角笛が吹かれる
その日まで、
イスラームは
色あせない

クルアーン・ハディース・
最新の科学的知見に基づいて

Hj Che Alim Hj Che Haron

quranscience.my | @QuranScienceMY

表紙のテーマ

この表紙の銀河の星雲ときらめく星々は、広大で太古から存在し、絶えず膨張し続ける宇宙を象徴している — 現代科学が明らかにしてきたとおりである。中央の金色の三日月は、時代が移り変わっても変わることのないイスラームのしるしと暦を表している。四隅の金色のイスラーム幾何学模様の枠は、啓示の秩序と堅固さを象徴し、時代の流れに逆らって揺るぎなく立ち続けている — 角笛が吹かれるその日まで。

角笛が吹かれるその日まで、

イスラームは色あせない

クルアーン・ハディース・最新の科学的知見に基づいて

Hj Che Alim Hj Che Haron

quranscience.my | *@QuranScienceMY*

パシル・マス、クランタン（マレーシア）

© 2026 年 / 1448 AH · quranscience.my

本書は知識の奉仕として刊行され、無償で配布されるものである。内容を変更せず、販売しないことを条件として、ムスリムの皆さんに無料で複製・配布していただくことを歓迎する。

目次

序文 4

第 1 章：イスラームと永遠の約束 6

第 2 章：始まりを持ち、膨張し続ける宇宙 15

第 3 章：母胎における人間の創造 21

第 4 章：疫病・隔離・清潔 27

第 5 章：食べること、飲むこと、断食 35

第 6 章：睡眠と生命のリズム 45

第 7 章：知識と人工知能の時代 53

第 8 章：預かりものとしての地球 60

第 9 章：角笛と旅の終わり 67

結論と教訓 76

参考文献 78

謝辞 83

支援と寄付 84

序文

ビスミッラーヒッラハマーニッラヒーム。万有の主、アッラーにすべての称賛あれ。私たちの師である預言者ムハンマド ﷺ、その家族、教友たち、そして審判の日まで彼らの道に従うすべての人々に祝福と平安あれ。

私たちは変化の非常に速い時代に生きている。宇宙望遠鏡は今や約 135 億年前に発せられた銀河の光を捉えることができ、研究室では生命の暗号を読み取り編集することができ、人工知能は一瞬のうちに文章を書き、絵を描き、計算をこなす。このような状況の中で、誠実に、あるいは皮肉を込めて、1400 年以上前に下された宗教が今もなお時代に適っているのかと問う人がいても不思議ではない。

この小さな本は、その問いに落ち着いて答えようとするものである。私たちは変わることのない二つの源 — **クルアーン**と**真正なスンナ** — に立ち返り、権威ある学者たちの解説とともにその教えを読み直したうえで、関連する最新の科学的知見に光を当てる。その目的は啓示を実験室で「証明」することではない。啓示は実験室の承認に依存しないからである。そうではなく、誠実な理性と真実の啓示が決して衝突しないこと、そしてイスラームがあらゆる時代に新鮮な導きを与え続けていることを示すことにある。

本書の題名は、啓示が告げる一つの真理に基づいている。角笛を吹く任務を負った天使（学者たちの説明によればイスラーフィール عليه السلام）がそれを吹くよう命じられるその時まで、この世界は動き続け、その間ずっとイスラームは導きであり続ける。第 1 章で紹介するアッラーの御言葉とアッラーの使徒 ﷺ の言葉が、その根拠である。

本書の執筆方針

- **クルアーンの節：** ウスマーン体のアラビア語原文を章名と節番号とともに完全な形で示し、続いてその意味の訳を掲げる。

- **各ハディース：** アラビア語原文、訳、要旨、伝承者名、伝承経路（ラテン文字とジャウィ文字）、ハディース番号、真正性の等級、学者たちの解説、そして読者が確認できるようリンク（URL）を添える。
- **古典的タフスィール：** 現代科学との関連を述べる前に、まずこれを参照する。
- **科学的資料：** 査読付き学術誌（peer-reviewed）や公的機関から選ぶ。科学は暫定的なものであり、常に見直されている。啓示を理論の下に置くことはしない。
- **学問的誠実さ：** 学者や科学者の意見が分かれている場合、あるいはある関連づけが弱い場合には、そのことをはっきりと述べる。

訳と参考文献についての注記

本書における節の訳は、理解を助けるための意味の訳であり、クルアーン本文に代わるものではない。日本語訳は主に三田了一訳を用いている。さらに確認したい読者は、信頼できるタフスィールや訳書、そして各章のハディースへのリンクを参照されたい。「学者たちの解説」の部分にある学者の説明は、著者の言葉による簡潔な要約である。より深く学びたい読者は、示された原典を参照することをお勧めする。

第 1 章：イスラームと永遠の約束

世界が回り続ける限り、なぜイスラームは色あせないのか

「時代に適っている」かという問いは、実のところ、ある宗教が変化する状況の中でも真実で意味のある導きを与え続けられるかを問うものである。ムスリムにとって、その答えは三つの真理から始まる。この宗教はすでに**完成されている**こと、それをもたらした方は**全世界への慈悲**であること、そして啓示そのものが**人間に自然界と**自分自身を探究するよう呼びかけていることである。

完成された宗教、最後の預言者

食卓章（5）第 3 節 quran.com/5/3

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةُ وَٱلدَّمُ وَلَحْمُ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ لِغَيْرِ ٱللَّهِ بِهِۦ وَٱلْمُنْخَنِقَةُ
وَٱلْمَوْقُوذَةُ وَٱلْمُتَرَدِّيَةُ وَٱلنَّطِيحَةُ وَمَآ أَكَلَ ٱلسَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى ٱلنُّصُبِ
وَأَن تَسْتَقْسِمُوا۟ بِٱلْأَزْلَٰمِ ۚ ذَٰلِكُمْ فِسْقٌ ۗ ٱلْيَوْمَ يَئِسَ ٱلَّذِينَ كَفَرُوا۟ مِن دِينِكُمْ فَلَا
تَخْشَوْهُمْ وَٱخْشَوْنِ ۚ ٱلْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِى وَرَضِيتُ
لَكُمُ ٱلْإِسْلَٰمَ دِينًا ۚ فَمَنِ ٱضْطُرَّ فِى مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِّإِثْمٍ فَإِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

「あなたがたに禁じられたものは、死肉、（流れる）血、豚肉、アッラー以外の名を唱え（殺され）たもの、絞め殺されたもの、打ち殺されたもの、墜死したもの、角で突き殺されたもの、野獣が食い残したもの、（ただしこの種のものでも）あなたがたがその止めを刺したものは別である。また石壇に犠牲とされたもの、籤で分配されたものである。これらは忌まわしいものである。今日、不信心な者たちはあなたがたの教え（を打破すること）を断念した。だからかれらを畏れないでわれを畏れなさい。今日われはあなたがたのために、あなたがたの宗教を完成し、またあなたがたに対するわれの恩恵を全うし、あなたがたのための教えとして、イスラームを選んだのである。しかし罪を犯す意図なく、飢えに迫られた者には、本当にアッラーは寛容にして慈悲深くあられる。」

部族連合章（33）第 40 節 quran.com/33/40

مَّا كَانَ مُحَمَّدٌ أَبَآ أَحَدٍ مِّن رِّجَالِكُمْ وَلَٰكِن رَّسُولَ ٱللَّهِ وَخَاتَمَ ٱلنَّبِيِّـۧنَ ۗ وَكَانَ ٱللَّهُ بِكُلِّ شَىْءٍ عَلِيمًا ﴿٤٠﴾

「ムハンマドは、あなたがた男たちの誰の父親でもない。しかし、アッラーの使徒であり、また預言者たちの封緘である。本当にアッラーは全知であられる。」

簡潔なタフスィール

イブン・カスィールはそのタフスィールの中で、食卓章第 3 節はアッラーがこのウンマに与えた最大の恵みの一つであると説明している。宗教が完成されたことにより、彼らはもはや他の宗教を必要とせず、彼らの預言者 ﷺ 以外の預言者も必要としない。だからこそアッラーは、部族連合章第 40 節にあるとおり彼を預言者たちの封印とし、全人類に遣わされたのである。

宗教の完成とは、世界が変化をやめることを意味しない。それは、信仰・崇拝・倫理の基盤がすでに完全であり、シャリーアの大原則（マカースィド）— 宗教・生命・理性・子孫・財産を守ること — が定められていることを意味する。医学の新たな問題からデジタル技術に至るまで、新しい事柄に答えるためのイジュティハードの余地は、変わらない基準のもとで学者たちに開かれ続けている。

全世界への慈悲と、しるしを見つめるようにとの呼びかけ

預言者章（21）第 107 節 quran.com/21/107

وَمَآ أَرْسَلْنَٰكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَٰلَمِينَ ﴿١٠٧﴾

「われは只万有への慈悲として、あなたを遣わしただけである。」

解き明かされた章（41）第 53 節 quran.com/41/53

سَنُرِيهِمْ ءَايَٰتِنَا فِى ٱلْءَافَاقِ وَفِىٓ أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ ٱلْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُۥ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ شَهِيدٌ ﴿٥٣﴾

「われは、わが印が真理であることが、かれらに明白になるまで、（遠い）空の彼方において、またかれら自身の中において（示す）。本当にあなたがたの主は、凡てのことの立証者であられる。そのことだけでも十分ではないか。」

簡潔なタフスィール

預言者章第 107 節は、預言者 ﷺ の使命を包括的な慈悲としている — 一つの民族や一つの時代だけのためではない。解き明かされた章 41:53 については、注釈者たちが「地平線の彼方と彼ら自身の中のしるし」についていくつかの見解を記している。その一つは、使命の真実を示す諸国の開放や出来事を指すという理解であり、また自然界の創造と人間自身の驚異に結びつける見解もある。この二つの理解は矛盾しない。この節は、あらゆる発見が実はその創造主を指し示す「しるし」であると認めつつ、自然界と自分自身を探究する扉を開いているのである。

歴史的注記：探究を促す啓示

イスラーム文明の歴史は、この探究への奨励が実際の営みに結実したことを示している。イブン・ハイサム（1040 年頃没）は『光学の書（キターブ・アル＝マナーズィル）』によって光学研究における実験的方法の基礎を築き、ザフラーウィー（1013 年頃没）は外科の手技を収めた『タスリーフ』を著し、イブン・ナフィース（1288 年没）は心臓から肺への血液循環を説明した。これらの業績は啓示の真実の「証拠」ではないが、啓示が学問を妨げず、むしろそれを促すことの証である。

常に立ち続ける集団と、各世紀の刷新者

アッラーの使徒 ﷺ は、この宗教がその擁護者を失うことはないという吉報を伝えられた。次の二つのハディースが、本書の題名の柱となっている。

ハディース 1：常に真理の上に立ち続ける集団

حَدَّثَنَا سَعِيدُ بْنُ مَنْصُورٍ، وَأَبُو الرَّبِيعِ الْعَتَكِيُّ، وَقُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ، قَالُوا حَدَّثَنَا حَمَّادٌ - وَهُوَ ابْنُ زَيْدٍ - عَنْ أَيُّوبَ، عَنْ أَبِي قِلاَبَةَ، عَنْ أَبِي أَسْمَاءَ، عَنْ ثَوْبَانَ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " لاَ تَزَالُ طَائِفَةٌ مِنْ أُمَّتِي ظَاهِرِينَ عَلَى الْحَقِّ لاَ يَضُرُّهُمْ مَنْ خَذَلَهُمْ حَتَّى يَأْتِيَ أَمْرُ اللَّهِ وَهُمْ كَذَلِكَ " . وَلَيْسَ فِي حَدِيثِ قُتَيْبَةَ " وَهُمْ كَذَلِكَ " .

訳：

サウバーン رضي الله عنه は言った。アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「わがウンマの中には、常に真理の上に（堅固に勝利して）立ち続ける一団がいるであろう。彼らを見捨てる（助けない）者も彼らを害することはできない。アッラーの命令が来るまで、彼らはそのような状態であり続けるであろう。」

要旨： イスラームの真理には、終末が近づくまで常にそれを支え実践する人々がいる。時代が変わり、多くの人が背を向けたとしても、この宗教が消え去ることはない。

伝承者：

サウバーン رضي الله عنه（アッラーの使徒 ﷺ のマウラー、すなわち彼によって解放された元奴隷）

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ムスリムが『サヒーフ・ムスリム』統治の書、ハディース第 1920 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب الإمارة، حديث نمبور ١٩٢٠.

伝承の連鎖：

サイード・イブン・マンスール、アブー・アッ＝ラビーウ・アル＝アタキー、クタイバ・イブン・サイード ← ハンマード・イブン・ザイド ← アイユーブ ← ア

ブー・キラーバ ← アブー・アスマー ← サウバーン رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ムスリム』に収録。

学者たちの解説：

イマーム・ブハーリーとイマーム・アフマド・イブン・ハンバル：

両イマームは、「常に真理の上に勝利し続ける一団」とは学者や知識の人々のことであるとの見解を示している（『サヒーフ・ブハーリー』ハディース第 7311 番の前の章題、およびナワウィーの『サヒーフ・ムスリム注釈』を参照）。

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、この一団が必ずしも一つの場所や一つの分野に集まっているわけではなく、信仰者たちの間に広く散らばっていることもあると伝えている — 戦う者、法学者、ハディース学者、禁欲の人々、そして善を勧め悪を禁じる人々などである。

参照リンク： https://sunnah.com/muslim:1920

ハディース 2：各世紀における宗教の刷新者

حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ دَاوُدَ الْمَهْرِيُّ، أَخْبَرَنَا ابْنُ وَهْبٍ، أَخْبَرَنِي سَعِيدُ بْنُ أَبِي أَيُّوبَ، عَنْ شَرَاحِيلَ بْنِ يَزِيدَ الْمَعَافِرِيِّ، عَنْ أَبِي عَلْقَمَةَ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، فِيمَا أَعْلَمُ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ قَالَ " إِنَّ اللَّهَ يَبْعَثُ لِهَذِهِ الأُمَّةِ عَلَى رَأْسِ كُلِّ مِائَةِ سَنَةٍ مَنْ يُجَدِّدُ لَهَا دِينَهَا " . قَالَ أَبُو دَاوُدَ رَوَاهُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ شُرَيْحٍ الإِسْكَنْدَرَانِيُّ لَمْ يَجْزْ بِهِ شَرَاحِيلَ .

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه はアッラーの使徒 ﷺ から伝えている。彼は言われた。「まことにアッラーは、このウンマのために、百年ごとの始まり（頭）に、その宗教を刷新する（よみがえらせる）者を遣わされるであろう。」

要旨： ここでいう「刷新」とは、イスラーム本来の教えをよみがえらせ、逸脱を取り除き、正しい理解によって時代の課題に答えることである ― 宗教を変えたり新しい宗教を作ったりすることではない。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه。

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・アブー・ダーウードが『スナン・アビー・ダーウード』戦乱の書、ハディース第 4291 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام أبو داود دالم سنن أبي داود، كتاب الملاحم، حديث نمبور ٤٢٩١.

伝承の連鎖：

スライマーン・イブン・ダーウード・アル＝マフリー ← イブン・ワフブ ← サイード・イブン・アビー・アイユーブ ← シュラフビール・イブン・ヤズィード・アル＝ムアーフィリー ← アブー・アルカマ ← アブー・フライラ رضي الله عنه（伝承者の不確かさを示す「フィーマー・アアラム」― 私の知る限りでは ― という表現を伴う）← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ（アルバーニー、およびムハンマド・ムフイッディーン・アブドゥルハミード）。イスナードはハサン（ズバイル・アリー・ザイー）。アルバーニーはこれを『真正ハディース集成（スィルスィラ・アル＝アハーディース・アッ＝サヒーハ）』第 599 番に収めている。

学者たちの解説：

ムナーウィー（『ファイド・アル＝カディール』）：

彼は、「刷新する者」は必ずしも一人の個人ではなく、一つの集団でもありうると説明している。刷新とはスンナと知識をよみがえらせ、ビドア（逸脱）を取り除くことであり、宗教の規定を変えることではない。

アルバーニー（『真正ハディース集成』）：

彼はこのハディースの真正性を強調し、その伝承経路への疑いを退けたうえで、刷新の務めとは正しい理解に基づいてクルアーンとスンナに立ち返ることであると強調している。

参照リンク： https://sunnah.com/abudawud:4291

分析：「時代に適う」とは何を意味するのか

イスラームが色あせないのは、時代のあらゆる流れに従うからではなく、その流れを評価するための**基準**を与えるからである。人間が宇宙の起源、人生の意味、知識を用いる作法、疫病への向き合い方、食べ方や眠り方、あるいは地球の守り方について問うとき、イスラームはタウヒード（唯一神信仰）、倫理、正義に根ざした答えを示す。続く各章では、クルアーンとスンナの教えが最新の科学的知見と語り合い続けている具体例を示していく。

第 2 章：始まりを持ち、膨張し続ける宇宙

宇宙論、ビッグバン、そしてジェイムズ・ウェッブ宇宙望遠鏡

クルアーンの節

預言者章（21）第 30 節 quran.com/21/30

أَوَلَمْ يَرَ ٱلَّذِينَ كَفَرُوٓاْ أَنَّ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنَٰهُمَاۖ وَجَعَلْنَا مِنَ ٱلْمَآءِ كُلَّ شَىْءٍ حَىٍّۖ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ ﴿٣٠﴾

「信仰しない者たちは分らないのか。天と地は、一緒に合わさっていたが、われはそれを分けた。そして水から一切の生きものを創ったのである。かれらはそれでも信仰しないのか。」

撒き散らすもの章（51）第 47 節 quran.com/51/47

وَٱلسَّمَآءَ بَنَيْنَٰهَا بِأَيْيْدٍ وَإِنَّا لَمُوسِعُونَ ﴿٤٧﴾

「われは偉力をもって天を打ち建て、果しない広がりにした。」

古典的タフスィール

「天と地は一緒に合わさっていた（ラトク）が、われがそれを分けた（ファトク）」というアッラーの御言葉について、イブン・カスィールはイブン・アッバース رضي الله عنهما および先人たち（サラフ）から、天と地はかつて合わさっていて、その後アッラーがそれらを分けられたという解釈を伝えている。その分離によって天は雨を降らせ、地は植物を生えさせるようになったと述べる伝承もある。この理解は、現代の望遠鏡が存在するはるか以前に、古典的なタフスィール書に記録されていたのである。

撒き散らすもの章第 47 節について、イブン・カスィールとタバリーは「ビ・アイディン」が力と強さによってという意味であると記している。また「ラ・ムースィウーン」について、注釈者たちはアラビア語で知られる二つの意味の可能性を挙げている。**「われはまことにそれを広げつつある」**（天の創造を広げる）、あるいは**「われはまことに力ある（能力ある）者である」**（豊かで能力ある）である。読者は、この二つの意味がいずれもタフスィールの伝統の中に記録されていることを知っておくべきである。

最新の科学的知見

現代宇宙論は 20 世紀に始まった。1927 年、物理学者ジョルジュ・ルメートルは膨張する宇宙のモデルを提唱し、1929 年にはエドウィン・ハッブルが、銀河が距離に応じて増す速さで私たちから遠ざかっていることを示す観測を発表した。1965 年には、アーノ・ペンジアスとロバート・ウィルソンが宇宙の「最初の光」である宇宙マイクロ波背景放射（CMB）を検出した。その後、プランク衛星のデータにより、宇宙の年齢は約 138 億年と見積もられた。

最新の発見はジェイムズ・ウェッブ宇宙望遠鏡（JWST）からもたらされている。2024 年、JADES チームは赤方偏移約 14.32 の銀河 JADES-GS-z14-0 を分光観測によって確認した — その光はビッグバンから約 3 億年後に発せられたもので、この銀河はそれまでのモデルの予想よりも明るく大きいことが判明した（学術誌 *Nature* に報告）。その後、銀河 MoM-z14（赤方偏移 14.44、ビッグバンから約 2 億 8000 万年後）が分光観測で確認された最も遠い銀河として報告され、その研究は 2026 年 1 月に *Open Journal of Astrophysics* に発表された。本書執筆時点（2026 年 9 月）ではこれが知られている記録であるが、このような記録はいつでも塗り替えられうる。

宇宙論の年表（概略）	
1927 年	ルメートルが膨張する宇宙を提唱。
1929 年	ハッブルが銀河の距離と後退速度の関係を発表。

宇宙論の年表（概略）	
1965 年	ペンジアスとウィルソンが宇宙マイクロ波背景放射（CMB）を検出。
2018 – 2020 年	プランクのデータ：宇宙の年齢は約 138 億年。
2024 年	JWST が赤方偏移約 14.32 の JADES-GS-z14-0 を確認（Nature、2024 年 9 月）。
2026 年	MoM-z14（赤方偏移 14.44）が Open Journal of Astrophysics に発表。

見直され続ける科学

宇宙論は今も生きて発展し続けている。その一例が「ハッブル・テンション（Hubble tension）」である ― CMB から得られる宇宙の膨張率の見積もりと、近くの星や銀河の観測から得られる見積もりとの食い違いである。この食い違いはまだ解決されていない。だからこそ、啓示と科学の関連づけは慎重に行わなければならない。確立された発見は尊重するが、まだ変化しつつある理論の上に信仰を築くことはしないのである。

関連するハディース

ハディース 3：アッラーは存在され、ほかには何も存在しなかった。そして天と地を創造された

حَدَّثَنَا عُمَرُ بْنُ حَفْصِ بْنِ غِيَاثٍ، حَدَّثَنَا أَبِي، حَدَّثَنَا الأَعْمَشُ، حَدَّثَنَا جَامِعُ بْنُ شَدَّادٍ، عَنْ صَفْوَانَ بْنِ مُحْرِزٍ، أَنَّهُ حَدَّثَهُ عَنْ عِمْرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ ـ رضى الله عنهما ـ قَالَ دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ وَعَقَلْتُ نَاقَتِي بِالْبَابِ، فَأَتَاهُ نَاسٌ مِنْ بَنِي تَمِيمٍ فَقَالَ " اقْبَلُوا الْبُشْرَى يَا بَنِي تَمِيمٍ ". قَالُوا قَدْ بَشَّرْتَنَا فَأَعْطِنَا. مَرَّتَيْنِ، ثُمَّ دَخَلَ عَلَيْهِ نَاسٌ مِنْ أَهْلِ الْيَمَنِ فَقَالَ " اقْبَلُوا الْبُشْرَى يَا أَهْلَ الْيَمَنِ، إِذْ لَمْ يَقْبَلْهَا بَنُو تَمِيمٍ ". قَالُوا قَدْ قَبِلْنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالُوا جِئْنَاكَ نَسْأَلُكَ عَنْ هَذَا الأَمْرِ قَالَ " كَانَ اللَّهُ وَلَمْ يَكُنْ شَىْءٌ غَيْرُهُ، وَكَانَ عَرْشُهُ عَلَى الْمَاءِ، وَكَتَبَ فِي الذِّكْرِ كُلَّ شَىْءٍ، وَخَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضَ ". فَنَادَى مُنَادٍ ذَهَبَتْ نَاقَتُكَ يَا ابْنَ الْحُصَيْنِ. فَانْطَلَقْتُ فَإِذَا هِيَ يَقْطَعُ دُونَهَا السَّرَابُ، فَوَاللَّهِ لَوَدِدْتُ أَنِّي كُنْتُ تَرَكْتُهَا.

訳：

イムラーン・イブン・フサイン رضي الله عنه は、イエメンから来た人々がアッラーの使徒 ﷺ のもとを訪れ、創造の始まりについて尋ねたと伝えている。彼は言われた。「アッラーは存在され、ほかには何も存在しなかった。その玉座は水の上にあった。アッラーはズィクル（守られた書板）にすべてのことを書き記され、そして天と地を創造された。」

要旨： この宇宙は永遠ではなく、ひとりでに存在するものでもない。それは始まりなき御方アッラーの創造によって始まった。これは、宇宙には始まりがあるという信仰の基盤を与えている。

伝承者：

イムラーン・イブン・フサイン رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』創造の始まりの書、ハディース第 3191 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب بدء الخلق، حديث نمبور ٣١٩١.

伝承の連鎖：

ウマル・イブン・ハフス・イブン・ギヤース ← その父（ハフス・イブン・ギヤース） ← アアマシュ ← ジャーミウ・イブン・シャッダード ← サフワーン・イブン・ムフリズ ← イムラーン・イブン・フサイン رضي الله عنه。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ブハーリー』に収録。

学者たちの解説：

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』創造の始まりの書）：

彼はこのハディースの文言（「彼の前に」と「彼とともに」という伝承上の違いを含む）を論じ、その主要な意味は始まりのないアッラーの存在であり、それ以外のすべては後に創造されたということであると説明している。

イブン・カスィール（『始まりと終わり（アル＝ビダーヤ・ワ・ン＝ニハーヤ）』）：

彼は創造の始まりの物語をこのハディースから始め、典拠に基づいて創造の初期の順序を理解するための基礎としている。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:3191

イウジャーズ（奇跡性）の分析

クルアーンが描く大まかな姿 — 宇宙は「合わさった」状態から始まり、それが分けられ、天は広げられ続ける — と、宇宙の始まりと膨張についての現代宇宙論の大まかな姿との間には、興味深い一致がある。しかし私たちは誠実でなければならない。

クルアーンは「特異点」やフリードマン方程式について語っているわけではなく、この節の「天と地」は必ずしも現代天文学の用語と同じではない。だからこそ慎重な学者たちは、この関連を確定的なタフスィールではなく、省察を深める**示唆**と位置づけているのである。

その主要な教えは明らかである。この宇宙は永遠ではなく、ひとりでに存在するものでもない。イムラーン・イブン・フサイン رضي الله عنه のハディースは、アッラーは存在され、ほかには何も存在せず、そして天と地を創造されたと述べている。科学は宇宙がどのように発展してきたかを教え、啓示は誰が、そしてなぜを教えてくれる。両者は互いに補い合うのである。

第 3 章：母胎における人間の創造

発生学と生命の初期段階

クルアーンの節

信者たち章（23）第 12–14 節 quran.com/23/12-14

وَلَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ مِن سُلَٰلَةٍ مِّن طِينٍ ﴿١٢﴾

「われは泥の精髄から人間を創った。」

ثُمَّ جَعَلْنَٰهُ نُطْفَةً فِى قَرَارٍ مَّكِينٍ ﴿١٣﴾

「次に、われはかれを精液の一滴として、堅固な住みかに納めた。」

ثُمَّ خَلَقْنَا ٱلنُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا ٱلْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا ٱلْمُضْغَةَ عِظَٰمًا فَكَسَوْنَا ٱلْعِظَٰمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَٰهُ خَلْقًا ءَاخَرَ ۚ فَتَبَارَكَ ٱللَّهُ أَحْسَنُ ٱلْخَٰلِقِينَ ﴿١٤﴾

「それからわれは、その精滴を一つの血の塊に創り、次にその塊から肉塊を創り、次いでその肉塊から骨を創り、次に肉でその骨を覆い、それからかれを外の生命体に創り上げた。ああ、何と素晴しいアッラー、最も優れた創造者であられる。」

古典的タフスィール

イブン・カスィールは、これらの節が人間創造の段階を述べていると説明している。土の精髄から始まり、次に堅固な場所すなわち子宮に納められたヌトファ（精液）、次にアラカ、ムドガ、骨、そしてその骨が肉で覆われる。彼はこれらの段階とその期間を説明するアブドゥッラー・イブン・マスウード رضي الله عنه のハディースを引用している。節は「最も優れた創造者アッラーに祝福あれ」で締めくくられ、この創造の驚異が畏敬と感謝を求めていることを思い起こさせる。

アラカという語にはアラビア語でいくつかの意味がある。その中には「付着するもの、ぶら下がるもの」「血の塊」があり、ヒルのような生き物と理解する者もいる。ムドガは「ひと噛みほどの大きさの肉片」を意味する。こうした意味の多様性は、ある一つの科学的解釈を急いで節に固定しないために重要である。

最新の科学的知見

現代の発生学は、卵子と精子の受精、接合子の形成、細胞分裂による胚盤胞の形成、そして子宮壁への着床（およそ 6 日目から 10 日目）から始まる発生を研究している。3 週目から 4 週目までに、胚は体節（ソマイト）と呼ばれる分節構造を形成し、それが後に脊椎や筋肉となる。軟骨が形成され始め、骨化は 6 週目から 8 週目頃に始まる。8 週目の終わり（カーネギー段階 23）までに、主要な器官系はすべて形成が始まり、胚は胎児期に入る。

これらの節と発生学との関連についての研究は、とりわけ教科書 *The Developing Human* の著者キース・L・ムーア教授の仕事を通じて知られている。彼は 1980 年代にサウジアラビアに招かれ、（アブドゥル・マジード・アッ＝ザンダーニーとともに）イスラームの典拠に関する補遺を加えた版を作成した。彼の見解や、アラカとムドガという用語を胚の段階と結びつける考えは一部の研究者に評価されている一方、他の研究者からは批判も受けている。したがって、この関連づけは合意（イジュマー）ではなく、一つの見解として述べるべきである。

節の中の段階と発生学との関連（一部の研究者の見解）	
ヌトファ	初期段階：受精、接合子、細胞分裂（第 1 週）。
アラカ	子宮壁に付着・埋没した胚（着床、第 1–3 週）。
ムドガ	体節（ソマイト）が現れ始め、「肉片」のように見える胚（第 4 週）。
イザーム（骨）	軟骨からの骨格の形成と骨化の始まり（第 6–8 週）。

節の中の段階と発生学との関連（一部の研究者の見解）	
カサウナ・ル＝イザーマ・ラフマン（骨を肉で覆う）	骨格を包む筋肉の形成。
インシャアナーフ・ハルカン・アーハル（別の創造物として生じさせる）	胎児への移行と、誕生まで続く発達。

学問的誠実さについての注記：「四十日」と各段階の期間

イブン・マスウードのハディースは最初の各段階について四十日という期間を挙げているが、現代の発生学はカーネギー段階に従って週と日で発達を測る。学者や研究者は、さまざまなハディースの伝承（『サヒーフ・ムスリム』の別の伝承を含む）を科学的データとどう調和させるかを議論してきた。この議論は学者や専門家の間で今も続いている。読者は、いかなる「一致」も急いで受け入れたり退けたりしないよう勧められる。

関連するハディース

ハディース 4：母胎における人間創造の初期段階

حَدَّثَنَا الْحَسَنُ بْنُ الرَّبِيعِ، حَدَّثَنَا أَبُو الأَحْوَصِ، عَنِ الأَعْمَشِ، عَنْ زَيْدِ بْنِ وَهْبٍ، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ حَدَّثَنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ وَهُوَ الصَّادِقُ الْمَصْدُوقُ قَالَ " إِنَّ أَحَدَكُمْ يُجْمَعُ خَلْقُهُ فِي بَطْنِ أُمِّهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، ثُمَّ يَكُونُ عَلَقَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يَكُونُ مُضْغَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يَبْعَثُ اللَّهُ مَلَكًا، فَيُؤْمَرُ بِأَرْبَعِ كَلِمَاتٍ، وَيُقَالُ لَهُ اكْتُبْ عَمَلَهُ وَرِزْقَهُ وَأَجَلَهُ وَشَقِيٌّ أَوْ سَعِيدٌ. ثُمَّ يُنْفَخُ فِيهِ الرُّوحُ، فَإِنَّ الرَّجُلَ مِنْكُمْ لَيَعْمَلُ حَتَّى مَا يَكُونُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْجَنَّةِ إِلاَّ ذِرَاعٌ، فَيَسْبِقُ عَلَيْهِ كِتَابُهُ، فَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ النَّارِ، وَيَعْمَلُ حَتَّى مَا يَكُونُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ النَّارِ إِلاَّ ذِرَاعٌ، فَيَسْبِقُ عَلَيْهِ الْكِتَابُ، فَيَعْمَلُ بِعَمَلِ أَهْلِ الْجَنَّةِ ".

訳：

アブドゥッラー・イブン・マスウード رضي الله عنه は言った。真実を語り、（啓示の）真実を認められたアッラーの使徒 ﷺ は私たちに言われた。「まことにあなたがたの誰もが、その創造は母の胎内に四十日間（ヌトファとして）集められ、次に同じ期間アラカ（付着するもの）となり、次に同じ期間ムドガ（肉片）となる。それからアッラーは一人の天使を遣わし、四つのことを（書き記すよう）命じられる。その者の行い、糧、寿命、そして不幸な者か幸福な者かが書き記される。それから魂が吹き込まれる。まことにあなたがたのある者は、楽園との間に一腕尺しかないところまで（善い）行いをするが、定めが先んじて、地獄の民の行いをする。またある者は、地獄との間に一腕尺しかないところまで行いをするが、定めが先んじて、楽園の民の行いをするのである。」

要旨： 人間の創造はアッラーの知識と定めによって段階的に行われ、魂は特定の段階で吹き込まれる。そして人生の最後の行いが非常に重要である。このハディースはまた、良き最期（フスヌル・ハーティマ）を祈り求めるよう教えている。

伝承者：

アブドゥッラー・イブン・マスウード رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』創造の始まりの書、ハディース第 3208 番に伝える。（イマーム・ムスリムも『サヒーフ・ムスリム』第 2643 番に伝えており、『ナワウィーの四十ハディース』の第 4 ハディースでもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب بدء الخلق، حديث نمبور ٣٢٠٨.

伝承の連鎖：

ハサン・イブン・アッ＝ラビーウ ← アブー・アル＝アフワス ← アアマシュ ← ザイド・イブン・ワフブ ← アブドゥッラー・イブン・マスウード رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ ― ムッタファク・アライヒ（ブハーリーとムスリムの双方が収録）。

学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『ナワウィーの四十ハディース』第 4 ハディース）：

彼はこのハディースを宗教の基礎の一つとして選んだ。それは定命（カダーとカダル）への信仰の基礎と人間の創造とをあわせ含んでいるからである。

イブン・ラジャブ・アル＝ハンバリー（『学問と英知の集成』）：

彼は、このハディースにある諸段階がアッラーの知識の完全さを示していること、そして定命が書き記されていることは人間の努力を否定しないことを説明している。良き最期は、行いと祈りによって求めるべきものである。

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』）：

彼は創造の初期段階の期間に関するさまざまな伝承（『サヒーフ・ムスリム』の別の伝承を含む）を比較し、これらのハディースは一つの文言だけを抜き出すのではなく、全体として理解すべきであることを示している。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:3208

イウジャーズ（奇跡性）の分析

熟考すべき最も重要な事実は、この節が下された時代、人間は顕微鏡も超音波も持っていなかったにもかかわらず、クルアーンが創造の諸段階を、後に知られるようになった大まかな順序と一致する形で順序立てて述べていることである。しかしクルアーンの教えは発生学の講義ではない。その目的は、人間に自らのつつましい起源、アッラーの御力、そして創造された御方は再びよみがえらせることもできるということを気づかせることにある。科学は細部を加え、信仰は意味を加えるのである。

第 4 章：疫病・隔離・清潔

今なお有効であることが示された預言者の導き

クルアーンの節

雌牛章（2）第 195 節 quran.com/2/195

وَأَنفِقُوا۟ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ وَلَا تُلْقُوا۟ بِأَيْدِيكُمْ إِلَى ٱلتَّهْلُكَةِ ۛ وَأَحْسِنُوٓا۟ ۛ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُحْسِنِينَ ﴿١٩٥﴾

「またアッラーの道のために（あなたがたの授けられたものを）施しなさい。だが、自分の手で自らを破滅に陥れてはならない。また善いことをしなさい。本当にアッラーは、善行を行う者を愛される。」

包る者章（74）第 4–5 節 quran.com/74/4-5

وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ ﴿٤﴾

「またあなたの衣を清潔に保ちなさい。」

وَٱلرُّجْزَ فَٱهْجُرْ ﴿٥﴾

「不浄を避けなさい。」

簡潔なタフスィール

雌牛章第 195 節は、人が自らの手で自分を破滅に投げ込むことを禁じている。注釈者たちはこれを一般的な意味で理解している。すなわち、義務である扶養やジハードを放棄することであれ、正当な理由なく命を危険にさらすことであれ、自分に害をもたらすあらゆる行為を含むのである。この節に基づいて、学者たちは害を退けることをシャリーアの目的（マカースィド）の一部とする原則を築いた。また包る

者章第 4–5 節は、学者たちの解釈によれば、衣服を清め、あらゆる汚れから遠ざかるよう命じており、イスラームにおける清潔の重要性の基礎となっている。

関連するハディース

ハディース 5：隔離のハディース ― 入るな、出るな

حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ عُمَرَ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، قَالَ أَخْبَرَنِي حَبِيبُ بْنُ أَبِي ثَابِتٍ، قَالَ سَمِعْتُ إِبْرَاهِيمَ بْنَ سَعْدٍ، قَالَ سَمِعْتُ أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ، يُحَدِّثُ سَعْدًا عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ " إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونِ بِأَرْضٍ فَلاَ تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلاَ تَخْرُجُوا مِنْهَا " . فَقُلْتُ أَنْتَ سَمِعْتَهُ يُحَدِّثُ سَعْدًا وَلاَ يُنْكِرُهُ قَالَ نَعَمْ.

訳：

ウサーマ・イブン・ザイド رضي الله عنه（彼はこれをサアド・イブン・アビー・ワッカース رضي الله عنه に語った）は、預言者 ﷺ から伝えている。彼は言われた。「ある土地でペスト（疫病）のことを耳にしたならば、そこに入ってはならない。またあなたがたのいる土地でそれが起こったならば、そこから出てはならない。」

要旨： イスラームは明確な疫病対策を教えている。感染地域への立ち入りを制限し、その地域から人が出ることを制限する ― それをアッラーへの信頼（タワックル）とともに行うのである。

伝承者：

ウサーマ・イブン・ザイド رضي الله عنه（サアド・イブン・アビー・ワッカース رضي الله عنه に伝えた）

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』医学の書、ハディース第 5728 番に伝える。（『サヒーフ・ムスリム』第 2218–2219 番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الطب، حديث نمبور ٥٧٢٨.

伝承の連鎖：

ハフス・イブン・ウマル ← シュウバ ← ハビーブ・イブン・アビー・サービト ← イブラーヒーム・イブン・サアド ← ウサーマ・イブン・ザイド رضي الله عنه ← 預言者 ﷺ。

等級：

サヒーフ ― ムッタファク・アライヒ。

学者たちの解説：

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』、および著書『ペストの功徳における助力の提供（バズル・アル＝マーウーン）』）：

彼は、疫病の地域に入ることの禁止は、人が害の原因から遠ざかり、自らを危険に投げ込まないためであり、出ることの禁止は、疫病を他の場所に持ち出さず、病人を世話のないまま置き去りにしないためであると説明している。その両方が、努力（イフティヤール）と信頼（タワックル）を兼ね備えている。

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、このハディースには二つの規定が含まれていると説明している。疫病の地に入ることの禁止と、そこから逃げ出すことの禁止である。疫病から逃げるためではなく（例えば他の必要のために）出ることは、この禁止に含まれない。

ウマル・イブン・アル＝ハッターブ رضي الله عنه の出来事：

『サヒーフ・ブハーリー』と『サヒーフ・ムスリム』には、信徒たちの長ウマル رضي الله عنه がシャームへの旅の途中、そこで疫病が起きているとの知らせを受け、アブドゥッラフマーン・イブン・アウフ رضي الله عنه がこのハディースを伝えた後に引き返したことが伝えられている。これは、教友たちがこのハディースを実際の行動の指針として理解していたことを示している。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:5728

ハディース 6：眠りから覚めた後、清めの前に手を洗うこと

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ، قَالَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ، عَنْ أَبِي الزِّنَادِ، عَنِ الأَعْرَجِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ " إِذَا تَوَضَّأَ أَحَدُكُمْ فَلْيَجْعَلْ فِي أَنْفِهِ ثُمَّ لِيَنْثُرْ، وَمَنِ اسْتَجْمَرَ فَلْيُوتِرْ، وَإِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يُدْخِلَهَا فِي وَضُوئِهِ، فَإِنَّ أَحَدَكُمْ لاَ يَدْرِي أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ ".

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「あなたがたの誰かがウドゥー（小浄）をするときは、鼻に水を入れ、それから吹き出しなさい。石で用便の後始末をする者は、その数を奇数にしなさい。そしてあなたがたの誰かが眠りから覚めたときは、ウドゥーの水に手を入れる前にその手を洗いなさい。あなたがたの誰も、自分の手が夜の間どこにあったのかを知らないのだから。」

要旨： 手の清潔は崇拝の一部である。イスラームは、とりわけ意識のない時間（睡眠）の後には、水や食べ物に手を使う前に手を洗うよう教えている。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』ウドゥーの書、ハディース第 162 番に伝える。（『サヒーフ・ムスリム』第 278 番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الوضوء، حديث نمبور ١٦٢.

伝承の連鎖：

アブドゥッラー・イブン・ユースフ ← マーリク ← アブー・アッ＝ズィナード ← アアラジュ ← アブー・フライラ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ ― ムッタファク・アライヒ。

学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、大多数の学者が、眠りから覚めた後に手を洗うことはスンナ（推奨）であって義務ではないと考えていること、その理由は眠っている間に気づかずに手が何か汚れたものに触れた可能性があるためであることを説明している。一部の学者は、夜の睡眠の後には義務であるとしている。

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』）：

彼は、「自分の手が夜の間どこにあったのかを知らない」という文言が、汚れが存在する可能性という規定の理由（イッラ）を示していると説明し、これがウドゥーの前や水に触れる前に清潔を保つための基礎とされていると述べている。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:162

科学的知見と世界の経験

公衆衛生の歴史は、危険のある人や場所を隔離することが古くから行われてきたことを示している。「検疫（クアランティン）」という概念はイタリア語の *quaranta giorni*（四十日）に由来し、よく知られた検疫法は黒死病の流行中の 1377 年、ラグーサ（現在のドゥブロヴニク）の港で始まった。2020 年 3 月 11 日、世界保健機関（WHO）は COVID-19 をパンデミックと宣言し、マレーシアでは 2020 年 3 月 18 日に活動制限令（MCO）が始まった ― ハディースが教える原則に似た移動制限措置である。

コクランによる迅速レビュー（Nussbaumer-Streit ら、2020 年 9 月更新）は、既存の研究（その多くは数理モデルに基づく）が、検疫が症例と死亡を減らすうえで重要であることを一貫して示していると結論づけた。その効果は、早期に実施し他の公衆衛生措置と組み合わせたときにより大きくなるが、効果の大きさはなお不確かである。手の清潔については、1847 年にウィーンでイグナーツ・ゼンメルワイスが行

った歴史的研究が、医師が塩素液で手を洗うようになった後に産婦の死亡が著しく減少したことを示した。今日、手指衛生は WHO によって、感染を防ぐ最も簡単で効果的な対策の一つと認められている。

預言者の導きと現代公衆衛生の原則との比較

預言者の導き	現代公衆衛生の原則
「ある土地で疫病のことを耳にしたならば、そこに入ってはならない。」	入域制限・国境管理、および感染地域からの入域者の検疫。
「あなたがたのいる所でそれが起こったならば、そこから出てはならない。」	疫病が広がらないための移動制限と地域の封鎖（防疫線、cordon sanitaire）。
水や容器に手を入れる前に手を洗い、一日に何度もウドゥーをすること。	感染予防の主要な対策としての手指衛生。
努力とともにある信頼（タワックル）、そして病人を世話のないまま置き去りにしないこと。	継続的な医療ケア、心理社会的支援、そして患者への偏見をなくすこと。

学問的誠実さについての注記

このハディースは「ターウーン」（当時知られていた特定の疫病、ペスト）について述べている。一部の学者は他の感染症をこれに類推（キヤース）しており、これが多くのイスラーム諸国で COVID-19 に対処する際の拠り所となった理解の基礎である。私たちは、このハディースが現代の細菌説に「先んじていた」と主張するものではない。感染という概念はさまざまな形ですでに知られていたからである。しかしこのハディースの美しさは、今日に至るまで有効であり続ける行動の指針を与えている点にある。

分析：努力（イフティヤール）と信頼（タワックル）

このハディースの最大の教えは、しばしば相反すると考えられる二つの態度を一つにすることである。危険を避けるために**努力する**ことと、アッラーに**信頼を寄せる**ことである。ウマル（رضي الله عنه）がシャームから引き返したとき、「あなたはアッラーの定めから逃げるのか」と問われ、「そうだ。私たちはアッラーの定めからア

ッラーの定めへと逃げるのだ」と答えた話は、危険を避けることそのものが定めの一部であり、服従の一部であることを示している。

第 5 章：食べること、飲むこと、断食

ほどほどこそが薬：スンナから研究室へ

イスラームが日々の生活に触れる分野の一つは、私たちの胃の扱い方である。クルアーンは食べることと飲むことを命じつつも度を越すことを禁じ、ラマダーンの断食を義務とし、蜂蜜についてシファー（癒し）を含むものとして述べている。この三つのいずれもが、今や医学誌で真剣に論じられている。

クルアーンの諸節

高壁章（7）第 31 節 quran.com/7/31

يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمۡ عِندَ كُلِّ مَسۡجِدٖ وَكُلُواْ وَٱشۡرَبُواْ وَلَا تُسۡرِفُوٓاْۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلۡمُسۡرِفِينَ ٣١

「アーダムの子孫よ、何処のマスジドでも清潔な衣服を体につけなさい。そして食べたり飲んだりしなさい。だが度を越してはならない。本当にかれは浪費する者を御好みにならない。」

雌牛章（2）第 183–184 節 quran.com/2/183-184

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُتِبَ عَلَيۡكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِكُمۡ لَعَلَّكُمۡ تَتَّقُونَ ١٨٣

「信仰する者よ、あなたがた以前の者に定められたようにあなたがたに斎戒が定められた。恐らくあなたがたは主を畏れるであろう。」

أَيَّامٗا مَّعۡدُودَٰتٖۚ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوۡ عَلَىٰ سَفَرٖ فَعِدَّةٞ مِّنۡ أَيَّامٍ أُخَرَۚ وَعَلَى ٱلَّذِينَ يُطِيقُونَهُۥ فِدۡيَةٞ طَعَامُ مِسۡكِينٖۖ فَمَن تَطَوَّعَ خَيۡرٗا فَهُوَ خَيۡرٞ لَّهُۥۚ وَأَن تَصُومُواْ خَيۡرٞ لَّكُمۡ إِن كُنتُمۡ تَعۡلَمُونَ ١٨٤

「（斎戒は）定められた日数である。だがあなたがたのうち病人、または旅路にある者は、後の日に（同じ）日数を（斎戒）すればよい。それに耐え難い者の償いは、貧者への給養である。すすんで善い行いをすることは、自分のために最もよい。もしあなたがたがよく（その精神を）会得 したならば、斎戒は更にあなたがたのために良いであろう。」

蜜蜂章（16）第 68–69 節 quran.com/16/68-69

وَأَوۡحَىٰ رَبُّكَ إِلَى ٱلنَّحۡلِ أَنِ ٱتَّخِذِي مِنَ ٱلۡجِبَالِ بُيُوتٗا وَمِنَ ٱلشَّجَرِ وَمِمَّا يَعۡرِشُونَ ٦٨

「またあなたの主は、蜜蜂に啓示した。『丘や樹木の上に作った屋根の中に巣を営み、」

ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسۡلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلٗاۚ يَخۡرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٞ لِّلنَّاسِۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَةٗ لِّقَوۡمٖ يَتَفَكَّرُونَ ٦٩

「（地上の）各種の果実を吸い、あなたの主の道に、障碍なく（従順に）働きなさい。』それらは、腹の中から種々異った色合いの飲料を出し、それには人間を癒すものがある。本当にこの中には、反省する者への一つの印がある。」

古典的タフスィール

イブン・カスィールは高壁章第 31 節のタフスィールの中で、イブン・アッバース رضي الله عنهما に帰される言葉（ブハーリーがムアッラク〔伝承経路を省略した形〕で挙げている）を引用している。「浪費することなく、高慢になることなく、食べ、飲み、衣服をまとい、施しをせよ。」古典的タフスィールに引かれているように、先人の学者の中には、アッラーがこの節に医療をまとめられた、すなわち度を越さずに食べ飲むことである、と述べた者もいる。

断食の節について、クルトゥビーとイブン・カスィールは、その主な目的がタクワー（神を畏れ身を慎むこと）であり、アッラーは病人と旅人に軽減（ルフサ）を与えられたと説明している。これは、シャリーアが自らを害するようなことを決して求めないことを示している。蜜蜂の節については、イブン・カスィールが、蜜蜂への「啓示」とはアッラーからの霊感を意味し、蜂蜜には癒しが含まれていると説明し、兄弟の腹痛を訴えた男のハディース（下記のハディース 8）を挙げている。またタバリーは、「その中には癒しがある」という句の「その中」が何を指すかについ

ての先人たちの見解の違いを記している。多数派は蜂蜜を指すとし、ムジャーヒドからはクルアーンを指すと伝えられている。

選ばれたハディース

ハディース 7：三分の一は食べ物、三分の一は飲み物、三分の一は息のために

حَدَّثَنَا سُوَيْدُ بْنُ نَصْرٍ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُبَارَكِ، أَخْبَرَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عَيَّاشٍ، حَدَّثَنِي أَبُو سَلَمَةَ الْحِمْصِيُّ، وَحَبِيبُ بْنُ صَالِحٍ، عَنْ يَحْيَى بْنِ جَابِرٍ الطَّائِيِّ، عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِيكَرِبَ، قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ " مَا مَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لاَ مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ " . حَدَّثَنَا الْحَسَنُ بْنُ عَرَفَةَ، حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عَيَّاشٍ، نَحْوَهُ . وَقَالَ الْمِقْدَامُ بْنُ مَعْدِيكَرِبَ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ وَلَمْ يَذْكُرْ فِيهِ سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ .

訳：

ミクダーム・イブン・マアディーカリブ رضي الله عنه は言った。私はアッラーの使徒 ﷺ がこう言われるのを聞いた。「アーダムの子が満たす器で、胃袋より悪いものはない。アーダムの子には、背骨をまっすぐに保つ数口で十分である。どうしても（それ以上食べたい）ならば、三分の一を食べ物に、三分の一を飲み物に、三分の一を息のために。」

要旨： これは簡潔なバランスのとれた食事の原則である。必要な分だけ食べ、さらに食べる必要があるときは、飲み物と呼吸のための余地を残しておく。食べ過ぎて満腹になることを避けるのである。

伝承者：

ミクダーム・イブン・マアディーカリブ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ティルミズィーが『ジャーミウ・ティルミズィー』禁欲の書、ハディース第 2380 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام ترمذي دالم جامع الترمذي، كتاب الزهد، حديث نمبور ٢٣٨٠.

伝承の連鎖：

スワイド・イブン・ナスル ← アブドゥッラー・イブン・アル＝ムバーラク ← イスマーイール・イブン・アイヤーシュ ← アブー・サラマ・アル＝ヒムスィー と ハビーブ・イブン・サーリフ ← ヤフヤー・イブン・ジャービル・アッ＝ターイー ← ミクダーム・イブン・マアディーカリブ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

ハサン・サヒーフ（ティルミズィー）。サヒーフ（アルバーニー、アフマド・ムハンマド・シャーキル、ズバイル・アリー・ザイー）。

学者たちの解説：

イブン・カイイム・アル＝ジャウズィーヤ（『来世への糧（ザード・アル＝マアード）』および『預言者の医学』）：

彼は、このハディースが健康を保つための基礎を網羅していると説明し、食事の三つの段階を挙げている。必要の段階（体を支える数口）、充足の段階、そして過剰の段階である。三分の一ずつというのは、より多く食べたい者にとっての中庸の限度である。

イマーム・ガザーリー（『宗教諸学の再興（イフヤー・ウルーム・アッ＝ディーン）』二つの欲望を制する章）：

彼はこのハディースを自我（ナフス）を鍛える基礎とし、満腹が身体の健康、心の清らかさ、崇拝の力に及ぼす悪影響を説明している。

参照リンク： https://sunnah.com/tirmidhi:2380

ハディース 8：腹痛の癒しとしての蜂蜜

حَدَّثَنَا عَيَّاشُ بْنُ الْوَلِيدِ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الأَعْلَى، حَدَّثَنَا سَعِيدٌ، عَنْ قَتَادَةَ، عَنْ أَبِي الْمُتَوَكِّلِ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ، أَنَّ رَجُلاً، أَتَى النَّبِيَّ ﷺ فَقَالَ أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ. فَقَالَ " اسْقِهِ عَسَلاً ". ثُمَّ أَتَى الثَّانِيَةَ فَقَالَ " اسْقِهِ عَسَلاً ". ثُمَّ أَتَاهُ فَقَالَ فَعَلْتُ. فَقَالَ " صَدَقَ اللَّهُ، وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ، اسْقِهِ عَسَلاً ". فَسَقَاهُ فَبَرَأَ.

訳：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه によれば、一人の男が預言者 ﷺ のもとに来て言った。「私の兄弟が腹痛を訴えています。」彼は言われた。「彼に蜂蜜を飲ませなさい。」男は二度目に来たが、彼は言われた。「彼に蜂蜜を飲ませなさい。」さらに男は来て言った。「そのようにしました。」彼は言われた。「アッラーは真実を語られた。偽っているのはあなたの兄弟の腹である。彼に蜂蜜を飲ませなさい。」そこで男が（蜂蜜を）飲ませると、（その兄弟は）癒やされた。

要旨： 蜂蜜はアッラーの許しによって癒しとなる。このハディースはまた、病状に応じて治療を繰り返し、最初の試みの後で諦めないことを教えている。同時に、医療上の努力は知識をもって行わなければならない。

伝承者：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』医学の書、ハディース第 5684 番に伝える。（『サヒーフ・ムスリム』第 2217 番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الطب، حديث نمبور ٥٦٨٤.

伝承の連鎖：

アイヤーシュ・イブン・アル＝ワリード ← アブドゥル・アアラー ← サイード ← カターダ ← アブー・アル＝ムタワッキル ← アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه。

等級：

サヒーフ — ムッタファク・アライヒ。

学者たちの解説：

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』医学の書）：

彼は、「アッラーは真実を語られた」とは蜂蜜に癒しがあるというアッラーの御言葉（蜜蜂章 16:69）を指し、「あなたの兄弟の腹が偽っている」とは、治療の量や回数がまだ十分でなかったために病がまだ治まっていないことを意味すると説明している。

イブン・カイイム・アル＝ジャウズィーヤ（『預言者の医学』）：

彼は、蜂蜜は食べ物であると同時に薬でもあり、その効用は病状や量によって異なると述べている。治療は状況に合わせて行うべきであり、むやみに行ってはならない。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:5684

現代科学の知見

1. 食べ過ぎと肥満

世界保健機関（WHO）は、世界で 10 億人以上が肥満とともに生きていると報告しており、肥満は心臓病、2 型糖尿病、いくつかの種類のがんと関連している。ハディース 7 の「三分の一は食べ物、三分の一は飲み物、三分の一は息」という指針は、一食の量を管理し、満腹になるまで食べないという現代の原則と一致している。

2. 断食とオートファジーの研究

2016 年、大隅良典はオートファジーの仕組みの発見によりノーベル生理学・医学賞を受賞した。オートファジーとは、細胞が損傷した構成要素を「リサイクル」する過程であり、とりわけ飢餓（栄養の欠乏）によって促される。2019 年には、デ・カ

ボとマットソンが *New England Journal of Medicine* に、間欠的断食（intermittent fasting）が健康・老化・疾患に及ぼす影響についての総説を発表し、動物モデルといくつかのヒト研究で代謝上の利点を示す証拠があるとまとめた。

学問的誠実さについての注記：断食はすべての人のためではない

現代の間欠的断食の研究の多くは動物や、小規模あるいは短期間のヒト研究で行われており、ラマダーンの断食は研究されたそれらのパターンとは異なる（例えば食事の時間帯や、日中は水も飲まない点など）。私たちは、ラマダーンの断食がオートファジーによって「証明」されたと主張するものではない。断食はアッラーの命令であるがゆえに義務とされているのであり、健康上の利点は付け加えられた慈悲である。薬を服用している糖尿病患者、妊婦、慢性疾患のある人は医師と相談すべきであり、2:184 の節自体が病人に軽減を与えている。

3. 蜂蜜：証拠は何を語るか

子どもの急性の咳に対する蜂蜜についてのコクラン系統的レビュー（Oduwole ら、2018 年）は、蜂蜜は咳の症状を和らげるうえで無治療やプラセボより優れている可能性が高く、ジフェンヒドラミンより優れている可能性が高いが、デキストロメトルファンとは大きな差がないことを見いだした。証拠の質は低から中程度と評価された。この研究は生後 12 か月以上の子どものみを対象としていた。

重要な注意

乳児ボツリヌス症（Clostridium botulinum 感染）の危険があるため、生後 12 か月未満の乳児に蜂蜜を与えてはならない。蜂蜜のハディースは特定の一例を語ったものであり、医師の治療に代わるものではない。ひどい下痢、脱水、長引く腹痛がある場合は医療機関を受診すべきであり、預言者 ﷺ の別のハディースが強調しているように、治療を受けることそのものがスンナである。

4. 蜜蜂：言語上の一つの注記

カール・フォン・フリッシュは、食物源の方向と距離を示す「尻振りダンス」（waggle dance）を含む蜜蜂のコミュニケーションの研究により、1973 年にノーベル賞を受賞した。今日では、餌を探しに出る働き蜂はすべて雌であることが知られている。16:68–69 の節では、蜜蜂への命令形の動詞（イッタヒズィー、クリー、ファスルキー）が女性形（ムアンナス）になっている。私たちはこれを興味深い言語上の観察として述べるにとどめる。アラビア語のナフルという語はもともと文法上女性名詞であり、古典の学者たちはこれを蜜蜂の生物学的な性と結びつけてはいないからである。

分析：証明するだけでなく、導く啓示

本章の主な教えは簡単である。ほどほどにすること、賢く断食すること、そして自然の恵みを大切にすることである。現代科学はその一部をデータで裏づけ、他の一部はなお検証中である。ムスリムはそれが命令でありスンナであるがゆえに実践し、研究がその英知を明らかにしたときには感謝するのである。

第 6 章：睡眠と生命のリズム

体内時計、清められる脳、そして眠る前の作法

人生の三分の一は眠りに費やされる。クルアーンは睡眠をアッラーの御力のしるしの一つとして述べ、スンナは眠る前の作法と目覚めたときの祈りを教えている。そして睡眠科学は、この二十年ほどの間に急速に発展してきた分野である。

クルアーンの諸節

集団章（39）第 42 節 quran.com/39/42

ٱللَّهُ يَتَوَفَّى ٱلْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَٱلَّتِى لَمْ تَمُتْ فِى مَنَامِهَا ۖ فَيُمْسِكُ ٱلَّتِى قَضَىٰ عَلَيْهَا ٱلْمَوْتَ وَيُرْسِلُ ٱلْأُخْرَىٰٓ إِلَىٰٓ أَجَلٍ مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٤٢﴾

「アッラーは（人間が）死ぬとその魂を召され、また死なない者も、睡眠の間（それを召し）、かれが死の宣告をなされた者の魂は、そのままに引き留め、その外のものは定められた時刻に送り返される。本当にこの中には、反省する人びとへの種々の印がある。」

ビザンチン章（30）第 23 節 quran.com/30/23

وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦ مَنَامُكُم بِٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ وَٱبْتِغَآؤُكُم مِّن فَضْلِهِۦٓ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ ﴿٢٣﴾

「またかれが、あなたがたを夜も昼も眠れるようにし、またかれに恩恵を求めることが出来るのも、かれの印の一つである。本当にその中には、聞く者への印がある。」

古典的タフスィール

イブン・カスィールは 39:42 の節について、アッラーは死の時と眠りの時に魂を取られ、死が定められた魂はとどめ置かれ、そうでない魂は定められた期限まで解き放たれると説明している。これはまた、目覚めの祈りが「私たちを死なせた後に生き返らせてくださった」アッラーへの感謝を述べる理由でもある。クルトゥビーは、眠りの時の「魂を取ること」の実相の説明について学者の意見が分かれていると述べている。それは詳しくは知られていない目に見えない事柄（ガイブ）に属するからである。30:23 の節については、タバリーなどの注釈者が、夜の眠りと昼の糧の追求は人間の生活を整える恵みであると説明している。

選ばれたハディース

ハディース 9：眠る時の祈りと目覚めの祈り

حَدَّثَنَا قَبِيصَةُ، حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، عَنْ عَبْدِ الْمَلِكِ، عَنْ رِبْعِيِّ بْنِ حِرَاشٍ، عَنْ حُذَيْفَةَ، قَالَ كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ قَالَ " بِاسْمِكَ أَمُوتُ وَأَحْيَا ". وَإِذَا قَامَ قَالَ " الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ ".

تُنْشِرُهَا: تُخْرِجُهَا .

訳：

フザイファ رضي الله عنه によれば、預言者 ﷺ は寝床に横になるとき、「ビスミカ・アムートゥ・ワ・アフヤー」（あなたの御名によって私は死に、そして生きる）と唱えられた。そして目覚めたときには、「アルハムドゥ・リッラーヒッラズィー・アフヤーナー・バアダ・マー・アマータナー・ワ・イライヒ・ン＝ヌシュール」（私たちを死なせた後に生き返らせてくださったアッラーにすべての称賛あれ。復活は御許にある）と唱えられた。

要旨： スンナは、眠りが「小さな死」であり、目覚めが「よみがえり」であると教えている。毎朝が来世における復活を思い起こさせるのである。

伝承者：

フザイファ・イブン・アル＝ヤマーン رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』祈願の書、ハディース第 6312 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الدعوات، حديث نمبور ٦٣١٢.

伝承の連鎖：

カビーサ ← スフヤーン ← アブドゥル・マリク ← リブイー・イブン・ヒラーシュ ← フザイファ رضي الله عنه。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ブハーリー』に収録。

学者たちの解説：

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』祈願の書）：

彼は、眠りが「死」と呼ばれるのは意識と動きが途切れるからであり、目覚めが「生」と呼ばれるのはその両方が戻るからであると説明している。これは集団章 39:42 のアッラーの御言葉と一致している。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:6312

ハディース 10：眠る前の作法ー ウドゥーをし、右側を下にして横になり、祈る

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ مُقَاتِلٍ، قَالَ أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ، قَالَ أَخْبَرَنَا سُفْيَانُ، عَنْ مَنْصُورٍ، عَنْ سَعْدِ بْنِ عُبَيْدَةَ، عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ، قَالَ قَالَ النَّبِيُّ ﷺ " إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلاَةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الأَيْمَنِ، ثُمَّ قُلِ اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لاَ مَلْجَأَ وَلاَ مَنْجَا مِنْكَ إِلاَّ إِلَيْكَ، اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ. فَإِنْ مُتَّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ، وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ " . قَالَ فَرَدَّدْتُهَا عَلَى النَّبِيِّ ﷺ فَلَمَّا بَلَغْتُ " اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ " . قُلْتُ وَرَسُولِكَ. قَالَ " لاَ، وَنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ " .

訳：

バラーウ・イブン・アーズィブ رضي الله عنه は言った。預言者 ﷺ は言われた。「寝床に就こうとするときは、礼拝のためのウドゥーと同じようにウドゥーをし、それから右脇を下にして横になり、こう唱えなさい。『アッラーよ、私は顔をあなたにゆだね、私の事柄をあなたに任せ、背をあなたに預けます。あなたへの望みと畏れとをもって。あなたから逃れる避け所も救いの場もなく、ただあなたのもとにしかありません。アッラーよ、私はあなたが下された啓典と、あなたが遣わされた預言者を信じます。』もしその夜に死んだならば、あなたはフィトラ（本来の性質、純粋な信仰）の上に死ぬのである。そしてこれを、あなたが口にする最後の言葉としなさい。」

要旨： 清らかな状態で右側を下にして眠り、アッラーへの全き委託をもって祈ることは、心を落ち着かせ、死期が訪れた場合の備えともなる預言者の作法である。

伝承者：

バラーウ・イブン・アーズィブ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』ウドゥーの書、ハディース第247番に伝える。（『サヒーフ・ムスリム』第2710番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب الوضوء، حديث نمبور ٠٢٤٧.

伝承の連鎖：

ムハンマド・イブン・ムカーティル ← アブドゥッラー（・イブン・アル＝ムバーラク） ← スフヤーン ← マンスール ← サアド・イブン・ウバイダ ← バラーウ・イブン・アーズィブ رضي الله عنه。

等級：

サヒーフ — ムッタファク・アライヒ。

学者たちの解説：

イブン・ハジャル・アスカラーニー（『ファトフ・アル＝バーリー』）：

彼は眠る前にウドゥーをすることの英知を説明している — その一つは、人が清らかな状態で眠り、もし死んだとしても清い状態で死ぬためである — そして「フィトラの上に」とは純粋なイスラームの宗教の上にという意味であると説明している。

イブン・カイイム・アル＝ジャウズィーヤ（『来世への糧』）：

彼は、最初に右側を下にして眠ると眠りが軽くなり深くなりすぎないため、崇拝のために起きやすくなると述べ、続いて当時の医師たちの寝る姿勢についての見解に触れている。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:247

現代科学の知見

1. 体内時計（概日リズム）

2017年、ジェフリー・ホール、マイケル・ロスバッシュ、マイケル・ヤングは、概日リズム — 睡眠・ホルモン・体温・代謝を昼夜の周期に合わせる体内時計 — を制御する分子機構の発見により、ノーベル生理学・医学賞を受賞した。夜と昼の眠り

をアッラーの恵みの一部として述べる 30:23 の節は、一部の著者によってこの事実と調和するものとして読まれている。私たちはこれを奇跡性の主張としてではなく、省察として述べるものである。

2. 眠っている間に清められる脳

Xie らがマウスを用いて *Science*（2013 年）に発表した研究は、脳の老廃物除去システム（グリンパティック系と呼ばれる）が、覚醒時よりも睡眠時にはるかに活発であることを示した。2019 年には Fultz らが *Science* に、ヒトの深い睡眠（ノンレム睡眠）の間に、脳波活動と関連した脳脊髄液のゆっくりとした拍動があることを発表した。この分野はなお活発に研究されており、ヒトへの完全な適用の正確さはまだ議論されている。

3. 十分な睡眠は何時間か

米国睡眠医学会と睡眠研究学会による合意声明（Watson ら、2015 年）は、最適な健康のために成人は毎晩少なくとも 7 時間眠ることを推奨している。これは、身体には休む権利があるという預言者 ﷺ の教えと一致している。

4. 右側を下にして横になること

マウスを用いた研究（Lee ら、*Journal of Neuroscience*、2015 年）は、マウスが横向きで眠るとき、うつ伏せや仰向けの場合よりも脳の老廃物除去が効率的であることを見いだした。この研究では右側と左側は区別されておらず、ヒトではまだ確認されていない。

学問的誠実さについての注記

私たちは、科学が右側を下にして眠ることの優位性を証明したと主張するものではない。マウスの研究をそのままヒトに当てはめることはできない。この知見は、睡眠姿勢の研究が正当で発展しつつある分野であることの一例として示しているにすぎない。ハディースにある睡眠の作法はスンナとして実践されるものであり、心臓や呼吸の問題がある人や妊娠中の人は、安全な睡眠姿勢について医師の助言に従うべきである。

分析：崇拝としての睡眠

ウドゥーをし、祈り、礼拝のために起きる意図をもって眠るムスリムは、実はありふれた生物学的活動を崇拝へと変えているのである。電子機器と睡眠不足の時代にあって、この導きは心を落ち着かせる習慣を与えてくれる。そして科学も、十分で規則正しい睡眠が健康の基礎であることを支持している。

第 7 章：知識と人工知能の時代

最初の啓示は「読め」で始まった

アッラーの使徒 ﷺ に下された最初の言葉はイクラァ（読め）であった。これは偶然ではない。イスラームは知識から始まった。そして新たな知識を生み出すあらゆる時代は、今日の人工知能（AI）の時代も含めて、同じ古い問いに直面する。この知識は何のために使われるのか、という問いである。

クルアーンの諸節

凝血章（96）第 1–5 節 quran.com/96/1-5

ٱقۡرَأۡ بِٱسۡمِ رَبِّكَ ٱلَّذِي خَلَقَ ١

「読め、『創造なされる御方、あなたの主の御名において。」

خَلَقَ ٱلۡإِنسَٰنَ مِنۡ عَلَقٍ ٢

「一凝血から、人間を創られた。』」

ٱقۡرَأۡ وَرَبُّكَ ٱلۡأَكۡرَمُ ٣

「読め、『あなたの主は、最高の尊貴であられ、」

ٱلَّذِي عَلَّمَ بِٱلۡقَلَمِ ٤

「筆によって（書くことを）教えられた御方。」

عَلَّمَ ٱلۡإِنسَٰنَ مَا لَمۡ يَعۡلَمۡ ٥

「人間に未知なることを教えられた御方である。』」

抗弁する女章（58）第 11 節 quran.com/58/11

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِذَا قِيلَ لَكُمۡ تَفَسَّحُواْ فِي ٱلۡمَجَٰلِسِ فَٱفۡسَحُواْ يَفۡسَحِ ٱللَّهُ لَكُمۡۖ وَإِذَا قِيلَ ٱنشُزُواْ فَٱنشُزُواْ يَرۡفَعِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مِنكُمۡ وَٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلۡعِلۡمَ دَرَجَٰتٖۚ وَٱللَّهُ بِمَا تَعۡمَلُونَ خَبِيرٞ ١١

「あなたがた信仰する者よ、集会のおりに（広く）席をあけなさいと言われた時は、直ぐ席を譲れ。アッラーはあなたがたのために（十分な）席を与えられる。また立ち上るよう言われた時は、直ぐ立て。アッラーはあなたがたの中信仰する者や、知識を授けられた者の位階を上げられる。本当にアッラーは、あなたがたの行う一切を熟知なされる。」

創造者章（35）第 28 節 quran.com/35/28

وَمِنَ ٱلنَّاسِ وَٱلدَّوَآبِّ وَٱلۡأَنۡعَٰمِ مُخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ كَذَٰلِكَۗ إِنَّمَا يَخۡشَى ٱللَّهَ مِنۡ عِبَادِهِ ٱلۡعُلَمَٰٓؤُاْۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٞ ٢٨

「また人間も鳥獣家畜も、異色とりどりである。アッラーのしもべの中で知識のある者だけがかれを畏れる。本当にアッラーは偉力ならびなく寛容であられる。」

古典的タフスィール

イブン・カスィールは、凝血章の冒頭の諸節が最初の啓示であり、人間の創造と筆による教えに触れていることが知識と文字の尊さのしるしであると説明している。58:11 の節について、クルトゥビーとイブン・カスィールは、アッラーが信仰する者と知識ある者の位階を高められると説明しており、この節は集いにおける作法の根拠ともなっている。35:28 の節について、イブン・カスィールは、ここでいう「学者（ウラマー）」とはアッラーを真に知る者であり、その知識が深まるほど畏れも大

きくなるという見解を引いている。この節は、アッラーが雨、色とりどりの果実、山々、生き物といった自然界のしるしに言及された後に来ており、自然を研究することが創造主を知ること（マアリファ）へと導きうることを示している。

選ばれたハディース

ハディース 11：知識を求める道を歩む者には、アッラーが楽園への道を容易にされる

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ يَحْيَى التَّمِيمِيُّ، وَأَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَمُحَمَّدُ بْنُ الْعَلاَءِ الْهَمْدَانِيُّ - وَاللَّفْظُ لِيَحْيَى - قَالَ يَحْيَى أَخْبَرَنَا وَقَالَ الآخَرَانِ، حَدَّثَنَا أَبُو مُعَاوِيَةَ، عَنِ الأَعْمَشِ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " مَنْ نَفَّسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ الدُّنْيَا نَفَّسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَدَارَسُونَهُ بَيْنَهُمْ إِلاَّ نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ وَغَشِيَتْهُمُ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْهُمُ الْمَلاَئِكَةُ وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ وَمَنْ بَطَّأَ بِهِ عَمَلُهُ لَمْ يُسْرِعْ بِهِ نَسَبُهُ " .

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「信仰者から現世の苦難の一つを取り除く者からは、アッラーが審判の日の苦難の一つを取り除かれる。困窮している者の事柄を容易にする者には、アッラーが現世と来世で（その者の事柄を）容易にされる。ムスリムの（欠点を）覆い隠す者は、アッラーが現世と来世で（その者の欠点を）覆い隠される。僕が兄弟を助けている限り、アッラーはその僕を助けられる。知識を求めて道を歩む者には、アッラーがそれによって楽園への道を容易にされる。人々がアッラーの家（モスク）の一つに集まり、アッラーの書を読み、互いに学び合うならば、必ず彼らの上に安らぎ（サキーナ）が降り、慈悲が彼らを包み、天使たちが彼らを取り囲み、アッラーは御許にいる者たち（天使たち）の中で彼らのことを語られる。そして行いが遅れた者を、その家柄が速めることはない。」

要旨： 知識を求めること — 自然についての知識と有益な宗教の知識を含む — は崇拝の道である。知識は行いを伴わなければならない。家柄や肩書きは行いの代わりにはならないからである。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ムスリムが『サヒーフ・ムスリム』唱念・祈願・悔悟・赦しを求めることの書、ハディース第 2699 番に伝える。（『ナワウィーの四十ハディース』の第 36 ハディースでもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، حديث نمبور ٢٦٩٩.

伝承の連鎖：

ヤフヤー・イブン・ヤフヤー・アッ＝タミーミー、アブー・バクル・イブン・アビー・シャイバ、ムハンマド・イブン・アル＝アラー・アル＝ハムダーニー ← アブー・ムアーウィヤ ← アアマシュ ← アブー・サーリフ ← アブー・フライラ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ムスリム』に収録。

学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』、および『ナワウィーの四十ハディース』第 36 ハディース）：

彼は、「道を歩む」とは足で歩む道（知識を求めて旅すること）と、暗記・研究・理解といった比喩的な道の両方を含むと説明し、知識のこの功徳には楽園への道の容易さが含まれると述べている。

イブン・ラジャブ・アル＝ハンバリー（『学問と英知の集成』）：

彼は、知識を求めることの報いが現世と来世の容易さに及ぶこと、そして有益な知識とはアッラーへの畏れと行いへと導く知識であることを説明している。

参照リンク： https://sunnah.com/muslim:2699a

現代科学の知見

2024 年 10 月、ノーベル物理学賞は人工ニューラルネットワークによる機械学習への基礎的貢献に対してジョン・ホップフィールドとジェフリー・ヒントンに授与され、ノーベル化学賞の半分はデイヴィッド・ベイカー（計算によるタンパク質設計）に、もう半分はデミス・ハサビスとジョン・ジャンパー（タンパク質の構造を予測する AlphaFold）に授与された。これは、AI が今や生物学や医学の発見を助ける科学の道具となっていることを示している。

同時に、世界は倫理的な問いに取り組んでいる。データの偏り、偽情報、プライバシー、そして責任である。ユネスコは 2021 年 11 月に *Recommendation on the Ethics of Artificial Intelligence*（人工知能の倫理に関する勧告）を採択した。これは加盟国によって採択された最初の国際文書であり、この技術の倫理的枠組みとなっている。

礼節なき知識

啓示は知識や技術を拒まない。それが求めるのは、知識が信仰、誠実さ（アマーナ）、そして倫理を伴うことである。35:28 の節は知識をハシュヤ（アッラーへの畏れと敬い）と結びつけ、ハディース 11 は知識を求める旅を楽園への道としている。AI の時代にあって、この原則はアルゴリズムには答えられない問いに答える。その利用を導くのはどのような価値なのか、という問いである。

分析：デジタル時代の知識の探求者

ムスリムは学び、研究し、奉仕するために AI の道具を使うことができる。しかし、出典を確かめ、誠実さを守り、偽りを広めないという義務は、依然として本人にあ

る。真正なハディースや正確に引用された節を、確認されていない機械の答えで置き換えることはできない。だからこそ本書では、読者が自ら確認できるよう、各ハディースにリンクを添えているのである。

第 8 章：預かりものとしての地球

代理人（ハリーファ）、陸と海の荒廃、そして気候危機

イスラームは人間を地上の代理人（ハリーファ）と位置づけており、その絶対的な所有者とはしていない。地球は、問われることになる預かりもの（アマーナ）である。本章では、地球についての節やハディースが、気候・水・生物多様性に関する最新のデータとどのように語り合うかを見ていく。

クルアーンの諸節

ビザンチン章（30）第 41 節 quran.com/30/41

ظَهَرَ ٱلۡفَسَادُ فِي ٱلۡبَرِّ وَٱلۡبَحۡرِ بِمَا كَسَبَتۡ أَيۡدِي ٱلنَّاسِ لِيُذِيقَهُم بَعۡضَ ٱلَّذِي عَمِلُواْ لَعَلَّهُمۡ يَرۡجِعُونَ ٤١

「人間の手が稼いだことのために、陸に海に荒廃がもう現われている。これは（アッラーが）、かれらの行ったことの一部を味わわせかれらを（悪から）戻らせるためである。」

高壁章（7）第 56 節 quran.com/7/56

وَلَا تُفۡسِدُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ بَعۡدَ إِصۡلَٰحِهَا وَٱدۡعُوهُ خَوۡفٗا وَطَمَعًاۚ إِنَّ رَحۡمَتَ ٱللَّهِ قَرِيبٞ مِّنَ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ٥٦

「秩序が定められた後、地上で悪を行ってはならない。恐れと熱情をもってかれに祈れ。本当にアッラーの慈悲は、（常に）善行をなす者の近くにある。」

集団章（39）第 21 節 quran.com/39/21

أَلَمْ تَرَ أَنَّ ٱللَّهَ أَنزَلَ مِنَ ٱلسَّمَآءِ مَآءً فَسَلَكَهُۥ يَنَٰبِيعَ فِى ٱلْأَرْضِ ثُمَّ يُخْرِجُ بِهِۦ زَرْعًا مُّخْتَلِفًا أَلْوَٰنُهُۥ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَىٰهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَجْعَلُهُۥ حُطَٰمًا ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَذِكْرَىٰ لِأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ ﴿٢١﴾

「見ないのか、アッラーが天から雨を降らせられ、それを地中に入らせて泉となされ、それから色とりどりの、植物を生えさせ、やがてそれらが枯れて黄色になるのを。それから、それを乾かして、ぼろぼろの屑になされる。本当にこの中には、思慮ある者への教訓がある。」

消息章（78）第 6–7 節 quran.com/78/6-7

أَلَمْ نَجْعَلِ ٱلْأَرْضَ مِهَٰدًا ﴿٦﴾

「われは大地を、広々としなかったか。」

وَٱلْجِبَالَ أَوْتَادًا ﴿٧﴾

「また山々を、杭としたてはないか。」

古典的タフスィール

イブン・カスィールとタバリーは 30:41 の節について、陸と海の「荒廃」（ファサード）は人間の行いに起因し、アッラーは彼らが立ち返るようにその結果の一部を味わわせられると説明している。クルトゥビーは、ファサードには罪と不正が含まれると述べ、タフスィールの学者たちはこれを広く読み、生活における破壊や祝福（バラカ）の減少も含めている。7:56 の節について、アッラーが地を整えられた後に荒廃をもたらすことの禁止は、信仰・倫理・生活の面での荒廃を含むと解釈されている。39:21 の節について、イブン・カスィールは、水が天から下され、地にしみ

込み、泉や川となって流れ出ると説明している。78:6–7 の節について、注釈者たちは、地を住むのにふさわしい敷物として、山々をそれを安定させる杭として説明している。

選ばれたハディース

ハディース 12：現世は甘く緑豊かであり、アッラーは私たちをそこでの代理人とされた

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى، وَمُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ، قَالاَ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، عَنْ أَبِي مَسْلَمَةَ، قَالَ سَمِعْتُ أَبَا نَضْرَةَ، يُحَدِّثُ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ " إِنَّ الدُّنْيَا حُلْوَةٌ خَضِرَةٌ وَإِنَّ اللَّهَ مُسْتَخْلِفُكُمْ فِيهَا فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ فَاتَّقُوا الدُّنْيَا وَاتَّقُوا النِّسَاءَ فَإِنَّ أَوَّلَ فِتْنَةِ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانَتْ فِي النِّسَاءِ " . وَفِي حَدِيثِ ابْنِ بَشَّارٍ " لِيَنْظُرَ كَيْفَ تَعْمَلُونَ " .

訳：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「まことに現世は甘く、緑豊かである。そしてまことにアッラーはあなたがたをそこでの後継者（ハリーファ）とされ、あなたがたがどのように行うかを見ておられる……」（ハディースの冒頭部分の引用。続く部分は、現世の試練と女性の試練に用心するよう戒めている。イスラエルの子孫の最初の試練は女性に起因したからである。）

要旨： 地球とその中にあるすべてのものは預かりものである。人間は管理する力を与えられているが、それをどのように用いたか ― 環境を守ることを含めて ― を問われることになる。

伝承者：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ムスリムが『サヒーフ・ムスリム』心を和らげる事柄の書（禁欲と心を和らげる事柄）、ハディース第 2742 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب الرقاق، حديث نمبور ٠٢٧٤٢

伝承の連鎖：

ムハンマド・イブン・アル＝ムサンナー と ムハンマド・イブン・バッシャール ← ムハンマド・イブン・ジャアファル ← シュウバ ← アブー・マスラマ ← アブー・ナドラ ← アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه ← 預言者 ﷺ。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ムスリム』に収録。

学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、「甘く緑豊か」とは味わいも見た目も魅力的で心を奪う現世の姿を描いたものであり、「アッラーはあなたがたを後継者とされた」とは、あなたがたが先の世代を受け継ぎ、アッラーがあなたがたが従うか背くかを見ておられるという意味であると説明している。

参照リンク：https://sunnah.com/muslim:2742

現代科学の知見

1. 地球の気温

世界気象機関（WMO）が 2026 年 3 月に発表した報告書 *State of the Global Climate 2025* は、2015 年から 2025 年までが観測史上最も暑い 11 年間であり、2025 年は 1850–1900 年の平均を約 1.43 °C 上回り、観測史上 2 番目または 3 番目に暑い年であったことを確認した。最も暑い年は 2024 年で、約 1.55 °C であった。報告書はまた、海洋が過剰な熱の大部分を吸収してきたこと、そして地球のエネルギー不均衡が 65 年間の観測記録の中で最高の水準にあることを述べている。

2. 生物多様性

IPBES の地球規模評価報告書（2019 年）は、約 100 万種の動植物が絶滅の危機に直面していると推定している。2022 年 12 月、各国は昆明・モントリオール生物多様性枠組を採択し、その目標の一つとして 2030 年までに陸と海の少なくとも 30％を保護することを掲げた。

3. 水と山

現代の水文学は水の循環を説明している。雨は地中にしみ込み、地下水を満たし、泉や川となって流れ出る — これは 39:21 の節についての注釈者たちの説明と一致する姿である。地質学では、アイソスタシー（地殻均衡）の理論（19 世紀以来ジョージ・エアリーらによって定式化された）が、多くの山脈がマントルの中へと深く伸びる地殻の「根」を持つことを示している。

学問的誠実さについての注記：「杭」としての山

一部の著者は「山々を杭として」という節を、山の根やプレートテクトニクスと結びつけている。この関連は広く論じられているが、合意（イジュマー）された見解ではなく、一部の地質学者は、山が杭がテントを安定させるように地球を安定させる働きをしているわけではないと強調している。私たちはこれを、慎重にのみ受け入れうる一つの解釈の可能性として述べるものであり、その上に信仰を築くことはしない。また 30:41 の節のファサードは、気候変動についての科学的記述ではなく、人間の行いには結果が伴うという道徳的な戒めである。気候危機との関連は現代的な省察であって、この節の唯一の解釈ではない。

分析：所有者ではなく代理人

ハディース 12 は簡潔な倫理の枠組みを与えている。現世は甘く緑豊かであり、アッラーは私たちをそこでの後継者とされ、私たちがどのように行うかを見ておられる。これは、資源・水・土地・エネルギーの使い方が、単なる経済の問題ではなく倫理

の問題であることを意味する。この責任は、個人にも、モスク・学校・企業を含む組織にも及ぶのである。

第 9 章：角笛と旅の終わり

啓示が告げること、科学が告げること

私たちは本書の題名に立ち返る。啓示は、ある日角笛が吹かれ、この世界が終わることを告げている。一方、科学は非常に長い時間の尺度で宇宙と地球の行く末を論じている。両者は同じものではなく、本章では両者を誠実に区別しようと試みる。

クルアーンの諸節

集団章（39）第 68 節 quran.com/39/68

وَنُفِخَ فِي ٱلصُّورِ فَصَعِقَ مَن فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَن فِي ٱلْأَرْضِ إِلَّا مَن شَآءَ ٱللَّهُ ۖ ثُمَّ نُفِخَ فِيهِ أُخْرَىٰ فَإِذَا هُمْ قِيَامٌ يَنظُرُونَ ﴿٦٨﴾

「ラッパが吹かれると、天にあるものまた地にあるものも、アッラーが御望みになられる者の外は気絶しよう。次にラッパが吹かれると、見よ、かれらは起き上って見まわす。」

預言者章（21）第 104 節 quran.com/21/104

يَوْمَ نَطْوِي ٱلسَّمَآءَ كَطَيِّ ٱلسِّجِلِّ لِلْكُتُبِ ۚ كَمَا بَدَأْنَآ أَوَّلَ خَلْقٍ نُّعِيدُهُۥ ۚ وَعْدًا عَلَيْنَآ ۚ إِنَّا كُنَّا فَٰعِلِينَ ﴿١٠٤﴾

「その日われは、書き物を巻くように諸天を巻き上げる。われが最初創造したように、再び繰り返す。これはわれの定めた約束である。われは必ずそれを完遂する。」

家畜章（6）第 158 節 quran.com/6/158

هَلۡ يَنظُرُونَ إِلَّآ أَن تَأۡتِيَهُمُ ٱلۡمَلَٰٓئِكَةُ أَوۡ يَأۡتِيَ رَبُّكَ أَوۡ يَأۡتِيَ بَعۡضُ ءَايَٰتِ رَبِّكَۗ يَوۡمَ يَأۡتِي بَعۡضُ ءَايَٰتِ رَبِّكَ لَا يَنفَعُ نَفۡسًا إِيمَٰنُهَا لَمۡ تَكُنۡ ءَامَنَتۡ مِن قَبۡلُ أَوۡ كَسَبَتۡ فِيٓ إِيمَٰنِهَا خَيۡرٗاۗ قُلِ ٱنتَظِرُوٓاْ إِنَّا مُنتَظِرُونَ ١٥٨

「かれらは、只天使たちがやって来るのを待つのか、または主が臨まれるか、または（審判の日の接近を知る）主の印の一部がやって来るのを待つばかりである。主の何らかの印がやって来る日、前もって信仰して善行に励んでいない限り、かれらの信仰が魂に役だつことはないであろう。言ってやるがいい。『あなたがたは待て。わたしも待つものである。』」

古典的タフスィール

イブン・カスィールは、39:68 の節が二度の吹奏に触れていると説明している。命あるすべての被造物を死なせる吹奏と、彼らをよみがえらせる吹奏である。クルトゥビーも『死者の状態と来世の事柄の想起（アッ＝タズキラ）』と『クルアーン諸規定集成』の中で、これらの吹奏を詳しく論じている。21:104 の節について、注釈者たちは、アッラーが天を巻き上げ、最初に創造を始められたように創造を繰り返されると説明している。6:158 の節について、イブン・カスィールは、意図されている「あなたの主のしるし」の一つが太陽が西から昇ることであり、その時には、それ以前に信仰しなかった者にとって新たな信仰はもはや益をもたらさないという真正なハディース（ハディース 14）を引いている。

選ばれたハディース

ハディース 13：角笛を持つ者がすでに備えているのに、どうして私が安らいでいられようか

حَدَّثَنَا سُوَيْدٌ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ، أَخْبَرَنَا خَالِدٌ أَبُو الْعَلاَءِ، عَنْ عَطِيَّةَ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " كَيْفَ أَنْعَمُ وَصَاحِبُ الْقَرْنِ قَدِ الْتَقَمَ الْقَرْنَ وَاسْتَمَعَ الإِذْنَ مَتَى يُؤْمَرُ بِالنَّفْخِ فَيَنْفُخُ " . فَكَأَنَّ ذَلِكَ ثَقُلَ عَلَى أَصْحَابِ النَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ لَهُمْ " قُولُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا " . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ . وَقَدْ رُوِيَ مِنْ غَيْرِ وَجْهٍ هَذَا الْحَدِيثُ عَنْ عَطِيَّةَ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ نَحْوَهُ .

訳：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「角笛を持つ者がすでに角笛を口に当て、耳を傾けて許しを待っている ― いつ吹けと命じられ、吹くことになるのかと ― というのに、どうして私が安らいでいられようか。」それが預言者 ﷺ の教友たちに重くのしかかったようであったので、彼は彼らに言われた。「こう唱えなさい。ハスブナッラーフ・ワ・ニウマル・ワキール、アラッラーヒ・タワッカルナー（アッラーは私たちにとって十分であり、最良の保護者であられる。アッラーに私たちは信頼を寄せる）。」

要旨： 終末はアッラーの知識においては近く、突然に訪れる。信仰者は常に善い行いをもって備え、心穏やかにアッラーに信頼を寄せるべきである。

伝承者：

アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ティルミズィーが『ジャーミウ・ティルミズィー』審判の日の様相・心を和らげる事柄・敬虔の書、ハディース第 2431 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام ترمذي دالم جامع الترمذي، كتاب صفة القيامة، حديث نمبور ٢٤٣١.

伝承の連鎖：

スワイド ← アブドゥッラー（・イブン・アル＝ムバーラク） ← ハーリド・アブー・アル＝アラー ← アティーヤ ← アブー・サイード・アル＝フドリー رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

ハサン（ティルミズィー）。サヒーフ（アルバーニー、アフマド・ムハンマド・シャーキル）。ダイーフ（弱い。ズバイル・アリー・ザイー）。評価が分かれているのは、伝承者アティーヤ・アル＝アウフィーの評価を一部のハディース研究者が問題視している一方、他の研究者が補強となる伝承経路によってそれを強めているためである。私たちはこれを、クルアーンの典拠にも支えられた角笛の吹奏の描写として示すものであり、法規定の根拠として示すものではない。

学者たちの解説：

クルトゥビー（『死者の状態と来世の事柄の想起（アッ＝タズキラ）』）：

彼はスール（角笛）、それを吹く天使、吹奏の回数について論じ、このようなハディースを用いて、アッラーの命令を待つ天使の備えのさまを描いている。

イブン・カスィール（集団章 39:68 のタフスィール、および『戦乱と争乱における終わり』）：

彼は、最初の吹奏によってアッラーが望まれる者を除くすべての被造物が死に、二度目の吹奏によって人間がよみがえると説明している。

参照リンク： https://sunnah.com/tirmidhi:2431

ハディース 14：太陽が西から昇るまで終末は訪れない

حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ إِسْمَاعِيلَ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَاحِدِ، حَدَّثَنَا عُمَارَةُ، حَدَّثَنَا أَبُو زُرْعَةَ، حَدَّثَنَا أَبُو هُرَيْرَةَ، رضى الله عنه قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " لاَ تَقُومُ السَّاعَةُ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا، فَإِذَا رَآهَا النَّاسُ آمَنَ مَنْ عَلَيْهَا، فَذَاكَ حِينَ لاَ يَنْفَعُ نَفْسًا إِيمَانُهَا، لَمْ تَكُنْ آمَنَتْ مِنْ قَبْلُ ".

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「太陽が西から昇るまで、終末の時は来ない。人々がそれを見るとき、地上にいるすべての者が信仰するであろう。それこそが、それ以前に信仰しなかった者にとって、信仰がもはや益とならない時である。」

要旨： 告げ知らされている終末の大きなしるしがある。この大きなしるしが現れた後には、悔悟の扉と新たな信仰はもはや受け入れられない。だから今こそ、信仰と善い行いへと急ぐべきである。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『サヒーフ・ブハーリー』タフスィールの書、ハディース第 4635 番に伝える。（『サヒーフ・ムスリム』第 157 番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم صحيح البخاري، كتاب التفسير، حديث نمبور ٤٦٣٥.

伝承の連鎖：

ムーサー・イブン・イスマーイール ← アブドゥル・ワーヒド ← ウマーラ ← アブー・ズルア ← アブー・フライラ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ ― ムッタファク・アライヒ。

学者たちの解説：

イブン・カスィール（『偉大なるクルアーンのタフスィール』家畜章 6:158）：

彼はこのハディースを、「あなたの主のしるしの一部」― すなわち太陽が西から昇ること ― についてのアッラーの御言葉の解釈としている。それが起こったとき、それ以前に信仰しなかった者の信仰はもはや益とならないのである。

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、このしるしが現れた後には悔悟の扉が閉ざされ、それまで怠っていた者の行いはもはや受け入れられないと説明している。

参照リンク： https://sunnah.com/bukhari:4635

ハディース 15：終末が訪れたとき、手に苗があるならば植えなさい

حَدَّثَنَا أَبُو الْوَلِيدِ، قَالَ: حَدَّثَنَا حَمَّادُ بْنُ سَلَمَةَ، عَنْ هِشَامِ بْنِ زَيْدِ بْنِ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، عَنِ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: إِنْ قَامَتِ السَّاعَةُ وَفِي يَدِ أَحَدِكُمْ فَسِيلَةٌ، فَإِنِ اسْتَطَاعَ أَنْ لاَ تَقُومَ حَتَّى يَغْرِسَهَا فَلْيَغْرِسْهَا.

訳：

アナス・イブン・マーリク رضي الله عنه によれば、預言者 ﷺ は言われた。「終末の時が訪れたとき、あなたがたの誰かの手に（ナツメヤシの）苗木があるならば、終末が来る前にそれを植えることができるなら、植えなさい。」

要旨： 最後の瞬間まで善を行い、築き続ける精神である。終末が近づいたときでさえ、ムスリムは善を植えることを諦めない。このハディースは、緑化や地球を守る取り組みにとって非常に今日的な意味を持っている。

伝承者：

アナス・イブン・マーリク رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ブハーリーが『アル＝アダブ・アル＝ムフラド』ハディース第 479 番に伝える。（『アフマドのムスナド』第 12902 番にもある。）

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام بخاري دالم الأدب المفرد، حديث نمبور ٤٧٩.

伝承の連鎖：

アブー・アル＝ワリード ← ハンマード・イブン・サラマ ← ヒシャーム・イブン・ザイド・イブン・アナス・イブン・マーリク ← アナス・イブン・マーリク رضي الله عنه ← 預言者 ﷺ。

等級：

サヒーフ（アルバーニー、『真正ハディース集成』第 9 番）。シュアイブ・アル＝アルナウートも『アフマドのムスナド』の校訂において、その伝承経路を真正と評価している。

学者たちの解説：

アルバーニー（『真正ハディース集成』）：

彼はこのハディースを『真正ハディース集成』の冒頭に置き、いくつかの伝承経路に基づいてその真正性を確認している。

ユースフ・アル＝カラダーウィー師（『ムスリムの生活における時間』）：

彼はこのハディースを、イスラームにおける前向きで生産的な精神の例としている。ムスリムは、その実りを味わうことができないとしても、生涯の最後の瞬間まで働き、築き続けるのである。

参照リンク： https://sunnah.com/urn/2304770

現代科学の知見

1. 宇宙の行く末

2025 年 3 月、DESI（ダークエネルギー分光装置）の共同研究チームは、約 1500 万個の銀河とクェーサーを含む最初の 3 年間のデータの解析を発表した。他のデータと組み合わせると、ダークエネルギーが時間とともに変化している可能性を示す手がかりが得られ、その確からしさは 2.8〜4.2 シグマで、発見の基準である 5 シグマにはまだ達していない。もしダークエネルギーが本当に変化しているならば、宇宙論の標準モデルは改訂が必要となり、科学モデルにおける宇宙の最終的な行く末も変わりうる。これは、科学が宇宙の未来について知っていることを今なお見直し続けていることを示している。

2. 地球と太陽

天文学は、太陽が数十億年後に赤色巨星へと膨張すると見積もっている。はるかに身近な尺度では、2022 年に NASA の DART ミッションが小惑星ディモルフォスに衝

突させることでその軌道を変えることに成功した。これは天体の進路を変えようとする人類初の試みであった。

終末と宇宙論を区別する

啓示による終末は、アッラーの命令によって起こる目に見えない（ガイブの）出来事であり、その時はアッラー以外の誰にも知られていない。宇宙の終わりや太陽の膨張といった宇宙論のシナリオは、数十億年という時間の尺度にかかわり、なお見直され続けている物理モデルに基づいている。私たちは両者を同一視しない。太陽が西から昇るというしるしも物理学で説明されるものではない。それは通常の法則の外にあるアッラーからのしるしであり、私たちは真正な典拠が伝えるとおりにそれを受け入れる。

角笛のハディース（ハディース 13）について

ハディース 13 は、伝承者の一人の評価をめぐって、学者たちによってさまざまな等級（ハサン、サヒーフ、ダイーフ）で評価されている。そのため私たちはこれを、クルアーンの典拠（39:68）に支えられた角笛の吹奏の描写としてのみ示すものであり、それ自体で独立した法規定や信仰の根拠として示すものではない。

分析：最後の瞬間まで種を植える

ハディース 15 は非常に力強い教えを与えている。たとえ終末が到来し、人の手に苗があったとしても、できるならばそれを植えるよう求められているのである。この教えは二つの極端な態度を退ける。終末が近いからといって無関心になる態度と、行いを麻痺させてしまうほどの恐慌である。角笛が吹かれるその日まで、私たちは行い、学び、地球を守り、善を広め続けるよう求められているのである。

結論と教訓

角笛が吹かれるその日まで、イスラームは色あせない

本書は科学で始まったのでも、科学で終わるのでもない。啓示で始まり啓示で終わる。そして科学は、確かめ、豊かにし、時には人間の理解の限界を思い起こさせてくれる伴侶として現れる。主な教訓は五つにまとめることができる。

- **啓示が導き、科学が照らす。** 第 2 章から第 4 章では、宇宙論、発生学、公衆衛生が、両者を無理に一致させることなく、節やハディースとともに読めることを見た。
- **イスラームの日々の導きは今も実用的である。** 第 5 章と第 6 章は、食事・断食・睡眠の作法が、今や健康研究の中心となっているテーマに触れていることを示した。
- **倫理を伴う知識。** 第 7 章は、AI のような進歩には価値の基準が必要であり、その基準は信仰と誠実さ（アマーナ）によって与えられることを思い起こさせた。
- **地球は預かりものである。** 第 8 章は、気候と生物多様性のデータが今や行動を求めているように、代理人（ハリーファ）としての私たちの責任を強調した。
- **最後まで行い続ける。** 第 9 章は、大切なのはその時が来たときの私たちの状態であり、その時まで私たちは種を植え続けるのだと教えた。

結び：時間にかけて

時間章（103）第 1–3 節 quran.com/103/1-3

وَٱلۡعَصۡرِ ١

「時間にかけて（誓う）。」

إِنَّ ٱلۡإِنسَٰنَ لَفِي خُسۡرٍ ٢

「本当に人間は、喪失の中にいる。」

إِلَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلۡحَقِّ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلصَّبۡرِ ٣

「信仰して善行に勤しみ、互いに真理を勧めあい、また忍耐を勧めあう者たちの外は。」

この短い章は成功の処方を要約している。信仰、善い行い、互いに真理を勧め合うこと、そして互いに忍耐を勧め合うことである。イマーム・シャーフィイーは、もし人々がこの章についてだけでも熟考するならば、それで十分であろうと語ったと伝えられている。角笛が吹かれるその日まで、これを実践する扉は開かれているのである。

最後の注意

著者は独立した研究者であり、ムフティーでも、ハディースの専門家でも、資格を持つ科学者でもない。本書の訳と解説は、権威ある典拠に基づく知識を伝えようとする個人的な努力である。誤りがあればそれは著者によるものであり、読者には示されたリンクを確認し、法規定や健康に関する事柄については学者や専門家に相談するようお願いしたい。アッラーが私たちの過ちを赦してくださいますように。

参考文献

A. クルアーンとタフスィール

- 聖クルアーン。ウスマーン体アラビア語原文と意味の訳（日本語訳は三田了一訳。序文の訳についての注記を参照）。節の確認：https://quran.com
- イブン・カスィール『*Tafsir al-Qur'an al-'Azim*』。
- クルトゥビー『*Al-Jami' li-Ahkam al-Qur'an*』および『*al-Tadhkirah bi-Ahwal al-Mawta wa-Umur al-Akhirah*』。
- タバリー『*Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ay al-Qur'an*』。

B. ハディースとその注釈

- ハディース 1：常に真理の上に立ち続ける集団。イマーム・ムスリム『サヒーフ・ムスリム』統治の書、第 1920 番。https://sunnah.com/muslim:1920
- ハディース 2：各世紀における宗教の刷新者。イマーム・アブー・ダーウード『スナン・アビー・ダーウード』戦乱の書、第 4291 番。https://sunnah.com/abudawud:4291
- ハディース 3：アッラーは存在され、ほかには何も存在しなかった。そして天と地を創造された。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』創造の始まりの書、第 3191 番。https://sunnah.com/bukhari:3191
- ハディース 4：母胎における人間創造の初期段階。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』創造の始まりの書、第 3208 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 2643 番にもあり、『ナワウィーの四十ハディース』第 4 ハディース。）https://sunnah.com/bukhari:3208
- ハディース 5：隔離のハディース — 入るな、出るな。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』医学の書、第 5728 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 2218–2219 番にもある。）https://sunnah.com/bukhari:5728

- ハディース 6：眠りから覚めた後、清めの前に手を洗うこと。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』ウドゥーの書、第 162 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 278 番にもある。）https://sunnah.com/bukhari:162
- ハディース 7：三分の一は食べ物、三分の一は飲み物、三分の一は息のために。イマーム・ティルミズィー『ジャーミウ・ティルミズィー』禁欲の書、第 2380 番。https://sunnah.com/tirmidhi:2380
- ハディース 8：腹痛の癒しとしての蜂蜜。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』医学の書、第 5684 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 2217 番にもある。）https://sunnah.com/bukhari:5684
- ハディース 9：眠る時の祈りと目覚めの祈り。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』祈願の書、第 6312 番。https://sunnah.com/bukhari:6312
- ハディース 10：眠る前の作法 — ウドゥーをし、右側を下にして横になり、祈る。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』ウドゥーの書、第 247 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 2710 番にもある。）https://sunnah.com/bukhari:247
- ハディース 11：知識を求める道を歩む者には、アッラーが楽園への道を容易にされる。イマーム・ムスリム『サヒーフ・ムスリム』唱念・祈願・悔悟・赦しを求めることの書、第 2699 番。（『ナワウィーの四十ハディース』第 36 ハディースでもある。）https://sunnah.com/muslim:2699a
- ハディース 12：現世は甘く緑豊かであり、アッラーは私たちをそこでの代理人とされた。イマーム・ムスリム『サヒーフ・ムスリム』心を和らげる事柄の書、第 2742 番。https://sunnah.com/muslim:2742
- ハディース 13：角笛を持つ者がすでに備えているのに、どうして私が安らいでいられようか。イマーム・ティルミズィー『ジャーミウ・ティルミズィー』審判の日の様相・心を和らげる事柄・敬虔の書、第 2431 番。https://sunnah.com/tirmidhi:2431

- ハディース 14：太陽が西から昇るまで終末は訪れない。イマーム・ブハーリー『サヒーフ・ブハーリー』タフスィールの書、第 4635 番。（『サヒーフ・ムスリム』第 157 番にもある。）https://sunnah.com/bukhari:4635
- ハディース 15：終末が訪れたとき、手に苗があるならば植えなさい。イマーム・ブハーリー『アル＝アダブ・アル＝ムフラド』第 479 番。（『アフマドのムスナド』第 12902 番にもある。）https://sunnah.com/urn/2304770
- 『サヒーフ・ムスリム』第 2588 番および第 1631 番（支援と寄付）：https://sunnah.com/muslim:2588 、https://sunnah.com/muslim:1631
- イブン・ハジャル・アスカラーニー『*Fath al-Bari bi-Syarh Sahih al-Bukhari*』。
- ナワウィー『*Al-Minhaj Syarh Sahih Muslim bin al-Hajjaj*』。
- イブン・ラジャブ・アル＝ハンバリー、イブン・カイイム・アル＝ジャウズィーヤ、ムナーウィー、カラダーウィー（各ハディースの解説に記したとおり）。

C. 科学と科学史

- World Meteorological Organization (WMO). *State of the Global Climate 2025* (WMO-No. 1391), 2026 年 3 月. https://wmo.int/publication-series/state-of-global-climate/state-of-global-climate-2025
- DESI Collaboration. ダークエネルギーに関する DESI DR2 の結果、2025 年 3 月 19 日. https://newscenter.lbl.gov/2025/03/19/new-desi-results-strengthen-hints-that-dark-energy-may-evolve/
- Oduwole O, Udoh EE, Oyo-Ita A, Meremikwu MM. Honey for acute cough in children. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2018;4:CD007094. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29633783/
- de Cabo R, Mattson MP. Effects of intermittent fasting on health, aging, and disease. *N Engl J Med* 2019;381:2541–2551. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31881139/
- ノーベル財団. 2016 年ノーベル生理学・医学賞（大隅良典、オートファジー）：https://www.nobelprize.org/prizes/medicine/2016/summary/

- ノーベル財団. 2017 年ノーベル生理学・医学賞（ホール、ロスバッシュ、ヤング、概日リズム）: https://www.nobelprize.org/prizes/medicine/2017/summary/
- ノーベル財団. 1973 年ノーベル生理学・医学賞（フォン・フリッシュ、ローレンツ、ティンバーゲン）: https://www.nobelprize.org/prizes/medicine/1973/summary/
- ノーベル財団. 2024 年ノーベル物理学賞および化学賞: https://www.nobelprize.org/prizes/physics/2024/summary/ 、 https://www.nobelprize.org/prizes/chemistry/2024/summary/
- Xie L et al. Sleep drives metabolite clearance from the adult brain. *Science* 2013;342:373–377. https://doi.org/10.1126/science.1241224
- Fultz NE et al. Coupled electrophysiological, hemodynamic, and cerebrospinal fluid oscillations in human sleep. *Science* 2019;366:628–631. https://doi.org/10.1126/science.aax5440
- Lee H et al. The effect of body posture on brain glymphatic transport. *Journal of Neuroscience* 2015;35:11034–11044. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26245965/
- Watson NF et al. Recommended amount of sleep for a healthy adult: a joint consensus statement of the AASM and SRS. *Sleep* 2015;38:843–844. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25979105/
- WHO. Obesity and overweight（ファクトシート）. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight
- UNESCO. *Recommendation on the Ethics of Artificial Intelligence*, 2021 年 11 月. https://www.unesco.org/en/legal-affairs/recommendation-ethics-artificial-intelligence
- IPBES. *Global Assessment Report on Biodiversity and Ecosystem Services*, 2019 年; および生物多様性条約「昆明・モントリオール生物多様性枠組」, 2022 年 12 月. https://www.ipbes.net/global-assessment
- Carniani S et al. Nature 2024（JADES-GS-z14-0、JWST）; および MoM-z14 の文献は第 2 章を参照. https://doi.org/10.1038/s41586-024-07860-9
- Moore KL, Persaud TVN, Torchia MG. *The Developing Human: Clinically Oriented Embryology*; カーネギー段階は第 3 章のとおり.

https://shop.elsevier.com/books/the-developing-human/moore/978-0-323-61154-1

- Nussbaumer-Streit B et al. Quarantine alone or in combination with other public health measures to control COVID-19: a rapid review. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2020, CD013574. https://doi.org/10.1002/14651858.CD013574.pub2

謝辞

本書を書き上げる力と機会を与えてくださったアッラーにすべての称賛あれ。預言者ムハンマド ﷺ、その家族と教友たちに祝福と平安あれ。

本書を、著者の力の源である人々に捧げる。

最愛の妻

Zaharah Mohd Latif

子どもたち

Muhammad Hafiz, Noor Hazwani, Abdul Hakim,
Noor Hidayah, Nor Aqila, Nor Atiqah

子どもたちの配偶者

Fazilah, Malek, Hanin, Fairizal, Firwan

アッラーが彼らすべてに祝福と健康と信仰を授けてくださいますように。そして本書の一文字一文字が、その報いが絶えることのない継続的な善行（アマル・ジャーリヤ）となりますように。アーミーン。

支援と寄付

本書は完全に無料であり、販売されることはない。しかし、quranscience.my を通じて知識を広める取り組みを支援したいとお考えであれば、皆さんの寄付は心から歓迎するが、決して義務ではない。施しの報いについてのアッラーの御言葉とアッラーの使徒 ﷺ の言葉を思い起こしていただきたい。

雌牛章（2）第 261 節 quran.com/2/261

مَّثَلُ ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ أَمۡوَٰلَهُمۡ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنۢبَتَتۡ سَبۡعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنۢبُلَةٖ مِّاْئَةُ حَبَّةٖۗ وَٱللَّهُ يُضَٰعِفُ لِمَن يَشَآءُۚ وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ ٢٦١

「アッラーの道のために自分の所有するものを施す者を例えてみれば、ちょうど 1 粒が 7 穂を付け、1 穂に百粒を付けるのと同じである。アッラーは御心に適う者に、倍加してくださる。アッラーは厚施にして全知であられる。」

サバア章（34）第 39 節 quran.com/34/39

قُلۡ إِنَّ رَبِّي يَبۡسُطُ ٱلرِّزۡقَ لِمَن يَشَآءُ مِنۡ عِبَادِهِۦ وَيَقۡدِرُ لَهُۥۚ وَمَآ أَنفَقۡتُم مِّن شَيۡءٖ فَهُوَ يُخۡلِفُهُۥۖ وَهُوَ خَيۡرُ ٱلرَّٰزِقِينَ ٣٩

「言ってやるがいい。『本当にわたしの主は、そのしもべの中から御心に適う者に、御恵みを豊かに与えまた或る者には乏しく授けられる。かれはあなたがたが（主の道のために）施すものはすべて返される。かれは最も優れた御恵を与える方であられる。』」

施しは財産を減らさない

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، وَابْنُ، حُجْرٍ قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - وَهُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ - عَنِ الْعَلاَءِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ قَالَ " مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلاَّ عِزًّا وَمَا تَوَاضَعَ أَحَدٌ لِلَّهِ إِلاَّ رَفَعَهُ اللَّهُ " .

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「施しは財産を減らさない。アッラーは赦す僕に尊厳しか増し加えられない。アッラーのためにへりくだる者を、アッラーは必ず（その位階を）高められる。」

要旨： アッラーのために与えることは損にはならない。それは祝福と尊厳と何倍もの報いをもたらすのである。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ムスリムが『サヒーフ・ムスリム』善行・親族の絆・作法の書、ハディース第 2588 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب البر والصلة والآداب، حديث نمبور ٢٥٨٨.

伝承の連鎖：

ヤフヤー・イブン・アイユーブ、クタイバ、イブン・フジュル ← イスマーイール・イブン・ジャアファル ← アラー ← その父 ← アブー・フライラ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ムスリム』に収録。

学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は二つの意味を挙げている。施された財産は祝福され災いから守られるので、実質的には減らないということ、あるいはその報いが何倍にもなるので、見かけ上の減少が実質的な増加によって補われるということである。

参照リンク： https://sunnah.com/muslim:2588

死後も途絶えない三つの行い

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، - يَعْنِي ابْنَ سَعِيدٍ - وَابْنُ حُجْرٍ قَالُوا حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - هُوَ ابْنُ جَعْفَرٍ - عَنِ الْعَلاَءِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ " إِذَا مَاتَ الإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَنْهُ عَمَلُهُ إِلاَّ مِنْ ثَلاَثَةٍ إِلاَّ مِنْ صَدَقَةٍ جَارِيَةٍ أَوْ عِلْمٍ يُنْتَفَعُ بِهِ أَوْ وَلَدٍ صَالِحٍ يَدْعُو لَهُ " .

訳：

アブー・フライラ رضي الله عنه によれば、アッラーの使徒 ﷺ は言われた。「人が死ぬと、その行いは途絶える。ただし三つのものを除いて。継続的な施し（サダカ・ジャーリヤ）、役立てられる知識、あるいはその者のために祈る善良な子である。」

要旨： 書物、広められた知識、ワクフ（寄進財）、そして善良な子は、人の死後もその人に報いをもたらし続ける。

伝承者：

アブー・フライラ رضي الله عنه

伝承経路（ラテン文字）：

イマーム・ムスリムが『サヒーフ・ムスリム』遺言の書、ハディース第 1631 番に伝える。

伝承経路（ジャウィ文字）：

روايت إمام مسلم دالم صحيح مسلم، كتاب الوصية، حديث نمبور ١٦٣١.

伝承の連鎖：

ヤフヤー・イブン・アイユーブ、クタイバ、イブン・フジュル ← イスマーイール・イブン・ジャアファル ← アラー ← その父 ← アブー・フライラ رضي الله عنه ← アッラーの使徒 ﷺ。

等級：

サヒーフ（真正）— 『サヒーフ・ムスリム』に収録。

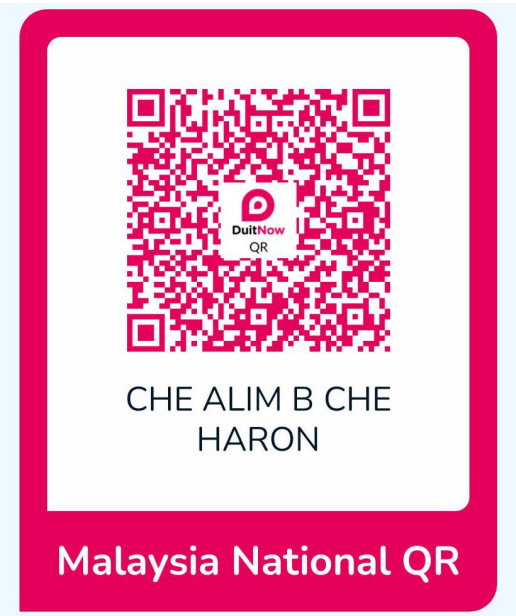
学者たちの解説：

イマーム・ナワウィー（『サヒーフ・ムスリム注釈』）：

彼は、このハディースがワクフの正当性と、有益な知識を著し広めることの報いの大きさの根拠であり、この報いは死後もその持ち主に続くと述べている。

参照リンク： https://sunnah.com/muslim:1631

ジャザークムッラーフ・ハイラン・カスィーラ（アッラーが皆さんに豊かな善をもって報いてくださいますように）。



上の QR（DuitNow）をスキャンして寄付できる。

海外からの方は、下のボタンをクリックして PayPal（paypal.me/quranscience）で寄付できる。



CHE ALIM B CHE HARON