540439 ـ الشعور باليأس والإلحاد بسبب عدم استجابة الدعاء

السؤال

لا أدري من أين ابدأ، ولكن تراكمت علي المشاكل والهموم وتعقدت، أشعر بأني أتيت الحياة لكي أعذب، وأعيش شقيا، حرفياً حياتي عذاب، هناك من هو أسوأ مني، وأعلم ذلك، ولكن هذا لا ينفي أن حالي سيئة، وأني بالمقارنة مع كثير غيري فإني في حال سيء، لست أعبأ كثيرا بالمقارنة، ولكني محروم من أشياء بسيطة وأساسية، وهي ناقصة في حياتي، تجعلني أشعر بالقلة، وتجعلني حزينا، أنا شاب في الخامسة والعشرين، تفوقت في الدراسة، وتعبت حتى تخرجت، وأنا الآن طبيب، ولكني أواجه مشاكل جمة وكثيرة، أشعر بأني أتيت إلى الحياة لكي أتعب، وأعذب، وغيري يتنعم، لجوئي إلى الله تعالى لا يعد ولا يحصى، وذكري وصلاتي كثيرة، ولا يوجد حل لأموري، لا أدري هل الله تعالى يهملني أم إنه غير موجود أساسا؟
دعوت إليه مراراً وتكراراً، ... استغفر الله تعالى على هذه الكلمات، ولكني أشعر بشيء لا يمكن وصفه من كثرة الإحباط وعدم الاستجابة، أشعر بأنه لا إله أستند اليه، ولا مجيب لدعائي، لا أرى أثراً ولا دليلا، تعبت وضاق صدري، وصار بيني وبين اليأس شعرة، أنا في حيرة منذ زمن طويل، وأنتظر أن يفرج الله تعالى همي،، لطالما فكرت في الانتحار، ولكني أضع احتمال أن يعذبني الله تعالى، وأن يكون موجوداً، ولكن إن كان موجوداً وإن كان رحيما فأين هو؟ هل الله تعالى يثبت وجوده في تعذيبي فقط؟ وحين أدعوه لا يستجيب؟ وهل يريد مني أن أيأس، وانتحر، ثم يعذبني، أم ماذا؟

ملخص الإجابة

ما تمر به الآن ليس حكمًا نهائيًا على بقية حياتك، وما عجزت عن تغييره في سنوات مضت لا يعني أنك عاجز عن بناء مرحلة مختلفة فيما بقي، وقد تكون حاجتك في هذه المرحلة ليست إلى إجابة واحدة عن كل أسئلة الحياة، وإنما إلى استعادة قدرتك على النظر إلى حياتك من زاوية أوسع، وفصل الألم عن الحكم النهائي على الحياة، وفصل تأخر بعض المطالب عن معنى الرحمة الإلهية، ثم البدء بخطوات واقعية لعلاج ما يمكن علاجه، وتغيير ما يمكن تغييره، والعيش بما بقي من قدرة ومعنى، مع حسن الظن بالله والاستعانة به في الطريق

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

أخي الكريم يظهر من رسالتك أنك لا تتحدث عن مشكلة واحدة عابرة، وإنما عن تراكم طويل من الآلام والضغوط والحرمان، وقد اجتمعت هذه التجارب حتى أصبح الألم حاضرًا بقوة في نظرتك إلى حياتك ومستقبلك.

ومع ذلك فمن المهم ألا يُفهم وجود هذه المعاناة على أنه إلغاء لما أنعم الله به عليك، وهي نعم حاضرة، ظاهرة، يكفي لتذكرها أدنى التفاتة، ومن جملتها: أنك قد أنهيت دراستك، وحققت نجاحًا أكاديميًا، وأصبحت طبيبًا، وهذه نعم حقيقية.

لكن ذلك كله لا يعني، في الوقت نفسه، أن معاناتك غير حقيقية، أو أن عليك ألا تتألم، فالإنسان قد يجتمع في حياته النجاح مع الألم، والنعم مع الابتلاء، والقوة في جانب، مع الضعف والإرهاق في جانب آخر.

ويبدو أن أحد الأمور التي تحتاج إلى التوقف عندها هو أن الألم المتراكم بدأ ينتقل من كونه مجموعة من المشكلات التي تحتاج إلى معالجة، إلى أن يصبح تفسيرًا عامًا للحياة نفسها، فبدل أن يكون المعنى: (لقد مررت بأمور مؤلمة كثيرة)، أصبح أقرب إلى: (أنا جئت إلى الحياة لكي أتعذب وأعيش شقيًا).

وهنا تحدث مشكلة مهمة، لأن الإنسان حين يشتد عليه الألم، قد لا يعود يصف ما يحدث له فقط، بل يبدأ في إصدار أحكام كلية على حياته ومستقبله ومصيره، مع أن شدة الشعور لا تعني بالضرورة صحة الحكم الذي يصدر عنه.

ومن المهم كذلك: التمييز بين قول الإنسان: أنا أشعر أن حياتي كلها شر، وبين قوله: حياتي كلها شر، ولا يوجد فيها خير.

فالأول: تعبير عن ألم حقيقي، ينبغي فهمه، وعدم التقليل منه.

أما الثاني: فهو حكم شامل، لا يستطيع الإنسان أن يحيط بحقيقته، لأنه لا يعلم ما تخفيه الأيام، ولا ما يترتب على الأحداث من نتائج. قال تعالى: وعسى أن تكرهوا شيئًا وهو خير لكم وعسى أن تحبوا شيئًا وهو شر لكم والله يعلم وأنتم لا تعلمون سورة البقرة، الآية 216.

ولذلك فإن عدم فهم الإنسان لحكمة ما يمر به، لا يعني عدم وجود الحكمة. وعدم رؤيته للخير في لحظته الراهنة، لا يعني أن الخير معدوم.

وينظر للأهمية: جواب السؤال رقم (454387)

وهنا ينبغي تصحيح فكرة مهمة أخذت تظهر في رسالتك، وهي الربط بين الابتلاء، وبين عدم محبة الله للإنسان، فالقرآن نفسه ينقض هذا التصور؛ يقول الله تعالى: فأما الإنسان إذا ما ابتلاه ربه فأكرمه ونعمه فيقول ربي أكرمن ۝ وأما إذا ما ابتلاه فقدر عليه رزقه فيقول ربي أهانن ۝ كلا سورة الفجر، الآيات 15–17، فالإنسان قد يربط الإكرام بالنعمة، والإهانة بالضيق؛ بينما يبين القرآن أن هذا الربط غير صحيح، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم: (أشد الناس بلاء الأنبياء، ثم الأمثل فالأمثل) رواه الترمذي، وقال صلى الله عليه وسلم: (إن الله إذا أحب قومًا ابتلاهم) رواه الترمذي.

فوجود الألم في حياة الإنسان، لا يصلح وحده دليلًا على أن الله لا يحبه، أو أنه تخلى عنه، ومن أجمل ما يوضح ذلك قصة أيوب عليه السلام، فقد قال :أني مسني الضر وأنت أرحم الراحمين سورة الأنبياء آية 83، فلم ينكر ألمه ولم يتظاهر بأن ما يمر

به سهل، وفي الوقت نفسه لم يجعل شدة الضر دليلًا على غياب رحمة الله، وهذه منزلة مهمة يحتاج الإنسان إلى استعادتها في أوقات الشدة، فيمكن أن يقول أنا متألم جدًا، وأن يقول لا أفهم لماذا يحدث هذا، وأن يبحث عن العلاج والحلول، دون أن ينتقل من ذلك إلى نتيجة أخرى لا يملك عليها دليلًا، وهي: إذن الله لا يرحمني، أو: إذن لا حكمة في شيء مما يحدث.

وكذلك فإن تأخر تحقق ما يدعو به الإنسان لا يعني بالضرورة أن الدعاء لم يُستجب، ولا أن الله لم يسمع دعاءه، أو لم يرحمه، فقد قال النبي صلى الله عليه وسلم: (يُستجاب لأحدكم ما لم يعجل، يقول دعوت فلم يستجب لي) رواه البخاري ومسلم، فالإنسان بطبيعته يريد أن يرى الاستجابة في الصورة التي طلبها وفي الوقت الذي حدده، لكن عدم تحقق المطلوب بهذه الصورة، لا يساوي بالضرورة عدم الاستجابة، ولا يستطيع الإنسان أن يعرف تفاصيل الحكمة في كل تأخير أو منع.

ولذلك؛ فليس من الصواب: أن يجعل الإنسان استجابة دعائه بالصورة التي يريدها اختبارًا لوجود الله أو لمحبته ورحمته، وإنما يدعو ويرجو، ويأخذ بالأسباب، ويطلب ما يحتاج إليه، مع التسليم بأن علمه محدود، وعلم الله أوسع وأحكم.

ويبدو أيضًا أن بعض ما تعانيه أصبح مرتبطًا بفكرة: أن الحياة لا يمكن أن تصبح جيدة، إلا إذا تحققت مجموعة معينة من الأمنيات، كالاستقرار والزواج وتحسن الظروف المادية والصحية، ووجود العلاقات التي يتمناها الإنسان، وهذه كلها حاجات مشروعة يمكن السعي إليها، لكن لا ينبغي أن تتحول إلى شروط تجعل استمرار الحياة متوقفًا على تحققها، فالإنسان يحتاج إلى معنى أوسع من مجرد تحقق رغباته، قال تعالى وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون سورة الذاريات، آية 56.

وهذا لا يعني أن المطلوب هو تجاهل حاجات الإنسان أو الاستسلام للحرمان، وإنما يعني أن قيمة الحياة وغايتها لا تختزل في مقدار ما حصل عليه الإنسان من الراحة والمتع الدنيوية.

ولهذا فإن استعادة المعنى، لا تعني إنكار المشكلات، أو مطالبة الإنسان بأن يكون راضيًا عن كل ما يحدث له، فهناك مشكلات تحتاج إلى تغيير، وأخرى تحتاج إلى علاج، وأخرى تحتاج إلى قرارات عملية، وأمور لا يستطيع الإنسان تغييرها بعد بذل الأسباب، فيحتاج معها إلى الصبر والاستعانة بالله.

والإيمان بالقدر لا يعني تعطيل الأسباب، كما أن الصبر لا يعني الاستسلام للعجز، وإنما أن يبذل الإنسان ما يستطيع في دائرة قدرته، ثم يتعلم كيف يتعامل مع ما يخرج عن قدرته، دون أن يجعل العجز عن تغيير كل شيء، سببًا للحكم على الحياة كلها بأنها لا تستحق أن تُعاش.

ومن هنا يمكن أن يتحول السؤال تدريجيًا من: لماذا حدث هذا كله لي؟ إلى سؤال أكثر نفعًا: كيف أتعامل مع ما أنا فيه الآن؟.

فبعض أسئلة: (لماذا ...)، تتعلق بأمور غيبية لا يستطيع الإنسان الوصول إلى تفاصيل حكمتها، بينما سؤال: (كيف ...) يفتح مجالًا للعمل؛ كيف أعالج ما يمكن علاجه؟ وكيف أغير ما يمكن تغييره؟ وكيف أتعامل مع ما لا يمكن تغييره؟ وكيف أبني حياتي من جديد، دون أن أجعل ما مضى يحكم على كل ما سيأتي.

وأمام هذا التراكم، ومع وصول المعاناة إلى التفكير المتكرر في الانتحار، فإننا ننصحك بمراجعة أخصائي نفسي مسلم موثوق، لمعرفة ما إذا كانت بعض الخبرات، أو المواقف السابقة قد تركت آثارًا نفسية لم تُعالج بصورة كافية؟ أو ما إذا كان تراكم الضغوط قد أضعف قدرتك على الاحتمال، وجعلك أكثر إنهاكًا أمام المشكلات الجديدة؟

وعند وجود مثل هذه الآثار، يمكن العمل على معالجتها، وتقوية قدرتك على مواجهة الضغوط، وتنظيم انفعالاتك، وبناء قدر أكبر من المرونة النفسية، بالتوازي مع معالجة المشكلات الحالية وإيجاد الحلول الممكنة لها.

نسأل الله أن يشرح صدرك، ويخفف عنك ما أثقل قلبك، ويبدل يأسك رجاءً وحزنك سكينة، وأن يفتح لك أبواب الفرج، ويعينك على تجاوز ما مررت به، ويحفظك من اليأس ومن كل ما يؤذي نفسك، ويكتب لك الخير والطمأنينة في دنياك وآخرتك.

يمكن الاستفادة من الاستشارات السابقة:(175303)، (103099)، (415185)، (127017)، (298083)

والله تعالى أعلم.