جاء الصيف وبدأ بعض الناس يفكرون في ارتياد الشواطئ هنا وهناك حيث ينتشر العري وينتشر ما يعرف بحمامات الشمس حيث يعرضون فيها أكبر قدر ممكن من جلودهم لأشعة الشمس بدعوى الاستفادة من أشعتها .فهل حقا ما يدّعُونه؟ وهل ما يفعله البعض من ترك ارتداء الملابس الساترة - التي أنعم الله عليهم بها- ليعرضوا أجسادهم لأشعة الشمس فعل صحيح علميا؟ إذا فلنتجرد ونبحث الموضوع من الناحية العلمية على ضوء من قول الله تعالى: (
وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ
)

فما معنى السرابيل؟ وما الحر الذي تقينا منه؟

ولِمَ ذكر الله الوقاية من الحر ولم يذكر الوقاية من البرد؟

وما هو رأي الطب الحديث في ذلك؟

هذا ما سنحاول الإجابة عليه في هذا المبحث العلمي وسنعرض فيه النقاط التالية:

أولا : أقوال بعض المفسرين للآية:

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ ﴿81﴾ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَإِنَّمَا عَلَيْكَ الْبَلَاغُ الْمُبِينُ ﴿82﴾ يَعْرِفُونَ نِعْمَةَ اللَّهِ ثُمَّ يُنْكِرُونَهَا وَأَكْثَرُهُمُ الْكَافِرُونَ
﴿83﴾سورة النحل.

قال ابن كثير في تفسير هذه الآية:وقوله: (
وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا)
قال قتادة: يعني الشجر (
وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا
) أي حصوناً ومعاقل، (
وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ
) وهي الثياب من القطن والكتان والصوف (
وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ
) كالدروع من الحديد المصفح والمزرد وغير ذلك.

(كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ) أي هكذا يجعل لكم ما تستعينون به على أمركم وما تحتاجون إليه ليكون عوناً لكم على طاعته وعبادته

)
لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ
) هكذا فسره الجمهور، وقرءوه بكسر اللام من (تُسْلِمُونَ) أي من الإسلام(3)

وقال صاحب الجلالين :

(وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ) من البيوت والشجر والغمام (ظِلَالًا) جمع ظل تقيكم حر الشمس(8).

وقال ابن حجر العسقلاني:

(سرابيلَ) قمص (تَقيكمُ الحرَّ)(5) وقال الشوكاني (وجعل لكم سرابيل) جمع سربال ، وهي القمصان والثياب من الصوف والقطن والكتان وغيرها(4).

قال الزجاج :

كل ما لبسته فهو سربال، ومعنى (تقيكم الحر) تدفع عنكم ضرر الحر(4) (وهذا هو التفسير الأبلغ لمعنى الأية).

ثانيا:الشاهد العلمي (11- 15):

المجلد: التركيب والوظيفة

يتكون المجلد من ثلاث طبقات: طبقة خارجية وهي البشرة epidermis:

وهي طبقة رقيقة تحتوي على خلايا صبغية مع خلايا المجلد ، وطبقة وسطى وهي الأدمة (dermis): وهي طبقة سميكة تحتوي على بصيلات الشعر والغدد الغرقية والزيتية وكذلك الأوعية الدموية والأعصاب. وتمثل الطبقتين جداراً واقياً لأعضاء وأنسجة الجسم الداخلية، وتتماسك الطبقيتين معاً بغشاء بينهما يسمي الغشاء الأساسي (membrane basement)

وتحت المجلد توجد طبقة ثالثة هي طبقة ما تحت المجلد ((layer subcutaneous وهى مكونة من ألياف بروتينه ودهون وتحتوي المستقبلات الحسية والغدد. انظر شكل (1)

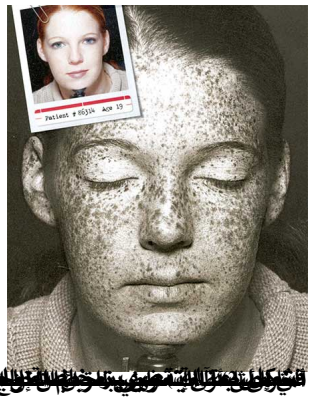
شكل رقم (1) طبقات المجلد: البشرة والأدمة وما تحت المجلد وتشكل الخلايا القرنية (خلايا كاروتينية) 90% من الخلايا في طبقة البشرة وهى التي تنتج الألياف البروتينية والذي يسمي كيراتين وهو ذو صفات حامية للجلد .

وتتجدد الطبقة السطحية من المجلد تلقائياً كل شهر.

كما توجد خلايا صبغية مفرقة بين الخلايا المنتجة للكيراتين وهى تنتج صبغة قاتمة تسمي الميلانين (melanin) وهى التي تعطي للجلد لونه وتحميه من الأشعة فوق البنفسجية الضارة بامتصاصها أو تدميرها. وحينما تتعرض هذه الخلايا للشمس لفترة طويلة تفرز كميات كبيرة من الميلانين.

الأشعة فوق البنفسجية خطر مدمر

هي أشعة غير مرئية وتعتبر جزءا من الطاقة التي تستمد من الشمس. ولها أثر ضار على الجسم شكل (2) وهي أشعة طويلة الموجه وتنقسم حسب طول موجتها إلي ثلاثة أنواع أ، ب ، ج (C,B,A) وطول موجة النوع A يتراوح من 4000إلي 3150 والنوع B من 3150إلي 2800 والنوع C دمارا وأكثرها المجلد سرطان يسبب B للنوع سنوات ولعدة طويلة لفترة والتعرض الشمس حرق A النوع ويسبب 150 إلي 2800ـــ من للكائنات الحية أقصرها طولا للموجه وهي النوع ج. وتقوم طبقة الأوزون في الغلاف الجوي بامتصاص كل الأشعة قصيرة الموجة فلا تنفذ إلى الأرض، كما تمتص طبقة الأوزون أيضا معظم الأشعة طويلة الموجة فلا يصل منها للأرض إلا القليل وذلك لتحمى الكائنات الحية من الدمار. وتنفذ كلا من الأشعة (أ)، (ب) إلى سطح الأرض وتصلها في صورة مخففة، لكنها تزداد تركيزا وقت شدة حر الشمس من العاشرة صباحا وحتى الرابعة بعد الظهر.





15 - Updated by: Jacqueline A. Hart, M.D., Senior Medical Editor, [illegible]