90819 ـ وسواس قهری به سراغش می‌آید و دشنام می‌گوید و لعنت می‌فرستد

سوال

از اختلال وسواسی ـ جبری به‌ویژه در نماز یا زمانی که تنها هستم رنج می‌برم؛ نوع وسواسی که دارم لعنت فرستادن و دشنام دادن است که بی‌اختیار و به‌اجبار از زبانم جاری می‌شود، مثل اینکه خودم یا پدر یا مادرم را لعنت کنم. خواهشمندم مرا برای روش صحیح درمان راهنمایی کنید و برایم دعا فرمایید. جزاکم الله خیراً.

پاسخ مفصل

الحمدلله.

وسواس قهری (اختلال وسواسی ـ جبری) نوعی بیماری است و شایسته است کسی که به آن مبتلا می‌شود، خود را با چند چیز مداوا کند:

۱ـ پناه بردن به الله تعالی؛ چرا که او دعای درمانده را هرگاه او را بخواند اجابت می‌کند و گرفتاری را برمی‌دارد. و باید همان را بگوید که ایوب علیه السلام گفت: وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ [انبیاء: ۸۳] (و [یاد کن] ایوب را هنگامی که پروردگارش را ندا داد که: به راستی به من آسیب [و بیماری] رسیده است و تو مهربان‌ترینِ مهربانانی). و پیامبر ﷺ فرموده‌اند: «الله عز وجل هیچ بیماری‌ای را فرود نیاورده، مگر اینکه برای آن درمانی نیز فرود آورده است؛ هر کس آن را دانست که دانست، و هر کس ندانست، ندانست». به روایت احمد (۳۷۲۷)، و آلبانی آن را در غایة المرام به شمارهٔ (۲۹۲) حسن دانسته است. پس درمان از جانب اوست و شفا به دست اوست؛ بنابراین در دعا به درگاه الله پافشاری ورز و از اوقت سحر بهره بگیر، زیرا الله تعالی هر شب، آن‌گاه که یک‌سوم پایانی شب باقی می‌ماند به آسمان دنیا نازل می‌شود و می‌فرماید: «کیست که مرا بخواند تا دعایش را اجابت کنم؛ کیست که از من بخواهد، تا به او عطا کنم؛ کیست که از من آمرزش بخواهد، تا او را بیامرزم». به روایت بخاری (۶۳۲۱) و مسلم (۷۵۸).

۲ـ روی‌گرداندن از وسواس و آنچه به آن فرامی‌خواند، و سرگرم شدن به عبادت و طاعت تا حد امکان. از همین رو، پیامبر ﷺ کسی را که وسواس به سراغش می‌آید راهنمایی کرده و فرموده‌اند: «باید به الله پناه ببرد و [به آن فکر نکند و] دست بکشد». به روایت بخاری (۳۲۷۶) و مسلم (۱۳۴). پس هرگاه تمایل به دشنام یا لعنت به سراغت آمد، از شیطان رجیم به الله پناه ببر و به ذکر الله تعالی و تسبیح او سرگرم شو، یا صدایت را به قرآن خواندن بلند کن، یا با دوستت سخن بگو و کارهایی از این دست.

۳ـ ذکر بسیارِ الله تعالی، به‌ویژه استغفار؛ زیرا وسواس از شیطان است یا اینکه او دخالتی در آن دارد، و شیطان هرگاه خداوند متعال یاد شود، پنهان می‌گردد و می‌گریزد و پشت می‌کند. الله تعالی می‌فرماید: وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ [فصلت: ۳۶] (و اگر از سوی شیطان وسوسه [و تحریکی] به تو رسد، پس به الله پناه ببر، که او خود شنوای داناست). ابن کثیر رحمه الله در تفسیر خود می‌گوید: «اما شیطانِ جنی، هرگاه وسوسه کند هیچ راه چاره‌ای در برابر او نیست جز پناه بردن به آفریدگارش که او را بر تو مسلط گردانده است؛ پس هرگاه به الله پناه ببری و به او متوسل شوی، او را از تو بازمی‌دارد و مکرش را دفع می‌کند. و رسول الله ﷺ هرگاه برای نماز می‌ایستادند، می‌فرمودند: أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ مِنْ هَمْزِهِ وَنَفْخِهِ وَنَفْثِهِ . پایان نقل قول. مسلم (۲۲۰۳) روایت کرده که عثمان بن ابی العاص نزد پیامبر ﷺ آمد و گفت: ای رسول الله! شیطان میان من و نمازم و قرائتم فاصله انداخته و آن را بر من مُشتَبَه می‌سازد. پس رسول الله ﷺ فرمودند: «آن شیطانی است که به او «خَنزَب» می‌گویند؛ پس هرگاه او را حس کردی، از او به الله پناه ببر و سه بار به سمت چپ خود تف کن [تفی ریز و بدون آب دهان]». او گفت: من این کار را انجام دادم و الله آن را از من دور ساخت. و در توصیهٔ یحیی علیه السلام به یارانش آمده است: «و به شما فرمان می‌دهم که الله را یاد کنید؛ زیرا مثال آن، مانند مردی است که دشمن با شتاب در تعقیب او روان شده است تا اینکه او به دژی استوار می‌رسد و خود را از آنان در امان نگه می‌دارد؛ بنده نیز خود را از شیطان در امان نگه نمی‌دارد مگر با یاد الله). به روایت ترمذی (۲۸۶۳)، و آلبانی آن را در صحیح ترمذی صحیح دانسته است.

۴- رفتن نزد پزشک مسلمانِ مورد اعتماد؛ چرا که این وسواس (اختلال وسواسی-جبری) نوعی بیماری است ـ همان‌طور که گذشت ـ و پیامبر ﷺ فرموده‌اند: «خود را مداوا کنید، چرا که الله عز وجل هیچ بیماری‌ای را قرار نداده مگر اینکه برای آن درمانی نیز قرار داده است، جز یک بیماری که پیری است». به روایت احمد (۱۷۷۲۶)، ابوداوود (۳۸۵۵)، ترمذی (۲۰۳۸) و ابن‌ماجه (۳۴۳۶)، و آلبانی آن را در صحیح ابوداوود صحیح دانسته است.

۵- اینکه بدانی هر کس به این بیماری مبتلا شود، در آنچه به زبان می‌آورد معذور است، زیرا اراده‌ای در آن ندارد و ناپسندش می‌دارد؛ بلکه او اگر صبر کند و امید پاداش داشته باشد، ان‌شاءالله مأجور و ثواب‌دیده است و بر ناپسند داشتن این وسوسه و فرار از آن پاداش می‌گیرد. از همین رو، هنگامی که مردمانی از یاران پیامبر ﷺ آمدند و از ایشان سؤال کردند: ما در درون خود چیزهایی می‌یابیم که بزرگ می‌شماریم [و جرات نمی‌کنیم] به آن سخن بگوییم. فرمودند: «آیا واقعاً آن را یافته‌اید؟!» گفتند: بله. فرمودند: ذَاكَ صَرِيحُ الإِيمَانِ (آن، ایمانِ خالص و آشکار است). به روایت مسلم (۱۳۲) از حدیث ابوهریره رضي الله عنه.

نووی در شرح مسلم می‌گوید:

«معنای آن چنین است: اینکه شما سخن گفتن به آن را بزرگ و ناگوار می‌شمارید، همان ایمان خالص است؛ چرا که بزرگ شمردن این امر و ترس شدید از آن و از زبان آوردنش ـ چه رسد به اعتقاد داشتنش ـ تنها برای کسی رخ می‌دهد که ایمان

را به کمال واقعی رسانده و شک و تردیدها از او رخت بربسته باشد». پایان نقل قول.

پاسخ سؤال‌های شمارهٔ (223615)، (283410) و (102851) را ببینید.

از الله برای شما شفا و عافیت خواستاریم.

والله اعلم.