

حق النفس الحفظ والرعاية

مدخل تمهيدي

خلق الله الإنسان في أحسن تقويم، وأكرمه بجسم سليم وعقل واع، وأمره برعاية هذه النعم وصونها، لينعم بحياة كريمة مفعمة بالعبادة والإبداع. ومع ذلك، نجد أن كثيراً من الشباب اليوم يسلكون مسالك منحرفة تضر بأنفسهم وتودي بهم إلى الهلاك.

- ما هي توجيهات الإسلام في حفظ النفس ورعايتها؟
- وما هي السلوكيات التي قد تلحق الضرر بها؟

النصوص المؤطرة للدرس

قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى : ﴿ مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا ﴾.

[سورة المائدة، الآية: 32]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: «مَنْ تَرَدَّى مِنْ جَبَلٍ فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَهُوَ فِي نَارِ جَهَنَّمَ يَتَرَدَّى فِيهِ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ تَحَسَّى سُمًّا فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَسُمُّهُ فِي يَدِهِ يَتَحَسَّاهُ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا فِيهَا أَبَدًا، وَمَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِخَدِيدَةٍ، فَخَدِيدَتُهُ فِي يَدِهِ يَجَأُ بِهَا فِي بَطْنِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا فِيهَا أَبَدًا».

[أخرجه مسلم – كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه]

توثيق النصوص والتعريف بها

التعريف بسورة المائدة

- نوعها: مدنية.
- عدد آياتها 120: آية.
- ترتيبها في المصحف: الخامسة.
- موضوعها: تناولت جانب التشريع بعمق، مع قصص أهل الكتاب وموضوعات العقيدة.
- سبب التسمية: نسبة إلى معجزة المائدة التي طلبها قوم سيدنا عيسى عليه السلام.

التعريف بأبي هريرة رضي الله عنه

- اسمه: عبد الرحمن بن صخر الدوسي.
- كنيته: أبو هريرة، أطلقها عليه النبي صلى الله عليه وسلم.
- مكانته: من أكثر الصحابة رواية للحديث.
- وفاته: توفي سنة 59 هـ.

شرح المفردات ومدلولات النصوص

شرح المفردات

- كتبنا: فرضنا وأوجبنا.
- بغير نفس: بغير حق شرعي.
- يتردى: يرمى بنفسه من مكان عالٍ.
- يتحسى: يشرب السم ببطء.

المضامين الأساسية للنصوص

1. تشديد الإسلام على حرمة قتل النفس بغير حق، واعتبار قتل النفس الواحدة كقتل الناس جميعًا.
2. تحريم الانتحار وتحذير النبي صلى الله عليه وسلم من عاقبته المؤلمة.

مفهوم رعاية النفس وحفظها في الإسلام

مفهوم حفظ النفس

حفظ النفس يعني صيانتها من أي ضرر أو تلف، سواء كان ماديًا أو معنويًا، والقيام بكل ما يضمن سلامتها ويحقق وظيفتها التي خلقها الله من أجلها.

مسؤولية الإنسان تجاه نفسه

- النفس أمانة من الله تعالى، وجعلها الإنسان مسؤولاً عنها.
- ليس للإنسان الحق في إلحاق الضرر بنفسه، سواء كان بالقتل أو بإهمال الرعاية.
- الحفاظ على النفس واجب لأنها ليست ملكًا للإنسان، بل هي ملك لله.

مظاهر رعاية النفس وحفظها

الرعاية المادية

- التغذية السليمة: تناول الغذاء المتوازن للحفاظ على صحة الجسم.
- النظافة: الحرص على نظافة الجسد والمكان.
- العلاج: التداوي عند المرض وعدم إهمال العناية الصحية.
- الابتعاد عن المهلكات: تجنب الانتحار، المخدرات، والمسكرات.
- العمل والكسب الحلال: السعي للرزق الحلال الذي يضمن حياة كريمة.
- الرياضة: الحفاظ على الجسم بالنشاط البدني المنتظم.

الرعاية المعنوية

- التعلم: تعليم النفس العلوم النافعة والمعارف المفيدة.
- الأخلاق الفاضلة: التحلي بالصدق، الأمانة، والابتعاد عن الكذب والحسد والغش.
- العبادات: المواظبة على الصلاة وأداء العبادات التي تزكي النفس.
- التقوى: التحلي بالتقوى والخشية من الله.

القيم المستفادة من الدرس

- حماية النفس واجب ديني وأخلاقي: يجب الحفاظ على النفس وعدم الإضرار بها لأنها أمانة من الله.
- تجنب التهلكة: الابتعاد عن كل ما قد يسبب هلاك النفس أو يعرضها للخطر.
- التوازن بين الحقوق والواجبات: عدم تكليف النفس فوق طاقتها، مع الالتزام بما فرضه الله عليها.
- الاقتداء بالنبي صلى الله عليه وسلم: اتباع توجيهاته صلى الله عليه وسلم في العناية بالنفس والجسد.

خاتمة

رعاية النفس وحفظها من القيم الأساسية التي دعا إليها الإسلام، لما للنفس من أهمية عظيمة عند الله تعالى. على المسلم أن يكون حريصًا على صون هذه الأمانة، بعيدًا عن كل ما يفسدها أو يهلكها، متمسكًا بتعاليم دينه التي ترسم له طريق السعادة والنجاة في الدنيا والآخرة.