العلاج هو: ذكر الله والصبر وغيره

سؤال: عن رجل أصيب بداء، فذهب إلى الأطباء ولم يستفد شيئًا، ثم ذهب إلى المشايخ والقراء، فإذا قرءوا عليه هدأت نفسه، وبعد فترة تعود حالته إلى ما كانت عليه، ثم هو يقول: ما العلاج في ذلك؟ الجواب: العلاج يكون بأمور: الأول: الطمأنينة إلى الخير ومحبته. ثانيًا: الصبر على ما تلاقيه نفسك من القلق، واحتساب أن هذا من المصائب التي يبتلي الله بها العباد، ويختبرهم، أيصبر العبد أم لا، فإذا صبر فإن الله -تعالى- يثبته، قال تعالى: { إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ } هذا من حيث العموم. أما من حيث الخصوص فنوصيه بأمور: أولًا: كثرة الأعمال الخيرة والصالحة: كالصلوات، والعبادات، والأذكار، وقراءة القرآن ونحوها. ثانيًا: ونوصيه أيضًا بحضور مجالس الذكر ومجالس العلم؛ فإن فيها ما يطمئن نفسه، وبها يشغل نفسه عن تلك الأفكار. ثالثًا: ثم نوصيه بأن يشغل نفسه بأي شيء مفيد، فمثلا يشتري الأشرطة والكتب المفيدة، والتي فيها المواعظ والإرشادات والعلم النافع والأحكام والقصص والعبر، التي يشغل بها وقته وتطمئن بها نفسه. فإذا اشتغل بذلك كله، ووطن نفسه على ذلك، وأكثر من ذكر الله، ومن قراءة القرآن، وعلاج نفسه بالأدعية الواردة في الكتاب والسنة، بعد ذلك نرجو من الله أن يخفف عنه ما يجده عبد الله الجبرين: الكنز الثمين، ج1 ص 210، 211. .