

«أثر الدعوة الإسلامية في علاج القلق والحزن في الأمة الإسلامية (دراسة دعوية)»

د. عبد العزيز محمد محسن | ١٦٧

# أثر الدعوة الإسلامية في علاج القلق والحزن في الأمة الإسلامية (دراسة دعوية)

د. عبد العزيز محمد محسن  
كلية الامام الأعظم «رحمه الله» الجامعة



## ملخص البحث

## المقدمة

الحمد لله الذي شرع الشرائع وجعل دعوة سيدنا محمد ﷺ إلى شرعه خاتم الأديان والشرائع فجعلها صالحة لكل عصر وزمان وفيها الدواء لجميع الأدواء، ووعد من تبعها بحياة طيبة فلا يضل فيها ولا يشقى قال تعالى: ﴿فَمَنْ أَتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ [طه الآية ١٢٣] وقال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [التخل الآية ٩٧] وبالمقابل كان جزاء الاعراض عن الله وعد الاخذ بهدي هذه الدعوة الضنك والشقاء قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا﴾ [طه الآية ١٢٤] ولما كانت هذه الدنيا مليئة بضغوطات الحياة من مصائب وابتلاء ومحن وخصوصاً في عصرنا الحاضر فهي تحتاج في مواجهتها الى الايمان الراسخ العميق بالله تعالى الذي دعت اليه الدعوة الإسلامية كي تطيب الحياة ويسعد الانسان، ولما ضعف الايمان في هذه الأمة وابتعدت عن هدي الدعوة الإسلامية في مواجهة هذه الضغوطات خيم عليها الشعور بالقلق والحزن وأصبح هذا الشعور هو الصفة الغالبة عليها، لذلك فالدعوة الإسلامية تحقق علاجاً شاملاً وكاملاً وعلى الصعيدين المادي والروحي.

### • مشكلة البحث:

هناك تلازم بين ارتكاب المعاصي وضعف الايمان، وتعرض الانسان الى القلق ولا حزن وذلك يستلزم

تعاني الامة السلامية على اختلاف الأوطان من مجموعة من المشكلات قد تكون منها أو في مقدمتها مظاهر القلق والحزن الذي يخيم على مجتمعاتها، وهنا جاء البحث ليرصد أهم أسباب القلق والحزن التي تعانيها الأمة محاولاً وضع الحلول العلمية لعلاجها موضعاً أثر الدعوة بأساليبها ومحتواها في تطويق هذه المشكلات ودعم كل المنافذ المؤدية الى علاجها .

### Research Summary:

The peaceful nation suffers from a set of problems, including or at the forefront of which are the manifestations of anxiety and sadness that hang over their societies, and here the research came to monitor the most important causes of anxiety and sadness that the ummah suffers, trying to develop scientific solutions to treat them, explaining the effect of the call with its methods and content in surrounding these problems and supporting All ports leading to treatment.



التقرب الى الله واللجوء بالصلاة وقراءة القرآن والذكر والدعاء التي تساعد بإذن الله تعالى على دفع القلق والحزن وعلاجه .

التمهيد: التعريف بمفردات البحث

أولاً: الدعوة لغة واصطلاحاً:

• الدعوة لغة:

من الدعاء، والدعوة المَرَّة الواحدة من الدعاء، وقوله تعالى: ﴿لَهُ دَعْوَةُ الْحَقِّ﴾ [الرَّغَدُ الآية ١٤] ودعا الرجل دَعْواً ودُعَاءً ناداه والاسم الدعوة، والدعاة قوم يدعون إلى بيعة هدى أو ضلالة واحدهم داع ورجل داعية إذا كان يدعو الناس إلى بدعة أو دين، وفي التهذيب المؤذن داعي الله والنبى r داعي الأمة الى توحيد الله وطاعته<sup>(١)</sup> .

• الدعوة اصطلاحاً:

هي الدعوة إلى الإيمان به وبما جاءت به رُسُلُهُ بتصديقهم فيما أخبروا به وطاعتهم فيما أمروا وذلك يتضمن الدعوة إلى الشهادتين وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة وصوم رمضان وحج البيت والدعوة إلى الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله<sup>(٢)</sup> .

ثانياً: العلاج لغة واصطلاحاً:

• العلاج لغة:

قال ابن منظور: عالجَ الشيءَ معالِجَةً وعلاجاً: زاوله، وعالج المريض معالِجَةً وعلاجاً: عاناه، والمعالج: المداوي سواءً عالجَ جريحاً أو عليلاً.. وقد روي لَمْ يعالج، بفتح اللام، أي لم يمرض<sup>(٣)</sup> .

١ - تتجلى أهمية البحث في كونها تتناول إيجاد أثر الدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن .

٢ - محاولة لإبراز أهمية الأساليب العلاجية للدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن .

• أهداف البحث:

١- بيان مفهوم القلق والحزن وأسبابه .

٢- بيان نماذج من الوسائل العلاجية للدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن .

• المنهج المتبع:

يعتمد البحث على المنهج الاستقرائي التحليلي، فهناك استدلال من الآيات والأحاديث النبوية المتعلقة بالموضوع مستعيناً بتفاسير القرآن الكريم وشروح الحديث وأقوال العلماء، بالإضافة الى بعض المصادر في علم النفس محاولاً من كل هذا بيان علاج الدعوة الإسلامية للقلق والحزن .

ولأجل تحقيق كل ما سبق جاء البحث تحت عنوان (أثر الدعوة الإسلامية في علاج القلق والحزن في الأمة الإسلامية)، وقد أقتضت خطته المنهجية أن يشتمل على تمهيد فكان فيه التعريف بمفردات البحث .

أما المبحث الأول: ففيه أسباب القلق والحزن وأساليب علاجها .

أما المبحث الثاني: فكان فيه أثر الدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن .

(١) لسان العرب، مادة(دعا)، ٢٥٩/١٤ .

(٢) مجموع الفتاوى، ابن تيمية، ١٥٧/١٥ .

(٣) لسان العرب، مادة (علاج)، ٣٢٧/٢ .

والجسم احزان.. ورجل حزنان ومحزان: شديد الحزن، وحزنه الامر يحزنه حزناً، وقال الليث في الحزن لغتان، اذا فتحوا ثقلوا، واذا ضموا خفقوا، يقال أصابه حزنٌ شديدٌ وحُزنٌ شديدٌ<sup>(٥)</sup>.

#### الحزن اصطلاحاً:

هو الغم الحاصل لوقوع مكروه أو فوات محبوب في الماضي ويضاده الفرح وعند الصوفية: انكسار الفؤاد لفوات المراد<sup>(٦)</sup>.

وعرف الحزن أيضاً بأنه غم يلحق من فوات نافع أو حصول ضرر<sup>(٧)</sup>.

وجاء في البحر المحيط: واصل الحزن: غلظ الهم<sup>(٨)</sup>.



العلاج اصطلاحاً: هو المداواة لدفع المرض<sup>(١)</sup>. مما سبق من التعريف اللغوي والصلاحى للعلاج، أقول انه يمكن ان نستحصل على تعريفاً لعلاج الدعوة للقلق والحزن بأنه: تركية النفي ومداواتها بجميع العبادات البدنية والروحية التي جاءت بها الدعوة السلامية فيرتقي الايمان في هذه النفس الى أعلى الدرجات، فتطمئن نفسه ولا تفزع، وتسكن ولا تجزع عنده الفاقة والابتلاء والمصائب.

#### ثالثاً: القلق لغة واصطلاحاً:

##### • القلق لغة:

وهو نقيض الاطمئنان، قال ابن منظور، القلق الانزعاج<sup>(٢)</sup>. وجاء في المصباح المنير معنى القلق، من باب تعب اضطرَبَ واقلقه الهم ازعَجَجَه<sup>(٣)</sup>.

##### • القلق اصطلاحاً:

هو حالة نفسيه غير سارة من التوتر العصبي، تدل على أن المريض يتوقع خطراً، ويتحدث القلق عندما لا يستطيع المريض أن يتخذ اجراءً تجاه هذا الخطر.. وغالباً ما يشعر المريض بعدم الاستقرار وبإحساس بالتوتر، قد يصل الى درجة الرعب<sup>(٤)</sup>.

#### رابعاً: الحزن لغة واصطلاحاً:

##### • الحزن لغة:

الحُزنُ والحَزْنُ: نقيض الفرح، وهو خلاف السرور،

(٥) لسان العرب، مادة (حزن)، ٩، ١١١/١٣ - ١١٢.

(٦) التوقيف على مهمات التعارف، المناوى، ص ١٢٩.

(٧) الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية، أيوب بن موسى الكفوى، ص ٤٢٨.

(٨) البحر المحيط في التفسير، أبو حيان الاندلسي، ٢٥٩/١.

(١) معجم لغة الفقهاء، محمد رواس قلعجي، حامد صادق قنبي، ص ٣١٩.

(٢) لسان العرب، مادة (قلق)، ٩، ٣٢٣/١٠.

(٣) المصباح المنير، مادة (ق ل ق)، ٥١٤/٢.

(٤) الموسوعة العربية الميسرة، حسين محمد نصار ومجموعة من العلماء والباحثين، ص ٢٥٨٠.

لم تحكم أئمتهم بكتاب الله، ويتخيروا مما أنزل الله، إلا جعل الله بأسهم بينهم»<sup>(٢)</sup>، فقد بين عليه الصلاة والسلام أن المعاصي والذنوب سبب لأمراض والوجاع التي تصيب الأبدان، وسبب في نقص الرزاق، وسبب يسلط الأعداء، فهي سبب لكل شر وداء يقول الامام ابن القيم رحمه الله: (فمما ينبغي أن يعلم أنّ الذنوب تضرّ ولا بدّ، وأنّ ضررها في القلوب كضرر السموم في الأبدان، على اختلاف درجاتها في الضرر. وهل في الدنيا والآخرة شرّ وداء، إلا وسببه الذنوب والمعاصي؟ فما الذي أخرج الأبوين من الجنة دار اللذة والنعيم والبهجة والسرور إلى دار الآلام والأحزان والمصائب)<sup>(٣)</sup>.

فسعادة القلب واطمئنانه في طاعة الله والقرب منه، وان تعاسة القلب وحزنه وقلقه في اقتراف المعاصي والذنوب، قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً﴾ [التخل الآية ٩٧] فأى نعيم أطيب من شرح الصدر؟ وأي عذاب أمر من ضيق الصدر، افلؤمن المخلص لله من أطيب الناس عيشاً، وأنعمهم بالآ، واشرحهم صدرأ، واسرهم قلباً<sup>(٤)</sup>. وكما للطاعة من آثار محمودة فإن للمعصية آثار مذمومة ن فالمعاصي والذنوب لها علاقة وثيقة في حصول القلق والحزن للإنسان وأنه متى تاب ورجع، حصلت الطمأنينة وانشرح

(٢) سنن ابن ماجة، كتاب الفتن، باب العقوبات، رقم الحديث (٤٠١٩٩).

(٣) الداء والدواء، ابن القيم، ص ٤٢.

(٤) الداء والدواء، ابن القيم، ص ١٩٧.

## المبحث الأول

### أسباب القلق والحزن وأساليب علاجها

• المطلب الأول: أسباب القلق والحزن:

أولاً: ارتكاب الذنوب والمعاصي:

إن من أعظم أسباب القلق والحزن، هو ارتكابه الذنوب والمعاصي يقول تعالى: ﴿وَمَا أَصَبَكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ﴾ [الشورى الآية ٣٠] فإن ما أصاب البعاد من مصيبة في ابدانهم وأموالهم وأولادهم وفيما يحبون ويكون عزيزاً عليهم، إلا بسبب ما قدمته أيديهم من السيئات<sup>(١)</sup>. ولعظم الذنوب والمعاصي فقد حذر منها رسول الله ﷺ فقال: «يا معشر المهاجرين خمس إذا ابتليتم بهن، وأعوذ بالله أن تدركوهن: لم تظهر الفاحشة في قوم قط، حتى يعلنوا بها، إلا فشا فيهم الطاعون، والأوجاع التي لم تكن مضت في أسلافهم الذين مضوا، ولم ينقصوا المكيال والميزان، إلا أخذوا بالسنين، وشدة المئونة، وجور السلطان عليهم، ولم يمنعوا زكاة أموالهم، إلا منعوا القطر من السماء، ولولا البهائم لم يمطروا، ولم ينقضوا عهد الله، وعهد رسوله، إلا سلط الله عليهم عدوا من غيرهم، فأخذوا بعض ما في أيديهم، وما

(١) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، عبد

الرحمن بن ناصر السعدي: ص ٧٥٩.

يقول الامام ابن الجوزي رحمه الله: (رأيت سبب الهموم والغموم الاعراض عن الله عزوجل والاقبال على الدنيا)<sup>(٤)</sup>

فالناس مع تقدم الحضارة والرقي والرخاء تراهم في قلق وحزن قد عيأ القلوب، وهذا الحزن ليس حزنًا على ما فرط فيجنب الله وإنما على لذة من ملذات الدنيا، وكل ذلك بسبب فراغ الأوراح من زاد الإيمان، الذي هو سبب الطمأنينة يقول تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد الآية ٢٨].

ثالثاً: ايثار الحياة الدنيا والغفلة عن الآخرة:

الحياة الدنيا رأس الداء، لأن من تغلغل في قلبه حب الدنيا، وغفل عن الآخرة سيعيش في قلق وحزن، لأنه لا ينفك أن يقع في تحقيق مأرب دنياه، ولأن الدنيا لا تستقيم على حال، فإن سرورها مشوب بالحزن، وصفوها مشوب بالكدر.

إن انغماس العباد في أمور الدنيا واستغراق أوقاتهم فيها، يقعدهم عن طلب الآخرة فيصبحون اسرى لديانهم غافلون عن الآخرة، يقول تعالى: ﴿يَعْلَمُونَ ظَهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ﴾ [الرؤم الآية ٧] يقول ابن كثير رحمه الله: (أي: أكثر الناس ليس لهم علم إلا بالدنيا وأكسابها وشؤونها وما فيها، فهم حذاق أذكيا في تحصيلها ووجوه مكاسبها، وهم غافلون عما ينفعهم في الدار الآخرة، كأن أحدهم مغفل لا ذهن له ولا فكرة)<sup>(٥)</sup>.

الصدر، وهذا من نعيم الله على العباد قال ابن القيم رحمه الله في قوله تعالى: ﴿إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ﴾ [١٣] وَإِنَّ الْفُجَّارَ لَفِي جَحِيمٍ ﴿١٤﴾ [الانفطار من الآية ١٣ الى الآية ١٤] قال: ((لا تحسب أن ذلك مقصور على نعيم الآخرة وجحيمها فقط، بل في دورهم الثلاثة هم كذلك، أعني: دار الدنيا، ودار البرزخ، ودار القرار، فهؤلاء في نعيم، وهؤلاء في جحيم. وهل النعيم إلا نعيم القلب، وهل العذاب إلا عذاب القلب، وأي عذاب أشد من الخوف، والهم، والحزن، وضيق الصدر، وإعراضه عن الله والدار الآخرة، وتعلقه بغير الله)<sup>(١)</sup>.

ثانياً: الاعراض عن ذكر الله تعالى:

ومن أشد ما يسبب القلق والحزن للإنسان، الاعراض عن ذكر الله تعالى، يقول تعالى في محكم التنزيل: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ [طه الآية ١٢٤] يقول الامام الشعراوي رحمه الله عن معنى الضنك: أي أن حياته تمتليء بالهموم والمشاكل<sup>(٢)</sup>.

ويقول الزحيلي في تفسير قوله تعالى للآية الكريمة: أي ومن أدبر عن ديني وتلاوة كتابي والعمل بما فيه، فإن له في هذه الدنيا عيشاً ضيقاً، ومعيشة شديدة منغصة، إما بشح المادة وإما بالقلق والهموم والأمراض<sup>(٣)</sup>.

(١) الداء والدواء، ابن القيم، ص ٧٦.

(٢) تفسير الشعراوي، ٧٩٥/٢.

(٣) التفسير المنير في العقيدة والشريعة والمنهج، د. وهبة الزحيلي، ٢٩٨/١٦.

(٤) صيد الخاطر، ابن الجوزي، ٣٤١.

(٥) تفسير القرآن العظيم، لابن كثير، ٣٠٥/٦.

فالرضا يقابله رضا الله جزاء له وفي قوله ﷺ (من سخط) أي كره بلاء الله وجزع ولم يرض بقضاء الله فله السخط<sup>(٤)</sup>.

ولأنه جزع واعترض على قضاء الله وقدره، وأن حكم الله تعالى ماض في عبده، وقضائه عدل فيه كما في الحديث: ((ماض في حكمك، عدل في قضاؤك))<sup>(٥)</sup>، ومن لم يرض بالعدل فهو من من أهل الظلم والجور يقول الدكتور نصر فريد واصل (الإنسان المسلم يؤمن دوماً بحتمية الرضا بالقضاء والقدر، ولهذا فإن الراضين يعيشون في حالة من السكينة دوماً، أما الناقمون على الحياة والفاقدون للرضا، فلا تجدهم إلا في صراخ ووعويل دائم، فتارة يتخبطون كمن يهيم على وجهه، وتارة لا يجدون سوى المخدرات والمسكرات ملجأ لهم، وربما تختتم حياته بالجنون أو الانتحار، وعبر عنهم بأنهم الساخطون الغاضبون إن أصابهم خير اطمأنوا به وإن أصابتهم فتنة انقلبوا على وجوههم خسروا الدنيا والآخرة)<sup>(٦)</sup>.

يقول الامام ابن القيم رحمه الله في كتاب مدارج السالكين: (أن السخط باب الهم والغم والحزن.. وأن الرضا يوجب له الطمأنينة وبرد القلب وسكونه)<sup>(٧)</sup>.

وقد لخص بعض أهل العلم مضار الغفلة عن الآخرة فيسته نقاط منها: (انها تنزل الهم والغم في القلب وتبعد عنه الفرح وتميت السرور)<sup>(١)</sup>.

ويقول الامام ابن القيم: (ومن أعظم أسباب ضيق الصدر الإعراض عن الله تعالى، وتعلق القلب بغيره، والغفلة عن ذكره، ومحبة سواه، فإن من أحب شيئاً غير الله عذب به، وسجن قلبه في محبة ذلك الغير، فما في الأرض أشقى منه، ولا أكسف بالاً، ولا أنكد عيشاً، ولا أتعب قلباً)<sup>(٢)</sup>.

فليحذر العبد هذه الدنيا التي حذرنا الله من الغرور بها، قال تعالى: ﴿فَلَا تُغْرَبْكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يُغْرَبْكُمُ بِاللَّهِ الْغُرُورُ﴾ [فاطر الآية ٥٠].

رابعاً: التسخط وعدم الرضا بقضاء الله وقدره:

مما قدر الله على عباده في هذه الحياة الدنيا أن يتبلي عباده بما شاء من أنواع البلاء، قال تعالى: ﴿وَتَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ﴾ [الأنبياء الآية ٣٥]. والتعامل مع هذا الابتلاء يختلف من شخص لآخر، فمنهم من يرضى ويصبر ويكون جزاء ذلك الثواب العاجل في الدنيا وأجرًا عظيمًا في الآخرة، ومنهم من يجزع ويتسخط على قدر الله وهذا السخط لن يجز عليه إلا القلق والحزن وضيق الصدر، يقول عليه الصلاة والسلام: «إن عظم الجزاء من عظم البلاء، وإن الله إذا أحب قوماً ابتلاهم، فمن رضي فله الرضا، ومن سخط فله السخط»<sup>(٣)</sup>.

(١) موسوعة نظرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، صالح بن عبد الله وآخرون، ٥١٠٨/١١.

(٢) زاد المعاد في هدي خير العباد، ابن القيم، ٢٤/٢.

(٣) سنن ابن ماجه، كتاب افتن، باب الصبر على البلاء،

رقم الحديث (٤٠٣١).

(٤) شروح سنن ابن ماجه للسيوطي وغيره، ١٤٧٢/٢.

(٥) مسند الامام احمد بن حنبل، رقم الحديث (٤٣١٨)،

٤٥٢/١.

(٦) مقال منشور في جريدة الحياة الجديدة، مصر، القاهرة،

العدد (٧٩٨٧) في ٢٠١٨، ص ١٤.

(٧) مدارج السالكين، ابن القيم، ٢٠٠/٢.

يقول ديل كار ينجي عن أثر الإيمان والالتجاء الى الله في علاج القلق والحزن (أن أطباء النفس يدركون أن ايمان القوي، والاستمسك بالدين كفيلا بأن يقهرا القلق ولانوتر وأن يشفيا هذه الأمراض)<sup>(٣)</sup>.

فالقرب من الله تعالى والالتجاء اليه كفيلا بأن يجعل حياة الانسان طيبة مملوؤه بالسعادة، قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١٧﴾﴾ [التَّحَلُّ الْآيَةِ ٩٧] أي حياة طيبة في الدنيا يعيش عيشاً طيباً لا قلق فيه ولا ضجر<sup>(٤)</sup>، وقد ورد في كتاب الله عزوجل آيات كثيرة في اغلبها دلالة واضحة على نفي الحزن مطلقاً في نفوس المؤمنين الذين استقر الايمان في قلوبهم، قال تعالى: ﴿فَمَنْ ءَامَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٤٨﴾﴾ [الْأَنْعَامُ الْآيَةِ ٤٨] . أي ولا هم يحزنون يوم لقاء الله تعالى على شيء فاتهم، لأن الله تعالى يقيهم من كل فزع، ولك أن تقول: إن هؤلاء الكُمَّلَةَ لا يحزنون في الدنيا أيضاً مما يحزن منه الكفار والفساق كفوات شهوات الدنيا ولذاتها، أو لا يكون حزنهم كحزنهم في شدته وطول أمده، فإنهم إذا عرض لهم الحزن لسبب صريح كموت الولد، والقريب، والصديق، أو فقد المال، وقلة النصير، يكون حزنهم رحمة وعبرة، مقروناً بالصبر وحسن الأسوة، لا يضرهم في أنفسهم ولا أبدانهم، ولا يغير شيئاً من عاداتهم وأعمالهم، فالإيمان بالله

لذلك لا بد أن يعي المسلم أن السخط وعدم الرضا بقضاء الله وقدره يكون سبباً مهماً في تعاسته وحزنه وقلقه، وأن الرضا بقضاء الله وقدره تشرح الصدر وتملاه طمأنينة.

### • المطلب الثاني: الأساليب العلاجية في الاسلام لمعالجة القلق والحزن

أولاً: الإيمان العميق بالله تعالى والالتجاء إليه: ان الإيمان الصادق بالله تعالى، يورث في قلب المؤمن الطمأنينة، ويمنحه الهدوء والسكينة، فيتخلص من حالات القلق والحزن، فالإيمان بالله تعالى والاطمئنان اليه يذهب القلق والحزن، فيحل محلها السعادة والسكينة والطمأنينة كما قال تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾﴾ [الرَّعْدُ الْآيَةِ ٢٨] .

والإيمان العميق من أعظم أسباب انشراح الصدر، يقول تعالى: ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّنْ رَبِّهِۗ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ فِي ضَلٰلٍ مُّبِينٍ ﴿٢٢﴾﴾ [الرَّزْمُ الْآيَةِ ٢٢] .

يقول الامام ابن القيم في كتابه زاد المعاد: (فأعظم أسباب شرح الصدر: التوحيد، وعلى حسب كماله وقوته وزيادته يكون انشراح صدر صاحبه)<sup>(١)</sup>.

فالعلاقة بين دخول الإيمان للقلب وحصول الانشراح للصدر علاقة وثيقة، يقول ﷺ: «أن الإيمان اذا دخل القلب انفسح له القلب وانشرح»<sup>(٢)</sup>.

(١) زاد المعاد في هدي خير العباد، ٢٢/٢ .

(٢) مصنف ابن ابي شيبة، كتاب الزهد، ما ذكر عن نبينا ﷺ في الزهد، رقم الحديث (٣٤٣١٤) .

(٣) دع القلق وايد الحياة، ديل كار ينجي، ص ٢٢٢ .

(٤) التفسير المنير، د. وهبة الزحيلي، ٢٢٧/١٤ .

ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي»<sup>(٣)</sup>. يقول ابن القيم رحمه الله: (ولما كان الحزن والهم والغم يضاد حياة القلب واستنارته سال ان يكون ذهابها بالقرآن فإنها احرى أن لا تعود)<sup>(٤)</sup>. وحتى يحمل شفاء الصدور وتنشرح بتلاوة القرآن لا بد من تدبر آياته ومعانيه قال تعالى: ﴿أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالًا﴾<sup>(٥)</sup> [مُحَمَّدُ الْآيَةُ ٢٤].

فتدبر القرآن يزداد الإيمان في القلب لأن (القرآن حياة القلوب، وشفاء لما في الصدور، وبالجملة فلا شيء انفع للقلب من قراءة القرآن بالتدبر والتفكير)<sup>(٥)</sup>. فالقرآن حبل الله المتين الذي لا يأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه تنزيل من حكيم حميد فمن قرأه بدراية وتمعن وعلم ان هذه الدنيا فانية وان ما فيها زائل وان كل ما يحدث في هذه الدنيا هو بعلم الله وتقديره فعند ذاك ينشرح صدره ويسكن قلبه، فلا يحزن على ما فات ولا يقلق بما هو آت فيرضى ولا يحزن ويطمئن ولا يقلق.

### ثالثاً: الصلاة

ومن الوسائل التي تذهب القلق والحزن بإذن الله الصلاة فإنها مما يستعين به العبد في مواجهة متاعب الحياة وما فيها من مصاعب وشدائد يقول تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾<sup>(٦)</sup> [البَقَرَةُ الْآيَةُ ١٥٣].

(٣) مسند الإمام أحمد بن حنبل، ١ / ٣٩١، رقم الحديث (٣٧١٢).

(٤) الفوائد، ابن القيم، ١ / ٢٦.

(٥) مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، ابن

القيم، ١ / ١٨٧.

يعصمهم من إرهاب البأساء والضراء، عملاً بقوله عز وجل: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾<sup>(٧)</sup> لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا ءَاتَكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ<sup>(٨)</sup> [الحديد من الآية ٢٢ الى الآية ٢٣]<sup>(١)</sup>.

لذلك فإن قوة الإيمان في القلب هي أساس جلاء القلق والحزن الذي يخيم على النفوس وكلما ازداد الإيمان في العبد كلما انشرح صدره وذهب قلقه وحزنه، لعلمه أن ما اخطأه لم يكن ليصيبه، وأن ما أصابه لم يكن ليخطئه وهذا ما أكدته رسول الله ﷺ في كثير من الاحاديث.

### ثانياً: قراءة القرآن:

ومن الوسائل العلاجية المهمة في معالجة القلق والحزن قراءة القرآن حيث انها تورث العبد السكينة في قلبه، وانشراحاً في صدره، فالقرآن فيه شفاء لجميع الادواء، قال تعالى: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾<sup>(٩)</sup> [الإِسْرَاءُ الْآيَةُ ٨٢]. أي شفاء من الادواء النفسية<sup>(١٠)</sup>، ومنها القلق والحزن. فتلاوة القرين علاج لجميع أمراض القلوب والارواح، وزوال الهم والحزن، ولهذا كان من دعاء النبي ﷺ: «أسألك بكل اسم هو لك، سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحدا من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي،

(١) تفسير المنار، محمد رشيد رضا، ٣٥٠/٧.

(٢) تفسير المراغي، احمد بن مصطفى المراغي، ١٥/٨٢.

فإذا ما أصاب الإنسان حزن أو قلق فعليه بالصلاة، عن حذيفة رضي الله عنه قال: (كان رسول الله ﷺ إذا ضربته أمر صلياً) (١)، وعن أنس رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ، (ولا يخرج منه، لأن فيه نعيمه وبه تطيب حياته) (٢)، وكان الرسول ﷺ يقول: ((قم يا بلال فأرحنا بالصلاة)) (٣) أي أقم الصلاة لنستريح بها من هموم الدنيا ومشاكل الدنيا. فالدنيا لم تكتمل فيها السعادة، فساعدتها منغصة بالقلق والحزن الذي يصيب الانسان من خلال المصائب والابتلاءات، أما السعادة الحقيقية فهي في الدار الآخرة، فترى المؤمن كلما أهمه شيء أو اقلقه سارع في صلاته فتسكن نفسه ويطمئن قلبه، فالصلاة لها أثر كبير في انشراح الصدر وابتهاجه مكان حزنه وقلقه يقول الامام ابن القيم رحمه الله: (وأما الصلاة، فشانها في تفريج القلب، وتقويته، وشرحه وابتهاجه، ولذته اكبر شأن، وفيها من اتصال القلب والروح بالله، وقربه والتنعم بذكره، والابتهاج بمناجاته، والوقوف بين يديه واستعمال جميع البدن وقواه وآلاته في عبوديته، وإعطاء كل عضو حظه منها واشتغاله عن التعلق بالخلق) . وقد اعترف بأهمية الصلاة علماء غربيين متخصصون في علم النفس بأهمية الصلاة في بث الطمأنينة يقول توماس هايسلون: (إن الصلاة أداة

عرفت حتى الآن لبث الطمأنينة في النفوس وبث الهدوء في الأعصاب) .

رابعاً: الدعاء والذكر:

ومما يساعد في علاج القلق والحزن الذكر الدعاء، فأما الذكر فهو من اعظم العبادات ولها أهمية كبيرة في حصول الطمأنينة للقلب، يقول تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد الآية ٢٨]، يقول سيد قطب في الظلال: (تطمئن بإحساسها بالصلة بالله، والأنس بجواره، والأمن في جانبه وفي حماه. تطمئن من قلق الوحدة، وحيرة الطريق. بإدراك الحكمة في الخلق والمبدأ والمصير. وتطمئن بالشعور بالحماية من كل اعتداء ومن كل ضرر ومن كل شر إلا بما يشاء، مع الرضى بالابتلاء والصبر على البلاء. وتطمئن برحمته في الهداية والرزق والستر في الدنيا والآخرة ذلك الاطمئنان بذكر الله في قلوب المؤمنين حقيقة) (٤).

إن حصول الطمأنينة للقلب بعد الذكر هي نتيجة حتمية بشرط اخلاص العبادة لله فالذكر عبادة لا بل هو من اعظم العبادات فلا بد من حضور القلب أثناء الذكر، لأن الله سبحانه وتعالى ينظر الى قلب العبد اثناء العبادة، عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «ادعوا الله وانتم موقنون بالإجابة، واعلموا ان الله لا يستجيب دعاءً من قلب غافل لاه» (٥).

(١) سنن أبي داود، كتاب الصلاة، باب وقت قيام النبي ﷺ من الليل، رقم الحديث (١٣١٩).

(٢) فتح الباري، لابن حجر، ١١ / ٣٤٥ .

(٣) سنن أحمد بن حنبل، ٥ / ٣٧١، رقم الحديث

(٢٣١٥٤) .

(٤) في ظلال القرآن، سيد قطب، ٤ / ٢٠٦٠ .

(٥) سنن الترمذي، كتاب الدعوات، باب ما جاء في جامع

الدعوات عن النبي ﷺ، رقم الحديث (٣٤٧٩) .

## المبحث الثاني

### أثر الدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن

#### • المطلب الأول: الأمن النفسي:

إن من أعظم النعم التي امتنها سبحانه وتعالى على عباده الأمن بعد الإيمان فلا ينعم الإنسان في هذه الحياة بدون الأمن، ولقد عنت الدعوة الإسلامية الى تحقيق الأمن النفسي للفرد من خلال غرس العقيدة الصحيحة وتقوية الإيمان، فالأمن النفسي مقترن بالإيمان يقول تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ [الأنعام الآية ٨٢]. والمقصود بالظلم هنا في الآية أي الشرك في الدنيا، وقد أشار النبي ﷺ الى عظم الأمن في حياة المسلم في الحديث الذي رواه الترمذي قال رسول الله ﷺ: «من أصبح منكم آمناً في سربه معافى في جسده عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا»<sup>(٢)</sup>. فمن تحقق لديه الأمن النفسي فلا يخاف ولا يفرع يقول القرضاوي: (( كما لا يتحسر المؤمن على الماضي باكياً حزيناً، ولا يلقي الحاضر جزوعاً ساخطاً، لا يواجه المستقبل خائفاً وجلاً، ولا يعيش في فرح منه، ورهبة من غموضه، وتوجس من جبروته، كأنه عدو شرير متربص، بل يعيش آمن

فالعبد حين يتوجه الى الله بقلب خاشع خاضع ويدعوا الله ن فإنه يجد انشراحاً في صدره، وذهاب حزنه وزوال قلقه، فعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «ما أصاب احد قط همّ او حزن، فقال: اللهم اني عبدك ابن امتك، ناصيتي بيدك، ماضٍ في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك اللهم بكل اسم هو لك سميت به نفسك، او علمته احد من خلقك، وأنزلته في كتابك، او استأثرت به في علم الغيب عندك، ان تجعل القرآن العظيم ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي، الا اذهب الله عز وجل همّه، وحزنه، وأبدله مكانه فرحاً، فقيل: يا رسول الله، الا نتعلمها؟ قال: بلى ينبغي لمن سمعها ان يتعلمها»<sup>(١)</sup>.

فذكر الله والدعاء كفيلاً بأن يذهب القلق والحزن عن العبد وذلك بالمواظبة يشعر بأنه قريب من الله تعالى، وهذا الشعور يبعث في نفسه الطمأنينة والسعادة، وكل من ابتغى زوال قلقه وحزنه وهو في غفله واعراض عن ذكر الله فقد ضل الطريق، يقول تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى﴾ [طه الآية ١٢٤]. فالإعراض عن ذكر الله يجعل حياته في الدنيا ضنكاً فلا طمأنينة له ولا انشراح لصدره.



(٢) سنن الترمذي، أبواب الزهد، باب في التوكل على الله، رقم الحديث (٢٣٤٦).

(١) تم تخريجه في صفحة ١٥.

النفس كأنه في الجنة... إنَّ إيمانه كان مصدر أمنه، والأمن من ثمرات الطمأنينة والسكينة بل هو نوع منها.. ولا سعادة بدون هذا الأمن النفسي<sup>(١)</sup>. فالطمأنينة تحصل بالإقبال على الله سبحانه وتعالى يقول ابن القيم رحمه الله: (في القلب شعث، لا يلمه إلا الإقبال على الله. وفيه وحشة، لا يزيلها إلا الأُنس به في خلوته. وفيه حزن لا يذهب إلا السرور بمعرفته وصدق معاملته. وفيه قلق لا يسكنه إلا الاجتماع عليه، والفرار منه إليه. وفيه نيران حسرات: لا يطفئها إلا الرضا بأمره ونهيه وقضائه، ومعاينة الصبر على ذلك إلى وقت لقائه. وفيه طلب شديد: لا يقف دون أن يكون هو وحده مطلوبه. وفيه فاقة: لا يسدها إلا محبته، والإنابة إليه، ودوام ذكره، وصدق الإخلاص له. ولو أعطي الدنيا وما فيها لم تسد تلك الفاقة منه أبداً)<sup>(٢)</sup>.

• **المطلب الثاني: الرضا:**

ومن الآثار الإيمانية للدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن الشعور بالرضا، قال رسول الله ﷺ: ((من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله، ومن شقوة ابن آدم تركه استخارة الله، ومن شقوة آدم سخطه بما قضى الله عز وجل))<sup>(٣)</sup>. وقال ابن مسعود: (ان الله تبارك وتعالى بقسطه وحلمه جعل الروح والفرح في اليقين والرضا،

وجعل الهم والحزن في الشك والسخط)<sup>(٤)</sup>. ويتحقق الرضا عن الله للعبد حين تستوي في رضاه النعمة والمصيبة فيما يختاره الله له، وفي ذلك يقول عمر رضي الله عنه: ((لو كان الصبر والشكر بعيرين لما باليت ايهما اركب))<sup>(٥)</sup>، لذلك فإن من اعظم النعم التي ينعم الله بها على عباده السكينة عليهم، ومن اعظم أسبابها الرضى عن الله في جميع الحالات.

يقول ابن القيم رحمه الله: (فالرضا يوجب له الطمأنينة ويرد القلب، وسكونه وقراره وثباته، والسخط يوجب اضطراب قلبه، وريبته، وعدم قراره، ومرضه، وتمزقه، فيبقى قلقاً ساخطاً متمرداً)<sup>(٦)</sup>.

فإنه سبحانه لا يقضي لعبده المؤمن قضاء الا كان خيراً له، ساء ذلك القضاء أو سره، فقضاؤه لعبده المؤمن المنع عطاء كان في صورة المنع، ونعمة وإن كانت في صورة محنة، وبلاؤه عافية وان كان في صورة بلية، ولكن لجهل العبد وظلمه لا يعد العطاء والنعمة والعافية الا ما التدب به في العاجل وكان ملائماً لطبعه<sup>(٧)</sup>.

فمن ابتغى سعادته وطمأنينة حاله فهي في الرضا يقول ابن القيم رحمه الله: ((الرضا باب الله الأعظم، وجنة الدنيا، ومستراح العارفين، وحياة المحبين، ونعيم العابدين، وقرّة عيون

(٤) الرضا عن الله بقضائه، ابن ابي الدنيا، ص ١١١.

(٥) الصبر والثواب عليه، ابن ابي الدنيا، ص ٢٤.

(٦) مدارج السالكين، ابن القيم، ٢ / ٢٠٠.

(٧) مدارج السالكين، ابن القيم، ٢ / ٢٠٧.

(١) الإيمان والحياة، يوسف القرضاوي، ص ١٥٥.

(٢) مدارج السالكين، ابن القيم، ٣ / ١٥٦.

(٣) مسند احمد بن حنبل، ١ / ١٦٨، رقم الحديث )

( ١٤٤٤ ) .

تعالى: ﴿ مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴾ [التَّغَابُنِ آيَةٌ ١١]. فعند المصائب ترى المؤمن مسلماً لأمر الله و (ان كل من آمن منها من عند الله فرضي بذلك، وسلم لأمره هدى الله يرزقه الثبات عند ورودها والقيام بموجب الصبر فيحصل له بذلك الثبات العاجل مع ما يدخره له يوم الجزاء من الثواب)<sup>(٤)</sup>.

فقلب المؤمن كلما امتلأ إيماناً صادقاً قوياً كلما واجه ما يعتريه من مصائب وهموم بقلب مطمئن وبذلك تهون عليه المصيبة فلا يحزن الا بالقدر الذي فطر عليه الانسان وليس الى حد الجزع كما انه يواجه القلب الذي أهمه بقلب ثابت مطمئن بنفسه فكان خير له يقول عليه الصلاة والسلام: «عجباً لأمر المؤمن، ان أمره كله خير، وليس ذلك لاحد الا للمؤمن، وان اصابته سراء شكر فكان خيراً له، وان اصابته ضراء صبر فكان خيراً له»<sup>(٥)</sup>.

وهكذا ترى ان للإيمان تأثيراً عظيماً في نفس الانسان فهو يزيد من ثقته بنفسه ويزيد قدرته على الصبر، وتحمل مشاق الحياة، ويبث الأمن والطمأنينة في النفس، ويبعث على راحة البال ويغمر الانسان الشعور بالسعادة<sup>(٦)</sup>.

المشتاقين))<sup>(١)</sup>، واختتم هذا المطلب بهذا البيت الذي قيل في بيان فضل الرضا:

ومن يجعل الرحمن في قلبه الرضا

يعش في غنى من طيب العيش واسع<sup>(٢)</sup>

• المطلب الثالث: تعزيز الثقة بالنفس:

ومن الآثار الإيمانية للدعوة الإسلامية تعزيز ثقة المؤمن بنفسه، وذلك من خلال ترسيخ الإيمان الصادق الذي لا يخالطه شك او نفاق، فهو يبث الأمن والطمأنينة والسكينة في النفس قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ﴾ [الْفَتْحِ آيَةٌ ٤].

وهذا الإيمان يشعر العبد إنه دائماً، بمعية الله سبحانه وتعالى، وهذا الشعور يحقق الثقة بالنفس وذلك لأن: (طريق الهدى والفلاح الذي رسمه الله يناسب فطرة الانسان، ويربطه بخالقه، ويوفر له الأمن والطمأنينة في حياته الدنيوية، ويحقق له التكامل والتوازن بين قواه الروحية والنفسية والجسمية، فيعيش سعيداً في قرب من الله وسلام مع الناس ووثام مع النفس ونجاح في الحياة)<sup>(٣)</sup>.

فالمؤمن الذي ترسخ الإيمان في قلبه لا يحزن من فقد شيء ولا يقلق مما هو آت لأنه يؤمن بقضاء الله فيصبر ويشعر بالرضى ويحمد الله في سرائه وضرائه، لعلمه ان قدر الله كله خير وهذا بحد ذاته من أهم الأسباب التي تدعم ثقة الانسان بنفسه قال

(١) المصدر السابق، ٢ / ٢٠٧.

(٢) تاريخ ابن معين، أبو زكريا يحيى بن معين، ٤ / ٤٠٦.

(٣) الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، محمد

عودة، كمال إبراهيم

(٤) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، عبد

الرحمن بن ناصر السعدي، ص ٨٦٧.

(٥) صحيح مسلم، كتاب الزهد والرقائق، باب المؤمن أمره

كله خير، رقم الحديث (٢٩٩٩).

(٦) القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ص ٢٧٠.

## الخاتمة وأهم النتائج

## المصادر والمراجع

- ١- ان للدعوة الإسلامية اثر كبير في معالجة القلق والحزن الذي دب في الأمة الإسلامية وذلك من خلال ترسيخ العقيدة الصحيحة والإيمان العميق في نفوس العباد .
  - ٢- ان من أهم الأسباب التي تؤدي الى القلق والحزن هو ( ارتكاب المعاصي والذنوب، والاعراض عن ذكر الله، والسخط وعدم الرضا بقضاء الله وقدره).
  - ٣- من الأساليب العلاجية في الإسلام لمشكلة القلق والحزن هو ( الإيمان العميق بالله تعالى والالتجاء اليه، وقراءة القرآن، والصلاة، والذكر والدعاء).
  - ٤- من الآثار الإيمانية للدعوة الإسلامية في معالجة القلق والحزن هو ( الأمن النفسي، والرضا، والثقة).
- ١- الإيمان والحياة يوسف القرضاوي، الطبعة: الرابعة ١٣٩٩ هـ - ١٩٧٩ م، مؤسسة الرسالة - بيروت .
  - ٢- البحر المحيط في التفسير، أبو حيان محمد بن يوسف بن علي بن يوسف بن حيان أثير الدين الأندلسي (المتوفى: ٧٤٥هـ)، المحقق: صدقي محمد جميل، الناشر: دار الفكر - بيروت .
  - ٣- تاريخ ابن معين، أبو زكريا يحيى بن معين بن عون بن زياد بن بسطام بن عبد الرحمن المري بالولاء، البغدادي (ت: ٢٣٣هـ)، المحقق: د. أحمد محمد نور سيف، الطبعة الأولى ١٣٩٩ هـ - ١٩٧٩ م، مركز البحث العلمي وحياء التراث الإسلامي - مكة المكرمة .
  - ٤- تفسير الشعراوي، محمد متولي الشعراوي (المتوفى: ١٤١٨هـ)، (د.ط، د.ت)، الناشر: مطابع أخبار اليوم .
  - ٥- تفسير القرآن العظيم، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (ت ٧٧٤ هـ)، المحقق: سامي بن محمد سلامة، الطبعة الثانية ١٤٢٠ - ١٩٩٩ م، الناشر: دار طيبة للنشر والتوزيع .
  - ٦- تفسير المراغي، أحمد بن مصطفى المراغي (ت: ١٣٧١ هـ)، الطبعة: الأولى، ١٣٦٥ هـ - ١٩٤٦ م، الناشر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر .



- ٧- تفسير المنار، محمد رشيد بن علي رضا بن محمد شمس الدين القلموني الحسيني (ت: ١٣٥٤هـ)، الناشر: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٩٠م، مصر.
- ٨- التفسير المنير في العقيدة والشريعة والمنهج، د هبة بن مصطفى الزحيلي، الطبعة: الثانية، ١٤١٨ هـ، الناشر: دار الفكر المعاصر - دمشق.
- ٩- التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (المتوفى: ١٠٣١هـ)، الطبعة: الأولى، ١٤١٠هـ-١٩٩٠م، عالم الكتب ٣٨ عبد الخالق ثروت-القاهرة.
- ١٠- تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، عبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله السعدي (المتوفى: ١٣٧٦هـ)، المحقق: عبد الرحمن بن معلا اللويحق، الطبعة: الأولى ١٤٢٠هـ-٢٠٠٠م، مؤسسة الرسالة.
- ١١- جريدة الحياة الجديدة، مصر - القاهرة، العدد - ٧٩٨٧، في ٢٠١٨.
- ١٢- الداء والدواء، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: ٧٥١هـ)، الطبعة: الأولى، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م، الناشر: دار المعرفة - المغرب.
- ١٣- دع القلق وابد الحياة، ديل كار ينجي، تعريب، عبد المنعم محمد الزيايدي، الطبعة: السادسة عشر، مكتبة الخانجي، القاهرة.
- ١٤- الرضا عن الله بقضائه، أبو بكر عبد الله بن محمد بن عبيد بن سفيان بن قيس البغدادي الأموي القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (ت: ٢٨١هـ)، المحقق: ضياء الحسن السلفي، الطبعة: الأولى، ١٤١٠، الدار السلفية - بومباي.
- ١٥- زاد المعاد في هدي خير العباد، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١هـ)، الطبعة: السابعة والعشرون، ١٤١٥هـ/١٩٩٤م، الناشر: مؤسسة الرسالة، بيروت - مكتبة المنار الإسلامية، الكويت.
- ١٦- سنن ابن ماجه، ابن ماجه أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، وماجة اسم أبيه يزيد (المتوفى: ٢٧٣هـ)، الناشر: دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي.
- ١٧- سنن ابي داوود، أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشر بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (ت ٢٧٥ هـ)، المحقق: محمد محي الدين عبد الحميد، (د.ط، د.ت) الناشر: المكتبة العصرية، صيدا - بيروت.
- ١٨- سنن الترمذي، محمد بن عيسى بن سَورَة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (ت: ٢٧٩هـ)، المحقق: بشار عواد معروف، الطبعة الثانية ١٩٩٨ م، الناشر: دار الجيل - بيروت، دار الغرب الإسلامي - بيروت.
- ١٩- سنن النسائي الكبرى، احمد بن شعيب أبو عبد الرحمن النسائي، تحقيق: د. عبد الغفار سليمان البندراني، سيد كسروي حسن، الطبعة الأولى، ١٤١١ - ١٩٩١ م، دار الكتب العلمية - بيروت.
- ٢٠- شروح سنن ابن ماجه، مصباح الزجاجه على

«أثر الدعوة الإسلامية في علاج القلق والحزن في الأمة الإسلامية (دراسة دعوية)»

د. عبد العزيز محمد محسن | ١٨٣

- شرح سنن ابن ماجه، لجلال الدين عبد الرحمن بن بكر السيوطي، حققه: رائد بن صبري بن أبي علفه، الطبعة الأولى، ٢٠٠٧، بيت الأفكار الدولية، الأردن.
- ٢١- الصبر والثواب عليه، أبو بكر عبد الله بن محمد بن عبيد بن سفيان بن قيس البغدادي الأموي القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (ت: ٢٨١هـ)، تحقيق: محمد خير رمضان يوسف، الطبعة: الأولى، ١٤١٨ هـ - ١٩٩٧ م، دار ابن حزم، بيروت - لبنان.
- ٢٢- الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، محمد عودة، وكمال إبراهيم مرسى، الطبعة الثانية ١٤٠٦ هـ، دار القلم - الكويت .
- ٢٣- صيد خاطر، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (ت: ٥٩٧هـ)، بعناية: حسن المساحي سويدان، الناشر: دار القلم - دمشق .
- ٢٤- فتح الباري شرح صحيح البخاري، أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني الشافعي، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي، الناشر: دار المعرفة - بيروت، ١٣٧٩ .
- ٢٥- الفوائد، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ)، الطبعة: الثانية، ١٣٩٣ هـ - ١٩٧٣ م، دار الكتب العلمية - بيروت .
- ٢٦- في ظلال القرآن، سيد قطب إبراهيم حسين الشاربي (ت: ١٣٨٥هـ)، الطبعة: السابعة عشر - ١٤١٢ هـ، الناشر: دار الشروق - بيروت - القاهرة .
- ٢٧- القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، الطبعة: السابعة، ١٤٢١ هـ - ٢٠٠١ م، دار الشروق - القاهرة .
- ٢٨- الكتاب: معجم لغة الفقهاء المؤلف: محمد رواس قلعجي - حامد صادق قنيسي الناشر: دار الفوائد للطباعة والنشر والتوزيع الطبعة: الثانية، ١٤٠٨ هـ - ١٩٨٨ م .
- ٢٩- الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية، أيوب بن موسى الحسيني القريمي الكغوي، أبو البقاء الحنفي (ت ١٠٩٤ هـ) المحقق: عدنان درويش - محمد المصري، الناشر: موسوعة الرسالة - بيروت .
- ٣٠- لسان العرب، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي الإفريقي (ت: ٧١١هـ)، دار صادر - بيروت، ١٤١٤ هـ.
- ٣١- مجموع الفتاوى المؤلف: تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحلیم بن تيمية الحراني (المتوفى: ٧٢٨هـ) المحقق: عبد الرحمن بن محمد بن قاسم الناشر: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف، المدينة النبوية، المملكة العربية السعودية عام النشر: ١٤١٦هـ/١٩٩٥ م .
- ٣٢- مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، المحقق: محمد المعتصم بالله البغدادي، الناشر: دار الكتاب العربي - بيروت، الطبعة: الثالثة، ١٤١٦ هـ - ١٩٩٦ م .
- ٣٣- مسند أحمد بن حنبل، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (ت ٢٤١ هـ) المحقق: السيد أبو المعاطي الثوري،

الطبعة الأولى، ١٤١٩ هـ - ١٩٩٨ م، الناشر: عالم الكتب، بيروت .

٣٤- المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل الى رسول الله ﷺ، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (ت ٢٦١ هـ) المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، (د.ط، د.ت)، دار احياء التراث العربي - بيروت.

٣٥- المصباح المنير في غريب الشرح الكبير، أحمد بن محمد بن علي الفيومي ثم الحموي، أبو العباس (المتوفى: نحو ٧٧٠ هـ)، المكتبة العلمية - بيروت .

٣٦- مصنف ابن ابي شيبة، أبو بكر بن أبي شيبة، عبد الله بن محمد بن إبراهيم بن عثمان بن خواستي العبسي (ت ٢٣٥ هـ)، المحقق: كمال يوسف الحوت، الطبعة الأولى، ١٤٠٩، الناشر: مكتبة الرشد - الرياض .

٣٧- مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: ٧٥١ هـ)، (د.ط، د.ت)، الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت .

٣٨- الموسوعة العربية الميسرة، حسين محمد نصار، مجموعة من العلماء والباحثين، الطبعة الثالثة، ٢٠٠٩، المكتبة العصرية، جدة - بيروت .

٣٩- موسوعة نظرة النعيم في مكارم اخلاق الرسول الكريم، صالح بن عبد الله بن حميد، وعدد من المختصين، الطبعة الرابعة، (د.ت)، دار الوسيلة للنشر والتوزيع، جدة .