

ما علاج الفتور واليأس والقلق؟ فضيلة الشيخ د. محمد هشام

الطاهري

محمد هشام طاهري

يقول السائل ما علاج الفتور واليأس والقلق؟ اما علاج الفتور ذلك يكون بملازمة الطاعة وملازمة ورد من القرآن الكريم. وملازمة المسجد وملازمة جلساء الجلساء الصالحين هذه اربعة امور يضاف اليها الذكر فهذه خمسة امور يضاف اليها الدعاء فهذه ستة امور -

[00:00:00](#)

ستة امور كلها معينة الى النشاط والى العمل والى الطاعة والى العبادة. اما علاج اليأس فعلى الانسان يتعلم وان يعلم ان الله جل وعلا ارحم الراحمين. واكرم الاكرمين. وانه لا ييأس من روح الله الا القوم الكافرون - [00:00:29](#)

كما قال يعقوب عليه السلام. نعلم ان يعقوب عليه السلام فقد ابنه وهو صغير. وما دخله اليأس قط بل كان بين الفينة والفينة يذكر ابنه يوسف حتى قال له احبابه واخوانه - [00:00:49](#)

ابناؤه واقرباؤه واصدقاؤه تالله تذكر يوسف حتى تكون حرظا او تكون من الهالكين قال انما اشكو بثي وحزني الى الله واعلم من الله ما لا تعلمون. ثم قال اذهبوا يا بني فتحسسوا من يوسف واخيه ولا تيأسوا - [00:01:09](#)

من روح الله انه لا ييأس من روح الله الا القوم الكافرون. اما علاج القلق فان القلق قد يكون عضويا وقد يكون فينبغي على الانسان يعالجه. اول اسباب اول وسائل علاج القلق ذكر الله جل وعلا - [00:01:28](#)

الى الصلاة قال عليه الصلاة والسلام لبلال ارحنا بها يا بلال. فالصلاة هي الراحة والسجود فيها الراحة الذكر والتسبيح فيه الراحة. كذلك الدعاء فان الانسان اذا دعا بدعاء الهم والغم والحزن اذهب الله عنه - [00:01:48](#)

غمه وحزنه لا سيما دعاء سيد الاستغفار كذلك من وسائل اه العلاج للقلق وهي وسيلة طبيعية المشي. واه الخلوة بالنفس والتأمل والتفكر في عواقب الامور فهذه كلها اسباب لعلاج القلق. نسأل الله جل وعلا ان يرزقنا واياكم - [00:02:08](#)

[00:02:33](#) الطمأنينة والسكينة -