216830 - 他遭受了很多问题，觉得嫉妒别人

السؤال

我遭受了大量的个人问题，如缺乏自信，由于我在过去做出的一些决定而产生了长期的负罪感，我现在也不能改变它。
当我看到任何一位生活幸福的穆斯林，尤其是夫妻，我觉得嫉妒和痛苦，这让我自怨自艾，埋怨自己未能获得他们获得的一切。
我的一个叔叔告诉我，这些问题是由精灵造成的，应该采取符箓治疗（茹更耶），但我怕逃避我所遭遇的非常明显的心理问题而怪罪于精灵。
我应该怎么办？

الإجابة المفصلة

一切赞颂，全归真主。 第一：我们很高兴发现了有觉悟的面对思想问题或者心理问题的穆斯林弟兄，你没有把这些问题归咎于精灵，做得非常好；很多人过分的夸大这样的事情，只要遭受到一点点伤害，就说这是精灵造成的，更何况真主为精灵世界设置无法逾越的界限（除非真主意欲），还让一部分天使保护他的仆人，真主说：“每个人的前面和后面，都有许多接踵而来的天使，他们奉真主的命令来监护他。真主必定不变更任何民众的情况，直到他们变更自己的情况。当真主欲降灾害于任何民众的时候，那灾害是不可抗拒的。除真主外，他们绝无保佑者。”（13：11）。

哈菲兹伊本•凯希尔（愿主怜悯之）说：“仆人的身边有许多天使轮流替换，有晚上守卫的天使和白天守卫的天使，从各种不幸和事件中保护他，还有许多天使轮流替换，记录善或恶的各种行为，有夜间的天使和白昼的天使，两个天使在仆人的左右两边记录他的行为，两个天使在仆人的身前和身后进行保护和守卫，他在白天处于四个天使之间，在晚上也有四个天使，两个保护他，两个记录他的行为。”《伊本·凯希尔经注》(4 / 437)。

真主的使者（愿主福安之）对他的堂弟阿卜杜拉•本•阿巴斯（愿主喜悦之）说“你保护真主（意思是遵循真主的命令），真主就会保护你。”《提尔密集圣训实录》（2516段）辑录。

所以任何人不能把遭遇不幸的责任归咎于精灵，而认为自己是清白无辜、一尘不染和尽善尽美的，实际上真主已经告诉我们，人们所遭遇的一切不幸都是因为他自己所犯的罪恶和违抗真主的行为，善恶

皆来自真主的前定，真主前定了这一切，同时前定了服从或者违抗的因素，真主说：“凡你们所遭遇的灾难，都是由于你们所作的罪恶；他饶恕你们的许多罪过。”（42：:30）；真主说：“灾害因众人所犯的罪恶而显现于大陆和海洋，以至真主使他们尝试自己的行为的一点报酬，以便他们悔悟。”（30：40）。这是在罪恶的方面。

至于在美好与幸福的方面，真主说：“凡行善的男女信士，我誓必要使他们过一种美满的生活，我誓必要以他们所行的最大善功报酬他们。”（16：97）；真主说：“谁敬畏真主，他将为谁开辟一条出路。而且从他料想不到的地方供给他。谁信托真主，他将使谁满足。真主确是能达到自己的目的的，真主确已使万物各有定数。”（65：2—3）。

谁如果想要无忧无虑、幸福安宁的美好生活，想要事事顺心如意，走出他所遇到的各种困境和危机，他必须要坚持正确的信仰、力行清廉的善功、敬畏真主和循规蹈矩。

如果没有这一切，就没有幸福快乐，也没有心灵的安宁舒畅。

谁如果违抗真主、违背真主的命令，执迷不悟，他就为自己选择了不幸，如果在此之后遭遇到任何灾难和不幸，那么他只能责怪自己。

如果人们没有积极主动追求幸福的因素，然后沉迷于哀叹自己的状况和悲惨生活，这是不明智的行为。

所以你必须要首先改善你和真主之间的关系，然后真主才会改善你的一切情况。

在我们的网站上有很多关于这方面的想法和建议，能够帮助人们建立自信，并克服棘手的危机，敬请参阅：（83962）、（113465）、（194318）和（212179）号法特瓦的回答。

我们已经叙述了治疗心灵嫉妒的一些措施和方法，敬请参阅（12205）号法特瓦的回答。

我们祈求真主改善你的一切情况，并且使你事事顺心如意。

真主至知！