

## السؤال

أنا شخص يقرض أظفاره دائماً وحاولت كثيراً أن أتوقف عن هذه العادة دون فائدة ، سمعت أن قرض الأظافر مكروه جداً في الإسلام ، ولكن لا أحد أعطاني سبباً لهذا ، هل يمكن أن تساعدني ؟ .

## الإجابة المفصلة

الحمد لله.

يقول الأطباء إن ظاهرة قرض الأظفار عند الأطفال لها تعلق بمشاكل نفسيّة ، فإن كانت هذه الظاهرة عندك منذ صغرك : فإننا نقترح عليك سؤال طبيب نفسي تثق بدينه وعلمه .

وأما من الناحية الشرعية :

فقد جاء الإسلام بمحاسن الأخلاق والعادات ، ونهى عن مساوئها ، وهذه العادة - قرض الأظافر - مستنكرة عند عامة الناس ويعدونها من العادات السيئة ، مع ما قد يترتب على ذلك من أذى أو ضرر للجسم نظراً لما قد يجتمع تحت الأظافر من الأوساخ أو ما يسببه من أذى للأظافر والأسنان .

ولذلك فينبغي أن تحمل نفسك على الكف عن هذه العادة ، وهذا قد يكون فيه صعوبة في بادئ الأمر ، إلا أنك سوف تعتاده ويصير خلقاً لك فيما بعد ، وهكذا الشأن في جميع الأخلاق الحسنة يمكن للإنسان أن يتكلف فعلها ويحمل نفسه عليها حتى تصير له عادة وسجينة ، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم : ( إنما العلم بالتعلم وإنما الحلم بالتحلم ) حسنه الألباني في صحيح الجامع ( 2328 ) .

والله أعلم .