

أوجه للفرج بعد الشدة قد لا تخطر ببالك | د. خالد الجابر

خالد بن حمد الجابر

المكون المهم الذي نتكلم عنه مكونات النفسية للرجاء والامل هو مكون آآ المعنى الموسع للفرج لان الناس يعتقدون ان الفرج له صورة واحدة وهي زوال المشكلة قطاع الازمة آآ لكن الحقيقة ان هذا فهم خاطئ. وآآ الدليل انه فهم خاطئ. هناك امثلة كثيرة لو جعلنا ان الفرج هو - [00:00:00](#)

المشكلة لكان لهؤلاء ليس لهم فرج مثلا الشخص الذي لديه سرطان مستشري في جسده كله ونحن نعرف يعني من سنة الله كرر المعتادة الكونية القدرية ان مثل هؤلاء لا يشفون - [00:00:30](#)

اذا هؤلاء ليس لهم فرج ليس لهم امل ليس لهم تفاؤل لا آآ مثله الشخص الذي مصاب بشلل رباعي او بشلل نصفي نحن نعرف من سنة الله المتكررة المعتادة ان مثل هؤلاء لا يرجع اليهم لا ترجع اليهم اعصابهم. اذا هل معنى هذا ان هؤلاء لا امل لديهم ولا فرج؟ لا لديهم امل. وآآ - [00:00:44](#)

السبب هو ان الفرج معناه اوسع واشمل وارحب من آآ اعتقاد ان الفرج هو زوال المشكلة ولذلك فان الفرج ليس هو الاشياء السهلة بل حتى للاشياء الصعبة المعقدة التي كما ذكرنا - [00:01:04](#)

بعض امثلتها قبل قليل فان الفرج يكون لها آآ ايضا. وكل الناس بحاجة الى الفرج حتى ولو كانت مصيبتهم اشد المصائب واكثرها تعقيدا ازمتهم مستحكمة مغلقة لا يرى الناس فيها - [00:01:24](#)

اه اه فرجا بمعناهم الطيق الذي هو زوال المشكلة. اذا الحل او اه المعنى الصحيح للفرج هو ان ان الفرج معناه اوسع دعوة ارحب ولذلك نحن آآ في العيادة نعالج بهذا المصطلح نعالج بمصطلح الفرج وهو - [00:01:43](#)

هو اه معنى اسلامي اه اه جميل. واه المعاني الموسعة للفرج تشمل اه ما يلي. ثمانية معاني للفرج ثمانية معاني للفرج. الاول الفرج بزوال المشكلة. وهذا هو المعنى الذي يتبادر الى ذهن كل الناس ان الفرج هو زوال المشكلة - [00:02:03](#)

الثاني للفرج بالتحفيف وهي ان المشكلة قد لا تفرج بالكلية لكن يخف آآ وقعها وتخف وطأتها على الانسان. هذا بالتحفيف الثالث الفرج بالعون والمساعدة والمساندة. يعني ان الله يعينك على ما انت فيه وييسر لك الحلول بايجاد حل - [00:02:23](#)

خرج للمشكلة. الرابع الفرج بالصبر والتحمل. اه فالله معك يعينك بمعنى يسهل لك صبر ويسر لك التحمل. المعنى الخامس من معاني الفرج. الفرج السلوان آآ للمشكلة وتجاوزها الاستئثار للمشكلة ويكون الانسان اسير للمشكلة باللي تجاوزها ويسلح عنها. الفرج

بالسلوان. هذا احد المعاني الجميلة والموسعة للفرج - [00:02:43](#)

المعنى السادس للفرج الفرج بالتعويض نعم الفرج بالتعويض يعوضك اللهم انت فيه بشيء اخر في الدنيا قد لا تحل هذه ولا تخفف لكن يعوضك الله في شيء اخر. وهذا احد المعاني الجميلة للفرج ايضا. السابع الفرج بالاجر. وهذا امر يختص به - [00:03:13](#)

المسلمين انه مهما ضاقت بك المعاني الاخرى للفرج يبقى الفرج بالاجر. وان الله سبحانه وتعالى سيثيبك على مصيبتك. ولن يجمع لك كربين في الدنيا والاخرة ولن يجمع لك المين في الدنيا والاخرة ولن يجمع لك معانتي ولن يجمع لك المعاناة في - [00:03:33](#)

معاناة في الاخرة. الثامن من معاني الفرج. الفرج بنزول السكينة والرضا هو الذي انزل السكينة تفي قلوب المؤمنين. فالرضا والسكينة قد يكون هو اهم من زوال المشكلة آآ نفسها. اذا الفرج - [00:03:53](#)

يعني ان المشكلة قد تزول او قد تخف او قد يعينك الله عليها او قد ينزل عليك الصبر والسكينة او قد ينزل عليك الرضا فهذه هي المعاني الموسعة للفرج ومنها ان الله سبحانه وتعالى يعطيك الاجر والثواب في الاخرة - [00:04:13](#)

فاذا لم تحصل ما تريد في الدنيا فان فرجك سيكون في الآخرة فرجك آآ سيكون في آخرة. نتكلم عن بعض هذه المعاني سريعا بس
عن بعض هذه المعاني الثمانية. نأخذ اثنين او - [00:04:33](#)

فمنها الفرج بالتخفيف. يعني الشخص المصاب بشلل رباعي. قد لا كونوا الله اعلم من الاليق ان يكون فرجه ودعاؤه ان الله يرد له
اعصاب اعصابه لانه في سنة الله معتادا متكررة ان هذا - [00:04:53](#)

لا يحصل. ولذلك يجب ان يكون تركيزه على ان يكون الفرج ان الله يفرج عليه يخفف مشكلته. فبدل من ان يكون اعانة على جميع
الناس يفرج الله له بان تيسر له حركته بكرسي او بمساعد او بمعين آآ ان الله سبحانه وتعالى - [00:05:13](#)
يمنحه القوة الداخلية بعد ان نزع منه القوة العضلية والعصبية فان الله يعطيه القوة الداخلية القوية التي آآ اه اه تساعداه واه تعينه اه
على اه وهو في خضم الازمة يشعر بالراحة والطمأنينة. فهذا هو المعنى - [00:05:33](#)

اه اه فهذا هو احد معاني الفرج ايضا الاجر حتى المريض الذي مصاب بسرطان قشر في جسده كله يبقى له الفرج في الآخرة وان الله
قد ادخر له اجرا عظيما وهذه الجزئية - [00:05:53](#)

لها حلقة او حلقتين في الكلام عن الاحتساب وانتظار الاجر في الآخرة. وهو معنى آآ ايماني اسلامي مؤثر في النفسية قوي وكبير جدا.
لكن الله عز وجل لا يجمع للعبد اذا كان مؤمنا الم الدنيا مع الم الآخرة - [00:06:13](#)

ومعاناة الدنيا مع معاناة الآخرة ومثل هذا المعاني اذا ذكرنا به المرضى في المستشفيات فانهم يستبشرون كثيرا ويفرحون بي هذا
هذا المعنى. اذا هذا هو المعنى احد المعاني والمكونات النفسية الفرج وهو المعنى الموسع للفرج. هناك معاني اخرى ومكونات اخرى
نفسية للفرج منها النفسية - [00:06:33](#)

المتفائلة المنشحة وهذا شرحناه ومنها التفسير الايجابي للاحداث وهذا شرحناه لكن نذكر الان مكونا اخر وهو مكون مهم جدا في
في الرجاء والامل والتفاؤل القدرة على التجاوز القدرة على تجاوز الازمة - [00:07:03](#)

من استثنى الاستثناء ان تكون اسيرا لها. ما لا لا تأسيرك الازمة ولا تستأسر انت لها. لان الاسر هو ان تأسيرك الازمة والاستثناء هو ان
تجعل نفسك انت اسير لدى لدى الازمة هذا معنى مهم جدا في الرجاء - [00:07:23](#)

والتفاؤل هو قدرتك على الانطلاق. قدرتك على ان تتجاوز المشكلة ويعبرون عنهم بانك لا تكون اه اه لا يكون محور اهتمامك وتفكيرك
هو المشكلة ولكن يكون محور اهتمامك وتفكيرك هو حلول هذه المشكلة. كيف تنحل؟ وكيف تجد حلوها قبل الخروج منها؟ فهو معنى
- [00:07:43](#)

تجاوز الازمة وعدم الاستثناء آآ لها فانت تركز على المستقبل اكثر مما تركز على الماضي - [00:08:03](#)