam, Perubatan Tradisional Cina.

المقدمة

أنماط الحياة الصحية هي عبارة عن نظام حياة متكامل ومتوازن، يشتمل على مزيج من الأنشطة البدنية، والعقلية، والنفسية، والعاطفية، والروحية؛ التي تساهم في أن يجيا الفرد برضا، ورفاهية، وأفضل جودة ممكنة الحياة.

يبلغ عدد السكان المسلمين في بلاد الصين حوالي 20 مليوناً، ويعيش المسلمون في كل مقاطعة ومدينة ومنطقة ذاتية الحكم وبلدية تخضع مباشرة للحكومة المركزية. على مستوى الإنتاج والممارسة اليومية على المدى الطويل، قام المسلمون بدمج جوهر الحفاظ على الصحة للحضارة الإسلامية والحضارة الصينية التقليدية، وشكلوا تدريجياً ثقافتهم التقليدية الفريدة للحفاظ على الصحة.

إن دراسة الثقافة الصحية للمسلمين الصينيين توفر بعض القيمة المرجعية للتنمية الصحية الحديثة وعلوم المحافظة على الصحة، مما يفضي إلى الحد من الأمراض الناجمة عن أنماط الحياة غير الصحية الحديثة والوقاية منها، ولأجل تحسين الصحة العامة في كل البلاد. بناء على التحليل الأولي لدلالة الثقافة الصحية الإسلامية التقليدية؛ تتم مناقشة المحتويات الرئيسية والمغزى الواقعي للثقافة الصحية التقليدية من جوانب الثقافة الدينية والعادات القومية، وثقافة الصحة النفسية، وثقافة الصحة البدنية، حيث تُوجّه بأن تُحلّل العناصر المكونة لثقافة الصحة النفسية، وثقافة الصحة البدنية، وثقافة الصحة الشعبية؛ مما يوفر الإلهام لمزيد من البحث حول ثقافة الصحة التقليدية للمسلمين الصينيين.

الثقافة الصحية للأمة هي مجموعة من الأفكار والأساليب التوجيهية لتقوية الجسم المتراكم في بقاءه وتطوره، وهي تمر عبر تاريخ تكاثر الأمة، وتتكامل مع أيديولوجية الأمة، وإنتاجها، وعملها، وأسلوب حياتها.

واستناداً إلى تحليل أولي لدلالة الثقافة الصحية الإسلامية التقليدية، اكتشف هذا المقال المحتوى الرئيسي، والأهمية العملية للثقافة الصحية التقليدية من جوانب الثقافة الدينية، وفنون الدفاع عن النفس والعادات القومية، ويُعتقَد أنه من خلال دراسة الثقافة الصحية التقليدية الإسلامية؛ يمكن أن تتوفر لدينا إرشادات للرعاية الصحية الحديثة، وتوفر بعض القيمة المرجعية لتطوير علوم الصحة والصحة، مما يفضي إلى الحد من الأمراض الناجمة عن أنماط الحياة غير الصحية الحديثة، والوقاية منها، وبالتالي تحسين الصحة العامة.

على الرغم من أن الثقافة الصحية الإسلامية في الصين لها لون ديني معين، وتترافق مع المخالفات وللعادات القومية من القواعد والتعاليم الإسلامية، إلا أن تلك المخالفات والعادات الحياتية تتفق إلى حد ما مع نمط الحياة الصحي الذي يدعو إليه المجتمع الحديث.

يلعب المسلمون دوراً إيجابياً في صحتهم وإطالة عمرهم، حيث إن نمط الحياة ونموذج التفكير النفسي الذي ينظمه الإسلام يتماثل مع العلوم الصحية الحديثة في العديد من الجوانب؛ فالطريقة الإسلامية في الحفاظ على الصحة تعتمد على قوانين الطبيعة، فهي تؤكد على أسلوب

الحياة الصحية والعقلية الصحية، مع التركيز على النظافة الجسدية والعقلية، ويعد الفهم الصحيح لمبادئ الحفاظ على الصحة في الثقافة الإسلامية وتعزيزها جزءاً مهماً من توجيه الثقافة الدينية في المحافظة على الصحة للتكيف مع نمط الحياة الصحي والمتحضر الذي يدعو إليه المجتمع الحديث.

مشكلة البحث

في الصين، يعيش المسلمون في المناطق الريفية الشمالية الغربية بشكل رئيس، وضمن الرعاية الاجتماعية في هذه المناطق الإسلامية لم يكتمل بعد؛ نظراً لتقييده بمستويات التنمية الاقتصادية والثقافية، وتأثره بالعوامل التاريخية. كما أن الحالة التغذوية والظروف الطبية لأغلبية المسنين المسلمين في الريف أدنى بكثير من تلك التي يعيشها سكان المدن. ومع ذلك، تجدر الإشارة إلى أن الوضع الصحي للمسنين المسلمين في الصين ليس سيئاً، فمعدل الوفيات بين متوسطي العمر وكبار السن منخفض، ومعدل طول العمر مرتفع جداً. إن السبب وراء تمتع كبار السن المسلمين في بلد الصين بصحة جيدة وطول العمر؛ لا يتعلق فقط بمشاركتهم في العمل الزراعي، وتربية الحيوانات، والإقامة الطويلة الأمد في المناطق الريفية ذات البيئة الطبيعية الأفضل؛ ولكن أيضاً الرعاية الصحية الإسلامية التقليدية التي تلعب أيضاً دوراً مهماً للغاية.

تعتمد ثقافة الصحة واللياقة البدنية الإسلامية الصينية على الثقافة الإسلامية، حيث تستوعب وتدمج أفكار الحفاظ على الصحة في الكونفوشيوسية والطاوية الصينية، ولها العديد من أوجه التشابه مع نمط الحياة الصحي الذي يدعو إليه المجتمع الحديث، إن تحتوي الثقافة الإسلامية التقليدية للحفاظ على الصحة؛ العديد من المفاهيم العلمية الحديثة للحفاظ على الصحة، وأسلوب الحياة الصحي الذي تروج له؛ يجعل الشعب المسلم أقل عرضة للإصابة بالعديد من الأمراض الحديثة في حياتهم اليومية، كذلك الأساليب لا تزال لها أهمية مرجعية اليوم.

أسئلة البحث

وبناء على هذه المقدمات، فقد حدا بالباحثين إجراء هذه الدراسة عن أنماط الحياة الصحية لدى المسلمين الصينيين والطب الصيني التقليدي من وجهة نظر إسلامية المعرفة. فقد قام الباحثان بتحليل ما سبق وفق الأسئلة الآتية:

1. ما أنماط المحافظة على الصحة لدى المسلمين الصينيين؟
2. ما مستوى الالتزام بالنمط الصحي عند المسلمين الصينيين؟
3. ما أوجه التشابه بين مفاهيم الحياة الصحية الواردة في المصادر الإسلامية ومفاهيم الطب الصيني التقليدي؟

أهداف البحث

تهدف هذه الدراسة إلى: التعرف على الأنماط الصحية لدى المسلمين الصينيين، والكشف عن مستوى الالتزام بالنمط الصحي عند المسلمين الصينيين، ومقارنة مفاهيم الحياة الصحية الواردة في المصادر الإسلامية مع مفاهيم الطب الصيني التقليدي؛ حتى يتمكن المزيد من الناس من فهم الحياة اليومية، وكيفية الحفاظ على الصحة لدى مجتمع المسلم بشكل صحيح.

الدراسات السابقة

يحاول الباحثان إجراء هذه الدراسة على أساس الرجوع إلى الدراسات والبحوث السابقة، وكذلك الكتب والمؤلفات من العلماء الصينيين، فالمفروض أن تتفق تلك الدراسات مع أبواب مسائلها. مفهوم الطهارة والسلوك في حياة المسلم - أنموذجا قرية ليمينغ في مقاطعة لينغوو منطقة نينغشيا ذاتية الحكم لقومية هوي¹، مؤلفها يو يوان، يستكشف هذا

¹ انظر: 岳圆، يو يوان، 穆斯林生活中的洁净观念与行为-以宁夏灵武市黎明村为例 为 مفهوم الطهارة والسلوك في حياة المسلم - أنموذجا قرية ليمينغ في مقاطعة لينغوو منطقة نينغشيا ذاتية الحكم لقومية هوي، رسالة حصول على درجة الماجستير في كلية علم الاجتماع والأنثروبولوجيا، جامعة شيامن، 2015م

والتطور، وستشكّلان في النهاية ثقافة صحية فريدة من نوعها لقومية هوي في العصر الجديد، وتعزز بشكل موضوعي التنمية المفيدة لشعب قومية الهوي. بينما بحثنا تركزنا على مستوى التزام المسلمين الصينيين بأسلوب حياة صحي. ويأمل الباحثون في توسيع فهم الشعب الصيني للحياة الصحية الإسلامية، وإظهار من خلال المقارنة بين الاثنين أن الإسلام دين عالمي ويتمشى مع المفاهيم العلمية. تحقيق ودراسة حول الثقافة الغذائية الإسلامية وسلامة الأغذية الحلال⁴، لمؤلف قوه جين شين، ومن خلال تحليل البيانات، تمكن من فهم مدى وعي الطلاب الصينيين بالطعام الحلال، حيث كان بعضهم من المسلمين والبعض الآخر من غير المسلمين. من خلال هذه الدراسة، يمكن ملاحظة أنه باستثناء الطلاب الذين يؤمنون بالإسلام، ليس لدى الطلاب الآخرين فهم واضح لثقافة الطعام الإسلامي والطعام الحلال، والعديد من الناس لا يعرفون حتى ما هو الحلال. علاوة على ذلك، فإن معظم الناس لا يهتمون بسلامة الطعام الحلال، بل يهتمون فقط بمذاق الطعام. ولكن بالنسبة للطلاب المسلمين، فإن ما يهتمون به حقاً هو ما إذا كان الطعام الحلال آمناً وما إذا كان الطلاب من حولهم يستطيعون فهم المحرمات الغذائية الخاصة بهم. أما في المقالة "الخصائص المحرمة لثقافة الطعام الحلال في المنطقة الشمالية الغربية"⁵، مؤلفه يا قوه لين الذي بذل الجهد في محرمات المسلمين في أواني الأكل. لدى العائلات المسلمة في المنطقة الغربية بشكل عام أطقم شاي تستخدم خصيصاً للضيوف الأجانب، ومن المحرمات على الأجانب استخدام أطقم الشاي وأدوات المائدة الخاصة بهم، ومن المحرمات على الأجانب استخدام مغارفهم الخاصة لغرف الماء. ولا يتم عموماً إعاره أدوات تناول الطعام. وهي محرمة بشكل خاص على أي أواني ملوثة بلحم الخنزير (الزيت)، ثانياً، هناك محرمات سلوكية مستمدة من محرمات الطعام، فمثلاً يحرم

⁴ انظر: 高金申 قوا جين شين، 伊斯兰教饮食文化及清真食品安全调查研究، 4

ودراسة حول الثقافة الغذائية الإسلامية وسلامة الأغذية الحلال، مجلة الهندسة الغذائية، 2013م، العدد 4.

⁵ انظر: 严国林 قوه لين، 西北地区清真饮食文化的禁忌特色، الخصائص المحرمة لثقافة

الطعام الحلال في المنطقة الشمالية الغربية، مجلة جامعة تشينغهاي للقوميات (طبعة العلوم الاجتماعية)، 2009م، العدد 2.

على المسلمين أكل لحم الخنزير، لذلك لا يربي المسلمون الخنازير، لذلك لا يستخدمون منتجات من جلود الخنازير بشكل عام.

وفي الصحة وطول العمر والعادات الثقافية لقومية هوي⁶، لنوشا زيادة الغنية، وهذه الدراسة تناقشت العلاقة بين طول العمر ومفهوم النظافة بين قومية هوي من وجهة طول عمر شعب الهوي، يعتقد المؤلف أن المفهوم الفريد لقومية هوي للنظافة والنظافة هو الذي يدفع مسلمي الهوي إلى العيش لفترة أطول. يتضمن مفهوم النظافة على وجه التحديد الاهتمام بنظافة المنزل، ونظافة الملابس، والعناية بالصحة البدنية للرضع والأطفال الصغار، وإجراءات الاستحمام الصارمة وعادة الاستحمام المتكرر. وتشكيل وتطوير مفهوم الغذاء لقومية هوي⁷، من تأليف دو تشيان وين، وتكشف هذه المقالة تكوين وتطور المفاهيم الغذائية لقومية هوي من منهج تاريخي. يرتبط تكوين المفهوم الغذائي لقومية هوي ارتباطاً وثيقاً بأصلهم القومي ومعتقداتهم الدينية. يتكون قومية هوي أساساً من الفرس والعرب الذين هاجروا في القرن الثالث عشر. وعلى المدى الطويل، استوعبت شعوب الهان والمنغوليين والأويغور، وتشكلت المكونات الاستوائية تدريجياً. من المعتقد بشكل عام أن الإسلام قد تم جلبه لأول مرة إلى الصين عن طريق البحر عن طريق التجار المسلمين العرب والفرس في منتصف القرن السابع (أوائل أسرة تانغ). لقد جلبوا معهم منتجات بلادهم والإسلام الناشئ حديثاً، بالإضافة إلى العادات الغذائية الفريدة والمحرمات الغذائية للمسلمين. المحرمات الغذائية لمسلمي الهوي تأتي من أحكام الشريعة الإسلامية وهي جزء من الواجبات الدينية والحسنات الدينية للمسلمين. لذلك، ترتبط مفاهيم الطعام لدى مسلمي الهوي ارتباطاً وثيقاً بالإسلام.

⁶ انظر: 马尚林 马尚林، 回族健康长寿与文化习俗، الصحة وطول العمر والعادات الثقافية لقومية هوي، مجلة جامعة الجنوب الغربي للقومييات (طبعة الفلسفة والعلوم الاجتماعية)، م1993، العدد2.

⁷ انظر: 杜倩文 杜倩文، 回族饮食观的形成和发展، تشكيل وتطوير مفهوم الغذاء لقومية هوي، مجلة دراسات القومييات، م1999، العدد2.

هذه الدراسات أعلاه توضح أن أبحاث العلماء حول مفاهيم النظافة لدى القومية هوي تركز بشكل أساسي على دراسة النظام الغذائي ونظافة الجسم. تستكشف الأبحاث المتعلقة بالنظام الغذائي بشكل أساسي مصدر ومحتوى مفهوم النظام الغذائي النظيف، بما في ذلك نظافة الطعام، ونظافة الأواني، ونظافة السلوك، ونظافة اللغة. وفيما يتعلق بطقوس تطهير الجسم، فإن التركيز الرئيسي ينصب على سلوكيات التطهير الطقسي الديني، ويركز نسيباً على دراسة الغسل والوضوء، وبدرجة أقل على مفهوم النظافة الذي ينعكس في السلوكيات الجنسية المحلية واليومية. هو عدم وجود نقاش بين الثقافة الإسلامية والطب الصيني التقليدي لدراسة أنماط الحياة الصحية، إلا أن القليل منهم يتحدثون عن تأثير العوامل غير الإسلامية على مفاهيم وسلوكيات شعب الهوي المتعلقة بالنظافة؛

منهج البحث

أتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الاستقرائي التحليلي، حيث يصف الباحثان مفهوم النظافة، والعادات الغذائية، والاهتمام بالصحة النفسية في ضوء إسلامية المعرفة، كما قام الباحثان بملاحظة على الكتب والمقالات العلمية وشتى أنواع المصادر والمراجع بما في ذلك ملاحظة المحرمات والعادات الحياتية الإسلامية تتفق مع نمط الحياة الصحي الذي يدعو إليه المجتمع الحديث. ثم يعتمد الباحثان إلى تحليل البيانات والمعلومات التي تم جمعها، ومقابلها بآيات القرآن الكريم والأحاديث النبوية مقارنة بفلسفة الطب الصيني التقليدي؛ لأجل تحقيق أهدافها.

مصطلح البحث

قومية "هوي": قومية هوي المسلمة تعيش في منطقة نينغشيا الذاتية الحكم؛ هي إحدى القوميات التي تتكون منها الصين، ويبلغ تعدادهم حوالي تسعة ملايين نسمة، ويرجع تاريخ قومية هوي في منطقة نينغشيا إلى أواخر عهد أسرة تانج الملكية الصينية.

المبحث الأول: الإطار النظري للدراسة

منذ أن ييصق الطفل عند ولادته حتى يلفظ أنفاسه الأخيرة عند الموت، تتسلل النقاء إلى حياة الإنسان. في حياة قومية الهوي، يُعتبر النقاء من الجسد إلى القلب عاملاً رئيسياً في تكوين الشخص. من خلال التكرار المستمر للحركات النظيفة وتناوب الطقوس النظيفة، وبشكل تدريجي، وضع شعب قومية الهوي نظاماً فريداً من التعرف الثقافي وآلية الإرث. تعتبر الثقافة القومية هوي ولدت من توليف الثقافة الإسلامية والثقافة الكونفوشية، لديها العديد من الخصائص المميزة التي تختلف عن غيرها من الثقافات، ومع ذلك، يمكن أن يستمر نقلها وتمديدها، وراء السطح تكمن طرق التوجيه المعقدة. بالنسبة للمجتمع الحديث، فإن هذا التعلم الناتج عن الحياة اليومية لديه قيمة استفادة في تطوير علم البيداغوجيا ويلعب دوراً دافعاً في الحوكمة الاجتماعية.

على سبيل المثال، يتعين على الفرد أداء الغسل والوضوء قبل أداء العبادة اليومية؛ حيث يتطلب الغسل بالماء النقي وفقاً للتعليمات، بينما يتعلق الوضوء بغسل أجزاء محددة بالماء النقي وفقاً للتعليمات. بالإضافة إلى ذلك، يشجعون على ارتداء ملابس نظيفة وبيضاء، ويطلبون أداء العبادة والحياة في أماكن نظيفة ومرتبّة. هذه العادات الصحية لها تأثير إيجابي لا يقتصر على الصحة البدنية فحسب، بل لها أيضاً دور في بناء الحضارة الروحية.

المطلب الأول: مفهوم النظافة في المصادر الإسلامية

(1) في القرآن الكريم:

(أ) قال تعالى: ﴿وَإِذْ جَعَلْنَا الْبَيْتَ مَثَابَةً لِّلنَّاسِ وَأَمْنَا وَاتَّخِذُوا مِن مَّقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلِّينَ وَعَهْدِنَا إِلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَنَّ طَهَّرَا بَيْتِي لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ﴾⁸.

⁸ سورة البقرة، الآية: 125.

(ب) قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾⁹.

(ج) قال تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾¹⁰.

(د) قال تعالى: ﴿لَا تَقُمْ فِيهِ أَبَدًا لِمَسْجِدٍ أُسِّسَ عَلَى التَّقْوَى مِنْ أَوَّلِ يَوْمٍ أَحَقُّ أَنْ تَقُومَ فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ﴾¹¹.

(هـ) قال تعالى: ﴿وَإِذْ بَوَّأْنَا لِإِبْرَاهِيمَ مَكَانَ الْبَيْتِ أَنْ لَا تُشْرِكْ بِي شَيْئًا وَطَهِّرْ بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْقَائِمِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ﴾¹².

(و) قال تعالى: ﴿وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَى وَأَقِمْنَ الصَّلَاةَ وَآتِينَ الزَّكَاةَ وَأَطِعْنَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا﴾¹³.

(2) في الأحاديث الشريفة

(أ) عن أبي مالك الحارث بن عاصم الأشعري رضي الله تعالى عنه أن النبي (ﷺ) قال: (الطهور شرط الإيمان.....) رواه مسلم¹⁴.

⁹ سورة البقرة، الآية: 222.

¹⁰ سورة التوبة، الآية: 103.

¹¹ سورة التوبة، الآية: 108.

¹² سورة الحج، الآية: 26.

¹³ سورة الأحزاب، الآية: 33.

¹⁴ ابن عثيمين، شرح الأربعين النووية للعثيمين، دار الفريا للنشر، ص220.

(ب) أَبِي سَعِيدِ الْخُدْرِيِّ، عَنِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَالَ: (الْعُسْلُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَاجِبٌ عَلَى كُلِّ مُحْتَلِمٍ) متفق عليه¹⁵.

(ج) أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: إِتَى سَمِعْتُ النَّبِيَّ (ﷺ) يَقُولُ: (إِنَّ أُمَّتِي يُدْعَوْنَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ غُرًّا مُحَجَّلِينَ مِنْ آثَارِ الْوُضُوءِ، فَمَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ أَنْ يُطِيلَ غُرَّتَهُ فَلْيَفْعَلْ)¹⁶.

(د) أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: لَقِيتُ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) وَأَنَا جُنْبٌ فَأَحَدَ يَدَيَّ، فَمَشَيْتُ مَعَهُ حَتَّى قَعَدَ، فَأَنْسَلْتُ مِنْهُ وَأَتَيْتُ الرَّحْلَ فَأَعْتَسَلْتُ، ثُمَّ جِئْتُ وَهُوَ قَاعِدٌ؛ فَقَالَ: أَيْنَ كُنْتَ يَا أَبَا هُرَيْرٍ فَقُلْتُ لَهُ، فَقَالَ: سُبْحَانَ اللَّهِ يَا أَبَا هُرَيْرٍ إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَا يَنْجُسُ¹⁷.

(هـ) وَعَنْ ابْنِ الْمَسِيْبِ سَمِعَ يَقُولُ: (إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ كَرِيمٌ يُحِبُّ الْكَرَمَ جَوَادٌ يُحِبُّ الْجُودَ فَنَظِّفُوا أَرَاهُ قَالَ: أَفْنَيْتُكُمْ وَلَا تَشَبَّهُوا بِالْيَهُودِ)¹⁸.

القومية هوي يتمسكون لفترة طويلة بمفهوم النظافة ويولون اهتماما خاصا بالنظافة. عبادة شعب الهوي هي جزء لا يتجزأ من حياتهم اليومية، وتظهر أيضا في تفاصيل النظافة والصحة. يفرض الشريعة على الناس عادات النظافة قبل أداء العبادة، وتأتي هذه العادات النظافة بشكل رئيسي تحت تأثير الثقافة الدينية الإسلامية، حيث يعتبرون أنه من خلال تنظيف الجسم وتطهير البيئة، يمكن تحقيق الهدف المثالي لتحقيق نقاء الروح والتخلص من الشر. ولا يقتصر الأمر على تحميل الروح وتجنب السلوكيات القبيحة، بل يلعب ذلك دورًا هامًا في تعزيز الصحة.

¹⁵ مظهر الدين الزيداني، المفاتيح في شرح المصابيح، دار النوادر (إصدارات إدارة الثقافة الإسلامية - وزارة الأوقاف الكويتية)، ط1، 1433هـ/2012م، ج1، ص453

¹⁶ محمد فؤاد عبد الباقي، اللؤلؤ والمرجان فيما اتفق عليه الشيخان، دار إحياء الكتب العربية - محمد الحلبي، ج1، ص59.

¹⁷ المرجع السابق، ص77.

¹⁸ الخطيب ولي الدين التبريزي، مشكاة المصابيح، تح: محمد ناصر الدين الألباني، المكتب الإسلامي - بيروت، ط3، 1985م، ج2، ص271.

المطلب الثاني: مفاهيم الغذائية في المصادر الإسلامية:

لدى الأمة الإسلامية الكثير من الخصوصيات والمحرمات فيما يتعلق بالنظافة الغذائية، وعلى الرغم من أن هذه المحرمات مستمدة من التعاليم الدينية وتستند في معظمها إلى الكتب المقدسة، إلا أن لها عمومًا غرضًا عمليًا هو الاهتمام بالنظافة وإفادة الصحة البدنية والعقلية. تتغلغل المحرمات الغذائية الإسلامية في جميع جوانب حياة المسلمين وأنشطتهم، ومع مرور الوقت، أصبحت جزءًا لا يتجزأ من الأخلاق والأخلاق، وتنظم سلوك الناس بشكل مباشر. يحرم الإسلام أكل الميتة والدم ولحم الخنزير والحيوانات المذبوحة بغير اسم الله، كما قال تعالى في الكتاب المبين: ﴿قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلٍ لِعَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾¹⁹. وبالإضافة إلى هذه العناصر الأربعة المحرمة بشدة، يحرم الإسلام أيضًا أكل الحيوانات ذات العادات الشرسة والأشكال الغريبة والقيحة، كما قال تعالى: ﴿وَيُحَلِّئُ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾²⁰، وفي رواية ابن عباس في صحيح مسلم (نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ كُلِّ ذِي نَابٍ مِنَ السَّبَاعِ وَعَنْ كُلِّ ذِي مِخْلَبٍ مِنَ الطَّيْرِ)²¹. وأكل كل الأطعمة التي يمكن أن تجعل الإنسان سكارى ويفقد عقله، كما يرى أن التدخين ليس جيدًا للعقل. هو سلوك سيئ وينتمي إلى الفئة المحظورة. وللتدخين تأثيره على قدرات ووظائف أعضاء الجسم، فآثاره الضارة كثيرة وخطيرة، فالتدخين يصيب الإنسان بالكثير من الأمراض المزمنة والسرطانات، فنسبة السرطان عند المدخنين هي ثمانية أمثال غير المدخنين، وقال تعالى: ﴿وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ

¹⁹ سورة الأنعام، الآية: 145.

²⁰ سورة الأعراف: الآية: 157.

²¹ كتاب صحيح مسلم، تحقيق: عبد الباقي - باب تحريم أكل كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير، ج3، ص1534.

أَلْمُحْسِنِينَ ﴿٢٢﴾، وفي الوقت نفسه، باعتبارها نوعًا من الثقافة المادية، فإن القيمة العملية الأكبر للثقافة الغذائية الإسلامية هي وظائفها الصحية والرعاية الصحية.

في المنطقة الشمالية الغربية حيث يعيش معظم المسلمين في الصين، يعد حظر الخمر صارمًا نسبيًا، بغض النظر عن النبيذ الأبيض أو النبيذ الأحمر أو البيرة، فلا يُسمح بالشرب، وحتى لو كان هناك ضيوف غير مسلمين، فإن المضيف عمومًا لا يحترم التبوغ والخمر، كما يحرم تقديم التبوغ والخمر كهدايا، كما قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾، بالإضافة إلى المحرمات الغذائية، فإن الإسلام أيضًا أمة تولي اهتمامًا كبيرًا بالنظافة، وخاصة النظافة الغذائية. يولي المسلمون من جميع المجموعات العرقية اهتمامًا خاصًا بمصادر الغذاء النظيفة، والمعالجة النظيفة، وعمليات النقل النظيفة، وطرق الأكل النظيفة. ويمكن القول أن "النظافة" هي الفكرة الأساسية لثقافة الطعام الحلال في المسلمين الصينيين.

إن الإسلام قد أمرنا بالمحافظة على الضروريات الخمس وهي الدين والنفس والمال والنسل والعقل، وأن المحافظة على الصحة البدنية قد دخلت ضمن هذه الضروريات ولو بوجه من الوجوه. وكذلك نجد أن القرآن يضع الوقاية الصحية البدنية كمنهج ويمنع المرض من أساسه، فهناك فرق بين الوقاية من المرض وبين العلاج للمرض. وكذلك فرض الله سبحانه وتعالى الصيام فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾²³، وله فوائد وقاية صحية لبدن الإنسان، فهو كما يقول العلماء: "هو إلى الطب الوقائي أقرب منه إلى الطب العلاجي".

²² سورة البقرة، الآية: 195.

²³ سورة البقرة، الآية: 183.

المطلب الثالث: الصحة النفسية في المصادر الإسلامية

فلسفة الحياة التي يروج لها الإسلام تعزز بشكل كبير الصحة النفسية للمسلمين. يعتبر الإسلام "دين الرعاية الثنائية"، حيث يسعى المسلمون لتحقيق السعادة في الدنيا والآخرة. تأثرت القاعدة العظيمة لحياة المسلمين بالإيمان الإسلامي والمفهوم الإسلامي للحياة، حيث يعيشون حياة لا يتناسبون فيها بين الانعزال عن العالم والتمتع بالسعادة الدنيوية، ويشددون أكثر على السعي وراء السعادة في الحياة الآخرة. يقضي المسلمون الكبار وقتهم في دراسة العلوم الدينية والمشاركة في الأعمال الضرورية والأعمال المنزلية، معظمهم يعمل لتحقيق السعادة في الحياة الآخرة من خلال التمرين الديني. يتجاوزون عادة الأمور الدنيوية ولا يطالبون بالكثير من الرغبات في الحياة، ويتعاملون مع الحياة بشكل هادئ ومتفائل في المرحلة العمرية الكبرى. يشكل ضبط النفس المستمر جزءًا من فلسفة الحياة الصحية للمسلمين. على سبيل المثال، لا يسمح لهم بالتحدث بسوء خلف ظهر الآخرين، ولا يُسمح بالغيرة أو الشك أو التجسس على خصوصية الآخرين. يعتبرون الحسد "نارًا تحرق كل شيء" ويحثون الناس على التغلب عليه قدر الإمكان. الغضب يضر الكبد وفقًا لنظريات الطب التقليدي الصيني، ولذا يُطلب من المسلمين السيطرة على الغضب، حيث يعتبرون ذلك علامة على القوة الشخصية. يوجه النبي محمد (ﷺ) المسلمين بضرورة التحكم في الغضب ويقدم لهم تعليمات حول كيفية التصرف عند الغضب، مثل الجلوس إذا كانوا واقفين والوقوف إذا كانوا جالسين، وإذا لم يستطيعوا كبح غضبهم، فيجب عليهم غسل أوجههم بالماء. و عن أبي هريرة أن رسول الله قال (ﷺ): (ليس الشديد بالصرعة؛ إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب). امتلاك ضبط الغضب له تأثير إيجابي على تطهير الروح. النجاح في التغلب على الغضب يضمن انسجامًا عاليًا بين العالم الداخلي والسلوك الخارجي، وهو مفقود بشكل كبير في حضارة الحديث.

(1) في القرآن الكريم:

(ز) قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾²⁴.

(ح) قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً * فَادْخُلِي فِي عِبَادِي * وادْخُلِي جَنَّتِي﴾²⁵.

(ط) قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾²⁶.

(ي) قال تعالى: ﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾²⁷.

(2) في الأحاديث الشريفة

(و) عن أنس، أن النبي (ﷺ) قال: (لَا تَبَاغَضُوا، وَلَا تَحَاسَدُوا، وَلَا تَدَابَرُوا وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا) متفق عليه²⁸.

(ز) عن أبي هريرة قال: قال رسول الله (ﷺ): (لأن يحتطب أحدكم حزمة على ظهره، خير من أن يسأل أحدًا فيعطيه أو يمنعه)²⁹.

(ح) عن أبي هريرة عن النبي (ﷺ) قال: (ليس الغنى عن كثرة العرض؛ ولكن الغنى غنى النفس)³⁰.

²⁴ سورة الرعد، الآية: 28.

²⁵ سورة الفجر، الآية: 27-30.

²⁶ سورة البقرة، الآية: 153.

²⁷ سورة الشرح، الآية: 5-6.

²⁸ ابن هبيرة، الإفصاح عن معاني الصحاح، تح: فؤاد عبد المنعم أحمد، دار الوطن 1417هـ، ج5، ص15.

²⁹ المرجع السابق، ج6، ص247.

³⁰ المرجع السابق، ج7، ص245.

المبحث الثاني: أنماط الحياة الصحية في الثقافة الصينية

المطلب الأول: مفهوم النظافة في الثقافة الصينية

الاستحمام في الصين له تاريخ طويل. يجب أن نبدأ الحديث عن الاستحمام من الغسل. في الفترة التجارية التي تعود إلى 3000 عام مضت، كانت هناك كلمات مثل (浴) نطقها "يو" بمعنى الاستحمام، و(沐) نطقها "مو" بمعنى الغسل، و(洗) نطقها "شي" بمعنى الغسيل في النقوش العظمية. بالطبع، تحمل هذه الكلمات معانٍ مختلفة. "يو" (浴) يعني استحمام الجسم الكامل؛ "مو" (沐) يعني غسل الوجه، و"شي" (洗) هو غسل اليدين والقدمين.

في العصور القديمة، كان الاستحمام ليس فقط للنظافة الشخصية والصحة، ولكن أيضًا كطقوس وأخلاقيات اجتماعية. على سبيل المثال، عندما يتعلق الأمر بلقاء الضيوف أو الذهاب للمحكمة، كان عليهم أن يستحموا أولاً ويجرقوا العود للتعبير عن التقدير والاحترام. يقول كتاب "لون يو"³¹ 《论语》: "كونفوشيوس كان يستحم ويتوجه إلى اللقاء"³². كونفوشيوس كان يروج لنظام حكومي يعتمد على الأخلاق، لذلك كان يلتزم بشدة بالتقاليد ويتنظف قبل لقاء الحكام أو القيام بطقوس العبادة.

"شان هاي جينغ"³³ 《山海经》 هو أقدم موسوعة في الصين، يُقال أنها كتبت في عهد يو الصيفي، وتحتوي أيضًا على طرق للاستحمام. في "سان هاي جينغ - فصل الجبال الشمالية"، يذكر استنشاق الأعشاب. "يمكن أن يشفى المرض". في "سان هاي

31 孔丘 كونفوشيوس، 论语译注، "تفسير لون يو" مفسران: يانغ بوه جون، يانغ فينغ بين (杨伯峻/杨逢彬)، دار يوي لو للنشر، 2009م، ص173.

32 النص الأصلي: "孔子沐浴而朝".

33 鹿憶鹿 لو يي لو، "五藏山经" - 以「五藏山经」为例，汪绂 《山海经》中的民俗医疗

الطب الشعبي في "شان هاي جينغ شين" لوانغ فو - "ووزانغ شان جينغ" نموذجًا، مجلة دان جيانغ الصينية، كلية اللغة الصينية في الجامعة دان جيانغ، العدد 44، 2021م، ص176.

المطلب الثاني: مفاهيم الغذائية في الطب الصيني التقليدي

الغذاء هو أهم شيء بالنسبة للناس، ويلعب الغذاء دورًا مهمًا جدًا في حياة الناس. النظام الغذائي هو أساس بقاء البشر والحيوانات الأخرى. إن الحيوانات ممتلئة وليس لديها أي مخاوف بشأن الغد، ولكن الناس مختلفون. فالناس على اختلاف مستويات لديهم عادات ووجهات نظر مختلفة بشأن وجهات النظر الغذائية، وأساليب تناول الطعام. تعد ثقافة الغذاء البشري جانبًا مهمًا من الثقافة الاجتماعية. ولذلك، فإن كل مجموعة قومية وكل أديان لها متطلبات غذائية ومحرمات مختلفة، والتي يمكن أن تعكس أيضًا الأيديولوجية والعادات والآداب والمعتقدات والحياة الثقافية للمجموعة القومية والدين، ويكون لها تأثير معين على مناطق أخرى من المجتمع.

كما هو الحال مع المجموعات القومية أو الأديان الأخرى، فإن الإسلام لديه أيضًا لوائحه الغذائية الخاصة وقد شكل ثقافة غذائية إسلامية فريدة من نوعها، ويولي المسلمون الذين يؤمنون بالإسلام اهتمامًا كبيرًا بالخيارات الغذائية ولديهم متطلبات غذائية صارمة للغاية، ومعظم خياراتهم الغذائية ذات صلة بالأحكام الشرعية من العقيدة الدينية.

الطب الصيني التقليدي هو نظام شامل للرعاية الصحية يمتد عبر آلاف السنين، وهو جزء أساسي من التراث الطبي والثقافي في الصين. يعتمد هذا النظام على مجموعة من المفاهيم والممارسات التي تهدف إلى تحقيق التوازن في الجسم والروح، والحفاظ على الصحة الشاملة. ويوجد في ماليزيا حوالي 3000 متجر للطب الصيني التقليدي، كما يوجد أكثر من 800 عضو في نقابة ممارسي الطب الصيني، وأغلبهم يفتحون متاجر ويقدمون العلاج الطبي، وأغلبهم صيدليات أجداد. لطالما اهتمت وزارة الصحة الماليزية كثيرًا بالطب الصيني التقليدي ودعمته. إن ثقافة الطعام الصيني التقليدي هي نتاج آلاف السنين من حكمة الأمة الصينية ونتيجة التراكم الثقافي للأمة الصينية، فهي تحتوي على عدد كبير من الأفكار الفلسفية للطب الصيني التقليدي، ويعتبر النظام الغذائي أحد الشروط الأساسية لبقاء جسم الإنسان، ولذلك هناك حكم والأمثال مفادها أن "الناس يعتمدون على الغذاء من أجل البقاء"، و"النظام

الجمع بينهما بشكل صحيح والجرعة مناسبة، فيمكنهما علاج الأمراض وإنقاذ الأرواح. لا يمكن استخدام التبغ وحده كدواء بشكل مباشر، فهو شديد السمية، وليس له تأثيرات الطب الصيني التقليدي مثل ترطيب الجفاف وفتح الأوردة المسدودة. أما بالنسبة للخمر، فيصفه علماء الطب الصيني التقليدي لي شي زن في "خلاصة المواد الطبية"⁴⁴ 《本草纲目》 «الخمر المشتعل هو سام ناتج عن الطاقة الشمسية النقية»⁴⁵، وقال أيضاً: "بعد شرب الخمر في الليل، يعني بعد أن يشرب ويشبع، ينام ويستند، حيث يتجمع الحرارة في الجسم معاً، مما قد يؤدي إلى إلحاق الأذى بالقلب والعين.

والصَّوْم بالمعنى الإمساك عن المفطرات من طلوع الفَجْرِ إلى غروب الشمس مع النية⁴⁶، ومع ذلك، يعتقد بعض الناس أن الصيام يتطلب تحمل الجوع، وبالتأكيد سيؤثر ذلك على صحة الجسم ونموه. ولكن يجهلون أنه لا يؤثر فقط على صحة الإنسان، بل يوفر العديد من الفوائد. يعتبر الطب الصيني أن "المرض يدخل من الفم" وأيضاً يعتبر أن "تقليل الطعام هو علاج للأمراض". وهذا يعني أن العديد من الأمراض تأتي من هذا الفم البشري، والتقليل من الطعام هو دواء فعال لعلاج الأمراض. من وجهة نظر على محافظة الصحة، يمكن تفسير شهر رمضان بأنه يوجد فاصل زمني يقدر بحوالي خمس عشرة إلى ست عشرة ساعة بين السحور والفطور. يتيح ذلك للجهاز الهضمي الذي يتحمل عادة الضغط الوقت الكافي للراحة، وفي الوقت نفسه يمكن تصفية البكتيريا الضارة من الجهاز الهضمي بفعالية. تحمل هذه العادة الطويلة للصيام المنتظم ذات توقيت طويل القدرة على تغيير العادات الغذائية الضارة للإنسان،

⁴⁴ 李时珍 李时珍 李时珍، 《本草纲目》 خلاصة المواد الطبية، دار النشر الطبية الشعبية - بكين، 1982م، ص1567.

⁴⁵ النص الأصلي: "烧酒，纯阳毒物也".

⁴⁶ عبد الكريم الخضير، شرح زاد المستقنع الحجاوي، الشارح: عبد الكريم بن عبد الله بن عبد الرحمن بن حمد الخضير دروس مفرغة من موقع الشيخ الخضير، ج1، ص3.

الرغبات الشهوانية والابتذال في الاستمتاع، كما يعارضون التقييد القسري وإكمال الأمور الإنسانية. هذا يضمن الحفاظ على صحة الجسم وتلبية الاحتياجات الفسيولوجية، مع الاستمتاع بالطعام اللذيذ، وهو جانب من جوانب تنظيم الإيمان الإسلامي وأيضاً جزء من الأسلوب الغذائي الصحي في الحضارة الإسلامية.

المطلب الثالث: الصحة النفسية في الطب الصيني التقليدي

"الطب الصيني الكلاسيكي" يعرف الإنسان الصحي بـ "الإنسان المتوازن"⁴⁸. يُطلق مصطلح "التوازن" على الشخص الصحي بمعنى "توازن الشكل والطاقة"⁴⁹. الشكل والطاقة هما ملخص عالي المستوى للكائن الحي في الطب الصيني الكلاسيكي، حيث يشير الشكل إلى الجسم ذو الشكل الملموس، ويمكن اعتباره مرادفاً للهيكل في الطب الحديث. يشترك مفهوم الطاقة مع وظائف الطب الحديث، ولكنه يحمل مغزى أعمق من الوظائف.

في "الطب الصيني الكلاسيكي" يُسجل أيضاً⁵⁰: "كان لدي الناس تنظيم في تناول الطعام والشراب، ونظام منتظم في النوم والاستيقاظ، ولا ينسى أداء الأعمال. لذلك، كان قادراً على الحفاظ على توازن بين الشكل والروح، وكان قادراً على العيش لمدة مائة عام، وكان بإمكانه أن يعيش حتى عمر مائة عام وبعدها يرحل"⁵¹ لذا، يجب أولاً أن نحقق نظام حياة منتظم، ونمتنع عن التدخين ونقلل من شرب الخمر، ونعتمد على عادات حياة صحية.

⁴⁸ 梁嵘 梁彦戎، 从《黄帝内经》看中医健康观与健康维护， في الطب الصيني التقليدي والحفاظ على الصحة من "الطب الصيني الكلاسيكي"، المجلة الصينية لإدارة الصحة، 2011م المجلد 5، العدد 4، ص 198.

⁴⁹ النص الأصلي: "言形气之平".

⁵⁰ 王凯伟 王凯伟، وانغ كاي وبع، 论《黄帝内经》中的饮食思想، دراسة عن الأفكار الغذائية في "الطب الصيني الكلاسيكي"، الطب والفلسفة (طبعة العلوم الإنسانية والطب الاجتماعي) يونيو 2011، المجلد 32، العدد 6، ص 68.

⁵¹ النص الأصلي: "上古之人，其知道者，法于阴阳，和于术数。饮食有节，起居有常，不忘作为。故能形与神俱，而尽终其百年，度百岁乃去。"

في الطب الصيني الكلاسيكي، يظهر نظرية محددة تشير إلى أن القلب هو السيد الكبير للروح، وهو المكان الذي يحدث فيه النشاط الروحي. "الغضب يؤدي الكبد، والفرح يؤدي القلب، والقلق يؤدي الطحال، والحزن يؤدي الرئة، والخوف يؤدي الكلية"⁵² هي جزء من نظرية "الخمس أعضاء والخمس شعور"⁵³ في الطب الصيني التقليدي.

القومية هوي يولي أهمية كبيرة للصحة النفسية. إيمانهم الديني هو الإسلام، حيث تشمل الجهود الروحية الرئيسية في دينهم خمس جوانب: الذكر، والصلاة، والصيام، والتعلم، والعبادة. من منظور الرعاية الصحية، تلك الطقوس تتطلب التركيز على تنمية النفس ورفع مستوى الشخصية وتحقيق الفوائد الرياضية. على سبيل المثال، يُطلب أثناء الذكر أن يكون الانتباه كاملاً، حيث يُطلب التأمل الصامت والواو الصوتية. يتعين على الشخص عدم فقدان التركيز، وفهم المعنى، والامتثال للقوانين المحددة، وتطبيقها عملياً، وهذه المتطلبات تعكس انتباهاً عالياً.

التمسك بفلسفة حياة "التعامل بإحسان مع الآخرين" هو تلخيص عالي لعامة شعب الهوي. يطلب إيمانهم الديني منهم "النظر إلى الدنيا والآخرة"، أي السعي لتحقيق السعادة في كلتا الحياتين. يشجعون الناس على السعي إلى السعادة في الدنيا من خلال العمل الإنتاجي، وفي الوقت نفسه، عن طريق المشاركة في الأنشطة الدينية والأعمال الخيرية لكسب النجاح في الآخرة. يحتفظون بفلسفة الحياة الإيجابية والعطاء، ويتخلون عن السلوكيات السلبية، ويتقبلون الهدوء ويتجنبون النزاع. هذا النوع من الواجهة نحو الحياة والتعامل معها يلعب دوراً لا يُستهان به.

⁵²نص الأصلي: "怒伤肝，喜伤心，虑伤脾，忧伤肺，恐伤肾".

⁵³谷峰 53 谷峰، قوه فينغ، 《内经》对情志的观察与归纳 ملاحظة وتلخيص العواطف في " الطب الصيني الكلاسيكي"، مجلة الفلسفة والطب، 2005م، المجلد 26، العدد 11، ص 63

الخلاصة

تناول هذا البحث موضوع أنماط الحياة العلمية والصحية في الصين تحت ضوء

إسلامية المعرفة، وقد توصلنا من خلالها إلى الخلاصة التي نجملها على النحو الآتي:

- 1- تعتمد الثقافة الصحية التقليدية الإسلامية الصينية على التكامل بين الحضارة الإسلامية والحضارة الصينية التقليدية، وتدعو إلى اتخاذ موقف متفائل تجاه أنماط الحياة الصحية، وتعزز بشكل فعال الصحة العقلية والبدنية للناس، والتي تلعب دوراً حيوياً في انتشار الإسلام في الصين.
- 2- تتمتع الثقافة الصحية التقليدية الإسلامية الصينية بوعي تعبري مستقل للغاية، فهي لا تعكس فقط الحالة النفسية المعتمدة على المعتقد لدى المسلمين الصينيين، ولكنها تعكس أيضاً عادات الحياة الوطنية والسلوك ومبادئ الحياة. تتوافق ثقافة الحفاظ على الصحة النفسية وثقافة الحفاظ على الصحة البدنية وثقافة الحفاظ على الصحة الشعبية مع مفاهيم الحفاظ على الصحة التي يدعو إليها المجتمع الحديث، وقد لعبت منذ فترة طويلة دوراً في تعزيز اللياقة البدنية للمسلمين الصينيين.
- 3- مفهوم النظافة في الثقافة الصينية موافق على مفهوم النظافة في المصادر الإسلامية، مفهوم النظافة عميق بشكل خاص في الثقافة الدينية الصينية التقليدية، على الجانب الآخر ما يدعو إليه الإسلام النظافة أشمل، فهي تهتم بحياة الناس اليومية، تشمل نظافة مساكنهم، ونظافة الملابس، والطعام النظيف، ونظافة القلوب، وما إلى ذلك، ويجمع مسلمو الهوي في الصين بين الثقافة الصينية ويتبعون هدي الإسلام ليحسنوا حياتهم بشكل خاص في النظافة.
- 4- إن الفلسفة الغذائية الواردة في ثقافة الطب الصينية التقليدية تتوافق مع أفكار الإسلامية. من وجهة أكل لحم الخنزير وشرب الخمر، وكذلك صيام شهر رمضان للمسلمين، يمكن للطب الصيني أن يثبت أن الإسلام هو حضارة عالمية.

5- وتحت تأثير الإسلام، يلتزم المسلمون الصينيون دائماً بمفهوم الحياة المتمثل في التعامل بلطف مع الآخرين، والتخلي عن تلك الأقوال والأفعال القاسية، ويكونون على استعداد لأن يكونوا عاديين ولا يتشاجرون مع العالم. ويلعب مثل هذا الموقف وفلسفة الحياة دوراً مهماً لا يمكن تجاهله في القضاء على الضغط النفسي وإعادة بناء الانسجام النفسي للإنسان المعاصر الذي هو على وشك الانحيار في بيئة شديدة الضغط.

التوصيات:-

- 1- هناك حكمة وراء قيود الإسلام على المسلمين، وعلينا استخدام التاريخ والثقافة والمفاهيم العلمية للتحقق من ذلك واتباعها.
 - 2- إن الاهتمام بالأشياء الصغيرة من حولنا وفهم حكمتها سيساعدنا على استكشاف الحقيقة ومعرفة صراط المستقيم.
 - 3- كان الجسم السليم هدفاً يسعى إليه الإنسان منذ القدم. إن ثقافة الحفاظ على الصحة التي شكلها الشعب المسلم باتباع الشعائر الدينية الإسلامية والعادات المعيشية وأنماط التفكير تتشابه كثيراً مع المفاهيم الحديثة للحفاظ على الصحة، وهي تستحق الدراسة والتلخيص.
- وأخيراً، لا أستطيع القول أن هذا البحث يشمل كل شيء من المعارف والمعلومات، فلذلك يبقى المجال مفتوحاً لمن يريد التعمق والتوسع أكثر في هذا الميدان.
- والله سبحانه وتعالى أسأل أن يتقبل مني هذا العمل خالصاً لوجهه القرآن الكريم، وإن يرزقني ويعطيني علماً نافعا وعملاً مقبلاً، إن الله على كل شيء قدير.

المصادر والمراجع

لمراجع باللغة العربية:

'Abd al-Bāqī, Muḥammad Fu'ād, *al- Lu'lu' wa al-Marjān fīmā Ittafaqa 'Alīhi al-Shaykhān*, (al-Qāhira: Dar Iḥyā' al-Kutub al-'Arabīyah, Maṭba'at Muṣṭafá al-Bābī al-Ḥalabī).

Al- Khaṭīb al-Tibrīzī, *Mishkāt al-Maṣābīḥ*, ed. Muḥammad Nāṣir al-Dīn al-Albānī, (Bayrūt: al-Maktab al-Islāmī, 3rd Edition, 1985).

Al- Khuḍayr, 'Abd al-Karīm, *Sharḥ Zād al-Mustaḥṣin*, Durūs Mufarrighah Min Mawqī' al-shaykh Al- Khuḍayr.

Al- Qur'ān al-karīm.

Al-Zaydānī, Maḥzar al-Dīn, *Al- Mafātīḥ fī Sharḥ al- Maṣābīḥ*, (al-Kuwayt: Dār al-Nawādir, 1st Edition, 1433).

Ibn Hubayrah, Yaḥyá ibn Muḥammad, *al- Ifṣāḥ 'an ma'ānī al-ṣiḥāḥ*, ed. Fu'ād 'Abd al-Mun'im Aḥmad. (al-Riyāḍ: dār al- Waṭan, 1417).

Muslim ibn al-Ḥajjāj, *al-Ṣaḥīḥ*. ed. Muḥammad Fu'ād 'Abd al-Bāqī, (Bayrūt: Dār 'Iḥiā' al-Turāth al-'Arb, 1955_

'Uthaymīn, Muḥammad Ṣāliḥ, *Sharḥ al-'Arba'in al-Nawawīyah*, (al-Sa'ūdīyah: Dār al-Thurayya, 3rd Editio, 1425).

المراجع باللغة الصينية:

Dūngh Yī Joū, 'Afkār Ḥawla Hazr al-'Adwīyah al-Ṣīniyah al-Taqlīdiyah al-Sāmmah Fī Mawsū'at al-Ṭibbiyah: Qism al- A'shāb, Majallat Jarīdat Ṭaiybah, V1, (2019)

Joū Bāi Fangh, Muqaddimah lil al-'ilāj al-Dawā'i Fī al-Ṭibb al- Ṣīnī al-Taqlīdī lil al-'Amrāḍ al-Jildiyah, Majallat al-Ṭibb al-Ṣīnī, V4, (2016).

Konfushīoūs, *Tafsīr loūn Yūo*, ed. Yāngh boūh Joūn 'Yāngh fiyng Bīn. (Dār Yowī lūo li al-Nashr, 2009).

lī Shī Tshin, al-Mawādd al-Ṭibbiyah, Tamma Tawthiqhu Ldā al-Maktabah Lil al-Jāmi‘ah al-Ṭibbiyah Wa al-Ṣāīdaliyah Fouā Shīān Fi al-Ṣīn, (2010).

lī Shī Tshin, khulāṣat al-Mawādd al-Ṭibbiyah, (Dār al-Nashr al-Ṭibbiyah al-Sha‘biyah. Bakīn, (1982).

Lāngh Rūngh, al-Nazar fi Mafhūm al-Ṣiḥḥah Fī al-Ṭibb al-Ṣīnī al-Taqlīdī Wa al-Ḥifāz ‘Alā al-Ṣiḥḥah Min al-Ṭibb al-Ṣīnī al-Taqlīdī, Al-Majallah al-Ṣīniyah li ‘Idārat al-Ṣiḥḥah, V4, (2011).

Lou Yi Lou, al-Ṭibb al-Sha‘bī fī “Shān Hāi Jīngh shin” liwāngh fū - Wzangh Shān Jīngh Namudhijan, Majallat Dān Jīāngh al- Ṣīniyah. Kulliyat al-Lughah al- Ṣīniyah, V44, (2021).

Qūh Fīngh, Mulahazat Wa Talkhīṣ al-‘Awāṭif Fi al-Ṭibb al-Ṣīnī al-Taqlīdī, Majallat al-falsafah Wa al-Ṭibb, V11, (2005).

Qūh Hoiy Tshūo, Hikmat al-Jaziyrah al-‘Arabiyah: Mazju al-‘Imān Wa al-Braghmatiyah, (Muqāṭ‘at Tshih Jīāngh: (Dār al-Nashr al-Sha‘biyah, 1995).

Qūh Yāngh Tshn, al-Nnaṣ al-‘Aṣlī Wa Ta’tḥīr Maqāl “laḥm al-Khinzīr” Fī “Waṣfah ṭibbiyah Tshīānjīn”, Abḥāth al-Tārīkh al-‘Ijtimā‘ī al-Ṭibbī, V1, (2022).

Wāngh Kāi Wyi’, Dirāsah ‘An al-‘Afkār al-Ghidḥā’iyah fī al-Ṭibb al-Ṣīnī al-Taqlīdī, al-Ṭibb Wa al-Falsafah, Ṭab‘ah al-‘Ulūm al-‘Insāniyah Wa al-Ṭibb al-‘Ijtimā‘ī. v6, (2011).

المواقع الإلكترونية:

Sūon Sī Mīāū, al-‘ilāj al-Ghidhā’i Tshīānjīn.
<https://zhuanlan.zhihu.com/p/429707720>.

Wāngh Tshīn Wiyn, Ḥawla Ta’tḥīr Taḍḥīāt al-Dawlah al-Qadīmah ‘Alā Ṭāwiyat Hān Wūjīn Min Manzūr Ma’āyīr al-Ṣiyām.
<http://www.zhexueshi.com/paper/5541>.