

İntihar Olgusu ve İslâm'ın Ruh Sağlığına Verdiği Önem*

HÜSEYİN ÇELİK**

Öz: Avrupa'da yapılan Rönesans devrimiyle beraber ortaya çıkan modernizm ve modern hayat tarzı bir bütün olarak insanlığa pek çok faydalar temin etmiş olmasına rağmen, maalesef ferdi ve toplumsal pek çok problemin ortaya çıkmasına da neden olmuştur. Bu hayat tarzının getirmiş olduğu yeniliklerden Müslüman toplumlar da etkilenmiştir. Ancak Müslümanların günlük yaşam ve felsefelerine tam anlamıyla uygun olmayan ve dini insan hayatından ayıran bu tarz, Müslümanların hayatlarında ekonomik, sosyal ve ruhsal bazı problemlerin meydana gelmesine sebep olmuştur. Bu çalışma, modernizmle beraber Müslümanların yaşamlarında meydana gelen problemlere Kur'an'dan çözüm yollarını sunmak ve Kur'an'ın Müslümanlar için bir rahmet, şifa ve hayat kaynağı olduğunu göstermektir. Dolayısıyla, Müslümanların Kur'an-ı Kerim'in ilkelerine sınıksız sarıldıkları ve günlük yaşamlarına uyguladıkları takdirde, sadece dünyevi değil, aynı zamanda uhrevi hayatları için de katkılar sunulacağı öne sürülmektedir. Bu bağlamda, İslâm'da intiharın yasak olduğu, insan hayatının kutsal ve şerefli olduğu, İslâm'ın insan hayatını koruma altına aldığı ve onun ruh sağlığına önem verdiği, insanlar için dünya hayatının sadece bir imtihan yurdu olduğu ve bu imtihanı kazanmanın yolunun ise Allah'ın ilkelerine uymadan geçtiği hususları ortaya konulmaktadır. Şayet Müslümanların, olması gerektiği gibi inanıp, bu inançlarını günlük yaşamlarına uygularlarsa, başka bir ifade ile iman ile ameli birleştirirlerse dünya ve ahiret hayatlarını gül bahçelerinden bir bahçeye dönüştüreceklerine dikkat çekilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kur'an, İslâm, İntihar, Ruh Sağlığı.

* هذه المقالة ترجمة مقالتي *‘İntihar Olgusu ve İslâm'ın Ruh Sağlığına Verdiği Önem’* التي نشرت في مجلة "Toplum Bilimleri Dergisi" في التاريخ يوليو - ديسمبر 2016 ، ج. 10 ، ع. 20 ، ص. 33-55.

** Dr. Öğr. Üyesi, Yazan ve Çeviren | Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Temel İslam Bilimleri Bölümü.

الانتحار و وقاية حياة الإنسان في الإسلام

خلاصة:

ظهر مفهوم الحادثة التي قدمت للإنسان فوائد كثيرة مع ظهور النهضة الأوروبية الحديثة، لكنّها على فوائدها لم تخل من السلبيات، فقد جلبت الكثير من المشكلات الاجتماعية التي أثّرت في حياة الفرد والمجتمع. لقد ابتكرت الحادثة أسلوباً جديداً للحياة، فأثر هذا الأسلوب في المجتمع الإسلامي الذي وجد فيه دخيلاً على حياتهم اليومية ونقيضاً لموروثهم الاعتقادي، ولمّا كان هذا الأسلوب يفصل بين المرأة والدين، كان سبباً لإحداث مشكلات اقتصادية واجتماعية في حياتهم، ففي هذه الدراسة نعرض طريقاً لحل هذه المشكلات التي ظهرت مع الحادثة في حياة المسلمين. ونؤكد من خلاله أن القرآن الكريم هو المصدر الشافي والكافي لهذه المشكلات، ونبين أن المسلمين إذا تمسكوا بالأحكام القرآنية وأسسها تمسكاً تاماً وطبقوها في حياتهم اليومية استطاعوا أن يجدوا الحل لمشكلاتهم الدنيوية، بل ضمنوا السلامة مما قد يتسبب عن تلك المشكلات الدنيوية في الآخرة أيضاً. وفي هذا السياق نبين أن الانتحار محرم في الإسلام؛ لأنّ الإنسان مقدس ومكرم، وأن الإسلام ضمن حياة الإنسان وأعطى أهمية لسلامة روحه، وجعل حياته في هذه الدنيا مرحلة امتحان وابتلاء، وأن نجاحه في هذا الامتحان يكمن في تمسكه بالأسس القرآنية، وأن المسلمين إذا آمنوا كما ينبغي وطبقوا هذه العقيدة في حياتهم اليومية مُقرّنين الإيمان مع العمل فستكون حياتهم الدنيوية والأخروية حديقة من حدائق الورد النضرة.

الكلمات المفتاحية: القرآن، الإسلام، الانتحار، سلامة الروح.

مقدمة

مع قيام النهضة التي انتشرت في أوروبا تغيرت النظرة العامة لمظهر الإنسان تغيراً تاماً. فكثير من الأشياء التي كان لها قيمة قديماً أصبحت تشغل عقول الناس، فمن المواضيع المعاصرة التي تشغل العقول وتشكل أماننا مشكلة موضوع (الانتحار وسلامة الروح). فمع ظهور مفهوم الحداثة — التي ظهرت مع الثورة الفرنسية التي حدثت في القرن السابع عشر وانتشرت مع الزمن في الدنيا وأثرت في حياة الإنسان، جالبةً له فوائد كثيرة — ظهرت بعض المشكلات الناتجة عنها في حياة الإنسان والمجتمع ولا سيما المجتمع الإسلامي الذي تأثر بها، فالحداثة التي تفصل بين المرأة والدين غير مطابقة لحياة المسلمين اليومية وفلسفتهم مطابقة حرفية، ولهذا كانت سبباً لحدوث مشكلات اقتصادية واجتماعية وبعض المشكلات الروحية في حياتهم. ففي العصر الحادي والعشرين عصر الحداثة التي وعدت بتوفير كافة سبل السعادة للإنسان وتقديم أسلوب جديد للحياة المعاصرة وتوفير حياة مادية غنية ومتنوعة، لم نجد إنسان هذا العصر سعيداً ومسروراً ومبتهجاً. لقد انتشرت الكآبة الروحية، وشاع الانتحار في العالم، والغريب جداً وجود هذه الوقائع في البلاد الذي تتصف بالرخاء الاقتصادي¹.

وفي الأزمنة الأخيرة انتشرت ظاهرة الانتحار في بلادنا، وأضحت مشكلة اجتماعية معقدة تواجه العالم الغربي وخاصة الولايات المتحدة الأمريكية، ورأى البعض إمكانية الاستفادة من الدين لمنع الانتحار وضمان سلامة روح الإنسان.

فسلامة الروح ليست قضية الطب النفسي وحده، بل هي قضية مهمة في الدين الإسلامي أيضاً. ويرى كثير من الدارسين أن بين سلامة الروح وبين الدين علاقة إيجابية²، حيث يعد هذا الموضوع من المواضيع الأساسية في الإسلام وله أهمية كبيرة لحياة الإنسان، لكنه مع ذلك لم يعطَ حقه، ولم يُدرس — في بلدنا — دراسة أكاديمية شرعية كافية. وكثير من العلماء الذين يدرسون الطب لا يدرك دور ومساهمة الدين في سلامة الروح، بينما يدرك الدارس للقرآن الكريم أن القرآن اعتنى بالروح واهتم بحفظها وجعل الانتحار محرماً.

كما يرى الدارس للقرآن أن في الدين الإسلامي عناصر كثيرة تؤثر في سلامة الروح إيجابياً، فهناك العديد من الآيات التي تعالج مشاكل الحياة العصرية الناتجة عن الحداثة والرأسمالية، لأن القرآن الكريم قبل كل شيء هو كلام الله³، ويهدف إلى الحصول على السعادة الدنيوية والأخروية للمسلم، فإذا التزم المسلم بتعاليم القرآن الكريم حصل على النصيحة والإرشاد؛ فالقرآن شفاء ورحمة للمؤمنين: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ

¹ Leslie Mc Cullough، "İntihar: sebepleri Nedir ve Ona Nasıl Engel Olunur"، (المترجم: استاذ المساعد دكتور حسين بكر، مجلة كلية الإلهيات، جامعة أوندكوز مايس، عدد. 2، ساسون، (1987)، ص. 107.

² كوينجك، ه، ع، (H. G. Koenig)، "Religion, Spirituality, and Medicine: Research Findings and Imlications for Clinical Practice". Southern medical journal. 97, 2004, ss. 1194-1200.

³ "Religion, Spirituality, and Medicine: Research Findings and Imlications for Clinical Ruh Sağlığı ve Practice". Southern medical journal. 97, 2004, ss. 1194-1200.

Din: Batı Toplumu Açısından Bir Değerlendirme' مجلة كلية الإلهيات، جامعة أوندكوز مايس، ع. 23، ساسون، (2007)، ص. 92-65؛ مصطفى كويلى 'Ruh ve Beden Sağlığı Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirmesi'، مجلة كلية الإلهيات، جامعة أوندكوز مايس، ع. 28، (2007)، ص. 36-5.

³ سورة البقرة آية رقم 24-23؛ سورة النساء آية رقم 82؛ سورة هود آية رقم 18؛ سورة فصلت آية رقم 42.

لِلْمُؤْمِنِينَ} ⁴ و {اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أُولِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ} ⁵ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ} ⁵.

وفي حال الشدة والضيق تنزو النفس إلى الاطمئنان، ويذكر الله هو الملاذ الآمن للمؤمنين، حيث تطمئن القلوب بذكر الله: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} ⁶ ولكن إذا أعرض الإنسان عن هذا العلاج فستكون له معيشة ضنكا: {وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى} ⁷ كما سيعيش في هذه الدنيا حياة سيئة بما قدمت يداها: {وَمَنْ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُّنبِئٍ ثَانِيٍ عَظُمَ لَهُ لُغُوبُ اللَّهِ} ⁸ خُرِّيْ وَيُذِيقُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَذَابَ الْحَرِيقِ} ⁸.

والنتيجة التي نأخذها من هذه الآيات هي: أن الانسان إذا تمثل تعاليم القرآن الكريم ورتب حياته وفقاً للقرآن فإنه سيعيش حياة سعيدة في الدنيا والآخرة، وإذا أعرض عن القرآن الكريم فإنه سيعيش حياة الشدة والبؤس وضنك العيش في الدنيا والآخرة، وسيكون من الخاسرين.

وفي هذه المقالة نبحت الإنتحار وحكمه في الإسلام، ونظرة الإسلام للإنسان ولسلامة الروح ⁹. وبعبارة أخرى هذه المقالة تبحث أساساً في وصف الإنتحار وحكم الإسلام فيه ومكانة الإنسان في الإسلام واهتمام الإسلام بسلامة الروح.

1- الإنتحار

ليس للإنتحار تعريف معين مقبول عند الجميع، فقد عُرِفَ بأنه: طلب الإنسان للموت بإرادته الحرة وبمشيئته. أما (إميل دوركهم) الذي درس هذا الموضوع دراسة وافية فقد عرّف الإنتحار بأنه: الفعل الذي يفعله من يريد الموت وهو يعلم أن نتيجته هي الموت سواء كان ذلك الفعل إيجابياً أم سلبياً وستكون نتيجته المباشرة أو غير المباشرة هي الموت ¹⁰. ويمكن أن يعرف الإنتحار بأنه: الانهيار الاجتماعي الناتج عن العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية، ووقوع الإنسان في مشكلة دينية ومعنوية يتوقف فيها كفاحه وبحته عن الحلول للمشكلات، فلا يرى الحل والخلاص إلا في الموت وانتهائه لحياته، لكن أيّاً كان السبب فعلى الإنسان ألا ييأس من البحث الدائم عن الحلول للمشاكل، فالإصرار على إيجاد الحل واجب، وينبغي ألا يزهق روحه الذي أودعت فيه أمانة، ويجب عليه ألا يطلب الموت وألا يتصوره، وألا يتمناه أبداً؛ لأن الحياة هي دار امتحان واختبار، قال تعالى: {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَّاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ} ¹¹ (155) وقال تعالى: {الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُوفُ} ¹².

ولا بدّ للإنسان من أن يعلم أنّه عرضة لكافة المصائب والمشكلات في هذه الدنيا، ولأجل أن

⁴ سورة يونس آية رقم 57؛ سورة الاسراء آية رقم 17؛ سورة النمل آية رقم 2؛ سورة فصلت، آية رقم 44.

⁵ سورة البقرة آية رقم 257؛ سورة المائدة آية رقم 16؛ سورة ابراهيم آية رقم 1

⁶ سورة الرعد آية رقم 28

⁷ سورة طه آية رقم 124

⁸ سورة الحج آية رقم 8

⁹ سورة العصر آية رقم 3

¹⁰ رايون آرون، 'Sosyolojik Düşüncenin Evreleri', (Ankara, 1986), s.330 (Raymon Aron)

¹¹ سورة البقرة آية رقم 155

¹² سورة الملك آية رقم 2

يكون ناجحاً لا بد له من إظهار المقاومة والمصابرة نحو هذه المشكلات، فإن لم يصبر ويجادل فسيكون من الخاسرين قال تعالى: {وَالْعَصْرُ، إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ}.¹³

الانتحار في نظر الإسلام هو: إنهاء الإنسان لحياته ببيده؛ لذلك كان من الكبار؛ لأن الإنسان خلق ليعرف خالقه ويعيش حياته على النمط الذي سنه الله له¹⁴، وله مكانة مشرفة بين المخلوقات¹⁵، ومن الضرورات الدينية التي لا غنى له عنها حق الحياة التي هي ضد الانتحار، وهذا الحق هو أحد العناصر المقدسة والمشفرة في الإسلام، فلا بد من حمايته، فهو هبة من الله للإنسان وأمانة في عنقه ويجب عليه حمايته حتماً¹⁶، كما أن هذا الحق يأتي قبل كل الحقوق، ومن لا يملك هذا الحق فلا يمكن أن يتحمل المسؤولية والحقوق الأخرى، كما أن انتهاك هذا الحق يكون انتهاكاً لحق الله، وهو في الفقه الإسلامي من الجرائم الكبرى¹⁷، وكل من يحاول فعل هذه الجريمة بغض النظر عن عقيدته وعمله فقد ظلم نفسه في الدنيا وله عذاب شديد في الآخرة كما بين القرآن الكريم: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا (29) وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا¹⁸، وفي آية أخرى يقول الله: {وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُ وَأَعَدَّ لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا¹⁹، الله خالق كل شيء وربّه، فهو خالق الإنسان روحاً وبدناً، وبالتالي فإن مجيء الإنسان إلى هذه الدنيا وخروجه منها ليس ببيده، ولا سلطان له عليه أصلاً، فهو من المواضيع التي استأثر الله بها لذاته العلية وخص نفسه بها: {هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ طِينٍ ثُمَّ قَضَى أَجَلًا وَأَجَلٌ مُسَمًّى عِنْدَهُ ثُمَّ أَنْتُمْ مُنْتَرُونَ²⁰.

وعليه فلا يجوز للإنسان أن يقتل نفسه، بل يجب عليه أن يحافظ على هذه الأمانة التي أودعه الله إياها²¹، فكل المشكلات والصعوبات التي واجهته في الحياة هي أدوات الامتحان²²، ولا بد من أن يصبر عليها²³، وكلما طالبت به الحياة ازدادت معرفته بخالقه، واتضحت قيمته عنده سبحانه وتعالى، مما يستوجب مزيداً من الطاعة والعبادة.

ب - مكانة الإنسان في الإسلام

1- الإنسان مقدس ومشرف في نظر الإسلام

للإنسان مكانة مقدسة ومشرفة في الإسلام: {وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ²⁴ وله موقع خاص ومشرف

¹³ سورة العصر آية رقم 1-2

¹⁴ سورة الذاريات آية رقم 56

¹⁵ سورة السجدة آية رقم 7-9؛ سورة التين آية رقم 4

¹⁶ بخاري العلم، 37، مسلم، أبو الحسن مسلم بن الحجاج بن مسلم القشيري النيسابوري، صحيح مسلم (الجامع الصحيح)، (بيروت، 1956)، الحج 147، أبو داود، سليمان بن اشعث بن اسحاق المجتستاني، سنن أبي داود، (Istanbul: 1981)

¹⁷ مناسك 57

¹⁸ بخاري الوصيا 23 ؛ مسلم ايمان 145 ؛ ابو داود الوصيا 10

¹⁹ سورة النساء آية رقم 29-30

²⁰ سورة النساء آية رقم 93؛ وبخاري الطب 56، والجنائز 84، الوصيا 23؛ مسلم ايمان 175 ؛ الترمذي الطب 7.

²¹ سورة الأنعام آية رقم 2 ؛ سورة قاف آية رقم 43.

²² سورة النساء آية رقم 29

²³ سورة البقرة، آية رقم 155

²⁴ سورة البقرة، آية رقم 177-156 ؛ سورة الحج آية رقم 35؛ سورة العصر، آية رقم 3

²⁵ سورة الإسراء آية رقم 70

بين المخلوقات، فالله تعالى الذي خلق كل المخلوقات خلق الإنسان في أحسن تقويم وأكمله²⁵، قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيٍّ﴾²⁶ كما جهز الله الإنسان بالموهب العقلية والأخلاقية والروحية: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْوَرْدِ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْصِيلًا﴾²⁷ والذي ميز الإنسان عن المخلوقات الأخرى وأعطاه المكانة الخاصة وشرفه بين المخلوقات هو أن الله تعالى نفخ فيه من روحه عندما خلقه: ﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ﴾ (7) ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ (8) ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾²⁸. ولأنه يحمل هذه النفخة الربانية أو الروح الإلهية فقد أصبح مقدماً على الملائكة، كما أصبح خليفة الله تعالى في الأرض، فروح الإنسان أكرم عند الله من الملائكة²⁹، واستخلاف الله له في الأرض منحه شرفاً وقيمة، والواجب على هذا الخليفة أن يمثل ما أمره الله تعالى به، وأن يتحرك وفقاً لإرادته في الأرض، وأن يكون عبداً له³⁰، وأن يكون سعيه لسعادته في الدنيا والآخرة وأن يبذل جهده لرفع قيمته عند الله تعالى³¹.

ب - حفظ الإسلام حياة الإنسان وأمنها

حفظ حياة الإنسان ضرورة دينية وهي أمر مقدس في الإسلام، فحياته محصنة، وأي اعتداء عليها يواجهه من قبل الفقه الإسلامي مواجهة فعلية، ولهذا السبب فإن الإسلام لم يعط للإنسان حق الإنتحار الذي هو تدمير نفسه بيديه. بل جعل الإنتحار من الكبائر أيًا كانت عقيدة المنتحر، وحكّم على من قتل نفسه بالعذاب العظيم يوم القيامة، حتى إن الإسلام فرض عقوبات مالية ومعنوية على القاتل حفاظاً على حق الحياة للإنسان.

يمكن أن نوجز الموضوع بما يلي: حياة الإنسان في الإسلام لها قيمة مقدسة لا تُمس، أيًا كان دين الإنسان وعقيدته ولونه وجنسه وعمله الاجتماعي، فقد حاول الإسلام منع جميع أنواع الهجمات على حياة الإنسان وجعل حماية حياته غرضاً أساسياً: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِصَاصُ فِي الْقَتْلِ ۚ الْحُرُّ بِالْحُرِّ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ ۚ وَالْأُنثَىٰ بِالْأُنثَىٰ ۚ فَمَنْ عُفِيَ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ فَاتِّبَاعٌ بِالْمَعْرُوفِ وَأَدَاءٌ إِلَيْهِ بِإِحْسَانٍ ۚ ذَلِكَ تَخْفِيفٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَرَحْمَةٌ ۚ فَمَنْ اعْتَدَىٰ بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾³²

فكما لا يجوز للإنسان أن يقتل نفساً بغير حق كذلك لا يجوز له أن ينتحر: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾ (29) وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا³³ كما عدّ رسول الله صلى الله عليه وسلم في أحاديثه الإنتحار من الكبائر، وبَيَّن أن المنتحر أيًا كانت عقيدته

²⁵ سورة المؤمنانية رقم 23 ؛ سورة السجدة آية رقم 7

²⁶ سورة التين 4

²⁷ سورة الإسراء آية رقم 70

²⁸ سورة السجدة، آية رقم 9-7

²⁹ سورة البقرة آية رقم 30

³⁰ سورة الذاريات آية رقم 56

³¹ سورة البقرة، آية رقم 21-25 ؛ سورة النساء آية رقم 36-37 ؛ سورة الاعراف آية رقم 42؛ سورة الإسراء آية رقم 70

³² سورة البقرة، آية رقم 178؛ سورة الإسراء آية رقم 33؛ البخاري، أبو عبدالله محمد بن إسماعيل بن إبراهيم البخاري، صحيح البخاري، (Istanbul, 1981)، الدييات 6، علم الوصايا 23، 38؛ مسلم، الحج، 147؛ ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن

يزيد القزويني، سنن ابن ماجه، (دار إحياء الكتب العربية بيروت، 1979)، الدييات 8

³³ سورة النساء، الآية: 29-30 ؛ البقرة، الآية: 195

وعمله يُعذب يوم القيامة بسبب الانتحار عذاباً شديداً³⁴.

فقتل إنسان بغير حق كقتل الناس جميعاً، وبالمقابل فمن أنقذ حياة شخص فكأنما منح الحياة للناس جميعاً، قال تعالى: {مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا وَلَقَدْ جَاءَتْهُمْ رُسُلُنَا بِالْبَيِّنَاتِ ثُمَّ إِنَّ كَثِيرًا مِنْهُمْ بَعْدَ ذَلِكَ فِي الْأَرْضِ لَمُسْرِفُونَ} ³⁵.

ج - اهتمام الإسلام بروح الإنسان:

رغبة الاستمرار في الحياة فطرة موجودة عند كل المخلوقات، وهذه الغريزة موجودة في الإنسان الذي خلقه خالق الكون في أحسن تقويم ومنحه مكانة مشرفة بين مخلوقاته، وبصرف النظر عن السنوات الأخيرة فإن الانتحار لم يكن مشكلة اجتماعية - باستثناء حوادث فردية - لأن الإسلام لم يترك مشكلة أو محنة أو أزمة بدون حل، ولم يسمح للانتحار المُحَرَّم قطعاً أن يكون حلاً لهذه المشكلات. لكن الانتحار انتشر في المجتمعات الغربية، خاصة التي تعيش مستوى عالياً من الرفاهية، حتى صار كارثة اجتماعية حقيقية امتدت ذيلها حتى وصلت إلى بلادنا، وهي تنتشر في وطننا يوماً بعد يوم.

ففي عصرنا هذا كثُرَت الأسباب التي أضعفت القيم الأخلاقية والمعنوية عند الإنسان، مما جعله يفقد صحة روحه ويقع ضحية الاكتئاب النفسي، ومن لم يكن صاحب دراية وعلم ودين يبدو له الانتحار حلاً وحيداً لمشكلات الحياة، خلاف المتدينين، حيث أظهرت البيانات العلمية أنَّ الأشخاص الذين يتمسكون بالمعتقدات الدينية ينخفض عندهم الانتحار³⁶، لذلك ندرس هذه القضية في حياة المسلمين، ونحدد العوامل التي تؤثر على الصحة العقلية وتدفع بالإنسان إلى الانتحار، ونقدم أمثلة حية من القرآن الكريم ونعرف مدى تأثيرها الإيجابي على صحة الروح وسلامتها.

ففي يومنا هذا هناك قواعد معروفة للحفاظ على الصحة البدنية، لكن معرفتنا لها قليلة جداً، ومن أهم القضايا الاجتماعية في عصرنا الانتحار، وفيما يلي بعض ما يؤثر على قضية صحة الروح البشرية بطريقة سلبية:

1 - ضعف الاعتقاد (الإيمان)

إنَّ الشعوب التي سيطرت عليها العلمانية وأبعدتها عن دينها وقعت في خلط اعتقادي أثَّر سلباً في سلامة الروح، وبعبارة أخرى: إنَّ الإيمان بالله تعالى هو الضامن الذي يعطي حياة الإنسان المسلم أهمية ويؤمنه من الخوف والقلق إذا واجهته المتاعب والمصائب والمحن المختلفة، ويمنحه الثقة به³⁷ والتوكل عليه والخوف منه³⁸، والإنسان في كل الأحوال يعلم أن مرجعه إلى الله تعالى³⁹.

³⁴ البخاري الطب 56، والجنائز 84، و الوصايا 23، و العلم 37؛ مسلم الإيمان، 144، الترمذي، أبو عيسى محمد بن عيسى بن سؤرة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، سنن الترمذي، (1982 İstanbul)، الطب 7

³⁵ سورة المائدة آية رقم 32

³⁶ حياتي هوكلي (Hayati Hökelekli)، (İstanbul)، 22، (İslâm Ansiklopedisi، 22، (İstanbul)، *‘intiḥar’*

³⁷ سورة آل عمران آية رقم 159، 173؛ سورة النساء آية رقم 81؛ سورة التوبة آية رقم 51؛ سورة يوسف آية رقم 67

³⁸ سورة البقرة آية رقم 41، 194؛ سورة النساء آية رقم 1؛ سورة المائدة آية رقم 2؛ سورة الانعام آية رقم 72

³⁹ سورة البقرة آية رقم 28، 46-45، 223؛ سورة آل عمران آية رقم 28، 54-55؛ سورة المائدة آية رقم 48، 18؛ سورة الانعام آية رقم 36

والإيمان بالله تعالى يربط الإنسان بالحياة ويُشعره بحبها⁴⁰، فالإنسان الذي يؤمن بالله تعالى يؤمن بأن الحياة الدنيوية نعمة من الله تعالى، وبأنها في الوقت ذاته دار امتحان، وبأن كل شخص عرضة للامتحان في أشكاله المختلفة، وكذلك يؤمن بأن المحن التي يواجهها جزء من هذا الامتحان: {أَحْسِبِ النَّاسَ أَنْ يَبْتَكَوْا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ} ⁴¹ وبناء عليه فإن المؤمن بالله تعالى يجعل الإيمان أساساً لتحمل المشكلات، ويلتزم الصبر ضد المصاعب، ويتصدى لتحديات الحياة؛ لأن الصبر من أهم نتائج الإيمان بالله تعالى والثقة به، ومن أكثر الأمثلة وضوحاً حول ذلك ما قاله بديع الزمان، فقد ذكر أشرف أديب في مقابلة معه في عام 1952م أن كلام السيد سعيد النورسي يحمل في طياته الكثير من المعاني والعبر: (وقد بلغت الثمانين من عمري ولم أعرف للعالم طعاماً ولا لذة وقد مضى عمري كله في ميادين الحروب وسجون الأسر، وفي سجون الدولة وفي المحاكم الوطنية، ولم تبق مشكلة إلا وتعرضت لها ولا مصيبة إلا وأصبت بها، وقد عاملني ديوان الحرب معاملة وكأنني الظالم الجاني، وقد نفتني الدولة إلى أماكن متعددة وكأنني إنسان غير مبالٍ به، وفي سجون الدولة كنت في سجن انفرادي فقد منعوني من الاختلاط بالناس، وحاولوا تسميمي أكثر من مرة، وتعرضت لأنواع متعددة من الإهانة، وفي أوقات معينة تمنيت الموت أكثر من ألف مرة على الحياة، ولولا ديني وتحريمه للانتحار لكان سعيد تحت التراب قد مات)⁴².

وعلى هذا فالتخلص من الإجهاد والشدة والقلق والرعب الذي يؤثر على الصحة العقلية هو السبيل الوحيد للحفاظ على الحياة، وهو المفتاح الأول لصحة روحنا، وهو واجب من واجبات الدين الإسلامي وثمرة من ثمرات الإيمان بالله تعالى، فالذي يؤمن بالله يعرف أنه لم يُخلق عبثاً، ويعرف أن الحياة الدنيا هي دار امتحان ويعلم أن لها هدفاً ومعنى: {أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ}، فتعالى الله الملك الحق لا إله إلا هو ربُّ العرش الكريم⁴³، وأن استمرار الحياة واجب مهم، فلا بد للإنسان أن يكافح ويعمل من أجل استمرار الحياة على أحسن شكل، وأن يهتم بالدار الآخرة، لأن القرآن الكريم يؤكد أن الأمل والخير والأبدية في الدار الآخرة: {وَمَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ إِلَّا رَجُلًا نُوحِي إِلَيْهِمْ مِنْ أَهْلِ الْقُرَىٰ أَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَفَلَا تَعْقِلُونَ} ⁴⁴ وقال: {وَقِيلَ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا مَاذَا أَنْزَلَ رَبُّكُمْ قَالُوا خَيْرٌ} ⁴⁵ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ} ⁴⁶.

القرآن الكريم يقرر أن كل إنسان أو أمة عرضة للامتحان، وأن هذا الأمر قانون من قوانين الله تعالى: {أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّنَّهُمْ الْبَاسَاءُ وَالضَّرَّاءُ وَزَلُّوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ أَلا إِنَّا نَصُرُ اللَّهَ قَرِيبٌ} ⁴⁶ كما يقرر القرآن الكريم أن هذا الامتحان له أشكال متنوعة، واتجاهات مختلفة، فتارة يكون إيجابياً وأخرى سلبياً، كما أنه يصيب الإنسان في شخصه أو ما يتعلق به، فهناك من يمتحن في زوجته: {إِنَّا أَنهَى الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَرْوَاحِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعَفَّوْا وَتَصَنَّفُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

⁴⁰ سورة البقرة آية رقم 186، 152؛ سورة آل عمران آية رقم 186

⁴¹ سورة العنكبوت آية رقم 2؛ سورة آل عمران آية رقم 186

⁴² بديع الزمان، سعيد نورسي، (Tarihçe-i Hayatı, (İstanbul Söz Basım Yayın, 2004).

⁴³ سورة المؤمنون آية رقم 115-116

⁴⁴ سورة يوسف آية رقم 109

⁴⁵ سورة النحل آية رقم 30؛ سورة الأعلى آية رقم 17

⁴⁶ سورة البقرة آية رقم 214

* إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ⁴⁷ وهناك من يمتحن في ولده الذي يحبه كثيراً: {وَهِيَ تَجْرِي بِهِمْ فِي مَوْجٍ كَالْجِبَالِ وَنَادَى نُوحٌ ابْنَهُ وَكَانَ فِي مَعْزِلٍ يَا بُنَيَّ ارْكَبْ مَعَنَا وَلَا تَكُنْ مَعَ الْكَافِرِينَ، قَالَ سَاوِيَ إِلَى جِبَلٍ يَغْصِمُنِي مِنَ الْمَاءِ قَالَ لَا عَاصِمَ الْيَوْمَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِلَّا مَنْ رَجَعَ وَخَالَ بَيْنَهُمَا الْمَوْجُ فَكَانَ مِنَ الْمُغْرَقِينَ وَقِيلَ يَا أَرْضُ ابْلَعِي مَاءَكَ وَيَا سَمَاءُ أَفْلَعِي وَغِيضَ الْمَاءِ وَقُضِيَ الْأَمْرُ وَاسْتَوَتْ عَلَى الْجُودِيِّ وَقِيلَ بُعْدًا لِلْقَوْمِ الظَّالِمِينَ* وَنَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنْتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِينَ* قَالَ يَا نُوحُ إِنَّهُ لَيْسَ مِنْ أَهْلِكَ إِنَّهُ عَمَلٌ غَيْرُ صَالِحٍ فَلَا تَسْأَلْنِ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنِّي أَعِظُكَ أَنْ تَكُونَ مِنَ الْجَاهِلِينَ}⁴⁸ وَمَنْ النَّاسُ مَنْ يَمْتَحِنُ فِي أَبِيهِ: {وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ لِأَبِيهِ أَرِزْ أُنَتَّخِذُ أَصْنَامًا لِلَّهِ إِنِّي أَرَاكَ وَقَوْمَكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ}⁴⁹ ومنهم من يمتحن بالخوف والجوع ونقص في الأموال والأنفس، قال تعالى: {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ}⁵⁰ وقال: { وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَذَكَرَى لِلْعَابِدِينَ}⁵¹ ومنهم من يمتحن بالرزق وبفقدان وسائل العيش: {اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ وَفَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ}⁵²

وهذه الامتحانات كلها وما يشبهها من البلاء، تعترض حياتنا المعاصرة كما اعترضت الأمم السابقة.

وهنا قد يتبادر للذهن السؤال التالي: لماذا يُعَرَّضُ الله الناس لهذا الامتحان الذي يسلم منه أحد حتى الأنبياء؟ وهل له سبب أو حكمة؟ يمكن الإجابة عن هذا السؤال في ضوء آيات القرآن الكريم التي تبيِّن أَنَّ تَعَرُّضَ الْإِنْسَانِ لِبَعْضِ الْامْتِحَانَاتِ فِي هَذِهِ الدُّنْيَا لَهُ حِكْمَةٌ وَسَبَبٌ، وإليك بعض هذه الأسباب:

أ _ أن يعرف الناس ربهم ويعبدوه، يقول الله تعالى: {وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ}⁵³.

ب _ ليلبوا الله تعالى الناس بأعمالهم، فيميز العمل الحسن من غيره، يقول سبحانه: {الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُوفُ}⁵⁴.

ج _ أن يتميز الصابرون الذين يصبرون في مواجهة الصعوبات ومشاق الحياة بالأجر والبخشارة، ويصلون إلى حقيقة العبودية لله تعالى، قال الله تعالى: {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ}⁵⁵

د _ أن يستخرج الإنسان الدروس من قصص الأمم الماضية وأن يأخذ عبرة مما أصابهم، قال

⁴⁷ سورة التغابن آية رقم: 14؛ سورة الاعراف آية رقم 83؛ هود آية رقم 81-83؛ سورة الحجر آية رقم 59-60؛ سورة النمل آية رقم 57؛ سورة العنكبوت آية رقم 32-38؛ سورة الصفات آية رقم 135-136؛ سورة التحريم آية رقم 10-11

⁴⁸ سورة هود آية رقم 42-43؛ سورة يوسف آية رقم 18

⁴⁹ سورة الانعام آية رقم 74؛ سورة مريم آية رقم 42-48

⁵⁰ سورة البقرة آية رقم 156

⁵¹ سورة الانبياء آية رقم 83

⁵² سورة الرعد آية رقم 26؛ سورة النحل آية رقم 71؛ سورة الاسراء آية رقم 30؛ سورة العنكبوت آية رقم 62؛ سورة سبا

آية رقم 36؛ سورة الرومية رقم 37؛ سورة الزمر آية رقم 52

⁵³ سورة الذاريات آية رقم 56

⁵⁴ سورة الملك آية رقم 2

⁵⁵ سورة البقرة آية رقم 157؛ سورة محمد آية رقم 31

تعالى: {أَوَلَا يَرَوْنَ أَنَّهُمْ يُفْتَنُونَ فِي كُلِّ عَامٍ مَرَّةً أَوْ مَرَّتَيْنِ ثُمَّ لَا يَتُوبُونَ وَلَا هُمْ يَذْكُرُونَ} ⁵⁶.

الخلاصة: كل إنسان في الحياة الدنيا ممتحن بصنوف متعددة من ألوان المحن؛ كالقلق والحزن والمشقة، والحل الوحيد لاجتياز هذه الابتلاءات والمحن، والوصول إلى السعادة الأبدية هو الإيمان بالله تعالى، وإلا بقي الإنسان في يؤس وشقاء وكانت نتيجته أن يصبح من الخاسرين: {وَالْعَصْرِ ، إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ} ⁵⁷.

2 - ضعف العبادة (العمل الصالح)

العبادة والعمل الصالح لا ينفصل بعضهما عن بعض، وهما أمران يحدثان ويتجددان إذا استقر الإيمان في القلب، والعبادة تقوي الإيمان في القلب وتغذيه فهي غذاء القلوب، ولا يمكن للإيمان أن ينمو في القلب بدون العبادة والعمل الصالح، فالإيمان والعمل الصالح مفتاحان متلازمان لا ينفصل أحدهما عن الآخر؛ في الدنيا يفتحان أبواب الرخاء والسعادة، وفي الآخرة يفتحان أبواب الجنة قال تعالى: {وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ كُلَّمَا رُزِقُوا مِنْهَا مِنْ ثَمَرَةٍ رِزْقًا قَالُوا هَذَا الَّذِي رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ وَأُتُوا بِهِ مُتَشَابِهًا وَلَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَهُمْ فِيهَا خَالِدُونَ} ⁵⁸ والعبادة تمنع القلق داخل الإنسان، وتمنحه السعادة، وتمنعه من الوقوع في المهالك، قال تعالى: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} ⁵⁹ فالصلاة درع تحمي الإنسان من العمل السيء، قال تعالى: {اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ} ⁶⁰ والعبادة تنفذ الإنسان من الشعور بالوحدة وتجعله إنساناً اجتماعياً فعالاً في مجتمعه وبيئته.

يقرر القرآن الكريم أن الله خلق الإنسان من ذكر وأنثى، ثم جعلهم شعوباً وقبائل ليتعارفوا، وأمرهم بالمحبة والألفة والتقوى، قال تعالى: {يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ} ⁶¹ وأن يكونوا إخوة متعاونين مصلحين بين الناس، قال تعالى: {إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلَحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ} ⁶² كما أمرهم أن يقضوا على الخلاف والنزاع الذي يقع بينهم، قال تعالى: {وَإِنْ طَائِفَتَانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ اقْتَتَلُوا فَأَصْلَحُوا بَيْنَهُمَا فَإِنْ بَغَتْ إِحْدَاهُمَا عَلَى الْأُخْرَى فَفَاتِلُوا الَّتِي تَبْغِي حَتَّى تَفِيءَ إِلَى أَمْرِ اللَّهِ فَإِنَّ فَاتَتْ فَأَصْلَحُوا بَيْنَهُمَا بِالْعَدْلِ وَأَقْسِطُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ} ⁶³ وأمرهم بأن يتعاونوا على البر والتقوى، قال تعالى: {وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِنْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ} ⁶⁴.

كما ركز النبي صلى الله عليه وسلم على التضامن بين المؤمنين، ونصحهم بالتعاون في حال

⁵⁶ سورة التوبة آية رقم 126

⁵⁷ سورة العصر آية رقم 2-1

⁵⁸ سورة البقرة آية رقم 25؛ سورة البقرة، الآية: 82؛ سورة النساء آية رقم 124، 173؛ سورة الاحراف آية رقم 42؛ سورة

الرعد آية رقم، 29؛ سورة ابراهيم آية رقم، 23

⁵⁹ سورة الرعد آية رقم 28

⁶⁰ سورة العنكبوت آية رقم 45

⁶¹ سورة الحجرات آية رقم 13

⁶² سورة الحجرات آية رقم 10

⁶³ سورة الحجرات آية رقم 9

⁶⁴ سورة المائدة آية رقم 2

الشدة والعثرة، يقول النبي صلى الله عليه وسلم: " ترى المؤمنين في تراحمهم وتوادهم وتعاطفهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تدعى له سائر جسده بالسهر والحمى"⁶⁵ وبعبارة مختصرة: فإن روح الإنسان تسمو بالاتصال بينه وبين الله تعالى، وتتفقد قلبه من الأفكار السيئة، وتصحح سلوكه، وتنضجه أخلاقياً، وترفعه في المجتمع، وتجعله ذا قيمة، فائتاء العبادة يشعر الإنسان أنه في حضور بين يدي الله تعالى، ومن خلال العبادة يبتعد الإنسان عن المشاغل والأمور الدنيوية الأخرى التي تشغله عن الله، ويتجرد من الآثار الخارجية، وإن جاز التعبير فالعبادة توصله إلى حقيقة هي: أنه في حضور مع الله تعالى وجهاً لوجه، وفي مثل هذا الموقف والسلوك تطمئن الروح وتبتعد عن المشاكل والقلق⁶⁶.

3 - نقص التوكل والصبر والدعاء

ينشغل قلب الإنسان مع الزمن بما يثير القلق فيه، فالرعب والشدة واليأس والمصاعب والمصائب وخوف النقص في موارد الرزق تشكل حجاباً بين العبد وخالقه. وهذه الأمور وما يشابهها ليست سهلة الحل، لكن حلها ليس مستحيلاً. فالخوف واليأس الناجمان عن ضعف الإيمان يؤثران في شخصية الإنسان، وضعف الإيمان بالله هو شعور يدفع الإنسان إلى اليأس والعزلة، والطريقة الوحيدة لهزيمة هذا الشعور وعلاجه والتغلب عليه هي التوكل على الله والثقة به، فالله تعالى هو وحده العارف بحال عبده وهو حاميّه وهو الذي يسمع نجواه⁶⁷، قال تعالى: {وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يَمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ}⁶⁸.

فمن قوانين القرآن الكريم أنه من كان لديه إيمان صحيح فلا داعي للخوف من السلبات التي يواجهها، قال تعالى: {إِلَّا أَنْ أُولِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ ، لَهُمُ الْبُشْرَى فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ لَا تَبْدِيلَ لِكَلِمَاتِ اللَّهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ}⁶⁹.

وبناء على ما تقدم فإن التخلص من المصاعب التي تؤثر على حياتنا يكمن في أن نوكّل العمل إلى صاحبه وهو الله تعالى، يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم حول هذا الموضوع في دعاء له: "اللهم وجهت وجهي إليك وأسلمت نفسي إليك وفوضت أمري إليك وألجأت ظهري إليك رغبة ورهبة منك وإليك لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك، يا رب لا مانع لمن أعطيت ولا معطي لمن منعت ولا راد لمن قضيت لا إله إلا الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد يحيي ويميت بيده الخير وهو على كل شيء قدير وإليه المصير ولا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم"⁷⁰.

ومن أهم المشاكل التي ظهرت نتيجة ضعف الاعتقاد قضية خوف النقص في موارد الرزق التي تدفع الإنسان إلى الأزمة، وإذا نظرنا في حياة المجتمع نرى بين الناس من هو فقير ومن هو متوسط الحال ومن هو غني، وتفاضل الناس بهذه الطريقة عائد إلى الله تعالى، فالأمر بيده وله فيه حكمة

⁶⁵ البخاري، ادب 27، مسلم، بر 66

⁶⁶ نجاتي أونر، 'Stres ve Dinî İnanç', (Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara, 1989).

⁶⁷ سورة البقرة آية رقم 137 أنر، نجاتي، 'Stres ve Dinî İnanç', (Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara: 1989).

⁶⁸ سورة الأنعام آية رقم 17

⁶⁹ سورة يونس آية رقم 62

⁷⁰ البخاري، الدعوات 63

بالغة، لكن طغيان بعض الناس بسبب المال أو خوفا من الوقوع في الضيق والأزمة أنتج حوادث اكتئاب نفسية بين طبقات المجتمع. وحل هذه المشكلة يكمن في الإيمان الخالص بالله تعالى والتوكل عليه والرضى بما قدر الله لنا من الرزق، أي:

1 _ كما كانت حياة الإنسان (إتيانه إلى الدنيا وانفصاله عنها) مقدرة من الله تعالى وبيده فذلك رزقه ونفقتة، فهما مقدران ومضمونان من الله تعالى أيضاً، يقول تعالى: {وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ} ⁷¹ ولما ضمن الله تعالى رزق عبده وكفله بنفسه وجب على العبد الاعتماد على الله تعالى والتوكل عليه ⁷².

2 _ ولما كان رزق الإنسان ونفقتة بيد الله تعالى فذلك رزق ذريته، فهي بيد الله تعالى وتحت ضمانه، وإذا كانت المسألة كذلك فليس هنالك حاجة للقلق على رزق أولاده وعياله: {وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِنْ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ} ⁷³. {وَأِنْ خِفْتُمْ عَيْلَةً فَسَوْفَ يُغْنِيَكُمْ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ} ⁷⁴ {وَكَايُنْ مِنْ دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ} ⁷⁵

3 _ قسم الله تعالى رزق عباده بقدر معلوم، وكتب هذا التقسيم في اللوح المحفوظ، والذي كتب لا يزيد ولا ينقص ولا يتقدم ولا يتأخر: {أُولَئِكَ لَهُمْ رِزْقٌ مَعْلُومٌ} ⁷⁶ {وَاللَّهُ يَقْبِضُ وَيَبْسُطُ} ⁷⁷ وقال: {اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ وَفَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ} ⁷⁸. وقال: {إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ} ⁷⁹ وقال: {وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا} ⁸⁰.

4 _ والزيادة أو النقصان في الرزق امتحان من الله تعالى: {وَاللَّهُ فَضَّلَ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ فِي الرِّزْقِ فَمَا الَّذِينَ فُضِّلُوا بِرَادِّي رِزْقِهِمْ عَلَى مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَهُمْ فِيهِ سَوَاءٌ أَفَبِعِمَّةٍ اللَّهُ يَجْحَدُونَ} ⁸¹ وقال: {أَوْ لَمْ يَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ} ⁸² وقال: {أَوْ لَمْ يَرَوْا أَنَّ اللَّهَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ} ⁸³ يفهم من هذه الآيات كلها أنه لا مجال للقلق في موضوع الرزق والفقر لأن الذي كفل رزق كل حي كفل رزق الإنسان أيضاً، فواجب على الإنسان أن يبذل الجهد للحصول على رزقه ويتوكل على الله تعالى. ولا ننسى أن صاحب التوكل يأخذ رزقه بالعزة، والطامع الحريص يكون ذليلاً؛ لأن الرزق لا يزيد ولا ينقص بالحرص ⁸⁴، ولا شك أن من أهم الأسباب التي تزجج الإنسان وتقلق هي نقص قوته ورزقه.

⁷¹ سورة هود آية رقم 6

⁷² سورة الاعراف آية رقم 10

⁷³ سورة الأنعام آية رقم 151

⁷⁴ سورة التوبة آية رقم 28

⁷⁵ سورة العنكبوت آية رقم 60

⁷⁶ سورة الصافات آية رقم 41

⁷⁷ سورة البقرة آية رقم 245

⁷⁸ سورة الرعد آية رقم 26

⁷⁹ سورة الاسراء آية رقم 30

⁸⁰ الطلاق آية رقم 3

⁸¹ سورة النحل آية رقم 71

⁸² سورة الزمر آية رقم 52

⁸³ سورة الروم آية رقم 37

⁸⁴ حقي اسماعيل أرضي روملي (Erzurumlu İsmail Hakkı)، Marifetnâme, (Bedir Yayınevi: İstanbul), 719.

فإذا واجه الإنسان عدداً من السلبيات يصاب بالاضطراب والقلق النفسي، ويعيش في ملل ودون أمل في المستقبل⁸⁵، فإذا عدنا إلى القرآن الكريم نرى أنه يوصي الإنسان في مثل هذه الحال بالصبر ويطلب منه الاستعاذة بالله تعالى؛ لأن الصبر من أهم الفعاليات التي تعالج إجهاد النفس والقلق، والصبر معين على تحمل الحزن والألم ومعين على سعة الصدر. والاعتماد على الله تعالى يجب أن يكون مبدئياً ونابعاً من قلب الإنسان وصميم أخلاقه مهما كانت الأحوال سيئة. وبالمقابل فالذي يعتقد أنه سيحل مشكلته ومحنته بالإنتحار سيلقى مشكلة ومحنة أكبر في الحياة الآخرة بعد الموت، وهي الخلود في نار جهنم (يبقى في جهنم خالداً فيها).

وقد ذكر في القرآن الكريم مراراً وتكراراً أن من صبر على المصائب والمحن التي تواجهه يكون مسلماً حقيقياً وعاقبته الخلود في الجنة، قال تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ }⁸⁶ وقال: { اسْتَعِينُوا بِاللَّهِ وَاصْبِرُوا إِنَّ الْأَرْضَ لِلَّهِ يُورِثُهَا مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ }⁸⁷ وقال: { وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ }⁸⁸ وقال: { وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ }⁸⁹ وقال: { وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ }⁹⁰ وقال: { مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَنَجْزِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ }⁹¹ وقال: { وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ }⁹².

والداعي يلجأ إلى الله تعالى وينتصر به ويطلب الرحمة منه، وبعبارة أخرى: فالدعاء هو: طلب بقلب خالص من الله تعالى، والدعاء — في حال التشاؤم وفقدان الأمل — نور يضيء في قلب الإنسان ويفتح أبواب الأمل له، ويخفف حزنه وضيقه وهو دواء الروح، كما أن الدعاء قوة معنوية تحمي الداعي إذا واجهته الكوارث والبلايا، والدعاء الذي هو رابطة بين الله تعالى والعبد هو واسطة مهمة لوصول مساعدة الله تعالى ومدده⁹³، يقول الله تعالى في القرآن الكريم في حق هذا الموضوع: { وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۖ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ }⁹⁴ وقال: { وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ ۚ لِلرَّجَالِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبُوا ۚ وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبْنَ ۚ وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا }⁹⁵ وقال: { ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ }⁹⁶ وقال: { قُلْ ادْعُوا اللَّهَ أَدْعُوا الرِّحْمَنِ أَيُّ مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ

⁸⁵ مصطفى كويلي، *Kur'an'da Ruh Sağlığı* مجلة كلية الاهيات، جامعة اوندكوز مايس، عدد 31(2011)

⁸⁶ سورة البقرة آية رقم 153

⁸⁷ سورة الاعراف آية رقم 128

⁸⁸ سورة البقرة آية رقم 157

⁸⁹ سورة آل عمران آية رقم 146

⁹⁰ سورة الانفال آية رقم 46

⁹¹ سورة النحل آية رقم 46

⁹² سورة البقرة آية رقم 45

⁹³ سورة المؤمن آية رقم 60، سورة البقرة آية رقم 152؛ سيف الدين يازجي، سيف الدين يازجي، *İnananların Güç*

Kaynağı Dua' (DİB. Yayınları, Ankara, 2002).

⁹⁴ سورة البقرة آية رقم 186

⁹⁵ سورة النساء آية رقم 32

⁹⁶ سورة الاعراف آية رقم 55

الْحُسْنَى وَلَا تَجْهَرْ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا⁹⁷، وقال: {وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ⁹⁸ وقال: {هُوَ الْحَيُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ⁹⁹، وبناء على ذلك فإن الإنسان إذا التجأ إلى الله تعالى بإخلاص، وطلب النصرة منه وحده فإنه يقبل دعاءه ويستجيب طلبه، يقول الله تعالى في القرآن الكريم: {وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ¹⁰⁰

الخاتمة

يمكن أن نقول: إن القرآن الكريم ليس كتاب عقيدة وعبادة وأخلاق فقط، بل هو في الوقت ذاته حصن منيع، ومرشد أمين لحل كافة المشكلات الاجتماعية والفردية كالإنتحار مثلاً، كما يبين موقع الإنسان عند الله تعالى أيضاً، فهو دستور مهم للحياة، كما يبين القرآن الكريم موضوع الروح التي هي في غاية الأهمية للحفاظ على حياة الإنسان؛ لأننا إذا نظرنا للأمور من زاوية القرآن الكريم نرى أن الإنسان عند الله تعالى مقدس ومشرف، وأن حياته تحت حماية القانون الرباني، ونرى أيضاً أن كل ما يشكل خطراً على حياة الإنسان مثل الإنتحار والإجراءات المماثلة له حرام قطعاً، ونرى أيضاً أن الدنيا هي دار امتحان، وأن كل شخص يتعرض للامتحان في أشكاله المختلفة، وأن الحياة والموت قضاء وقدر من الله تعالى وتحت تصرفه، وأنه لا داعي للقلق في الرزق؛ لأن رزق كل دابة على الله تعالى، وأن المؤمن الذي يؤمن أن الأمور كلها بمشيئة الله تعالى وتقديره يكون مالِكاً لصحة روحية قوية¹⁰¹، ويحدد القرآن الكريم أيضاً أن الله تعالى لا يكلف الإنسان ما لا يطيق، بل يكلفه من المسؤولية على قدر ما يطيقه، وأن هذه المسؤولية تكون فردية كما تكون اجتماعية. وبالتالي فليعلم المؤمن أنه مسؤول عما في وسعه، ولا ينبغي له أن يدخل في القلق من أجل الأمور التي تتجاوز استطاعته وقدرته، فعليه أن يعمل ما في وسعه ويترك الباقي على الله تعالى¹⁰² والمهم هنا هو شعوره بمسؤوليته وأداء واجباته بحق¹⁰³. وفي القرآن الكريم آيات كثيرة حول هذا الموضوع مثلاً: {مَنْ اهْتَدَى فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا¹⁰⁴ والواجب هنا على المسلم أولاً أن يعمل واجبه بحقه ويترك البقية على الله تعالى¹⁰⁵.

بناء على ذلك فإن المشكلات التي ظهرت في عالمنا المعاصر بسبب الابتكارات التي تضيف على حياتنا الحداثة يمكن أن نقول فيها: إذا نظرنا لهذه المشكلات من زاوية القرآن الكريم وطبقنا مبادئه في حياتنا يمكن حل المشكلات التي تزعجنا مادياً ومعنوياً بسهولة، لأن القرآن الكريم كما هو دليل لسعادة الدنيا والآخرة فهو أيضاً مصدر شفاء ورحمة للمؤمنين.¹⁰⁶

⁹⁷سورة الأسراء آية رقم 111

⁹⁸سورة غافر آية رقم 60

⁹⁹سورة غافر آية رقم 65

¹⁰⁰سورة البقرة آية رقم 186

¹⁰¹مصطفى كويلى، 'Kur'an'da Ruh Sağlığı'، مجلة كلية الاهيات، جامعة اوندوكوز ماييس، عدد 31(2011)

¹⁰²انظر في هذا الموضوع الايات: سورة البقرة آية رقم 233؛ سورة الانعام آية رقم 152؛ سورة الاعراف آية رقم 42؛ سورة

المؤمنون آية رقم 62

¹⁰³سورة البقرة آية رقم 286

¹⁰⁴سورة الإسراء آية رقم 15

¹⁰⁵سورة آل عمران آية رقم 186، 259

¹⁰⁶مصطفى كويلى، 'Kur'an'da Ruh Sağlığı'، مجلة كلية الاهيات، جامعة اوندوكوز ماييس، عدد 31(2011)

المراجع

- البخاري، أبو عبدالله محمد بن اسماعيل بن ابراهيم البخاري، صحيح البخاري (الجامع الصحيح) Istanbul, 1981.
- أبو داود، سليمان بن اشعث بن اسحاق السجستاني، سنن أبي داود، Istanbul, 1981.
- ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، سنن ابن ماجه، دار إحياء الكتب العربية : بيروت، 1979.
- آرون، رايمون (Raymon Aron)، *Sosyolojik Düşüncenin Evreleri*, Ankara: 1986l.
- أرضي روملي، اسماعيل حقي، *Marifetnâme*, Bedir Yayınevi: İstanbul.
- أنر، نجاتي، *Stres ve Dinî İnanç*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara: 1989.
- الترمذي، أبو عيسى محمد بن عيسى بن سؤرة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، سنن الترمذي (الجامع الصحيح)، Istanbul: 1982.
- بديع الزمان سعيد نورسي، *Tarihçe-i Hayatı Söz Basım Yayın*, İstanbul: 2004.
- هوكللي حياتي، *'intihar' DİA, İslâm Ansiklopedisi*, 22, İstanbul.
- يازجي، سيف الدين، *İnananların Güç Kaynağı Dua*, DİB. Yayınları, Ankara: 2002.
- كوينجك، ه.ع (Harold G. Koenig)، *Religion, Spirituality and Medicine: Research Findings and Implications for Clinical Practice*, Southern medical journal, 97, (2004).
- كويلي، مصطفى، *Ruh Sağlığı ve Din: Batı Toplumu Açısından Bir Değerlendirme* مجلة كلية الالهييات، جامعة اوندكوز مايس، ع.23، ص.65-92، (2007).
- كويلي، مصطفى، *Ruh ve Beden Sağlığı Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirmesi*، مجلة كلية الالهييات، جامعة اوندكوز مايس، ع.28، ص. 5-36، (2010).
- كويلي، مصطفى، *Kur'an'da Ruh Sağlığı* مجلة كلية الالهييات، جامعة اوندكوز مايس، ع.31، ص. 65-92، (2011).
- مسلم، أبو الحسن مسلم بن الحجاج بن مسلم القشيري النيسابوري، صحيح مسلم (الجامع الصحيح)، بيروت: 1956.