

خطبة الجمعة بعنوان)المشكلات النفسية(للشيخ أ.د. سعد الختلان

0441 / 5 / 21 هـ

سعد الختلان

الحمد لله الذي خلق فسوى وقدر فهدي واجزى المرعى فجعله غثاء واعطى كل شيء خلقه ثم هدى. احمده تعالى وشكره وشهاده ان لا
الله الا الله وحده لا شريك وشهاده ان محمدا عبده ورسوله ارسله الله تعالى بين يدي الساعة بشيرا ونذيرا - 00:00:01

عاديا ومبشرا ونذيرا، فبلغ الرسالة وادى الامانة ونصح الامة. فصلوات الله وسلامه عليه وعلى الله وصحابه ومن اهتدى بهديه واتبع
سنته الى يوم الدين. اما بعد فاتقوا الله ايها المسلمين - 00:00:31

يا ايها الذين امنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا. يصلح لكم اعمالكم. ويغفر لكم ذنوبكم ومن يطع الله ورسوله فقد فاز فوزا
عظيما عباد الله ان الانسان مكون من جسد وروح - 00:00:51

وحقيقة موت الانسان هي مفارقة الروح للجسد واثناء حياة الانسان في هذه الدنيا بجسده وروحه يعتريه كلا من الجسد والروح
امراض وعلل. اما الامراض التي تصيب الجسد وهي ما تسمى بالامراض العضوية. فانها تكون - 00:01:12

محسوسه وظاهرة للعيان. تعالج في المستشفيات لدى الاطباء. ولكن هناك نوع اخر من الامراض التي تصيب الروح والتي تسمى
بالامراض النفسية وهي في الاعم الاغلب غير محسوسه لكنها تعرف باثارها - 00:01:32

وهي لا تقل في حجمها عن الامراض العضوية. ولربما تكون اخطر وتكون اثارها كبيرة وربما ادت تلك الاثار الى ان يفكر الانسان في
قتل نفسه ولقد كثرت المشكلات والامراض النفسية في زماننا هذا بشكل ملحوظ ولا ادل على ذلك من كثرة ما نسمع عن قتله -
00:01:52

النفس المسمى بالانتحار وهذا هو من ابرز اثار المشكلات النفسية. وهذا يستدعي منا الوقوف على اسباب هذه المشكلات. وعلى لا
جهة عباد الله ولئن كان قتل النفس المسمى بالانتحار هو ابرز اثار المشكلات النفسية فان هناك - 00:02:20

اثارا اخرى لها ومنها الانحراف والوقوع في الجريمة والفساد الاخلاقي وتعاطي المخدرات ومن اثارها ايضا الانسحاب من المجتمع
وايشار العزلة والانطواء على النفس ومن اثارها ايضا تشتت الاسرة وتطليق الزوجة وتفكيك اواصر تلك الاسرة المسلمة - 00:02:45
ومن اثارها النظرة الخاطئة للمجتمع وللحياة. حتى لربما ادى ذلك الى ان يترك ذلك الانسان دراسة ان كان طالبا او وظيفته ان كان
موظفا. ومن اثارها كثرة الشك والوسوس حتى لا يثق الانسان في الناس - 00:03:13

وربما لا يثق في اقرب اقرب قريب. ومن اثارها الوسوس بمحظوظ ا نوعه. سواء كان وسوسه في الطهارة او وسوسه في النية او
وسوسه في الطلاق او في اي مجال من المجالات - 00:03:33

وكل ذلك وغيره من اثار هذه المشكلات النفسية. وهي اثار كبيرة وربما دمرت حياة الانسان. وربما اتعبت ذلك الانسان واتعبت ايضا من
حوله من اهل واقارب. وهم يتعجبون من تصرفاته الغريبة. ولا يدركون - 00:03:52

الاسباب الحقيقية لتلك التصرفات وادا اردنا ان نبحث عن ابرز اسباب تلك المشكلات. فنجد ان من ابرز اسباب كثير منها هو البعد عن
الله عز وجل وضعف الوازع الديني لان الله تعالى توعد من اعرض عن ذكره بضنك المعيشة. وهذا قبل يوم القيمة - 00:04:12
قال سيدنا وحشيشة ضنكنا. وحشره يوم القيمة اعمى. قال ربى لما حشرتني اعمى قد كنت بصيرا. قال
كذلك انتك ايادنا فنسيتها. وكذلك اليوم تنسي. وكذلك نجزي من اسرف ولم يؤمن - 00:04:37

ربه ولا عذاب الآخرة اشد وابقى. وتوعد الله عز وجل من اعرض عن ذكره بان تكون معيشته ضنكا. اما من اتصل بالله عز وجل وانس بالله وذاق طعم الايمان وحلواة المناجاة للرب - 00:04:57

سبحانه فلن تجد هذه المشكلات اليه سببلا. فهو راض بما قسمه الله وهو قانع بما اعطاه الله. وهو صابر على ما يقدرها الله تعالى عليه من القدر فالبعد عن الله عز وجل هو من ابرز اسباب هذه المشكلات - 00:05:17

ومما يدل لذلك ان ابرز اثارها هو قتل النفس المسمى بالانتحار. ولا يمكن للمؤمن المستقيم على طاعة الله ان قف على ذلك او حتى يفكر فيه. وهو يقرأ قول الله تعالى ولا تقتلوا انفسكم ان الله كان بكم رحيم. ومن - 00:05:39
عن ذلك عدوانا وظلمها فسوف نصليه نارا وكان ذلك على الله يسيرا. قوله النبي صلى الله عليه وسلم من قتل نفسه بحديدة فحديته في يده يتوجأ ان يضرب بها نفسه في نار جهنم خالدا فيها مخلدا - 00:05:59

ابدا. متفق عليه. ان المؤمن حتى وان تعرض في الحياة لمصاعب ومتاعب ولمواقف ومشكلات. فلن فكر في الاقدام على امر لن يخلصه من محتنته. وانما سينقله الى ما هو اشد منها. ان المؤمن عندما يتعرض - 00:06:19

تلك الضغوطات في الحياة وتلك المشكلات يلجم الله عز وجل. امن يجيب المضطرب اذا دعا واما سألك عبادي عنني فاني قريب اجيب دعوة الداع اذا دعاني. ادعوني استجب لكم فهو يلجم الله عز وجل - 00:06:39
بل عند المصاعب والمتاعب والكره. ان التفكير في الانتحار عندما يتعرض الانسان للضغوط يدل على استحكام النظرة المادية لذلك الانسان وکأن هذه الدنيا هي نهاية المطاف عنده وكأنه بقتله لنفسه سوف يستريح من هموم الحياة. وهذه نظرة خاطئة انها - 00:06:59

من لا يؤمن بالله واليوم الآخر. ولذلك اكثرا ما تقع حوادث الانتحار في المجتمعات الكافرة. وتقل كثيرا في المجتمعات الاسلامية عباد الله ومن ابرز اسباب هذا النوع من المشكلات ظعف التربية. وذلك اما بسبب موت الوالدين او احدهما وانعدام - 00:07:23
الموجه والمرشد لذلك اليتيم او بسبب انفصال الوالدين بطلاق ونحوه. فينشأ ذلك الطفل ضحية لذلك لم انفصال ويتجزء مراره فقده لحنان والديه. فتتشاءم لديه المشكلات والعقد النفسية. ولربما تراكمت واثرت - 00:07:48

عليه في حياته. وربما عاش الطفل بين ابويه لكنه لم يجد التربية الصحيحة. والعناية المطلوبة وذلك بسبب شدتي في المعاملة فان بعض الاباء يتعامل مع اولاده بقسوة وعنف حتى ينفر ولده منه وربما كره ومع - 00:08:08
احد النفور فلن يتقبل منه او يستجيب له. ولربما يكون السبب هو الاهمال وعدم العناية فالاب مشغول في تجارتة ومع اصدقائه لا يغير ذلك الابن اي اهتمام. بعيد عنه لا يتحسس مشكلاته. ولا يدرى عن حاله ولا مع من يذهب - 00:08:28

ولا عن مستوى الدراسي. ومن هنا نشأ لدى ذلك الشام مشكلات وعقد فلا يجد يدا حانية يبوح لها بمشكلاته ولربما يكون كثير من تلك المشكلات انما هي اوهام او نظارات غير صحيحة تحتاج الى - 00:08:48

فمن يكون قريبا منه فيصحح نظرته للحياة وللناس ولجميع ما ولجميع المجالات. ومن هنا تراكم تلك المشكلات في نفس ذلك الشام. ولربما ادت الى انحرافه. او ربما بلغت الى ان يفكر في ان يقدم على الانتحار. او ان - 00:09:08
انها على الاقل تتسبب في انطوائيته وخجله وانسحابه من المجتمع ومن اسباب هذا النوع من المشكلات الحساسية المفرطة لدى بعض الناس. تجاه المواقف وتجاه الاحداث وهذه الحساسية تتسبب مع مرور الوقت في الاصابة بالامراض والعقد النفسية. وقد ارشدنا ربنا عز وجل - 00:09:28

لم يقف الى ما ينبغي ان نفعله مع بعض الطبقات الصعبة في المجتمع. والطبقات غير محترمة. فان الانسان في عيشه مع الاخرين لابد ان يواجه طبقات صعبة يصعب التعامل معها ولابد ان يواجه طبقات غير - 00:09:57

كرمه تستمتع باذية الاخرين. فكيف يتعامل مع هذا النوع من الطبقات في المجتمع؟ يقول ربنا عز وجل في وصف عباد الرحمن واذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما. فالانسان قد يناله اذى من هذه الطبقات التي سماها الله - 00:10:19
الله تعالى ذو الجاهلين قد يناله اذى منهم والمطلوب الا يتعامل الانسان معهم بالاسوء وبالحساسية المفرطة لا يرد بالمثل او ان ذلك

يحدث في نفسه اثرا كبيرا وانما ارشدنا ربنا عز وجل الى الاعراض - 00:10:39

عن هذا النوع من الناس عن هذه الطبقة في المجتمع ان نعرض عنها. فقال واعرض عن الجاهلين. وقال اذا سمعوا اللغو اعرضوا عنى وفي الاية السابقة امرنا بان نقول لهم سلاما. واذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما. اي الا نرد اساءتهم بمثلها - 00:10:59

بل نردها بالقول اللين وباللطف وبالاعراض عنهم. وعدم مقابلة بمثلها لان مقابلة الاساءة بمثلها مما يزيد المشكلة واما يؤججها وربما تتطور الى امور كبيرة وتكون مؤثرة على ذلك الانسان - 00:11:23

وخير من ذلك هو دفع السيئة بالحسنة. كما قال الله تعالى ادفع بالتي هي احسن. اذا الذي بينك وبين له عداوة كانه ولد حميم. ولكن هذه الخصلة وهي دفع السيئات بحسنة صعبة على النفوس. يحتاج الى صبر - 00:11:49

عظيم. ولهذا قال سبحانه وما يلقا هذه الخصلة وهي دفع السيئات بالحسنة الا الذين صبروا. وما الا ذو حظ عظيم. لا يوفق لهذه الخصلة الا ذو نصيب وافر من الاخلاق الكريمة الحسنة - 00:12:09

ومن اسباب هذا النوع من المشكلات النظرة الخاطئة للحياة فبعض الناس يظن ان هذه الحياة ستصفو له وانها ستكون خالية من المكدرات والمنغصات. ولا يعرف طبيعتها. فهذه الحياة قد طبع الانسان فيها على كدر - 00:12:29

وعلى نك وعلى كبد كما قال الله تعالى لقد خلقنا الانسان في كبد. فالانسان يكبد مصاعبها ويکبد متابعها تکبد همومها وغمومها فهیهات ان تصفو لاحد. طبعت على كدر وانت تريدها صفو من القدر والاکدار - 00:12:55

ومكلف الايام فوق طباعها متطلب في الماء جذوة نار. هل يمكن ان يوجد في الماء نار هكذا لا يمكن ان تصفو هذه الحياة لاحد. فالابد فيها من اختلاط المصاعب باللذائذ. لابد ان تختلط - 00:13:17

المتع بالمتاعم ولذلك لابد ان يوطن الانسان نفسه على تحمل تلك المصاعب والمتاعب وان يرفع مستوى الصبر وان يبتعد عن التحسس من تلك المصاعب والمتاعب. لان هذه هي طبيعة الحياة الدنيا. فالابد من توطين النفس - 00:13:37

على ذلك ومن اسباب ايضا ان المقارنات وان ينظر الانسان الى من هو فوقه ومن هو اعلى منه. فيبقى حينئذ تعيش بئيسا محبطا مع ان ما فيه يتمناه كثير من الناس ما هو فيه من النعم يتمناه كثير من الناس. وقد ارشد النبي صلى الله عليه وسلم الى هذا - 00:13:57

فقال انظروا الى من هو اسفل منكم ولا تنتظروا الى من هو فوقكم فهو اجرد الا تزدروا نعمة الله عليكم فعلى الانسان الا يقارن نفسه بمن هو فوقه. ومن فضل عليه في النعم. وانما يقارن نفسه بمن هو اقل منه - 00:14:25

فانه اذا قارن نفسه بمن هو اقل منه استحضر قدر نعمة الله عليه وبقي راضيا بما قسمه الله تعالى له واذا رضي الانسان بما قسم الله له فانه حينئذ ينال السعادة في الحياة. وكما - 00:14:45

قال بعض الحكماء ليست السعادة ان تملك اكثرا مما يملك الناس ولكن السعادة ان ترثى اكثرا مما يرثى الناس اقول قولي هذا واستغفر الله لي ولكم ولسائر المسلمين من كل ذنب فاستغفروه وتوبوا اليه انه هو الغفور الرحيم - 00:15:05

الحمد لله رب العالمين الرحمن الرحيم ما لك يوم الدين وشهاد ان لا الله الا الله وحده لا شريك له ولد الصالحين. وشهاد ان مخدعا عبده ورسوله امام المتقيين صلى الله عليه وعلى الله وصحبه ومن اهتدى بهديه الى يوم الدين وسلم تسليما كثيرا. اما بعد فان خير - 00:15:26

كتاب الله وخير الهدى هدي محمد صلى الله عليه وسلم وشر الامور محدثاتها وكل محدثة بدعة. عباد الله ومن اسباب هذا النوع من مشكلات النظرة الخاطئة لمن حوله من الناس من زوجة واقارب وزملاء واصحاب - 00:15:57

فمن الناس من يريد من الاخرين ان يكونوا كاملين مكملين لكل ما يجب ويستحب من حقوق نحوه. اذا رأى منهم تقصيرا اذا رأى منهم تقصيرا في هذا تقدر وقلق. وربما اصبح هو واياهم في شقاق - 00:16:15

نزاعات ولجاج وربما كان هذا سببا لتكدير حياته الزوجية وعلاقاته الاسرية وقد ارشدنا النبي صلى الله عليه وسلم الى التغاضي عما يجده الانسان في الاخرين من العيوب. والى ملاحظة ما فيه من المحاسن - 00:16:35

ايجابيات ومثل النبي صلى الله عليه وسلم لذلك بالزوجة لانها هي اقرب انسان والصق انسان بالانسان فهي تكون مع زوجها في مأكله ومشربه ومنامه. يقول النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الحديث العظيم - [00:16:54](#)

لا يفرك اي لا يكره ويبغض مؤمن مؤمنة. ان كره منها خلقا رضي منها خلقا اخر رواه مسلم قال بعض اهل العلم في هذا الحديث فائدتان عظيمتان احدهما الارشاد الى معاملة الزوجة والقريب والصاحب والمعامل - [00:17:14](#)

وكل من كان بينك وبينه علقة واتصال. وانه ينبغي ان توطن نفسك. على انه لابد ان يكون فيه عيب او او نقص تكرهه. فاذا وجدت ذلك فقارن بين هذا وبين ما يجب عليك او ينبغي لك من قوة الاتصال. والابقاء - [00:17:36](#)

المحبة وذلك بان تتذكر ما فيه من المحسن وما فيه من الايجابيات وبهذا الاغظاء عن المساوى قشت المحسن تدوم الصحبة والاتصال وتتم الراحة وتحصر السعادة فيركز الانسان على ما في هذا الشخص من ايجابيات ومحاسن ويغض الطرف عن ما فيه من سلبيات - [00:17:57](#)

والفائدة الثانية هي زوال الهم والقلق وبقاء الصفاء والمداومة على القيام بالحقوق الواجبة والمستحبة اصول الراحة بين الطرفين ومن لم يسترشد بهذا بل عكس القضية فلحوظ المساوى وركز على العيوب وعمي عن المحسن - [00:18:23](#)
فانه لابد ان يقلق ولابد ان يتذكر وتنتفع كثير من الحقوق. التي على كل منها المحافظة عليها. فمن كان يركز على العيوب والمساوى ولا ينظر للمحسن فانه لن تستقر حياته الزوجية - [00:18:46](#)

تبقى في مشاكل وفي خصومات مع والديه ومع اولاده ومع اقاربه وزملائه واصحابه. ولكن لو انه انتهج ما ارشد اليه النبي صلى الله عليه وسلم وذلك بان يركز على المحسن والايجابيات في من يتعامل معه ويغض الطرف عن - [00:19:06](#)
المساوى فانه يحصل له خير كثير. تدوم تلك العلاقة ويكون بعيدا عن القلق والتذكر فعلى المسلم التسامح في تعامله مع الاخرين. والتغافل وعدم التدقير في اساءة الناس ولا زال الحكماء يوصون بالتفاهم - [00:19:26](#)

ليست ليس الغبي بسيد في قومه. ولكن سيد قومه المتغابي. اي المتغافل. قال بعضهم المروءة هي غافل عن زلل الاخوان. وقال الامام احمد العافية كلها في التغافل وقال بعضهم وجدت ان اكثر الامور الدنيا لا تستقيم الا بالتفاهم. ومعنى التغافل ان الانسان يدرك ذلك - [00:19:50](#)

الخطأ ويدرك ذلك العيوب في ذلك الانسان لكنه يتغافل عنه. ويركز على ما فيه من المحسن والايجابيات انه بذلك تدوم المودة وتدوم الصحبة ويكون بعيدا عن القلق والتذكر. فهذا توجيه من النبي صلى الله عليه - [00:20:18](#)
وسلم ينبغي ان يجعله المسلم مبدأ له في الحياة وفي تعامله مع الاخرين الا واكثروا من الصلاة والسلام على البشير النذير والسراج المنيب. فقد امركم الله بذلك فقال سبحانه ان الله وملائكته يصلون على النبي. يا ايها الذين امنوا صلوا عليه وسلموا تسليما - [00:20:38](#)

اللهم صلي وسلم وبارك على عبده ورسولك محمد. وارض اللهم عن صاحبته اجمعين وعن التابعين ومن تبعهم بحسان الى يوم الدين. وعنا معهم بعفوك وكرمك يا رب العالمين اللهم اعز الاسلام والمسلمين اللهم اذل الكفر والكافرين. اللهم انصر من نصر دين الاسلام في كل مكان واحذر من خذل دين الاسلام في كل مكان - [00:20:58](#)

يا حي يا قيوم يا ذا الجلال والاكرام. اللهم اغفر لنا وللمؤمنين والمؤمنات والمسلمين والمسلمات الاحياء منهم والاموات. اللهم وفق ولاة امور المسلمين لتحكيم شرعيك واجعلهم رحمة لرعاياهم. ووفق امامنا وولي امرنا لما تحب وترضى. وقرب منه البطانة الصالحة الناصحة التي - [00:21:18](#)

اذا ذكر وتنذكره اذا نسي يا حي يا قيوم. اللهم وفقه ونائبه لما فيه صلاح البلاد والعباد. يا ذا الجلال والاكرام. اللهم ادم عليم نعمة الامن والاستقرار والرخاء ورغم العيش واجعلها علينا طاعتك ومرضاتك. واجعلنا لنعمك والائذ شاكرين - [00:21:38](#)
اللهم اعنا على ذكرك وعلى شكرك وعلى حسن عبادتك. نسألك اللهم من الخير كله عاجله واجله ما علمنا منه وما لم نعلم. ونوعذ بك من الشر كله عاجله واجله ما علمنا منه وما لم نعلم سبحانه رب العزة عما يصفون وسلام على المرسلين والحمد لله رب العالمين -

00:21:58