

سلسلة
علماني القرآن

سلسلة علماني القرآن



من بركة القرآن
أن الله يبارك في عقل قارئه وحافظه

قال الإمام القرطبي
من قرأ القرآن فُتّع بعقله ، وإن بلغ صائدة



أكاديمية مدينة الحفاظ [madinatelhofaz](https://www.madinatelhofaz.com) @madinat-elhofaz



علماني القرآن ١



دراسات علم النفس وجدت أن عدم الرضا عن الواقع الذي يعيشه الإنسان هو سبب ٩٠٪ من مشاكله النفسية..

عدم الرضا عن العمل، أو عن الوضع الاقتصادي، عدم الرضا عن المحيط الاجتماعي.. كل ذلك يقف عائقاً أمام الشعور بالسعادة.

ولكن .. ما هو العلاج ؟ وكيف نكتسب هذا الرضا ؟

الحل تعلمته من القرآن الكريم !! ببساطة هو التسبيح !

أن تقول: **سبحان الله** ... في الليل وفي النهار ... هذه العبارة

البسيطة سوف تحل معظم مشاكلك وهمومك وتمنك سعادة

لا مثيل لها ... تأمل معي قوله تبارك وتعالى:

(وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَى) [طه: 130].

فلا تنسى هذه العبارة الرائعة في كل وقت: **سبحان الله** !



علماني القرآن 2



كم مرة فشلت في اتخاذ قرار مناسب.. وكم مرة ترددت في الإقدام على أمر ما لأنك تخاف من المجهول؟ وكم مرة تمنيت لو أنك لم تفعل هذا .. أو لو أنك فعلت ذاك... إنها مرات كثيرة لا تحصى... ولكن... هل فكرت يوماً بعلاج هذه المشكلة التي تسبب لك في حياتك القلق والحيرة ؟ لقد وجدت العلاج من القرآن !! إنه **الإيمان**.. أو بعبارة أدق: **تجديد الإيمان**.. أو بصورة أفضل أن تقول: **آمنت بالله** ... وتكرر هذه العبارة التي نصحنا بتكرارها النبي عليه الصلاة والسلام: **قل آمنت بالله ثم استقم**.. ولكن ما هي نتيجة هذه العبارة.. إنها المداية في كل شؤونك للخير والصواب وعدم الوقع في الخطأ.. إذا أردت أن تتأكد فاقرأ قول الحق تعالى:
وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَعْدِ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ .. التغابن: 11



علمني القرآن 3



علمني القرآن **الآن أبداً** ... الحزن والخوف هو أكثر ما يدمر حياة الإنسان. وتقول الأبحاث العلمية إن اليأس هو القاتل الصامت الذي يدمر حياة الإنسان. وأن معظم الأمراض النفسية سببها الحزن والخوف.. لقد علمني القرآن قاعدة مهمة غيرت حياتي!

هل تعلمون ما هي؟ وكيف نصل إلى هذا التغيير؟

قال تعالى: **(أَلَا إِنَّ أُولَئِكَ اللَّهُ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَخْرَجُونَ ***
الَّذِينَ آمَنُوا وَكَانُوا يَتَقَوَّنَ * **لَهُمُ الْبُشْرَى فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي**
الْآخِرَةِ [يونس: 64-62]. هذه الكلمات الرائعة تؤكد أن كل من
يؤمن ويتقي ربه يتخلص من الخوف (الخوف من المستقبل)
ويتخلص من الحزن (الحزن على الماضي) وينعم بالحياة
السعيدة... فهل نطبق هذه القاعدة في حياتنا؟





علمني القرآن 4



علمني القرآن التسامح مع الآخرين .. هل تعلمون يا أحبتي أن أسهل طريقة لإطالة العمر حسب ما يقوله علماء الغرب هي التسامح! فعندما يضبط الإنسان أعصابه ولا يغضب ويسامح الآخرين ولو أساووا إليه، فإن هذا التسامح يخفف من إفراز هرمون الإجهاد وينظم عمل القلب ويخفض ضغط الدم وبالتالي يجعل الإنسان أكثر صحة وسعادة، كيف تعلمت ذلك؟ استمعوا معي إلى هذه الآية:

(وَإِنْ عَاقَبْتُمْ فَعَاقِبُوا بِمِثْلِ مَا عُوَقِبْتُمْ بِهِ وَلَئِنْ صَرَّتْ لَهُوَ خَيْرٌ للصَّابِرِينَ) [النحل: 126] .. إذا السر يكمن في التسامح والصبر.

فالخير في التسامح وليس في العقوبة كما قررت هذه الآية، وهو ما قرره العلم الحديث.. فهل نتسامح ونحب الخير للآخرين كما نحب لأنفسنا ونستمتع بطول العمر والصحة الجيدة والسعادة؟

علمني القرآن ٦



علمني القرآن ألا ييأس أبداً مهما حدث!

هل تعلم أن اليأس هو أكبر عامل مدمر للنجاح؟

وهل تعلم بأن الإنسان اليائس لا يمكنه أن ينتج شيئاً في حياته؟

وهل سالت نفسك يوماً لماذا لا تنجح في عملك رغم المحاولة

والجهد والتفكير؟ السر يكمن في كلمة واحدة هي: الأمل...

إنه الأمل بالنجاح الذي يعتبر 70٪ من النجاح كما يؤكد الخبراء

في علم النفس. فعندما تملك الأمل بالحياة وتثق بقدرة الله على

منحك النجاح وتضع مخططاً واضحاً تعمل عليه منذ هذه اللحظة،

فإن النجاح سيكون مؤكداً بإذن الله.. بل إن اليأس يؤدي للكفر..

(وَلَا تَيَأسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيَأسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ)

[يوسف : 87].. فالمؤمن لا ييأس أبداً بل يفرح برحمته الله..

علماني القرآن 5



علماني القرآن أن **أفرح برحمة الله** .. فالسعادة هي هدف لكل إنسان ولكن لا يصل إليها إلا القليل. فما هي السعادة الحقيقية؟ وماذا علمني ديني؟ إن حياتي مليئة بالفرح برحمة الله تعالى.. لأن كل ما يحدث معي هو بتقدير من الله! ولا يمكن لأحد أن يضرني أو ينفعني إلا بأمر الله، وأن الله يريد لي الخير لأنني أثق به وبقدراته المطلقة. ولكن ما هي القاعدة التي يجب أن اقتتنع بها؟ إنها في قوله تعالى: **(قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلَيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ)** [يونس: 58]. فإذا أردت أن تفرح فلا تفرح بدنيا فانية أو متعة مؤقتة... بل افرح بأن الله جعلك مسلماً وأكرمك بنعمة الإيمان. فهل تفرح برحمة الله وتزيد ثقتك به لتصل إلى السعادة الحقيقية؟





علمني القرآن 7



علمني القرآن أن أواجه مشاكل بهدوء تام !!

هل اعترضتك مشكلة ولم تجد لها حل؟ هل تشعر بالتوتر بسبب هذه المشكلة؟ ولماذا لا تنجح في إيجاد حل لها؟ انظر معي ماذا يقول علماء النفس حول أسهل وأفضل طريقة لعلاج المشاكل المستعصية؟ التفكير بهدوء تام هو أول خطوة وأهم خطوة للحل!

فالتوتر يسبب تشويشاً على الدماغ فيفشل في إيجاد حل مناسب، ولذلك أعط نفسك فرصة للتفكير بهدوء.. اعلم أن الله كتب عليك كل شيء.. وأن حل المشكلة هو بيد الله.. اعتبر أن المشكلة بسيطة جداً ثم ابدأ بالبحث عن الحل العملي وتوكل على الله وسوف تجد نتائج مذهلة بإذن الله! الله يقول: (قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ) [التوبه: 51].



اللهم أرزقنا حب القرآن
وفضل القرآن وبركة القرآن
ونور القرآن وسكينة القرآن
وشفاء القرآن ورحمة القرآن
وهدایة القرآن



المدينة المنورة
المدينة المنورة
@madinat-elhofaz