خطورة الانتحار وكيفية العلاج

الشيخ/ندا أبو أحمد

خطورة الانتحار وكيفية العلاج

تمهيد

إنَّ الحمدَ لله نحمدُه، ونستعينُه، ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، مَن يهد اللهُ فلا مضل له، ومَن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله، وحده لا شريك له، وأشهد أنَّ محمدًا عبدهُ ورسولُه.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ﴾ (آل عمران: ١٠٢)

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ (النساء: ١)

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا (٧٠) يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا﴾ (الأحزاب: ٧٠، ٧١)

أما بعد....

فإن أصدق الحديث كتاب الله ـ تعالى ـ، وخير الهدي، هدي محمد ﷺ، وشر الأمور محدثاتها، وكل محدثة بدعة، وكل بدعة ضلالة، وكل ضلالة في النار.

نبض الرسالة

خطورة الانتحار وكيفية العلاج

فلا يجوز للإنسان مهما نزل به من ابتلاء، وأحاطت به الخطوب أن يبادر بقتل نفسه.

حِفْظُ النَّفسِ مِن مَقاصدِ الشَّريعةِ الإسلاميَّةِ.

قَتلُ النَّفسِ بغيْرِ حَقٍّ مِن أكْبرِ الكَبائرِ.

المنتحر يختار لنفسه العذاب الذي يعذب به يوم القيامة.

أسباب الانتحار:

ولعلاج ظاهرة الانتحار والقضاء عليها لا بد أن تتكاتف الجهود على المستوى العام (المجتمع وأجهزة الدولة)، والخاص (الأسرة والمدرسة والأصحاب والأقارب)، والفردي.

يامن تراودك فكرة الانتحار لا تجعل اليأس يتسرَّب إلى قلبك، فهذا عين الشقاء وسبب أساسي للتفكير في الانتحار، لذا عدّ أهل العلم اليأس من رحمة الله من الكبائر.

أهم أسباب الانتحار وكيفية العلاج.

الأمراض النفسية، وضيق الصدر، وكيفية العلاج:

والعلاج من الأمراض النفسية وضيق الصدر يكون عن طريق:

أولًا: القرآن.

ثانيًا: الأخذ بأسباب انشراح الصدر.

الهم والحزن، وكيفية العلاج:

ودفع الهم والحزن يكون عن طريق:

أولًا: الأدعية التي تدفع الهم والحزن ومنها:

ثانيًا: تقوى الله-عز وجل-:

ثالثًا: كثرة الصلاة على النبي ﷺ:

رابعًا: أن يعلم المحزون أن الدنيا دار امتحان وابتلاء واختبار، وليس فيها لذة على الحقيقة إلا وهي مشوبة بالكدر:

خامسًا: التلبينة:

الكـرب وكيفية العـلاج:

القلق والاكتئاب، وكيفية العلاج:

رسائل لمن يفكر بالانتحار:

١- اعلم أنه ما نزلت بك مصيبة إلا وهي مقدرة في اللوح المحفوظ قبل أن يخلق الله الخلق، فلا بد منها:

٢- أن يتذكر أن نعم الله عليه كثيرة، فإذا أخذ فكم أعطى، وإذا ابتلى فكم عافى:

٣- اعلم أنك في أمنية كثير من الأموات، فالحياة مهما كانت فهي أفضل من الانتحار:

فلهذا ولغيره نهى الإسلام عن تمني الموت، أو يدعوَ الإنسان به:

فعليك أخي الحبيب أن تستغل فرصة الحياة وتأخذ من حياتك لموتك.

فلا تزهق نفسك أخي الحبيب وتتعجل الموت واغتنم حياتك، فأنت في أمنية كثير من الأموات.

حكم المنتحر:

حكم الصلاة على المنتحر والترحم عليه:

هل يصلي أهل الفضل والصلاح على المنتحر؟.

مقدمة.. من المعلوم أن الله تعالى خلق الإنسان بيده، ونفخ فيه من روحه، فلا ينبغي لأي إنسان مهما كان أن يسلب هذه الحياة، فهذا لا يكون إلا لمن وهبها وهو الخالق ﷻ، ولذلك توعَّد الله تعالى كل مَن تجرَّأ على سفك الدماء، وقتل الأبرياء بوعيد شديد، **فقال العزيز الحميد:** ﴿وَمَن يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُّتَعَمِّدًا فَجَزَآؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُ وَأَعَدَّ لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا﴾(النساء:٩٣) وأنت إذا قرأت القرآن من أول فاتحة الكتاب إلى سورة الناس، لا تجد فيه مثل هذا الوعيد الشديد، وهذا يدل على حرمة الدماء عند رب الأرض والسماء.

ومما يدل على هذا أيضًا ما أخرجه الترمذي من حديث أبي سعيد الخدري وأبي هريرة-رضي الله عنهما- قالا: قال سول الله ﷺ:" **لو أنَّ أَهلَ السَّماءِ وأَهلَ الأرضِ اشترَكوا في دمِ مؤمنٍ لأَكبَّهمُ اللَّهُ في النَّارِ**". (صحيح الترمذي: ١٣٩٨)

ويؤكد النبي ﷺ **على هذه الحقيقة.**

فقد أخرج الترمذي والنسائي من حديث عبد الله بن عمرو-رضي الله عنهما- قال: قال رسول الله ﷺ:" **لزوالُ الدنيا أهونُ على اللهِ مِنْ قتلِ رجلٍ مسلمٍ**[1] ". (صحيح الجامع: ٥٠٧٧)

وهذا كله يدل على حرمة المسلم عند رب العالمين، لكن غاب هذا الأصل الأصيل على كثير من المسلمين فتجرؤوا على سفك الدماء وقتل الأبرياء، بل ربما وقف المسلمان كل منهما يريد قتل أخيه من أجل الدنيا، وما علم هؤلاء أن القاتل والمقتول في النار، بل تجرأ البعض لا على سفك دم الآخرين بل على قتل نفسه، وهو ما يعرف بالانتحار[2]، وهذا بيت القصيد، وهو حديثنا في هذه الرسالة.

قتل النفس (الانتحار):

يجب على المسلم أن يعلم أن الانتحار فيه تسخُّط على قضاء الله وقدره، وعدم الرضا بذلك، وعدم الصبر على البلاء، والأخطر من ذلك؛ هو التعدي على حق الله تعالى، فالنفس ليست ملكًا لصاحبها، وإنما هي ملك لله تعالى الذي خلقها وهيَّأها لعبادته سبحانه، وحرَّم إزهاقها بغير حقٍّ، فليس للمرء أدنى تصرُّف فيها، والانتحار كذلك يدل على ضَعف الإيمان؛ لعدم تسليم المنتحر أمرَه لله تعالى. والانتحار من كبائر الذنوب، وتحريمه ثابتٌ بالكتاب والسنة وإجماع سلف الأمة.

قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا (٢٩) وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا[3] فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا وَكَانَ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا﴾ (النساء: ٢٩، ٣٠).

١- ذهب بعض أهل العلم إلى أن هذا الحديث موقوف على عبد الله بن عمرو- رضي الله عنهما - وهو الصحيح.

٢- الانتحار هو قتل الإنسان نفسه بأي وسيلة سواء كانت بالشنق، أو الحرق، أو بالطعن، أو تناوُل السموم، أو جُرعة كبيرة من المخدرات، أو إلقاء نفسه في النهر، أو قتْل نفسه بمأكول أو مشروب؛ وذلك لأسباب يعتقد صاحبها- وهمًا- بأن الموت أفضل له من حياته. ويظن أنه سيضع بانتحاره وإزهاقه لنفسه حدًّا لما يعيشه أو يُعانيه من مشكلاتٍ أو ضغوطٍ أو ظروف سيئة، وهذا مفهومٌ خاطئٌ ومغلوطٌ، وبعيدٌ كل البُعد عن الحقيقة.

٣- عُدْوَانًا وَظُلْمًا: أي متعديًا فيه عالمًا بالحرمة.

***قال صاحب المنار–رحمه الله–* في قوله تعالى:** ﴿وَلا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ﴾:" وَإِذَا كَانَ الله تعالى يُرْشِدُنَا بِأَنَّهُ يَجِبُ عَلَيْنَا أَنْ نَحْتَرِمَ نُفُوسَ النَّاسِ كَنُفُوسِنَا فَاحْتِرَامُنَا لِنُفُوسِنَا يَجِبُ أَنْ يَكُونَ أَوْلَى، فلَا يُبَاحُ بِحَالٍ مِنَ الْأَحْوَالِ أَنْ يَقْتُلَ أَحَدٌ نَفْسَهُ كَأَنْ يَبْخَعَهَا" الِانْتِحَارَ" لِيَسْتَرِيحَ مِنَ الْغَمِّ وَشَقَاءِ الْحَيَاةِ، فَمَهْمَا اشْتَدَّتِ الْمَصَائِبُ عَلَى الْمُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَصْبِرُ وَيَحْتَسِبُ، وَلَا يَنْقَطِعُ رَجَاؤُهُ مِنَ الْفَرَجِ الْإِلَهِيِّ؛ وَلِذَلِكَ نَرَى بَخْعَ النَّفْسِ يَكْثُرُ حَيْثُ يَقِلُّ الْإِيمَانُ، وَيَفْشُو الْكُفْرُ وَالْإِلْحَادُ ". اهـ (تفسير المنار:٥/٣٧)

وقال السَّعديُّ–رحمه الله– في تفسيره عند الآية السابقة: " ﴿وَلا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ﴾ أي لا يَقتُلْ بعضُكم بعضًا، ولا يَقتُلِ الإنسانُ نفسَه. ويدخُلُ في ذلك الإلقاءُ بالنَّفسِ إلى التَّهلُكةِ، وفِعلُ الأخطارِ المُفضيةِ إلى التَّلَفِ والهلاكِ إنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا، ومِن رحمتِه أن صان نفوسَكم وأموالَكم، ونهاكم عن إضاعتِها وإتلافِها، ورتَّب على ذلك ما رتَّبه من الحُدودِ". اهـ

وقال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ﴾ (الأنعام: ١٥١). والنفس تشمل نفس الإنسان ونفس غيره، فالنفس البشرية يحرم قتلها بأمر خالقها.

وقال تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (البقرة: ١٩٥). والانتحار هو من صور الإلقاء بالنفس إلى التهلكة المحققة في الدنيا والآخرة.

– فلا يجوز للإنسان مهما نزل به من ابتلاء، وأحاطت به الخطوب أن يبادر بقتل نفسه. فجَسَدُ الإنسانِ أمانةٌ أودَعَها اللهُ العبْدَ، وأوجَبَ عليه حِفظَه، وحرَّمَ عليه الاعتداءَ على جَسَدِه بأيِّ لَونٍ مِن ألوانِ الاعتداءِ. ***فقد أخرج الإمام أحمد وأبو داود واللفظ له عن عمرو بن العاص ﷺ أنه لما بُعث في "غزوة ذات السلاسل" قال:*** " احتَلَمتُ في ليلةٍ باردةٍ في غزوةِ ذاتِ السُّلاسلِ فأشفَقتُ إن اغتَسَلتُ أن أَهْلِكَ فتيمَّمتُ، ثمَّ صلَّيتُ بأصحابي الصُّبحَ فذَكَروا ذلِكَ للنَّبيِّ ﷺ فقالَ: يا عَمرو! صلَّيتَ بأصحابِكَ وأنتَ جنُبٌ؟ فأخبرتُهُ بالَّذي مَنعَني منَ الاغتِسالِ؛ وقُلتُ: إنِّي سَمِعْتُ اللَّهَ يقولُ: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ فضحِكَ رسولُ اللَّهِ ﷺ ولم يَقُلْ شيئًا ". (صحيح أبي داود: ٣٣٤)

– فحِفْظُ النَّفسِ مِن مَقاصِدِ الشَّريعةِ الإسلاميَّةِ، وقَتْلُ النَّفسِ بغيْرِ حَقٍّ مِن أكْبرِ الكَبائرِ، وكان النَّبيُّ ﷺ ينهى عنْ قَتلِ المُسلمِ لنَفسِه، وتوعده بوعيد شديد.

فقد أخرج البخاري ومسلم عن جندب بن عبد الله ﷺ عن النبي ﷺ قال: " كانَ فِيمَن كانَ قَبْلَكُمْ رَجُلٌ به جُرْحٌ، فَجَزِعَ، فأخَذَ سِكِّينًا فَحَزَّ بهَا يَدَهُ، فَما رَقَأَ الدَّمُ حتَّى مَاتَ، قالَ اللَّهُ تَعَالَى: بَادَرَنِي عَبْدِي بنَفْسِهِ، حَرَّمْتُ عليه الجَنَّةَ ".

وفي الحَديثِ: الوَعيدُ الشَّديدُ لِمَن قَتَلَ نَفْسَه. لأنَّ نَفْسَ العَبدِ ليست مِلكًا له؛ فليس له أن يتصَرَّفَ فيها بغيرِ إذنِ مالِكِها سُبحانَه وتعالى.

وأخرج البخاري ومسلم واللفظ لمسلم من حديث سهل بن سعد الساعدي ﷺ قال: " أنَّ رَسولَ اللَّهِ ﷺ التَقَى هو والمُشْرِكُونَ، فَاقْتَتَلُوا، فَلَمَّا مَالَ رَسولُ اللَّهِ ﷺ إلى عَسْكَرِهِ، ومَالَ الآخَرُونَ إلى عَسْكَرِهِمْ، وفي أَصْحَابِ رَسولِ اللَّهِ ﷺ رَجُلٌ لا يَدَعُ لهمْ شَاذَّةً ولَا فَاذَّةً، إلَّا اتَّبَعَهَا يَضْرِبُهَا بسَيْفِهِ، فَقالَ: ما أَجْزَأَ مِنَّا اليومَ أَحَدٌ كما أَجْزَأَ فُلَانٌ، فَقالَ رَسولُ اللَّهِ ﷺ: أَمَا إنَّه مِن أَهْلِ النَّارِ. فَقالَ رَجُلٌ مِنَ القَوْمِ: أَنَا صَاحِبُهُ[1]، قالَ: فَخَرَجَ معهُ؛ كُلَّما وقَفَ وقَفَ معهُ، وإذَا أَسْرَعَ أَسْرَعَ معهُ، قالَ: فَجُرِحَ الرَّجُلُ جُرْحًا شَدِيدًا، فَاسْتَعْجَلَ المَوْتَ، فَوَضَعَ نَصْلَ سَيْفِهِ بالأَرْضِ، وذُبَابَهُ[2] بيْنَ ثَدْيَيْهِ، ثُمَّ تَحَامَلَ علَى سَيْفِهِ، فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَخَرَجَ الرَّجُلُ إلى رَسولِ اللَّهِ ﷺ، فَقالَ: أَشْهَدُ أنَّكَ رَسولُ اللَّهِ. قالَ: وما ذَاكَ؟ قالَ: الرَّجُلُ الذي ذَكَرْتَ آنِفًا أنَّهُ مِن أَهْلِ النَّارِ، فأعْظَمَ النَّاسُ ذلكَ، فَقُلْتُ: أَنَا لَكُمْ به، فَخَرَجْتُ في طَلَبِهِ، ثُمَّ جُرِحَ جُرْحًا شَدِيدًا، فَاسْتَعْجَلَ المَوْتَ، فَوَضَعَ نَصْلَ سَيْفِهِ في الأرْضِ، وذُبَابَهُ بيْنَ ثَدْيَيْهِ، ثُمَّ تَحَامَلَ عليه فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَقالَ رَسولُ اللَّهِ ﷺ عِنْدَ ذلكَ: إنَّ الرَّجُلَ لَيَعْمَلُ عَمَلَ أَهْلِ الجَنَّةِ – فِيما يَبْدُو لِلنَّاسِ– وهو مِن أَهْلِ النَّارِ، وإنَّ الرَّجُلَ لَيَعْمَلُ عَمَلَ أَهْلِ النَّارِ – فِيما يَبْدُو لِلنَّاسِ– وهو مِن أَهْلِ الجَنَّةِ.

- **العذاب في جهنم يكون من جنس ما قتل الإنسان به نفسه.**

كما جاء في الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم من حديث ثابت بن الضحاك ﷺ أن النبي ﷺ قال:

"... ومَن قَتَلَ نَفْسَهُ بشيءٍ في الدُّنْيا عُذِّبَ به يومَ القِيامَةِ ".

قال الحافظ ابن حجر–رحمه الله–: "ويؤخذ منه أن جناية الإنسان على نفسه كجنايته على غيره في الإثم لأن نفسه ليست ملكا له مطلقا بل هي لله تعالى فلا يتصرف فيها إلا بما أذن له فيه".

- **فالمنتحر يختار لنفسه العذاب الذي يعذب به يوم القيامة.**

وأخرج البخاري من حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " الَّذِي يَخْنُقُ نَفْسَهُ يَخْنُقُهَا فِي النَّارِ، وَالَّذِي يَطْعُنُهَا[3] يَطْعُنُهَا فِي النَّارِ ".

– وعند ابن حبان بلفظ: " مَن خنَق نفسَه في الدُّنيا فقتَلها خنَق نفسَه في النَّارِ، ومَن طعَن نفسَه طعَنها في النَّارِ، ومَن اقتحَم فقتَل نفسَه اقتحَم في النَّارِ ". (صحيح ابن حبان: ٥٩٨٧)

وأخرج البخاري ومسلم عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " من قتَلَ نفسَهُ بحديدةٍ جاءَ يومَ القيامَةِ وحديدتُهُ في يدِه يتوجَّأُ بِها في بطنِهِ في نارِ جَهنَّمَ خَالدًا مخلَّدًا أبدًا، ومن قَتلَ نفسَه بسُمٍّ فَسمُّهُ في يدِه يتحسَّاهُ[4] في نارِ جَهنَّمَ خالدًا مخلَّدًا ".

١ـ أنا صاحبه: يعني: أنا أصحبه.
٢ـ ذُباب السيف: حد طرفه الذي بين شفرتيه، وقيل: طرفه المتطرف الذي يضرب به، وقيل: حدّه.
٣ـ يَطْعُنُهَا: هُوَ بِضَمِّ الْعَيْنِ الْمُهْمَلَةِ كَذَا ضَبَطْهُ فِي الْأُصُولِ.
٤ـ يَتَحَسَّاهُ: أي يَشْرَبُهُ فِي تَمَهُّلٍ وَيَتَجَرَّعُهُ. (شرح النووي على مسلم:١٢١/٢)

وأخرج البخاري ومسلم من حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " مَن تَرَدَّى مِن جَبَلٍ[1] فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَهو في نَارِ جَهَنَّمَ يَتَرَدَّى فيه خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَن تَحَسَّى سُمًّا فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَسُمُّهُ في يَدِهِ يَتَحَسَّاهُ في نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَن قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدَةٍ، فَحَدِيدَتُهُ في يَدِهِ يَجَأُ[2] بِهَا في بَطْنِهِ في نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا ".

وأخرج الترمذي والنسائي من حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ:"من قَتَلَ نفسَهُ بحديدةٍ جاءَ يومَ القيامَةِ وحديدتُهُ في يدِه يتوجَّأُ بِها في بطنِهِ في نارِ جَهنَّمَ خَالدًا مخلَّدًا أبدًا، ومن قَتَلَ نفسَه بسُمٍّ فَسمُّهُ في يدِه يتحسَّاهُ في نارِ جَهنَّمَ خالدًا مخلَّدًا ". (صحيح الترمذي: ٢٠٤٣)

وَقَدْ تَمَسَّكَ بِهذا الحديث الْمُعْتَزِلَةُ وَغَيْرُهُمْ مِمَّنْ قَالَ بِتَخْلِيدِ أَصْحَابِ الْمَعَاصِي فِي النَّارِ، لكن المعلوم عند أَهْلُ السُّنَّةِ أَنَّ أَهْلَ التَّوْحِيدِ يُعَذَّبُونَ ثُمَّ يُخْرَجُونَ مِنْهَا وَلَا يُخَلَّدُونَ، **فيكون قولُه:**" خالِدًا مُخلَّدًا فيها أبدًا": مَحْمولٌ على مَن فَعَل ذلِك مُستحِلًّا له مع عِلْمِه بالتَّحريمِ، فَإِنَّهُ يَصِيرُ بِاسْتِحْلَالِهِ كَافِرًا، وَالْكَافِرُ مُخَلَّدٌ بِلَا رَيْبٍ، **وقِيلَ:** وَرَدَ مَوْرِدَ الزَّجْرِ وَالتَّغْلِيظِ، وَحَقِيقَتُهُ غَيْرُ مُرَادَةٍ. **وَقِيلَ:** الْمَعْنَى أَنَّ هَذَا جَزَاؤُهُ، لَكِنْ قَدْ تَكَرَّمَ اللَّهُ عَلَى الْمُوَحِّدِينَ فَأَخْرَجَهُمْ مِنَ النَّارِ بِتَوْحِيدِهِمْ. **وَقِيلَ:** التَّقْدِيرُ مُخَلَّدًا فِيهَا إِلَى أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ. **وَقِيلَ:** الْمُرَادُ بِالْخُلُودِ طُولُ الْمُدَّةِ لَا حَقِيقَةُ الدَّوَامِ، كَأَنَّهُ يَقُولُ: يُخَلَّدُ مُدَّةً مُعَيَّنَةً، وَهَذَا أَبْعَدُهَا.

(انظر شرح مسلم للنووي:١/٢١٣)

الانتحار أسباب وعلاج:

وأسباب الانتحار كثيرة، ومنها على سبيل المثال: ضَعف الوازع الديني، وعدم إدراك خطورة الانتحار والذي يترتب عليه الوعيد الشديد والعقاب الأليم- كما مر بنا-، أو يكون الانتحار بسبب أمراض نفسية قاهرة كالاكتئاب[3]، أو مَنْ يشتد عليه المرض فيحاول أن يتخلص من هذه الآلام بالانتحار، أو من ابتلي بمرض لا علاج له، أو من ينتحر بسبب البطالة أو الفقر أو هروبًا من المسئولية، أو بسبب المشاكل الأُسرية أو العاطفية، أو بسبب تراكم الديون والحقوق ومطالبة أصحابها بها والخوف من عواقب ذلك، أو الشعور بالذنب والرغبة في معاقبة نفسه، أو من يقتل نفسه بسبب قضايا فساد، أو تعاطي المخدرات والمسكرات، فإنها تسبب تلف خلايا المخ، وبالتالي يصبح المدمن عرضة للانتحار في أي وقت، أو من يقتل نفسه لأنه لم يتزوج ممن يحبها، أو من أخفق في دراسته، أو الشعور بأنه لا أمل في المستقبل، أو من حملت من سفاح وخافت أن يُفتضح أمرها، أو الشعور بأنه ليس له قيمة، أو من يُعامل معاملة سيئة ممن حوله، أو كان عنده طموح وأمنيات لم تتحقق، فيصاب بالإحباط واليأس. وغير ذلك من أسباب الانتحار. وهؤلاء وغيرهم ممن قِدم على الانتحار هو كالمستجير من الرمضاء بالنار.

١- تردَّى من جبلٍ: أي ألقى بنفسه مُتعَمِّدًا فمات.

٢- يجأ: أي يطعن، وفي رواية الترمذي: يتَوَجَّأ: وهي بمعنى يطعن أيضًا.

٣- تؤكد المجامع الفقهية المعاصرة أن الكثير من حالات الانتحار تقع نتيجة أمراض نفسية قاهرة (كالاكتئاب الحاد أو الفصام) تُفقد الإنسان أهليته وإرادته. والمريض الذي يفقد عقله أو إرادته الحرة بسبب المرض غير مكلف شرعًا، ويُعد فاقدًا لأهلية الاختيار، والدليل على ذلك قوله ﷺ:" رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ: عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ، وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَحْتَلِمَ، وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ". (سنن أبي داود) فإذا أثبت الطب أن المنتحر كان تحت تأثير مرض سلبه عقله وإرادته، فهو معذور شرعًا، ولا يأثم، ونُرجى له رحمة الله الواسعة. لأنه كان أسيرًا لمرض نفسي أفقده الإرادة.

وللأسف انتشرت ظاهرة الانتحار في المجتمع الإسلامي بصورة لم نعهدها من قبل، لذا كان لابد لنا من وقفة مع هذه الظاهرة لنتعرف على أسبابها وكيفية العلاج.

ولعلاج ظاهرة الانتحار والقضاء عليها لا بد أن تتكاتف الجهود على المستوى العام (المجتمع وأجهزة الدولة)، والخاص (الأسرة والمدرسة والأصحاب والأقارب)، والفردي.

أما بالنسبة الدولة: فعليها أن تكثف المجهود عن طريق الإعلام وعلماء الشريعة الربانين ولمن لهم القبول عند عامة الشعب لبيان خطورة الانتحار وبيان عواقبه الوخيمة، والعمل على زيادة الوعي الديني والثقافي، وكذلك تعمل الدولة على توفير فرص عمل للشباب، والاهتمام بمراكز الشباب، والحث على ممارسة الرياضة، وبيان خطورة المخدرات والقضاء على منابعها، وتحقيق الاستقرار المعيشي، وتوفير حياة كريمة للمواطنين.

أما بالنسبة للمجتمع: فلا بد أن يكون المجتمع صمام أمان ضد الأزمات النفسية لأفراده، وليس سببًا فيها؛ وذلك عن طريق الفوارق الطبقية، ونبذ أولاد الفقراء، والعمل على تقسيم الناس إلى طبقات، وهذا خلاف تعاليم الإسلام، **فالنبي** ﷺ **قال:**" **يا أيُّها الناسُ إنَّ ربَّكمْ واحِدٌ ألا لا فضلَ لِعربِيٍّ على عجَمِيٍّ ولا لِعجَمِيٍّ على عربيٍّ ولا لأحمرَ على أسْودَ ولا لأسودَ على أحمرَ إلَّا بالتَّقوَى إنَّ أكرَمكمْ عند اللهِ أتْقاكُمْ** ".(أخرجه أبو نعيم في" حلية الأولياء والبيهقي في" شعب الإيمان من حديث جابر ﷺ) فالناس سواسية كأسنان المشط، وهذا ليس بحديث لكنها حكمة بليغة تُضرب للتأكيد على المساواة التامة بين البشر؛ فكما أن أسنان المشط متساوية، لا يتقدم بعضها على بعض، كذلك يجب أن يتساوى الناس في الحقوق والواجبات، فلا فضل لأحد على أحد إلا بعمله وتقواه المعنى الذي تدل عليه العبارة صحيح ويتوافق تمامًا مع روح الإسلام، والذي يتجلى في قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾ (الحجرات:١٣) وهذا يعني غياب الطبقية، والتمييز العنصري، والتعصب للأنساب أو الألوان. فالجميع أمام القانون الإنساني والعدالة الإلهية سواء. وهذا لا يعني تطابق البشر في الشكل، أو المهارات، أو الأرزاق، فالاختلاف سُنة الحياة لإعمار الأرض وتكامل الأدوار، لكن لابد من العدل والمساواة في الكرامة الإنسانية. فأي قيمة للمرء في مجتمع لا تَسوده الرحمة والتكافل والعدل والقيم والحرية والصدق، والأمانة والوفاء والعطاء، والحب؟! فهذا الذي يتسبب في عدم الاستقرار النفسي عند البعض، حيث لا تتاح لهم الفرص في كليات القمة، ولا تتاح لهم فرص عمل، أو شغل وظائف معينة، والنتيجة أنه يشعر أن ليس له قيمة، وينتابه اليأس.

أما بالنسبة لدور الأسرة: فبداية كما قيل: أن الدفع أسهل من الرفع، وأن الوقاية خير من العلاج، وعليه فيجب على الوالدين تربية الأولاد تربية إيمانية، وهذا هو الحصن الحصين الذي يقي الأولاد في مراحل أعمارهم من كثير من الأمراض النفسية، وعلى الأسرة كذلك أن تلاحظ التغيرات المفاجئة في السلوك؛ مثل: التغير في نمط النوم، أو نمط الطعام، أو الإهمال في الدراسة أو العمل، أو إهمال الشخص لعلاقاته الاجتماعية أو لمظهره الخارجي، والتحدث عن الانتحار والموت بصورة غريبة، وفقْد الاهتمام بالأنشطة المعتاد عليها، وفقْد المتعة في الأمور المحببة إليه، والتحدث عن فقْد الأمل والشعور بالذنب أو اليأس، ونقد الذات أو المجتمع، وظهور القلق النفسي والانعزال والانطواء. ويجب على الأسرة في هذه الحالة احتواء من يمر بهذه الأزمة النفسية والاستماع له، وربطه بأهل الاختصاص من الأطباء النفسيين والعلماء من أهل الدين.

- **أما بالنسبة للمدرسة والمدرسين:** فيجب نشر الوعي الديني والثقافي بين الطلبة، وعدم الضغط عليهم خصوصًا من يمر منهم بأزمات نفسية أو مشاكل أسرية، وعدم مقارنتهم بآخرين أو انتقادهم المستمر، أو إحراجهم والاستهزاء به.

- **وعلى الأشخاص المقربين والأصدقاء** أن ينصتوا لمَن يمرون بظروف نفسية صعبة، وأن يعملوا على التواصل معهم، ومحاولة تفهُّم الظروف والأسباب التي قد تدفع أحدهم إلى محاولة الانتحار، ومَدِّ يد العون لهم، ومساعدتهم في حلِّها، وبذلك يتم القضاء على أسباب هذه الظاهرة ودواعيها بإذن الله.

أما على المستوى الفردي، واقصد بهذا من يفكر في الانتحار:

فأقول له أخي الحبيب بداية لا تجعل اليأس يتسرَّب إلى قلبك، فهذا عين الشقاء وسبب أساسي للتفكير في الانتحار، لذا عدّ أهل العلم اليأس من رحمة الله من الكبائر.

فقد ذكر الذهبي-رحمه الله- في" كتابه الكبائر" الكبيرة الرابعة والستون: الإياس من روح الله والقنوط.

ثم ذكر قوله تعالى: ﴿إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾ (يوسف: ٨٧)". **اهـ**

وقال ابن القيم-رحمه الله-:" والكبائر: القنوط من رحمة الله، واليأس من رَوح الله، وتوابع هذه الأمور التي هي أشد تحريمًا من الزنا، وشرب الخمر، وغيرهما من الكبائر الظاهرة، ولا صلاح للقلب ولا للجسد إلا باجتنابها، والتوبة منها، وإلا فهو قلب فاسد، وإذا فسد القلب فسد البدن". اهـ

والقنوط من رحمة الله قرين الضلال، فقال تعالى: ﴿وَمَن يَقْنَطُ مِن رَّحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ﴾ (الحجر: ٥٦).

والإياس من روح الله هو عين الهلاك، قال تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (البقرة: ١٩٥).

قال البغوي-رحمه الله- في تفسيره: " قال محمد بن سيرين وعبيدة السلماني:" الإلقاء إلى التهلكة هو القنوط من رحمة الله تعالى". قال أبو قلابة:" هو الرجل يصيب الذنب فيقول قد هلكت ليس لي توبة فييأس من رحمة الله وينهمك في المعاصي فنهاهم الله تعالى عن ذلك "، قال الله تعالى: ﴿إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾ (سورة يوسف:٨٧) ". اهـ

واليأس فيه سوء أدبٍ مع الله عز وجل؛ قال تعالى: ﴿وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يَؤُوسًا﴾ (الإسراء: ٨٣).

وعندما نهى رب العالمين عبده أن يقتل نفسه، أخبره أنه رحيم به، كما قال تعالى:﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ فلماذا يتعجل المؤمن الموت؟ ولماذا يقنط من رحمة ربه؟ ولماذا يجزع مما ألَمَّ به من آلام وهموم، ألم يعلم أن له ربًّا رحيمًا، أرحم به من الأم بولدها؟ فهلَّا وضع همومه بين يديه، ورفع حاجاته إليه، فالمؤمن إذا ضاقت به الأمور، وتكاثرت عليه الخطوب، وضاقت عليه الدنيا بما رحبت؛ عليه أن يتذكر رحمة الله تعالى؛ فتذهب همومه، وتزول خطوبه، ويزول اليأس والقنوط عن نفسه.

ولقد عاب النبي ﷺ على الذين يُنفِّرون الناس الحياة، ويسببون لهم الهزيمة النفسية، فقال ﷺ في الحديث الذي رواه الإمام مسلم عن أبي هريرة ﷺ: " إذا قال الرجل: هلَك الناس، فهو أهلكهم". فلا بد من نشر التفاؤل والأمل بين فئات المجتمع؛ فالأمل هو إكسير الحياة، وباعث البهجة والسرور فيها، وما أضيق العيش والصدر لولا الأمل، ولقَدْ كانَ الرسول ﷺ يُعْجِبُه الفأْلُ، **فقَدْ أخرجَ البخاري ومسلم عن أنس ﷺ أنَّ النبي ﷺ قالَ:** " لا عَدْوَى ولا طِيَرَة، ويُعجبني الفأْلُ: الكلمة الحسَنة، الكلمة الطيبة". فبالأمل يذوق الإنسان طعْم السعادة، وبالتفاؤُل يُحس ببهجة الحياة.

وهذا آوان الشروع للدخول في الموضوع وبيان أهم أسباب الانتحار وكيفية العلاج.

الأمراض النفسية، وضيق الصدر، وكيفية العلاج:

والعلاج من الأمراض النفسية وضيق الصدر يكون عن طريق:

أولًا: القرآن:

قال تعالى: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (الإسراء: ٨٢)

وقال تعالى: ﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ﴾ (فصلت:٤٤)

وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (يونس:٥٧)

فالقرآن هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة، وما كُلُّ أحدٍ يُؤَهَّل ولا يوفق للاستشفاء بالقرآن، وإذا أحسن العليل التداوي به، وعالج به مرضه بصدق وإيمان وقبول تام، واعتقاد جازم، واستيفاء بشروطه، لم يقاومه الداء أبدًا وكيف تقاوِمُ الأدواء كلامَ ربِّ الأرض والسماء، الذي لو نزل على الجبال لصَدَّعَها أو على الأرض لقطعها، فما من مرض من أمراض القلوب والأبدان إلا وفي القرآن سبيل الدلالة على علاجه، وسببه والحمية منه لمن رزقه الله فهمًا لكتابه، والله ﷻ قد ذكر في القرآن أمراض القلوب والأبدان، وطب القلوب والأبدان **كما قال تعالى:** ﴿مَا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِن شَيْءٍ﴾ (الأنعام: ٣٨)

يقول ابن القيم-رحمه الله-: " فمن لم يشفه القرآن فلا شفاه الله، ومن لم يكفه فلا كفاه الله، ولو أحسن العبد التداوي بالقرآن لرأى لذلك تأثيرًا عجيبًا في الشفاء العاجل". اهـ

ثانياً: الأخذ بأسباب انشراح الصدر:

يقول ابن القيم-رحمه الله- كما في" زاد المعاد:٢/٢٣": **فأعظم أسباب شرح الصدر:**

١- التوحيد:

وعلى حسب كمال وقوة وزيادة التوحيد يكون انشراح الصدر، **قال تعالى:** ﴿مَن يُرِدِ اللَّهُ أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلإِسلام وَمَن يُرِدْ أَن يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاء﴾ (الأنعام:١٢٥)

فكما أن الهدى والتوحيد من أعظم أسباب شرح الصدر، **كما قال تعالى:** ﴿أَفَمَن شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسلام فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِّن رَّبِّهِ﴾ (الزمر:٢٢)

فالشرك والضلال من أعظم أسباب ضيق الصدر وانحراجه، **كما قال تعالى:** ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ (طه:١٢٢)

٢- نور الإيمان الذي يقذفه الله تعالى في قلب العبد: قال تعالى: ﴿وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ﴾ (التغابن:١١)

فهذا من أسباب انشراح الصدر وفرحه، فإذا فقد هذا النور ضاق قلب العبد وحَرِج، وصار في أضيق سجن وأصعبه.

وأخرج الطبري في تفسيره:٨/٢٧" من حديث عبد الله بن مسعود ﷺ عن النبي ﷺ قال: **" إذا دخل النورُ القلب انفسح وانشرح، قالوا: وما علامة ذلك يا رسول الله؟ قال: الإنابة إلى دار الخلودِ والتجافي عن دار الغُرورِ والاستعداد للموت قبل نزوله[1] ".**

فيصيب العبد من انشراح صدره بحسب نصيبه من هذا النور.

١- قال ابن كثير-رحمه الله – (١٧٤/٢) بعد أن ذكره عن عبد الرزاق وابن أبي حاتم، وابن جرير: فهذه طرق لهذا الحديث مرسله ومتصلة يشد بعضها بعضًا.

٣- المحافظة على الصلاة ودوام الذكر:

قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ (٩٧) فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُن مِّنَ السَّاجِدِينَ (٩٨) وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾(الحجر:٩٧-٩٩) فأمر الله ﷻ نبيه أن يفزع إلى الصلاة والذكر إذا ضاق صدره بما يقوله أعداء الدين، فإن الذكر والصلاة شرح لصدرك، وتفريج لكربك.

٤- العلم النافع:

فإنه يشرح الصدر ويوسِّعه حتى يكون أوسع من الدنيا، والجهلُ يورثه الضِّيق والحَصْر والحبس، وكلما اتسع علم العبد، انشرح صدره واتسّع، وليس هذا لكل علم، بل للعلم الموروث عن رسول الله ﷺ وهو العلم النافع، فأهله أشرحُ الناس صدرًا، وأوسعهم قلوبًا وأحسنهم أخلاقًا وأطيبهم عيشًا.

٥- الإنابة إلى الله ﷻ ومحبته، والإقبال عليه، والتنعم بعبادته:

فلا شيء أشرح لصدر العبد من ذلك حتى إنه ليقول أحيانًا: إن كنتُ في الجنّة في مثل هذه الحالة، فإني إذا في عيش طيب، وللمحبة تأثيرٌ عجيب في انشراح الصدر، وطيب النفس، وكلما كانت المحبة أقوى وأشد كان الصدر أفسحَ وأشرح، ولا يضيق الصدر إلا عند رؤية البطَّالين الفارغين من هذا الشأن، فرؤيتهم قَذَى عينه، ومخالطُتهم حُمَّى لروحه.

- ومن أعظم أسباب ضيق الصدر الإعراض عن الله تعالى وتعلَّقُ القلب بغيره، والغفلة عن ذكره ومحبة سواه، فإن من أحبَّ شيئًا غير الله عُذِّبَ به، وسُجنَ قلبُه في محبة ذلك الغير، فما في الأرض أشقى منه، ولا أكسف بالًا ولا أنكد عيشًا، ولا أتعب قلبًا، **فهما محبتان: الأولى:** محبة هي جنة الدنيا، وسرور النفس، ولذة القلب، ونعيم الروح، وغِذاؤها ودواؤها، بل حياتُها وقُرَّةُ عينها، وهي محبة الله وحده بكل القلب، وانجذابُ قوى الميل، والإرادة، والمحبة كلِّها إليه. **الثانية:** هي محبة سبب في عذاب الروح، وغم النفس، وسجنِ القلب، وضيق الصدر، وهي سببُ الألم والنكد والعناء، وهي محبة ما سواه سبحانه. اهـ

(زاد المعاد ص: ٢٣-٢٥ بتصرف)

٦- دوام ذكر الله على كل حال، وفي كل موطن:

قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد:٢٨) فللذكر تأثير عجيب في انشراح الصدر، ونعيم القلب وانشراحه، وللغفلة تأثير عجيب في ضيقه وحبسه وعذابه. **وكان مكحول- رحمه الله- يقول:** ذكر الله تعالى شفاء، وذكر الناس داء.

٧- الإحسان إلى الخلق بأنواع الإحسان والنفع لهم بما يمكن:

فإن الكريم المحسنَ أشرح الناس صدرًا وأطيبهم نفسًا وأنعمهم قلبًا، والبخيل الذي ليس فيه إحسان أضيقُ الناسِ صدرًا وأنكدهم عيشًا وأعظمهم همًا وغمًّا.

وقد ضرب رسول الله ﷺ في الصحيح مثلًا للبخيل والمتصدق كمثل رجلين عليهما جُنَّتَانِ من حديد، كلما هَمَّ المتصدق بصدقة، اتسعت عليه وانبسطت حتى يجُرَّ ثيابه ويُعفي أثرهُ، وكلما هَمَّ البخيل بالصدقة لزمت كلّ حلقةٍ مكانها ولم تتسع عليه، فهذا مَثَلُ انشراح صدر المؤمن المتصدق، وانفساح قلبه، ومثل ضيقِ صدر البخيل وانحصار قلبه.

٨- الشجاعة:

فإن الشجاع منشرح الصدر، متسع القلب، والجبانُ أضيق الناس صدرًا، وهو محروم من سرور الروح ولذتها ونعيمها وانبهاجها، كما حُرم منها كل بخيل، وكل مُعرض عن الله تعالى غافل عن ذكره جاهل بالله وبأسمائه وصفاته، جاهل بدينه متعلق القلب بغير الله.

٩- إخراج دَغَلِ القلب(أمراض القلب):

ودَغَلِ الشيء عيب فيه يفسده، فعلى الإنسان أن يخرج من قلبه الصفات المذمومة التي توجب ضيقه وعذابه: كالحسد، والبغضاء، والغل، والعداوة، والشحناء، والبغي.

وقد ثبت في سنن ابن ماجه بسند صحيح: **أن النبي ﷺ سُئل عن أفضل الناس؟ فقال: كل مخموم القلب، صدوق اللسان، فقالوا: صدوق اللسان نعرفه، فما مخموم القلب؟ قال: هو التقيُّ، النقيُ، لا إثم فيه ولا بغي، ولا غل ولا حسد ".**

١٠- ترك فضول النظر والكلام والاستماع والمخالطة والأكل والنوم.

فإن هذه الفضول تتحول آلامًا وغمومًا وهمومًا في القلب، ويتعذب بها صاحبها، بل هي غالب عذاب الدنيا والآخرة.

يقول ابن القيم-رحمه الله-: " ولا إله إلا الله، ما أنعم عيشَ من ضرب في كل خصلةٍ من تلك الخصال المحمودة بسهم فلهذا نصيب وافر من قوله تعالى: ﴿إِنَّ ٱلْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ﴾ (الانفطار: ١٣)، وبين هذا وذاك مراتب متفاوتة لا يحصيها إلا الله تبارك وتعالى". اهـ بتصرف.

ويضيف العلامة السعدي- رحمه الله- في كتابه (الوسائل المفيدة للحياة السعيدة) جملة من أسباب انشراح الصدر ومنها:

١١- **الاشتغال بعمل من الأعمال أو علم من العلوم النافعة.** فإنها تلهي القلب عن اشتغاله بذلك الأمر الذي أقلقه.

١٢- **الاهتمام بعمل اليوم الحاضر، وقطعه عن الاهتمام في الوقت المستقبل، وعن الحزن على الوقت الماضي.**

فالعبد يجتهد فيما ينفعه في الدين والدنيا، ويسأل ربه نجاح مقصده ويستعينه على ذلك، فإن ذلك يُسلي عن الهم والحزن.

١٣- **النظر إلى من هو دونك، ولا تنظر إلى من هو فوقك في العافية وتوابعها، والرزق وتوابعه، وثمرة ذلك الرضا والقناعة، وهذا يؤدي إلى طيب العيش وراحة البال وانشراح الصدر**

إن القناعة من يحلل بساحتها لم يلق في ظلها همًّا يؤرقه

١٤- **نسيان ما مضى عليه من المكاره التي لا يمكنه ردها فلا يفكر فيها مطلقًا.**

١٥- **عدم التحسر على ما مضى وعدم اللوم بكلمة: " لو".**

يقول الشيخ ابن عثيمين-رحمه الله- كما في" فتاوى العقيدة ص:٥٣٥:" وإن كان يراد بـ " لو" التحسر على ما مضى، فهذه منهي عنها لأنها لا تفيد شيئًا، وإنما تفتح الأحزان والندم ***وفي هذا يقول رسول الله ﷺ كما في صحيح مسلم:*** **" المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف- وفي كل خير- احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز. وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أني فعلت كذا كان كذا وكذا. ولكن قل: قدر الله. وما شاء فعل. فإن لو تفتح عمل الشيطان".** وحقيقة أنه لا فائدة منها في هذا المقام؛ لأن الإنسان عمل ما هو مأمور به من السعي لما ينفعه، ولكن القضاء والقدر كان بخلاف ما يرى، فكلمة " لو" في هذا المقام إنما تفتح باب الندم والحزن، ولهذا نهى عنها النبي ﷺ لأن الإسلام لا يريد من الإنسان أن يكون محزونًا ومهمومًا، بل يريد منه أن يكون منشرح الصدر، وأن يكون مسرورًا طليق الوجه، **ونبه الله تعالى المؤمنين لهذه النقطة بقوله:** ﴿**إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ**﴾(المجادلة:١٠) وكذلك في الأحلام المكروهة التي يراها النائم في منامه، فإن الرسول ﷺ أرشد المرء إلى أن يتفل عن يساره ثلاث مرات، وأن يستعيذ بالله من شرِّها ومن شر الشيطان، وأن ينقلب على الجانب الآخر وألا يحدث بها أحدًا لأجل أن ينساها ولا تطرأ على باله وقال:" **فإن ذلك لا يَضرُّه**". والمهم أن الشرع يحب من المرء أن يكون دائمًا في سرور، ودائمًا في فرح؛ ليكون متقبلًا لما يأتيه من أوامر الشرع؛ لأن الرجل إذا كان في ندم وهم وفي غم وحزن لا شك أنه يضيق ذرعًا بما يُلقى عليه من أوامر الشرع وغيرها.

١٦- إذا حصل على العبد نكبة من النكبات فعليه السعي في تخفيفها.

بأن يقدر أسوأ الاحتمالات التي ينتهي إليها الأمر، ويدافعها بحسب مقدوره.

١٧- مهما حل به من مصائب أو نكبات فليحمد الله أنها لم تكن في الدين أو أنها لم تكن أعظم من ذلك، ومما يدفع عنه ضيق صدره ويجلب له انشراح الصدر أنه يعلم أن الله تعالى يأجره عليها. فهذا يدفعه إلى الصبر والرضا **كما قال تعالى:** ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعونَ (١٥٦) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ﴾ (البقرة:١٥٥-١٥٧)

١٨- قوة القلب وعدم انزعاجه وانفعاله للأوهام والخيالات التي تجلبها الأفكار السيئة، وعدم الغضب، ولا يتوقع زوال المحاب وحدوث المكاره، بل يكل الأمر إلى الله ﷻ مع القيام بالأسباب النافعة، وسؤال الله العفو والعافية.

١٩- اعتماد القلب على الله، والتوكل عليه، وحسن الظن به-سبحانه وتعالى- فإن المتوكل على الله لا تؤثر فيه الأوهام.

٢٠- العاقل يعلم أن حياته الصحيحة حياة السعادة والطمأنينة وأنها قصيرة جدًا، فلا ينبغي له أن يقصرها بالهم والاسترسال مع الأكدار فإن ذلك ضد الحياة الصحيحة.

٢١- إذا أصابه مكروه أو خاف منه، فعليه أن يقارن بين بقية النعم الحاصلة له دينية أو دنيوية، وبين ما أصابه من مكروه. فعند المقارنة يتضح كثرة ما هو فيه من النعم، وكذلك يقارن بين ما يخافه من حدوث ضرر عليه، وبين الاحتمالات الكثيرة في السلامة منها، فلا يدع الاحتمال الضعيف يغلب الاحتمالات الكثيرة القوية وبذلك يزول همه.

٢٢- يعرف أن أذية الناس لا تضره خصوصًا في الأقوال الخبيثة بل تضرهم، فلا يضع لها بالًا ولا فكرًا حتى لا تضره.

٢٣- يجعل أفكاره فيما يعود عليه نفعه في الدين والدنيا.

٢٤- ألا يطلب العبدُ الشكر على المعروف الذي بذله وأحسن به إلا من الله.

ويعلم أن هذا معاملة منه مع الله، فلا يبالي بشكر من أنعم عليه من الناس، **كما قال تعالى:** ﴿إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا﴾ (الإنسان: ٩)

٢٥- يجعل الأمور النافعة نصب عينيه ويعمل على تحقيقها، ولا يلتفت إلى الأمور الضارة فلا يشغل بها ذهنه ولا فكره.

٢٦- حسم الأعمال في الحال، والتفرغ في المستقبل، حتى يأتي للأعمال المستقبلة بقوة تفكير وعمل.

٢٧- **يتخير من الأعمال النافعة والعلوم النافعة الأهم فالأهم.** وخاصة ما تشتد الرغبة فيه، ويستعين على ذلك بالله ثم بالمشاورة، فإذا تحققت المصلحة وعزم توكل على الله.

٢٨- **التحدث بنعم الله الظاهرة والباطنة.** فإن معرفتها والتحدث بها يدفع الله به الهم والغم، ويحث العبد على الشكر.

٢٩- إذا وجد من الزوجة أو القريب أو كل من يتعامل معه عيبًا، فلينظر إلى الجانب المشرق منه ويتذكر ماله من محاسن. فبملاحظة ذلك تدوم الصحبة وينشرح الصدر، ***كما جاء في الصحيح الذي أخرجه مسلم:*** **" لا يَفْرَك[1] مؤمن مؤمنة إن كره منها خلقًا رضي منها آخر".**

٣٠- الرضا وعدم التسخط.

الساخط: إنسان دائم الحزن، دائم الكآبة، ضيق الصدر.

يقول الشيخ عائض القرني في" كتابه لا تحزن ص:٢٥٦:" لأن السخط باب الهم والغم والحزن، وشتات القلب وضيق الصدر وكسف البال، وسوء الحال، والظن بالله خلاف ما هو أهله، والرضا يخلِّصه من ذلك كلِّه، ويفتح له باب جنة الدنيا قبل الآخرة، فإن ارتياح النفس لا يتم بمعاكسة الأقدار ومضادة القضاء، بل بالتسليم والإذعان والقبول؛ لأن مدبر الأمر حكيم لا يتَّهم في قضائه وقدره ". اهـ.

فالتسخط داء عضال يعيث في القلب والجسد فسادًا ويجعل صاحبه في شقاء دائم. فعلى الإنسان أن يرضى بما قسمه الله له، ليكن أغنى الناس، ويسكن القلب، وتهدأ الأنفاس، وينشرح الصدر؛ لأنه لا يتَّهم الله تعالى في عدله وحكمته.

أخرج الإمام مسلم أن النبي ﷺ قال: **"عجبا لأمر المؤمن: إن أمره كله خير- وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن- إن أصابته سراء شكر، فكان خيرًا له، وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيرًا له ".**

٣١- ترك المعاصي

يقول ابن عباس-رضي الله عنهما-: **" إن للحسنة ضياء في الوجه، ونورًا في القلب، وسعة في الرزق، وقوة في البدن، ومحبة في قلوب الخلق، وإن للسيئة سوادًا في الوجه، وظلمة في القلب، ووهنًا في البدن، ونقصًا في الرزق، وبغضًا في قلوب الخلق ".**

١- لا يفرك: أي لا يكرهها ولا يبغضها، والفِرك؛ هو بغض أحد الزوجين للآخر، والفارك هو المبغض لزوجته.

وقال عبد الله بن المبارك-رحمه الله-:

رأيت الذنوبَ تميتُ القلوبَ وقد يورث الذلَّ إدمانُها
وترك الذنوبِ حيــاة القلوب وخيرٌ لنفسكِ عصيانُها
وهل أفْسدَ الدين إلا الملوكُ وأحبارُ سوءٍ ورهبانُهــا

٣٢- الدعاء بصلاح الأمور كلها فقد كان النبي ﷺ يعلمنا ذلك.

فقد أخرج الإمام مسلم أن النبي ﷺ قال: **" اللهم أصلح لي ديني الذي هو عصمة أمري، ودنياي التي فيها معاشي، وآخرتي التي إليها معادي، واجعل الحياة زيادة لي في كل خير، والموت راحة لي من كل شر ".**

وأخرج أبو داود وأحمد أن النبي ﷺ كان يقول: **" اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين، وأصلح لي شأني كله لا إله إلا أنت ".**

وبعد: فهذه جملة من أسباب انشراح الصدر، وعلاج للأمراض النفسية والقلق النفسي لمن تدبرها وعمل بها بصدق وإخلاص، وقد عالج بها بعض العلماء كثيرًا من الحالات والأمراض النفسية، فنفع الله بها نفعًا عظيمًا.

الهـم والحـزن، وكيفية العــلاج:

أعاذنا الله وإياك من الهموم ونجانا من الغموم، فإنها عدو قوي، وداء دوي وهي تخترم الجسيم، وتمرض الجسم السليم، وتكدر البال، وتغير الحال، غير أنها تزول بالدواء، وتذهب بالدعاء بإذن رب الأرض والسماء، فعليك بدعوة ذي النون، واعلم أن ما قضي سوف يكون، فلا تذهب نفسك على ما مضى حسرات فما فات مات، ولا تبتئس من كلام الحُساد، فما يُعادَى إلا مَنْ ساد، ولا تتوقع الحوادث، ولا تنتظر الكوارث، بل ثق بالجليل وقل: **حسبنا الله ونعم الوكيل**، ونظف ثيابك، وعش يومك وأرض بالكفاف، ولو كان رغيفًا جافًا، واقرأ المثاني وتدبر المعاني، واطلب العلوم، واحذر أن تكون كالبلعوم (لا يحتفظ بشيء)، وتهيأ للرحيل، فما أبطأك، واعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك، وملك كِسرى يغني عنه كسرة، وكثرة المال حسرة ولا تخش المكاره، فربما خير لك وأنت كاره، والزم المنزل فحق للقلب أن يعزل والقرآن ينزل، واجعل لنفسك من العبادة غذاءها، ودعها فإن معها حذاءها، وتقلل فإن الموت قريب وكُن في الدنيا كأنك غريب، وإذا رأيت أهل الدنيا وهم فيها مغرقون فقل: أيتها العير إنكم لسارقون، وإذا وعظت القلب فأبى، فقل: جئتك من سبأ بنبأ، وقل لمن نهب وما وهب وتشاغل بالذهب، تبت يدا أبي لهب، وإن دهمك همٌّ يهد الجبال، فصح أرحنا بالصلاة يا بلال. **(كتاب حدائق ذات بهجة ص:٢٥١)**

فالحزن ليس مطلوبًا ولا مقصودًا أصلًا، فإنه يعطل العبد عن سيره.

ولذلك كان النبي ﷺ يستعيذ بالله منه فكان يقول:" اللهم إني أعوذ بك من الهمِّ والحزن ".

فالحزن قرين الهم، والفرق بينهما أن المكروه الذي يرد على القلب إن كان لما يستقبل أورثه الهم، وإن كان لما مضى أورثه الحزن، وكلاهما مُضعف للقلب عن السيرِ مُفَتِّر للعزم. والحزن من أحب الأشياء إلى الشيطان، فهو يُحزن العبد ليوقفه أو يعطله عن سيره، **قال تعالى:** ﴿إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ﴾ (المجادلة:١٠) فإذا نزل الحزن بالإنسان ولم يكن له حيلة في ذلك، فعليه أن يدفعه قدر استطاعته بالدعاء وغيره وليعلم أنه مأجور على ذلك؛ لأن الحزن ينغص على الإنسان عيشه، ويكدر عليه حياته، ويصيب نفسه بالسآمة والفتور، فإذا صبر واحتسب وحاول دفعه بالوسائل الشرعية كان مأجورًا.

ودفع الهم والحزن يكون عن طريق:

أولًا: الأدعية التي تدفع الهم والحزن ومنها:

ما أخرجه الإمام أحمد بسند صحيح عن عبد الله بن مسعود ﷺ أن النبي ﷺ قال: **" ما أصاب أحدًا قطُّ همٌّ ولا حزنٌ فقال: اللهمَّ إني عبدُك، وابنُ عبدِك، وابنُ أمَتِك، ناصيتي بيدِك، ماضٍ فيَّ حكمُك، عدلٌ فيَّ قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سمَّيتَ به نفسَكَ، أو علَّمتَه أحدًا من خلقِك، أو أنزلتَه في كتابك، أو استأثرتَ به في علم الغيب عندَك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهابَ همِّي – إلا أذهبَ اللهُ همَّه وحزنَه، وأبدَلَه مَكانه فرَجًا".** (السلسلة الصحيحة:١٩٩)

وأخرج البخاري بسنده عن أنس بن مالك ﷺ قال: **كنت أسمع النبي ﷺ كان يكثر من قول:" اللهم إني أعوذ بك من الهمِّ والحَزَنِ، والعجزِ والكسلِ، والجبن والبخل، وَضَلَعِ الدَّين وغلبة الرجال ".**

وأخرج الحاكم عن أنس بن مالك ﷺ قال: **كان النبي ﷺ إذا نزل به همٌّ أو غمٌّ قال:" يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث ".**

ثانيًا: تقوى الله- عز وجل -:

قال ابن الجوزي–رحمه الله– كما في صيد الخاطر ص:٢٠٤: ضاق بي أمر أوجب غمًّا لازمًا دائمًا، وأخذت أبالغ في الفكر في الخلاص من هذه الهموم بكل حيلة وبكل وجه، فما رأيت طريقًا للخلاص، فعرضت لي هذه الآية ﴿وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا﴾ (الطلاق: ٢) فعلمت أن التقوى سبب للمخرج من كل غم، فما كان إلا أن هممت بتحقيق التقوى فوجدت المخرج. فلا ينبغي لمخلوق أن يتوكل أو يتسبب أو يتفكر إلا في طاعة الله تعالى وامتثال أمره، فإن ذلك سبب لفتح كل مُرتج، ثم ينبغي للمتقي أن يعلم أن الله ﷻ كافيه فلا يعلق قلبه بالأسباب **فقد قال تعالى:** ﴿وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ (الطلاق: ٣)

ثالثًا: كثرة الصلاة على النبي ﷺ:

أخرج الإمام أحمد بسند صحيح عن الطفيل بن أبيِّ بن كعب عن أبيه قال: **كان رسول الله ﷺ إذا ذهب ثلثا الليل قام فقال: يا أيها الناس اذكروا الله اذكروا الله جاءت الراجفة تتبعها الرادفة، جاء الموت بما فيه، جاء الموت بما فيه، قال أبيّ: قلت: يا رسول الله إني أكثر الصلاة عليك، فكم أجعل لك من صلاتي؟ فقال:" ما شئت "، قال: قلت: الربع؟ قال:" ما شئت، فإن زدت فهو خير لك "، قلت: فالنصف؟ قال:" ما شئت، فإن زدت فهو خير لك "، قال: قلت: فالثلثين؟ قال:" ما شئت، فإن زدت فهو خير لك "، قلت: أجعل لك صلاتي كلها؟ قال:" إذا تُكْفَى همك ويغفر لك ذنبُك ".**

(حسنه الألباني في المشكاة:٩٢٩)

رابعًا: أن يعلم المحزون أن الدنيا دار امتحان وابتلاء واختبار، وليس فيها لذة على الحقيقة إلا وهي مشوبة بالكدر:

كما قال بعضهم عن الدنيا:

جلبت على كدر وأنت تريدها صفوًا من الآلام والأكدار

وقال بعض السلف: رأيت جمهور الناس ينزعجون لنزول البلاء انزعاجًا يزيد على الحد، كأنهم ما علموا أن الدنيا على ذا وضعت، وهل ينتظر الصحيح إلا السقم، والكبير إلا الهرم، والموجود سوى العدم.

كما قال القائل:

على ذا مضى الناس اجتماع وفرقة وميت ومولـود وبشـر وأحـزان

فهكذا الدنيا..... جلبت على الكدر فإن أضحكت يومًا أبكت أيامًا، وإن سرت شهرًا أحزنت دهرًا، فليسع الإنسان لطلب الجنّة حيث السعادة الأبدية، والنعيم المقيم، والسرور السرمدي، فإذا دخل أهل الجنّةِ الجنّةَ قالوا: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزَنَ﴾ (فاطر:٣٤)

فالدنيا دار امتحان لا دار استقرار. الألم والشدة جزء من طبيعتها، والصبر عليها هو عين العبادة.

خامسًا: التلبينة:

قال الأصمعي-رحمه الله-: " والتلبينة حساء يعمل من دقيق أو نخالة ويجعل فيها عسل، وقال غيره أو لبن ". اهـ

أخرج البخاري عن عائشة-رضي الله عنها-: **أنها كانت تأمر بالتلبين للمريض، والمحزون على الهالك، وكانت تقول: إني سمعت رسول الله ﷺ يقول:" إن التلبينة تجم فؤاد المريض[1] وتذهب ببعض الحزن[2]".**

١- تجم فؤاد المريض: أي تريح فؤاد المريض، وتزيل عنه الهم وتنشطه.

٢- وهي تذهب ببعض الحزن كما أخبر النبي ﷺ. قال ابن القيم – رحمه الله – كما في زاد المعاد:٥/١٢٠": وهذا الأمر وإن استغربه بعض الناس لكنه حق وصدق، ما دام قد ثبت من طريق الوحي عن المعصوم ﷺ والله خلق الأطعمة وهو أعلم بخصائصها، وبالتالي فإن حساء الشعير المذكور من الأغذية المفرحة. والله أعلم.

وأخرج الترمذي من حديث عائشة – رضي الله عنها – قالت: **كان رسول الله ﷺ إذا أخذ أهله الوعك أمر بالحساء فصنع، ثم أمرهم فحسَوْا منه، وكان يقول:" إنه ليرتق [1] فؤاد الحزين، ويسرو[2] عن فؤاد السقيم، كما تسرو إحداكن الوسخ بالماء عن وجهها ".**

وأما عن طريقة طبخه لمريض الحسد أو لمحزون القلب.

يقول الحافظ ابن حجر–رحمه الله– كما في" فتح الباري": ولعل اللائق بالمريض ماء الشعير إذا طبخ صحيحًا، وبالحزين ماؤه إذا طبخ مطحونًا، والله أعلم ". اهـ

الكـــرب وكيفية العـــلاج:

يقول ابن القيم–رحمه الله– كما في" كتابه الفوائد ص:١٤٥: " أساس كل خير أن تعلم أن ما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن، فتتيقن حينئذ أن الحسنات من نعمه فتشكره عليها. وتتضرع إليه ألا يقطعها عنك، وأن السيئات من خذلانه وعقوبته، فتبتهل إليه أن يحول بينك وبينها، ولا يكلك في فعل الحسنات وترك السيئات إلى نفسك.

وقد أجمع العارفون على أن كل خير فأصله بتوفيق الله للعبد، وكل شر فأصله خذُلانه لعبده، وأجمعوا أن التوفيق ألا يكلك الله إلى نفسك، وأن الخذلان هو أن يُخلي بينك وبين نفسك، ولهذا كان من دعاء المكروب: **اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين، وأصلح لي شأني كله. لا إله إلا أنت.**

فإذا كان خير فأصله التوفيق، وهو بيد الله لا بيد العبد، فمفتاحه الدعاء والافتقار وصدق اللجأ والرغبة والرهبة إليه، فمتى أعطي العبد هذا المفتاح فقد أراد أن يفتح له، ومتى أضلَّه عن المفتاح، بقي باب الخير مغلقًا دونه.

ولهذا كان أمير المؤمنين عمر ﷺ يقول: **" إني لا أحمل هم الإجابة، ولكن أحمل هم الدعاء، فإذا ألهمت الدعاء فإن الإجابة معه ".**

فالله سبحانه أحكم الحاكمين، وأعلم العالمين، يضع التوفيق في مواضعه اللائقة به، والخذلان في مواضعه اللائقة به، وهو العليم الحكيم.

وما أوتي من أُتي إلا من قبل إضاعة الشكر، وإهمال الافتقار والدعاء ولا ظفر من ظفر – بمشيئة الله وعونه – إلا بقيامه بالشكر وصدق الافتقار والدعاء.

١ـ وفي رواية عند الإمام أحمد وابن ماجه:" إنه ليرتو " ومعنى: يرتو أو يرتق: أي يشد ويقوي.
٢ـ يسرو: يكشف ويزيل.

فدفع الكرب وزواله يكون عن طريق الدعاء، فقد علمنا النبي ﷺ جملة من الأدعية التي يرفع الله بها الكرب ويزيل بها الهم ومنها:

١- *ما أخرجه الإمام أحمد وأبو داود والبخاري في الأدب المفرد بسند صحيح عن أبي بكرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ:* " دعواتُ المكروب: اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفس طرفة عين، وأصلح لي شأني كله لا إله إلا أنت ". (صحيح الجامع:٣٣٨٨)

٢- *وأخرج البخاري ومسلم عن ابن عباس-رضي الله عنهما-:* أن رسول الله ﷺ كان يقول عند الكرب: لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله ربُّ العرشِ العظيم، لا إله إلا الله ربُّ السمواتِ وربُّ الأرض وَرَبُّ العرش الكريم".

٣- *وأخرج أحمد وأبو داود والنسائي عن أسماء بنت عُمَيْس- رضي الله عنها – قالت:* قال لي رسول الله ﷺ: ألا أُعَلِّمُكِ كلمات تَقُولِينَهُنّ عند الكرب أو في الكرب: اللهُ اللهُ ربي لا أشرك به شيئًا ".

(صحيح الجامع:٢٦٢٣)

٤- *وأخرج الإمام أحمد عن عليِّ بن أبي طالب ﷺ قال:* علمني رسول الله ﷺ إذا نزل بي كرب أن أقول: لا إله إلا الله الحليم الكريم، سبحان الله وتبارك الله رب العرش العظيم، والحمد لله رب العالمين".

٥- *أخرج الترمذي بسند حسن عن أنس بن مالك ﷺ قال:* كان النبي ﷺ إذا كربه أمرٌ قال:" يا حيُّ يا قيوم برحمتك استغيث ".

٦- *وأخرج الترمذي بسند صحيح أن النبي ﷺ قال:*" دعوة ذي النون[1] إذ دَعَا وهو في بطن الحوت: لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين، فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قطُّ إلا استجاب اللهُ له ". (صحيح الترمذي:٢٧٨٥)

- *وفي رواية ابن أبي الدنيا عن سعد بن أبي وقاص ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ:*" ألا أُخبِرُكم بشيءٍ إذا نزل برجلٍ منكم كربٌ، أو بلاءٌ من بلايا الدُّنيا، دعا به يُفرَّجُ عنه؟ فقيل له: بلَى، فقال:" دعاءُ ذي النُّونِ: لا إلهَ إلَّا أنت سبحانَك إنِّي كنتُ من الظَّالمين ". (الصحيحة:١٧٤٤) (صحيح الترمذي:٣٥٠٥)

١- دَعوَةُ ذي النُّونِ"، أي: صاحِبِ الحُوتِ، وهو نبيُّ اللهِ يونُسُ- عليه السَّلامُ-.

القلق والاكتئاب، وكيفية العلاج:

القلق لغة: الانزعاج.

والقلق عند علماء النفس هو: الخوف من خطر أو ألم يحتمل أن يحدث، ولكنه غير مؤكد الحدوث، وهو انفعال مركب من مشاعر الخوف والألم وتوقع الشر.

ولم يعد القلق مقتصرًا على طائفة معينة من الناس أو شريحة معينة من البشر، مثل شريحة الفقراء الذين يعانون في حياتهم لتوفير ما هو ضروري بالنسبة لهم، أو مثل طائفة رجال الأعمال الذين يعانون من ضغوط العمل المتواصل الذي لا يترك لهم مجالًا للراحة والاسترخاء.

إن القلق يصيب كل شرائح المجتمع الأغنياء والفقراء، والأقوياء والضعفاء، والأصحاء والمرضى، الرجال والنساء، الصغار والكبار، المتعلمين وغير المتعلمين.

فالقلق ملازم للإنسان، والتخلص منه نهائيًا أمر يخالف فطرة الإنسان.

فأصدق الأسماء كما جاء في الحديث الصحيح الذي رواه الإمام أحمد والنسائي من حديث أبي وهب الجشمي عن النبي ﷺ أنه قال: " **أصدق الأسماء: حارث، وهمام** ".

لأن الإنسان كثير الحرث والهم وهذا بالطبع يدعو إلى القلق، والصالحون من عباد الله كذلك يقلقون بسبب خوفهم من الرد وعدم القبول.

– لكن على الإنسان أن يجعل قلقه من النمط الإيجابي الذي يدعو لإيجاد الحلول للمشكلات الطارئة، ولا يقعد بصاحبه عن أي عمل مثمر وفكر جاد.

إن قلق الطلاب من الامتحان يجعلهم يطلعون ويقرأون في يوم أو يومين ما يعجزوا عن مطالعته طوال العام، فهم حولوا هذا القلق إلى طاقة عظيمة ساعدتهم على استدراك كثير مما فاتهم أثناء الدراسة.

– أما القلق السلبي فهو الذي يدعو إلى اليأس والكسل والخمول بحيث يستسلم الإنسان للمخاوف والأوهام، ويصبح فريسة للأفكار السوداء فيفقد السيطرة على نفسه، ويدخل في دوامة الأمراض النفسية المختلفة.

إن القلق السلبي هو بوابة الهموم والغموم والأحزان، وهو القاسم المشترك لمختلف الاضطرابات النفسية: كحالات الاكتئاب النفسي، والوسواس القهري، والخوف المرضي، والهستريا، وتوهم المرض والهوس، والفصام العقلي، وجنون العظمة (البارانويا).

فكل هؤلاء كانوا يعانون من القلق ثم تطورت حالاتهم إلى ما هو أخطر وأشد.

علاج القلق والاكتئاب:

١- **الإيمان بالله تعالى**؛ لأن الإيمان يدعو إلى الرضا والثبات والهدوء والسكينة.

٢- **تقوى الله، قال تعالى:** ﴿وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا﴾ (الطلاق: ٤)

٣- **ذكر الله تعالى:** ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد: ٢٨)

٤- **الصلاة الخاشعة: قال تعالى:** ﴿إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ﴾ (المعارج:١٩-٢٣)

وأخرج أبو داود عن رجل من أصحاب النبي ﷺ قال: " لَيْتَنِي صَلَّيْتُ فَاسْتَرَحْتُ، فَكَأَنَّهُمْ عَابُوا ذَلِكَ عَلَيْهِ، فَقَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ يَقُولُ: يا بلالُ أقِمِ الصلاةَ، أرِحْنا بها ".

(صحيح أبي داود:٤٩٨٥) (صحيح الجامع:٧٨٩٢)

٥- **تلاوة القرآن: قال تعالى:** ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (الإسراء:٨٢)

٦- **الدعاء واللجوء إلى الله: قال تعالى:** ﴿أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ﴾ (النمل:٦٢)

٧- **التوكل على الله: قال تعالى:** ﴿وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ (الطلاق:٣)

٨- **الصبر، فإنه مفتاح الفرج.**

٩- **القناعة والرضا بالقليل.**

١٠- **التذرع بالأمل وعدم الاستسلام لليأس.**

١١- **الاستفادة من تجارب الآخرين.**

١٢- **التدرب على العفو، والحلم، والرحمة، وسلامة الصدر.**

١٣- **الاسترخاء والتنزه في الأماكن الواسعة؛ حيث الخضرة، والهواء النقي.**

١٤- **التحلي بروح المرح المباح والتفاؤل ولين الجانب والموضوعية.**

١٥- **التفكر في مخلوقات الله الذي يؤدي إلى الصفاء الروحي.**

١٦- **عدم الاستسلام لضغوط الحياة وكثرة العمل.**

١٧- **اكتشاف أسباب القلق، ومعالجتها بأسلوب هادئ. اهـ** (القلق آفة العصر بتصرف)

١٨- **عش دقائق يومك وساعاته واستمتع بذلك، ولا يؤرقك الماضي، ولا تقلق على المستقبل وسلم كل أمورك لله.**

١٩- **تذكر عواقب القلق الوخيمة. (اليأس، الكسل، الخمول، المخاوف، الأوهام، الهموم والغموم،...)**

٢٠- **الشعور بالسعادة طالما أنك مسلم وتحمل شهادة التوحيد فلا يضرك ما وراء ذلك.**

٢١- **الاشتغال بالعلوم الشرعية والمادة العلمية الهادفة.**

٢٢- لا تهتم بالأشياء التافهة ولا تغضب لأجلها.

٢٣- فكر جيدًا قبل الإقدام على الفعل، ثم عليك بصلاة الاستخارة، وسارع بالتنفيذ مستعينًا بالله ولا تقلق بشأن العواقب.

٢٤- لا تكلف نفسك فوق طاقتك.

٢٥- لا تكثر من الشكوى والتأوه، وانظر إلى الحياة بتفاؤل وإيجابية، وركز في إيجابيات الحياة دون سلبياتها.

٢٦- تذكر نعم الله عليك لتشكره عليها وتستمتع بها.

فالخلاصة: أن الحل ليس في التعدِّي على النفس والهروب إلى المجهول، بل الحل في الرجوع إلى شرع الله وذِكْره ودعائه، واحتساب الأجر عنده، ورجاء رحمته وفرَجِه وفضله؛ لأنَّه بشرع الله تستقيم الحياة، وتطمئنُّ القلوب، وتسعد النفس، وتعيش حياة هنيئة في الدنيا والآخرة؛ **قال جل وعلا:** ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد: ٢٨).

رسائل لمن يفكر بالانتحار:

١- اعلم أنه ما نزلت بك مصيبة إلا وهي مقدرة في اللوح المحفوظ قبل أن يخلق الله الخلق، فلا بد منها:

فإنه ليس لأحد مفر عن أمر الله وقضائه، ولا محيد له عن حُكمه النافذ وابتلائه. **قال تعالى:** ﴿قُل لَّن يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (سورة التوبة: ٥١)

وقال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾ (الحديد: ٢٢)

من تأمل هذه الآية وتدبَّرها وجد فيها شفاء، وتبديدًا للهموم والأحزان. وهذا عندما يؤمن العبد ويوقن بأن قدر الله نافذ لا محالة، وأن ما أصابه لم يكن ليخطئه، وأن ما أخطئه لم يكن ليصيبه، وقد جفت الأقلام بهذا وطويت الصحف. فهذا يهون عليه ويعينه على الصبر.

وقال السعدي-رحمه الله- في تفسيره عند الآية السابقة: " ما أصاب من مصيبة في النفس، والمال والولد، والأحباب، ونحوهم إلا بقضاء الله وقدره، قد سبق بذلك علمه وجرى به قلمه، ونفذت به مشيئته، واقتضته حكمته، فإذا آمن العبد أنها من عند الله فرضي بذلك وسلم لأمره، فله الثواب الجزيل والأجر الجميل، في الدنيا والآخرة، ويهدي الله قلبه فيطمئن ولا ينزعج عند المصائب، ويرزقه الله الثبات عند ورودها، والقيام بموجب الصبر فيحصل له بذلك ثواب عاجل، مع ما يدخره الله له يوم الجزاء من الثواب. اهـ

وقال جل وعلا: ﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ (سورة التغابن: ١١)

قال علقمة في تفسير هذه الآية: " هو الرجل تصيبه المصيبة، فيعلم أنها من عند الله، فيرضى ويسلم ".

(تفسير ابن جرير: ١٢٣/٢٨، تفسير ابن كثير: ٨/ ١٦٣) (رواه البخاري في كتاب التفسير)

وأخرج الإمام مسلم عن عبد الله بن عمرو-رضي الله عنهما- قال سمعت رسول الله ﷺ يقول: **" كتب الله مقادير الخلائق قبل أن يخلق السماوات والأرض بخمسين ألف سنة ".**

وأخرج الإمام أحمد والترمذي من حديث ابن عباس- رضي الله عنهما- قال: **كنت خلف رسول الله ﷺ يوما فقال:" يا غلام إني أعلمك كلمات: احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك بشيء إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف ".** (صحيح سنن الترمذي: ٢٤٤٠).

ولهذا لما جيء بسعيد بن جبير-رحمه الله- إلى الحجاج (ليقتله) بكى رجل، فقال سعيد: ما يبكيك؟ قال: لما أصابك، قال، فلا تبك، كان في علم الله أن يكون هذا، ثم تلا: ﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾ (سورة الحديد:٢٢)

(طبقات ابن سعد:٦/ ٢٦١) (سير أعلام النبلاء:٤/ ٣٣٧)

فإذا علم المبتلى هذا بأن هذه المصيبة مقدرة عليه في أم الكتاب وأنه لابد منها، فجزعه لا يرد المصيبة، بل يزيده بلاءً وغمًّا وهمًّا.

وكان بعض الحكماء يقول: الجزع لا يرد الفائت، ولكن يسر الشامت.

وقال علي بن أبي طالب رضي الله عنه:" **إنك إن صبرت جرت عليك المقادير وأنت مأجور، وإن جزعت جرت عليك المقادير وأنت مأزور".** (الرضا لابن أبي الدنيا ص:٢٩) (منهاج العابدين للغزالي ص: ٢٣٩)

فيا أيها المبتلى.... اعلم أن كل مصيبة تأتي فهي بإذن الله، ووفق قدر معلوم وقضاء مرسوم وحكمة أزلية، وكن على يقين أن ما أصابك لم يكن ليخطئك، وأن ما أخطأك لم يكن ليصيبك، فوطِّن نفسك على هذا.

ما قد قُضي يا نفس فاصطبري له ... ولك الأمان من الذي لم يُقدَّرِ

ثم اعلمي أن المُقدَّر كائن ... حتمًا عليك صبرت أم لم تصبري

وكان السلف يعلمون هذا جيدًا، فها هي إحدى الصالحات تقول عندما أُصيبت بأحد أبنائها:" الحمد لله على السراء والضراء، والعافية والبلاء، والله ما أحب تأخير ما عجل الله، ولا تعجيل ما أخَّرَ الله، وكل ذلك في كتاب إن ذلك على الله يسير.

فما أبرم الله لم ينتقض ... وما نقض الله لم يبرم

اعلم أن الذي قدر عليك الأقدار حكيم خبير لا يفعل شيئًا عبثًا ولا يقدر شيئًا سدى، بل هو رحيم تنوعت رحمته سبحانه وبحمده، يرحم العبد فيعطيه، ثم يرحمه فيوفقه للشكر، ثم يرحمه فيبتليه، ثم يرحمه فيوفقه للصبر، ثم يرحمه فيكفر بالبلاء ذنوبه وآثامه، ثم ينمي حسناته ويرفع درجاته، ثم يرحمه فيخفف من مصيبته وطأتها، ويهون مشقتها ثم يتمم أجرها، فرحمته متقدمة على التدابير السارة والضارة ومتأخرة عنها، ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله ذو الفضل العظيم.

يقول المنبجي-رحمه الله- كما في" تسلية أهل المصائب ص:٢٠": ومما يتسلى به المصاب أن يوطن نفسه على أن كل مصيبة تأتيه هي من عند الله، وأنها بقضائه وقدره، وأنه سبحانه وتعالى لم يقدرها عليه ليهلكه بها ولا ليعذبه، وإنما ابتلاه ليمتحن صبره ورضاه. **قال تعالى:** ﴿مَّا يَفْعَلُ اللَّهُ بِعَذَابِكُمْ إِن شَكَرْتُمْ وَآمَنتُمْ وَكَانَ اللَّهُ شَاكِرًا عَلِيمًا﴾(النساء:١٤٧) فليعلم المكروب أن حظه من المصيبة ما يحدث له، فمن رضي فله الرضا ومن سخط فله السخط، ومن رضي بقضاء الله جُزي عليه وكان له أجر، ومن لم يرضَ بقضاء الله جرى عليه وحبط عمله، فقضاء الله نافذ كالسيف وأمره واقع، لا راد لقضائه ولا معقب لحكمه ولكن العبد هو الذي يربح أو يخسر بحسب رضاه وسخطه، جعلنا الله من الراضين بقضائه وقدره.

٢- أن يتذكر أن نعم الله عليه كثيرة، فإذا أخذ فكم أعطى، وإذا ابتلى فكم عافى:

قال تعالى: ﴿وَإِن تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا﴾ (النحل: ١٨)

ومن أعظم هذه النعم، أن يتذكر كيف هداه الله للإسلام وجعله من أمة خير الأنام ﷺ، **قال تعالى:** ﴿وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِم مِّنْ غِلٍّ تَجْرِي مِن تَحْتِهِمُ الْأَنْهَارُ وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ﴾ (سورة الأعراف:٤٣)

- **فلا تكن ممن يذكر المصائب وينسى النعم.**

أخرج ابن أبي الدنيا في المرض والكفارات وابن جرير في تفسيره عن الحسن البصري-رحمه الله- قال في قوله: ﴿إِنَّ الْإِنسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ﴾ (سورة العاديات: ٦) يذكر المصائب وينسى النعم.

وتأمل قصة عروة بن الزبير-رحمه الله- كيف كان صبره؟ وكيف كان استحضاره لنعم الله عليه؟ وهو في أشد المحنة وتسليه بما أبقاه الله عليه، وخلاصتها أن عروة أصيب بمرض الأَكِلَة[1] في رجله وهو مسافر، فقرر الطبيب قطعها من منتصف الساق فقطعها، ثم أصيب في ذلك السفر بموت ابنه محمد حيث رفسته بغلة، فجعل عروة يقول- وقد اجتمعت عليه المصيبتان في آن واحد-:" **اللهم كان لي بنون سبعة فأخذت واحدًا وأبقيت لي ستة، وكان لي أطراف أربعة فأخذت واحدًا وأبقيت لي ثلاثة، ولئن أخذت لقد أبقيت، ولئن ابتليت فقد عافيت، وما ترك جزأه من القرآن في تلك الليلة** ".

(أخرجه ابن أبي الدنيا في المرض والكفارات، وفي سير أعلام النبلاء:٤/ ٤٢٩)

١- الأَكِلَة: بفتح الهمزة وكسر الكاف: داء يقع في العضو فيأكل منه. (اللسان:٢٢/١١)

قال ابن القيم-رحمه الله-: **تهوين البلية بأمرين: أحدهما:** أن يعد نعم الله عليه، وأياديه عنده، فإذا عجز عن عدها، وأيِسَ من حصرها، هان عليه ما هو فيه من البلاء، ورآه- بالنسبة إلى أيادي الله ونعمه – كقطرة من بحر. **الثاني:** تذكر سوالف النعم التي أنعم الله بها عليه. فهذا يتعلق بالماضي وتعداد أيادي المنن يتعلق بالحال". اهـ. (مدارج السالكين: ١٦٧/٢)

وانظر إلي أيوب عليه السلام لما مكث في بلواه ثماني عشرة سنة فقالت له امرأته: يا أيوب. لو دعوت ربك لفرج عنك. فقال: قد عشت سبعين سنة صحيحًا، فهل قليل لله أن أصبر له سبعين سنة؟

(قصص الأنبياء لابن كثير ص: ٢٥٩)

وأنشد محمود الوراق -رحمه الله-:

يا أيها الظالـم فـي فعلـه والظلم مـردود على مـن ظلـم
إلى متى أنت وحتى متى تشكو المصيبات وتنسى النعم

(الشكر لابن أبي الدنيا ص:٩٥)

٣- اعلم أنك في أمنية كثير من الأموات، فالحياة مهما كانت فهي أفضل من الانتحار:

يامن تراوده فكرة الانتحار؛ اعلم أن الأموات يتمنَّون العودة إلى الحياة مرة أخرى، ليتحللوا من المظالم، ويتوبوا إلى الله توبة نصوحًا، ويسبحوه ولو تسبيحة واحدة أو يركعون بين يديه ركعة واحدة؛ يرجون بها حسنة، أو يمحى عنهم بها خطيئة، لكن حيل بينهم وبين ما يشتهون.

فأكثر صراخ أهل القبور: ﴿رَبِّ ارْجِعُونِ (٩٩) لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ﴾ (المؤمنون: ٩٩،١٠٠)

وآخر يقول: ﴿لَوْ أَنَّ لِي كَرَّةً فَأَكُونَ مِنَ الْمُحْسِنِينَ﴾(الزمر:٥٨) أي: لو أن لي رجعة إلى الدنيا لكنتُ مِنَ الْمُحْسِنِينَ

وآخر يقول: ﴿هَلْ إِلَىٰ مَرَدٍّ مِّن سَبِيلٍ﴾(الشورى:٤٤) أي: هل لنا طريق أو حيلة إلى رجوعنا إلى الدنيا، لنعمل غير الذي كنا نعمل.

وآخر يقول: ﴿رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُن مِّنَ الصَّالِحِينَ﴾(المنافقون:١٠) أي: فيقول المفرط نادمًا حين يحضره الموت: ربِّ هلاَّ أخرتني إلى مدّة يسيرة، فأتصدّق من مالي، وأكن من عباد الله الصالحين.

وأخرج ابن المبارك في" الزهد" وابن أبي شيبة في" المصنف" والطبراني في" المعجم الأوسط" وأبو نعيم من حديث أبي هريرة رضي الله عنه قال: مَرَّ النَّبِيُّ ﷺ عَلَى قَبْرٍ دُفِنَ حَدِيثًا فَقَالَ:" رَكْعَتَانِ خَفِيفَتَانِ مِمَّا تَحْقِرُونَ وَتَنْفِلُونَ يَزِيدُهُمَا هَذَا فِي عَمَلِهِ أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ بَقِيَّةِ دُنْيَاكُمْ ". (صحيح الجامع: ٣٥١٨) (الصحيحة:١٣٨٨)

ومرَّ الحسن البصري-رحمه الله- بجنازة، وكان معه رجل مُسرفٌ على نفسِه، فقال الحسن البصري:

" ترى ما أمنية هذا الميت؟ فقال الرجل: أن يعود إلى الدنيا ليتوبَ ويصلحَ الزاد، فقال الحسن: فكن هذا الرجل ".

قال بعض السلف: " أصبحتم في أمنية ناس كثير، يعني أن الموتى كلهم يتمنون حياة ساعة، ليتوبوا إلى الله، ويجتهدوا في الطاعة، ولا سبيل لهم إلى ذلك.

لو قيل قولوا ما مُنَاكُم طلبـوا ... حيـاة يـوم ليتوبـوا فاعـلم
ويحـك يـا نفسُ ألا تيـقـظ ... ينفـع قبـل أن تـزلَّ قـدمي
مضى الزمانُ في توان وهوي ... فاستدركي ما قد بقي واغتنمي

وقيل: " البصير": هو الذي ينظر إلى قبر غيره، فيرى مكانه بين أظهرهم، فيستعد للحوق بهم، ويعلم أنهم لا يبرحون من مكانهم ما لم يلحق بهم، ويتحقق أنه لو عرض عليهم يوم من أيام عمره الذي هو مضيِّعٌ له لكان أحب إليهم من الدنيا بحذافيرها؛ لأنهم عرفوا قدر الأعمال، وانكشفت لهم حقائق الأمور، فإن حسرتهم على يوم من العمر، ليتدارك المقصر به تقصيره، فيتخلص من العقاب وليستزيد الموفق به رتبته؛ فيتضاعف له الثواب، فإنهم إنما عرفوا قدر العمر بعد انقطاعه؛ فحسرتهم على ساعة من الحياة وأنت قادر على تلك الساعة.

قال إبراهيم التيمي-رحمه الله-: مثلتُ نفسي في الجَنَّة آكل من ثمارها، وأشرب من أنهارها، وأعانق أبكارها، ثم مثلتُ نفسي في النار آكل من زقُّومها، وأشرب من صديدها وحميمها، وأعالج سلاسلها وأغلالها، فقلت لنفسي: أي نفسي أي شيء تريدين؟ قالت: أُرد إلى الدنيا فأعمل صالحًا، فقلت لها: فأنت في الأمنية فاعملي".

وغير ذلك من الآيات والأحاديث والآثار والتي تدل دلالة واضحة على أن الأموات يتمنون العودة إلى الحياة مرة أخرى لإصلاح الزاد ليوم الميعاد، وأنت يامن تراودك فكرة الانتحار تريد أن تذهب إلى الموت بإرادتك وتنهي حياتك بيدك، وتغضب ربك، وتقطع عملك- وهو رأس مالك-.

وممَّا يدل على أن زيادة العمر للمؤمن زيادة في الخير له ما أخرجه الإمام أحمد وابن ماجه عن طلحة بن عبيد الله ﷺ: **" أن رجلين من بَلِيّ قدما على رسول الله ﷺ وكان إسلامهما جميعًا، فكان أحدهما أشد اجتهادًا من الآخر، فغزا المجتهد منهما فاستشهد، ثم مكث الآخر بعده سنة، ثم تُوُفِّيَ، قال طلحة: فرأيت في المنام: بينا أنا عند باب الجَنَّة، إذا أنا بهما، فخرج خارج من الجَنَّة، فأَذِن للذي تُوُفِّيَ الآخر منهما، ثم خرج، فأَذِن للذي استشهد، ثم رجع إليَّ فقال: ارجع، فإنك لم يأن لك بعد، فأصبح طلحة يُحدِّث به الناس، فعجبوا لذلك، فبلغ ذلك رسول الله ﷺ، وحدَّثوه الحديث فقال: من أي ذلك تعجبون؟ فقالوا: يا رسول الله! هذا كان أشد الرجلين اجتهادًا، ثم استشهد، ودخل هذا الآخر الجَنَّة قبله، فقال رسول الله ﷺ: أليس قد مكث هذا بعده سنة؟ قالوا: بلى، قال: وأدرك رمضان؛ فصام وصلَّى كذا وكذا من سجدة في السَّنَة؟ قالوا: بلى، قال رسول الله ﷺ:" فما بينهما أبعد ممَّا بين السماء والأرض".** (صححه الألباني في صحيح ابن ماجه:٣١٧١)

وأخرج الإمام أحمد وابن أبي شيبة بسند صحيح عن عبد الله بن شداد قال: **" أنَّ نفرًا مِنْ بَني عُذرةَ[١] ثلاثةً أتوا النبيَّ ﷺ فأسلموا، فقال النبيُّ ﷺ:" مَنْ يَكفيهِمْ[٢]؟"، قال طلحةُ: أنا، قال: فكانوا عندَ طلحةَ، فبعثَ النبيُّ ﷺ بعثًا[٣]، فخرجَ فيهمْ أحدُهمْ فاستُشهِدَ، ثمَّ بعثَ بعثًا فخرجَ فيهِ آخرُ فاستُشهدَ، ثمَّ ماتَ الثالثُ على فراشِهِ، قال طلحةُ: فرأيتُ هؤلاءِ الثلاثةَ الذينَ كانوا عندِي في الجنةِ، فرأيتُ الميتَ على فراشِهِ أمامَهمْ، ورأيتُ الذي استُشهدَ أخيرًا يَليهِ، ورأيتُ أولَهمْ آخرَهمْ، قال: فدخلَني مِنْ ذلكَ[٤]، فأتيتُ النبيَّ ﷺ فذكرتُ ذلكَ لهُ، فقال:" وما أنكرتَ مِنْ ذلكَ[٥]؟ ليسَ أحدٌ أفضلَ عندَ اللهِ مِنْ مؤمنٍ يُعمرُ في الإسلامِ لتسبيحِهِ، وتهليلِهِ، وتكبيرِهِ ".**

ومما يدل على أن الحياة نعمة وغنيمة، أن النبي ﷺ كان إذا استيقظ من النوم حمد الله تعالى على أن مد له في عمره حتى يعبده ويزداد فضلًا وإحسانًا.

فقد أخرج البخاري من حديث حذيفة بن اليمان ﷺ قال: **" كانَ النَّبيُّ ﷺ إذَا أرَادَ أنْ يَنَامَ قالَ: باسْمِكَ اللَّهُمَّ أمُوتُ وأَحْيَا، وإذَا اسْتَيْقَظَ مِن مَنَامِهِ قالَ: الحَمْدُ لِلَّهِ الذي أحْيَانَا بَعْدَ ما أمَاتَنَا وإلَيْهِ النُّشُورُ ".**

- **وخير الناس مَن طال عمره وحسن عمله:**

فقد أخرج الإمام أحمد والترمذي عن عبد الله بن بسر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: **"خير الناس من طال عمره، وحسن عمله".** (صحيح الجامع:٣٢٩٦)

١ـ بني عُذرة: بضم فسكون قبيلة مشهورة.
٢ـ من يكفينيهم؟ أي: مؤنتهم من طعامهم وشرابهم ونحو ذلك.
٣ـ فبعث النبي ﷺ بعثا أي: أرسل سرية، فالبعث بمعنى المبعوث.
٤ـ فدخلني مِنْ ذلكَ: أي شيء أو إشكال من ذلك، مما رأيته من التقدم والتأخير على خلاف ما كان يخطر في الضمير.
٥ـ ما أنكرت مِنْ ذلكَ: أي: وأي شيء أنكرته من ذلك؟.

- ***وأخرج الإمام أحمد والترمذي عن أبي بكرة ﷺ أن رجلًا قال:*** **" يا رسول الله، أي الناس خير؟ فقال النبي ﷺ: من طال عُمُره، وحسن عمله، قالوا: يا رسول الله، وأي الناس شر؟ قال: مَن طال عُمُره وساء عمله ".** (صحيح الجامع: ٣٢٩٧).

- ***وأخرج الإمام أحمد والترمذي وابن ماجه عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ:*** **" ألا أنبئكم بخياركم؟ قالوا: بلى يا رسول الله، قال: خياركم أطولكم أعمارًا وأحسنكم أعمالًا ".**

- ***وأخرج الإمام أحمد من حديث جابر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ:*** **" إن من السعادة أن يطول عمر العبد، ويرزقه الله الإنابة ".**

- وتمنى أحدهم الموت، فقيل له: لا تفعل، لساعة تعيش فيها تستغفر الله؛ خير لك من فوت الدهر.

- ***وقيل لشيخ كبير منهم:*** تحب الموت؟ قال: لا، قيل: ولم؟ قال: ذهب الشباب وشره، وجاء الكبر وخيره، إذا قمتُ، قلت: بسم الله، وإذا قعدت قلت: الحمد لله، فأنا أحب أن يبقى لي هذا.

- ***ورؤي بعض الموتى في المنام فقيل له: كيف تجدك؟ فقال:*** ندمنا على أمر عظيم، نعلم ولا نعمل، وأنتم تعملون ولا تعلمون، والله لتسبيحة أو تسبيحتان، أو ركعة أو ركعتان في صحيفة أحدنا أحب إليه من الدنيا وما فيها. (لطائف المعارف ص:٣٢٨)

- ***وعن عبد الواحد بن صفوان قال:*** " كنا مع الحسن في جنازة، فقال:" رَحِم الله امرأً عمل لمثل هذا اليوم، إنكم اليوم تقدرون على ما لا يقدر عليه إخوانكم هؤلاء من أهل القبور؛ فاغتنموا الصحة والفراغ، قبل يوم الفزعة والحساب ".

- ***قال سعيد بن جبير -رحمه الله-:*** " كل يوم يعيش فيه المؤمن غنيمة ".

فالإنسان إذا توضأ غفر له ما تقدم من ذنبه، وإذا قال الذكر عقب الوضوء فتحت له أبواب الجنة الثمانية، وإذا سعى إلى المسجد فله بكل خطوة حسنة، ويمحى عنه خطيئة، ويرفع له درجة، ويوم الجمعة له بكل خطوة عمل سنة أجر قيامها وصيامها، وإذا صام في يوم نافلة باعد الله وجهه عن النار سبعين خريفًا، وفي رواية: مائة عام، وفي رواية: خمسمائة عام، وإذا تصدق بصدقة صغيرة، فإن الله يقبلها بيمينه ويربيها لصاحبها حتى تكون مثل الجبل، وإذا حج رجع من ذنوبه كيوم ولدته أمه، وإذا صلى في المسجد النبوي فإن الصلاة فيه بألف صلاة، والصلاة في المسجد الحرام بمائة ألف صلاة، وإذا جامع زوجته فله أجر، وإذا أطعم الفقير له أجر، وإذا أرشد ضالًا له أجر، وإذا قرأ القرآن فله بكل حرف عشر حسنات، وإذا قرأ" قل هو الله أحد" فإنها تعدل ثلث القرآن، وإذا استغفر للمؤمنين والمؤمنات فله بكل مؤمن ومؤمنة حسنة، وإذا قال:" سبحان الله العظيم وبحمده" غرست له نخلة في الجنة يمشي في ظلها بالفرس سريع العدو لا يقطعها،... وغير ذلك من الأعمال الصالحة.

فلهذا ولغيره نهى الإسلام عن تمني الموت، أو يدعوَ الإنسان به:

فمهما اشتدت على الإنسان الهمُّوم أو الآلام، وازداد عليه الكرب، فلا يتمن الموت، ولا يدع به، لأن بالموت تنقطع الأعمال، فعمر الإنسان لا يزيده إلا خيرًا، إن كان محسنًا؛ ازداد إحسانًا وخيرًا، وإن كان مسيئًا فلعله أن يقلع عن الذنب ويتوب إلى علام الغيوب.

أخرج البخاري عن أبي هريرة ﷺ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: **" لا يتمنَّينَّ أحدُكم الموتَ، إما محسنًا فلعله أن يزداد خيرًا، وإما مسيئًا فلعلّه أن يَسْتَعْتِبَ[1]".**

وفي لفظ مسلم: **" لا يتمنَّ أحدكم الموت، ولا يدع به من قبل أن يأتيه، إنه إذا مات أحدكم انقطع عمله، وإنه لا يزيد المؤمن عمره إلا خيرًا ".**

وقد عاد النبي ﷺ عمه العباس ﷺ وهو مريض، فتمنّى العباس الموت، فقال له النبي ﷺ: يا عم ! لا تتمنَّ الموت، فإنك إن كنت محسنًا، فإن تُؤَخَّر تزدد إحسانًا إلى إحسانك خير لك، وإن كنت مسيئًا فإن تُؤَخَّر فتُسْتَعْتَب من إساءتك خير لك، فلا تتمنَّ الموت.

(رواه الإمام أحمد وصححه الألباني في صحيح الترغيب: ٣٣٩٨)

وأخرج البخاري عن أبي هريرة ﷺ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: **" لن يدخل أحدًا عملُه الجنة، قالوا: ولا أنت يا رسول الله؟ قال: لا. ولا أنا، إلا أن يتغمدني الله بفضل رحمته فسددوا وقاربوا، ولا يتمنينّ أحدكم الموت إما محسنًا فلعله أن يزداد خيرًا، وإما مسيئًا فلعله أن يستعتب ".**

قال الحافظ في الفتح: ١٠/١٣٦" في قول النبي ﷺ: **" إما محسنًا فلعله أن يزداد خيرًا، وإما مسيئًا فلعله أن يستعتب"** فيه إشارة إلى أن المعنى في النهي عن تمني الموت والدعاء به هو انقطاع العمل بالموت، فإن الحياة يتسبب منها العمل، والعمل يحصل زيادة الثواب، ولو لم يكن إلا استمرار التوحيد فهو أفضل الأعمال.

وسمع عبد الله بن عمر-رضي الله عنهما- رجلًا يتمنّى الموت، فقال: **" لا تتمنّ الموت فإنك ميّت، لكن سلوا الله العافية ".** (الزهد لهناد ص:٢٥٥)

- وأخرج البخاري عن إسماعيل عن قيس بن أبي حازم قال: أتيت خبابًا ﷺ وقد اكتوى سبعًا، قال: **" لولا أن سمعت رسول الله ﷺ نهانا أن ندعو بالموت لدعوتُ به ".**

وأخرج البخاري ومسلم عن أنس بن مالك ﷺ قال: **" لا يتمنينّ أحدكم الموت لضرٍّ نزل به-وفي رواية: من ضر أصابه- فإذا كان لابد فاعلًا فليقل: اللهم أحيني ما كانت الحياة خيرًا لي، وتوفني إذا كانت الوفاة خيرًا لي ".**

١- يستعتب: أي يسترضي الله بالإقلاع والاستغفار. (فتح الباري). وقيل:" يستعتب ": أي يرجع عن موجب العتب عليه.

وقوله: " **فإن كان لابد فاعلًا** ": فإن كان لابد متمنيًا الموت." **فليقل**": وهذا يدل على أن النهي عن تمني الموت مقيدٌ بما إذا لم يكن على هذه الصيغة؛ لأن في التمني المطلق نوع اعتراض ومراغمة للقدر المحتوم، وفي هذه الصورة المأمور بها نوع تفويض وتسليم للقضاء.

قال النووي-رحمه الله- في شرح مسلم عند قول النبي: " **لا يتمنين أحدكم الموت من ضر أصابه** " فيه التصريح بكراهة تمني الموت لضر نزل به من مرض أو فاقة أو محنة من عدو أو نحو ذلك من مشاق الدنيا، فأما إذا خاف ضررًا في دينه أو فتنة فيه فلا كراهة فيه. اهـ

وكذا ذهب الحافظ ابن حجر في الفتح: ١٠/١٢٨" فقال: وقوله:" **لا يتمنينّ أحدكم الموت لضرٍّ نزل به** " حمله جماعة من السلف على الضر الدنيوي، فإن وجد الضر الأخروي؛ بأن يخشى فتنة في دينه لم يدخل في النهي، ويؤكد هذا ما جاء في رواية ابن حبان:" **لا يتمنين أحدكم الموت لضر نزل به في الدنيا** ".

وقال السعدى-رحمه الله- في شرحه لحديث أنس ﷺ السابق: هذا نهي عن تمني الموت، للضر الذي ينزل بالعبد: من مرض أو فقر أو خوف، أو وقوع في شدة ومهلكة، أو نحوها من الأشياء، فإن في تمني الموت لذلك مفاسد **منها:** أنه يؤذن بالتسخط والتضجر من الحالة التي أصيب بها، وهو مأمور بالصبر والقيام بوظيفته. ومعلوم أن تمني الموت ينافي ذلك.

ومنها: أنه يُضعف النفس، ويحدث الخَوَر والكسل، ويوقع في اليأس. والمطلوب من العبد مقاومة هذه الأمور، والسعي في إضعافها وتخفيفها بحسب اقتداره، وأن يكون معه من قوة القلب وقوة الطمع في زوال ما نزل به. وذلك موجب لأمرين: اللطف الإلهي لمن أتى بالأسباب المأمور بها، والسعي النافع الذي يوجبه قوة القلب ورجاؤه.

ومنها: أن تمني الموت جهل وحمق، فإنه لا يدري ما يكون بعد الموت، فربما كان كالمستجير من الضر إلى ما هو أفظع منه: من عذاب البرزخ وأهواله.

ومنها: أن الموت يقطع على العبد الأعمال الصالحة التي هو بصدد فعلها، والقيام بها، وبقية عمر المؤمن لا قيمة له، فكيف يتمنى انقطاع عملٍ. الذرّة منه خير من الدنيا وما عليها؟

وأخص من هذا العموم: قيامه بالصبر على الضر الذي أصابه، فإن الله يوفي الصابرين أجرهم بغير حساب. ***ولهذا قال في آخر الحديث:*** " **فإن كان لابد فاعلًا فليقل:" اللهم أحيني إذا كانت الحياة خيرًا لي، وتوفّني إذا كانت الوفاة خيرًا لي** ". فيجعل العبد الأمر مفوضًا إلى ربه الذي يعلم ما فيه الخير والصلاح له، والذي يعلم من مصالح عبده ما لم يعلم العبد، ويريد له من الخير ما لا يريده (العبد لنفسه)، ويلطف به في بلائه، كما يلطف به في نعمائه. اهـ **(بهجة القلوب الأبرار ص٢٠٨)**

والحاصل... أن تمني الموت لضر لا يجوز، وإنما يقع فيه الجاهل لظنه أن ما بعد الموت أيسر مما هو منه. ***وفي الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم***:" **إنما استراح من غفر له** ".

جاء في" فتاوى العقيدة ص:٤١٠":" إن الإنسان إذا تمنَّى الموت لضر نزل به؛ فقد وقع فيما نهى النبي ﷺ عنه ". ***فقد أخرج البخاري ومسلم من حديث أنس ﷺ أن النبي ﷺ قال:*** " **لا يتمنين أحدكم الموت لضرٍّ نزل به، فإن كان لابد متمنيًا، فليقل: اللهم أحيني ما علمت الحياة خيرًا لي، وتوفَّني ما علمتَ الوفاة خيرًا لي**". وعلى هذا فلا ينبغي للإنسان أن يدعو على نفسه بالموت أو الهلاك، والصحيح أن نقول كما علمنا النبي ﷺ في الحديث السابق، فلا يحل لأحد نزل به ضر أو ضائقة أو مشكلة أن يتمنى الموت، بل عليه أن يصبر ويحتسب الأجر عند الله تعالى، فإن فعل فله أجرٌ عظيم، **كما قال تعالى:** ﴿إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾(الزمر:١٠)، وعليه أن ينتظر الفرج من الله تعالى.

فقد أخرج الترمذي بسند صحيح أن النبي ﷺ قال: " **واعلم أن النصر مع الصبر، وأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسرًا**". وليعلم المصاب بأي مصيبة، أن هذه المصائب كفَّارات لما حصل منه من الذنوب، فإنه لا يصيب المرء المؤمن همٌّ ولا غمٌّ ولا أذى إلا كفَّر الله عنه به... حتى الشوكة يشاكها. ومع الصبر والاحتساب ينال منزلة الصابرين، **تلك المنزلة العالية التي قال الله تعالى في أهلها:** ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (١٥٦) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ﴾ (البقرة:١٥٥-١٥٧)، فإن الموت لا تنحل به المشاكل، بل ربما تزداد به المصائب، فكم من إنسانٍ مات وهو مصاب بالمشاكل والأذى، ولكنه كان مسرفًا على نفسه، لم يستعتب من ذنبه ولم يتب إلى الله ﷻ، فكان في موته إسراع لعقوبته، ولو أنه بقي على الحياة، وبادر إلى التوبة والاستغفار والصبر وتحمل المشاق وانتظار الفرج؛ لكان في ذلك خيرٌ كثيرٌ له ".

- **فعليك أخي الحبيب أن تستغل فرصة الحياة وتأخذ من حياتك لموتك.**

فقد أخرج ابن أبي الدنيا في" قصر الأمل" والحاكم والبيهقي في" شعب الإيمان" عن عبد الله بن عباس-رضي الله عنهما- قال: قال رسولُ اللهِ ﷺ لرجلٍ وهو يَعِظُه: " **اغْتَنِمْ خَمْسًا قبلَ خَمْسٍ: شَبابَكَ قبلَ هَرَمِكَ، وصِحَّتَكَ قبلَ سَقَمِكَ، وغِناكَ قبلَ فَقْرِكَ، وفَراغَكَ قبلَ شُغْلِكَ، وحَياتَكَ قبلَ مَوْتِكَ** ".

(صحيح الترغيب والترهيب: ٣٣٥٥)

وأخرج البخاري من حديث عبد الله بن عمر-رضي الله عنهما- قال: أَخَذَ رَسولُ اللَّهِ ﷺ بمَنْكِبِي، فَقَالَ: " **كُنْ في الدُّنْيا كَأنَّكَ غَرِيبٌ أوْ عَابِرُ سَبِيلٍ**". وكانَ ابنُ عُمَرَ يقولُ: **إذَا أمْسَيْتَ فلا تَنْتَظِرِ الصَّبَاحَ، وإذَا أصْبَحْتَ فلا تَنْتَظِرِ المَسَاءَ، وخُذْ مِن صِحَّتِكَ لِمَرَضِكَ، ومِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ** ".

فلا تزهق نفسك أخي الحبيب وتتعجل الموت واغتنم حياتك، فأنت في أمنية كثير من الأموات.

أزف الرحيل وما حصل الزاد، يا لِرحيلك ما أعجله! يا لِسفرك ما أطوله! يا لِطريقك ما أهوله! تنبَّه أيها الشاب لاغتنام العمل، تيقَّظ أيها الكهل قبل خيبة الأمل، بادِرْ أيها الشيخ، فكأن قد قيل: رحل، يا من تُعَدُّ عليه أنفاسُه: استدرِكْها، يا مَن ستفوت أيامه: أدرِكها، أعزُّ الخلق عليك نفسُك فلا تُهلِكها.

(من كتاب "رؤوس القوارير" لابن الجوزي)

حكم المنتحر:

١- **ظن البعض أن قول النبي ﷺ:" فهو في نار جهنم خالدًا مخلدًا فيها أبدًا"**. دليل على أن قاتل نفسه مات كافرًا، وهو مخلد في النار تخليدًا أبديًا.

٢- ***واستدلوا كذلك بما رواه البخاري ومسلم عن جندب بن عبد الله ﷺ عن النبي ﷺ:*** **" كان فيمَن كان قَبلَكُم رَجُلٌ به جُرحٌ، فجَزِعَ، فأخَذَ سِكِّينًا فحَزَّ بها يَدَه، فما رَقَأ الدَّمُ حتَّى ماتَ، قال اللهُ تَعالى: بادَرَني عَبدي بنَفسِه، حَرَّمتُ عليه الجَنَّةَ ".**

٣- ***واستدلوا كذلك بما رواه الإمام مسلم عن جابر بن سمرة ﷺ قال:*** **" أُتِيَ النَّبِيُّ ﷺ بِرَجُلٍ قَتَلَ نَفْسَهُ بِمَشَاقِصَ[1]، فَلَمْ يُصَلِّ عَلَيْهِ ".**

والراجح من كلام أهل العلم أن المنتحر ليس بكافر، ومما يدل على ذلك:

١- **قوله تعالى:** ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَن يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَٰلِكَ لِمَن يَشَاءُ ﴾ (النساء: ١١٦)

قال الإمام ابن جرير الطبري-رحمه الله- في" تفسيره:٥/١٢٦": " وقد أبانت هذه الآية أن كل صاحب كبيرة: ففي مشيئة الله، إن شاء عفا عنه وإن شاء عاقبه عليه، ما لم تكن كبيرته شركًا بالله ". اهـ

وقال السعدي-رحمه الله- في تفسير هذه الآية: " وأما ما دون الشرك من الذنوب والمعاصي فهو تحت المشيئة، إن شاء الله غفره برحمته وحكمته، وإن شاء عذب عليه وعاقب بعدله وحكمته...".

وقال ابن خزيمة-رحمه الله-:" في" كتاب التوحيد:٢/٨٦٩": " كلٌّ وعيد في الكتاب والسنَّة لأهل التوحيد: فإنما هو على شريطة، أي: إلا أن يشاء الله أن يغفر ويصفح ويتكرم ويتفضل فلا يعذب على ارتكاب تلك الخطيئة؛ إذ الله عز وجل قد خبر في محكم كتابه أنه قد يشاء أن يغفر ما دون الشرك من الذنوب في قوله ﴿إِنَّ اللّهَ لاَ يَغْفِرُ أَن يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَن يَشَاء﴾ ". اهـ

١- قال النووي- رحمه الله-:" المَشاقص: سهام عِراض لها طرف حاد، واحدها مِشقَص بكسر الميم وفتح القاف". اهـ (شرح مسلم: ٧ / ٤٧).

٢- *أما استدلالهم على خلود المنتحر في النار بقول النبي ﷺ:* " فَهُوَ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا". **فالخلود في النار نوعان: خلود أبدي:** وهذا يكون للكفار والمنافقين، **والنوع الثاني من الخلود: خلود أمدي:** أي يعذب الإنسان مدة النار ثم يخرج منها ويدخل الجنة، وهذا يكون لعصاة المسلمين.

وهذا ما قرره فضيلة الشيخ صالح آل الشيخ في شرح الطحاوية فقال: **الخلود في النار نوعان: خلودٌ أمدي إلى أجل، وخلودٌ أبدي، والخلود الأمدي:** هو الذي تَوَعَّدَ الله به أهل الكبائر، **والخلود الأبدي،** المؤبد: هو الذي تَوَعَّدَ الله به أهل الكفر والشرك. **فمن الأول:** قول الله: ﴿وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا﴾ (النساء:٩٣) فهذا خلود، لكنه خلود أمدي، لأنَّ حقيقة الخلود في لغة العرب هو المُكث الطويل، وقد يكون مُكْثًا طويلًا ثُمَّ ينقضي، وقد يكون مُكْثًا طويلًا مؤبدًا. **ومن الثاني:** وهو الخلود الأبدي في النار للكفار قول الله: ﴿وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَإِنَّ لَهُ نَارَ جَهَنَّمَ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا﴾ (الجن:٢٣) وكذلك قوله في آخر سورة الأحزاب: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَعَنَ الْكَافِرِينَ وَأَعَدَّ لَهُمْ سَعِيرًا خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا﴾ (الأحزاب:٦٤،٦٥) هذا خلود أبدي. ولذلك يُمَيِّزُ الخلود في القرآن بالأبدية في حق الكفار، وأما في حق الموحدين فإنه لا يكون معه كلمة: أبدًا- وهذا الذي بسببه ضَلَّتْ الخوارج والمعتزلة فإنهم رأوا: خالدين فيها- في حق المُرَابي وفي حق القاتل فظنوا أنَّ الخلود نوع واحد والخلود نوعان ". اهـ.

وقد سئل الشيخ عبد العزيز بن عبد الله الراجحي هذا السؤال: من المعلوم أن عصاة الموحدين لا يخلدون في النار، فما معنى الخلود في قوله تعالى: ﴿وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا﴾ (النساء:٩٣)

فأجاب فضيلته فقال: معنى الخلود عند أهل السنة والجماعة في قوله تعالى: ﴿وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا﴾ (النساء:٩٣) معناه المكث الطويل؛ لأن الخلود خلودان: خلود مؤبد لا نهاية له، وهذا خلود الكفرة، والثاني: خلود مؤمد له أمد ونهاية، وهذا خلود عصاة الموحدين، وقد يطول مكث بعض العصاة لعظم جريمته، كالقاتل وغيره، ولكن له نهاية، فما دام أنه مات على التوحيد والإيمان فلا يخلد في النار. (أجوبة مفيدة عن أسئلة عديدة ص: ١٨)

وقال الإمام النووي-رحمه الله-: "**وَأَمَّا قَوْلُهُ** ﷺ: " فَهُوَ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا". فَقِيلَ: فِيهِ أَقْوَالٌ، **أَحَدُهَا:** أَنَّهُ مَحْمُولٌ عَلَى مَنْ فَعَلَ ذَلِكَ مُسْتَحِلًا مَعَ عِلْمِهِ بِالتَّحْرِيمِ فَهَذَا كَافِرٌ، وَهَذِهِ عُقُوبَتُهُ، **وَالثَّانِي:** أَنَّ الْمُرَادَ بِالْخُلُودِ طُولُ الْمُدَّةِ وَالإِقَامَةِ الْمُتَطَاوِلَةِ لا حَقِيقَةُ الدَّوَامِ كَمَا يُقَالُ: خَلَّدَ اللَّهُ مُلْكَ السُّلْطَانِ. **وَالثَّالِثُ:** أَنَّ هَذَا جَزَاؤُهُ وَلَكِنْ تَكَرَّمَ -سبحانه وتعالى- فَأَخْبَرَ أَنَّهُ لا يَخْلُدُ فِي النَّارِ مَنْ مَاتَ مُسْلِمًا". (شرح صحيح مسلم:١/٢١٣)

٣- **ومعنى قولُه تَعالى في الحديث:**" **بادَرَني عَبدي بنَفسِه، حَرَّمتُ عليه الجَنَّةَ**". فقد ذُكِر في معناه أقوالٌ: **فقِيل:** إنَّه كان استحَلَّ ذلك الفعلَ فصار كافرًا، **وقيل:** كان كافرًا في الأصلِ وعُوقِبَ بهذه المعصيةِ زِيادةً على كُفرِه، **وقيل:** إنَّ المرادَ أنَّ الجنَّةَ حُرِّمَتْ عليه في وقْتٍ ما، كالوقتِ الَّذي يَدخُلُ فيه السَّابقونَ، أو الوقتِ الَّذي يُعذَّبُ فيه المُوحِّدون في النَّارِ ثمَّ يَخرُجون. **وقيل:** حُرمت عليه جنة معينة كان سيدخلها إن لم يفعل هذا الفعل ويقتل نفسه ". والله أعلم

وعلى هذا أيضًا يُفسر قول النبي ﷺ:" **لا يدخل الجنة قاطع رحم** ".

وقول النبي ﷺ:" **لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر** ".

وقول النبي ﷺ:" **لا يدخل الجنة نمام** ".

قال النووي-رحمه الله- في" شرحه على مسلم" في الأحاديث السابقة:" أنه محمول على المستحل لذلك إذا مات على ذلك فإنه يكفر ويخلد في النار. والثاني: معناه فقد استحق النار ويجوز العفو عنه، وقد حرم عليه دخول الجنة أول وهلة مع الفائزين ". اهـ

وقال الحافظ ابن حجر-رحمه الله- في" فتح الباري": اختلف في تأويل ذلك في حق المسلم، **فقيل:** لا يدخل الجنة مع أول الداخلين، **وقيل:** لا يدخلها بدون مجازاة، **وقيل:** جزاؤه أن لا يدخلها ولكن قد يعفى عنه، **وقيل:** ورد مورد الزجر والتغليظ وظاهره غير مراد ". اهـ.

وقال ابن حبَّان-رحمه الله-:" هذه الأخبار كلها معناها: لا يدخل الجنَّة، يريد: جنَّة دون جنَّة، القصد منه: الجنة التي هي أعلى وأرفع، يريد: مَن فعل هذه الخصال أو ارتكب شيئًا منها: حرَّم الله عليه الجنَّة أو لا يدخل الجنة التي هي أرفع، التي يدخلها مَن لم يرتكب تلك الخصال؛ لأن الدرجات في الجنان ينالها المرء بالطاعات وحطّه عنها يكون بالمعاصي التي ارتكبها ". اهـ **(صحيح ابن حبان:١١/ ٢٤٠)**.

وقال ابن دقيق العيد-رحمه الله-:" قوله:" **حَرَّمْتُ عَلَيْهِ الجَنَّةَ**" فيتعلق به مَن يرى بوعيد الأبد، وهو مؤول عند غيرهم على تحريم الجنة بحالة مخصوصة، كالتخصيص بزمن، كما يقال: إنه لا يدخلها مع السابقين، أو يحملونه على فِعل ذلك مستحلًا فيكفر به ويكون مخلدًا بكفره لا بقتله نفسه، والله أعلم". اهـ **(إحكام الأحكام شرح عمدة الأحكام ص: ٤٣٧)**.

٤- أما امتناع النبي ﷺ على الصلاة على من قتل نفسه فهذا من باب" الزجر" ليرتدع الناس عن هذا الفعل، والنبي ﷺ لم يصلِّ عليه لأنه كافر، بدليل أنه ﷺ لم ينهَ الصحابة عن الصلاة عليه.

قال الإمام النووي–رحمه الله–: " قَالَ الْحَسَنُ وَالنَّخَعِيُّ وَقَتَادَةُ وَمَالِكٌ وَأَبُو حَنِيفَةَ وَالشَّافِعِيُّ وَجَمَاهِيرُ الْعُلَمَاءِ يُصَلَّى عَلَيْهِ، وَأَجَابُوا عَنْ هَذَا الْحَدِيثِ: بِأَنَّ النَّبِيَّ ﷺ لَمْ يُصَلِّ عَلَيْهِ بِنَفْسِهِ زَجْرًا لِلنَّاسِ عَنْ مِثْلِ فِعْلِهِ وَصَلَّتْ عَلَيْهِ الصَّحَابَةُ، وَهَذَا كَمَا تَرَكَ النَّبِيُّ ﷺ الصَّلَاةَ فِي أَوَّلِ الْأَمْرِ عَلَى مَنْ عَلَيْهِ دَيْنٌ زَجْرًا لَهُمْ عَنِ التَّسَاهُلِ فِي الِاسْتِدَانَةِ وَعَنْ إِهْمَالِ وَفَائِهِ، وَأَمَرَ أَصْحَابَهُ بِالصَّلَاةِ عَلَيْهِ فَقَالَ ﷺ: " **صَلُّوا عَلَى صَاحِبِكُمْ**". قَالَ الْقَاضِي:" مَذْهَبُ الْعُلَمَاءِ كَافَّةً الصَّلَاةُ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ وَمَحْدُودٍ وَمَرْجُومٍ وَقَاتِلِ نَفْسِهِ وولد الزنى". (شرح النووي على مسلم:٧/ ٤٧)

وقال أبو حفص بن شاهين–رحمه الله–: " وهذه الأحاديث التي ذُكر فيها امتناع النبي ﷺ من الصلاة على هؤلاء ليس أنه لا تجوز الصلاة عليهم، وإنما هو تغليظ من النبي ﷺ ليُري الأحياء عِظَم الجنايات، والدليل على ما قلناه: **قول النبي** ﷺ:" **صَلُّوا عَلَى صَاحِبِكُم**" فلو لم يجز الصلاة عليه لما أمرهم بالصلاة عليه،... **وقال أحمد بن حنبل:** لا يصلي الإمامُ على قاتل نفسه ولا على غالٍّ، ويصلِّي الناس عليه، وكذا قال مالك بن أنس: المقتول في القوَد يصلِّي عليه أهله، غير أن الإمام لا يصلِّي عليه ". اهـ

(ناسخ الحديث ومنسوخه ص: ٣١٥).

٥- ومما يدل على أن المنتحر ليس بكافر؛ الحديث الذي أخرجه مسلم عن جابر ﷺ **فَلَمَّا هَاجَرَ النَّبِيُّ ﷺ إِلَى الْمَدِينَةِ هَاجَرَ إِلَيْهِ الطُّفَيْلُ بْنُ عَمْرٍو وَهَاجَرَ مَعَهُ رَجُلٌ مِنْ قَوْمِهِ، فَاجْتَوَوْا الْمَدِينَةَ [١] فَمَرِضَ، فَجَزِعَ فَأَخَذَ مَشَاقِصَ لَهُ فَقَطَعَ بِهَا بَرَاجِمَهُ [٢] فَشَخَبَتْ يَدَاهُ[٣] حَتَّى مَاتَ، فَرَآهُ الطُّفَيْلُ بْنُ عَمْرٍو فِي مَنَامِهِ، فَرَآهُ وَهَيْئَتُهُ حَسَنَةٌ وَرَآهُ مُغَطِّيًا يَدَيْهِ!! فَقَالَ لَهُ: مَا صَنَعَ بِكَ رَبُّكَ؟ فَقَالَ: غَفَرَ لِي بِهِجْرَتِي إِلَى نَبِيِّهِ ﷺ. فَقَالَ: مَا لِي أَرَاكَ مُغَطِّيًا يَدَيْكَ؟ قَالَ: قِيلَ لِي: لَنْ نُصْلِحَ مِنْكَ مَا أَفْسَدْتَ. فَقَصَّهَا الطُّفَيْلُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:" اللَّهُمَّ وَلِيَدَيْهِ فَاغْفِرْ ".**

ويبوّب الإمام النووي–رحمه الله– في "شرحه لمسلم" على هذا الحديث فقال: بابُ الدليل على أن قاتل نفسه لا يكفر، ثم قال: " فيه حجّةٌ لقاعدةٍ عظيمةٍ لأهل السنة؛ أنّ من قتل نفسه، أو ارتكبَ معصيةً غيرها، ومات من غير توبة، فليس بكافر، ولا يقطع له بالنار، بل هو في حكم المشيئة–يعني حكمه إلى الله–، وهذا الحديث شرح للأحاديث التي قبله، الموهم ظاهرها تخليد قاتل النفس وغيره من أصحاب الكبائر في النار، وفيه إثبات عقوبة بعض أصحاب المعاصي، فإن هذا عوقب في يديه، ففيه ردٌّ على المرجئة القائلين: بأن المعاصي لا تضر. والله أعلم". (شرح مسلم:١٦٧/١١)

١- فَاجْتَوَوْا الْمَدِينَةَ: أَيْ: كَرِهُوا الْمَقَامَ بِهَا لِضَجَرٍ وَنَوْعٍ مِنْ سَقَمٍ، قَالَ الْخَطَّابِيُّ: وَأَصْلُهُ مِنَ الْجَوَى، وَهُوَ دَاءٌ يُصِيبُ الْجَوْفَ- أي تغير عليهم الجوّ، وتغيرت عليهم البيئة، ولم يستطيعوا أن يصبروا على ما فيها-.

٢- الْبَرَاجِم: الْعُقَدُ التي في ظُهورِ الأصابع، يَجْتمعُ فيها الوَسَخ، الواحدة: بُرْجُمَة. (النهاية:١/ ٢٩١)

٣- فَشَخَبَت يَدَاهُ: أي سالت دما.

وجاء في" الموسوعة الفقهية:٦/ ٢٩٢": " لم يقل بكفر المنتحر أحد من علماء المذاهب الأربعة؛ لأن الكفر هو الإنكار والخروج عن دين الإسلام، وصاحب الكبيرة-غير الشرك- لا يخرج عن الإسلام عند أهل السنة والجماعة، وقد صحت الروايات أن العصاة من أهل التوحيد يعذبون ثم يخرجون ". اهـ

الصلاة على المنتحر والترحم عليه:

مما سبق علمنا أن المنتحر ليس بكافر، وعليه فإنه يجوز الصلاة عليه:

وقد مر بنا قول أبي حفص بن شاهين-رحمه الله- حيث قال: " وهذه الأحاديث التي ذُكر فيها امتناع النبي ﷺ من الصلاة على هؤلاء ليس أنه لا تجوز الصلاة عليهم، وإنما هو تغليظ من النبي ﷺ ليُري الأحياء عِظَم الجنايات، والدليل على ما قلناه: قول النبي ﷺ:" صَلُّوا عَلَى صَاحِبِكُم" فلو لم يجز الصلاة عليه لما أمرهم بالصلاة عليه... ". اهـ **(ناسخ الحديث ومنسوخه ص: ٣١٥)**

قال ابن بطال-رحمه الله- في" شرحه على صحيح البخاري": " أجمع الفقهاء وأهل السنة أن من قتل نفسه أنه لا يخرج بذلك عن الإسلام، وأنه يصلى عليه، وإثمه عليه كما قال مالك، ويدفن في مقابر المسلمين، ولم يكره الصلاة عليه إلا عمر بن عبد العزيز، والأوزاعي، في خاصة أنفسهما، والصواب قول الجماعة؛ لأن الرسول سن الصلاة على المسلمين، ولم يستثن منهم أحدًا، فيصلى على جميعهم الأخيار والأشرار إلا الشهداء الذين أكرمهم الله بالشهادة ". اهـ

وقال الرملي-رحمه الله- في" نهاية المحتاج": وغسله (أي الميت) وتكفينه والصلاة عليه وحمله ودفنه فروض كفاية إجماعا؛ للأمر به في الأخبار الصحيحة، سواء في ذلك قاتل نفسه وغيره ". اهـ

وجاء في" الموسوعة الفقهية:٦/ ٢٩٢": " صرح الفقهاء في أكثر من موضع بأن المنتحر لا يخرج عن الإسلام، ولهذا قالوا بغسله والصلاة عليه ". اهـ

وقد سئل الشيخ ابن باز رحمه الله في مَن قتل نفسه، فهل يصلَّى عليه؟!

فأجاب:" يصلِّي عليه بعض المسلمين كسائر العصاة؛ لأنه لا يزال في حكم الإسلام عند أهل السنة"؛ **(مجموع فتاوى الشيخ ابن باز:١٣/١٦٢).**

تنبيه: لا يصلي أهل الفضل والصلاح على المنتحر، وليس هذا من كونهم يكفرونه، ولكن من باب الزجر لأمثاله ولكل من تراوده نفسه في الانتحار، كما فعل النبي ﷺ وامتنع عن الصلاة على من قتل نفسه، لكنه لم يمنع الصحابة أن يصلوا عليه.

فقد جاء في رواية عند النسائي وأبي داود أن النبي ﷺ قال عن من قتل نفسه: " **أَمَّا أَنَا فَلَا أُصَلِّي عَلَيْهِ** "، **قَالَ شَرِيك:" وَكَانَ ذَلِكَ مِنْهُ أَدَبًا** ".

يعني عدم صلاته ﷺ على قاتل النفس تأديبًا لغيره، وزجرًا لغير قاتل النفس أن يحذو حذوه فيقتل نفسه.

وقال الترمذي-رحمه الله- في سننه بعد ذكر حديث جابر بن سمرة ﷺ عندما قال: " **أُتِيَ النَّبِيُّ ﷺ بِرَجُلٍ قَتَلَ نَفْسَهُ بِمَشَاقِصَ، فَلَمْ يُصَلِّ عَلَيْهِ**:" وَاخْتَلَفَ أَهْلُ العِلْمِ فِي الصلاة على قاتل نفسه، فَقَالَ بَعْضُهُمْ: يُصَلَّى عَلَى كُلِّ مَنْ صَلَّى إِلَى القِبْلَةِ، وَعَلَى قَاتِلِ النَّفْسِ، وَهُوَ قَوْلُ الثَّوْرِيِّ وَإِسْحَاقَ، وقَالَ الإمام أَحْمَدُ:" لَا يُصَلِّي الإِمَامُ عَلَى قَاتِلِ النَّفْسِ، وَيُصَلِّي عَلَيْهِ غَيْرُ الإِمَامِ ". اهـ

وقال النووي-رحمه الله-: " المَشاقص: سهام عِراض، واحدها مِشقَص بكسر الميم وفتح القاف، وفي هذا الحديث دليل لمن يقول لا يصلَّى على قاتل نفسه لعصيانه وهذا مذهب عمر بن عبد العزيز والأوزاعي، وقال الحسن والنخعي وقتادة ومالك وأبو حنيفة والشافعي وجماهير العلماء: يصلَّى عليه، وأجابوا عن هذا الحديث بأن النبي صلى الله عليه و سلم لم يصلِّ عليه بنفسه زجرًا للناس عن مثل فعله وصلَّت عليه الصحابة ". اهـ (شرح مسلم :٤٧/٧)

وقال النووي أيضًا-رحمه الله-: " قال العلماء: هذا الحديث محمول على التنفير من الانتحار؛ كعدم صلاته الجنازة على من عليه دَيْن، وقد صلت الصحابة على المدين بأمر النبي ﷺ، وذلك للتنفير من الدَّيْن، وليس لأنه كافر...". اهـ

وقال الحنابلة: " لا يصلي الإمام على من قتل نفسه عمدًا، ويصلي عليه سائر الناس ".

وختاماً أحبتي في الله... عظِّموا رجاءكم بالله، وأيقنوا برحمته سبحانه التي وسعت كل شيء، وجدِّدوا صلتكم بالله، وأكثروا من الطاعات، والجؤوا إليه سبحانه بالدعاء والتضرع أن يصرف عنكم السوء، وأن يحبِّب إليكم الإيمان، وأن يُزينه في قلوبكم، وأن يُكرِّه إليكم الكفر والفسوق والعصيان، وأن يجعلكم من الراشدين، وتفاءَلوا بالخير تَجدوه، واعلموا أن الحياة نعمة عظيمة أنعم الله بها عليكم، وفرصة لا يمكن تعويضها، فاغتنموها في العمل الصالح؛ حيث به تَحْيَوْن حياة كريمة؛ **كما قال تعالى:** ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ (النحل:٩٧)

وأسأل الله سبحانه وتعالى أن تكون هذه الرسالة سببًا في رجوع كل من يفكر في الانتحار، وأرجو من الله أن تكون هذه الرسالة سببًا أن أدخل تحت قوله تعالى: ﴿ وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا ﴾

(المائدة: ٣٢)

وبعد...

فهذا آخر ما تيسَّر جمعه في هذه الرسالة.

وأسأل الله– تعالى– أن يكتب لها القبول، وأن يتقبَّلها منّي بقبول حسن، كما أسأله سبحانه وتعالى أن ينفع بها مؤلفها وقارئها، ومَن أعان على إخراجها ونشرها.....إنه ولي ذلك والقادر عليه.

هذا وما كان فيها من صواب فمن الله وحده، وما كان من سهو أو خطأ أو نسيان فمنِّي ومن الشيطان، والله ورسوله منه براء، وهذا شأن أي عمل بشري فإنه يعتريه الخطأ والصواب، فإن كان صوابًا فادعُ لي بالقبول والتوفيق، وإن كان ثَمَّ خطأ فاستغفر لي:

وإن وجدت العيب فسد الخللا جلّ من لا عيب فيه وعلا

فاللهم اجعل عملي كله صالحًا ولوجهك خالصًا، ولا تجعل لأحد فيه نصيبًا

والحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين، وصلّى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

هذا والله – تعالى– أعلى وأعلم.

سبحانك اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك