# مقدمة

في هذا الكتاب - عزيزي القارئ - محاولة لإلقاء الضوء علي كثير من الجوانب المتنوعة في حياتنا النفسية حيث يضم عدداً من الموضوعات تبدو منفصلة عن بعضها لكنها تتكامل في رسم صورة واضحة المعالم للحالة النفسية لأي واحد منا في الصحة والمرض، وقد حرصت أيضا أن يحتوى هذا الكتاب بين دفتيه علي قدر واف من المعلومات حول كثير من القضايا والمشكلات النفسية والهموم التي تشغل اهتمام قطاع كبير من الناس من مختلف المستويات والشرائح، وحرصت أن يكون العرض مبسطاً وواضحاً إلى ابعد الحدود دون استخدام مصطلحات معقدة حتى يتحقق الهدف الأساسي من هذا الكتاب وهو معرفة أوسع وفهم اكبر لحياتنا النفسية وإجابة علي ما يدور بالأذهان من تساؤلات حول الموضوعات النفسية .

وفي هذا الكتاب تجد - عزيزي القارئ - موضوعات متنوعة يربط بينها خيط واحد هو مهنة المؤلف والسنوات الطويلة التي أمضاها مع الطب النفسي وحياتنا النفسية فيها الكثير من الأسرار والمناطق التي تتطلب إلقاء الضوء عليها وفهم الواحد منا لنفسه هو من الأولويات التي كثيراً ما نهملها، ولا نمنحها الاهتمام المناسب، ويشغلنا عن ذلك أمور الحياة اليومية وأحداثها المتتالية، غير أن الذي ينظر إلى الحياة من حوله نظرة تأمل لابد أن يدور بذهنه الكثير من التساؤلات حول النفس الإنسانية وأحوال الناس في حالة الصحة والمرض النفسي.

وأخيرا - عزيزي القارئ - فإنني أرجو أن تجد في هذا الكتاب ما يفيد من المعلومات ، وما يرضي رغبتك في المعرفة في هذا المجال الذي يتعلق بالصحة



obeikan.com

النفسية والطب النفسي وحل المشكلات النفسية التي تمثل الهموم المشتركة لقطاعات كبيرة من الناس في كل المجتمعات..و أرجو أن يحظى هذا الجهد الذي قمت به في جمع هذه الموضوعات من الكتابات التي أقدمها إلى القراء الأعزاء بالقبول من جانب كل من يهتم بالعلم والمعرفة في كل مكان في هذا العصر الذي اختلطت فيه الأمور و تزايدت الهموم الإنسانية ..و من كلمات الشاعر العراقي أحمد الصافي النجفي وكأنه قد رفع شعارا يصلح لكل الأزمنة.. **قال**:-

إنا لفي زمن لفرط شذوذه  من لا يجن به فليس بعاقل

والآن - **عزيزي القارئ** - أدعك مع محتويات كتابك متمنياً للجميع السلامة والعافية والصحة النفسية الدائمة ، ولا تنس دعوتي لك للتفاؤل والتمسك بالأمل وأن نحرص في كل الظروف على أن تبتسم على الدوام للحياة .

**قال تعالى**:-

﴿ وَلِكُلٍّ دَرَجَاتٌ مِّمَّا عَمِلُوا ۖ وَلِيُوَفِّيَهُمْ أَعْمَالَهُمْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ ﴾

[سورة الأحقاف: الآية 19]

**المؤلف**