

علاج أخطر الأمراض النفسية

أولاً الملل

- أن يألف الإنسان العبادة
- عدم الوصول للنتيجة المرجوة
- لنتائج المترتبة عن الملل
 - الفتور فى العبادة
 - يترك العبادة نهائياً
 - يؤدى أداء بارد للغاية

ثانياً الإستعجال

وهو سبب الفتور والملل فمثلاً قد يضع الإنسان لنفسه خطة أخذ فيها السنين ثم لم يصل لشيء فيشعر الإنسان هنا بالفتور والملل ومن مظاهر ذلك إستعجال إجابة الدعاء فيترك الدعاء أو يقول دعوت فلم يستجاب لى فيتأخر عليه الإجابة بسبب تعجيله ومن الإستعجال أيضاً فى الدعاء التحديد على الله بشيء معين قال الله تعالى ﴿وَيَذِغُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ ۖ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا﴾ فالعجلة السبب الرئيسى لحب الدنيا وحب الدنيا سبب كل خطيئة

علاج الإستعجال

- فهم مخاطر الإستعجال
 - عندما تدرك خطوة الإستعجال وتفهم مخاطره سوف يكون ذلك رادع قوى لكى تتركه
- قراءة القرآن بتدبر خصوصاً قصص الأنبياء
- قراءة سيرة النبي صلى الله عليه وسلم
- تكلف التأنى
 - حتى يصير عادة، فيتكلف التأنى حتى يصير خُلق له، وإنما الحلم بالتحلّم، وإنما العلم بالتعلّم، وإنما الصبر بالتصبر، كل شيء تتكلفه في الأول إلى أن يصير عادة
- أن تعلم أن ما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن
 - وأنه لن يكون في خلق الله إلا ما أراد فلا تعجل، وأن الأمور بيده جلّ في علاه واستعجالك لن يعجل قدراً ولن يؤخر قدراً، فأنت امضِ على سنن الله وليس عليك النتائج لأنك ليس مطلوباً منك النتائج استعجال الإنسان أصلاً ناتج عن فهمه الخاطيء أن هو مطلوب منه النتائج؛ لازم تُمكن! من قال لك أنك يجب أن تُمكن؟! من الممكن أن لا تُمكن، هو التمكين سيحدث، لكن ليس شرطاً أن يكون بك ضع ثمرة وتوفى وهذا يكفى

علاج الملل

- الحل الإستباقي
 - بمعنى الوقاية خير من العلاج فأنت فى سيرك إلى الله العمل الذى تفعله وتحبه ولا تمل منه أبداً وكلما تفعله تنشط يجب أن تركز عليه وتتخصص فيه ولا تنخدع بالقوالب فإذا رأيت طالب علم ناجح ستجد فى نفسك حياءً أن تكون مثله وأنت ليس لديك المقومات والمؤهلات التى تجعلك مثله فتكد وتتعب لتصل وتكون مثله ثم لا تصل لشيء وذلك لأن هذا ليس هو العمل الذى تحسنه وهذه طبيعة بشرية لأن الله لم يجعل للناس مواهب واحدة، بل كل واحد يختلف عن الآخر
- تحديد المجال
 - مجالات العمل فى الدين كثيرة لذلك يجب على الإنسان أن يكون صادقاً مع نفسه ما هو الشيء الذى أقدر عليه؟ ما هى الإمكانيات؟ ثم يبدأ فى تحديد الأعمال التى تصلح ويختار أفضلها ويتخصص فيه ولكن يجب أن تحذر من التشتت فكلما تجد شخص ناجح تود أن تكون مثله وتشتت نفسك
- الموازنة بين الجوانب الأخرى
- التنوع فى مجالات الدين
 - إقناع النفس
 - التنوع فى المباحات
 - مخالطة أصحاب الهمم/زيارة القبور
 - الربط بشخص آخر/الدعاء

