

يعتبر الخوف من أكثر الأمور التي تجعل النفس تشعر بالقلق وتبتعد عن كل ما يجلب هذا الأمر، وفي الحقيقة يتعين على المسلم الابتعاد عن كل شخص سيء يسبب له التوتر، علاوة على ذلك عليه ترديد دعاء يذهب الخوف الشديد من الناس.

- لا إله إلا الله فاطر السماوات والأرض، اللهم أزل الخوف من قلبي وجنبي كل ظالم يحاول أن يتسلل إلى حياتي، اللهم اجعلني من المتقين المهتدين السائرين على سنة محمد صلى الله عليه وسلم.
- أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق أعوذ بكلمات الله التامات من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون.
- اللهم أذهب الخوف من قلبي وجنبي من يظهرون الخير و يضمرون الشر، اللهم اجعل في القرآن راحتي وفي الطاعة سعادتني واهدني للحق وانصرني على الشر.

دعاء الخوف من شخص ذو سلطان

المتجبرين في الأرض يجعلون الناس يخافون الاقتراب منهم ويبتعدون عنهم كل البعد، حتى لا يصابون بالسوء جراء بطشهم الذي يمارسونه على الآخرين ويصبح الأمر شاقاً حينما يكون شخص ذو سلطان يتجبر على كل من حوله، لذا يتعين على المسلم الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، علاوة على قول دعاء يذهب الخوف الشديد من هذا الشخص وهو كالتالي:

- اللهم اصرف عنا المتكبرين والمتجبرين وأصحاب القلوب القاسية، اللهم ارزقنا الأمن والأمان والطمأنينة في ديارنا واحفظ أولادنا من سوء وكن معيناً لنا على طاعتك يا خالق الكون.
- يا رب لا ترفع عنا غضاء سترك ولا تبتلينا فيما لا نستطيع عليه صبراً، اللهم اصرف عنا كل ذي سلطان غاشم، وأبعد عن طريقنا من يريد لنا سوء الحال واهدنا يا الله.
- اللهم رب السماوات السبع ورب العرش العظيم كن لي جاراً من فلان ابن فلان وأحزابه من الخلائق أن يفرط علي أحد منهم أو أن يطغى، عز جارك وجل ثناؤك لا إله إلا أنت.

دعاء الخوف من مكر الناس

يتعامل المسلم مع غيره بأخلاق الإسلام، حيث يقدم يد العون لكل من يحتاج إلى مساندة، بالإضافة إلى ذلك لا يرفض مساعدة أي شخص طلب منه المساعدة، كما أنه يهتم بشؤون غيره من المؤمنين، وفي الواقع يصاب بخيبة الأمل والخذلان حينما يجد من كان يعاملهم بنية حسنة يمكرون به ويقدمون له الخذلان، وفي هذه اللحظة يصاب بالخوف ممن حوله، لذا يمكنه الدعاء بما يلي:

- اللهم اصرف عنا كيد الكائدين ومكر الماكرين ونجينا من الهم والحزن، اللهم جنبنا الفتن ما ظهر منها وما بطن، اللهم صب الخير بين أيدينا صباً صباً ولا تجعل عيشنا كدّاً.
- اللهم يا غياث المستغيثين أغثنني من شر كل ذي شر واصرف عني مكر الماكرين وكيد الكائدين، اللهم احفظني وأجرني ممن يريد أن يبغى علي أو أن يطغى اللهم اكفني شر كل ذي شر.
- اللهم إني أشكو إليك ضعف قوتي وقلة حيلتي وهواني على الناس أنت رب المستضعفين وأنت ربي، أعوذ بنور وجهك الذي أشرقت له الظلمات وصلح عليه أمر الدنيا والآخرة.

دعاء الخوف من شخص معين

يستطيع المسلم قول دعاء يذهب الخوف الشديد من شخص لم يجد منه إلا الشر حينما تزداد شروره على الخلق، وفي الحقيقة قد يتعرض العبد إلى مجاورة أشخاص لا يحبون إلا أنفسهم ويتعاملون مع غيرهم بأسلوب فظ يرفضه المجتمع، لذا يفضل الابتعاد عن هؤلاء الأشخاص وتجنب التعامل معهم بشكل نهائي، ومن الجيد ترديد الأدعية الخاصة بالخوف في مثل هذه المواقف وهي كالتالي:

- يا رب فوضت أمري إليك فكن لي جاراً من شياطين الإنس والجن، اللهم استجب دعائي ولا تكنني إلى نفسي طرفة عين فأنا عبدك الذليل المتضرع الذي أتى إلى بابك فارحمني.
- اللهم ارزقني القوة والثبات وكن معي في مواجهة الظالمين، اللهم لا تجعلني أحني قامتي لأحد من خلقك، واغني بفضلك عن العالمين ولا تجعل حاجتي عند أحد من الناس.
- اللهم يا عزيز يا جبار يا مالك الملك أعزني بعزك واسترني بسترِكَ، اللهم ارزق قلبي السكينة والطمأنينة واصرف عن حياتي كل متجبر واجعلني من الطائعين واسترني يا الله.

دعاء الخوف من العدو

دخول العدو إلى البلاد وتمركزه في المناطق الحيوية فيها يجعل أصحاب تلك البلاد يشعرون بالخوف الشديد من بقاءه، وفي حقيقة الأمر حينما يتسلل الأعداء إلى البلاد يعيشون فيها فساداً، علاوة على ذلك يتعاملون مع أهلها بتكبر وتجبر ويجعلونهم في حالة من الخوف الدائم، لذا يجب على المؤمن الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، بالإضافة إلى ذلك عليه ترديد الأدعية التي تمحي الخوف وهي كالتالي:

- أسألك اللهم أن تصرف الخوف من قلبي وأن تجعلني أواجه العدو بقلب قوي، اللهم اكتب لي النصر والثبات واجعل الفرج حليفاً لي، وكن لي جارا من كل حاقد برحمتك يا أرحم الراحمين.
- اللهم ثبتني على الحق واصرف عني السوء والبلاء اللهم عليك بكل عدو ظالم اللهم شئت شمله وفرق جمعه، اللهم اجعلني من المنصورين الذين لا خوف عليهم ولا هم يحزنون.
- أسألك اللهم نصراً مبيناً اللهم عليك بكل عدو يرغب في تدمير حياة الآخرين، اللهم ثبتني عند مواجهته وكن معي في شدتي، اللهم اصرف عني المحن والبلاء وسوء الحال يا جبار يا قوي.

خطوات تخفيف الخوف من الظالمين

الخوف شعور سيء يتسلل إلى قلب الإنسان ويجعله في حالة قلق دائم، وهناك العديد من الخطوات التي تخفف الخوف من قلب الإنسان تتمثل فيما يلي:

المواجهة

- يجب أن يتقبل الفرد فكرة أن هناك شخص يخاف منه، وعليه أن يقوم بمواجهته وعدم إنكار الخوف الذي يحاوطه.

الخطة المناسبة

- يجب وضع خطة مناسبة تتناسب مع قدر الخوف الذي يمتلك الإنسان والمشكلة التي تحاصره، وإن لم تنجح تلك الخطط عليه طلب المساعدة ممن لديهم قوة.

الشجاعة

- يتعين على صاحب المشكلة أن يبيت في نفسه روح الشجاعة والقوة، حتى لا يجد نفسه ضعيفاً أمام من يخاف منه، بالإضافة إلى ذلك عليه أن يتعلم طرق الرد المناسبة للمواقف.

التكيف

- يعتبر التكيف أفضل الحلول التي يقوم بها الفرد إن لم يجد فرصة لمواجهة المشكلة، علاوة على ذلك يمكنه تعلم الكثير من الدروس التي تنفعه في التصدي للمشكلة في الفترات القادمة.

يفضل أن يتضرع المسلم لله رب العالمين من أجل قول دعاء يبعد عنه الخوف من شخص ما أو من عدو ظالم يريد تخويله وكسره، وفي الواقع يستطيع المسلم التخلص من الخوف بمواجهته وإظهار الشجاعة أمام أي شخص يحاول التقليل من شأنه، ومن الجيد محاولة التكيف مع كل الظروف التي يمر بها الإنسان، حتى يستطيع التصدي لأي أمر جديد يحاول التسلل إلى حياته.