

التقاؤل النبوي سبيل القضاء على الانتحار
م.م. عمران محمد المزوري
كلية العلوم الاسلامية/جامعة صلاح الدين
أربيل – العراق

ايميل:

الهاتف: 009647504993206

abu.maryammzuri@gmail.com

المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على خير خلقه محمد ﷺ وآله وأصحابه أجمعين، وبعد:
فإن التقاؤل سنة نبوية، وسمة ظاهرة من سمات السيرة العطرة، وصفة إيجابية للنفس السوية، يترك أثره على تصرفات الإنسان ومواقفه، ويمنحه سلامة نفس وهمة عالية، ويزرع فيه الأمل، ويحفزه على الهمة والعمل، والتقاؤل ما هو إلا تعبير صادق عن الرؤية الطيبة والإيجابية للحياة.
وفي المقابل هناك علاقة وطيدة بين التشاؤم وكثير من مظاهر الاعتلال النفسي وضعف الهمة، حيث يجعل صاحبه ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل، وبالتالي يعرضه لقتل نفسه وانتحاره في كثير من الأحيان حسب الدراسات والبحوث التي تتناول الأسباب والعوامل الكامنة وراء الانتحار، ولهذا كان النبي ﷺ يكره التشاؤم، ويحب الفأل الحسن الذي له علاقة بالعمل والأمل.
وهذا البحث محاولة لانبعاث التقاؤل والأمل في القلوب كعلاج للأمراض النفسية كالالاكتئاب والقلق والشعور بالنقص وغيرها التي تؤدي بصاحبها إلى الانتحار وقتل النفس، وذلك في تمهيد ومبحثين وخاتمة كالاتي:

التمهيد فيه بيان مفهوم الانتحار وأسبابه.

والمبحث الأول: يبين مفهوم التقاؤل ثم يتحدث عن التقاؤل النبوي مستشهداً بمشاهد من سيرته ﷺ الشريفة وتوجيهاته ﷺ السديدة لأصحابه الكرام ﷺ ليحثهم على التقاؤل ويعلمهم إياه. وذلك في مطلبين.
والمبحث الثاني يتناول مقومات التقاؤل وأثره في القضاء على الانتحار، وهو يشتمل على مطلبين أيضاً.

ثم تأتي الخاتمة وفيها أهم النتائج التي توصل إليها البحث.

التمهيد

الانتحار مفهومه وأسبابه

يعد الانتحار مرضاً عضالاً يعاني منه العالم اليوم شرقاً وغرباً، وداءٌ تتأوه منه المجتمعات مُتَرَفَةً وفقيرة على اختلاف بينها في الصور والأسباب المؤدية إليه.

كلمة الانتحار من حيث اللغة مصدر انتحر الرجل أي قتل نفسه⁽¹⁾، وفي اصطلاح الفقهاء هو قيام الانسان بقتل نفسه بأي وسيلة كان⁽²⁾.

والانتحار يتشكل في صور متعددة، ويتم بوسائل متنوعة يستعين بها المنتحر لإنهاء حياته: قد يكون بإتيان الانسان بفعل منهى عنه كاستعمال آلة حادة كالسيف والسكين أو سلاح ناري مثل البندقية، أو أكل السم أو إلقاء نفسه في مكان عالٍ أو في النار، وهذا يسمى الانتحار بطريق الإيجاب. كما قد يتم العملية بطريق السلب كالامتناع عن الأكل والشرب، أو ترك العلاج الموثوق في مرض أو جرح، أو عدم الحركة وهو في الماء أو النار مع تمكنه، أو عدم النجاة بنفسه من السباع مع القوة والاستطاعة⁽³⁾.

وهذا المعنى الذي ذكره الفقهاء للانتحار يظهر بوضوح في الأحاديث النبوية الشريفة التي تتناول موضوع الانتحار وحكمه ومصير المنتحر، كأنهم استمدوه منها.

فمنها ما روى أبو هريرة رضي الله عنه عن النبي ﷺ أنه قال: " مَنْ تَرَدَّى مِنْ جَبَلٍ فَقَتَلَ نَفْسَهُ فَهُوَ فِي نَارِ جَهَنَّمَ يَتَرَدَّى فِيهِ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ تَحَسَّى سَمًا فَقَتَلَ نَفْسَهُ فَسَمُّهُ فِي يَدِهِ يَتَحَسَّاهُ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدَةٍ فَحَدِيدَتُهُ فِي يَدِهِ يَجَأُ بِهَا فِي بَطْنِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا " (4)

ومنها قوله ﷺ: " الَّذِي يَخْنُقُ نَفْسَهُ يَخْنُقُهَا فِي النَّارِ ، وَالَّذِي يَطْعُنُهَا يَطْعُنُهَا فِي النَّارِ " (5) بأدنى تأمل في عبارات الحديثين مثل: " مَنْ تَرَدَّى مِنْ جَبَلٍ فَقَتَلَ نَفْسَهُ " و " وَمَنْ تَحَسَّى سَمًا فَقَتَلَ نَفْسَهُ " و " مَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدَةٍ " و " الَّذِي يَخْنُقُ نَفْسَهُ " نجد جلياً نسبة الفعل المؤدي إلى القتل إلى الشخص نفسه الذي هو القاتل والمقتول في نفس الوقت، فإذا الانتحار هو عمل الإنسان نفسه بنفسه على اختلاف في بعض الأمور والصور المشابهة بالانتحار بين الفقهاء ليس هنا موضع بحثها وبسط الكلام فيها.

أما عن الأسباب التي تقف وراء تفشي هذه الظاهرة بين بني البشر ولاسيما في عصرنا هذا فحسب تتبعي لها في البحوث والدراسات التي تعالج الأمر وجدت بأنها تجتمع تحت عنوانين رئيسيين وهما:

1 - ينظر: لسان العرب 197/5، مادة (نحر).

2 - ينظر: بدائع الصنائع 401/ 5، والمغني 42/11، والشرح الصغير 154/2، ونهاية المحتاج 105/8، 111.

3 - ينظر: أحكام القرآن للجصاص 149/ 1، ونهاية المحتاج 243/ 7، ومواهب الجليل 233/ 3، والمغني 326/ 9.

4 - أخرجه البخاري 2179/5، برقم (5442).

5 - أخرجه البخاري 459/1، برقم (1299).

أولاً: الأسباب الخارجية: وهي قد تتمثل في الحالات الإجتماعية مثل التربية الغير السليمة والطلاق وتفكك الأسرة وتشردم أبنائها، والعشق الفاشل عند الفتيان والفتيات والعزوبة.

وقد تتجسد في الظروف الإقتصادية والمالية مثل الفقر، والجوع، وعدم الإمكانية المادية لتسديد الضروريات والحاجيات والتحسينات كل على حدة وبحسب المجتمع والشخص. كما ونرى أن العكس صحيح بالنسبة للمجتمعات البذخة التي أصبح أبنائها منغرسين في الشهوات والغرائز النفسية والجسدية والجنسية حتى ملوا منها وسئموا من الحياة المادية الفارغة من السعادة النفسية وأصبحوا يشعرون بفرغ روحي، وهذا يعني أن الفقر المُدقع والغنى المُبَطَّر كلاهما يعدان من أسباب الانتحار.

كما تظهر في الأحوال السياسية وأساليب الحكم مثل الظلم والطغيان والديكتاتورية وسلب الحريات واهتضام الحقوق وما إلى ذلك

ثانياً : الأسباب الداخلية المتبلورة في الحالة النفسية مثل القلق والاضطراب والاكتئاب واليأس والشعور بالنقص وما إلى ذلك من الأمراض النفسية والحالات غير السوية، ولا يخفى أن الأسباب الخارجية التي ذكرت لها الأثر البالغ في خلقها وبروزها لدى الفرد⁽¹⁾.

ومع كل ما ذكر: فإن الأمر في أوله وآخره راجع للحالة النفسية القائمة عند الانسان فمتى كانت له نفسية قوية وقلب سليم (الإيمان القوي) يتغلب على العقبات والمصاعب ولا يستسلم لها ويستمر في مشواره ويدوم حياته بكل أمل وسعة قلب، وكلما كان ذا نفسية ضعيفة وقلب مضطرب (الإيمان الضعيف) كلما كان مذعناً وخاضعاً أمام العثرات والمصائب ويصاب بالملل والضجر ويقعد على الدُّقَاء، وهذا ما يشهد به الواقع ولا يحتاج إلى كلام كثير .

المبحث الأول

التفاؤل النبوي

نتكلم في هذا المبحث عن تعريف التفاؤل ثم نأتي بشواهد من السيرة النبوية العطرة على تفاؤله ﷺ رغم الأحزان والآلام المتراكمة عليه، ونشير إلى بعض إرشاداته ﷺ لأصحابه الكرام ليكونوا متفائلين في حياتهم ولا ينهزموا أمام العثرات والعقبات، وذلك في مطلبين:

مفهوم التفاؤل:

التفاؤل : هو مصدر لفعل تفاعل، أي توقع خيراً، تفاعل بالشئ أي استبشر به، أو تفاعل بالغد أو المستقبل، وضده التشاؤم وهو توقع الشر، والفأل يكون فيما يحسن وفيما يسوء. قال أبو منصور: "من العرب من يجعل الفأل فيما يكره أيضاً. وفي نوادر الأعراب يقال: لا فأل عليك بمعنى لا ضير عليك ولا

¹ - ينظر: التقرير العالمي حول العنف والصحة 2002م، الفصل السابع، العنف الموجه ضد الذات، ص194-200، ظاهرة الانتحار وباء يصيب المجتمع الإيزيدي، ص17-18، والمرأة بين الفقه والقانون: ص28، ومجلة الفتح، العدد33، 2008م، الانتحار من وجهة نظر علم النفس والدين الإسلامي، د. هيثم احمد علي.

طير عليك ولا شرّ عليك، وفي الحديث " لا عدوى ولا طيرة ويعجبني الفأل الصّالح"⁽¹⁾، والفأل الصّالح: الكلمة الحسنة، وهذا يدلّ على أنّ من الفأل ما يكون صالحاً ومنه ما يكون غير صالح⁽²⁾، والذي يهمنا في هذا البحث هو الفأل الصّالح.

وفي الاصطلاح: الفأل هو الكلمة الصّالحة أو الكلمة الطيّبة أو الكلمة الحسنة مصداق ذلك ما جاء في الحديث الشّريف من أنّه ﷺ سئل ما الفأل؟ فقال: " الكلمة الصّالحة يسمّعها أحكم"⁽³⁾ وجاء في حديث أنس رضي الله عنه: " أنّ الفأل: الكلمة الحسنة والكلمة الطيّبة"⁽⁴⁾.

ومن ثمّ يكون المراد بالتّفاؤل: " انشراح قلب الإنسان وإحسانه الظّنّ، وتوقّع الخير بما يسمعه من الكلم الصّالح أو الحسن أو الطيّب"⁽⁵⁾.

المطلب الأول

تفأوله ﷺ في حياته

الباحث والدارس لسيرة الرسول العظيم ﷺ يقف منبهراً من صبره وجلدته أمام المصائب والآلام التي كانت تصيبه على يد خصومه والأعجب من ذلك بسماته ﷺ التي لاتكاد تفارق شفّاته، وكان ﷺ كله أملاً وتفاؤلاً بالمستقبل الزاهر؛ لذا لم تُقعه العقبات عن تبليغ رسالته، وفيما يأتي شواهد من سيرته ﷺ العطرة:

أولاً: المقاطعة وعام الحزن:

خرج الرسول ﷺ والمسلمون من شعب أبي طالب في حصار دام ثلاثة أعوام مُنع منهم الميرة والماء، والعيش والمعاش، ولم يكن يصل إليهم شيء إلا سراً حتى بلغهم الجهد، والتجأوا إلى أكل الأوراق والجلود، حتى كان يسمع أصوات النساء والصبيان من وراء الشعب يتضاعون من الجوع، وجعل النبي ﷺ يعمل على شاكلته بعد الخروج، ولم يزل المشركون رغم انتهاء المقاطعة يزيّدون من ضغوطاتهم على النبي ﷺ والمسلمين.

فلم يستنشق النبي ﷺ نفس استراحة بعدُ حتى عادة الأحزان تتوالى حيث توفي بعد الخروج بستة أشهر ظهيره عمه أبو طالب حيث كان حصنه الذي يحتمي به من هجمات الكبراء والسفهاء، وبعده بنحو شهرين أو ثلاث توفيت قرّة عينه ومواسيته في البيت زوجته الحبيبة خديجة بنت خويلد، ولأثر هاتين الحادثتين المؤلمتين في قلبه ﷺ سمي بعام الحزن، وذلك رغم ما أصابه قبلُ من النكال والأذى على يد قريش⁽⁶⁾.

وفي خضم هذه الأحزان المتراكمة نجده ﷺ يواجه المصاعب بكل صلابة وثبات، وكان يتلفظ تجاه ما يواجهه من مواقف صعبة وأحزان مؤلمة بالفاظ تتفجر بالأمل والتفاؤل حيث يقول لقريش حين أرادوا

1 - سيأتي تخريجه.

2 - لسان العرب 11 / 513-514، مادة (فأل).

3 - سيأتي تخريجه.

4 - سيأتي تخريجه.

5 - نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم 3 / 1046.

6 - ينظر: سيرة ابن اسحاق، ص 156 وما بعدها، والرحيق المختوم، 107 وما بعدها.

مساومته على رغائب الدنيا وهو ﷺ في أضعف ما يكون من العدة والعدد: "إِنِّي أُرِيدُ مِنْهُمْ كَلِمَةً وَاحِدَةً تَدِينُ لَهُمْ بِهَا الْعَرَبُ، وَتُوَدِّي إِلَيْهِمُ الْعَجَمُ الْحِزْيَةُ" (1) والمراد بالكلمة كما جاء في الحديث نفسه هو قول "لا إله إلا الله". ولا يخفى ما وراء هذا الموقف الحازم من تفاؤل شديد وأمل باهر.

ثانيا: الهجرة:

هجرة النبي ﷺ مرت بمراحل صعبة، والكمن في الغار مع رفيقه الوفي أبو بكر الصديق ﷺ تعد من أخرج لحظات هذه المسيرة حينما وصل العدو باب الغار وهما فيه، وشعر أبو بكر ﷺ بخوف شديد حيث يصور لنا المشهد بقوله ﷺ: "نَظَرْتُ إِلَى أَقْدَامِ الْمُشْرِكِينَ عَلَى رُءُوسِنَا وَنَحْنُ فِي الْغَارِ، فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ لَوْ أَنَّ أَحَدَهُمْ نَظَرَ إِلَى قَدَمِيهِ أَبْصَرَنَا تَحْتَ قَدَمِيهِ" موقف في غاية الخطورة ومع ذلك نجده ﷺ يواسي صديقه ويؤنسه بأوج التفاؤل وقمة الثبات فقال ﷺ: «يَا أَبَا بَكْرٍ مَا ظَنُّكَ بِإِثْنَيْنِ اللَّهُ تَالِثُهُمَا» (2) ما أروع من تعبير! وما أنجع من علاج!

ثالثا: غزوة الأحزاب:

اتجهت الأحزاب نحو المدينة على ميعاد كانت قد تعاقدت عليه في جيش عرمرم يبلغ عدده أو يزيد على جميع من في المدينة من النساء والصبيان والشباب والشيخوخة (3)، وقام النبي ﷺ بدوره القيادي لمواجهة الخطر بكل عزم وصلابة وبعد مشاورة أصحابه ﷺ اتخذ القرار بحفر الخندق، وقام المسلمون بجد ونشاط يحفرونه، ورسول الله ﷺ يحثهم ويساهمهم في عملهم هذا، ويلهمهم التفاؤل والثبات من خلال دعائه ﷺ الجميل: "اللَّهُمَّ، لَا عَيْشَ إِلَّا عَيْشُ الْآخِرَةِ، فَاغْفِرْ لِلْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارِ" (4) ويعلمهم إياه على شكل نشيد تسلياً للنفوس وترويحاً لها كي لا تتعريها اليأس والسأم.

وحديث المعول مشهور حينما عرض للصحابه ﷺ عند الحفر صخرة أعجزتهم فلجؤا إلى النبي ﷺ فجاء رسول ﷺ وأخذ المعول وقال: "بِسْمِ اللَّهِ" فاقتلعها بثلاث ضربات ومن خلالها بشر ﷺ أصحابه ﷺ بثلاث بشارات عظيمة وهي فتح الشام ثم فارس ثم يمن. (5) أي تفاؤل هذا! وهم محاطون بالعدو من كل جهة، الكيان والوجود في خطر، ومع ذلك يبشرهم ﷺ بما لا يخطر ببال أحد في هذا اليوم العصيب والهول الشديد، ويحثهم على الصبر والثبات، ويقول لهم بلسان الحال بأن المستقبل سيكون لكم لا محالة. هذه كانت شواهد اخترناها من سيرته ﷺ التي تدل على تفاؤله ﷺ ونظرته الإيجابية إلى الحياة، وهي غيظ من فيض.

1 - سنن الترمذي 365/5، برقم (3232).

2 - أخرجه البخاري 1327/3، برقم (3453)، ومسلم 1854/4، برقم (2381).

3 - ينظر: الرحيق المختوم، ص 293.

4 - أخرجه البخاري 1504/4، برقم (3872)، ومسلم 1431/3، برقم (1804).

5 - الحديث أخرجه النسائي في الكبرى 296/5 برقم (8858)، وأحمد 626/30، برقم (18694)، وحسنه الحافظ في الفتح 397/7.

المطلب الثاني

حثة أصحابه على التفاؤل

لم يكتفِ النبي ﷺ بتحقيق هذه السمة لديه في شخصه، بل كان يربي أصحابه عليها ويعلمهم إياها، ففي أشد المواقف وأصعبها كان ﷺ يغرس في نفوس أصحابه ﷺ الضعفاء والمضطهدين التفاؤل والأمل، واليقين بموعد الله ﷻ ونصره لعباده المؤمنين.

فعن عدي بن أبي حاتم بينا أنا عند النبي ﷺ إذ أتاه رجل، فشكا إليه الفاقة، ثم أتاه آخر، فشكا إليه قطع السبيل، فقال: "يا عدي، هل رأيت الحيرة؟" قلت: لم أرها، وقد أنبئت عنها. قال: "فإن طالت بك حياة لترين الظعينة ترتحل من الحيرة حتى تطوف بالكعبة، لا تخاف أحداً إلا الله" قلت فيما بيني وبين نفسي: فأين دُعار طيء الذين قد سَعَرُوا البلاد؟! "ولئن طالت بك حياة لتفتحن كنوز كسرى" قلت: كسرى بن هرمز؟! قال: "كسرى بن هرمز، ولئن طالت بك حياة لترين الرجل يخرج ملء كفه من ذهب أو فضة، يطلب من يقبله منه، فلا يجد أحداً يقبله منه"⁽¹⁾، كانت هذه سمته ﷺ ودأبه حيث يبشر أصحابه ﷺ بالبشارات العظيمة في الأوقات الحرجة ليسليهم ويعلمهم التفاؤل وينسف اليأس والتشاؤم من قلوبهم.

وكان ﷺ يحث أصحابه ﷺ على كل كلمة جميلة أو لفظة طيبة تريح النفوس والقلوب، وتزيل عنها الهموم والقلق فعن أبي هريرة ؓ أن رسول الله ﷺ سمع كلمة فأعجبته فقال: "أخذنا فأك من فيك"⁽²⁾ وعنه ﷺ قال: سمعت النبي ﷺ يقول: "لا طيرة"⁽³⁾ وخيرها الفأل، قيل: يا رسول الله، وما الفأل؟ قال: "الكلمة الصالحة يسمعها أحدكم"⁽⁴⁾

وعن أنس ؓ أن نبي الله ﷺ قال: "لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني الفأل: الكلمة الحسنة، والكلمة الطيبة"⁽⁵⁾ كما كان ﷺ يكره التشاؤم وما يؤدي إليه ويحذر ﷺ المسلمين من كل ما يوسوس في صدورهم من الأقوال والأفعال، وما يبث في قلوبهم التشاؤم واليأس؛ لأنه ينافي الإيمان الصحيح والتوحيد الخالص ويقول ﷺ: "مَنْ رَدَّتْهُ الطَّيْرَةُ مِنْ حَاجَةٍ، فَقَدْ أَشْرَكَ"، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا كَفَّارَةُ ذَلِكَ؟ قَالَ: "أَنْ يَقُولَ أَحَدُهُمْ: اللَّهُمَّ لَا خَيْرَ إِلَّا خَيْرُكَ، وَلَا طَيْرَ إِلَّا طَيْرُكَ، وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ"⁽⁶⁾ هكذا كان ﷺ يرشد أصحابه إلى معاني التفاؤل والجد والمثابرة، وينبهم عما يشين حياتهم من مفاهيم التشاؤم واليأس والقنوط والكسل.

1 - أخرجه البخاري 1316/3 ن برقم (3400).

2 - أخرجه ابوداود 185/4، برقم (3929)، صححه الألباني.

3 - الطيرة: الطيرة بكسر الطاء وفتح الباء، وقد تسكن: هي التشاؤم بالشيء. وهو مصدر تطير. (النهاية في غريب الحديث 153/3).

4 - أخرجه البخاري 2171/5 برقم (5423)، ومسلم 1745/4، برقم (2223)،

5 - أخرجه البخاري 2171/5 برقم (5424)، ومسلم 1746/4، برقم (2224).

6 - أخرجه أحمد 623/11، برقم (7045)، وقال محققوه: حسن.

المبحث الثاني

مقومات التفاؤل وأثره في القضاء على الانتحار

بناء على ماسبق يمكننا هنا بيان بعض مقومات التفاؤل وأثره في القضاء على الانتحار، وذلك في مطلبين:

المطلب الأول

مقومات التفاؤل

تأسيساً على ما ذكرنا من مواقف من سيرة الرسول الأكرم ﷺ التي تعد من ينابيع التفاؤل الصحيح المجدي والمثمر لصاحبه نذكر هنا بعض المقومات والأسس التي يجب أن تتوفر في التفاؤل والشخص الذي يتسم به، ومن أبرزها:

1. استشعار معية الله ﷻ: وذلك أن يشعر بأن الله ﷻ معه في سره وعلايته، في ذهابه وترحاله، وفي فرحه وحزنه، وفي سرائه وضرائه، فإن ذلك يجعله صلباً وجلداً أمام المصائب والمصاعب، وهذا ما يظهر واضحاً في موقفه ﷺ عندما شعر أبوبكر الصديق رضي الله عنه بنوع من الخوف إذ هما في الغار ووصل المطارودن بابه فقال له النبي ﷺ: "يا أبا بكرٍ ما ظَنُّكَ بِإِثْنَيْنِ اللهُ تَالِثُهُمَا" (1).

2. الصبر: السمة الظاهرة للمتفائل في الظروف الصعبة والأوقات الحرجة التي تقع فيها هي الصبر والتحمل حتى يجد باباً ومخرجاً ولا بد أن يجد، فإنه كما قال الإمام علي رضي الله عنه "الصبر مطيعة لا تكبو" (2)، وكان النبي ﷺ يوحى إلى أصحابه ﷺ من خلال تعليمه ﷺ إياهم التفاؤل بأن عليكم بالصبر والمثابرة أمام العقبات حتى تؤتي أكل تقاتلونكم وصبركم الطيبة كقوله لعدي: "يا عدي، هل رأيت الحيرة؟" قلت: لم أرها، وقد أنبت عنها. قال: "فإن طالت بك حياة لترين الظعينة ترتحل من الحيرة حتى تطوف بالكعبة، لا تخاف أحداً إلا الله" (3) لتأمل قوله ﷺ "فإن طالت بك حياة" أي اصبر يأتيك هذا اليوم ولا تستعجل.

3. التوكل لا التواكل: بمعنى الأخذ بالأسباب المادية والدنيوية التي توصلك إلى مبتغاك مع التوكل على الله ﷻ، وتكون بقلبك معه وعلى ثقة كاملة به ﷻ بأنه ﷻ مُعينك وناصرك في أمورك كلها، ولا يرد عن حاجتك اليأس والسأم، فتوكل النبي ﷺ والمسلمون على الله ﷻ يوم الأحزاب وحفروا الخندق لمواجهة العدو فظفروا ونصروا، وأخذ النبي ﷻ بكل حيطة واستعد لكل حذر ثم هاجر وتوكل على الله ﷻ فوصل المأمّن، فهذا هو هدي النبي ﷻ في التوكل على الله ﷻ وهو سيد المتوكلين والمتفائلين وقودتهم.

1 - سبق تخريجه.

2 - عدة الصابرين، ص 17.

3 - سبق تخريجه.

المطلب الثاني

أثر التفاؤل في القضاء على الانتحار

وللتفاؤل آثار ظاهرة وباهرة على الشخص المتفائل كي لا يعتريه اليأس والسأم من الحياة ومنها:

1. **حسن الظن بالله ﷻ:** فإن الإنسان المتفائل يكون دائماً حسن الظن بربه ﷻ أياً كانت ظروفه وأحواله، وهو على ثقة بأن ما كتب الله ﷻ له من القدر خيره وشره كله له خير، وهو على يقين بأن الليل لا بد أن ينجلي، ومن كان هذا سمته وأمله وظنه بالله ﷻ سيغلب على كل عثرة وعقبة مهما عظمت وكبرت ولا ييأس أبداً، والله ﷻ يكون عند حسن ظنه، ويُحقق له كل أمل خير كما جاء في الحديث القدسي: "أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي" (1)
2. **سكينة النفس وطمأنينة القلب:** من الفوائد البارزة للتفاؤل هو جلب السعادة والهدوء والاستقرار للنفس كما أنه يطمئن القلب ويسكن من روعه، وهذا ما حدث لأبي بكر الصديق رضي الله عنه في الغار عندما أساءه النبي ﷺ وقاله بمعية الله ﷻ فَتَقَالَ كما يقول تعالى عنه: ﴿فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ﴾ [التوبة: 40]. ولا يخفى ما لهذا الأمر من أثر جميل في نفسية الواقع في المآزق والأزمات.

3. **تقوية العزائم:** من شأن التفاؤل أن يجعل صاحبه قوياً جلدأً لا ينكسر ولا ينهزم تجاه الكبوات والصدمات؛ بل كلما سقط كلما قام ونهض بجذ وعزيمة أكبر مما سبق متخذاً القرار الحاسم بجرأة ومتابعاً سيره في سبيل الوصول إلى الهدف المنشود، وذلك بعكس من كان ينظر إلى ما يصيبه من مكروه بتشائم نجده دائماً منفراً وشاكياً ويائساً بسبب ما يُخَيَّلُ إليه الخيالات والأوهام السيئة الخالية من كل ايجابية، ويكون مصيره في كثير من الأحيان الانتحار، ومن هنا تظهر لنا أهمية التفاؤل والرؤية الايجابية إلى الحياة للفرد والمجتمع في سبيل الغلبة على هذه الظاهرة المؤلمة.

4. **الاقتداء بخير البشر ﷺ:** لا ريب أن للقدوة أثر كبير في نفوس مقتديه وتابعيه، الإنسان حينما يصيب بمصيبة، أو ينال أذى على يد بني جلدته ربما يشعر بنقص أو يحس بألم نفسي أكثر من وجع جسدي، يتخيل لم لم تُصِيبَ غيره؟ لم لا يُؤذَى غيره؟ لأنه أدنى شأنًا من أترابه! أو أنقص مرتبة من أمثاله! أو لأنه... لأنه... لكنه حينما يعلم أن أفضل البشرية وأعلاهم شأنًا أصاب بما هو أعظم بكثير مما أصاب به، و أُوذِيَ وسُخِرَ منه واستُهْزِيَ به بأفطع مما أُوذِيَ به بدرجات ودرجات، كما يظهر في الحديث الذي يرويه الطبراني حينما كان ﷺ يدعو الناس إلى التوحيد ويقول لهم: " قُولُوا: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ تَقْلِحُوا، فَمِنْهُمْ مَنْ تَقَلَّ فِي وَجْهِهِ، وَمِنْهُمْ مَنْ حَتَّا عَلَيْهِ التُّرَابَ، وَمِنْهُمْ مَنْ سَبَّهُ، حَتَّى انْتَصَفَ النَّهَارُ، فَأَقْبَلَتْ جَارِيَةٌ -

1 - أخرجه مسلم 4/2061، برقم (2675).

بنته زينب عليها السلام - بِعُسٍّ مِنْ مَاءٍ فَغَسَلَ وَجْهَهُ أَوْ يَدَيْهِ وَقَالَ: «يَا بُنَيَّةُ، لَا تَخْشَى عَلَى أَبِيكَ عَيْلَةً وَلَا ذِلَّةً»⁽¹⁾، فإن ذلك يواسي الواقع في المآزق والمصاب بالأذى ويسليه ويحس براحة نفسية، ولا يظن بأن التعرض للمصيبة والأذية يدل على نقص قدره وشأنه؛ بل العكس هو الصحيح تماماً، ويكون نصب عينيه دائماً مثلاً حياً يبيت في روحه ونفسه الحيوية والنشاط لا يستسلم للأوهام الباطلة.

تلك هي من أبرز ثمرات التفاؤل وأظهر آثاره التي تأخذ بيد الواقع في ظلمات الخيالات الفارغة والتصورات الخاطئة والأوهام المنتحرة إلى نور الرؤية الإيجابية للواقع والتعامل معه براحة البال وبحيوية وجدية وأمل باهر بالمستقبل الزاهر.

الخاتمة

الحمد لله أولاً وآخراً على توفيقه إياي لكتابة هذه الوريقات في هذا الموضوع الشيق، وبعد جولة قصيرة في رحابه والإتيان بنماذج حية وأمثلة حيوية تعالج الأمر من السيرة والسنة النبوية الشريفة يمكننا أن نذكر هنا أهم النتائج التي توصل إليها البحث فيما يأتي:

1. الانتحار أو قتل الإنسان نفسه يعد من المصائب التي أصيب بها العالم اليوم، تقف وراء فشوه وانتشاره أسباب خارجية وأسباب داخلية أو نفسية.
2. العلاقة بين الحالة النفسية غير السوية القائمة عند الإنسان والانتحار علاقة وثيقة ووطيدة.
3. بناء على النقطة السابقة نقول: إن بناء الإنسان من الداخل بإيمان صحيح بالله عز وجل أمر ضروري في سبيل السيطرة على هذه الظاهرة التي تدمي القلوب.
4. انبعاث روح التفاؤل واشعال سراج الأمل الخير في قلوب الناس اقتداءً بسيد الخلق النبي المصطفى صلى الله عليه وسلم علاج ناجع لداء الانتحار.
5. التفاؤل يجعل صاحبه قوياً وصامداً أمام العثرات، ويمنحه العزيمة والصبر والسلوان كلما سقط نهض من جديد، ولا يستسلم للتصورات الواهية والخيالات الواهنة.

وصلى الله على سيدنا محمد وآله وأصحابه وأتباعه أجمعين إلى يوم الدين.

¹ - المعجم الكبير 342/20، برقم (805).

المصادر والمراجع

بعد القرآن الكريم:

1. أحكام القرآن، أحمد بن علي أبو بكر الرازي الجصاص الحنفي (المتوفى: 370هـ)، تحقيق: محمد صادق القمحاوي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، 1405 هـ.
2. بدائع الصنائع في ترتيب الشرائع، علاء الدين، أبو بكر بن مسعود بن أحمد الكاساني الحنفي (المتوفى: 587هـ)، دار الكتب العلمية، ط2، 1406 هـ - 1986م.
3. التقرير العالمي حول العنف والصحة (2002م)، منظمة الصحة العالمية، المكتب الإقليمي لشرق المتوسط، القاهرة.
4. جامع الأصول في أحاديث الرسول ﷺ، مجد الدين أبو السعادات المبارك بن محمد بن محمد بن محمد ابن عبد الكريم الشيباني الجزري ابن الأثير (المتوفى: 606هـ)، تحقيق: عبد القادر الأرناؤوط - التتمة: تحقيق بشير عيون، مكتبة الحلواني - مطبعة الملاح - مكتبة دار البيان، ط1، 1392 هـ ، 1972 م.
5. الرحيق المختوم، صفى الرحمن المباركفوري، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان، ط2.
6. سنن أبي داود، سليمان بن الأشعث أبو داود السجستاني الأزدي (275هـ)، تحقيق: محمد محيي الدين عبد الحميد، مع الكتاب: تعليقات كمال يوسف الحوت، والأحاديث مذيلة بأحكام الألباني عليها، دار الفكر، د.ط، ت.
7. سنن الترمذي، محمد بن عيسى أبو عيسى الترمذي السلمي (المتوفى: 279هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر وآخرون، دار إحياء التراث العربي - بيروت، د. ط، ت.
8. السنن الكبرى، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (المتوفى: 303هـ)، حققه وخرج أحاديثه: حسن عبد المنعم شلبي، أشرف عليه: شعيب الأرناؤوط، قدم له: عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة - بيروت، ط1، 1421 هـ - 2001 م.
9. سيرة ابن اسحاق (كتاب السير والمغازي)، محمد بن إسحاق بن يسار المطلبلي بالولاء، المدني (المتوفى: 151هـ)، تحقيق: سهيل زكار، دار الفكر - بيروت، ط1، 1398 هـ / 1978م.
10. صحيح ابن حبان، محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن مَعْبَد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البُستي (المتوفى: 354هـ)، ترتيب: الأمير علاء الدين علي بن بلبان الفارسي (المتوفى: 739 هـ)، حققه وخرج أحاديثه وعلق عليه: شعيب الأرناؤوط، مؤسسة الرسالة، بيروت، ط1، 1408 هـ - 1988 م.
11. صحيح البخاري، محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي (المتوفى: 256هـ)، تحقيق: د. مصطفى ديب البغا دار ابن كثير، اليمامة - بيروت، ط3، 1407 هـ - 1987م.
12. صحيح مسلم، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (المتوفى: 261هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي، بيروت. د.ت، ط.
13. ظاهرة الانتحار وباء يصيب المجتمع الايزيدي، طيبة فاضل عباس، غزوان يحيى يوسف، وزارة حقوق الانسان، جمهورية العراق، 2012م.

14. عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، دار ابن كثير، دمشق، بيروت- مكتبة دار التراث، المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية، ط3، 1409هـ - 1989م.
15. فتح الباري شرح صحيح البخاري أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني الشافعي (852هـ)، قام بإخراجه وصححه وأشرف على طبعه: محب الدين الخطيب، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي، دار المعرفة - بيروت، 1379هـ.
16. لسان العرب، ابن منظور، تحقيق: عبد الله علي الكبير، و محمد أحمد حسب الله، و هاشم محمد الشاذلي، دار المعارف، القاهرة، د. ط، ت.
17. المرأة بين الفقه والقانون، مصطفى بن حسني السباعي (المتوفى: 1384هـ)، دار الوراق للنشر والتوزيع، بيروت، ط7، 1420 هـ - 1999 م.
18. مسند الإمام أحمد بن حنبل، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (المتوفى: 241هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة، ط1، 1421 هـ - 2001 م.
19. المعجم الكبير، سليمان بن أحمد بن أيوب أبو القاسم الطبراني (المتوفى: 360هـ)، تحقيق: حمدي بن عبدالمجيد السلفي، مكتبة العلوم والحكم - الموصل، ط2، 1404هـ - 1983م.
20. المغني في فقه الإمام أحمد بن حنبل الشيباني، أبو محمد موفق الدين عبد الله بن أحمد بن محمد بن قدامة المقدسي ثم الدمشقي الحنبلي، الشهير بابن قدامة المقدسي (المتوفى: 620هـ)، دار الفكر - بيروت، ط1، 1405هـ.
21. مواهب الجليل لشرح مختصر خليل، شمس الدين أبو عبد الله محمد بن محمد بن عبد الرحمن الطرابلسي المغربي، المعروف بالحطاب الرُّعيني (المتوفى: 954هـ)، تحقيق: زكريا عميرات، دار عالم الكتب، 1423هـ - 2003م.
22. نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم ﷺ، عدد من المختصين بإشراف الشيخ: صالح بن عبد الله بن حميد إمام وخطيب الحرم المكي، دار الوسيلة، جدة، ط4.
23. نهاية المحتاج إلى شرح المنهاج، شمس الدين محمد بن أبي العباس أحمد بن حمزة شهاب الدين الرملي (المتوفى: 1004هـ)، دار الفكر، بيروت، 1404هـ - 1984م.

الدوريات:

1. مجلة الفتح، مجلة فصلية محكمة تصدرها كلية التربية الأساس، جامعة ديالى، العراق.