

يشتكى من ضيق الصدر والقلق فيما تنصحونه ؟ | | للشيخ خالد

الفليج

خالد الفليج

يقول السائل عندي سؤال يا شيخ لا جاء الليل احس بضيق واما مرض وامرض فما هل هذا جزاكم الله خيرا؟ طبعا يشتكى هو الان من

اه قلق وحيرة يضيق الصدر. هو لابد ان نفهم - [00:00:00](#)

ان جميع ما يصيب العبد جميع ما يصيب العبد انما هو بسبب ذنوبه كما قال تعالى وما اصابكم من مصيبة ما كسبت ايديكم. فالعبد

انما يصاب الهم والغم وضيق الصدر الا بسبب الذنوب - [00:00:18](#)

فينظر العبد في حاله وما قصر فيه في حق الله عز وجل. وما تجرأ فيه على حرمان الله عز وجل فان طهر نفسه من الذنوب

والمعاصي وصدق مع الله عز وجل فان هذا من اعظم الاسباب التي تشرح الصدر - [00:00:31](#)

كما قال تعالى ومن اعرض عن ذكرى فان له معيشة ضنكا فالظيق والضنك انما سببه الاعراض عن دين الله عز وجل اما اذا اقبل العبد

على ربه سبحانه وتعالى واصابه ايضا هذا الضيق وهذا الهم - [00:00:47](#)

فينظر سببه ينظر الى سبب هذا الهم ان كان سببا آآ يعني حسي وموجود ما لضيق معاش او لضيق آآ او ما شابه ذلك فان على العبد

ان يتوكل على الله سبحانه وتعالى وان يرضى بقطاء الله وقدره سواء كان مرضا او كان مصيبا من مصاب الدنيا من كمال -

[00:01:01](#)

الايمان ان يرضى العبد بقدر الله سبحانه وتعالى ويسلم لله سبحانه وتعالى. هناك اسباب اخرى تدفع هذه الامراض من ذلك اولا الدعاء

ان يشرح ان يشرح الله صدره. وان يشرح ربنا صدر هذا المريض ويدعو الله عز وجل ان يشرح صدره وان ييسر امره - [00:01:21](#)

ايضا من الاسباب ان يقرأ الانسان القرآن. فالقرآن سبب من اعظم الاسباب لشرح الصدور كذلك العلم ومعرفة الله باسماء وصفاته

والسبب العظيم ايضا من اسباب شرح الصدور. كذلك ايضا الاخذ بالاسباب التي هي الحسية من علاجات اذا كان - [00:01:40](#)

هناك مرض يأخذ العلاج فان العلاج ايضا يدفع مثل هذه الوسوس وهذا الهم وهذا الغم. بعد ذلك اذا كان الانسان يعني يشتكى من

مرض معنوي ليس عضوي فانه يرقى نفسه بالقرآن. يرقى نفسه بالقرآن وبالتعاويد وبالرقى الشرعية. وبان الله عز وجل ان الله -

[00:01:58](#)

وسيدفع لهذا الشر والآخر لا يلتفت الى هذا الهم لا يلتفت اليه ولا ولا يعلق تفكيره به فالتفكير بالهم يبقي الهم والتفكير بالغم يبقي

الغم وانما يسلى عنه بما ينفعه - [00:02:18](#)

اما من جهة الدين واما من جهة الدنيا يسلى اما بكتاب الله عز وجل يسلى بالعلم يسلى بقراءة سيرة النبي صلى الله عليه وسلم او

يسلى بامر دينوي اما بتجارة او بيع او بشراء او بشيء مباح حتى لا يفكر في هذا الهم. الله المستعان - [00:02:34](#)