المملكة العربية السعودية
وزارة التعليـــم
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
عمـــادة البحـث العلمـــي

رؤيـــة VISION 2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

مجلة العلوم الشرعية

مجلة علمية دوريّة محكّمة

العدد الثالث والثمانون ربيع الآخر 1448هـ أكتوبر 2026م

الجـــزء الثـــالث

النفس الإنسانية ووسائل الإحسان إليها في ضوء القرآن الكريم
د. وفاء بنت محمد بن أحمد الزهراني

الأجزاء الحديثية
معالمها وأثرها في البحث الحديثي
د. عبد الرزاق موسى عبد الرحمن أبو البصل (باحث رئيس)
د. حسام خالد محمد السقار (باحث مشارك)

إرشاد المريد السالك إلى من يُقْتَدَى به من إمامَي الجماعتين في المسجد المحمَّدِيِّ
على مذهب الإمام مالك
لأبي مروان عبد الملك بن محمد بن مروان التجمُّوعتي السجلماسي المالكي
(ت:1118هـ)
دراسة وتحقيق
د. عبد الحكيم بن محمد أرزقي بلمهدي

تدابير الاحتساب على التنمر في الشريعة الإسلامية
د. أماني بنت محمد بن سيف العتيبي

الاتفاق على تعديل قواعد المسؤولية العقْدية
في نظام المعاملات المدنية السعودي
دراسة تحليلية
د. سليمان بن عبد المحسن السعوي

عمادة البحث العلمي
Deanship of Academic Research

www.imamu.edu.sa
islamicjournal@imamu.edu.sa

المشرف العام:

الأستاذ الدكتور / أحمد بن سالم العامري

معالي رئيس الجامعة

نائب المشرف العام:

الأستاذ الدكتور / نايف بن محمد العتيبي

وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي

رئيس التحرير:

الأستاذ الدكتور / محمد بن حسن آل الشيخ

الأستاذ في قسم الفقه بكلية الشريعة

مدير التحرير:

الدكتور / محمد بن عبد الله المديميغ

الأستاذ المساعد في قسم الفقه بكلية الشريعة

أعضاء هيئة التحرير

أ. د. عادل بن مبارك المطيرات

الأستاذ في قسم الفقه المقارن والسياسة الشرعية بكلية الشريعة والدراسات الإسلامية- جامعة الكويت

أ. د. علي ساموه

أستاذ الحديث – كلية العلوم الإسلامية

جامعة الأمير سونكلا – فطاني- تايلاند

أ. د. بكر زكي عوض

الأستاذ في قسم الدعوة – جامعة الأزهر- القاهرة

أ. د. عبد العزيز بن ناصر التميمي

الأستاذ في قسم الفقه المقارن بالمعهد العالي للقضاء

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

أ. د. حسين عبد العال حسين محمد

أستاذ التفسير وعلوم القرآن - جامعة الأزهر- أسيوط

د. عبد الحميد عشاق

الأستاذ في قسم الفقه – جامعة القرويين - المغرب

أ. د. أحمد بن عبد العزيز السيد

أستاذ أصول الفقه – جامعة البحرين

أ. د. كنعان موستيش

الأستاذ في كلية الدراسات الإسلامية– جامعة سراييفو

د. حسام بن محمد الرثيع

أمين تحرير مجلة العلوم الشرعية- عمادة البحث العلمي

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

النفس الإنسانية ووسائل الإحسان إليها
في ضوء القرآن الكريم

إعداد:
د. وفاء بنت محمد بن أحمد الزهراني
الأستاذ المساعد في قسم الدراسات القرآنية
كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة طيبة
المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية

Self-Benevolence in Light of the Holy Quran

Prepared by:
Dr. Wafaa bint Muhammad bin Ahmed Al-Zahrani

Assistant Professor in the Department of Quranic Studies
College of Arts and Humanities, Taibah University
Madinah , Kingdom of Saudi Arabia
wzhrany@taibahu.edu.sa

تاريخ ورود البحث
١٤٤٦/١١/١هـ - ٢٠٢٥/٤/٢٩م

تاريخ قبول البحث
١٤٤٧/٣/٩هـ - ٢٠٢٥/٩/١م


بسم الله الرحمن الرحيم

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى: التعريف بالنفس الإنسانية، وبيان أهم الوسائل والطرق التي يُحسن بها الإنسان إلى نفسه في ضوء القرآن الكريم.

ومن أجل تحقيق هذا الهدف تم تقسيم البحث إلى: مقدمة، وفصلين، وخاتمة، وفهارس.

أما المقدمة: فتضمنت: أهمية الموضوع، وأسباب اختياره، وأهداف البحث، ومشكلة البحث، وحدود البحث، وأسئلة البحث، والدراسات السابقة، وإجراءات البحث، وخُطته.

الفصل الأول: اشتمل على التعريف بالنفس الإنسانية في اللغة والاصطلاح، وبيان المراد بالنفس في القرآن الكريم، وإبراز منزلة النفس الإنسانية ومكانتها العالية، وأهم صفات النفس الإنسانية وخصائصها.

الفصل الثاني: واشتمل على أهم الوسائل والطرق التي يُحسن بها الإنسان إلى نفسه:

أولاً: من الناحية المادية (الجسدية) عن طريق: الاعتدال في المأكل والمشرب، والمحافظة على طهارة البدن ونظافته، والعناية باللباس، وإعطاء الأجساد حقها من الراحة والنوم، وعدم تكليفها فوق طاقتها، والاهتمام بالحركة والرياضة.

ثانيًا: من الناحية المعنوية (الروحية) عن طريق: تقوى الله، والإيمان به، ومراقبته في السر والعلن، والمحافظة على تلاوة القرآن وتدبره والعمل به، وطلب العلم الشرعي وتطبيقه، والتحلي بالأخلاق الفاضلة، والتزام الدعـاء.

ثم ختمت البحث بخاتمة تضمنت أهم النتائج والتوصيات، وأتبعتها بفهرس المصادر والمراجع.

الكلمات المفتاحية: النفس، الإحسان، الذات، القرآن.

Abstract

This research aims to define the human soul in light of the Holy Qur'an, and to highlight the most important means and methods by which a person can improve himself.

To achieve this aim, the research was divided into an introduction, two chapters, a conclusion, and indexes.

The introduction addresses the significance of the topic, the reasons for selecting it, the research objectives, problem, scope, questions, previous studies, research procedures, and research plan.

Chapter One provides a definition of the human self in linguistic and technical terms, explains what is meant by the self in the Holy Qur'an, highlights the elevated status and position of the human self, and identifies its most important attributes and characteristics.

Chapter Two discusses the most important means and ways through which a person can show benevolence toward oneself. First, from the material (physical) perspective, these include moderation in eating and drinking, maintaining bodily purity and cleanliness, caring for clothing, giving the body its due in terms of rest and sleep, avoiding overburdening it, and maintaining physical activity and exercise. Second, from the spiritual perspective, they include fearing Allah and being mindful of Him, believing in Him, being conscious of Him in private and public, maintaining the recitation, contemplation, and practice of the Qur'an, seeking and applying Islamic knowledge, cultivating virtuous morals, and maintaining supplication.

The study concludes with the most important findings and recommendations, followed by an index of sources and references and an index of topics.

Keywords: Human; benevolence; self; Qur'an.

مُقَدِّمَة

الحمدُ لله الذي خلق الناس من نفس واحدة، وأرسل إلينا رسولاً من أنفسنا بالهُدى ودين الحق، ليُظهره على الدين كله، ولو كره الكافرون، صلى الله عليه وعلى آله وصحبه، ومن سار على نهجه، واتبع هداه إلى يوم الدين.

أمَّا بعد:

القرآن الكريم المرجع الأول لمعرفة أسرار النفس البشرية؛ لأنّها من صُنع الله – تعالى– وهو أعلم بما يُصلحها وبما يُفسدها، فالذي يخترع آلة يكون أكثر من يعرف بها؛ يقول سبحانه: ﴿أَلَا يَعۡلَمُ مَنۡ خَلَقَ وَهُوَ ٱللَّطِيفُ ٱلۡخَبِيرُ ١٤﴾ [الملك:١٤].

وقد تعددت الطُّرق والمشارب في تطوير النفس، فأصابوا في أمور وأخفقوا في أخرى، مع أن التَّشريع الرَّباني ما نزل إلا لإصلاح تلك النَّفس وهدايتها؛ وقد عالج القرآن الكريم هذه النفس العجيبة التي بين جنبينا، بما فيها من رغبات وبواعث ومحرّكات ومثبّطات، تؤثّر تأثيرًا مباشرًا على أفعال الإنسان، وتدفعه لأفعال مُتباينة تجلب للنفس السعادة، أو الشقاء. فلديها القدرة أن تصل إلى أعلى الدرجات بتزكيتها؛ أو تهوي لأسفل الدركات بتدسيتها.

وقد نبه سبحانه في مواضع متعددة من كتابه الكريم، أن كل ما يُقدمه الإنسان من خير أو شر، إنما يقدمه في المقام الأول لنفسه، قال جلَّ وعلا: ﴿إِنۡ أَحۡسَنتُمۡ أَحۡسَنتُمۡ لِأَنفُسِكُمۡۖ وَإِنۡ أَسَأۡتُمۡ فَلَهَاۚ﴾ [الإسراء: ٧].

واستشعارًا لأهمية إحسان الإنسان لنفسه؛ انصرفت همةُ الباحثة إلى تسليط الضوء على معنى النفس الإنسانية في القرآن، وبيان أهم الوسائل والطرق التي يُحسن بها الإنسان إلى نفسه، وجعلته بعنوان: "**النَّفس الإنسانية ووسائل الإحسان إليها في ضوء القرآن الكريم**".

أسأل الله العلي الكبير أن ينفع به، وما توفيقي إلا بالله، عليه توكلت، وإليه أنيب.

أهمية الموضوع وأسباب اختياره:

١- منزلة النفس ومكانتها الرفيعة، وأنها مناط التكليف.

٢- أن الله سبحانه حث عباده على التفكر في النفس، بقوله تعالى: ﴿وَفِيٓ أَنفُسِكُمۡۚ أَفَلَا تُبۡصِرُونَ ٢١﴾ [الذاريات: ٢١].

٣- أن الطريق لإصلاح المجتمع بأكمله؛ يبدأ من إحسان الإنسان إلى نفسه أولاً، فأغلب الاضطرابات لدى المجتمعات تعود إلى إهمال الفرد لنفسه، والله سبحانه يقول: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ عَلَيۡكُمۡ أَنفُسَكُمۡۖ﴾ [المائدة: ١٠٥].

أهداف البحث:

١- التعريف بالنفس الإنسانية كما وردت في ضوء القرآن الكريم، وبيان خصائصها ومكانتها.

٢- استنباط الوسائل والطرق للإحسان إلى النفس، مادياً وروحياً من القرآن الكريم.

٣- توضيح ثمرات إحسان الإنسان لنفسه، وبيان أنها تعود على صاحبها في الدنيا والآخرة.

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة البحث في: قصور الدراسات القرآنية المستقلة، التي تتناول مفهوم النفس الإنسانية والإحسان إليها من منظور شامل يجمع بين الجانب المادي والمعنوي، بما يُساهم في تنمية الوعي الكافي حول الوسائل القرآنية للإحسان إلى النفس وتزكيتها، واختار سبحانه هذا اللفظ الجامع المعجز مقرُوناً

بالنفس دون غيره، كما في قوله تعالى: ﴿إِنۡ أَحۡسَنتُمۡ أَحۡسَنتُمۡ لِأَنفُسِكُمۡۖ وَإِنۡ أَسَأۡتُمۡ فَلَهَاۚ﴾ [الإسراء: ٧]. لما يدل عليه من الوُسع والشمول والإتقان والزيادة والترقي في الخير إلى أعلى مرتبة وهي الإحسان.

حدود البحث:

- تناول مفهوم الإحسان للنفس من خلال النصوص القرآنية فقط، دون التوسع في النصوص الحديثية أو الفقهية إلا في إطار الاستشهاد أو الإيضاح.
- التركيز على البعد الأخلاقي والسلوكي والروحي، لا على الجوانب الطبية أو النفسية البحتة في علم النفس.

أسئلة البحث:

س١/ ما المقصود بالنفس الإنسانية في ضوء القرآن الكريم؟ وما مكانتها؟ وصفاتها؟ وأبرز خصائصها؟

س٢/ ما الوسائل والطرق القرآنية للإحسان إلى النفس مادياً ومعنوياً؟

س٣/ كيف ينعكس الإحسان إلى النفس على حياة الإنسان؟

الدراسات السابقة:

لم يَغفَل العلماء قديمًا ولا حديثًا عن الحديث عن النفس الإنسانية، لكن بعد البحث في قواعد البيانات والرسائل العلمية ومراسلة مكتبة الملك فهد الوطنية، ظهر أنه لا توجد دراسة علمية تحمل العنوان نفسه، أو تبرز الموضوع بالطريقة التي أخرجت بها هذا البحث، ومن أبرز ما اطلعت عليه ما يأتي:

١. تربية النفس الإنسانية في ظل القرآن الكريم: إعداد أحمد محمد يحيى المقري، وهي رسالة ماجستير بجامعة الملك عبد العزيز كلية الشريعة والدراسات الإسلامية فرع الكتاب والسنة، جدة، السعودية ١٣٩٨هـ. تناول الباحث كيفية استقامة النفس وتطويرها بناءً على الهدي القرآني، مع التركيز على الأمراض

النفسية وكيف يعالجها القرآن الكريم، مع تسليط الضوء على أهمية القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم وجاءت هذه الرسالة في خمسة فصول، وعدد صفحاتها (٣٧١) صفحة.

٢. خطاب النفس في القرآن حقيقته أساليبه ومقاصده: إعداد موصدق خديجة، وهي رسالة ماجستير في القرآن والدراسات الأدبية بجامعة وهران بكلية العلوم الإنسانية قسم الحضارة الإسلامية بالجزائر ٢٠٠٧م. قسمت الباحثة رسالتها إلى ثلاث فصول، الفصل الأول في الحديث عن حقيقة الخطاب، والفصل الثاني خصصته عن الأساليب التي نوع القرآن بها الخطاب، وأما الفصل الثالث فكان عن مقاصد خطاب النفس، وعدد صفحاتها (٢٩٥) صفحة.

٣. آفات النفس كما يصورها القرآن الكريم: إعداد نعيمة عبد الله البرش، رسالة ماجستير بقسم التفسير وعلوم القرآن بالجامعة الإسلامية بغزة كلية أصول الدين ٢٠٠٨م. اشتملت على أربعة فصول: الفصل الأول في أضواء على النفس الإنسانية، والفصل الثاني في صفات النفس، والفصل الثالث أهم الآفات والأمراض التي تصيب النفس الإنسانية، والفصل الرابع القاعدة النفسية في التغيير، وعدد صفحاتها (٢١٥) صفحة.

٤. ألفاظ أحوال النفس وصفاتها في القرآن الكريم: إعداد زين حسين أحمد ياسين، وهي رسالة ماجستير في اللغة العربية وآدابها، بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية. نابلس، فلسطين ٢٠٠٩م. تناول الباحث دراسة النفس الإنسانيّة وأحوالها دراسة دلاليّة، وذلك وفق المنهجين: التاريخي، والوصفي التحليلي في استقراء ألفاظ النفس والروح في القرآن الكريم. وجاءت هذه الرسالة في ثلاثة فصول، وعدد صفحاتها (٤٧٥) صفحة.

هذه بعض الدراسات التي تطرقت للحديث عن النفس، ويوجد غيرها، فهذه نماذج عنها؛ تدلُّ على بعضها الآخَر، وكما هو موضح بجانب كل دراسة أنها

تشترك مع البحث الذي بين يدي في بعض جوانبه دون بعض، فالإحسان إلى النفس كدراسة مستقلة لم أعثر عليها فيما اطلعت عليه.

إجراءات البحث:

يعتمد البحث على المنهج الاستقرائي؛ وذلك بجمع المادة العلمية، ثم المنهج التحليلي والوصفي، في تنظيم المادة العلمية وصياغتها، واتبعت ما يأتي:

أولاً: كتابة الآيات القرآنية بالرسم العثماني، وجعلها بين قوسين مزهرين ﴿...﴾، وعزوها إلى سورها مع بيان أرقامها.

ثانيًا: تخريج الأحاديث النبوية من مصادرها الأصلية، فإن كان الحديث في الصحيحين، أو في أحدهما اكتفيت بذلك، مع ذكر الجزء والصفحة ورقم الحديث، وإن لم يكن في الصحيحين، أخرجته من مصادره، وأتبعته بذكر أقوال العلماء في الحكم عليه.

ثالثًا: توثيق النصوص التي أنقلها توثيقًا علميًّا من مصادرها الأصلية.

رابعًا: ضبط المُشْكِل من الأعلام، والأمكنة، والكلمات الغريبة.

خامسًا: اختصار الحواشي والتعليقات ما أمكن.

سادسًا: وضع فهرس للمراجع، وفهرس للموضوعات.

خطة البحث:

يتكون البحث من: مقدمة، وفصلين، وخاتمة، وفهارس على النحو الآتي:

المقدمة: وتتضمن أهمية الموضوع، وأسباب اختياره، وأهداف البحث، ومشكلة البحث، وحدود البحث، وأسئلة البحث، والدراسات السابقة، وإجراءات البحث، وخطته.

الفصل الأول: التعريف بالنفس الإنسانية، ويتضمن أربعة مباحث:

المبحث الأول: تعريف النفس في اللغة والاصطلاح.

المبحث الثاني: المراد بالنفس في القرآن الكريم.

المبحث الثالث: منزلة النفس الإنسانية، وبيان مكانتها.

المبحث الرابع: صفات النفس الإنسانية، وخصائصها.

الفصل الثاني: الإحسان إلى النفس، ويتضمن مبحثين:

المبحث الأول: الإحسان إلى النفس من الناحية المادية (الجسدية)، ويشتمل على خمسة مطالب:

المطلب الأول: الاعتدال في الأكل والشرب.

المطلب الثاني: الأمر بالطهارة والنظافة.

المطلب الثالث: العناية باللباس.

المطلب الرابع: إعطاء الأجساد حقها من الراحة والنوم، وعدم تكليفها فوق طاقتها.

المطلب الخامس: الحركة والرياضة.

المبحث الثاني: الإحسان إلى النفس من الناحية المعنوية (الروحية)، ويشتمل على خمسة مطالب:

المطلب الأول: تقوى الله والإيمان به.

المطلب الثاني: تلاوة القرآن، وتدبره، والعمل به

المطلب الثالث: طلب العلم الشرعي، وتطبيقه.

المطلب الرابع: التحلي بالأخلاق الفاضلة.

المطلب الخامس: التزام الدعاء.

الخاتمة: وفيها أبرز النتائج والتوصيات.

فهرس المصادر والمراجع.

وصلى الله على سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين، والحمد لله رب العالمين.

الفصل الأول
التعريف بالنفس الإنسانية

ويتضمن ما يأتي:

المبحث الأول: تعريف النفس في اللغة والاصطلاح

أولاً: تعريف النفس في اللغة:

النون والفاء والسين أصل واحد، يدل على خروج النسيم كيف كان، من ريح أو غيرها، وإليه يرجع فروعه من التَّنَفُّس: وهو خروج النسيم من الجوف، ولهذا سُميت (نفسًا) لتولد النَّفَس منها واتصاله بها، وهو كالغِذاء للنَّفْس؛ لأن بانقطاعه بطلانَها، أو سميت بذلك لنفاستها وشرفها، وإما مِن تنفَّسَ الشيءُ إذا خرج. فلكثرة خروجها ودخولها في البدن سمِّيتْ نفْسًا.

و(النَّفس) جمعُها: أنفُس ونُفُوس، ويراد بها معانٍ عديدة في اللغة، منها: (الروح – الجسد – الإنسان– عين الشيء وكنهه وجوهره وحقيقته– العظمة– الكبر–العزة–الهمة–الأنفة– جُملة الشيء وحقيقته– العين– العقل– القوة والجلد– القرب، وغيرها) [1].

ثانيًا: تعريف النفس في الاصطلاح:

إنّ محاولة فهم النفس البشرية وكنهها، من أكثر ما شغل الإنسان منذ القِدَم، فقد لفتت أنظار العلماء والدارسين والباحثين، واختلفوا في تحديد تعريف (النفس)، وكان لهذا المصطلح تاريخ طويل من الشَّد والجذب، والبحث والتحليل لفهمها وكشف أسرارها، وتباينت تعريفاتهم حسب الاعتقادات والمدارس

(١) ينظر: تهذيب اللغة، للأزهري، مادة (نفس) (٨/١٣)، ومقاييس اللغة، لابن فارس (٤٦٠/٥)، ولسان العرب، لابن منظور (٢٢٣/٦)، وتاج العروس، للزبيدي (٥٥٩/١٦).

والمجالات المتنوعة، سواء كانت من الناحية الدينية أو الكلامية أو الفلسفية أو علم النفس.

وسبب هذا الاختلاف أن النفس غير مادية وغير محسوسة أو مُشاهدة بالعين، وليس لها مكان مُحدد كالجسد المادي فيسهل دراستها، وقد يطول استقصاء اختلافهم فنخرج عن المقصود، ولكن سنذكر أهم التعريفات، ومنها:

تعريف الغزالي (٥٠٥هـ) بأنها: "جوهرٌ روحاني قائمٌ بنفسه، لا يتحيزُ، وليس بجسم، ولا منطبعٍ في الجسم، ولا هو متصلٌ بالبدن، ولا هو منفصلٌ عنه"(١).

يقصد أن النفس شيء روحاني وليس جسماً مادياً، وغير قابلة للانقسام أو الاتصال الحسي بالبدن أو الانفصال عنه. وهذا يعني أن النفس ليست جسماً له مكان أو حجم، بل هي شيء غير مادي، لا يتصل بالجسد بالمعنى المادي المعروف، ولكنه يظهر في أفعاله وإدراكاته في الحياة، فهي كيان مستقل وغير مادي، لا يدرك بالحواس، ولكن وجوده وعلاقته بالجسد تظهر من خلال أفعاله وقدراته الإدراكية، فهي أشبه بـ "قائد" يوجه الجسد، وليست مادة محسوسة يمكن لمسها أو تحديد مكانها.

وعرفها ابن القيم (٧٥١هـ) بأنها: "جسم مخالف بالماهية لهذا الجسم المحسوس، وهو جسم نوراني علوي خفيف حي متحرك، ينفذ في جوهر الأعضاء، ويسري فيها سريان الماء في الورد، وسريان الدهن في الزيتون، والنار في الفحم، فما دامت هذه الأعضاء صالحة لقبول الآثار الفائضة عليها من هذا الجسم اللطيف بقي ذلك الجسم اللطيف مشابكًا لهذه الأعضاء، وأفادها هذه الآثار من الحس والحركة الإرادية، وإذا فسدت هذه الأعضاء بسبب استيلاء الأخلاط الغليظة

(١) تهافت الفلاسفة (٢٥٢).

عليها، وخرجت عن قبول تلك الآثار، فارق الروح البدن، وانفصل إلى عالم الأرواح".

ثم قال بعده: "وهذا القول هو الصواب في المسألة، وهو الذي لا يصح غيره، وكل الأقوال سواه باطلة، وعليه دل الكتاب، والسنة، وإجماع الصحابة، وأدلة العقل والفطرة"، ثم ذكر الأدلة (١).

وعرفها الجرجاني (٨١٦هـ) بأنها: "الجوهر البخاري اللطيف، الحامل لقوة الحياة، والحس والحركة الإرادية"(٢).

وعرفها علي الملا (١٠١٤هـ) بأنها: "لطيفةٌ في الجسد، تولدت من ازدواج الروح بالبدن واتصالهما معًا"(٣).

وعرفها المناوي (١٠٣١هـ) بأنها: "هي جوهر مشرق للبدن، فعند الموت ينقطع ضوؤه من ظاهر البدن وباطنه"(٤).

تعريفها عند المعاصرين:

ذكر بعض العلماء المعاصرين عدة تعريفات للنفس؛ منها: أن النفس هي جوهر الإنسان، ومحرك أوجه نشاطه المختلفة، سواء كانت إدراكيةً، أو حركية، أو فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ وسواء كان ذلك على مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم.

والنفس: هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلهما وتبادلهما التأثير المستمر والتأثُر، مكونين معًا وحدةً متميزة، نُطلق عليها لفظ: (شخصية)، تُميز الفرد عن غيره من

(١) كتاب الروح (١٧٩-١٨٤).
(٢) التعريفات (٢٤٢).
(٣) مرقاة المفاتيح (١٩٠١/٥).
(٤) التوقيف على مهمات التعاريف (٣٢٧).

الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته، وهذه الشخصية تتكون من جانبين أساسيين مع بعضهما، هما: الجانب المادي: وهو (الجسم وحواسه)، والجانب غير المادي: وهو (الروح، والنفس، والعقل، والأخلاق) (١).

وبتأمل ما تقدم من أقوال أهل العلم ترى الباحثة أنه لا يوجد تعارض بين التعريفات بل هي مُتكاملة، فكل واحد منهم ذكر جزءًا من تعريف النفس أو خصائصها، وهي ليست الجسد، وليست الرُّوح(٢)، ولكنها نشأت وخُلقت بعد نفخ الروح في الجسد واتصالهما معًا، فكانت نتيجة اتحاد الجانب الروحي مع الجانب المادي، وهي ملتصقة بالجسم ولا تغادره إلا أثناء النوم (مغادرة جزئية)، وعند الموت (مغادرة كلية)، قال الله ﷻ: ﴿ٱللَّهُ يَتَوَفَّى ٱلْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَٱلَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا ۖ فَيُمْسِكُ ٱلَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا ٱلْمَوْتَ وَيُرْسِلُ ٱلْأُخْرَىٰ إِلَىٰٓ أَجَلٍ مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٤٢﴾﴾ [الزمر: ٤٢]، فهي عضو غير مرئي يتكون من ثلاثة أمور، هي:

١- أفكار الإنسان.

٢- مزاجه ومشاعره.

٣- سلوكه.

وكل واحد من هذه الأمور الثلاثة يؤثر على الآخر، وجميعها تؤثر أيضًا على الجسد وتتأثر به، وبذلك يكون الإنسان مركبًا من توازن هذين العنصرين: الجانب المادي والمعنوي، فإذا طغى جانب المادة الثقيلة أخلد إلى الأرض، وتبع هواه ولهث خلف شهوات جسده، وإذا سما وارتقى طغى الجانب المشرق والخلاق عليه،

(١) ينظر: الموسوعة الإسلامية العامة، إشراف: د. محمود زقزوق (١٤١٠).

(٢) فائدة: وقد فرق بعض العلماء بين النفس والروح. للاستزادة ينظر: كتاب الروح، لابن قيم الجوزية.

وسمت رُوحه وعلت. قال تعالى: ﴿فَأَمَّا مَن طَغَىٰ ۝٣٧ وَءَاثَرَ ٱلْحَيَوٰةَ ٱلدُّنْيَا ۝٣٨ فَإِنَّ ٱلْجَحِيمَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ۝٣٩ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفْسَ عَنِ ٱلْهَوَىٰ ۝٤٠ فَإِنَّ ٱلْجَنَّةَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ۝٤١﴾ [النازعات: ٣٧-٤١].

المبحث الثاني: المراد بالنفس في القرآن الكريم

وردت مادة (نفس) إجمالاً في القرآن الكريم في (٢٩٨) موضعًا: بالصيغة المفردة (١٤٠) مرة، وبصيغة الجمع (١٥٥) مرة[١]، باختلاف تصاريفها، وتعددت معانيها ودلالاتها في القرآن الكريم، بحسب سياق الآيات الكريمة الواردة فيها، ومن هذه الأوجُه[٢]:

أحدها: الروح، ومنه قوله تعالى: ﴿وَٱلْمَلَٰٓئِكَةُ بَاسِطُوٓا۟ أَيْدِيهِمْ أَخْرِجُوٓا۟ أَنفُسَكُمُ﴾ [الأنعام:٩٣] يعني: أرواحكم.

الثاني: القلب، ومنه قوله تعالى: ﴿وَمَا تَهْوَى ٱلْأَنفُسُ﴾ [النجم:٢٣] يعني: القلوب.

الثالث: الجنس والنوع، ومنه قوله تعالى: ﴿لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ﴾ [التوبة:١٢٨] يعني: من جنسكم.

الرابع: الإنسان، ومنه قوله تعالى: ﴿مِنْ أَجْلِ ذَٰلِكَ كَتَبْنَا عَلَىٰ بَنِىٓ إِسْرَٰٓءِيلَ أَنَّهُۥ مَن قَتَلَ نَفْسًۢا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِى ٱلْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ ٱلنَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَآ أَحْيَا ٱلنَّاسَ جَمِيعًا﴾ [المائدة:٣٢] يعني: الإنسان بالإنسان.

---

(١) ينظر: المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم (٧١٠-٧١٥).

(٢) ينظر: الوجوه والنظائر، للدامغاني (٢٦٩/٢)، ونزهة الأعين النواظر، لابن الجوزي (٥٩٥-٥٩٨)، وموسوعة الوجوه والنظائر (١٢٩٠/٣).

الخامس: آدم، ومنه قوله تعالى: ﴿خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ﴾ [النساء:١] يعني: نفس آدم.

السادس: ذات الله ﷻ نفسه، دون تشبيه أو تمثيل أو تعطيل، ومنه قوله تعالى: ﴿تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلَآ أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ﴾ [المائدة: ١١٦]؛ وقوله: ﴿كَتَبَ عَلَىٰ نَفْسِهِ ٱلرَّحْمَةَ﴾ [الأنعام:٥٤].

ونقل ابن بطَّال الإجماع على أن نفس الله في الآية معناها ذاته، حيث قال: "وما ذكر في الأحاديث من ذكر النفس، فالمراد به إثبات نفس لله، والنفس لفظة تحتمل معاني، والمراد بنفسه تعالى: ذاته، فنفسه ليس بأمر يزيد عليه، فوجب أن تكون نفسه هي هو، وهذا إجماع"(١).

وقال ابن عثيمين: "والمراد بنفسه ذاته ﷻ ... وليس (النفس) صفة كسائر الصفات، كالسمع والعلم والقدرة، فالنفس يعني (الذات) فقوله: ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ ٱللَّهُ نَفْسَهُۥ﴾ يعني: ذاته ... وكلمة (النفس) أصوب من كلمة (ذات)، لكن شاع بين الناس إطلاق الذات دون إطلاق النفس، ولكن الأصل العربي: النفس"(٢).

المبحث الثالث: منزلة النفس الإنسانية وبيان مكانتها

كرَّم الله ﷻ النفسَ الإنسانيةَ، وفضلها على كثير ممن خلق تفضيلاً، وأراد لها الخير والصواب، في الدنيا والآخرة، فقد خلق الله آدمَ أبا البشر وكرمه وشرفه، وعلمه الأسماء كلها، وأمر الملائكة بالسجود له، وسخر له ولذريته ما في السموات وما في الأرض، وكل ما في البر والبحر، وأسبغ عليهم نعمه ظاهرة وباطنة، وجعله خليفة في الأرض، قال تعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُوا۟ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ

(١) شرح صحيح البخاري (١٠/٤٢٧).
(٢) شرح الأربعين النووية (٢٤٤).

وَٰحِدَةٍ﴾ [النساء:١]، وجميع الأنفس مكرمة، ولا يوجد استثناء، وقد تفضّل سبحانه على جميع البشر، فلا يجوز إهانة النفوس البشرية، أو ظلمها، أو التقليل من شأنها، أو التعدي عليها، كما أن النفس لن تُظلم يوم القيامة، مؤمنة كانت أم كافرة(١).

ومما يدل على مكانة النفس الإنسانية وعلو قدرها ومنزلتها في الإسلام ما يأتي (٢):

أولاً: أن القرآن الكريم أولى النفس الإنسانية اهتمامًا كبيرًا؛ إذ وضعها في كفة واحدة مع الكون بما فيه من عوالم ومخلوقات في الكفة الأخرى، كما قال الله تعالى: ﴿سَنُرِيهِمْ ءَايَٰتِنَا فِى ٱلْءَافَاقِ وَفِىٓ أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ ٱلْحَقُّ﴾ [فصلت:٥٣].

ثانيًا: أن خلق النفس آية من آيات الله المعجزة العظيمة، وقد لفت الله أنظار البشر للتأمل، والتفكر فيها، ومعرفتها وفهمها، وكشف سرها العجيب، قال تعالى: ﴿وَفِىٓ أَنفُسِكُمْ ۚ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٢١﴾﴾ [الذاريات: ٢١] وقد أقسم بها في مواضع متعددة من كتابه كما سيأتي بيانه تاليًا، ولا شك أن القسم بها يدل على علو شأنها ومكانتها.

ثالثًا: أنه خلق النفوس قبل الأجساد، ويدل على ذلك قوله تعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنۢ بَنِىٓ ءَادَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا۟ بَلَىٰ شَهِدْنَآ ۛ أَن تَقُولُوا۟ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَٰفِلِينَ ﴿١٧٢﴾﴾ [الأعراف:١٧٢]. فذلك كلام وحوار بين الله سبحانه وكُل نفس، لأن النفس

(١) ينظر: تزكية النفوس، لأحمد فريد (١٠٤).
(٢) ينظر: النفس البشرية في ضوء الكتاب والسنة د. محمود فتوح (٢٨-٣٠).

مناط التكليف فيما أنزل الله تعالى على رُسله من شرائع وأحكام، فهي المحور الأساس التي يدور حولها الأمر الإلهي، وفيه أيضًا قلب لمفهوم الزمن، وإتيان بالمستقبل قبل الحاضر، وقد أقرت جميع النفوس بذلك (١).

رابعًا: تميزُ نفس الإنسان عن سائر المخلوقات، بخصائص انفردت بها وحدها دون غيرها، مع أن النفس موجودة في جميع المخلوقات إذ هي منشأ الحياة، وهي التي تتألم، وتأكل وتشرب، وتنام وترتاح، وتمرض وتموت، ولكن القرآن يُشير إلى فارق بين الإنسان وغيره، يكشف عنه تعبير الآية الكريمة: ﴿خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنزَلَ لَكُم مِّنَ الْأَنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّن بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ذَٰلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ فَأَنَّىٰ تُصْرَفُونَ ﴿٦﴾﴾ [الزمر:٦]، فعندما ذكر القرآن خلق الإنسان تطرق إلى النفس، وعندما ذكر الأنعام قال: ﴿وَأَنزَلَ لَكُمْ﴾، وذلك أن النفس والحياة لا تقالان بمعنى واحد على جميع الأحياء، وذلك أن النفس مصدر الأفعال الحيوية في كل كائن حي، ولكن هذه الأفعال الحيوية تختلف بين الكائنات، فنفس النبات ليست كنفس الحيوان، ونفس الإنسان ليست كنفس الحيوان أو النبات(٢).

فعبر -سبحانه - عن الخلق بالإنزال، لما يروى أنه -تبارك وتعالى- خلق هذه الأنواع في الجنة ثم أنزلها، أو لأن هذه الأنعام لا تعيش إلا عن طريق ما تأكله من نبات، والنبات لا يخرج إلا بالماء النازل من السماء، فكأن الأنعام نازلة من السماء، أو أن لفظ: «أنزل» هنا بمعنى أنشأ وأحدث وأوجد، أو لأن الخلق إنما يكون بأمر ينزل من السماء. فالمعنى: خلق لكم كذا بأمره النازل (٣).

(١) ينظر: الروح والجسد، لمصطفى محمود (١٠١).
(٢) ينظر: ابن سينا ومذهبه في النفس، لفتح الله خليف (٦٨).
(٣) ينظر: التفسير الوسيط، للواحدي (٥٧٠/٣)، والجامع لأحكام القرآن، للقرطبي (٢٣٥/١٥)،

فكل ما خلقه الله مسخر للإنسان من الأنعام وغيرها من منافع، قال تعالى: ﴿أَوَلَمْ يَرَوْا۟ أَنَّا خَلَقْنَا لَهُم مِّمَّا عَمِلَتْ أَيْدِينَآ أَنْعَٰمًا فَهُمْ لَهَا مَٰلِكُونَ ﴿٧١﴾ وَذَلَّلْنَٰهَا لَهُمْ فَمِنْهَا رَكُوبُهُمْ وَمِنْهَا يَأْكُلُونَ ﴿٧٢﴾ وَلَهُمْ فِيهَا مَنَٰفِعُ وَمَشَارِبُ أَفَلَا يَشْكُرُونَ ﴿٧٣﴾﴾ [يس: ٧١ . ٧٣]. وقال في موضع آخر: ﴿وَٱلْأَنْعَٰمَ خَلَقَهَا ۗ لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَٰفِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ ﴿٥﴾ وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ ﴿٦﴾ وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَىٰ بَلَدٍ لَّمْ تَكُونُوا۟ بَٰلِغِيهِ إِلَّا بِشِقِّ ٱلْأَنفُسِ ۚ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿٧﴾ وَٱلْخَيْلَ وَٱلْبِغَالَ وَٱلْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً ۚ وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٨﴾﴾ [النحل: ٥ . ٨].

وحتى البحر وما فيه من ثروات وكائنات مسخر للإنسان، قال تعالى: ﴿وَهُوَ ٱلَّذِى سَخَّرَ ٱلْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا۟ مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا۟ مِنْهُ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا ۖ﴾ [النحل: ١٤]، وقال تعالى عن النبات: ﴿وَهُوَ ٱلَّذِىٓ أَنشَأَ جَنَّٰتٍ مَّعْرُوشَٰتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَٰتٍ وَٱلنَّخْلَ وَٱلزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أُكُلُهُۥ وَٱلزَّيْتُونَ وَٱلرُّمَّانَ مُتَشَٰبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَٰبِهٍ ۚ كُلُوا۟ مِن ثَمَرِهِۦٓ إِذَآ أَثْمَرَ وَءَاتُوا۟ حَقَّهُۥ يَوْمَ حَصَادِهِۦ ۖ وَلَا تُسْرِفُوٓا۟ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ﴾ [الأنعام: ١٤١].

وقال تعالى عن الثروة الصناعية: ﴿وَأَنزَلْنَا ٱلْحَدِيدَ فِيهِ بَأْسٌ شَدِيدٌ وَمَنَٰفِعُ لِلنَّاسِ وَلِيَعْلَمَ ٱللَّهُ مَن يَنصُرُهُۥ وَرُسُلَهُۥ بِٱلْغَيْبِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ قَوِىٌّ عَزِيزٌ﴾ [الحديد: ٢٥]، وقال تعالى: ﴿وَأَلَنَّا لَهُ ٱلْحَدِيدَ ﴿١٠﴾ أَنِ ٱعْمَلْ سَٰبِغَٰتٍ وَقَدِّرْ فِى ٱلسَّرْدِ ۖ وَٱعْمَلُوا۟ صَٰلِحًا ۖ إِنِّى بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿١١﴾﴾ [سبأ: ١٠- ١١].

وكل هذا يدل على تكريم نفس الإنسان عن سائر الأنفس مصداقًا لقوله

والوسيط للطنطاوي (١٩٨/١٢).

تعالى: ﴿وَلَقَدۡ كَرَّمۡنَا بَنِيٓ ءَادَمَ وَحَمَلۡنَٰهُمۡ فِي ٱلۡبَرِّ وَٱلۡبَحۡرِ وَرَزَقۡنَٰهُم مِّنَ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَفَضَّلۡنَٰهُمۡ عَلَىٰ كَثِيرٖ مِّمَّنۡ خَلَقۡنَا تَفۡضِيلٗا﴾ [الإسراء:٧٠]، وقوله أيضًا: ﴿وَصَوَّرَكُمۡ فَأَحۡسَنَ صُوَرَكُمۡ﴾ [التغابن: ٣]، وقوله: ﴿لَقَدۡ خَلَقۡنَا ٱلۡإِنسَٰنَ فِيٓ أَحۡسَنِ تَقۡوِيمٖ ۝٤﴾ [التين: ٤].

خامسًا: دعا الإسلام إلى المحافظة على النفس الإنسانية وصيانتها؛ فجعل حفظ النفس من مقاصده الكلية التي جاءت الشرائع كلها لتحقيقها، وأوجبت عليه اتخاذ الوسائل التي تحافظ على حياته وصحة بدنه، وتمنع عنه الأذى والضرر، والشريعة الإسلامية تدور أحكامها حول حماية خمسة أمور، هي أمهات لكل الأحكام الفرعية، وتسمى بالضروريات الخمس، وهي: حفظ الدين، وحفظ النفس، وحفظ المال، وحفظ العرض، وحفظ العقل[(١)].

وتميز الإسلام عن غيره من التعاليم والقوانين أنه دين يدعو إلى تحقيق التوازن بين مطالب النفس وحاجات الجسد، والتوفيق بين السعي في الحياة الدنيا والعمل للحياة الآخرة.

ومن أبرز مظاهر الأمر بحفظ النفس:

١- احترام الأنفس والنهي عن قتلها بدون حق، فالنفس محترمةٌ في ذاتها ولذاتها بصرف النَّظرِ عن معتقدها ومذهبها ودينها؛ ولونها أو جنسها؛ لأنَّ الذي خَلَقَها وبَرَأها إنما هو الله ربُّ العالمين، وقد جاء النهي عن قتل النفس في عدة آيات، منها قوله تعالى: ﴿وَلَا تَقۡتُلُواْ ٱلنَّفۡسَ ٱلَّتِي حَرَّمَ ٱللَّهُ إِلَّا بِٱلۡحَقِّۗ وَمَن قُتِلَ مَظۡلُومٗا فَقَدۡ جَعَلۡنَا لِوَلِيِّهِۦ سُلۡطَٰنٗا فَلَا يُسۡرِف فِّي ٱلۡقَتۡلِۖ إِنَّهُۥ كَانَ مَنصُورٗا ۝٣٣﴾ [الإسراء:٣٣]. وهذا شامل لكل نفس حرَّم الله قتلها من صغير وكبير، وذكر

(١) ينظر: تشنيف المسامع شرح جمع الجوامع (١٥/٣).

وأنثى، وحر وعبد، ومسلم وكافر له عهد [1].

وبيَّن عظمةَ الجُرم في التَّعدِّي عليها، قائلاً: ﴿مِنْ أَجْلِ ذَٰلِكَ كَتَبْنَا عَلَىٰ بَنِيٓ إِسْرَٰٓءِيلَ أَنَّهُۥ مَن قَتَلَ نَفْسًۢا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِى ٱلْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ ٱلنَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَآ أَحْيَا ٱلنَّاسَ جَمِيعًا﴾ [المائدة: ٣٢]، وبين مصير القاتل للنفس المؤمنة بغير حق، بقوله تعالى: ﴿وَمَن يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُّتَعَمِّدًا فَجَزَآؤُهُۥ جَهَنَّمُ خَٰلِدًا فِيهَا وَغَضِبَ ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُۥ وَأَعَدَّ لَهُۥ عَذَابًا عَظِيمًا ﴿٩٣﴾﴾ [النساء:٩٣].

٢- النهي عن أن يقتل الإنسان نفسه، وهو ما يُطلق عليه: (الانتحار)، قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَنفُسَكُمْ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ عُدْوَٰنًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا ۚ وَكَانَ ذَٰلِكَ عَلَى ٱللَّهِ يَسِيرًا ﴿٣٠﴾﴾ [النساء:٢٩-٣٠]. وهذه الآية تدُل على النهي عن قتل الإنسان نفسه، والنهي عن قتل الناس بعضهم بعضًا، وأيضًا بيّن النبي ﷺ جزاء من يفعل ذلك، فقد روي عن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدَةٍ فَحَدِيدَتُهُ فِي يَدِهِ يَتَوَجَّأُ بِهَا فِي بَطْنِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ شَرِبَ سُمًّا فَقَتَلَ نَفْسَهُ فَهُوَ يَتَحَسَّاهُ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ تَرَدَّى مِنْ جَبَلٍ فَقَتَلَ نَفْسَهُ فَهُوَ يَتَرَدَّى فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا»[2].

٣- النهي أن يُعرِّض الإنسان نفسه، أو غيره للهلاك والضرر بأي وسيلة

(١) ينظر: تيسير الكريم الرحمن، للسعدي (٤٥٧).

(٢) متفق عليه: أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الطب، باب: شرب السم والدواء به وبما يخاف منه والخبيث (١٣٩/٧) ح: (٥٧٧٨)، وأخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الإيمان، باب: غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه (١٠٣/١) ح: (١٠٩).

كانت، ويدل على ذلك قوله تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُواْ بِأَيْدِيكُمْ إِلَى ٱلتَّهْلُكَةِ﴾ [البقرة: ١٩٥]. والإلقاء باليد إلى التهلكة عام يشمل كل ما يؤدي أو يسبب أو يُقرب لهلاك النفس أو البدن أو الروح، فيدخل تحت ذلك أمور كثيرة [١]، وقال ﷺ: «لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ»[٢]، وذم الله سبحانه المنافقين ووبخهم لأنهم: ﴿يُهْلِكُونَ أَنفُسَهُمْ﴾ [التوبة: ٤٢].

٤- شرع الزواج من أجل التناسل والتكاثر، وخلق النفوس المؤمنة لتعمر الأرض، وتشكل بذرة الحياة الإنسانية في الجيل الخالف، وقد نوه الإسلام بالعلاقة المقدسة بين الزوجين، واعتبرها آية من آيات الله: ﴿وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ [سورة الروم: ٢١].

٥- عدم بذلها إلا ابتغاء مرضاة الله وفي سبيل الله، كما قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ ٱشْتَرَىٰ مِنَ ٱلْمُؤْمِنِينَ أَنفُسَهُمْ وَأَمْوَٰلَهُم بِأَنَّ لَهُمُ ٱلْجَنَّةَ يُقَٰتِلُونَ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعْدًا عَلَيْهِ حَقًّا فِى ٱلتَّوْرَىٰةِ وَٱلْإِنجِيلِ وَٱلْقُرْءَانِ وَمَنْ أَوْفَىٰ بِعَهْدِهِۦ مِنَ ٱللَّهِ فَٱسْتَبْشِرُواْ بِبَيْعِكُمُ ٱلَّذِى بَايَعْتُم بِهِۦ وَذَٰلِكَ هُوَ ٱلْفَوْزُ ٱلْعَظِيمُ﴾ [سورة التوبة: ١١١].

ذكر سبحانه في الآية أنه اشترى أنفسهم وأموالهم بالجنة يُعطيهم، وأنفسهم وأموالهم في الحقيقة له، ولا أحد يشتري ملكه وماله، بمال نفسه وملكه، لكنه ذكر ذلك شراء إفضالاً منه؛ كأن لا ملك له في ذلك ولا حق، لكنه عاملهم معاملة

(١) ينظر: تيسير الكريم الرحمن، للسعدي (٩٠).
(٢) أخرجه ابن ماجه في سننه، كتاب: البيوع (٦٦/٢) ح: (٢٣٤٥) وصححه الألباني في صحيح سنن ابن ماجه (٣٤٠/٥).

من لا ملك له في أموالهم وأنفسهم، بما جعل لهم من الثواب والعوض؛ فعلى ذلك نسبة الجنة والثواب الذي ذكر لهم إلى أعمالهم؛ إفضالاً منه وإنعامًا، فما من مسلمٍ –ولله في عنقه بيعة– وفى بها أو مات عليها في قول الله، إلا وله الجنة، بايعهم الله فأغلى لهم الثمن، فذلك هو الفوز العظيم (١).

وقال أيضًا: ﴿وَمِنَ ٱلنَّاسِ مَن يَشۡرِي نَفۡسَهُ ٱبۡتِغَآءَ مَرۡضَاتِ ٱللَّهِۗ وَٱللَّهُ رَءُوفُۢ بِٱلۡعِبَادِ ٢٠٧﴾ [البقرة: ٢٠٧].

وأكثر المفسرين على أن المراد بالشراء في الآية: البيع، وتحقيقه أن المكلف باع نفسه بثواب الآخرة، وهذا البيع هو بذلها في طاعة الله، من الصلاة والصيام والحج والجهاد، يبتغي بذلك ثواب الله، فكان ما يبذله من نفسه كالسلعة، وصار الباذل كالبائع، والله كالمشتري، وقد سمى الله تعالى ذلك تجارةً، حيث قال سبحانه وتعالى: ﴿هَلۡ أَدُلُّكُمۡ عَلَىٰ تِجَٰرَةٖ تُنجِيكُم مِّنۡ عَذَابٍ أَلِيمٖ ١٠ تُؤۡمِنُونَ بِٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ وَتُجَٰهِدُونَ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ بِأَمۡوَٰلِكُمۡ وَأَنفُسِكُمۡۚ﴾ [الصف: ١٠-١١] (٢).

المبحث الرابع: صفات النفس الإنسانية وخصائصها في القرآن الكريم

هناك صفات طبيعية وخصائص مُشتركة بين كل النفوس البشرية، يحسن بنا معرفتها؛ لأنها تساعدنا على فهم أنفسنا، وقد كشف القرآن الكريم عن بعض هذه الخصائص والصفات، نلخصها فيما يأتي:

أولاً: جميع الأنفس مخلوقة من نفس واحدة:

جاء ذكر خلق الناس من نفس واحدة في عدة آيات كريمة منها، قوله تعالى:

(١) ينظر: جامع البيان، للطبري (٥/١٢)، وتأويلات أهل السنة، للماتريدي (١٨٥/٩).
(٢) ينظر: مفاتيح الغيب، للرازي (٣٥٠/٥).

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُواْ رَبَّكُمُ ٱلَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفۡسٖ وَٰحِدَةٖ وَخَلَقَ مِنۡهَا زَوۡجَهَا وَبَثَّ مِنۡهُمَا رِجَالٗا كَثِيرٗا وَنِسَآءٗۚ﴾ [النساء:١].

والمعنى: احذروا أيها الناس ربكم في أن تخالفوا أمره ونهيه، فيحل بكم عقابه، ثم بين ﷻ أنه خلق جميع الناس من شخصٍ واحدٍ، يعني: من آدم، وخلق من النفس الواحدة زوجها؛ أي: امرأتها حواء، فنبههم بذلك على أن جميعهم بنو رجلٍ واحدٍ وأمٍّ واحدةٍ، وأن حق بعضهم على بعضٍ واجبٌ وجوب حق الأخ على أخيه؛ لاجتماعهم في النسب إلى أبٍ واحدٍ وأمٍّ واحدةٍ(١).

وقال تعالى في موضع آخر بصيغة الإنشاء: ﴿وَهُوَ ٱلَّذِيٓ أَنشَأَكُم مِّن نَّفۡسٖ وَٰحِدَةٖ فَمُسۡتَقَرّٞ وَمُسۡتَوۡدَعٞۗ قَدۡ فَصَّلۡنَا ٱلۡأٓيَٰتِ لِقَوۡمٖ يَفۡقَهُونَ ٩٨﴾ [الأنعام:٩٨].

ومعنى: الإنشاء في الآية: هو الإحداث والإيجاد، ولم يبين هنا كيفية إنشائهم من نفسٍ واحدةٍ، ولكنه بين ذلك في مواضع أخرى؛ بأنه خلق من تلك النفس الواحدة –التي هي آدم– زوجها حواء، وبث منهما رجالاً كثيرًا ونساءً، فانتشرت الأنفس الإنسانية، بالتوازي تمامًا مع تكاثر الأجساد (٢).

فالكل ينتهي إلى نفس واحدة هي الجنس العام الجامع، مهما كان ابن آدم، فإلى هذه النفس ينتمي، وبهذه الأخوة العامة يرتبط، والمعنى على هذا الكلام يتطابق مع قول الله تعالى: ﴿وَمِنۡ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنۡ خَلَقَكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ إِذَآ أَنتُم بَشَرٞ تَنتَشِرُونَ ٢٠﴾ [الروم:٢٠]، وقول النبي ﷺ: «كُلُّهُمْ بَنُو آدَمَ، وَآدَمُ خُلِقَ مِنْ تُرَابٍ»(٣).

(١) ينظر: جامع البيان، للطبري (٦/٣٣٩)، وتفسير ابن كثير (٢/٢٠٦).
(٢) ينظر: تفسير أضواء البيان، للشنقيطي (١/٤٨٩).
(٣) جزء من حديث أخرجه الترمذي في سننه، أبواب المناقب عن رسول الله ﷺ (٣٩٥٥) وقال: "وهذا حديث حسن" (٥/٧٣٤)، وحسنه الألباني في صحيح وضعيف سنن الترمذي (٨/٤٥٥).

وعلى هذا يكون المعنى: إن الله تعالى خلق نفسًا واحدة، تلتقي عندها كل الأنفس مُتشابهة مُتشاكلة، في كل بني الإنسان، ومع التَّساوي في الخلق يكون التَّساوي في الحقوق والواجبات (١).

ثانيًا: جميع الأنفس فطرت على التوحيد:

خلق الله النفس البشرية سوية مستقيمة على الفطرة والتوحيد لله، فالإيمان به وحده مستقر في فطرة النفوس جميعًا، حتى قبل أن تخلق الأجساد، وهذا يعني أنه بداخل كلّ إنسان منّا هادٍ إلى طريق الحقّ، إذا سلِمت النفس من المؤثرات والعوامل الخارجية، التي تشوه هذه الفطرة. ويدل على ذلك قوله تعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنۢ بَنِيٓ ءَادَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْۖ قَالُواْ بَلَىٰ شَهِدْنَآۚ أَن تَقُولُواْ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَٰفِلِينَ ﴿١٧٢﴾﴾ [الأعراف:١٧٢].

وقد نقل الإمام ابن كثير في تفسيره عن القائلين من السلف والخلف؛ أن المراد بهذا الإشهاد، هو فطرهم على التوحيد، وذكر مجموعة من النصوص على ذلك (٢).

وقال تعالى أيضًا: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًاۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِي فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَاۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِۚ ذَٰلِكَ ٱلدِّينُ ٱلْقَيِّمُ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾﴾ [الروم:٣٠].

وقال النبي ﷺ: «ما مِن مَوْلُودٍ إلَّا يُولَدُ علَى الفِطْرَةِ، فأبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أوْ يُنَصِّرَانِهِ، أوْ يُمَجِّسَانِهِ»(٣).

(١) ينظر: تفسير مفاتيح الغيب، للرازي.

(٢) ينظر: تفسير القرآن العظيم (٢/٣٢٧-٣٣١).

(٣) متفق عليه: أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الجنائز، باب: إذا أسلم الصبي فمات، هل

ولكن هذه الفطرة وحدها غير كافية للوصول بالعبد إلى برّ الأمان؛ وذلك لتعرّضها لكثير من العقبات الداخلية (داخل الإنسان نفسه)، والخارجية (من شياطين الإنس والجنّ) التي تزيّن الباطل مستغلّة ميل النفوس إلى الشهوات، واتباع الهوى، وإيثار العاجل على الآجل وغيرها. كما قال النبي ﷺ ذات يوم في خطبته: «أَلَا إِنَّ رَبِّي أَمَرَنِي أَنْ أُعَلِّمَكُمْ مَا جَهِلْتُمْ، مِمَّا عَلَّمَنِي يَوْمِي هَذَا، كُلُّ مَالٍ نَحَلْتُهُ عَبْدًا حَلَالٌ، وَإِنِّي خَلَقْتُ عِبَادِي حُنَفَاءَ كُلَّهُمْ، وَإِنَّهُمْ أَتَتْهُمُ الشَّيَاطِينُ فَاجْتَالَتْهُمْ عَنْ دِينِهِمْ، وَحَرَّمَتْ عَلَيْهِمْ مَا أَحْلَلْتُ لَهُمْ، وَأَمَرَتْهُمْ أَنْ يُشْرِكُوا بِي مَا لَمْ أُنْزِلْ بِهِ سُلْطَانًا ...»[(١)].

ولهذا لم يَدَعِ الله — سبحانه- أمر تزكية النفس إلى الإنسان نفسه، بل أحاله إلى ضرورة اتّباع وحيٍ الله -سبحانه وتعالى- كما سيأتي في الفصل الثاني، إن شاء الله.

ثالثًا: جميع الأنفس أُلهمت التقوى والفجور:

خلق الله -سبحانه- النفس البشرية وألهمها معرفة الخير والشر، فعندها استعداد، وتقبل للأمرين: الخير والشر، لا أنها خيرة بطبعها، ولا أنها شريرة بطبعها بل تحمل في طياتها استعدادًا فطريًّا لتقبل الأمرين، ويدل على ذلك قوله تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۝٧ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۝٨﴾ [الشمس:٧-٨].

فهذه الآية جاءت بمثابة تمهيد وتذكير أن هذه النفس المخلوقة مُهيَّأة تمام التهيُّؤ ومستعدة تمام الاستعداد لقبول الخير أو الشرّ بحسب اختيار العبد؛ ويؤيد

يصلى عليه؟ وهل يعرض على الصبي الإسلام؟ (٢/٩٤) ح: (١٣٥٨)، ومسلم في صحيحه، كتاب: القدر، باب: معنى كل مولود يولد على الفطرة (٤/٢٠٤٧) ح: (٢٦٥٨).

(١) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: صفة القيامة والجنة والنار، باب: الصفات التي يعرف بها في الدنيا أهل الجنة وأهل النار (٤/٢١٩٧) ح: (٢٨٦٥).

ذلك أيضًا قوله تعالى: ﴿إِنَّا هَدَيْنَٰهُ ٱلسَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا ۝٣﴾ [الإنسان: ٣]. وقوله تعالى: ﴿وَهَدَيْنَٰهُ ٱلنَّجْدَيْنِ ۝١٠﴾ [البلد: ١٠].

فالنفس البشرية تجمع بين جانبين متناقضين ومتقابلين –وهذه آية من آيات الله–، وهي في صراع دائم بين هذين الجانبين إلى أن يغلب أحدهما الآخر.

رابعًا: تعدد أنواع الأنفس واختلافها:

كما أن لكل إنسان شكلاً وخِلقة وجسدًا وبصْمة يتفرد ويتميز بها عن غيره، فكذلك النفوس مختلفة، ولا توجد نفس تُشبه الأخرى، وهذا من إعجاز خلق الله، وبيان كمال قدرته وعظمته، وقد ذكر الله ﷻ في كتابه أنواعًا من الأنفس بحسب ما يغلب على هذه النفس من صفات، ويتوارد عليها من أحوال، ومنها:

١– النفس المطمئنة: وهي نفس أسلمت لله وآمنت به، واطمأنَّت إليه وعرفته حق المعرفة، وتوكلت عليه، وطبقت شرعه، وصدقت رسله، ورضيت عنه في تدبير شؤونها، وأيقنت بوعده ووعيده في الدنيا والآخرة، وتخلقت بالأخلاق الحميدة، وتجنبت الصفات الذميمة [(١)]، وهي أكمل الأنفس وأعلاها قدرًا، وأرفعها منزلةً، قال تعالى عنها: ﴿يَٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفْسُ ٱلْمُطْمَئِنَّةُ ۝٢٧ ٱرْجِعِىٓ إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ۝٢٨ فَٱدْخُلِى فِى عِبَٰدِى ۝٢٩ وَٱدْخُلِى جَنَّتِى ۝٣٠﴾ [الفجر:٢٧–٣٠].

٢– النفس الأمَّارة بالسوء: وهي عكس النفس المطمئنة، فهي نفس مذمُومة، ساخطة قلقة نزاعة للشر مائلة إليه، وهي مأوى الشرور، ومنبع الأخلاق الذميمة، وسُميت أمَّارة لكثرة الأمر لصاحبها بالسوء[(٢)]، وقد ذكرها سبحانه في قوله تعالى: ﴿إِنَّ ٱلنَّفْسَ لَأَمَّارَةٌۢ بِٱلسُّوٓءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّىٓ ۚ إِنَّ رَبِّى غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۝٥٣﴾ [يوسف: ٥٣].

(١) ينظر: الجامع لأحكام القرآن، للقرطبي (٢٠/٥٧)، وإغاثة اللهفان، لابن القيم (١/١٢٨).
(٢) ينظر: تفسير السعدي (٤٠٠).

وهذه النفس هي التي أمرنا رسول الله ﷺ بالتعوذ من شرها صباح مساء حين سأله أبو بكر الصديق رضي الله عنه قَالَ: «يَا رَسُولَ اللَّهِ، عَلِّمْنِي مَا أَقُولُ إِذَا أَصْبَحْتُ وَإِذَا أَمْسَيْتُ، فَقَالَ: يَا أَبَا بَكْرٍ، قُلِ: اللَّهُمَّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ»[(١)].

٣- النفس اللوامة: وهذه النفس تكون بين النفسين: (المطمئنة والأمارة)، فتارة تمدح، وتارة تذم، فهي لوامة: تلوم صاحبها على الخير، لم تستكثر منه؟! والشرّ لم فعلته؟! وتندم وتحاسب نفسها على ما فات، فتقول: ما أردت بكلامي؟ ما أردت بأكلي؟ ما أردت بحديث نفسي؟[(٢)] وهي النفس التي أقسم بها في قوله تعالى: ﴿وَلَآ أُقۡسِمُ بِٱلنَّفۡسِ ٱللَّوَّامَةِ ۝٢﴾ [القيامة: ٢].

وهذه الأنواع الثلاثة للنفس تتناوب على نفس الإنسان، فقد تكون تارة أمّارةً، وتارة لوامةً، وتارة مطمئنةً، بل في اليوم الواحد والساعة الواحدة يحصل فيها هذا وهذا وهذا، والحكم للغالب عليها من أحوالها، فكونُها مطمئنةً وصفُ مدحٍ لها، وكونُها أمّارةً بالسوء وصفُ ذمٍّ لها، وكونها لوامةً ينقسم إلى المدح والذم، بحسب ما تلوم عليه، والموفق من حفظه الله وهداه وأعانه[(٣)].

خامسًا: جميع الأنفس مُكلفة ومُحاسبة على أعمالها:

وقد أشار القرآن الكريم في مواضع متعددة أن النفس هي أساس تكليف الإنسان، وأن من يتحمل المسؤولية من الإنسان (بجسده ونفسه) هي: النفس،

(١) أخرجه البخاري في الأدب المفرد (٤١٣/١) ح: (١٢٠٤) وصححه الألباني في صحيح الأدب (٤٦٧/١).
(٢) ينظر: جامع البيان، للطبري (٥٠/٢٤).
(٣) ينظر: إغاثة اللهفان، لابن القيم (١٣١/١).

كما قال تعالى: ﴿بَلِ ٱلۡإِنسَٰنُ عَلَىٰ نَفۡسِهِۦ بَصِيرَةٞ ١٤ وَلَوۡ أَلۡقَىٰ مَعَاذِيرَهُۥ ١٥﴾ [القيامة: ١٤-١٥]. فقد أشار سبحانه في الآية إلى أن: (الإبصار) الذي يفيد التعقل والفهم، يرجع إلى (النفس)؛ لأنها مصدر الإدراك والتحكم بالجسد؛ ولهذا جاء تأنيث: (البصيرة) على هذا الوجه، مع أن الإنسان مُذكر، ولم يقل: "بصير" أو قد يكون للمبالغة، يُقال: رجل داهية وعلامة وراوية للشعر، ومثله قوله تعالى: ﴿وَلَا تَزَالُ تَطَّلِعُ عَلَىٰ خَآئِنَةٖ مِّنۡهُمۡ إِلَّا قَلِيلٗا مِّنۡهُمۡ﴾ [المائدة: ١٣] (١).

وبعد هذا، فلا غرابة أن يُقرن التكليف بالنفس، كما في قوله تعالى: ﴿لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَاۚ لَهَا مَا كَسَبَتۡ وَعَلَيۡهَا مَا ٱكۡتَسَبَتۡ﴾ [البقرة: ٢٨٦] وقوله: ﴿لَا تُكَلَّفُ نَفۡسٌ إِلَّا وُسۡعَهَاۚ﴾ [البقرة: ٢٣٣]، ومعنى: (الوسع) هو الطاقة والاستطاعة، والمراد به هنا: ما يُطاق ويستطاع، (والمستطاع) هو ما اعتاد الناس على أن يفعلوه إن توجهت إرادتهم لفعله مع السلامة وانتفاء الموانع، وهذا دليلٌ على عدم وقوع التكليف بما فوق الطاقة في أديان الله تعالى؛ لعموم قوله (نفسًا) في سياق النفي؛ لأنَّ الله تعالى ما شرع التكليف إلا للعمل، واستقامة أحوال الخلق، فلا يكلفهم ما لا يطيقون فعله(٢).

وقال تعالى في آية أخرى: ﴿لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا مَآ ءَاتَىٰهَاۚ﴾ [الطلاق: ٧].

فهذه الآيات تدُّل على أن تكليف النفس بوسعها، وبما تطيقه وبما آتاها، يكون في شتى جوانب الحياة، سواء أكان ذلك في المعاملات بين الناس أو النفقة أو العبادات أو غيرها، وهذا يُشير إلى يُسر وسماحة شرع الإسلام، ومدى توافقه مع فطرة الإنسان؛ وبيان رحمة الله تعالى بعباده ورأفته بهم، فهو لا يكلف العبد ما

(١) ينظر: مجاز القرآن، لأبي عبيدة (٢/٢٧٧)، وإعراب ثلاثين سورة من القرآن الكريم، لابن خالويه (١٨٠).
(٢) ينظر: التحرير والتنوير، لابن عاشور (٣/١٣٤).

لا يطيقه، بل مع ما يتناسب ويتوافق مع قدراته وإمكاناته.

ويترتب على هذا التكليف الحساب، فتتحمل النفس مسؤولية أعمالها خيرًا وشرًّا، وقد بين سبحانه أن كل ما يقدمه الإنسان إنما هو لنفسه، قال تعالى: ﴿مَّنْ عَمِلَ صَٰلِحًا فَلِنَفْسِهِۦ ۖ وَمَنْ أَسَآءَ فَعَلَيْهَا ۗ وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّٰمٍ لِّلْعَبِيدِ ﴿٤٦﴾﴾ [فصلت:٤٦].

يقول القرطبي في تفسير الآية: "قوله تعالى: ﴿مَّنْ عَمِلَ صَٰلِحًا فَلِنَفْسِهِۦ﴾ شرطٌ، وجوابه: ﴿وَمَنْ أَسَآءَ فَعَلَيْهَا﴾، والله ﷻ مستغنٍ عن طاعة العباد، فمن أطاع فالثواب له، ومن أساء فالعقاب عليه ﴿وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّٰمٍ لِّلْعَبِيدِ﴾ نفى الظلم عن نفسه ﷻ، قليله وكثيره، وإذا انتفت المبالغة انتفى غيرها، دليله قوله الحق: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يَظْلِمُ ٱلنَّاسَ شَيْـًٔا﴾ [يونس:٤٤]"(١).

وقال تعالى أيضًا في موضع آخر: ﴿إِنْ أَحْسَنتُمْ أَحْسَنتُمْ لِأَنفُسِكُمْ ۖ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا ۚ﴾ [الإسراء:٧]. وقال تعالى: ﴿قَدْ جَآءَكُم بَصَآئِرُ مِن رَّبِّكُمْ ۖ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِۦ ۖ وَمَنْ عَمِىَ فَعَلَيْهَا﴾ [الأنعام:١٠٤]، وقال أيضًا: ﴿فَمَنِ ٱهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِى لِنَفْسِهِۦ ۖ وَمَن ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۖ وَمَآ أَنَا۠ عَلَيْكُم بِوَكِيلٍ ﴿١٠٨﴾﴾ [يونس:١٠٨].

وستقف كل نفس بين يدي الله يوم القيامة للجزاء ومناقشة الحساب، كما قال تعالى: ﴿يَوْمَ تَأْتِى كُلُّ نَفْسٍ تُجَٰدِلُ عَن نَّفْسِهَا وَتُوَفَّىٰ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ﴾ [النحل:١١١]، وقال أيضًا: ﴿ٱلْيَوْمَ تُجْزَىٰ كُلُّ نَفْسٍۭ بِمَا كَسَبَتْ ۚ لَا ظُلْمَ ٱلْيَوْمَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ سَرِيعُ ٱلْحِسَابِ ﴿١٧﴾﴾ [غافر:١٧]،

(١) الجامع لأحكام القرآن (١٥/٣٧٠).

وقد جاءت آيات كثيرة في هذا المعنى.

وحتى إن الجسد يقف ضد النفس إذا كذبت، أو حاولت المراوغة يوم الحساب، قال تعالى: ﴿يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُم بِمَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٢٤﴾﴾ [النور: ٢٤]. وقوله: ﴿وَقَالُوا۟ لِجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدتُّمْ عَلَيْنَا ۖ قَالُوٓا۟ أَنطَقَنَا ٱللَّهُ ٱلَّذِىٓ أَنطَقَ كُلَّ شَىْءٍ﴾ [فصلت: ٢١]، وهذا دليل على أن الشهادة تقع من كل عضو ضد النفس، فلا يمكنها الامتناع حين أنطقها الله الذي لا يستعصي عن مشيئته أحد (١).

سادسًا: جميع الأنفس قابلة للتغير، ولها حرية الاختيار:

الله سبحانه لما خلق عباده لم يتركهم هملاً لا يُعبأ بهم، قال تعالى: ﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَٰكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾﴾ [المؤمنون: ١١٥] وقال أيضًا: ﴿أَيَحْسَبُ ٱلْإِنسَٰنُ أَن يُتْرَكَ سُدًى ﴿٣٦﴾﴾ [القيامة: ٣٦ -٣٨].

فأرسل لهم رسله وأنزل عليهم كتبه، لهدايتهم إلى الصراط المستقيم، قال تعالى لما أهبط آدم إلى الأرض: ﴿قُلْنَا ٱهْبِطُوا۟ مِنْهَا جَمِيعًا ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّى هُدًى فَمَن تَبِعَ هُدَاىَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٣٨﴾ وَٱلَّذِينَ كَفَرُوا۟ وَكَذَّبُوا۟ بِـَٔايَٰتِنَآ أُو۟لَٰٓئِكَ أَصْحَٰبُ ٱلنَّارِ ۖ هُمْ فِيهَا خَٰلِدُونَ ﴿٣٩﴾﴾ [البقرة: ٣٨-٣٩]

وأعطى للإنسان إرادة وحرية اختيار، وبين له طريق الهدى وطريق الضلال؛ يختار ما يشاء، قال تعالى: ﴿إِنَّا هَدَيْنَٰهُ ٱلسَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا ﴿٣﴾﴾ [الإنسان:٣]، وقال في موضع آخر: ﴿وَهَدَيْنَٰهُ ٱلنَّجْدَيْنِ ﴿١٠﴾﴾ [البلد: ١٠] أي: بيَّنَّا له طريق الخير وطريق الشر (٢).

(١) ينظر: تفسير السعدي (٤٧٩).
(٢) ينظر: جامع البيان، للطبري (٤١٦/٢٤).

وقال تعالى: ﴿لَآ إِكۡرَاهَ فِي ٱلدِّينِۖ قَد تَّبَيَّنَ ٱلرُّشۡدُ مِنَ ٱلۡغَيِّۚ فَمَن يَكۡفُرۡ بِٱلطَّٰغُوتِ وَيُؤۡمِنۢ بِٱللَّهِ فَقَدِ ٱسۡتَمۡسَكَ بِٱلۡعُرۡوَةِ ٱلۡوُثۡقَىٰ لَا ٱنفِصَامَ لَهَاۗ وَٱللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ٢٥٦﴾ [البقرة: ٢٥٦].

واختيار العبد للأشياء هو بمشيئة الله تعالى وعلمه وقدرته، فلا يخرج شيء من فعله واختياره عن قدرة الله ومشيئته؛ كما قال سبحانه وتعالى: ﴿وَمَا تَشَآءُونَ إِلَّآ أَن يَشَآءَ ٱللَّهُ﴾ [الإنسان: ٣٠].

وصرح سبحانه أن مشيئته وإرادته لهداية عبدٍ ما أو إضلاله؛ يبدأ من العبد نفسه وباختياره، وعلى أساس اختياره يُيسّر ويُهيّئ له ما يتوافق مع إرادته، وبهذا يتحقق معنى الاختبار والتكليف، قال تعالى: ﴿فَلَمَّا زَاغُوٓاْ أَزَاغَ ٱللَّهُ قُلُوبَهُمۡۚ﴾ [الصف: ٥]. وقال تعالى: ﴿وَمَن يُشَاقِقِ ٱلرَّسُولَ مِنۢ بَعۡدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُ ٱلۡهُدَىٰ وَيَتَّبِعۡ غَيۡرَ سَبِيلِ ٱلۡمُؤۡمِنِينَ نُوَلِّهِۦ مَا تَوَلَّىٰ وَنُصۡلِهِۦ جَهَنَّمَۖ وَسَآءَتۡ مَصِيرًا ١١٥﴾ [النساء: ١١٥].

أي: ومن سلك غير طريق الشريعة التي جاء بها الرسول ﷺ، فصار في شق والشرع في شق، وذلك عن عمد منه بعدما ظهر له الحق، وتبين له واتضح له [1].

قال ابن عثيمين: "إنَّ سبب ضلال العبد من نفسه، فهو السبب، والله تعالى يخلق عند ذلك فيه إرادة للسوء، لأنه هو يريد السوء، وأما من أراد الخير وسعى في الخير وحرص عليه، فإن الله تعالى ييسره لليسرى، ولما حدث النبي ﷺ أصحابه: بأنه ما من أحد إلا وقد كتب مقعده من الجنة ومقعده من النار، قالوا: يا رسول الله أفلا نتكل على الكتاب وندع العمل؟ قال: «لا، اعملوا، فكل ميسر لما خلق

(١) ينظر: تفسير ابن كثير (٢/٣٦٥).

له»[1]، ثم قرأ هذه الآية: ﴿فَأَمَّا مَنْ أَعْطَىٰ وَٱتَّقَىٰ ۝٥ وَصَدَّقَ بِٱلْحُسْنَىٰ ۝٦ فَسَنُيَسِّرُهُۥ لِلْيُسْرَىٰ ۝٧ وَأَمَّا مَنۢ بَخِلَ وَٱسْتَغْنَىٰ ۝٨ وَكَذَّبَ بِٱلْحُسْنَىٰ ۝٩ فَسَنُيَسِّرُهُۥ لِلْعُسْرَىٰ ۝١٠﴾ [الليل:٥-١٠]"[2].

وكان بإمكانه سبحانه أن يهدي الناس جميعًا، ولكنه هدى بعضهم وأضل آخرين، وبين سبحانه أنَّ هذا من سننه الكونية، التي أراد أن تكون موجودة، ويدل على ذلك قوله تعالى: ﴿وَلَوْ شَآءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ ٱلنَّاسَ أُمَّةً وَٰحِدَةً وَلَا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ ۝١١٨ إِلَّا مَن رَّحِمَ رَبُّكَ وَلِذَٰلِكَ خَلَقَهُمْ وَتَمَّتْ كَلِمَةُ رَبِّكَ لَأَمْلَأَنَّ جَهَنَّمَ مِنَ ٱلْجِنَّةِ وَٱلنَّاسِ أَجْمَعِينَ ۝١١٩﴾ [هود:١١٨-١١٩]. وقال أيضًا: ﴿وَلَوْ شَآءَ ٱللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَٰحِدَةً وَلَٰكِن يُضِلُّ مَن يَشَآءُ وَيَهْدِى مَن يَشَآءُ وَلَتُسْـَٔلُنَّ عَمَّا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ۝٩٣﴾ [النحل:٩٣].

وقال: ﴿قُلْ فَلِلَّهِ ٱلْحُجَّةُ ٱلْبَٰلِغَةُ فَلَوْ شَآءَ لَهَدَىٰكُمْ أَجْمَعِينَ ۝١٤٩﴾ [الأنعام:١٤٩].

فأعطى سبحانه الإنسان إرادة واختيارًا؛ وهذا الاختيار هو ما جعل الناس مختلفين: منهم من شكر، ومنهم من كفر. فإن أرد العبد أن يهديه الله فليبدأ بنفسه ويغيرها ويُصلحها، لأن تغير النتائج مرهون باختيار العبد وإرادته، ولذلك قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعد:١١].

وقال أيضًا: ﴿ذَٰلِكَ بِأَنَّ ٱللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الأنفال:٥٣].

---

(١) وهذا جزء من حديث متفق عليه: أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الجنائز، باب: موعظة المحدث عند القبر (٢/٩٦) ح: (١٣٦٢)، وأخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: القدر، باب: كيفية خلق الآدمي في بطن أمه (٤/٢٠٤٠) ح: (٢٦٤٧).

(٢) مجموع فتاوى ورسائل فضيلة الشيخ محمد العثيمين (٢/١٠٢).

وإن تغيير النفس من حال إلى حال آية عظمى من آيات الله تعالى، وإن الإنسان يستطيع تغيير نفسه، عن طريق الوعي بذاته، والتعلم المستمر، والصبر والمثابرة، فالتغيير الحقيقي يبدأ من الداخل، ولا ينحصر على تغيير ما في النفس من أفكار ومفاهيم، بل يتعداه لكل ما يرتبط بالنفس، من: عادات التفكير، ومهارات العمل والإنجاز، وطرق التواصل والتفاهم، واكتساب مهارات، وغير ذلك.

الفصل الثاني
الإحسان إلى النفس

لما خلق الله -سبحانه وتعالى-النفس كرمها، وأمر بتزكيتها والإحسان لها، ونهى عن الإساءة إليها؛ بأي وجه من الوجوه، ومما يوضح أهمية هذا الأمر أن الله تعالى أقسم أقسامًا كثيرة ومتوالية بعدد من مخلوقاته العظيمة، على أن صلاح العبد وفلاحه منوط بتزكية نفسه، أو تدسيتها، فقال سبحانه: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّىٰهَا ۝٧ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَىٰهَا ۝٨ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۝٩ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ۝١٠﴾ [الشمس: ٧-١٠]. فتزكية النفس سبب الفوز بالدرجات العلا، والنعيم المقيم، في الدنيا والآخرة.

وقال سبحانه:﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَكَّىٰ ۝١٤ وَذَكَرَ ٱسْمَ رَبِّهِۦ فَصَلَّىٰ ۝١٥﴾[الأعلى: ١٤-١٥].

ومن مقاصد مبعث النبي ﷺ تزكية النفوس، قال تعالى: ﴿هُوَ ٱلَّذِى بَعَثَ فِى ٱلْأُمِّيِّـۧنَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُوا۟ عَلَيْهِمْ ءَايَـٰتِهِۦ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ ٱلْكِتَـٰبَ وَٱلْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا۟ مِن قَبْلُ لَفِى ضَلَـٰلٍ مُّبِينٍ ۝٢﴾ [الجمعة: ٢].

وكان الأنبياء -عليهم السلام- يدعون إلى تزكية النفوس، فهذا موسى -عليه السلام- يقول لفرعون: ﴿هَل لَّكَ إِلَىٰٓ أَن تَزَكَّىٰ ۝١٨ وَأَهْدِيَكَ إِلَىٰ رَبِّكَ فَتَخْشَىٰ ۝١٩﴾ [النازعات: ١٨-١٩].

وجعل النبي ﷺ تزكية النفس إحدى الخصال الموجبة لذوق طعم الإيمان، فقال: «ثَلَاثٌ مَنْ فَعَلَهُنَّ فَقَدْ طَعِمَ طَعْمَ الْإِيمَانِ: وذكر منها: «وَزَكَّى عَبْدٌ نَفْسَهُ»، فَقَالَ رَجُلٌ: وَمَا تَزْكِيَةُ الْمَرْءِ نَفْسَهُ؟ قَالَ: «يَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ مَعَهُ حَيْثُ كَانَ»[1].

(١) أخرجه الطبراني في المعجم الصغير (١/٣٣٤) ح: (٥٥٥)، والبيهقي في سنن الكبرى، كتاب:

ومعنى التزكية في اللغة: مصدر زكى الشيء يزكيه، ولها معنيان: المعنى الأول: التطهير، يقال: زكيت هذا الثوب تزكية، أي: طهرته، والمعنى الثاني: الزيادة، ويقال: زكا المال يزكو إذا نما وزاد، ومنه الزكاة، لأنها تنمي المال وتزيده(١).

وعلى أساس المعنى اللغوي جاء المعنى الاصطلاحي في تزكية النفوس، فتزكية النفس شاملة للأمرين: الأمر الأول: تطهيرها من الأدران والأوساخ، والأمر الثاني: تنميتها بزيادتها بالأوصاف الحميدة(٢).

قال السعدي: "﴿قَدۡ أَفۡلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۝٩﴾ أي: طهر نفسه من الذنوب، ونقاها من العيوب، ورقاها بطاعة الله، وعلاها بالعلم النافع، والعمل الصالح. ﴿وَقَدۡ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ۝١٠﴾ أي: أخفى نفسه الكريمة -التي ليست حقيقة- بقمعها وإخفائها، بالتدنس بالرذائل، والدنو من العيوب، والاقتراف للذنوب، وترك ما يكملها وينميها، واستعمال ما يشينها ويدسيها"(٣).

وتزكية النفس والإحسان إليها حق من حقوق الإنسان على نفسه، وهذه الحقوق: هي الأوامر التي أوجبها الله على الإنسان لإصلاحه وجلب النفع له، والنواهي التي نهى الله عنها الإنسان لحفظه من الهلاك ودفع الضر عنه(٤).

وطرق ووسائل الإحسان إلى النفس كثيرة جدًا، لا يتسع المقام لحصرها، فكل ما جاءت به الشريعة إنما هو لصلاح النفوس وتزكيتها، وقد حث الإسلام على

الزكاة، باب: لا يأخذ الساعي فيما يأخذ مريضًا، ولا معيبًا (١٦١/٤) ح: (٧٢٧٥)، وصححه الألباني في سلسلة الأحاديث الصحيحة (٣٨/٣).

(١) ينظر: مقاييس اللغة، لابن فارس، مادة (زكى) (١٧/٣)، ولسان العرب، لابن منظور (٣٥٨/١٣).

(٢) ينظر: معاني القرآن، للفراء (٢٦٧/٣).

(٣) تيسير الكريم الرحمن (٩٢٦).

(٤) ينظر: النفس في القرآن د. أحمد عمر (٣٩).

التوازن والاعتدال، فلا إفراط ولا تفريط، ولا يوجد إهمالٌ أو تشدد، بل هو منهاج وسطي تميزت به الأمة الإسلامية عن غيرها من الأمم بما يحقق التوازن بين متطلبات الروح والجسد والمشاعر والعقل والسلوك، فلا يطغى جانب على آخر، قال تعالى: ﴿وَكَذَٰلِكَ جَعَلۡنَٰكُمۡ أُمَّةٗ وَسَطٗا لِّتَكُونُواْ شُهَدَآءَ عَلَى ٱلنَّاسِ وَيَكُونَ ٱلرَّسُولُ عَلَيۡكُمۡ شَهِيدٗاۗ﴾ [البقرة: ١٤٣].

ولأنَّ الإنسان مركب من توازن هذين العنصرين: الجانب المادي -وهو (الجسد)-، والجانب المعنوي -وهي (النفس)-، فبهذا تتكامل العناية بالنفس ظاهرًا وباطنًا.

وعلى هذا يمكن تقسيم وسائل الإحسان الى النفس إلى مبحثين:

المبحث الأول

وسائل الإحسان إلى النفس من الناحية المادية (الجسدية)

بعث الله -سبحانه وتعالى-رسوله الكريم بالهدى ودين الحق، وأمرنا باتباع سنته، والسير على نهجه، وأن نقتدي به في جميع أمور حياتنا، قال تعالى: ﴿لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ ٱللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُواْ ٱللَّهَ وَٱلْيَوْمَ ٱلْآخِرَ وَذَكَرَ ٱللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾﴾ [الأحزاب: ٢١].

وكان النبي ﷺ نموذجاً للشخصية المسلمة المتكاملة المتوازنة، في جوانبها المادية والروحية؛ فلا يطغى جانب منها على الآخر، فهو إنسان له حاجاته ومتطلباته، وكان يشبعها حسبما تقوده الفطرة الإنسانية مع مبادئ الإسلام.

وإنما خلق الله البدن ليحمل النفس كما تحمل الناقة الراكب، ولا بدَّ من التلطف بالناقة ليحصل المقصود من السير.

فخلافة الله في الأرض يتطلب أجسامًا قوية صحيحة؛ ولهذا قال ﷺ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلٍّ خَيْرٌ»(١).

ومن مظاهر اهتمام الإسلام بالإنسان؛ أن وضع لبدنه تشريعات خاصة، تقيه من العلل، وتحفظه من الأمراض، وتُعنى بالفرد في روحه وجسمه، وعقله وسلوكه، في الوقت الذي كانت فيه بعض الفلسفات لا تهتم بالجسم الإنساني، ويركزون فقط على الروح، بل إن بعضها يقوم على تعذيب البدن؛ لتصفو الروح وترقى

(١) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: القدر، باب: في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير لله (٤/٢٠٥٢) ح: (٢٦٦٤).

(كما يزعمون) [١].

ولقد جاء القرآن الكريم هداية للناس فأبطل كل مزاعمهم الباطلة وأباح الطيبات كلها، قال سبحانه: ﴿قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ ٱللَّهِ ٱلَّتِيٓ أَخْرَجَ لِعِبَادِهِۦ وَٱلطَّيِّبَٰتِ مِنَ ٱلرِّزْقِۚ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ ءَامَنُواْ فِي ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِۗ﴾ [الأعراف: ٣٢].

فعافية البدن أول مقومات الحياة الآمنة الهادئة؛ ولهذا قال ﷺ: «مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافًى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوتُ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا»[٢]. وكان من دعائه -عليه الصلاة والسلام- أن يسأل الله العفو والعافية، وقد ورد ذلك في كثير من المواضع، منها ما يقال بين السجدتين: «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي، وَارْحَمْنِي، وَاجْبُرْنِي، وَاهْدِنِي، وَارْزُقْنِي»[٣].

ولأهمية العناية بالجسد والأمر بالمحافظة عليه؛ أخبر ﷺ أنَّه لن تزول قدما العبد يوم القيامة، حتى يُسأل عن خمس، ومنها: «وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلَاهُ»[٤].

ومن مظاهر عناية الشارع بالجسد صور كثيرة، ألخصها في خمسة مطالب كما يأتي:

(١) ينظر: المذاهب الفكرية المعاصرة د. غالب عواجي (٨٧٦/٢).
(٢) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب الزهد (١٥٢/٤) ح: (٢٣٤٦) وقال: "هذا حديث حسن غريب"، وحسنه الألباني في صحيح سنن الترمذي (٣٤٦/٥).
(٣) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب الصلاة، باب: ما يقول بين السجدتين (٧٦/٢) ح: (٢٨٤)، وصححه الألباني في صحيح سنن الترمذي (٢٨٤/١).
(٤) أخرجه الترمذي في سننه، باب: في القيامة (٦١٢/٤) ح: (٢٤١٦) وقال: "هذا حديث حسن صحيح"، وصححه الألباني في صحيح سنن الترمذي (٤١٧/٥).

المطلب الأول: الاعتدال في الأكل والشرب:

حث الإسلام على تبني العادات الصحية؛ التي ينتفع بها الجسد، وتقيه من الأمراض، كما أكَّد على تناول الغذاء الصحي المباح المقوي للبدن، مع التنبيه على النهي عن الإسراف، فقال تعالى: ﴿وَكُلُواْ وَٱشۡرَبُواْ وَلَا تُسۡرِفُوٓاْۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلۡمُسۡرِفِينَ﴾ [الأعراف:٣١]، ونهى أيضًا عن التبذير، فقال سبحانه: ﴿وَلَا تُبَذِّرۡ تَبۡذِيرًا ٢٦ إِنَّ ٱلۡمُبَذِّرِينَ كَانُوٓاْ إِخۡوَٰنَ ٱلشَّيَٰطِينِۖ وَكَانَ ٱلشَّيۡطَٰنُ لِرَبِّهِۦ كَفُورٗا ٢٧﴾ [الإسراء:٢٦-٢٧].

وذلك لأن الإسراف في الأكل والشرب قد يؤدي إلى الأمراض، وكذلك التقليل الشديد قد يُسبب الضعف وسوء التغذية، ولهذا قال الرسول ﷺ: «ما ملأ ابنُ آدم وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ، حَسْبُ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ. فَإِنْ كَانَ فَاعِلاً – لا محالةَ– فثلثٌ لطعامه، وثلثٌ لشرابه، وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ»(١).

وروي أيضًا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قال: «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَالبَسُوا وَتَصَدَّقُوا، فِي غَيْرِ إِسْرَافٍ وَلاَ مَخِيلَةٍ»(٢).

ونُقل عن حكماء العرب، وكثير من أطباء المسلمين القدماء قولهم: "المعدة بيت الداء، والحمية رأس كل دواء". وأكدت الأبحاث الطبية أن كثيرًا من الأمراض، مثل: السكري، والسمنة، وأمراض القلب، ترتبط بالعادات الغذائية غير الصحية، وأن الالتزام بنظام غذائي متوازن يساعد في الوقاية من الأمراض، وتحسين

(١) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب الزهد، باب: ما جاء في كراهية كثرة الأكل (١٦٨/٤) ح: (٢٣٨٠) وقال: "هذا حديث حسن صحيح"، وصححه الألباني في صحيح سنن الترمذي (٣٨٠/٥).

(٢) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: اللباس، باب: من جر إزاره من غير خيلاء (١٤٠/٧) ح: (٥٧٨٣).

الصحة العامة[١]، كما نهى سبحانه عن أكل وشرب وتعاطي المحرمات، التي تذهب العقل وتضر بالبدن؛ كالمسكرات والمخدرات والخمر وغيرها، والنهي كذلك عن السموم التي يغلب عليها القتل، كالدخان والشيشة وغيرها من النباتات السامة، والنهي عن النجاسات: كالدم والميتة والخنزير وغيرها، والحفاظ على آدمية الإنسان بالبعد عن المستقذرات واجب، وهو من مقاصد الشريعة، وتفصيل ذلك مبسوط في كتب الفقه[٢].

المطلب الثاني: الأمر بالطهارة والنظافة:

فلا يكون الإنسان في صحة وعافية إذا تعرض للأقذار باستمرار، وأهمل نظافة نفسه؛ لأنه بذلك يؤذي نفسه والآخرين حوله. ومن مظاهر العناية بالنظافة والطهارة في الإسلام ما يأتي:

- حث الشارع على المداومة على الاغتسال، قال النبي ﷺ: «حَقٌّ لِلَّهِ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ أَنْ يَغْتَسِلَ فِي كُلِّ سَبْعَةِ أَيَّامٍ، يَغْسِلُ رَأْسَهُ وَجَسَدَهُ»[٣]. هذا في الوقت الذي كان بعضهم في العصور الوسطى يتقربون إلى الله بالقذارة، وكلما كان أحدهم أقذر ظن أنه إلى الله أقرب، والعياذ بالله [٤]. أما الإسلام فقد اهتم بطهارة بدن الإنسان منذ ولادته إلى وفاته، فإذا ولد أُمر بختانه وحلق رأسه، وأُمرنا بالاغتسال من الجنابة، وعند انتهاء المرأة من الحيض والنفاس، وإذا مات العبد غُسِّل، وأُحسن كفنه وطيبه [٥].

(١) ينظر: كتاب المعدة بيت الداء، لمحمد الخياط (٢٠-٣٥).
(٢) ينظر: صحيح فقه السنة، لأبي مالك (٣٣٣/٢).
(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الجمعة، باب: الطيب والسواك يوم الجمعة (٥٨٢/٢) ح: (٨٤٩).
(٤) ينظر: الإعلام بما في دين النصارى من الفساد، للقرطبي (٢٩٨).
(٥) ينظر: صحيح فقه السنة، لأبي مالك (٧٠/١).

- الأمر بالوضوء والطهارة، وجعلها شرطًا لصحة الصلاة، ودليلاً على الإيمان، فالوضوء خمس مرات يوميًّا يضمن نظافة وطهارة الأعضاء، التي يكثر ظهورها؛ قال النبي ﷺ: «وَلَا يُحَافِظُ عَلَى الْوُضُوءِ إِلَّا مُؤْمِنٌ»(١).
- الترغيب في نظافة البيوت، والأماكن العامة وتطهيرها من النفايات والقاذورات؛ لقوله ﷺ: «إِنَّ اللهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ، نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ، كَرِيمٌ يُحِبُّ الكَرَمَ، جَوَادٌ يُحِبُّ الجُودَ، فَنَظِّفُوا - أُرَاهُ قَالَ - أَفْنِيَتَكُمْ، وَلَا تَشَبَّهُوا بِاليَهُودِ»(٢).
- الحثّ على طهارة اللباس، وجمال المظهر؛ فقال تعالى: ﴿وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ ۝٤﴾ [المدثر: ٤]، وقال ﷺ: «إِنَّ اللهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ. الْكِبْرُ: بَطَرُ الْحَقِّ، وَغَمْطُ النَّاسِ»(٣).
- الاهتمام بالشعر وتنظيفه وتمشيطه، وقد كان النبي ﷺ يهتم بشعره، ويدهنه ويسرحه. وقال ﷺ: «مَنْ كَانَ لَهُ شَعْرٌ فَلْيُكْرِمْهُ»(٤)، ولقد رأى النبي ﷺ رجلاً شعثًا قد تفرق شعره فقال: «أَمَا كَانَ يَجِدُ هَذَا مَا يُسَكِّنُ بِهِ رَأْسَهُ»(٥).
- الحثّ على نظافة الفم والأسنان، من آثار الطعام والروائح وغيرها، ومن وسائل تحقيق ذلك ؛ قوله ﷺ: «لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي، لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ

(١) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (١٠٨/٣٧) ح: (٢٢٤٣٣) وصححه شعيب الأرنؤوط والألباني في صحيح سنن ابن ماجه (٣٥٠/١).
(٢) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب الأدب، باب: ما جاء في النظافة (٤٠٩/٤) ح: (٢٧٩٩) وقال: "هذا حديث غريب"، وحسنه الألباني في مشكاة المصابيح (١٢٧١/٢).
(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الإيمان، باب: تحريم الكبر وبيانه (٩٣/١) ح: (٩١).
(٤) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب: الترجل، باب: في إصلاح الشعر (٧٦/٤) ح: (٤١٦٣) وصححه الألباني في صحيح الجامع (١٩٤/١).
(٥) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (١٤٢/٢٣) ح: (١٤٨٥٠) وصححه الألباني في صحيح الجامع (٢٨٤/١).

عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ»(١).

- رغبنا سبحانه في خصال الفطرة، وهي من سنن الأنبياء -صلوات الله وسلامه عليهم أجمعين-، فعن عائشة ﵂ قالت: قال رسول الله ﷺ: «عشْرٌ مِنَ الْفِطْرَةِ: قَصُّ الشَّارِبِ، وَإِعْفَاءُ اللِّحْيَةِ، وَالسِّوَاكُ، وَاسْتِنْشَاقُ الْمَاءِ، وَقَصُّ الْأَظْفَارِ، وَغَسْلُ الْبَرَاجِمِ(٢)، وَنَتْفُ الْإِبِطِ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ، وَانْتِقَاصُ الْمَاءِ»، قال زكريا: قال مصعب: ونسيت العاشرة إلَّا أن تكون: «المَضْمَضَةَ»(٣).
- النهي عن شهود الصلاة، والذهاب إلى التجمعات، ورائحة الإنسان كريهة؛ قال ﷺ: «مَنْ أَكَلَ الْبَصَلَ وَالثُّومَ وَالْكُرَّاثَ فَلَا يَقْرَبَنَّ مَسْجِدَنَا، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَتَأَذَّى مِمَّا يَتَأَذَّى مِنْهُ بَنُو آدَمَ»(٤). وفي هذا التوجيه مراعاة شديدة لشعور المصلين ورواد المساجد، وكذلك من يحضر الصلاة من ملائكة الله الطيبين.
- الحث على التطيب، وكراهة رد الطيب، وكان من هديه ﷺ أنه يُحب التطيب بالعود، والمسك، والعنبر وغيرها، وكان لا يرد الطيب إذا قُدِّم له أو أهدي إليه، وكان شديد العناية بنظافته الشخصية، فهو من أنظف الناس ثوبًا، وأطيبهم ريحًا، وأكملهم حالاً، وأجملهم هيئة، وأطهرهم فمًا. فعن أنس بن مالك ﵁ قال: قال رسول الله ﷺ: «إِنَّمَا حُبِّبَ إِلَيَّ مِنْ دُنْيَاكُمُ النِّسَاءُ،

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الجمعة، باب: السواك يوم الجمعة (٤/٢) ح: (٨٨٧).
(٢) الْبَرَاجِم: يعني تنظيف العقد والمفاصل في الأصابع، وهي الأماكن التي تتجمع فيها الأوساخ. ينظر: تفسير غريب ما في الصحيحين (٢٢٣).
(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الطهارة، باب: خصال الفطرة (٢٢٣/١) ح: (٢٦١).
(٤) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: المساجد ومواضع الصلاة، باب: نهي من أكل ثومًا أو بصلاً أو كراثًا أو نحوها (٢٢٣/١) ح: (٥٦٤).

وَالطِّيبُ، وَجُعِلَ قُرَّةُ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ»[1].

قال ابن القيم: "وفي الطيب من الخاصية أن الملائكة تُحبه، والشياطين تنفُر منه، وأحب شيءٍ إلى الشياطين الرائحة المنتنة الكريهة، فالأرواح الطيبة تحب الرائحة الطيبة، والأرواح الخبيثة تحب الرائحة الخبيثة، وكل روح تميل إلى ما يُناسبها، فالخبيثات للخبيثين، والخبيثون للخبيثات، والطيبات للطيبين، والطيبون للطيبات"[2].

وعناية المسلم بنظافته الشخصية تدلُّ على كمال إيمانه، ورجاحة عقله وصيانته، وإهمالُه لذلك يدل على قلة فقهه، ونقص مروءته، وعدم مراعاته للآخرين. فهناك من غابت عنه هذه السنة فيأتي إلى المسجد أو إلى مقر عمله، أو إلى أي مكان وإذا رائحته، وشكله، وهيئته، وملبسه، يكاد ينفر منها الجميع، فأين نحن من أخلاقه وآدابه ﷺ.

المطلب الثالث: العناية باللباس:

اللباس في الإسلام له أهمية كبيرة، فهو ليس مجرد مظهر خارجي فقط، بل هو أعمق من ذلك؛ حيث يعكس القيم والمبادئ الإسلامية التي تحث على الحشمة والجمال والاعتدال.

وقد وردت في القرآن الكريم والسنة النبوية توجيهات عديدة بشأن اللباس، ومنها:

- أن اللباس فيه ستر للعورة، وما يُستحيا من كشفه، وحفظ للكرامة، والوقاية من الحر والبرد، والتجمل وهو الرياش المذكور في الآية، قال الله تعالى: ﴿يَٰبَنِيٓ

(١) أخرجه النسائي في سننه، كتاب: عشرة النساء، باب: حب النساء (٦١/٧) ح: (٣٩٣٩)، وصححه الألباني في صحيح الجامع (٥٩٩/١).
(٢) ينظر: زاد المعاد (٢٧٩/٤).

﴿يَٰبَنِيٓ ءَادَمَ قَدۡ أَنزَلۡنَا عَلَيۡكُمۡ لِبَاسٗا يُوَٰرِي سَوۡءَٰتِكُمۡ وَرِيشٗاۖ وَلِبَاسُ ٱلتَّقۡوَىٰ ذَٰلِكَ خَيۡرٞۚ ذَٰلِكَ مِنۡ ءَايَٰتِ ٱللَّهِ لَعَلَّهُمۡ يَذَّكَّرُونَ ٢٦﴾ [الأعراف: ٢٦] فاللباس: وسيلة لحفظ العفة، وهو من العلامات الدالة على الرقي في الذوق الاجتماعي، المتوافق مع الفطرة الإنسانية ومكارم الأخلاق.

- حث الإسلام على جمال اللباس ونظافته، والعناية بالمظهر العام المناسب، بغير إسراف أو تكبر، فليس من اللائق بالمسلم أن يخالط الناس بثياب عمله، أو أن يسير بثياب رثة أو غير نظيفة. ونظافة الثياب دليل على الإيمان، وفيها إرضاء للرحمن، وامتثال لأمره، حيث قال سبحانه: ﴿خُذُواْ زِينَتَكُمۡ عِندَ كُلِّ مَسۡجِدٖ﴾ [الأعراف: ٣١]، وقوله: ﴿وَثِيَابَكَ فَطَهِّرۡ ٤﴾ [المدثر: ٤]. ومن الناس الذين يحبهم الله الحريصون على الطهارة والنظافة، قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلۡمُتَطَهِّرِينَ ٢٢٢﴾ [البقرة: ٢٢٢]. وفي الحديث أن رسول الله ﷺ رأى رجلاً عليه ثياب وسخة فأنكر ذلك، وقال: «أما كان هذا يجِدُ ماءً يَغسِلُ به ثَوبَه»(١).
- الحث كذلك على اللباس المحتشم الذي لا يكون كاشفًا أو ضيقًا أو شفافًا، خاصة للمرأة، لقوله تعالى: ﴿وَلَا يُبۡدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنۡهَاۖ﴾ [النور: ٣١].
- نهى النبي ﷺ عن التشبه بغير المسلمين، أو التشبه بالجنس الآخر في اللباس، فقال: «مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ»(٢)، وقال ﷺ: «لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ

(١) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب: اللباس، باب: في غسل الثوب (٥١/٤) ح: (٤٠٦٢) وصححه ابن حجر في فتح الباري (٣٨١/١٠)، والألبانيُّ في صحيح سنن أبي داود (٣٠/١).
(٢) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب: اللباس، باب: في لبس الشهرة (٤٤/٤) ح: (٤٠٣١) وصححه لألبانيُّ في صحيح سنن أبي داود (٣٥/١).

المُتَشَبِّهِينَ مِنَ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ، وَالمُتَشَبِّهَاتِ مِنَ النِّسَاءِ بِالرِّجَالِ»(١).

- النهي عن التبذير في شراء الملابس، أو ارتدائها بقصد التفاخر والتكبر، قال النبي ﷺ: «لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبْرٍ»(٢)، وقال ﷺ: «مَنْ جَرَّ ثَوْبَهُ خُيَلَاءَ؛ لَمْ يَنْظُرِ اللَّهُ إِلَيْهِ يَوْمَ القِيَامَةِ»(٣).
- يحرم لبس ثوب الشُّهرة، وهو اللباس الذي يلفت الانتباه بطريقة غير معتادة في المجتمع الذي يعيش فيه الشخص: إما لفخامته الشديدة المبالغ فيها، أو غرابته لمخالفته للمألوف بين الناس، أو تميزه بشكل يجذب الأنظار، فعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ لَبِسَ ثَوْبَ شُهْرَةٍ، أَلْبَسَهُ اللَّهُ – تَبَارَكَ وَتَعَالَى– ثَوْبَ مَذَلَّةٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ»(٤).

المطلب الرابع: إعطاء الأجساد حقها من الراحة والنوم، وعدم تكليفها فوق طاقتها:

الدين الإسلامي دين يُسر في أحكامه، فهو رفيق في شرائعه وعقائده، قال جل شأنه: ﴿يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلْعُسْرَ﴾ [البقرة: ١٨٥]. وقال أيضًا: ﴿يُرِيدُ ٱللَّهُ أَن يُخَفِّفَ عَنكُمْ ۚ وَخُلِقَ ٱلْإِنسَٰنُ ضَعِيفًا ﴿٢٨﴾﴾ [النساء: ٢٨].

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: اللباس، باب: المتشبهون بالنساء، والمتشبهات بالرجال (١٥٩/٧) ح: (٥٨٨٥).

(٢) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الإيمان، باب: تحريم الكبر وبيانه (٩٣/١) ح: (٩١).

(٣) متفق عليه: أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: اللباس، باب: من جر إزاره من غير خيلاء (١٤١/٧) ح: (٥٧٨٤)، ومسلم، كتاب: اللباس والزينة، باب: تحريم جر الثوب خيلاء (١٦٥١/٣) ح: (٢٠٨٥).

(٤) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (٣٦٣/١٠) ح: (٦٢٤٥) وحسنه محققوه: شعيب الأرنؤوط وآخرون، والألباني في الجامع الصغير (١١٤٧٢/١).

ولقد ضرب لنا النبي ﷺ أروع الأمثلة في الرفق، حتى وصفه ربه فقال عنه: ﴿لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم بِٱلْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ﴾ [التوبة: ١٢٨]. فالمسلم المتزن يكون رفيقًا بنفسه، يسعى إلى إقامتها على الطريق المستقيم بيسر وسهولة، ولا يكلفها ما لا تطيق؛ لأن ذلك فيه إهانة وإذلالٌ لها، قال تعالى: ﴿لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا ٱكْتَسَبَتْ﴾ [البقرة: ٢٨٦].

فعلى المسلمِ ألَّا يُحمِّلَ نفسَه من العبادةِ وغيرها ما لا تطيقُه؛ قال ﷺ: «إِنَّ الدِّينَ يُسْرٌ، وَلَنْ يُشَادَّ الدِّينَ أَحَدٌ إِلَّا غَلَبَهُ، فَسَدِّدُوا وَقَارِبُوا، وَأَبْشِرُوا ...»[(١)].

وعن عائشة رضي الله عنها، قالت: كانت عندي امرأة من بني أسد، فدخل علي رسول الله ﷺ، فقال: «من هذه؟» قلت: فلانة، لا تنام بالليل، فذكر من صلاتها، فقال: «مَهْ، عَلَيْكُمْ مَا تُطِيقُونَ مِنَ الأَعْمَالِ، فَإِنَّ اللَّهَ لاَ يَمَلُّ حَتَّى تَمَلُّوا»[(٢)].

وعن أنس بن مالك رضي الله عنه، قال: دخل النبي ﷺ فإذا حبل ممدود بين الساريتين، فقال: «مَا هَذَا الحَبْلُ؟» قالوا: هذا حبل لزينب، فإذا فترت تعلقت، فقال النبي ﷺ: «لا، حُلُّوهُ، لِيُصَلِّ أَحَدُكُمْ نَشَاطَهُ، فَإِذَا فَتَرَ فَلْيَقْعُدْ»[(٣)].

وهذا يدل على أن الإسلام دين الفطرة، وهو مبني على التوازن والاعتدال بين حاجات الروح والجسد في مُختلف المجالات، سواء في شؤون الإنسان نفسه أو مع

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الإيمان، باب: الدين يسر (١/١٦) ح: (٣٩).
(٢) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: التهجد، باب: ما يكره من التشديد في العبادة (٢/٥٤) ح: (١١٥١).
(٣) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: التهجد، باب: ما يكره من التشديد في العبادة (٢/٥٣) ح: (١١٥٠).

غيره، ويؤكد هذا المعنى ما ورد في قصة سلمان الفارسي عندما قال لأبي الدرداء: إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ، فَأَتَى النَّبِيَّ ﷺ، فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «صَدَقَ سَلْمَانُ»(١).

وعن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما، قال لي رسول الله ﷺ: «يَا عَبْدَ اللَّهِ، أَلَمْ أُخْبَرْ أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ، وَتَقُومُ اللَّيْلَ؟»، فقلت: بلى يا رسول الله، قال: «فَلاَ تَفْعَلْ، صُمْ وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، فَإِنَّ لِجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِزَوْجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِزَوْرِكَ(٢) عَلَيْكَ حَقًّا»(٣).

قال ابنُ الجَوزيّ: "لا ينبغي للإنسانِ أن يحمِلَ على بدَنِه ما لا يطيقُ؛ فإنَّ البَدَنَ كالرَّاحلةِ، إن لم يُرفَقْ بها، لم تَصِلْ بالرَّاكبِ"(٤).

ومن أرهق نفسه وعذبها فقد جانب الصواب، وأعرض عن الهدي النبوي فـ(لا رهبانية في الإسلام)؛ وهذا رسول الله بجلالة قدره – عليه الصلاة والسلام– فهو سيد الأولين والآخرين، يقول: «أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتْقَاكُمْ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأُفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي»(٥). فسنته – عليه الصلاة و–السلام فيها التوازن، وهي أعدل الأمور وخيرها، جارية

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الصوم، باب: من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع، ولم ير عليه قضاء إذا كان أوفق له (٣٨/٣) ح: (١٩٦٨).

(٢) لِزَوْرِكَ: "بفتح الزاي وسكون الواو أي لضيفك والزور مصدر وضع موضع الاسم كصوم في موضع صائم ونوم في موضع نائم ويقال للواحد والجمع والذكر والأنثى زَوْرٌ ". ينظر: فتح الباري، لابن حجر (٢١٨/٤).

(٣) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الصوم، باب: حق الجسم في الصوم (٣٩/٣) ح: (١٩٧٥).

(٤) صيد الخاطر (٤٥٨).

(٥) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: النكاح، باب: الترغيب في النكاح (٢٠/٧) ح: (٥٠٦٣).

مع المقاصد الشرعية، ومنافية للمغالاة والتقصير.

قال ابن القيم: "ومن تدبر نومه ويقظته ﷺ وجده أعدل نوم وأنفعه للبدن والأعضاء والقوى، فإنه كان ينام أوَّلَ الليل، ويستيقظ في أول النصف الثاني، فيقومُ ويَستاك، ويتوضأ ويُصَلِّي ما كتبَ اللَّهُ له، فيأخذُ البدن والأعضاء والقُوَى حظَّها من النوم والراحة ... وهذا غايةُ صلاح القلب والبدن، في الدنيا والآخرة. ولم يكن يأخذ من النوم فوقَ القدر المحتاج إليه، ولا يمنع نفسه من القدر المحتاج إليه منه، وكان يفعلُه على أكمل الوجوه، فينامُ إذا دعتْه الحاجةُ إلى النوم على شِقِّه الأيمن، ذاكرًا اللَّه حتى تغلبه عيناه"(١).

فالنوم والراحة من ضرورات الجسم، ولذا كان من هدي الإسلام الحث على إعطاء الجسد حقه من النوم، وهذا يحفظ صحة الإنسان، وسلامته من الأسقام، قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ۝٩﴾ [النبأ:٩] أي: راحة ودعة، يريح القوى من تعبها، ويعيد إليها ما فقد منها(٢).

المطلب الخامس: الحركة والرياضة:

حثت الشريعة الإسلامية على الاهتمام بالقوة البدنية، وممارسة جميع أنواع الرياضة المفيدة لصحة الجسد؛ لأنه يريد أن يكون أبناؤه أقوياء في أجسامهم وفي عقولهم وأخلاقهم وأرواحهم، قال النبي ﷺ: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلٍّ خَيْرٌ»(٣).

وفيما يأتي بعض الجوانب التي تبرز أهمية الرياضة في الإسلام:

(١) زاد المعاد (٤/٢١٩).

(٢) ينظر: تفسير السعدي (٩٠٦).

(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: القدر، باب: باب في الأمر بالقوة وترك العجز (٤/٢٠٥٢) ح: (٢٦٦٤).

- منها أنها وسيلة لحفظ الصحة لما لها من أثر إيجابي على البدن والعقل، وزيادة الطاقة والنشاط، وتحسين تدفق الأكسجين وحركة الدم في الجسم، وتقوية القلب، والوقاية من الأمراض، وتعزيز صحة العظام والعضلات، والبعد عن الكسل والعجز المذموم.
- ومنها إعداد النفس والجسد للجهاد والعمل؛ لأن الجسم القوي المرن السريع؛ أقدرُ على أداء التكاليف الدينيّة والمهام الدنيويّة، ولهذا كان النبي ﷺ يشجع على ممارسة الرياضات، التي تعين على القوة، مثل: الرماية والسباحة وركوب الخيل، حيث خرج رسول الله ﷺ، على قوم من أسلم يتناضلون بالسوق، فقال: «ارْمُوا بَنِي إِسْمَاعِيلَ، فَإِنَّ أَبَاكُمْ كَانَ رَامِيًا، وَأَنَا مَعَ بَنِي فُلَانٍ» لِأَحَدِ الفَرِيقَيْنِ، فَأَمْسَكُوا بِأَيْدِيهِمْ، فَقَالَ: «مَا لَهُمْ» قَالُوا: وَكَيْفَ نَرْمِي وَأَنْتَ مَعَ بَنِي فُلاَنٍ؟ قَالَ: «ارْمُوا وَأَنَا مَعَكُمْ كُلِّكُمْ»(١).

وسمع عقبة بن عامر رسول الله ﷺ وهو على المنبر، يقول: «﴿وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا ٱسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ﴾ [الأنفال: ٦٠] أَلَا إِنَّ الْقُوَّةَ الرَّمْيُ، أَلَا إِنَّ الْقُوَّةَ الرَّمْيُ، أَلَا إِنَّ الْقُوَّةَ الرَّمْيُ»(٢).

وقد سابق النبي ﷺ وعقد السباقات بين الخيل، وكذا الصحابة ومن بعدهم، وقد أشار عليه الصلاة والسلام إلى علو مكانته فقال: «الْخَيْلُ مَعْقُودٌ فِي نَوَاصِيهَا الْخَيْرُ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ»(٣)، وغير ذلك من الرياضات التي كانت معروفة عندهم.

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: المناقب، باب: نسبة اليمن إلى إسماعيل (٤/١٨٠) ح: (٣٥٠٧).

(٢) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الإمارة، باب: فضل الرمي والحث عليه (٣/١٥٢٢) ح: (١٩١٧).

(٣) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الجهاد والسير، باب: الخيل معقود في نواصيها الخير إلى يوم القيامة (٤/٢٨) ح: (٢٨٥٠).

- ومنها أنَّ الرياضة وسيلة للترفيه المباح النافع، ما دام في حدود الشرع، مثل السباق والجري والمصارعة، وكان النبي ﷺ قوي الجسم، صارع رجلاً عُرف بالمصارعة فصرعه، وكان يركب الفرس معرورياً، ليس عليه سرج ولا لجام، وكان الصحابة فيهم العداؤون والراكبون وكلهم يتقنون فن الفروسية وركوب الخيل ورمي السهام.

وقد سابق النبي ﷺ عائشة رضي الله عنها في سفر فسابقته على رجلها فسبقته، قالت: فلما حملت اللحم سابقتُه فسبقني، فجعل يضحك، وهو يقول: «هَذِهِ بِتِلْكَ»[1]. قال الشوكاني رحمه الله: "وفي الحديث دليل على مشروعية المسابقة على الأرجل، وبين الرجال والنساء المحارم، وأن مثل ذلك لا ينافي الوقار والشرف، والعلم والفضل، وعلو السن"[2].

- ومنها أن الرياضة تعزيز الأخلاق والانضباط، وتُعلم المسلم الصبر والتحمل والإقدام واحترام القواعد، وهذه قيم إسلامية مهمة.
- ومنها أن الرياضة تساهم في تقوية الروابط الاجتماعية، وتعزيز روح الأخوة والتعاون بين المسلمين، سواء في الفرق الرياضية، أو في النشاطات الجماعية.

وفي ضوء ما تقدم يُستحب للمسلم ممارسة الرياضة باعتدال، مع مراعاة الضوابط الشرعية، مثل: تجنب الاختلاط غير المشروع، وارتداء اللباس المحتشم، وعدم المبالغة التي قد تؤدي إلى الإضرار بالجسد.

قال ابن القيم رحمه الله: "ووقت الرياضة بعد انحدار الغذاء، وكمال الهضم، والرياضة المعتدلة؛ هي التي تحمر فيها البشرة وتربو، وينتدي بها البدن، فأما التي

(١) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب: الجهاد، باب: في السبق على الرجل (٢٩/٣) ح: (٢٥٧٨)، وصححه الألباني في صحيح سنن أبي داود (٩٢/٧).
(٢) نيل الأوطار (١٠٥/٨).

يلزمها سيلان العرق فمفرطة، وأي عضو كثرت رياضته قوي، وخصوصًا على نوع تلك الرياضة، بل كل قوة فهذا شأنها، فإن من استكثر من الحفظ قويت حافظته، ومن استكثر من الفكر قويت قوته المفكرة، ولكل عضو رياضة تخصه"[1].

ثم يبقى القول بأن جميع حاجات البدن، وجميع العادات، ممكن انقلابها إلى عبادة؛ إذا نوى بها الإنسان وجه الله تعالى والتقوى على طاعته سبحانه، ومن ذلك الرياضة إذا كان غرضها تقوية الجسم، واستعادة نشاطه، وجعله قادرًا على العمل، وتعمير الأرض ابتغاء وجه الله؛ فلا شك أن ذلك من أجلِّ العبادات.

(١) زاد المعاد (٤/٣٥٤ -٣٥٥).

المبحث الثاني
الإحسان إلى النفس من الناحية المعنوية (الروحية)

إصلاح النفس وتزكيتها، عملية عظيمة تتطلب وعيًا ذاتيًّا ورغبةً صادقة، في التغيير والتحسين، ووسائل وطرق إصلاح النفس كثيرة جدًّا؛ وسأذكر أهمها في خمسة مطالب:

المطلب الأول: تقوى الله والإيمان به:

إن الإيمان بالله وتقواه من أعظم أسباب سعادة العبد وفلاحه في الدنيا والآخرة، وقد ذكر الله التقوى في القرآن الكريم في مواضع مختلفة، وهذا يدلُّ على أهميتها ومنزلتها العالية.

وأجمع تعريف للتقوى هو: «أنْ تعملَ بطاعةِ الله، على نورٍ من الله، ترجو ثوابَ الله، وأنْ تتركَ معصيةَ الله على نورٍ من الله، تخافُ عقابَ الله»(١). فالمتقي يجعل بينه وبين عذاب الله حاجزًا وحجابًا، بفعل أوامره واجتناب نواهيه.

وهي المعيار في التفاضل بين الناس، كما قال سبحانه: ﴿إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ ٱللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ﴾ [الحجرات: ١٣]. فالمُتَّقون درجات، وعلى حسب تفاوتهم في التقوى يتفاضلون في الكرامة عند الله تعالى، فأكرُمهم عند الله أشدُّهم اتِّقاءً له؛ وقد أمَرَ اللهُ بها نبيَّه ﷺ، فقال سبحانه: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِيُّ ٱتَّقِ ٱللَّهَ وَلَا تُطِعِ ٱلْكَٰفِرِينَ وَٱلْمُنَٰفِقِينَ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا ۝١﴾ [الأحزاب: ١].

والتقوى خَيرُ زاد وخير لباس للعبد، كما قال تعالى: ﴿وَتَزَوَّدُوا۟ فَإِنَّ خَيْرَ ٱلزَّادِ ٱلتَّقْوَىٰ ۖ وَٱتَّقُونِ يَٰٓأُو۟لِى ٱلْأَلْبَٰبِ ۝١٩٧﴾ [البقرة: ١٩٧] وقال سبحانه:

(١) أخرجه ابن أبي حاتم في تفسيره عن طلق بن حبيب (٢/٤٤٦).

﴿وَلِبَاسُ ٱلتَّقۡوَىٰ ذَٰلِكَ خَيۡرٞ﴾ [الأعراف: ٢٦].

ومن ثمرات التقوى أنها طريق للهداية، كما قال سبحانه: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِن تَتَّقُواْ ٱللَّهَ يَجۡعَل لَّكُمۡ فُرۡقَانٗا﴾ [الأنفال: ٢٩] أي: يجعل لكم ما تفرقون به بين الحق والباطل، وبين الضار والنافع، بحيث يفتح الله عليه من العلوم والخير والبركة ما لا يفتحها لغيره، فإن التقوى يحصل بها زيادة الهدى، وزيادة العلم(١).

ومن حقوق النفس حفظها من الهلكة بمعصية الله ووقوعها في النار، وإلزامها بطاعته وتقواه لنجاتها، قال الله تعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ قُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَأَهۡلِيكُمۡ نَارٗا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلۡحِجَارَةُ﴾ [التحريم:٦]. قال القرطبي في تفسير الآية: "هي الأمر بوقاية الإنسان نفسه وأهله النار"(٢).

المطلب الثاني: تلاوة القرآن وتدبره والعمل به:

القرآن هو كلام رب العالمين، نزل به الروح الأمين على رسوله الكريم، من اتبع هُداه فلا يضل ولا يشقى، ومن أعرض عنه فإنَّ له معيشة ضنكًا، فهو المعجزة الخالدة، والحجة البالغة إلى قيام الساعة، وقد وردت أدلة كثيرة من القرآن والسنة، تحث على تعلم القرآن، والارتباط به، والترغيب في تلاوته، قال ﷺ: «مَنْ قَرَأَ حَرْفًا مِنْ كِتَابِ اللَّهِ فَلَهُ بِهِ حَسَنَةٌ، وَالحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا، لَا أَقُولُ الم حَرْفٌ، وَلَكِنْ أَلِفٌ حَرْفٌ وَلَامٌ حَرْفٌ وَمِيمٌ حَرْفٌ»(٣).

(١) ينظر: شرح رياض الصالحين، لابن عثيمين (٥١٨/١).
(٢) الجامع لأحكام القرآن (١٩٤/١٨).
(٣) أخرجه الترمذي في سننه، أبواب: فضائل القرآن، باب: ما جاء فيمن قرأ حرفًا من القرآن ما له من الأجر (١٧٥/٥) ح: (٢٩١٠) وقال: "هذا حديث حسن صحيح غريب من هذا الوجه"، وصححه الألباني في صحيح الترمذي ح: (٣٣٢٧).

وتلاوة القرآن وتعلمه وتعليمه من أعظم الأعمال، قال ﷺ: «خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ»(١).

وبيّن الرسول ﷺ أنَّ أهل القرآن هم أهل الله وخاصته، فعن أنس رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: «إِنَّ لِلَّهِ أَهْلِينَ مِنْ النَّاسِ، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَنْ هُمْ؟ قَالَ: "هُمْ أَهْلُ الْقُرْآنِ، أَهْلُ اللَّهِ وَخَاصَّتُهُ»(٢).

وأخبر عن منزلة صاحب القرآن، ورفعة درجته يوم القيامة، فقال ﷺ: «يُقالُ لصاحِبِ القُرآنِ: اقرَأْ وارتَقِ، ورتِّلْ كما كنتَ تُرتِّلُ في الدُّنيا؛ فإنَّ مَنزِلَك عندَ آخِرِ آيةٍ تَقرَؤُها»(٣).

والقرآن شفيع لأهله في الآخرة، قال ﷺ: «اقْرَؤُوا الْقُرْآنَ؛ فَإِنَّهُ يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ شَفِيعًا لِأَصْحَابِهِ»(٤).

ومن المعلوم أن هذا الأجر العظيم؛ لا يقتصر على إقامة حروفه فقط، بل المقصود تلاوته وفهمه وتدبره والعمل به، فعن ابن مسعود رضي الله عنه قال: «كان

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: فضائل القرآن، باب: خيركم من تعلم القرآن وعلمه (١٩٢/٦) ح: (٥٠٢٧).

(٢) أخرجه ابن ماجه في سننه، كتاب: في الإيمان وفضائل الصحابة والعلم، باب: فضل من تعلم القرآن وعلمه (٧٨/١) ح:(٢١٥)، والحاكم في المستدرك، كتاب: فضائل القرآن، أخبار في فضائل القرآن جملة (٧٤٣/١) ح: (٢٠٤٦) وصححه الألباني في صحيح الترغيب والترهيب (١٦٨/٢).

(٣) أخرجه الترمذي في سننه، أبواب فضائل القرآن عن رسول الله ﷺ، باب: ما جاء فيمن قرأ حرفًا من القرآن ما له من الأجر (٢٧/٥) ح: (٢٩١٤). وقال: "هذا حديث حسن صحيح".

(٤) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: صلاة المسافرين، باب: فضل قراءة القرآن، وسورة البقرة (٥٥٣/١) ح: (٨٠٤).

الرجل منا إذا تعلم عشر آيات، لم يجاوزهن حتى يعرف معانيهن والعمل بهن»[(١)]، بل حتى إن الإنسان إذا لم يعمل بالقرآن لا يحرم من الأجر فقط، بل يكون القرآن حُجة عليه يوم القيامة، كما قال النبي ﷺ: «وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ»[(٢)].

وللقرآن الكريم دور كبير في تربية النفس الإنسانية وإعدادها؛ لتقوم بدورها ورسالتها التي خُلقت من أجلها، ولقد اعتنى علماء المسلمين ببيان تأثير القرآن في النفوس عند قراءته أو سماعه، حتى فيمن لا يفقه معناه، وأعدُّوا ذلك وجهًا من وجُوه الإعجاز النَّفسي.

ولقد ضرب لنا النبي ﷺ المثل الأعلى في التأثّر بالقرآن، فعن ابن مسعودٍ رضي الله عنه قال: قال لي النبي ﷺ: «**اقْرَأْ عَلَيَّ الْقُرآنَ**»، قلتُ: يا رسول الله، أقرأُ عليك، وعليك أُنزِل؟! قال: «إِنِي أُحِبُّ أَنْ أَسْمَعَهُ مِنْ غَيْرِي»، فقرأتُ عليه سورة النساء، حتى جئتُ إلى هذه الآية: ﴿فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِن كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَىٰ هَٰؤُلَاءِ شَهِيدًا ﴿٤١﴾﴾ [النساء: ٤٠]، قال: «حَسْبُكَ الآن»، فالتفتُّ إليه، فإذا عيناه تذرفان[(٣)].

وقد ورد أيضًا سماع الجن للقرآن وتأثرهم به، قال تعالى: ﴿وَإِذْ صَرَفْنَآ إِلَيْكَ نَفَرًا مِّنَ ٱلْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ ٱلْقُرْءَانَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ قَالُوٓاْ أَنصِتُواْ فَلَمَّا قُضِىَ وَلَّوْاْ إِلَىٰ قَوْمِهِم مُّنذِرِينَ﴾ [الأحقاف: ٢٩]، وقال أيضًا في موضع آخر: ﴿قُلْ أُوحِىَ إِلَىَّ أَنَّهُ ٱسْتَمَعَ

(١) أخرجه الطبري في جامع البيان (١/٨٠)، قال محققه: "هذا إسناد صحيح، وهو موقوف على ابن مسعود".

(٢) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الطهارة، باب: فضل الوضوء (١/٢٠٣) ح: (٢٢٣).

(٣) متفق عليه: أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: فضائل القرآن، باب: من أحب أن يسمع القرآن من غيره (٦/١٩٧) ح: (٥٠٥٦)، وأخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: صلاة المسافرين، باب: فضل استماع القرآن، وطلب القراءة من حافظه للاستماع والبكاء عند القراءة والتدبر (١/٥٥١) ح: (٨٠٠).

نَفَرٌ مِّنَ ٱلْجِنِّ فَقَالُوٓاْ إِنَّا سَمِعْنَا قُرْءَانًا عَجَبًا ۝١ يَهْدِىٓ إِلَى ٱلرُّشْدِ فَـَٔامَنَّا بِهِۦ ۖ وَلَن نُّشْرِكَ بِرَبِّنَآ أَحَدًا﴾ [الجن: ١، ٢]. وأقرب ما تكون رحمة الله من عبده؛ هو عند انصاته لكتابه ﷻ، قال سبحانه: ﴿وَإِذَا قُرِئَ ٱلْقُرْءَانُ فَٱسْتَمِعُواْ لَهُۥ وَأَنصِتُواْ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ [الأعراف: ٢٠٤].

والقرآن كذلك مؤثر في القلوب يلينها ويرققها ويجعلها مُهيأه للإيمان، قال تعالى: ﴿إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ ءَايَـٰتُهُۥ زَادَتْهُمْ إِيمَـٰنًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ۝٢﴾ [الأنفال: ٢]، وقال تعالى أيضًا: ﴿ٱللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ ٱلْحَدِيثِ كِتَـٰبًا مُّتَشَـٰبِهًا مَّثَانِىَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ ٱللَّهِ﴾ [الزمر: ٢٣].

وللقرآن كذلك أثر على سلوك الإنسان، فقد روي عن سعد بن هشام، أنَّه سأل عائشة ﵂ فقال: يَا أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ أَنْبِئِينِي عَنْ خُلُقِ رَسُولِ اللهِ ﷺ، قَالَتْ: «أَلَسْتَ تَقْرَأُ الْقُرْآنَ؟ » قُلْتُ: بَلَى، قَالَتْ: «فَإِنَّ خُلُقَ نَبِيِّ اللهِ ﷺ كَانَ الْقُرْآنَ»(١).

قال ابن كثير: "ومعنى هذا أنه ﷺ صار امتثالُ القرآن أمرًا ونهيًا سجيةً له، وخلقًا تطبعه، وترك طبعه الجبلي، فمهما أمره القرآن فعله، ومهما نهاه عنه تركه"(٢).

وهذه من أعظم آيات نبوته ورسالته لمن منحه الله فهمًا، فأجابت بما شفى وكفى، فترجمت أم المؤمنين ﵂ لكمال معرفتها بالقرآن وبالرسول ﷺ، وحُسن

(١) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: صلاة المسافرين، باب: جامع صلاة الليل، ومن نام عنه أو مرض (١/٥١٢) ح: (٧٤٦).
(٢) تفسير القرآن العظيم (٨/٢٠٨).

تعبيرها عن هذا كله، وفهم هذا السائل لها عن هذا المعنى، فاكتفى به واشتفى[1].

المطلب الثالث: طلب العلم الشرعي وتطبيقه:

للعلم مكانة عظيمة في الإسلام، وهو سبب لفلاح الإنسان في الدنيا والآخرة، وأول كلمة نزلت من القرآن هي: (اقرأ) في قوله تعالى: ﴿ٱقۡرَأۡ بِٱسۡمِ رَبِّكَ ٱلَّذِي خَلَقَ ۝١﴾ [العلق: ١].

ومما يدل على فضل العلم ومكانته النصوصُ الكثيرة التي وردت في القرآن والسنة بهذا الشأن، ومنها:

- أن الله سبحانه لم يأمر نبيه بالاستزادة من شيء إلا من العلم، قال سبحانه: ﴿وَقُل رَّبِّ زِدۡنِي عِلۡمٗا﴾ [طه: ١١٤]. قال الإمام ابن القيم: "وكفى بهذا شرفًا للعلم أن يسأله المزيد منه"[2].
- وأن العلماء لا يستوون مع بقية الناس، قال تعالى: ﴿قُلۡ هَلۡ يَسۡتَوِي ٱلَّذِينَ يَعۡلَمُونَ وَٱلَّذِينَ لَا يَعۡلَمُونَۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُوْلُواْ ٱلۡأَلۡبَٰبِ﴾ [الزمر: ٩].
- والعلماء هم أولى الناس برفعة الدرجات، قال تعالى: ﴿يَرۡفَعِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مِنكُمۡ وَٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلۡعِلۡمَ دَرَجَٰتٖۚ﴾ [المجادلة: ١١].
- ومن فضائل الخروج لطلب العلم، أنه طريق إلى الجنة، قال الرسول ﷺ: «وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ»[3].

ويدخل فيه كل طريق، سواء كان طريقًا حسيًّا تسير عليه بأقدامك، أو طريقًا معنويًّا عن طريق البحث في المسائل في بطون الكتب، حتى وإن كان الشخص

(١) ينظر: التبيان في أيمان القرآن، لابن القيم (٣١٧).
(٢) مفتاح دار السعادة (٢٢٣).
(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب: فضل الاجتماع على تلاوة القرآن وعلى الذكر (٤/٢٠٧٤) ح: (٢٦٩٩).

جالسًا في مكانه، يستمع إلى محاضرات، أو دروس يزداد بها علمًا في أي مجال من المجالات.

- ومن الفضائل التي تحصل لطالب العلم، إذا خلصت نيته لله، استغفار جميع المخلوقات له، قال النبي ﷺ: «وطَالِبُ الْعِلْمِ يَسْتَغْفِرُ لَهُ كُلُّ شَيْءٍ حَتَّى الْحِيتَانِ فِي الْبَحْرِ»(١).
- ومن الفضائل أيضًا قول النبي ﷺ: «وَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ لتضَعُ أَجَنَحْتَهَا لِطَالِبِ الْعِلْمِ رَضًا بِمَا يَصْنَعُ»(٢).

ولا شك أن الغرض من العلم هو العمل به وتطبيقه؛ ولهذا مقت سبحانه صنفًا من الناس، وهم الذين يقولون ما لا يفعلون، فقال سبحانه: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفۡعَلُونَ ۝٢ كَبُرَ مَقۡتًا عِندَ ٱللَّهِ أَن تَقُولُواْ مَا لَا تَفۡعَلُونَ ۝٣﴾ [الصف:٢-٣].

قال السعدي في تفسير الآية: "أي: لِمَ تقولون الخير وتحثون عليه، وربما تمدحتم به وأنتم لا تفعلونه، وتنهون عن الشر وربما نزهتم أنفسكم عنه، وأنتم متلوثون به ومتصفون به؟"(٣).

ولهذا من دعاء النبي ﷺ أنه كان يستعيذ من العلم الذي لا ينفع، بقوله: «اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ»(٤).

---

(١) أخرجه ابن عبد البر في جامع بيان العلم وفضله (١/٢٥) ح: (١٧)، وصححه الألباني في صحيح الجامع (٢/٧٢٧).

(٢) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب الدعوات عن رسول الله ﷺ، باب: في فضل التوبة والاستغفار وما ذكر من رحمة الله بعباده (٥/٤٣٦) ح: (٣٥٣٥)، وصححه الألباني في صحيح الجامع (١/٣٩٥).

(٣) تيسير الكريم الرحمن (٥٥١).

(٤) أخرجه الإمام مسلم في صحيحه، كتاب: الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب: التعوذ من

من أجل ذلك فإن العلم والعمل قرينان، لا ينفع أحدهما إلا بصاحبه، فعن عبد الواحد بن زيد، قال: كان يقال: "مَنْ عَمِلَ بِمَا عَلِمَ فَتَحَ اللهُ لَهُ مَا لَا يَعْلَمُ"(١). فالذي يطبق ما يتعلمه؛ فإن الله يفتح له أبوابًا أخرى من العلم، ويزيده بصيرة وفهمًا.

المطلب الرابع: التحلي بالأخلاق الفاضلة:

من المقاصد التي جاءت بها الشريعة الإسلامية تهذيب الأخلاق، لما لذلك من الأهمية في صلاح الفرد والمجتمع، فمكارمُ الأخلاق بناء شيَّده الأنبياء، وبُعث النبي ﷺ ليتم هذا البناء، فيكتمل صرح الأخلاق ببعثته فيقول: «إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأُتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ»(٢). وكان ﷺ أكمل الناس خَلقًا وخُلقًا، ظاهرًا وباطنًا، وقد زكاه ربه بقوله: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ [القلم: ٤].

وهذه الآية الكريمة أمدح قول يُقال في حق النبي ﷺ، فقد جمعت – مع وجازة عبارتها– الفضائل العلمية والعملية، وحرف الاستعلاء «على» نقل المعنى المجرد إلى صورة حسية، يتخيلها المرء، فكأنَّ مكارم الأخلاق قد ذُلّلت، وانقادت للنبي ﷺ، يتصرف فيها تصرف المستعلي على الشيء، المتمكن منه، كما أنها أفادت رفعة مقام النبي ﷺ، فلا يمكن أن يدانيه أحد أو يساويه؛ لأنه علا فأصبح لَعَلى خُلُقٍ عَظِيمٍ(٣).

والنبي ﷺ قدوة لأمته وللناس أجمعين، قال تعالى: ﴿لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ ٱللَّهِ

شر ما عمل ومن شر ما لم يعمل (٢٠٨٨/٤) ح: (٢٧٢٢).

(١) أخرجه أبو نعيم في حلية الأولياء (١٦٣/٦).

(٢) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (٥١٣/١٤) ح: (٨٩٥٢)، وصححه محققوه، وقالوا: "وهذا إسناد قوي، رجاله رجال الصحيح"، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة (١١٢/١).

(٣) ينظر: التسهيل، لابن جزي (٣٩٨/٢)، وعلوم القرآن، لنور الدين عتر (٢٢٨).

أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾ [الأحزاب: ٢١].

فمن تحلى بالأخلاق، كان من أحب الناس إلى الله، وأقربهم من رسوله ﷺ يوم القيامة، كما قال: «إنَّ من أحَبِّكُم إليَّ وأقرَبِكُم منِّي مَجلِسًا يَومَ القيامةِ أحاسِنَكُم أخلاقًا»(١).

وسُئِل ﷺ: «فمَن أحَبُّ عِبادِ اللهِ إلى اللهِ؟ قال: أحسَنُهم خُلُقًا»(٢).

كما أن الأخلاق الحسنة سببٌ لرفعة الدرجات في الجنة، قال الرسول ﷺ: «أنا زَعيمٌ ببَيتٍ في رَبَضِ الجَنَّةِ لِمَن تَرَكَ المِراءَ وإن كان مُحِقًّا، وببَيتٍ في وسَطِ الجَنَّةِ لمن تَرَكَ الكَذِبَ وإن كان مازِحًا، وببَيتٍ في أعلى الجَنَّةِ لِمَن حَسُن خُلُقُه»(٣).

وأثقَلُ شَيءٍ في الميزانِ يَومَ القيامةِ حسن الخلق، قال ﷺ: «ما من شَيءٍ أثقَلُ في الميزانِ من حُسنِ الخُلُقِ»(٤).

والأخلاق في اللغة: جمع (خُلُق)، وهو الدِّينُ والطَّبعُ والسَّجيَّةُ، وهو ما خلِقَ عليه مِنَ الطَّبعِ والمُروءة، وحَقيقة الخُلُقِ؛ أنَّه لصورة الإنسانِ الباطنة، وهي نَفسُه

(١) أخرجه الترمذي في سننه في أبواب البر والصلة عن رسول الله ﷺ، باب: ما جاء في معالي الأخلاق (٣٧٠/٤) ح: (٢٠١٨)، وقال: "حسن غريب"، وصحَّحه الألباني في صحيح سنن الترمذي (١٨/٥).

(٢) أخرجه الطبراني في المعجم الكبير (١٨٢/١) ح:(٤٧٣)، وقال الهيثمي في مجمع الزوائد: "رجالُه رجالُ الصَّحيحِ" (٢٧/٨)، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة (٧٩٤/١).

(٣) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب: الأدب، باب: في حسن الخلق (٢٥٣/٤) ح:(٤٨٠٠)، وصححه النووي في رياض الصالحين (٢١٦)، وحسَّنه الألباني في صحيح سنن أبي داود (٧٦/٣).

(٤) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (٥٠٩/٤٥) ح: (٢٧٤٩٦) وصحَّح إسنادَه شعيب الأرناؤوط، وأخرجه أبو داود في سننه (٢٥٣/٤) ح: (٤٧٩٩)، وصححه الألباني في صحيح سنن أبي داود (٦٠/١).

وأوصافها ومَعانيها المُختَصَّةُ بها بمَنزلة الخَلقِ لصورَته الظَّاهرة، وأوصافها ومعانيها(١).

وقال الراغب: "والخَلْقُ والخُلْقُ في الأصل واحد ... لكن خصّ الخلق بالهيئات والأشكال والصّور المدركة بالبصر، وخصّ الخلق بالقوى والسّجايا المدركة بالبصيرة"(٢).

والأخلاق اصطلاحًا: عِبارةٌ عن هَيئةٍ للنَّفسِ راسِخةٍ، تَصدُرُ عنها الأفعالُ بسُهولة ويُسر، من غَيرِ حاجةٍ إلى فِكرٍ ورَويَّة، فإن كان الصَّادِر عنها الأفعالَ الحَسَنةَ، كانتِ الهَيئةُ خُلُقًا حَسَنًا، وإن كان الصَّادِرُ منها الأفعالَ القَبيحةَ، سُمِّيَتِ الهَيئةُ التي هي مَصدَرُ ذلك خُلُقًا سَيِّئًا(٣).

والناس يتفاوتون في أخلاقهم، فعن عبد الله بن مسعود ﷺ قال: «إن الله تعالى قسم بينكم أخلاقكم، كما قسم بينكم أرزاقكم»(٤).

وعلى ذلك فالأخلاق على قسمين:

جبلي مفطور عليها العبد، دل عليه حديث أشج عبد القيس ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «إِنَّ فِيكَ خَلَّتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللهُ»، قُلْتُ: مَا هُمَا؟ قَالَ: «الْحِلْمُ، وَالْحَيَاءُ». قُلْتُ: أَقَدِيمًا كَانَ فِيَّ أَمْ حَدِيثًا؟ قَالَ: «بَلْ قَدِيمًا». قُلْتُ: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَبَلَنِي عَلَى خَلَّتَيْنِ يُحِبُّهُمَا(٥).

---

(١) ينظر: لسان العرب، لابن منظور، مادة (خلق) (٨٦/١٠)، وتاج العروس، للزبيدي (٢٥٧/٢٥).

(٢) المفردات (٢٩٧).

(٣) ينظر: التعريفات، للجرجاني (١٠١)، وإحياء علوم الدين، للغزالي (٥٣/٣).

(٤) أخرجه البخاري في الأدب المفرد، باب: حسن الخلق (١١٩) ح: (٢٧٥)، وقال الألباني: "صحيح موقوف في حكم المرفوع".

(٥) أخرجه الإمام أحمد في مسنده (٣٦١/٢٩) ح: (١٧٨٢٨) وصححه محققه شعيب الأرنؤوط

ومنها ما هو مكتسب، يستطيع العبد بعد عون الله أن يتخلق به، إذا روض نفسه على ذلك، وتدرب على الأخذ به، دلَّ عليه قوله ﷺ: «وَمَنْ يَسْتَعْفِفْ يُعِفَّهُ اللَّهُ، وَمَنْ يَسْتَغْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ، وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصَبِّرْهُ اللَّهُ»(١).

ولأجل مكانة الأخلاق العالية، وردت هذه النصوص وغيرها، تحث على الآداب الفاضلة، والأخلاق الحسنة، وتزجر عن الاتصاف بمساوئها؛ وتؤكد على أهمية التحلي بالأخلاق الحسنة في جميع جوانب الحياة، بدءًا من الأفعال الصغيرة كالابتسام في وجه الآخرين، ووصولاً إلى المبادئ الأخلاقية الكبرى كالاحترام، والتواضع، والصدق، والتعاطف، والرحمة، وكفّ الأذى عن الآخرين، وقضاء حوائجهم وغيرها.

المطلب الخامس: التزام الدُّعاء:

الدعاء من أعظم الأعمال وأحبها إلى الله، و«هو العبادة»(٢)؛ لأنَّ الإنسان لا حول له ولا قوة إلا بالله في جلب المصالح ودفع المضار، فجميع الخلق مفتقرون إليه: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ أَنتُمُ ٱلۡفُقَرَآءُ إِلَى ٱللَّهِۖ وَٱللَّهُ هُوَ ٱلۡغَنِيُّ ٱلۡحَمِيدُ﴾ [فاطر: ١٥].

وقد حث سبحانه عباده على دعائه، وأخبرهم أنه قريب منهم، يجيبهم إلى ما يطلبون، فقال: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾ [البقرة: ١٨٦].

وكان الدعاء هو دأب الصالحين قبلنا، وعلى رأسهم الأنبياء – عليهم السلام–، فقد كانوا يدعون الله، ويلجئون إليه في شؤونهم كلها كما وصفهم،

وآخرون، وأخرجه البخاري في الأدب المفرد، باب: حسن الخلق (٢١٩) ح: (٤٥٥).

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب: الزكاة، باب: الاستعفاف عن المسألة (٢ /١٢٢) ح: (١٤٦٩).

(٢) أخرجه البخاري في الأدب المفرد، باب: فضل الدعاء (٢٦٥) ح:(٥٥٣).

بقوله: ﴿إِنَّهُمْ كَانُوا۟ يُسَـٰرِعُونَ فِى ٱلْخَيْرَٰتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۖ وَكَانُوا۟ لَنَا خَـٰشِعِينَ﴾ [الأنبياء: ٩٠].

وقد توعد من يستكبر عن دعائه، فقال: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمُ ٱدْعُونِىٓ أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۚ إِنَّ ٱلَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِى سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴿٦٠﴾﴾ [غافر: ٦٠]، وهذا من فضله على عباده أن تكفَّل لهم بالإجابة(١).

فلا يرتقي المؤمن، ولا يستطيع تزكية نفسه إلا بعد عون الله وتوفيقه له؛ وقد قال ابن عباس رضي الله عنهما: كنت خلف رسول الله ﷺ يومًا، فقال: «... إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ، وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ ... »(٢).

وفي الحديث القدسي: «يا عِبَادِي، كُلُّكُمْ ضَالٌّ إِلَّا مَن هَدَيْتُهُ، فَاسْتَهْدُونِي أَهْدِكُمْ»(٣).

وكان من دعائه ﷺ: «اللهُمَّ، آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا»(٤).

قال ابن القيم: "وقد أجمع العارفون على أن كل خير فأصله بتوفيق الله للعبد، وكل شر فأصله خذلانه لعبده، وأجمعوا أن التوفيق: ألا يكلك الله إلى نفسك، وأن الخذلان: أن يخلي بينك وبين نفسك؛ فإذا كان كل خير فأصله التوفيق، وهو بيد

---

(١) ينظر: تفسير ابن كثير (١٥٣/٧).

(٢) أخرجه الترمذي في سننه، أبواب: صفة القيامة والرقائق والورع عن رسول الله ﷺ، باب: ما جاء في صفة أواني الحوض (٦٦٧/٤) ح: (٢٥١٦) وقال: "هذا حديث حسن صحيح"، وصححه الألباني في صحيح سنن الترمذي (١٦/٦).

(٣) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: البر والصلة والآداب، باب: تحريم الظلم (١٩٩٤/٤) ح: (٢٧٢٢).

(٤) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب: الذكر والدعاء، باب: التعوذ من شر ما عمل (٢٠٨٨/٤) ح: (٢٧٢٢).

الله لا بيد العبد فمفتاحه: الدعاء، والافتقار، وصدق اللجأِ، والرغبة والرهبة إليه؛ فمتى أعطَى العبد هذا المفتاح فقد أراد أن يفتح له، ومتى أضله عن المفتاح بقي باب الخير مرتجًا دونه"(١).

(١) الفوائد، لابن القيم (٩٧).

الخاتمة

الحمد لله أن يسَّر لي إتمام هذا البحث، أسأله سبحانه أن ينفع به، وأن يكون خالصًا لوجهه الكريم. وفيما يأتي أهم ما توصلت إليه من نتائج وتوصيات في هذا البحث:

أولاً: من أبرز النتائج:

- النفس في اللغة يراد بها معانٍ عديدة، وكذلك في الاصطلاح، ويستخلص من تعريفاتهم أنها: ليست الجسد ولا الرُّوح، ولكنها نشأت بعد نفخ الروح في الجسد واتصالهما معًا، فكانت نتيجة اتحاد الجانب الروحي مع الجانب المادي، وتُعدُّ عضوًا غير مرئي، يتكون من: (الأفكار والمشاعر والسلوك). وكل واحد منها يؤثر على الآخر، وجميعها تؤثر على الجسد وتتأثر به، وهي ملتصقة بالجسم، ولا تغادره إلا أثناء النوم (مغادرة جزئية) وعند الموت (مغادرة كلية).
- تعددت معاني النفس ودلالاتها في القرآن الكريم، بحسب سياق الآيات الكريمة الواردة فيها.
- من مظاهر تكريم النفس وعلو قدرها: أنه سبحانه وضعها في كفة وما في الكون من عوالم ومخلوقات في الكفة الأخرى، وحث على التفكر فيها وكشف سرها العجيب، وأقسم بها في مواضع مُتعددة من كتابه الكريم، وخلق النفوس قبل الأجساد، وجعل من أبرز مقاصد الشريعة (حفظ النفس)، وتحريم الاعتداء عليها بغير حق.
- من أبرز الخصائص المُشتركة بين كل النفوس البشرية، أن جميع الأنفس مخلوقة من نفس واحدة، وجميعها فُطرت على التوحيد، وأُلهمت التقوى والفجور، ولا توجد نفس تُشبه الأخرى، وجميع الأنفس مُكلفة ومُحاسبة على أعمالها.

- من أهم الوسائل والطرق التي يُحسِنُ بها الإنسانُ إلى نفسه:

أولاً: من الناحية المادية (الجسدية) عن طريق: الاعتدال في المأكل والمشرب، والمحافظة على طهارة ونظافة البدن، والعناية باللباس، وإعطاء الأجساد حقها من الراحة والنوم، وعدم تكليفها فوق طاقتها، والاهتمام بالحركة والرياضة.

ثانيًا: من الناحية المعنوية (الروحية) عن طريق: تقوى الله، والإيمان به، ومراقبته في السر والعلن. والمحافظة على تلاوة القرآن وتدبره والعمل به، وطلب العلم الشرعي وتطبيقه، والتحلي بالأخلاق الفاضلة، والتزام الدعـاء.

ثانيًا: من أبرز التوصيات:

- أوصي نفسي خاصةً وطلبة العلوم الشرعية عامة، أن يكون كتاب الله ﷻ أول ما يعتنون به، حفظًا، وفهمًا، وتدبرًا، وعملاً؛ فقد اشتمل على منهجٍ رباني، يوفر للنفس البشرية: الأمن، والاستقرار، والسعادة، والاطمئنان.
- العمل على مزيد من الدراسات البحثية المتعلقة بالنفس الإنسانية مثل: أثر الإحسان إلى النفس في الصحة النفسية من منظور قرآني، ومقاصد الشريعة في حفظ النفس وتنميتها دراسة تحليلية، والإعجاز البياني أو البلاغي في اختيار لفظ: (الإحسان) مقروناً مع النفس دون غيره من الألفاظ.

المصادر والمراجع

١- **(المجتبى) السنن الصغرى:** لأحمد بن شعيب النسائي، ط٢ (تحقيق: شعيب الأرنؤوط طبعة مؤسسة الرسالة بيروت ٢٠٠١م).

٢- **ابن سينا ومذهبه في النفس:** للدكتور فتح الله خليف/ الناشر: جامعة بيروت العربية: بيروت ١٩٧٤م.

٣- **إحياء علوم الدين:** لأبي حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي، الناشر: دار المعرفة – بيروت: ٢٠٠٤م.

٤- **الأدب المفرد بالتعليقات:** لمحمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري، حققه وقابله على أصوله: سمير بن أمين الزهيري مستفيدًا من تخريجات وتعليقات العلامة الشيخ المحدث: محمد ناصر الدين الألباني. ط١، الناشر: مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض: ١٤١٩هـ.

٥- **أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن:** لمحمد الأمين بن محمد المختار الشنقيطي (دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع بيروت – لبنان:١٤١٥هـ – ١٩٩٥م).

٦- **إعراب ثلاثين سورة من القرآن الكريم:** الحسين بن أحمد بن خالويه (دار الكتب المصرية: ١٣٦٠هـ).

٧- **إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان:** لمحمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية، المحقق: محمد حامد الفقي الناشر: مكتبة المعارف، الرياض، السعودية ط٥ ١٩٩٣م.

٨- **تاج العروس من جواهر القاموس:** لمرتضى الزَّبيدي، (المحقق: مجموعة من المحققين، دار الهداية).

٩- **تأويلات أهل السنة:** لمحمد بن محمد بن محمود، أبو منصور الماتريدي، الناشر: دار الكتب العلمية –بيروت، لبنان الطبعة: الأولى، ١٤٢٦ هـ –٢٠٠٥م.

١٠- **التبيان في أقسام القرآن**: لابن قيم الجوزية، (المحقق: محمد حامد الفقي، الناشر: دار المعرفة، بيروت، **لبنان**).

١١- **التحرير والتنوير: (تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد)**: لمحمد الطاهر بن محمد التونسي (الدار التونسية للنشر -تونس ١٩٨٤هـ).

١٢- **تزكية النفوس**: لأحمد فريد، الناشر: دار العقيدة للتراث – الإسكندرية سنة النشر: ١٤١٣ هـ -١٩٩٣م.

١٣- **التسهيل لعلوم التنزيل**: لأبي القاسم، محمد بن أحمد بن محمد بن عبد الله، ابن جزي الكلبي، ط١ الناشر: شركة دار الأرقم بن أبي الأرقم – بيروت: ١٤١٦هـ.

١٤- **التعريفات**: لعلي بن محمد بن علي الزين الشريف الجرجاني، ط١ الناشر: دار الكتب العلمية بيروت – لبنان:١٤٠٣هـ.

١٥- **تفسير القرآن العظيم**: لإسماعيل بن عمر ابن كثير، ط٢/دار طيبة للنشر والتوزيع: ١٤٢٠هـ.

١٦- **تفسير القرآن العظيم**: لعبد الرحمن بن محمد ابن أبي حاتم، ط٢-مكتبة نزار مصطفى الباز-السعودية:١٤١٩هـ.

١٧- **تفسير غريب ما في الصحيحين البخاري ومسلم**: لمحمد بن فتوح، مكتبة السنة -القاهرة -مصر، ١٤١٥هـ – ١٩٩٥م.

١٨- **تهافت الفلاسفة**: أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي، الناشر: دار المعارف، القاهرة – مصر الطبعة: ٦/ ١٤٢٤هـ -٢٠٠٣م.

١٩- **تهذيب اللغة**: لمحمد بن أحمد بن الأزهري الهروي، المحقق: محمد عوض مرعب، الناشر: دار إحياء التراث العربي – بيروت الطبعة: الأولى، ٢٠٠١م.

٢٠- **التوقيف على مهمات التعاريف**: زين الدين عبد الرؤوف المناوي / الناشر: عالم الكتب، القاهرة، الطبعة: الأولى، ١٤١٠هـ-١٩٩٠م.

٢١- **تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان:** لعبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله السعدي الناشر: مؤسسة الرسالة، ط: ١ ١٤٢٠هـ.

٢٢- **جامع البيان في تأويل القرآن:** لمحمد بن جرير الطبري، تحقيق: الدكتور عبد الله بن عبد المحسن التركي، دار هجر للطباعة والنشر:١٤٢٢هـ.

٢٣- **الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله ﷺ وسننه وأيامه = صحيح البخاري:** لمحمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي المحقق: محمد زهير بن ناصر الناصر الناشر: دار طوق النجاة الطبعة: ١، ١٤٢٢هـ.

٢٤- **جامع بيان العلم وفضله:** لأبي عمر يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر بن عاصم القرطبي، الناشر: دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع الطبعة: الثانية ١٤٢٤هـ -٢٠٠٤م.

٢٥- **الجامع لأحكام القرآن:** لأبي عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي، الناشر: دار الكتب المصرية – القاهرة ط: ٢، ١٣٨٤هـ.

٢٦- **حلية الأولياء وطبقات الأصفياء:** لأبي نعيم أحمد بن عبد الله الأصبهاني، الناشر: السعادة -بجوار محافظة مصر، ١٣٩٤هـ.

٢٧- **الروح في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة:** لمحمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية، الناشر: دار الكتب العلمية – بيروت ٢٠٠٢م.

٢٨- **الروح والجسد:** للدكتور مصطفى محمود، الناشر: دار المعارف: القاهرة تاريخ النشر: ٢٠١٣م.

٢٩- **رياض الصالحين:** لأبي زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي، الناشر: مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان الطبعة: الثالثة، ١٤١٩هـ/١٩٩٨م.

٣٠- **زاد المعاد في هدي خير العباد:** لمحمد بن أبي بكر، ابن القيم الجوزية، ط٢٧

مؤسسة الرسالة، بيروت ١٤١٥هـ -١٩٩٤م.

٣١- **سلسلة الأحاديث الصحيحة وشيء من فقهها وفوائدها:** محمد بن ناصر الدين الألباني، ط١(مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض).

٣٢- **سنن ابن ماجه:** لمحمد بن يزيد القزويني: المحقق: شعيب الأرنؤوط. الناشر: دار الرسالة العالمية، ١٤٣٠هـ -٢٠٠٩م).

٣٣- **سنن أبي داود:** لسليمان بن الأشعث السِّجِسْتاني، المحقق: شعَيب الأرنؤوط، الناشر: دار الرسالة العالمية: ١٤٣٠هـ.

٣٤- **سنن الترمذي:** لمحمد بن عيسى بن سَوْرة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى تحقيق وتعليق: أحمد محمد شاكر، الناشر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي — مصر الطبعة: ٢، ١٣٩٥هـ.

٣٥- **شرح الأربعين النووية:** أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي، دار طيبة للنشر والتوزيع، ١٤١٧هـ.

٣٦- **شرح رياض الصالحين:** لمحمد بن صالح بن محمد العثيمين، الناشر: دار الوطن للنشر، الرياض ط:١، ١٤٢٦هـ.

٣٧- **صَحِيحُ التَّرْغِيب وَالتَّرْهِيب:** لمحمد ناصر الدين الألباني، مكتَبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض- ط١، ١٤٢١هـ.

٣٨- **صحيح الجامع الصغير وزياداته:** لمحمد بن ناصر الدين الألباني، (الناشر: المكتب الإسلامي).

٣٩- **صحيح سنن أبي داود:** للشيخ محمد ناصر الدين الألباني، مؤسسة غراس للنشر والتوزيع، الكويت ط١، ١٤٢٣هـ.

٤٠- **صحيح وضعيف سنن الترمذي:** لمحمد ناصر الدين الألباني ط١ الناشر مكتبة المعارف ١٤١٩هـ.

٤١- **صيد الخاطر:** لجمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي،

الناشر: دار القلم -دمشق ط:١/ ١٤٢٥هـ -٢٠٠٤م.

٤٢- **علوم القرآن الكريم**: لنور الدين عتر (مطبعة الصباح — دمشق:١٤١٤هـ - ١٩٩٣م).

٤٣- **فتح الباري شرح صحيح البخاري**: لأحمد بن علي ابن حجر العسقلاني، المحقق: عبد العزيز بن باز ومحب الدين الخطيب، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه وذكر أطرافها: محمد فؤاد عبد الباقي ط٢ (دار المعرفة -بيروت) ١٣٧٩هـ.

٤٤- **الفوائد**: لمحمد بن أبي بكر بن أيوب، شمس الدين ابن قيم الجوزية، دار الكتب العلمية — بيروت ط٢، ١٣٩٣هـ.

٤٥- **قاموس القرآن أو إصلاح الوجوه والنظائر**: الحسين محمد الدامغاني، ط ٤، دار العلم للملايين-لبنان: ١٩٨٣م.

٤٦- **لسان العرب**: لمحمد بن مكرم بن علي ابن منظور، ط٣ (دار صادر -بيروت: ١٤١٤هـ).

٤٧- **مجاز القرآن**: لمعمر بن المثنى أبو عبيدة البصري، (مكتبة الخانجي — القاهرة: ١٣٨١هـ).

٤٨- **مجمع الزوائد ومنبع الفوائد**: لنور الدين بن علي بن أبي بكر الهيثمي، (مكتبة القدسي: القاهرة، ١٤١٤هـ -١٩٩٤م).

٤٩- **مجموع فتاوى ورسائل فضيلة الشيخ محمد بن صالح العثيمين**: لمحمد بن صالح بن محمد العثيمين، جمع وترتيب: فهد بن ناصر بن إبراهيم السليمان الناشر: دار الوطن -دار الثريا الطبعة: الأخيرة /١٤١٣هـ.

٥٠- **مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح**: علي بن (سلطان) محمد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري، الناشر: دار الفكر، بيروت — لبنان الطبعة: الأولى، ١٤٢٢هـ -٢٠٠٢م.

٥١- **مسند الإمام أحمد بن حنبل**: لأحمد بن محمد بن حنبل الشيباني، المحقق: أحمد

محمد شاكر، الناشر: دار الحديث –القاهرة: ط١/ ١٤١٦هـ.

٥٢- **المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله ﷺ**: لمسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، الناشر: دار إحياء التراث العربي –بيروت ط٤/ ١٤١٧هـ -١٩٩٦م).

٥٣- **مشكاة المصابيح**: لمحمد بن عبد الله الخطيب العمري، أبو عبد الله، ولي الدين، التبريزي، المحقق: محمد ناصر الدين الألباني، الناشر: المكتب الإسلامي – بيروت ط: ٣، ١٩٨٥م.

٥٤- **معالم التنزيل في تفسير القرآن**: الحسين بن مسعود البغوي، ط٤ (دار طيبة للنشر والتوزيع،١٤١٧هـ).

٥٥- **معاني القرآن**: ليحيى بن زياد أبو زكريا الفرَّاء، (دار المصرية للتأليف والترجمة – مصر).

٥٦- **المعجم الصغير**: لسليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني، ط٢، دار النشر: مكتبة ابن تيمية –القاهرة.

٥٧- **المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم**: لمحمد فؤاد بن عبد الباقي، (الناشر: دار الكتب المصرية ١٣٦٤هـ).

٥٨- **مفاتيح الغيب (التفسير الكبير)**: لمحمد بن عمر بن الحسن، أبو عبد الله، الملقب بفخر الدين الرازي، ط٣(دار إحياء التراث العربي – بيروت: ١٤٢٠هـ).

٥٩- **مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة**: لابن قيم الجوزية، (دار الكتب العلمية – بيروت).

٦٠- **المفردات في غريب القرآن**: الحسين بن محمد، المعروف بالراغب الأصفهاني، المحقق: صفوان عدنان الداودي –دار القلم، –دمشق: ١٤١٢هـ.

٦١- **مقاييس اللغة**: لأحمد بن فارس القزويني، المحقق: عبد السلام محمد هارون دار

الفكر: ط٢ ١٣٩٩هـ.

٦٢- **الموسوعة الإسلامية العامة:** لمجموعة من المصنفين المجلس الأعلى للشؤون الإسلامية مصر إشراف محمود زقزوق القاهرة:١٤٢٤هـ/٢٠٠٢م.

٦٣- **نزهة الأعين النواظر في علم الوجوه والنظائر:** لجمال الدين عبد أبو الفرج الجوزي، (مؤسسة الرسالة -لبنان/ بيروت: ١٤٠٤هـ -١٩٨٤م).

٦٤- **نيل الأوطار:** لمحمد بن علي بن محمد بن عبد الله الشوكاني اليمني، الناشر: دار الحديث، مصر /الطبعة: الأولى، ١٤١٣هـ -١٩٩٣م.

٦٥- **الوسيط في تفسير القرآن المجيد:** أبو الحسن علي بن أحمد بن محمد بن علي الواحدي، الناشر: دار الكتب العلمية، بيروت – لبنان الطبعة: الأولى، ١٤١٥ هـ -١٩٩٤م.

References

1- almjtba alsnn alsghra: lahmd bn sh'eyb alnsa'ey, t2 thqyq: sh'eyb alarn'ewt tb'eh m'essh alrsalh byrwt 2001m.

2- abn syna wmdhbh fy alnfs: lldktwr fth allh khlyf/ alnashr: jam'eh byrwt al'erbyh: byrwt 1974m.

3- ehya' 'elwm aldyn: laby hamd mhmd bn mhmd alghzaly altwsy, alnashr: dar alm'erfh – byrwt: 2004m.

4- aladb almfrd balt'elyqat: lmhmd bn esma'eyl bn ebrahym bn almghyrh albkhary, hqqh wqablh 'ela aswlh: smyr bn amyn alzhyry mstfydana mn tkhryjat wt'elyqat al'elamh alshykh almhdth: mhmd nasr aldyn alalbany. t1, alnashr: mktbh alm'earf llnshr waltwzy'e, alryad: 1419h.

5- adwa' albyan fy eydah alqran balqran: lmhmd alamyn bn mhmd almkhtar alshnqyty dar alfkr lltba'eh walnshr waltwzy'e byrwt – lbnan:1415h -1995m.

6- e'erab thlathyn swrh mn alqran alkrym: alhsyn bn ahmd bn khalwyh dar alktb almsryh: 1360h.

7- eghathh allhfan mn msayd alshytan: lmhmd bn aby bkr bn aywb bn s'ed shms aldyn abn qym aljwzyh, almhqq: mhmd hamd alfqy alnashr: mktbh alm'earf, alryad, als'ewdyh t5 1993m.

8- taj al'erws mn jwahr alqamws: lmrtda alzbydy, almhqq: mjmw'eh mn almhqqyn, dar alhdayh.

9- tawylat ahl alsnh: lmhmd bn mhmd bn mhmwd, abw mnswr almatrydy almhqq: d. mjdy baslwm alnashr: dar alktb al'elmyh -byrwt, lbnan altb'eh: alawla, 1426 h -2005m.

10- altbyan fy aqsam alqran: labn qym aljwzyh, almhqq: mhmd hamd alfqy, alnashr: dar alm'erfh, byrwt, lbnan.

11- althryr waltnwyr: thryr alm'ena alsdyd wtnwyr al'eql aljdyd mn tfsyr alktab almjyd: lmhmd altahr bn mhmd altwnsy aldar altwnsyh llnshr -twns 1984h.

12- tzkyh alnfws: lahmd fryd alnashr: dar al'eqydh lltrath – alesskndryh snh alnshr: 1413 h -1993m.

13- altshyl l'elwm altnzyl: laby alqasm, mhmd bn ahmd bn mhmd bn 'ebd allh, abn jzy alklby almhqq: aldktwr 'ebd allh alkhaldy t1 alnashr: shrkh dar alarqm bn aby alarqm – byrwt: 1416h.

14- alt'eryfat: l'ely bn mhmd bn 'ely alzyn alshryf aljrjany almhqq: dbth wshhh jma'eh mn al'elma' beshraf alnashr, t1 alnashr: dar alktb al'elmyh byrwt – lbnan:1403h.

15- tfsyr alqran al'ezym: lesma'eyl bn 'emr abn kthyr, t2/dar tybh llnshr waltwzy'e: 1420h.

16- tfsyr alqran al'ezym: l'ebd alrhmn bn mhmd abn aby hatm thqyq: as'ed mhmd altyb, t2-mktbh nzar mstfa albaz-als'ewdyh:1419h.

17- tfsyr ghryb ma fy alshyhyn albkhary wmslm: lmhmd bn ftwh, almhqq: d: zbydh mhmd s'eyd 'ebd al'ezyz: mktbh alsnh - alqahrh -msr, 1415h – 1995m.

18- thaft alflasfh: abw hamd mhmd bn mhmd alghzaly altwsy, almhqq: aldktwr slyman dnya alnashr: dar alm'earf, alqahrh – msr altb'eh: 6/ 1424h -2003m.

19- thdyb allghh: lmhmd bn ahmd bn alazhry alhrwy, almhqq: mhmd 'ewd mr'eb, alnashr: dar ehya' altrath al'erby – byrwt altb'eh: alawla, 2001m.

20- altwqyf 'ela mhmat alt'earyf: zyn aldyn mhmd almd'ew b'ebd alr'ewf bn taj al'earfyn bn 'ely bn zyn al'eabdyn alhdady thm almnawy / alnashr: 'ealm alktb 38 'ebd alkhalq thrwt-alqahrh altb'eh: alawla, 1410h-1990m.

21- tysyr alkrym alrhmn fy tfsyr klam almnan: l'ebd alrhmn bn nasr bn 'ebd allh als'edy almhqq: 'ebd alrhmn bn m'ela allwyhq alnashr: m'essh alrsalh, t: 1 1420h.

22- jam'e albyan fy tawyl alqran: lmhmd bn jryr altbry thqyq: aldktwr 'ebd allh bn 'ebd almhsn altrky balt'eawn m'e mrkz albhwth waldrasat aleslamyh bdar hjr aldktwr 'ebd alsnd hsn ymamh -alnashr: dar hjr lltba'eh walnshr:1422h.

23- aljam'e almsnd alshyh almkhtsr mn amwr rswl allh q wsnnh wayamh = shyh albkhary: lmhmd bn esma'eyl abw 'ebd allh

albkhary alj'efy almhqq: mhmd zhyr bn nasr alnasr alnashr: dar twq alnjah altb'eh: 1, 1422h.

24- jam'e byan al'elm wfdlh: laby 'emr ywsf bn 'ebd allh bn mhmd bn 'ebd albr bn 'easm alqrtby thqyq: aby thqyq: aldktwr mhmd alahmdy abw alnwr alnashr: dar alslam lltba'eh walnshr waltwzy'e altb'eh: althanyh 1424h -2004m.

25- aljam'e lahkam alqran: laby 'ebd allh mhmd bn ahmd bn aby bkr bn frh alansary alkhzrjy shms aldyn alqrtby thqyq: ahmd albrdwny webrahym atfysh alnashr: dar alktb almsryh – alqahrh t: 2, 1384h.

26- hlyh alawlya' wtbqat alasfya': laby n'eym ahmd bn 'ebd allh bn ahmd bn eshaq bn mwsa bn mhran alasbhany alnashr: als'eadh -bjwar mhafzh msr, 1394h.

27- alrwh fy alklam 'ela arwah alamwat walahya' baldla'el mn alktab walsnh: lmhmd bn aby bkr bn aywb bn s'ed shms aldyn abn qym aljwzyh alnashr: dar alktb al'elmyh – byrwt 2002m.

28- alrwh waljsd: lldktwr mstfa mhmwd/ alnashr: dar alm'earf: alqahrh tarykh alnshr: 2013m.

29- ryad alsalhyn: laby zkrya mhyy aldyn yhya bn shrf alnwwy almhqq: sh'eyb alarn'ewt alnashr: m'essh alrsalh, byrwt, lbnan altb'eh: althalthh, 1419h/1998m.

30- zad alm'ead fy hdy khyr al'ebad: lmhmd bn aby bkr, abn alqym aljwzyh, t27 m'essh alrsalh, byrwt -mktbh almnar aleslamyh, alkwyt, 1415h -1994m.

31- slslh alahadyth alshyhh wshy' mn fqhha wfwa'edha: mhmd bn nasr aldyn alalbany, t1mktbh alm'earf llnshr waltwzy'e, alryad.

32- snn abn majh: lmhmd bn yzyd alqzwyny: almhqq: sh'eyb alarn'ewt -'eadl mrshd -mhmd kaml qrh blly -'ebd alltyf hrz allh. alnashr: dar alrsalh al'ealmyh, 1430h -2009m.

33- snn aby dawd: lslyman bn alash'eth alsjstany, lmhqq: sh'eyb alarn'ewt -mhmd kaml qrh blly alnashr: dar alrsalh al'ealmyh: 1430h.

34- snn altrmdy: lmhmd bn 'eysa bn swrh bn mwsa bn aldhak, altrmdy, abw 'eysa thqyq wt'elyq: ahmd mhmd shakr, wmhmd f'ead 'ebd albaqy, webrahym 'etwh, alnashr: shrkh mktbh wmtb'eh mstfa albaby – msr altb'eh: 2, 1395h.

35- shrh alarb'eyn alnwwyh: abw zkrya mhyy aldyn yhya bn shrf alnwwy dar tybh llnshr waltwzy'e,1417h.

36- shrh ryad alsalhyn: lmhmd bn salh bn mhmd al'ethymyn alnashr: dar alwtn llnshr, alryad t:1, 1426h.

37- shyhu altrghyb waltrhyb: lmhmd nasr aldyn alalbany, mktbh alm'earf llnshr waltwzy'e, alryad- t1, 1421h.

38- shyh aljam'e alsghyr wzyadath: lmhmd bn nasr aldyn alalbany, alnashr: almktb aleslamy.

39- shyh snn aby dawd: llshykh mhmd nasr aldyn alalbany, m'essh ghras llnshr waltwzy'e, alkwyt t1, 1423h.

40- shyh wd'eyf snn altrmdy: lmhmd nasr aldyn alalbany t1 alnashr mktbh alm'earf 1419h.

41- syd alkhatr: ljmal aldyn abw alfrj 'ebd alrhmn bn 'ely bn mhmd aljwzy b'enayh: hsn almsahy swydan alnashr: dar alqlm -dmshq t:1/ 1425h -2004m.

42- 'elwm alqran alkrym: lnwr aldyn 'etr mtb'eh alsbah – dmshq:1414h -1993m.

43- fth albary shrh shyh albkhary: lahmd bn 'ely abn hjr al'esqlany, almhqq: 'ebd al'ezyz bn baz wmhb aldyn alkhtyb, rqm ktbh wabwabh wahadythh wdkr atrafha: mhmd f'ead 'ebd albaqy t2 dar alm'erfh -byrwt 1379h.

44- alfwa'ed: lmhmd bn aby bkr bn aywb, shms aldyn abn qym aljwzyh, dar alktb al'elmyh – byrwt t2, 1393h.

45- qamws alqran aw eslah alwjwh walnza'er: alhsyn mhmd aldamghany thqyq: 'ebd al'ezyz syd alahl, t 4 /dar al'elm llmlayyn-lbnan: 1983m.

46- lsan al'erb: lmhmd bn mkrm bn 'ely abn mnzwr, t3 dar sadr - byrwt: 1414h.

47- mjaz alqran: lm'emr bn almthna abw 'ebydh albsry, thqyq: mhmd fwad mktbh alkhanjy – alqahrh: 1381h.

48- mjm'e alzwa'ed wmnb'e alfwa'ed: lnwr aldyn bn 'ely bn aby bkr alhythmy, thqyq: hsam aldyn alqdsy mktbh alqdsy: alqahrh, 1414h -1994m.

49- mjmw'e ftawa wrsa'el fdylh alshykh mhmd bn salh al'ethymyn: lmhmd bn salh bn mhmd al'ethymyn jm'e wtrtyb: fhd bn nasr bn ebrahym alslyman alnashr: dar alwtn -dar althrya altb'eh: alakhyrh /1413h.

50- mrqah almfatyh shrh mshkah almsabyh: 'ely bn sltan mhmd, abw alhsn nwr aldyn almla alhrwy alqary alnashr: dar alfkr, byrwt – lbnan altb'eh: alawla, 1422h -2002m.

51- msnd alemam ahmd bn hnbl: lahmd bn mhmd bn hnbl alshybany, almhqq: ahmd mhmd shakr alnashr: dar alhdyth –alqahrh: t1/ 1416h.

52- almsnd alshyh almkhtsr bnql al'edl 'en al'edl ela rswl allh: lmslm bn alhjaj abw alhsn alqshyry alnysabwry almhqq: mhmd f'ead 'ebd albaqy alnashr: dar ehya' altrath al'erby – byrwt t4/ 1417h -1996m.

53- mshkah almsabyh: lmhmd bn 'ebd allh alkhtyb al'emry, abw 'ebd allh, wly aldyn, altbryzy almhqq: mhmd nasr aldyn alalbany alnashr: almktb aleslamy – byrwt t: 3, 1985m.

54- m'ealm altnzyl fy tfsyr alqran: alhsyn bn ms'ewd albghwy, dqqh wkhrj ahadythh: mhmd 'ebd allh alnmr -'ethman jm'eh dmyryh -slyman mslm alhrsh, t4 dar tybh llnshr waltwzy'e,1417h .

55- m'eany alqran: lyhya bn zyad abw zkrya alfra', thqyq: ahmd ywsf alnjaty / mhmd 'ely alnjar / 'ebd alftah esma'eyl alshlby dar almsryh lltalyf waltrjmh – msr.

56- alm'ejm alsghyr: lslyman bn ahmd bn aywb bn mtyr allkhmy alshamy, abw alqasm altbrany almhqq: hmdy bn 'ebd almjyd alslfy t2, dar alnshr: mktbh abn tymyh –alqahrh.

57- alm'ejm almfhrs lalfaz alqran alkrym: lmhmd f'ead bn 'ebd albaqy, alnashr: dar alktb almsryh 1364h.

58- mfatyh alghyb altfsyr alkbyr: lmhmd bn 'emr bn alhsn, abw 'ebd allh, almlqb bfkhr aldyn alrazy, t3dar ehya' altrath al'erby – byrwt: 1420h.

59- mftah dar als'eadh wmnshwr wlayh al'elm waleradh: labn qym aljwzyh, dar alktb al'elmyh – byrwt.

60- almfrdat fy ghryb alqran: alhsyn bn mhmd, alm'erwf balraghb alasfhany, almhqq: sfwan 'ednan aldawdy -dar alqlm, -dmshq: 1412h.

61- mqayys allghh: lahmd bn fars alqzwyny, almhqq: 'ebd alslam mhmd harwn dar alfkr: t2 1399h.

62- almwsw'eh aleslamyh al'eamh: lmjmw'eh mn almsnfyn almjls ala'ela llsh'ewn aleslamyh msr eshraf mhmwd zqzwq alqahrh:1424h/2002m.

63- nzhh ala'eyn alnwazr fy 'elm alwjwh walnza'er: ljmal aldyn 'ebd abw alfrj aljwzy, thqyq: mhmd 'ebd alkrym kazm alrady m'essh alrsalh -lbnan/ byrwt: 1404h -1984m.

64- nyl alawtar: lmhmd bn 'ely bn mhmd bn 'ebd allh alshwkany alymny, thqyq: 'esam aldyn alsbabty alnashr: dar alhdyth, msr /altb'eh: alawla, 1413h -1993m.

65- alwsyt fy tfsyr alqran almjyd: abw alhsn 'ely bn ahmd bn mhmd bn 'ely alwahdy, qdmh wqrzh: alastad aldktwr 'ebd alhy alfrmawy alnashr: dar alktb al'elmyh, byrwt – lbnan altb'eh: alawla, 1415 h -1994m.