

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

0441 /5/ 21 هـ

سعد الخثلان

الحمد لله الذي خلق فسوى وقدر فهدى واخرج المرعى فجعله غثاء واعطى كل شيء خلقه ثم هدى. احمده تعالى واشكره واشهد ان لا اله الا الله وحده لا شريك واشهد ان محمدا عبده ورسوله ارسله الله تعالى بين يدي الساعة بشيرا ونذيرا - [00:00:01](#)

عاديا ومبشرا ونذيرا، فبلغ الرسالة وادى الامانة ونصح الامة. فصولات الله وسلامه عليه وعلى اله وصحبه ومن اهتدى بهديه واتبع سنته الى يوم الدين. اما بعد فاتقوا الله ايها المسلمون - [00:00:31](#)

يا ايها الذين امنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا. يصلح لكم اعمالكم. ويغفر لكم ذنوبكم ومن يطع الله ورسول رسول الله 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 يعتري كلا من الجسد والروح امراض وعلات. اما الامراض التي تصيب الجسد وهي ما تسمى بالامراض العضوية. فانها تكون - [00:01:12](#)

محسوسة وظاهرة للعيان. تعالج في المستشفيات لدى اطباء. ولكن هناك نوع اخر من الامراض التي تصيب الروح والتي تسمى بالامراض النفسية وهي في الاعم الاغلب غير محسوسة 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 وايتار العزلة والانطواء على النفس ومن اثارها ايضا تشتيت الاسرة وتطبيق الزوجة وتفكيك او اصر 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 والوساوس حتى لا يثق الانسان في الناس - [00:03:13](#)

وربما لا يثق في اقرب اقرب قريب. ومن اثارها الوسواس بمختلف انواعه. سواء كان وسواسه في الطهارة او وسواسه في النية او وسواسه 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 واذا 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 القيامة - [00:04:12](#)

قال سبحانه ومن اعرض عن ذكرى فان له معيشة ضنكا. ونحشره يوم القيامة اعمى. قال ربي لما حشرتني اعمى قد كنت بصيرا. قال كذلك اتتك اياتنا فنسيتها. وكذلك اليوم تنسى. وكذلك نجزي من اسرف ولم يؤمن - [00:04:37](#)

ربه ولا عذاب الآخرة أشد وأبقى. وتوعد الله عز وجل من اعرض عن ذكره بان تكون معيشته ضنكا. اما من اتصل بالله عز وجل وانس بالله وذاق طعم الايمان وحلاوة المناجاة للرب - [00:04:57](#)

سبحانه فلن تجد هذه المشكلات اليه سبيلا. فهو راض بما قسمه الله وهو قانع بما اعطاه الله. وهو صابر على ما يقدره الله تعالى عليه من الاقدار فالبعد عن الله عز وجل هو من ابرز هذه 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 رحيمًا. ومن - [00:05:39](#)

عن ذلك عدوانا وظلما فسوف نصليه نارا وكان ذلك على الله يسيرا. وقول النبي صلى الله عليه وسلم من قتل نفسه بحديدة فحديده 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 محنته. وانما سينقله الى ما هو اشد منها. ان المؤمن عندما يتعرض - [00:06:19](#)

تلك الضغوطات في الحياة وتلك المشكلات يلجأ الى الله عز وجل. امن يجيب المضطر اذا دعاه واذا سألك عبادي عني فاني قريب اجيب دعوة الداع اذا دعان. ادعوني استجب لكم فهو يلجأ الى ربه عز وجل - [00:06:39](#)

بل عند المصاعب والمتاعب والكروب. ان التفكير في الانتحار عندما يتعرض الانسان للضغوط يدل على استحكام النظرة المادية لذلك الانسان وكأن 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 اكثر ما تقع حوادث الانتحار في المجتمعات الكافرة. وتقل كثيرا في مجتمعات 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 ويتجرع مرارة فقدة لحنان والديه. فتنشأ 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 تجارته ومع اصدقائه لا يعير ذلك الابن اي اهتمام. بعيد عنه لا يتحسس مشكلاته. ولا يدري عن حاله ولا مع من يذهب - [00:08:28](#)

ولا عن مستواه الدراسي. ومن هنا ربما نشأ لدى ذلك الشام مشكلات وعقد فلا يجد ايدا حانية يبوح لها بمشكلاته ولربما يكون كثير من تلك المشكلات انما هي اوهام او نظرات غير صحيحة تحتاج الى - [00:08:48](#)

فمن يكون قريبا منه فيصح نظرتة 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 الآخرين لابد ان يواجه طبقات صعبة يصعب التعامل معها ولا بد ان يواجه طبقات غير - [00:09:57](#)

كرمه تستمتع باذية الآخرين. 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 بالاساءة 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 عني 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 بالقول اللين وباللطف وبالاعراض عنهم. وعدم مقابلة بمثلها لان مقابلة الاساءة بمثلها مما يزيد المشكلة ومما 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. فاذا الذي بينك وبين له عداوة كانه ولي حميم. ولكن هذه الخصلة وهي دفع السيئات بحسنة صعبة على النفوس. يحتاج الى صبر - 00:11:49

عظيم. ولهذا قال سبحانه وما يلقاها اي ما 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 نكد وعلى كبد كما قال الله تعالى لقد خلقنا الانسان في كبد. فالانسان يكابد مصاعبها ويكابد متاعبها تكابد همومها وغمومها فهيئات ان تصفو لاحد. طبع على كدر وانت تريد لها صفو من الاقدار والاقدار - 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. فلا بد فيها من اختلاط المصاعب بالذائد. 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. فلا بد من توطين النفس - 00:13:37

على ذلك ومن الاسباب 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 تنظروا الى من هو فوقكم فهو اجدر 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 اكثر مما يملك الناس ولكن السعادة ان ترضى اكثر مما يرضى الناس اقول قولني 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 واشهد ان لا اله الا الله وحده لا شريك له ولي الصالحين. واشهد ان محمدا عبده ورسوله امام المتقين صلى الله عليه وعلى اله وصحبه ومن اهتدى بهديه الى يوم الدين وسلم تسليما كثيرا. اما بعد فان خير -

00:15:26

كتاب الله وخير الهدي 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 الآخرين ان يكونوا كاملين مكملين لكل ما يجب ويستحب من حقوق نحوه. فاذا رأى منهم تقصيرا اذا رأى منهم تقصيرا في هذا تكدر 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 الآخرين 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 علة واتصال. وانه ينبغي ان توطن نفسك. على انه لابد ان يكون فيه عيب 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 المحاسن وما فيه من الايجابيات وبهذا الاغضاء عن المساوي قضت المحاسن تدوم الصلبة والاتصال وتتم الراحة وتحصر السعادة فيركز الانسان على ما في هذا الشخص من ايجابيات ومحاسن ويبغض الطرف عن ما فيه من سلبات - [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 فلاحظ المساوي وركز على العيوب وعمي عن المحاسن - [00:18:23](#)

فانه لا بد ان يقلق ولا بد ان يتكدر وتنقطع كثير من الحقوق. التي على كل منهما المحافظة عليها. فمن كان يركز على العيوب والمساوي ولا ينظر للمحاسن 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 المحاسن والايجابيات في من يتعامل معه ويبغض الطرف عن - [00:19:06](#)

المساوي فانه يحصل له خير كثير. تدوم تلك العلاقة ويكون بعيدا عن القلق والتكدر فعلى المسلم التسامح في تعامله مع الآخرين. والتغافل وعدم التدقيق في اساءة الناس ولا زال الحكماء يوصون بالتغافل - [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 بالتغافل. ومعنى التغافل ان الانسان يدرك ذلك - [00:19:50](#)

الخطأ ويدرك ذلك العيب في ذلك الانسان لكنه يتغافل عنه. ويركز على ما فيه من المحاسن والايجابيات انه بذلك تدوم المودة وتدوم الصلبة ويكون بعيدا عن القلق والتكدر. فهذا توجيه من النبي صلى الله عليه - [00:20:18](#)

وسلم ينبغي ان يجعله المسلم مبدءا له في الحياة وفي تعامله مع الآخرين الا واكثرنا 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 عبدك ورسولك محمد. وارض اللهم عن صحابته اجمعين وعن التابعين ومن تبعهم باحسان 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 واخذل من خذل دين الاسلام في كل مكان - [00:20:58](#)

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

اذا ذكر وتذكره اذا نسي يا حي يا قيوم. اللهم وفقه ونائبه لما فيه صلاح البلاد والعباد. يا ذا الجلال والاکرام. اللهم ادم عليم نعمة الامن والاستقرار والرخاء ورغد العيش واجعلها عوننا لنا على طاعتك ومرضاتك. واجعلنا لنعمك والناك 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. ونعوذ بك من الشر كله عاجله واجله ما علمنا منه وما لم نعلم سبحان ربك رب العزة عما يصفون وسلام على المرسلين والحمد لله رب العالمين -

