Pubblicata su *Books on Islam and Muslims | Al-Islam.org* (http://www.al-islam.org)



# Sehemu Ya Tano: Elimu Ya Afya, Kimwili Na Kimazingira

Imetajwa katika Qur'ani ya kwamba:

***"…..Hakika Mwenyezi Mungu huwapenda wenye kutubia na wenye kujitakasa….." (2:222).***

Tirmidhy amepokea Hadith sahihi kutoka kwa Sa'ad ya kwamba Mtume amesema: "Hakika Mwenyezi Mungu Mtukufu ni Mwema, Mkarimu anapenda ukarimu, mpaji anapenda upaji, basi safisheni nyua (boma) zenu." Imepokewa Hadith kutoka kwa Tabraniy ya kwamba Mtume (s.a.w.) amesema: "Usafi unalingania kwenye imani, na mwenye imani hufuatana na Muumini hadi Peponi."

## 1. Umuhimu Wa Usafi

Unadhifu katika Uislamu unalingana na utakaso, na kwa mujibu wa Sheria ya Kiislamu unahusiana na usafi wa mwili, mavazi na makao. Usafi daima umekuwa ukitajwa katika Qur'ani kwa zaidi ya mara thelathini. Mwenyezi Mungu amesema:

إِنّ اللّهَ يُحِبّ التّوّابِينَ وَيُحِبّ الْمُتَطَهّرِينَ {222}

***"Hakika Mwenyezi Mungu huwapenda wenye kutubia na wenye kujitakasa." (2:222).***

Amesema tena:

يَا أَيّهَا الْمُدّثّرُ {1}

قُمْ فَأَنْذِرْ {2}

وَرَبَّكَ فَكَبِّرْ {3}

وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ {4}

***“Ewe uliyejifunika nguo, simama na uonye. Na Mola wako umtukuze, na nguo zako uzisafishe.” (74:1-4).***

Amesema tena:

مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَٰكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ {6}

***“…..Mwenyezi Mungu hapendi kukutieni kwenye uzito; bali anataka kukutakaseni…..”(5:6).***

Habari ya usafi pia imekuja katika Hadith nyingi, k.v. Mtume (s.a.w.) amesema: “Haikubaliwi Swala yoyote pasi na tohara.”

Amesema tena: “Tohara ndiyo ufunguo wa Swala.” Hadith zote hizi zinaonyesha kwa kiasi gani Uislamu unavyothamini na kuhimiza usafi, na kuuchukulia kuwa ndiyo chimbuko la uzuri na wema.

Afya, usafi, na umaridadi wa binaadamu ni miongoni mwa mambo ambayo Uislamu unayatilia mkazo sana na kuyachukulia kuwa ni mambo makuu katika ujumbe wake Mtukufu.

Mtu hahesabiwi kuwa ni Mwislamu wa kweli iwapo hatasafisha mwili wake, ama hatajiepusha na uchafu na nongo, iwe ni katika chakula, kinywaji, mavazi ama katika mazingira yake yote kwa jumla. Afya na unadhifu si kwa ajili ya faida za kimwili tu, bali pia una manufaa makubwa kwa kutakasa nafsi na kumwezesha mtu kufanya kazi barabara maishani.

## 2. Usafi Na Swala

Uislamu umeheshimu mwili wa mwanaadamu kwa kulazimisha usafi wa mwili uwe mwanzo wa kila swala. Na inajulikana kwamba tabia yoyote kwa kawaida huzoeleka kutokana na kuifanya mara kwa mara. Uislamu umefanya ‘wudhu’[1] kuwa ndiyo nguzo ya muhimu sana na ya wajibu kwa Swala.

‘Udhu’ ni neno la Kiarabu lenye maana ya ‘usafi’ na halikuja kwa maana ya kujisafisha kwa maji tu, bali pia kwa kujitakasa kimwili kutokana na maovu. Tumuombapo Mungu wakati wa Swala, basi ni wajibu tuwe wasafi na tohara.

Kuweza kuhifadhi wudhu si jambo rahisi, kwa hivyo, wale wanaoweza kufanya hivyo

wanahesabiwa kuwa ni waumini hasa. Mtume (s.a.w.) amesema: “Hakuna awezaye kuhifadhi wudhu ila Muumin.” Hii si ajabu tuk- izingatia kwamba Uislamu umeufanya ‘wudhu’ kuwa ndiyo ufunguo katika ibada yake kubwa ambayo ni Swala.

Na hakuna Swala yoyote itakayokubaliwa kwa Mwislamu mpaka mwili wake, nguo, na mahali anaposalia pawe safi. “Yeyote miongoni mwenu atayetawadha, kisha asome dua: ‘Nashuhudia ya kwamba hapana Mola apasaye kuabudiwa ila Mwenyezi Mungu, nijaalie niwe miongoni mwa wenye kutubia na wenye kujitakasa’, basi mtu huyo hufunguliwa milango minane ya Pepo, ili aingie mlango wowote autakao.”

## 3. Usafi Wa Mikono

Kutokana na ukweli kwamba mikono yetu ndiyo mara kwa mara twaitumia kugusia vitu mbali mbali, ndipo Uislamu ukatutaka tuioshe kabla na baada ya chakula na pia wakati wa kutawadha.

Kuhusiana na suala la kuweka mikono katika hali ya usafi, Mtume (s.a.w.) amesema: “Atakapolala mmoja wenu na katika mikono yake pana harufu ya nyama na kikimpata cha kumpata, basi na asilaumu ila nafsi yake.”

Amesema tena: “Atakapoamka mmoja kutoka usingizini, na aoshe mikono yake.” Ni lazima ikumbukwe kwamba kula kabla ya kuosha mikono yetu, ni njia rahisi ya kueneza maradhi. Ni lazima tuwalazimishe watoto wetu kufuata kile kilichoamrishwa katika Uislamu kuhusiana na ulazima wa kuosha mikono vizuri kabla na baada ya kula. Mtume (s.a.w.) hakutuhimiza tuoshe mikono tu, bali ametuhimiza kukata kucha pia.

Kupunguza kucha ni lazima kwa sababu ya kukusanyika uchafu na vumbi ndani yake ambavyo vinaweza kuleta madhara makubwa. Mtume (s.a.w.) amesema: “Punguzeni kucha zenu.”

## 4. Usafi Wa Kichwa

Mtume (s.a.w.) amesema: “Yeyote yule mwenye nywele na azitunze vizuri.” Kwa hivyo, wazazi wanapaswa kuwafunza na kuwaongoza watoto wao mara kwa mara waviweke vichwa vyao katika hali ya usafi na kuzitengeza nywele zao vizuri kwa kuziangalia kila mara. Wazazi ni lazima wawafafanulie watoto wao ukweli kwamba usafi ni sehemu ya dini.

## 5. Usafi Wa Macho

Kwa kuwa macho ni kiungo nyeti, yamekuwa ndiyo mepesi sana kudhurika miongoni mwa viungo vyote vya mwili, hivyo basi yanastahili kutunzwa kwa uangalifu mno, na kusafishwa barabara. Kuyasafisha kwenyewe kusifanywe moja kwa moja kwa kutumia vidole, kwani vinaweza kuwa si visafi, na hivyo kuyaletea madhara.

Iwapo inzi watalivamia jicho, basi ni lazima watimuliwe haraka. Mtume (s.a.w.) siku zote alikuwa mwangalifu sana kwa macho yake, na daima alikuwa akiwahimiza watu kufanya hivyo.

Imepokewa Hadith kutoka kwa Aisha (mkewe), amesema: “Mtume (s.a.w.) alikuwa na wanja-manga aliokuwa akijipaka kila jicho mara tatu kabla ya kulala.”

## 6. Usafi Wa Pua

Uislamu umetilia mkazo hasa usafi wa pua mpaka ukafanya kuisafisha ni moja katika shuruti za wudhu. Inatakiwa kwa Muislamu atakapotawadha, kuingiza maji puani kisha kuyapenga, kwani hiyo ndiyo njia bora ya kusafisha pua, na afanye hivyo mara tatu.

## 7. Usafi Wa Mdomo (Kinywa)

Uislamu umetuagiza tusukutue kwa maji wakati wa kutawadha na kupiga mswaki (kabla ya wudhu) na hivyo kutuwekea msingi wa kuyahifadhi meno yetu yawe na afya nzuri.

Mtume (s.a.w.) mara kwa mara aliwahimiza waislamu kusafisha meno wakati wa kutawadha, na nyakati zingine pia.

Mtume (s.a.w.) amesema: “Lau si kuwaonea uzito umma wangu, ningewaamrisha kupiga mswaki katika kila Swala.” Amesema tena: “Kupiga mswaki kunatakasa mdomo.”

## 8. Usafi Wa Nguo

Imetajwa katika Qur’ani:

**وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ {4}**

***“Na nguo zako uzisafishe.” (74:4).***

Pia imetajwa:

**خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ {31}**

***“Chukueni mapambo yenu wakati wa kila Swala.” (7:31).***

Mtume (s.a.w.) amesema pia: “Vaeni nguo nyeupe miongoni mwa nguo zenu, kwani hizo ndizo bora ya nguo zenu.” Kutokana na Hadith iliyopokewa na Jabir bin Abdallah, inasemekana siku moja Mtume (s.a.w.) alimuona mtu mmoja akiwa amevaa nguo chafu, akasema (s.a.w.): “Hivi (mtu huyo) hakupata maji ya kufua nguo zake?”

Uislamu pia umeshauri mtu kuonekana msafi na maridadi awapo katika mkusanyiko wa watu kama vile katika Swala ya Ijumaa na wakati wa sikukuu.

Imepokewa Hadith kutoka kwa Abu Dawud, Mtume (s.a.w.) amesema: “Yeyote kati yenu akiwa na uwezo, aweke nguo mbili maalum kwa ajili ya siku ya Ijumaa, zisizokuwa zile afanyiazo kazi.”

## 9. Usafi Wa Nyumba

Uislamu umetuhimiza kuziweka nyumba zetu katika hali ya usafi, kwa kufanya hivyo, waislamu watakuwa kielelezo cha kuonyesha kuwa usafi ni jambo la kuzingatiwa sana katika Uislamu, na ndilo lenye kuwapambanua kati yao na wengineo.

Imepokewa Hadith kutoka kwa Tirmidhiy, Mtume (s.a.w.) amesema: “Hakika Mwenyezi Mungu Mtukufu ni Mwema, anapenda mambo mema, Mzuri anapenda mazuri, Mkarimu anapenda ukarimu, Mpaji anapenda upaji basi zisafisheni nyua (boma) zenu.”

## 10. Kufanya Iktisadi Katika Matumizi Ya Maji

Imepokewa Hadith kutoka kwa Ibn Sa’ad: “Siku moja Mtume (s.a.w.) alipita nyumbani kwa Saad naye alikuwa akitawadha (huku akimwaga mwaga maji) akamwambia: “Ewe Saad! Israfu iliyoje hiyo uifanyayo?” Akasema Saad: “Je katika maji pia pana israfu?” Mtume (s.a.w.) akamwambia: “Ndio hata ukiwa katika mto upitao.”

Umuhimu hasa wa maji na haja ya kuyatumia kwa iktisadi (kubana matumizi yake) uko dhahiri, kwa kuelewa kwamba Mwenyezi Mungu ameyajaalia maji kuwa ni asili ya maisha na kuwako kwa mwanaadamu. Mwenyezi Mungu amesema katika Qur’ani:

**وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ ۖ {30}**

***“…..Na tukajaalia, kutokana na maji, kila kitu kilicho hai…..” (21:30).***

## 11. Usafi Wa Chakula Na Maji

Imepokewa Hadith kutoka kwa Abu Qataada isemayo kwamba, Mtume (s.a.w.) amekataza watu kupumua ndani ya mabakuli ama vikombe vyao wakati walapo au wanywapo, kukataza huko ni kwa ajili ya kuepukana na uchafuzi wa maji au chakula unaoweza kusababisha maradhi chungu nzima.

## 12. Makatazo Ya Kwenda Haja Ndogo Kwenye Maji Yaliyotulia Au Kutuwama

Uislamu umelinda haki za kila mmoja kwa kutoruhusu mtu yeyote kutia uchafu wake wa mwili (kinyesi, mkojo n.k.) kwenye vyanzo (chemchem) vya maji.

Imepokewa Hadith kutoka kwa Jabir ya kwamba Mtume (s.a.w.) amekataza kwenda haja ndogo kwenye maji yaliyotuama. Na katika Hadith nyingine amesema: “Asikojoe kabisa mmoja wenu katika maji yaliyosimama, kisha akaoga humo.”

Kanuni za iktisadi za Uislamu hazikuishia hapo tu, bali zimetukataza pia kukojoa katika kibwabwa cha kuogea. Imepokewa kutoka kwa Abdullah Ibn Mughaffal, Mtume (s.a.w.) amesema: “Asikojoe, tena asikojoe kabisa mmoja wenu ndani ya kibwawa cha kuogea kisha akaoga humo.”

Kwa hivyo tunapaswa kuwakanya watoto wetu wasiyachafue maji ili kuzihifadhi afya zetu ziwe katika hali njema. Pia ni lazima tutambue ukweli kwam- ba, kukojoa ndani ya maji ni kuyachafua, kuyafanya yasifae kwa matumizi, na kuyafanya kuwa chanzo cha maambukizo na maradhi.

## 13. Makatazo Ya Kukojoa Majabalini Na Maweni

Uislamu umeheshimu na kulinda haki za mwili wa binaadamu kwa kuzuia uchafu utokanao naye ili usilete uchafuzi na madhara. Imepokewa Hadith kutoka kwa Abdallah bin Sargas kwamba, Mtume (s.a.w.) alimkataza mtu kukojoa juu ya mawe ili mkojo usije ukamrukia. Mtume (s.a.w.) amekataza pia kukojoa juu ya ardhi ngumu.

## 14. Mambo Matatu Yaliyolaaniwa

Imepokewa Hadith kutoka kwa Muadh bin Jabal, Mtume (s.a.w.) amesema: “Ogopeni mambo matatu yaliyolaaniwa; kuenda haja mahali papitapo maji (au chemchem), mahali papitapo watu, na mahali penye kivuli.” Hadithi hiyo iliyotangulia pia ameithibitisha Ibn Abbas aliposema: “Nimemsikia Mtume (s.a.w.) akisema: “Ogopeni mambo matatu yaliyolaaniwa.” Akaulizwa: “Ni mambo gani hayo ewe Mtume wa Mwenyezi Mungu?”

Akajibu: “Ni mtu kwenda haja kubwa mahali penye kivuli panapopumzika watu, au njiani (papitapo watu), au penye chemchem ya maji.” Tuliweka pamoja pia jambo hilo hilo, kuna Hadith ambayo Mtume (s.a.w.) amesema: “Ogopeni mambo matatu yaliyolaaniwa.”Maswahaba wakamuuliza: “Je ni mambo gani hayo?” Akawajibu: “Wakati mtu anapok- wenda haja (ndogo au kubwa) penye njia ipitayo watu, au kivulini.”

Kutokana na maelezo yaliyotangulia, ni wazi kwamba kwenda haja kubwa ama ndogo kumekatazwa iwe ni katikati ya barabara au pembeni, kwa kuongezea ni kwamba, makatazo hayo yanahusu kila mahali patumiwapo na watu kwa ajili ya kujistiri (na mvua, jua, n.k.) au mahali papitapo watu (barabarani), pia yanahusu kwenye chemchem za maji na mikondo yake. Makatazo yote hayo ni kuwaepusha watu na kuwalinda kutokana na madhara makubwa yanayoweza kuwapata.

Kwa hivyo ni wazi kwamba, yeyote atakayefanya mojawapo kati ya mambo hayo ya laana, basi amelaaniwa na Mwenyezi Mungu. Laana hizo mbili mwanzoni zinarejea katika kufuatia vitendo hivyo vilivyobainishwa ambavyo hulaaniwa watendaji wake duniani na akhera.

## 15. Usafi Wa Barabara

Jukumu la Uislamu ni kuwalinda waislamu katika vitendo vyao vyote. Kwa hivyo unazingatia kwamba miongoni mwa haki zao ni kutopatwa na madhara yoyote wanapokuwa wakipita njiani. Ametaja Imam Muslim katika *Sahih* yake, kutokana na Hadith iliyopokelewa na Abi Said al-Khidr; Mtume (s.a.w.) amesema: “Tahadharini na kuketi mabarazani.” Maswahaba wakasema: “Lakini sisi twalazimika kuketi kuzungumza mambo yetu.” Mtume (s.a.w.) akawaambia: “Ikiwa hapana budi mketi, basi ipeni hiyo njia haki yake.”

Wakamuuliza: “Ni zipi hizo haki za njia?” Akawajibu: “Haki za njia ni kufumba macho (kutoangalia yasiyofaa), kutowaudhi wapita njia, kuitikia salaam, kuamrishana mema na kukatazana maovu.”

Tukizingatia Hadith hii inatudhihirikia kwamba, Mtume (s.a.w.) anatuongoza ili tushikamane

na mojawapo ya amri zake kuu ambazo ni za wajibu wakati wowote na mahali popote.

Amri hii kuu, inayotawala na kusimamia hali za kukaa njiani, inategemea ukweli kwamba, barabara ni mali ya watu wote na kila mtu hufaidika kutokana na matumizi yake.

Mtume (s.a.w.) ametuamuru kujiepusha na kuwabughudhi wapita njia, iwe ni kwa mkono, ulimi, jicho ama kwa njia yeyote nyingine ijulikanayo, na kwamba Muislamu hasa ni yule ambaye Waislamu wenzake watasalimika kutokana na (shari ya) ulimi wake na mikono yake.

Iwapo mtu ataketi barazani, basi hafai kukaa hapo kwa ajili ya kusema uongo, udaku, kula njama au kuwadhihaki wapita njia. Jambo hili pia limeelezwa kwenye Hadith ifuatayo ilivyotajwa na Bukhari, Mtume (s.a.w.) amesema:

“Bwana mmoja alipokuwa akitembea njiani, aliona tawi la miba njiani, akaliondoa, Mwenyezi Mungu akafurahikia kitendo hicho na akamsamehe.”

Vile vile, mtu yeyote atakayezingatia usafi wa barabara na akajiepusha na kuwabughudhi wapita njia, basi hupewa ahsante kwa juhudi yake na Mwenyezi Mungu humlipa kwayo. Kwa kuongezea, mtu huyu pia hupata shukrani za watu kwa vitendo vyake hivyo.

Amesema Mtume (s.a.w.): “Huwa kila jema alifanyalo binaadamu ni sadaka. Kumsalimia anayekutana naye ni sadaka. Kuamrisha mambo mema ni sadaka, kukataza maovu ni sadaka, kuondoa uchafu njiani ni sadaka na kuwanunulia vitu familia yake pia ni sadaka.”

Mtume (s.a.w.) amesema: “Imani ni kiasi cha vifungu sitini au sabini, kifungu cha chini ni kuondoa uchafu njiani, na cha juu kabisa ni kusema

‘*Laa ilaaha illa llah’* (Hapana mola apasaye kuabudiwa ila Allah).” Amesema Mtume (s.a.w.): “Nilidhihirishiwa amali za umma wangu zilizo nzuri na zilizo mbaya, miongoni mwa amali nzuri ni kuondoa uchafu njiani, na amali mbaya ni kuacha uchafu wa makohozi msikitini.” Amesema Mtume (s.a.w.): “Atakayeondosha uchafu kutoka katika njia ya Waislamu, huandikiwa jema, na yeyote atakayekubaliwa jema lake huingia Peponi.”

Imetajwa na Abu Shibu al-Harawi, Hadith inayofanana na hiyo kwamba, siku moja Mu’adh alikuwa akifuatana na mwenzake, mara akarejea nyuma ili kuondoa jiwe lililokuwa njiani, yule mwenzake akamuuliza: “Kwa nini kufanya hivyo?” Muadh akajibu, “Nilimsikia Mtume (s.a.w.) akisema: “Atakayeondoa jiwe njiani huandikiwa jema, na atakayekuwa na jema, huingia Peponi.” Anas bin Malik amesema pia: “Palikuwa na mti uliokuwa umezuia njia ya watu wapitao, kisha alikuja bwana mmoja na kuuondosha njiani hapo.

Basi Mtume (s.a.w.) siku moja alisema kuhusu habari ya bwana huyo kwamba “Nimemuona Peponi akicheza kivulini.”

Kuna misemo na Hadith zingine mbali mbali zinazoonyesha umuhimu wa kuziweka barabara katika hali ya usafi na kufuata haki za njia ili kuepukana na matatizo yake.

Ingelikuwa ni vizuri kuwapa mafunzo haya watoto wetu ili waweze kuendeleza heshima kwa ajili ya haki za barabara. Kwa njia kama hiyo, tunaweza tukasema kwamba, Uislamu tayari umeshaweka kanuni zinazohusiana na haki za usalama barabarani ili zihifadhike kutokana na machafuko ya ghasia.

1. Wudhu: kujisafisha uso, mikono, kichwa na miguu kabla ya kuswali – maarufu kwa jina la ‘kutawadha’.

**URL di origine:** http://www.al-islam.org/it/node/24927