

## أ.د. علي الشبل | من أسباب الاكتئاب وضيق الصدر

علي عبدالعزيز الشبل

ان اعظم اسباب الاكتئاب وضيق الصدر وما يتعلق بهما في اثارهما هو البعد عن الله سبحانه وتعالى ومن تأمل في هذه الاسباب لاسباب الاكتئاب والخوف من المستقبل والقلق الشديدين فانه يرى انه ان صاحبه لم يوقن بقضاء الله وقدره - [00:00:00](#) وانه سيقع له ما كتب له من خير وشر فان المؤمن اذا امن بقضاء الله وقدره وعلم ان رزقه مستوفى ورزق ولده وانه لا مطمع الى ان يغير من ذلك شيئا. فانه يؤمن به عندئذ باقدار الله وتطمئن نفسه من هذا المستقبل - [00:00:28](#) الذي سبب عليه الخوف منه هذه الكآبات والقلق والاكتئاب وضيق في الصدر الله جل وعلا يقول ومن يؤمن بالله يهدي قلبه اي امن بقضاء الله فان الله عز وجل يهدي قلبه ويصلحه ويذهب عنه هذه الهموم والغموم التي يشتكى منها - [00:00:51](#) كثيرا في هذه الازمان والله اعلم - [00:01:13](#)