mroftalp htehaB ni knil muideM

هل من علاج من كتاب الله وسنة رسوله للانفعالات والتوترات التي تمر على الشخص في حياته اليومية؟اللحيدان

صالح اللحيدان

احسن الله اليكم يقول هل من علاج من كتاب الله وسنة رسوله صلى الله عليه وسلم للانفعالات والتوترات التي احيانا تمر على الشخص في حياته اليومية سواء بالمخاصمة مع شخص او حصول اي من المصائب - 00:00:00

نعم يتذكر وصية النبي صلى الله عليه وسلم. فقد جاءه رجل وقال اوصني يا رسول الله قال لا تغضب فقال اوصني يا رسول الله فقال لا تغضب تردد ثلاث مرات وهو يقول في كل مرة لا تغضب - 00:00:14

الذي يقول ان الغضب جمرة تتوقد في فؤاد ابن ادم فاذا غضب احدكم فليتوضأ ان مما يكثر الغضب الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم تخاصم رجلان اشتد غضب احدهما فاحمر وجهه وانتفخت اوداجه - 00:00:35

فقال النبي صلى الله عليه وسلم اني لا اعلم كلمة لو قالها لسكن ما يجد من غضب قال الصحابة من ما هي يا رسول الله؟ قال لو قال اعوذ بالله من الشيطان الرجيم. فالانسان ينبغي ان يسعى في علاج نفسه من انفعالات الغضب - 00:00:58

فكم منا غضبة افسدت بيتا بكامله فرغت الزوجين وربما كارثة في امر الدنيا وربما كارثة حتى في امر الدين اذا غضب الانسان يتوضأ وضوءه للصلاة اذا غضب وهو واقف يقف - 00:01:15

اجلس كان يمشي واطي يعالج نفسه ومن اخفها عليه ان يقول اعوذ بالله من الشيطان الرجيم ويكرر ذلك ثم لتصور ان الغضب لا يجلب له فائدة وانما قد يسبب له ازمة قلبية - 00:01:37

والاخذ باسباب الوقاية منه يجلب له خيرا باذن الله والله المستعان - 00:02:02