

الاعجاز العلمي في الطب النبوي

أ.د. محمد بورباب

Prof. Dr. Bourbab Mohamed

تخصص: بيولوجية جزيئية / جيولوجيا

أستاذ زائر علم الأحياء الجنائي

رئيس هيئة الاعجاز في القرآن والسنة بالمملكة المغربية

رئيس المؤتمر الدولي للإعجاز بتطوان

Email: bourbab.m@gmail.com

Mobile : +212 6 61 29 96 45

ملخص:

يهدف هذا البحث الى ذكر جزء من المنظومة التشريعية التي سنتها الأحاديث النبوية والتي توافق تماما نفس التشريعات التي تذكرها المراجع الطبية التي تحد من انتشار الأمراض والأوبئة السارية بين الناس، بل تعدتها في الاتقان والشمولية: حيث تبين لنا من خلال الاكتشافات العلمية الحديثة بأنها تشريعات مترابطة بدقة والتي لا مثيل لها في أي تشريع أو دين أو معتقد تفضي إلى تنظيف بؤر ومخازن الكائنات الدقيقة للإنسان على الجلد وفي الأنف والفم والحلق وقناة الهضم ومن بين أكبر أوجه الاعجاز الطبي الذي نعيشه في أيامنا هذه، ما نتحدث عنه الصحف الغربية في سبق الاسلام وأحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم الى سن الحجر الصحي مع انتشار فيروس covid-19 . لقد شرعت نصوص الشريعة قواعد تستأصل الميكروبات الضارة من مخازنها لدى الإنسان، وأرست قاعدة النظافة الشخصية لأفراد المجتمع وسمتها الطهارة وجعلتها شطر الدين، من خلال:

- تشريع الوضوء والغسل
- والتزام تطبيق سنن الفطرة من السواك والمضمضة والاستنشاق والختان وتقليم الأظافر وحلق العانة وغسل عقد الأصابع ونظافة السبيلين
- واجتناب النجاسات
- والحفاظ على نظافة الثياب والمظهر العام
- وفرض الحجر الصحي خلال فترار الأوبئة

وهكذا تشترك المنظومة التشريعية التي سنتها الأحاديث النبوية وتعليماتالمراجع الطبية الحديثة على:

- التخلص من مخازن هذه الكائنات الدقيقة التي تسبب الأمراض أو تنظيفها بقدر الإمكان، والتي تتوزع بين الإنسان والحيوان والبيئة متمثلة في التربة والماء.
- قطع الطرق الموصلة لهذه الكائنات إلى جسم الإنسان .
- تقوية أجهزة المناعة والدفاع لدى الإنسان.

الكلمات المفتاح: الأحاديث ; التشريعات ; المراجع الطبية ; الأمراض ; والأوبئة ; الاكتشافات العلمية ; مخازن الكائنات الدقيقة ; للإنسان ; الصحف الغربية ; الحجر الصحي.

BIGGEST ASPECTS OF THE MEDICAL MIRACLES IN THE HADITHS OF THE MESSENGER OF ALLAH (MAY ALLAAH'S PEACE BLESSINGS BE UPON HIM)

Prof. Dr. Bourbab Mohamed

Specialty: Molecular Biology / Geology

Visiting Professor of Forensic Biology

Chairman of the Commission of Miracles in the Qur'an and Sunnah in the Kingdom of Morocco

President of the International Conference on Miracles in Tetouan

Email: bourbab.m@gmail.com

Mobile: +212 6 61 29 96 45

Abstract

This research aims at mentioning a part of the legislative system enacted by the hadiths of the Prophet, which fully corresponds to the same legislation mentioned by the medical references that limit the spread of diseases and epidemics circulating among people, but rather exceeded them in perfection and comprehensiveness: as it has been shown to us through modern scientific discoveries that they are closely interrelated legislations which is unparalleled in any legislation, religion or belief that leads to the cleaning of foci and stores of human microorganisms on the skin and in the nose, mouth, throat and the digestive canal. Among the biggest aspects of the medical miracles that we live in nowadays, what Western newspapers talk about in the precedence of Islam and the hadiths of the Messenger of Allah, (may Allaah's Peace Blessings be upon him) to the age of quarantine with the spread of the covid-19 virus. The texts of Shari'a have enacted rules that eradicate harmful microbes from their stores' effects in humans, and have established the rule of personal hygiene for members of society and its characteristic of purity and made it the part of religion, through:

- The legislation of ablution and washing
- And adhere to applying the Sunnah of Al-Fitrah, such as tooth brushing, rinsing the mouth, water inhalation, circumcision, trimming nails, shaving the pubic hair.., washing the between fingers, and cleaning the two passages plus avoiding impurities
- Maintain the cleanliness of clothes and the general appearance And the imposition of quarantine during the recurrence of epidemics Thus, the legislative system enacted by the hadiths of the Prophet and the instructions of modern medical references share in common:
- Getting rid of the stores of these microorganisms that cause diseases or cleaning them as much as possible, which are distributed between humans, animals and the environment represented in soil and water. Cut off the paths that lead to these organisms to the human body.
- Strengthening the human immune and defense systems.

Key words:

Hadiths ;Legislation; Medical references; The spread of diseases and epidemics; Recent scientific discoveries; Cleaning outposts and stores; Microorganisms; Western newspapers; Quarantine

ونحن نعيش القرن الواحد والعشرين، وعند الكلام عن الاعجاز الطبي في الحديث النبوي، لا بد من ذكر المنظومة التشريعية التي سنمها الأحاديث النبوية والتي توافق تماما نفس التشريعات التي تذكرها المراجع الطبية التي تحد من انتشار الأمراض والأوبئة السارية بين الناس، بل تعدتها في الانتقان والشمولية: وتبين لنا من خلال الاكتشافات العلمية الحديثة بأنها تشريعات مترابطة بدقة والتي لا مثيل لها في أي تشريع أو دين أو معتقد تفضي إلى تنظيف بؤر ومخازن الكائنات الدقيقة للإنسان على الجلد وفي الأنف والفم والحلق وقناة الهضم ومن بين أكبر أوجه الاعجاز الطبي الذي نعيشه في أيامنا هذه، ما نتحدث عنه الصحف الغربية في سبق الاسلام وأحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم الى سن الحجر الصحي مع انتشار فيروس covid-19 .

لقد شرعت نصوص الشريعة قواعد تستأصل الميكروبات الضارة من مخازنها لدى الإنسان، وأرست قاعدة النظافة الشخصية لأفراد المجتمع وسمتها الطهارة وجعلتها شطر الدين فدعونا نتأمل شيئاً قليلاً من هذه التعاليم في الميدان الطبي ونرى كيف يأتي العلم دائماً ليصدق كلام النبي عليه الصلاة والسلام في زمن كثر الهجوم فيه على سنة حبيبنا عليه الصلاة والسلام ظلماً وجهلاً وعدواناً.. فالغرب يكشف يوماً بعد يوم إعجاز التوصيات التي جاءت بها سنة المصطفى عليه الصلاة والسلام ..

فرغم كل الاحتياطات التي شرعها الاسلام ، بينت السنة النبوية عدة سبل **للتداوي من الأمراض عند حدوثها** سنذكر بعضها إختصاراً -لكبر المادة العلمية المرتبطة بالموضوع- عددا من الحقائق التي لم تتمكن العلوم المكتسبة من الوصول إلى فهم شيء منها إلا بعد قرون متطاولة من نزول القرآن،

عند الرضع والأطفال:

الوصفة النبوية للتداوي بتحنيك الطفل بالتمر بعد ولادته بغرض مقاومة الأمراض

تحنيك الطفل بالتمر بعد ولادته سنة ثابتة عن النبي صلى الله عليه وسلم، ففي صحيح البخاري (3619) عن أسماء رضي الله عنها (أنها ولدت عبد الله بن الزبير فأنتت به النبي صلى الله عليه وسلم فوضعت في حجره فحنكه بتمر ، ثم دعا له وبرك عليه).

وروى البخاري أيضا (5045) عن أبي موسى رضي الله عنه قال : (ولد لي غلام فأنتت به النبي صلى الله عليه وسلم فسماه إبراهيم فحنكه بتمر ودعا له بالبركة).

الوصفة النبوية للتداوي وتنمية المناعة بتحنيك الطفل بالتمر بعد ولادته....لمقاومة الأمراض لتالية:

رفض المولود الرضاعة-ارتخاء العضلات -توقف متكرر في عملية التنفس وحصول ازرقاق الجسم -اختلاجات ونوبات من التشنج- تأخر في النمو -تخلف عقلي -الشلل الدماغي -إصابة السمع أو البصر أو كليهما -نوبات صرع متكررة (تشنجات). **بحيث** يقول الخبراء أن جرعة السكر التي يتم إعطاؤها كهلأ يفرك داخل الخد هي طريقة رخيصة وفعالة لحماية الأطفال المبتسرين من تلف الدماغ. ويؤثر انخفاض نسبة السكر في الدم بشكل خطير على واحد من كل 10 أطفال يولدون مبكراً جداً. بدون علاج ، يمكن أن يسبب ضرراً دائماً. اختبر باحثون من نيوزيلندا العلاج بالهلأ في 242 طفلاً تحت رعايتهم ، واستناداً إلى النتائج ، يقولون إنه يجب أن يكون الآن علاج من الخط الأول. وإذا لم يتم علاج هذه

الحالات في حينها فقد تنتهي بالوفاة ، رغم أن علاجها سهل ميسور وهو **التداوي بتحنيك الطفل بالتمر كما فعل رسول الله صلى الله عليه وسلم**. [1] [2] [3]

الوصفة النبوية للتداوي وتنمية المناعة بتطبيق سنة الختان

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "الفطرة خمس أو خمس من الفطرة الختان والاستحداق ونتف الإبط وتقليم الأظفار وقص الشارب)" وعن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "تحشرون حفاة عراة غرلاً"، قالت عائشة فقلت يا رسول الله الرجال والنساء ينظر بعضهم إلى بعض ؟ فقال: "الأمر أشد من أن يهيمهم ذاك" غرلاً: جمع أغرل وهو الذي لم تقطع منه قلفة الذكر وهي الجلدة التي تقطع عند الختان ، المؤدي الى انخفاض معدل الإصابة بالتهابات المسالك البولية ، وانخفاض انتقال الأمراض المنقولة جنسيا (وخاصة الزهري ، والهربس ، وفيرس الورم الحليمي البشري وفيرس نقص المناعة البشرية) وتجنب سرطان القضيب. [4] [5] [6] [7] [8]

عند البالغين

الوصفة النبوية للتداوي وتنمية المناعة بالحبة السوداء

روى البخاري (5688) – واللفظ له - ومسلم (2215) عن أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ: (شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ) قَالَ ابْنُ شِهَابٍ: وَالسَّامُ الْمَوْتُ. وللعلماء قولان في قوله: (شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ) : فقيل : هو على عمومه ، فيشمل كل داء. وقيل : هو عام أريد به الخصوص ، فالمراد به بعض الأدوية.

ويفسر قوله عليه الصلاة والسلام: "شفاء من كل داء العديد من الدراسات الجامعية الحديث التي أثبتت التأثير المحفّز لحبة البركة على جهاز المناعة؛ وأظهرت هذه الدراسات أن تناول جرام واحد من الحبة السوداء مرتين يومياً قد ينشط الجهاز المناعي، ومنها دراسات تثبت آثار خلاصات الحبة السوداء "حبة البركة أو بالاسم العلمي: نايجلا ساتيفا" *Nigella sativa* (Ns)، على استنساخ الفيروس التاجي ومقاومة فيروسات كورونا. [9]

الوصفة النبوية للتداوي بالتلبينة:

التلبينة حساء يُعمل من ملعقتين من مطحون الشعير بنخالته، ثم يضاف لهما كوب من الماء، وتطهى على نار هادئة لمدة 5 دقائق وبعض الناس يضيف عليها ملعقة عسل.

وسميت "تلبينة" تشبهاً لها باللبن في بياضها ورقمتها، وعن عائشة رضي الله عنها أَنَّهَا كَانَتْ تَأْمُرُ بِالتَّلْبِينِ لِلْمَرِيضِ وَلِلْمَحْزُونِ عَلَى الْهَالِكِ، وَكَانَتْ تَقُولُ: إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ (إِنَّ التَّلْبِينَةَ تُجَمُّ فَوَادَ الْمَرِيضِ، وَتَذْهَبُ بِنَغْضِ الْحُزْنِ) رواه البخاري (5365) ومسلم (2216). [10]

و التداوي بالتلبينة تستعمل كتنقية للصحة النفسية ولعلاج انخفاض الوزن والجهد التأكسدي لتلك الألوان الصناعية على الدماغ والكبد وأمراض القلب مثل الذبحة واحتشاء عضلة القلب وضغط الدم المرتفع وتقليل من مستوى السكري ، وراحة القلب تشمل البُعدين: النفسي (تماشياً مع ذهاب الحزن) والمادي أو الجسدي (فيما يتعلق بأمراض القلب والأوعية الدموية) وسنتناول فيما يأتي كلاهما مدعمين حديثنا بالأبحاث العلمية. التداوي بالتلبينة، كتنقية للصحة النفسية (المضاد للاكتئاب)، دراسة أجريت على الفئران. [11]

الوصفة النبوية للتداوي بالتلبينة من أجل التحفيز النفسي، وأجريت دراسة على حوالي ثلاثين شخصاً مالىزياً من كبار السن المصابين بالاكتئاب [13]
وأخرى على الفئران في موضوع الجهد التأكسدي لتلك الألوان الصناعية على الدماغ والكبد [14].
الوصفة النبوية للتداوي بالتلبينة لعلاج أمراض القلب مثل الذبحة واحتشاء عضلة القلب، كما أنه (أي الشعير) يقلل من ضغط الدم المرتفع [15] [16]
الوصفة النبوية للتداوي بالتلبينة من أجل علاج سرطان المعدة
ولا تقف فوائد الشعير عند هذا فالشعير-كما معظم جنسه من الألياف- تأثير وقائي ضد سرطان المعدة،
الوصفة النبوية للتداوي بالتلبينة من أجل التداوي من ارتفاع مستوى السكر في الدم [17]
الوصفة النبوية للتداوي بأبوال الإبل ومعالجة السرطان
البحث العلمي يوجه العلماء لما تحتويه أبوال الإبل من مواد لعلاج السرطان [18]
الوصفة النبوية للتداوي بالاضطجاع على الشقي الأيمن
في رواية البخاري عن البراء بن عازب رضي الله عنه، قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: «إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ، فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ، ثُمَّ قُلْ: اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ...»
حسب دراسة علمية من أراد أن لا يأتيه كابوس أثناء نومه فعليه أن ينام على جنبه الأيمن [19].

الوصفة النبوية للتداوي ب"المسواك"

في الحديث الذي ترويه عنه السيدة عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها) :- السواك مطهرة للفم مرضاة للرب (رواه البخاري).
يصنع "المسواك" من شجرة "الأراك" التي تزرع عموماً في الهند، ولها مزيج متوازن بين الصلابة والسوائل العضوية واثار قوية على الأسنان.
ويحتوي المسواك على معادن طبيعية وفيتامينات وتعتبر بديلاً عن فرشاة الأسنان.

وقد أثبتت الأبحاث العلمية وجود ما لا يقل عن (182) نبتة أو شجرة مختلفة الفصائل، تستخدم أعوادها لتحضير السواك، من هذه الأشجار ما لا يقل عن (158) نبتة في قارة أفريقيا وحدها، وأشهر هذه الأشجار على الإطلاق وأكثرها شيوعاً واستخداماً هي شجرة الأراك، التي أوصى النبي - صلى الله عليه وسلم - بها [20] [21].

الوصفة النبوية للتداوي بالمشي بدون نعال ... سنة..

روى أبو داود في "السنن" (4160)، وأحمد في "المسند" (23969) عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ بُرَيْدَةَ: " أَنَّ رَجُلًا مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَحَلَ إِلَى فَضَالَةَ بْنِ عُبَيْدٍ وَهُوَ بِمَصْرَ، فَقَدِمَ عَلَيْهِ. فَقَالَ: أَمَا إِنِّي لَمْ آتِكَ زَائِرًا، وَلَكِنِّي سَمِعْتُ أَنَا وَأَنْتَ حَدِيثًا مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَجَوْتُ أَنْ يَكُونَ عِنْدَكَ مِنْهُ عِلْمٌ.
قَالَ: وَمَا هُوَ؟ قَالَ: كَذَا وَكَذَا. قَالَ: فَمَا لِي أَرَاكَ شَعِيئًا وَأَنْتَ أَمِيرُ الْأَرْضِ؟ قَالَ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ

يُنْهَانَا عَنْ كَثِيرٍ مِنَ الْإِزْفَاءِ. قَالَ: فَمَا لِي لَا أَرَى عَلَيْكَ حِذَاءً؟ قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَأْمُرُنَا أَنْ نَحْتَفِيَ أَحْيَانًا ، وصححه الألباني في "صحيح أبي داود." "مرقاة المفاتيح" (2827/7).

والمشي بدون نعال هي سنة نبوية مهجورة، هجرها البعض إما عن جهل بوجود حديث صحيح فيها وإما بعدم اقتناعهم بجودها على الجسم والعقل، ففي بحث علمي حديث بعنوان "What Happens To Your Body When You Walk Barefoot On Earth" تبين أن معظم الذين يعانون من آلام القدمين حدث ذلك بسبب لبس الحذاء دائماً، ولذلك فإن العلاج المثالي هو المشي حافي القديم لمدة ربع ساعة كل يوم [22].

الوصفة النبوية للتداوي بالصلاة

لعلاج آلام الظهر.

عن أبي إدريس الخولاني - رحمه الله تعالى - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : «عليكم بقيام الليل فإنه دأب الصالحين قبلكم، وإن قيام الليل قربة إلى الله، ومنهاة عن الإثم، وتكفير للسيئات، ومطرودة للداء عن الجسد» (قال الشيخ الألباني : حديث حسن صحيح ، ينظر صحيح سنن الترمذي)
قالت صحيفة "إندبندنت" البريطانية إن دراسة علمية كشفت عن أن شعائر الصلاة عند المسلمين لو تم اتباعها بطريقة صحيحة، فإنها تساعد في تخفيف آلام الظهر، وتؤدي إلى زيادة مرونة المفاصل.

ويلفت التقرير إلى أن الدراسة العلمية نشرت في "المجلة العلمية للأنظمة الهندسية والصناعية [International Journal of Industrial and Systems Engineering](#)، وحملت عنوان "دراسة فعالة لحركات المسلمين أثناء الصلاة باستخدام النظام الرقمي"، ونشرت في العدد الأخير من المجلة.

إن من البديهيات المدركة عند كل مسلم أنه لا يوجد تناقض بين أداء الفرائض التي أوجبها الله سبحانه وتعالى على العبد امتثالاً لأمر الله تعالى، وبين الاستفادة من الجوانب الصحيحة فالصلاة علاج إلهي لكثير من الأمراض النفسية والعضوية " (موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة)

1- مرض دوالي الساقين، ومن أخطر نتائج هذا المرض تجلط الدم في الأوردة، أو انفجار الوريد مما يتسبب في نزيف الدم، وقد أثبت الطب الحديث أن الحركات التي يقوم بها المسلم في صلاته من قيام، وركوع، وسجود، والتي تجدد نشاط الدورة الدموية، وتعيد تنظيم ضغط الدم في كافة أنحاء أجزاء الجسم، بالإضافة إلى علاج الانزلاق الغضروفي، أمراض الرئة، وعلاج الأمراض النفسية. [23]

ولا ننس بأن هذه التشريعات لا تشكل إلا بعضاً مما شرعته السنة النبوية المشرفة والتي ظهرت في القرن السابع الميلادي حيث كان الناس في زمن الرسول صلى الله عليه وسلم وقبل زمنه بل وبعده- حتى اكتشاف (باستير) الميكروبات- كانوا يعتقدون أن الأمراض تسببها الأرواح الشريرة والشياطين والنجوم ولا علاقة لها بنظافة أو نظام أو سلوك وكانوا يطلبون لها العلاج بالشعوذة والخرافات مما يبين بأن مصدر هذه التشريعات هو مصدر رباني، وأن رجالاً على عهد رسول الله -صلى الله عليه وسلم عاش في القرن السابع، ما كان له أن يأتي بهذه التشريعات والتي لم نكتشف فعاليتها إلا مع اكتشافات القرون الأخيرة.

المراجع

- [1] At : <https://www.bbc.com/news/health-24224206?fbclid=IwAR2A0L3ZHFnmIR5XX4QTpZxWmVPpna4VUBDx-LkEZFGiR4K5pCIHAAwHv78>
- [2] At : <https://www.bbc.com/news/health-24224206?fbclid=IwAR2A0L3ZHFnmIR5XX4QTpZxWmVPpna4VUBDx-LkEZFGiR4K5pCIHAAwHv78>
- [3] At : <https://islamqa.info/ar/answers/102906/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%81%D8%B3%D9%8A%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%84%D9%85%D9%8A-%D9%84%D8%AA%D8%AD%D9%86%D9%8A%D9%83-%D8%A7%D9%84%D9%85%D9%88%D9%84%D9%88%D8%AF-%D8%A8%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%85%D8%B1>
- [4] At : Circoncision : les bienfaits seraient 100 fois supérieurs aux risques
<https://www.topsante.com/medecine/votre-sante-vous/sante-pratique/circoncision-les-bienfaits-seraient-100-fois-superieurs-aux-risques-56393>
- [5] Quels sont les avantages de la circoncision masculine?

[6] At : <http://www.wepostmag.com/quels-sont-les-avantages-de-la-ci.../>

Au cours des 10 dernières années, la circoncision est devenue un sujet de débat parmi les professionnels de la santé.

[7] At : <http://www.wepostmag.com/quels-sont-les-avantages-de-la-circoncision-masculine/>

Circumcision should be offered 'like vaccines' to the parents of baby boys, study claims

[8] At : [https://www.dailymail.co.uk/health/article-2595307/Circumcision-offered-like-vaccines-parents-baby-boys-study-](https://www.dailymail.co.uk/health/article-2595307/Circumcision-offered-like-vaccines-parents-baby-boys-study-claims.html?fbclid=IwAR1qLiVf4SEgU2Mdx4K1Izw1afcWLFNPALakMLg2XI0U1r2hdcIXoSuPtfl)

[claims.html?fbclid=IwAR1qLiVf4SEgU2Mdx4K1Izw1afcWLFNPALakMLg2XI0U1r2hdcIXoSuPtfl](https://www.dailymail.co.uk/health/article-2595307/Circumcision-offered-like-vaccines-parents-baby-boys-study-claims.html?fbclid=IwAR1qLiVf4SEgU2Mdx4K1Izw1afcWLFNPALakMLg2XI0U1r2hdcIXoSuPtfl)

[9] At : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3933739/>

[10] <https://islamqa.info/ar/60311>

[11] At : http://www.ejpmr.com/ad.../assets/article_issue/1451542327.pdf

[12] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4393508/>

[13] At : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3593710/>

[14] At : http://www.jofamericanscience.org/journals/am-sci/am121116/09_31308jas121116_94_103.pdf

#التبينة لمريض القلب

[15] At : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27273067>

[16] <https://www.webmd.com/vitamins-and-supplements/barley-health-benefits#1>

[17] At : <https://muslims->

[res.com/%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%84%d8%a8%d9%8a%d9%86%d8%a9%d8%8c-%d8%b4%d8%b1%d8%a7%d8%a8-%d8%a7%d9%84%d9%82%d9%84%d8%a8/](https://muslims-res.com/%d8%a7%d9%84%d8%aa%d9%84%d8%a8%d9%8a%d9%86%d8%a9%d8%8c-%d8%b4%d8%b1%d8%a7%d8%a8-%d8%a7%d9%84%d9%82%d9%84%d8%a8/)

[18] At : <https://web.facebook.com/Jarrar2022/videos/2189300464634066/?t=0>

[19] At : <https://www.facebook.com/jawad.cherif.1/videos/10158250779114916>

[20] **The miswak (chewing stick) and oral health. Studies on oral hygiene practices of urban Saudi Arabians.**

At : <https://europepmc.org/article/med/15224592>

Role of Salvadora persica chewing stick (miswak): A natural toothbrush for holistic oral health

[21] At : <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/abstract/10.4103/1305-7456.178297>

<https://www.islamweb.net/ar/article/175727/%D8%A7%D9%84%D8%B3%D9%88%D8%A7%D9%83-%D9%85%D8%B7%D9%87%D8%B1%D8%A9-%D9%84%D9%84%D9%81%D9%85>

[22] Does Walking Barefoot Have Health Benefits?

At : <https://www.healthline.com/health/walking-barefoot>

[23] Prayer and healing: A medical and scientific perspective on randomized controlled trials

At : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2802370/>

