

الخلطة السرية للنجاح | اللقاء) 20 (| شرح كتاب " أنا مش

فاهمني " | د . حازم شومان

حازم شومان

بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله الحمد لله وكفى وصلاة وسلاما على عباده الذين اصطفى آآ اما بعد يا اهلا وسهلا ربنا يحفزكم ويبارك في مستقبلكم. فاكرين من عدة لقاءات كده اتكلمنا عن آآ آيات النجومية المجتمعية في القرآن وآيات القيادة -

00:00:00

مجتمعية في القرآن فاكرين الآيات اللي انتم قلتوها هجيبها لكم بسرعة عشان نلحق لان احنا اتأخرنا بعد المغرب. آآ انتم قلتتم قول الله اذ يقول لصاحبه لا تحزن ايه النجومية المجتمعية اللي في هنا؟ انك - 00:00:16

آآ انك لما تشوفي صاحبك في مشكلة ما تسيبهاش اذا قولوا لصاحبه لا تحزن. كلمة لا تحزن بعد لفظ الصحوبية معناها ان ان الصحوبية الحقيقية والمصاحبة الحقيقية انك انت - 00:00:29

ما ينفعش تسيبي صاحبك في ازمة ابدأ مش بشكل عاطفي يعني بصوا يا جماعة احنا فينا ناس آآ ممكن آآ لما مسلا صاحبك يحصل لها مشكلة تقعد تعطي جنبها. واحدة بالك آآ ودايما اللي بتقعد تعيط - 00:00:42

لصاحبته واللي بتقعد آآ آآ تغرط آآ في فرح صاحبته دي اللي الناس بيقلولوا عليها. دي صاحبة اللي بجد على فكرة مش دي الصبة اللي بجد ولا حاجة فيه انسانة عاطفية بتعبر بطريقة عاطفية حلو الحب حلو. ولكن المساندة العملية هي الاهم مليون مرة. انت الوقتي آآ صاحبك في مشكلة انت - 00:00:55

انت استشرت حد عنده خبرة عشان يساعدك؟ انت عملت جروب عشان نقف مع صاحبتنا في المشكلة اللي حصلت فيها؟ عملت جروب عشان نقف مع صاحبتنا في الفرحة اللي او في الحاجة هي دي يا جماعة دي ارقى درجات الصداقة الحقيقية. ارقى درجات النجومية المجتمعية. يبقى دي واحدة قلنا برضه قول الله - 00:01:15

الذين ينفقون في السراء والضراء. يعني ايه ينفقون في السراء والضراء؟ ها؟ يعني انا معي انا في السراء او انا في الضراء انا برضو انا برضو بطلع لله. سواء انا معي او ما عيش. ده معنى انما في معنى تاني جميل جدا. الذين ينفقون في سراء - 00:01:36

وضراء الناس. يعني في المناسبات السعيدة وفي المناسبات الوحشة بتاعة صاحباتك انت واقفة وسند يعني من الاخر كده كلمة قالها لي حد قريبي. وفرحت بها جدا. قال لي انت لما بتسافر انا باخاف جدا. هو عنده مشكلة في القلب كده شفاه الله - 00:01:56

قال لي بخاف لان انت اللي بتقف معي لما بامرض فهي دي القصة ان ان انت كل اللي حواليك يعرفوا انك سند. انك انسانة ايجابية. ان عندك روح مبادرة. ان انت لا يمكن - 00:02:16

تحصل مشكلة لحد جنبك وانت مش هتبقى تاخدي رد فعل. انت انسانة دايما ايجابية. ودايما عندك روح مبادرة. هي دي النجومية المجتمعية او القيادة المجتمعية. برضو كنتم انتم قلتتم اية جميلة جدا. وكنا اتكلمنا في قول الله فجاء بعجل حنيز. يعني سيدنا ابراهيم في ازمة - 00:02:30

في ازمة وفي مشاكل الحياة مش هتصفي. لازم تفهمي ده. لازم تفهمي ان الحياة ما هياش مكان جميل. الدنيا دي هو ربنا سماها دنيا عشان كده من الدناءة. وبرضو من دنو انتهائها. وقرب انتهاء. هي الدنيا كده. ما ما تنتزريش من الدنيا حاجة - 00:02:50

يعني مسلا واحدة صاحبك ندلة. ندلة والندالة في كل موقفها. فانت جيت حصلت لك ازمة الناس لقوك بتعطي ليه؟ صاحبك فلانة

ما وقفتش معي. يا حبيبتي ما هي ندلة. ده هي عنوان على الندالة اصلا. انت كنت منتزرة منها ايه؟ فهي الدنيا عنوان على الدناءة
[00:03:10](#) اصلا -

دنيا آآ يعني زي ما قالوا فرح ملوث. عمرها ما هتصفي. هيفضل فيها مشاكل. طب انت الوقتي بقى وسط مشاكل الدنيا لو انت
تفاعلت مع كل مشكلة بتحصل لك او بتحصل لبابا. او بتحصل لاماما او بتحصل لحد حبيبك. او بتحصل - [00:03:30](#)
لحد من اسرتك في المستقبل. انت عمرك ما هتعيشي سعيدة. عمرك ما هتعيشي مبسوط وهتفضلي متنكدة. وشوية وتاخدي ادوية
نفسية. الله! ليه فيه ايه! لانك انت مش قادرة تتقبلي طبيعة الحياة هي كده هي الدنيا كده. فانت لازم تبقى آآ قلبك مش معها والا
الدنيا هتقعده تمرجحك. عارفة اللي راكبة مراجيح - [00:03:49](#)
الدنيا تسمعك خبر حلو تطلعي للسما. تقوم سامعة خبر وحش تقومي نازلة للارض. تقومي قاعدة بقى تتمرجحي. طالعة نازلة لا لا لا
خالص لكي لا تأسوا على ما فاتكم ولا تفرحوا بما اناكم. انت لازم يبقى عندك مهارة ان انت نفسيتك ما تقعدش تتكركب - [00:04:09](#)
وتقعده تشقلب مع الدنيا ومع احداث الدنيا انت قلبك مع ربنا. وواسقة ان كل حاجة بتحصل لك خير. وان كل حاجة بتحصل شكلها
وحش هي في اية جميلة وفي النهاية خير انا عندي يعني في ملف النعم الخاص بي انا عامل لنفسي ورق كده ملف آآ نعم ربنا علي لما
بروح عمرة لما باجي اعتكاف العشر الاوائل - [00:04:29](#)

لما باقعد يوم مسلا فاصلة تعبدية لوحدي باطلع ملف النعم. واقعد افكر نعم ربنا علي واحمدها. زمان كنت فاكر ان النعم هي ربنا
اداني فلوس ان ربنا اداني شهادة ان ربنا اداني اسرة ان ربنا استعملني في الدعوة ان ربنا آآ سبحانه وتعالى رزقني - [00:04:49](#)
جت في فهم القرآن نعم الدين والدنيا. انا الوقتي بقى اكثر ورقة في ملف النعم باحمد ربنا عليه ورقة الابتلاءات. والله العزيم انا مش
بقول كلام نزرى انا يعني بفضل وبازن الله اه اه انا من النوع اللي معزم كلامي هو تجارب حياتي او حاجات الواحد عاشها -
[00:05:09](#)

وادور في كتب السنة وكتب التفسير اشوف الدين قال ايه في دي. انما انا عشت ده. انا عشت ان مشاكل في حياتي وانا في سنكم.
مشاكل كانت مدمراني نفسيا وكانت مزعلاني جدا. بعد اربع سنين افاجأ ان هي اكبر فتح في حياتي - [00:05:29](#)
وان المشكلة اللي انا كنت يعني يعني مش ممكن يا رب انا المشكلة دي فوق آآ نفسيتي وطلعت اكبر سبب لسعادتي بعد كده فابتلاء
ورا ابتلاء ورا ابتلاء كذا ابتلاء من اللي بيقعدهوا تلت اربع سنين عارفين يا بنات - [00:05:46](#)
الابتلاءات آآ انواع. فيه نوع من الابتلاءات ركعتين يروحوا. وانت بتقولي يا رب وانت ساجدة وبتقولي يا رب آآ اشفني من المرة اللي
فاتت. تلاقي نفسك رؤتي. هتقابلي ده بالزات لو فيه علاقة بينك وبين ربنا في الدعاء مستمرة. فيه انواع ابتلاءات ما بتقلش عن اربع
خمس سنين. هي كده مهما دعيتي - [00:06:03](#)

مهما صليت القيام ليل آآ هتقعده اربع خمس سنين في الابتلاء ده. هو طب ليه؟ الابتلاء الصعب ده وبيبقى نفسيتك صعبة جدا فيه.
طب اخلص منه ازاي وهو يروح بس مش هيروح بسرعة. طب هو ربنا قدر علي نوعية الابتلاء ده ليه؟ الابتلاءات الطويلة دي مدرسة
بتغير شخصيتك - [00:06:24](#)

غير عزيمتك. بتغير علاقتك بربنا. هي مدرسة. ربنا بجعل الابتلاءات اللي بتلات اربع سنين دي انا حصلت في حياتي كتير بفضل الله
يعني ما فيش مرة ما طلعتش في الاخر انها قمة قمة الخير بعد كده. ولولا هذه الابتلاءات انا - [00:06:44](#)
كنت يعني اصبت خير لا في دين ولا في دنيا. ولا في الدعوة ولا في اي حاجة آآ يعني لازم تتعودي ان نفسيتك ما تتمرجحش مع
الدنيا لازم تتعودي انك فعلا تستبشري بالله. ربنا ما خلقكيش يعذبك. ربنا سبحانه وتعالى ما ابتلاكيش عشان يقهرك. ولا عشان يعزبك
ولا عشان آآ - [00:07:04](#)

آآ ينتقم من زنب انت عملتيه انت ما انتيش فاهمة معاملة ربنا خالص. لو فكرت بالمنز ده. ربنا بيببتليك عشان يزود الوعي بتاعك
ويزود ايمانك ويزود يقينك ويزود قدرتك على مواجهة الحياة ويأهلك للمستقبل. والله العزيم يا جماعة قسما بالله انا فيه ابتلاء انا -
[00:07:24](#)

كلتها مش بني ادم وطلعت منها بني ادم ما كنتش بني ادم انا ابتليت بامراض ومشاكل وزروف صعبة جدا. جدا جدا من عشر سنين. من عشر سنين وكنت انا وقتها بعمل ايه بقى؟ كنت انا وقتها آآ اصحى الصبح - [00:07:44](#)

انا طالع على الفضائيات انا عندي تسجيل في قناة فضائية النهاردة اركب العربية المكيفة واروح ادي الدرس وبعد كده ارجع واخرج من الدرس انا تعبان يا جماعة انا تعبت جدا في الدرس ده انا - [00:07:59](#)

عايز اروح اتعشى بقى في مطعم بقى من مطاعم اللي جنب مدينة الانتاج الاعلامي. ثاني يوم انا عندي درس في سفر العربية المكيفة تجي لك آآ وتروح تدي الدرس. تالت يوم - [00:08:09](#)

حياة ماشية شكلها حلو بس هي حقيقة هي مش حياة مسمرة قوي في الامة. الابتلاءات اللي حصلت. الابتلاء ده انا خرجت منه بايه؟ كان طبع صعب في حياتي. خرجت منه اتعلمت احترم الناس. اتعلمت - [00:08:19](#)

ان انا ما اخسرش حد لان انا كنت باخسر الناس بسهولة. وكنت باستغنى عن اصحابي واصدقائي بسهولة. اتعودت ان انا احترم الناس واقدر الناس اتعودت ان انا مش هبقى واحد في الدين بجري وخلص وادي درس واروح بيتي. اتعلمت الف حاجة. انا الوقتي بعد عشر سنين من الابتلاءات دي. لو جيتي تقولي لي - [00:08:34](#)

لو اخترت انك كنت تعافى ولا اخترت الابتلاء؟ والله ما كنت اخترت غير هذا الابتلاء. لان انا حياتي كلها على مستوى الدين وعلى المستوى الديني كنت سبت مهنتي رجعت ثاني. وحضرت دراسات عليا في امراض الكلى. كنت كان عندي شركة تجارية سبتها قلت لأنا مش فاضي غير - [00:08:54](#)

رجعت للتجارة ثاني ورجعت انا بعد هذه السنين لأنا واحد حياتي بقت متوازنة بقى عندي حاجات كتير جميلة في حياتي استفدت من الابتلاء. اوعي تفتكري ان ربنا بيبتيك لانك انت مش كويسة. او لان ربنا يريد انه يؤلمك. ربنا بيبتيك عشان يحولك - [00:09:12](#)

خلق لنجمة في الحياة. وعشان يرفع افقك في الحياة. فلو تفتكروا ده كان آآ يعني لقاء بيننا مهم حبيت افكركم به. آآ الكتاب انا مش فاهمني يا جماعة المقدمة بتاعته لحد انتم الكتاب معكم دلوقتي ولا لسه مش معكم - [00:09:32](#)

خلاص لحد صاد سبعة وثلاثين. المقدمة كلها ملخصها كلمتين ان فيه اهداف اربعة وفيه اربع تحديات. فيه اربع اهداف وفيه اربع تحديات الاربعة اهداف اللي لازم تشتغل عليهم ان نفسيتك تتغير. ما تبقيش ضعيفة. بلاش هشاشة نفسية - [00:09:49](#)

بلاش تقعي قدام اي مشكلة تحصل لك في حياتك. مش هتعرفي تكلمي مش هتعرفي توصلي الحياة صعبة يا جماعة. الدنيا مش مكان جميل خالص اللي نزل لها ويندوز عن الدنيا ان الدنيا مكان جميل تصلح الويندوز بسرعة - [00:10:11](#)

لان الويندوز ده ويندوز غلط انا اول مرة اتصدمت في حياتي لما مات ان ديني. مستشار محمد العدل الله يرحمه. وانا قاعد كده في قعدة مع اخواني وقاعدين بقى نخطط في حاجات في في - [00:10:24](#)

في في في الدروس والدعوة ونتكلم عن الدعوة. وجاي لواحد مكالمة كان جنبي. واحد داعية مشهور برضه كده وكان قاعد جنبي. فقال ايوة فييقول له فالتاني بيقول له فلان مات - [00:10:38](#)

قال له قصدك ابوه ما هو الثاني ده شاب ده زميلي كان زميلي في الدراسة وانا في اعدادي. وكان يا ايمن عندي خمسة وثلاثين سنة هل هو انا مش فاهم في ايه انا بقول له في ايه قال لمحمد العدلي مات انا والله العزيز يومئذ والله ما كنت اتخيل ان هقدر اكمل يوم واحد في الحياة - [00:10:50](#)

مش ممكن هعيش يوم كمان بعدها. صدمة. فبعد كده اه قبلها طبعا موت والدي الله يرحمه وكان ست سنين مريض. لحد ما مات. بعدها موت ثلاث سنين مريضة بالسرطان لحد ما ماتت. بعدها واحد اتصل بي في التليفون فييقول لي اخوك مات - [00:11:07](#)

فبقول له انت بتهزري يا جدع انت اخويا مش ممكن يموت. اخويا ده معه جنسية امريكية. اخويا ده انا كنت معتقد ان هو هياخد نوبل في الكيمياء بلا نزاع في امريكا - [00:11:25](#)

حاجة عبقرية وشخصية جبارة واخذ بالك وتهزري يا جدع بطل هبل انت بيقول لي بقول لك البقاء لله يا دكتور هشام مات انا انا ما عرفتش اعمل حاجة اول ما اتأكدت على الخبر قال لي الصفحة واحد من امريكا باعت البقاء لله. فاخوك دخلت على الصفحة عندي

لقيت بدأت لقيت الموضوع - 00:11:35

جريت بسرعة اتوضيت ووقفت ركعتين ما انا هنهار انا هموت لو ما وقفتش بين ايدين ربنا في اللحظة دي ها اول ما سمعت خبر وفاة والدتي جريت فورا ووقفت بين ايدين ربنا مش هاقدر. ما هو الناس اللي انا باحبهم دول هاعيش من غيرهم ازاى ؟ الناس اللي -

00:11:53

معنى جمال الحياة كله ان هم حواليك خبطة ورا خبطة ورا خبطة اكتشفت ان الدنيا دي ما كان مش حلو خالص يا جماعة

وبدأت افهم الدنيا يعني ما عدتش بتخض. يعني لما بسمع مشكلة ما بعرفش اتخض - 00:12:11

نسأل الله العفو والعافية. خلاص فهمت. هي دي الدنيا. وانك انت في الاخر ربنا بيخليك تسيبي الدنيا وانت زهقانة منها وقرفانة منها اصلا. ما هو لو ربنا خلاها لك جميلة انت هيبقى هتكري لقاء الله. لآ انا عايز اعيش في المكان الجميل ده. لازم تعرفي ان الجنة جنة

والدنيا دنيا. احنا مش في الجنة - 00:12:25

فلازم نفسيتك تبقى نفسية محصنة ضد صدمات الدنيا. وضد مشاكل الدنيا. تبقى نفسية قوية بحق وحقيقي. هو ده اللي في الكتاب.

يبقى الاربع اهداف رقم واحد نفسيتك تتغير ما تزعليش - 00:12:45

يعني واحدة من بناتي زعلانة فقلت لها انت زعلانة ليه انت في سنك الوقت بنات نايمين في مستشفى السرطان اللي هنا مستنيين

الموت. انت علي ليه ؟ افهمي بلاش تحرقى بنزين نفسيتك في كل المشاكل. تزعلي لان مش عارف باباك قال - 00:12:59

وتغضبي وتقعدي ثلاث تيام تعيطي لانك انت مش عارف حصل لك مشكلة ايه. ولان حصل مش عارف صاحبك قالت لك كلمة تقعدي

اسبوع ضربة كل ده انت بتتحرقى في بنزين نفسيتك. خدي بالك - 00:13:17

اصل انت ربنا مديكي طاقة نفسية كبيرة لانك لسة صغيرة. انت لما شوية بشوية هتلاقي ما عدش عندك نفسية هتلاقي نفسك

بتصرخي وتوديه لدكتور نفسي. اخد مهدئ ولا يديني دواء للاكتئاب. طب ليه دمرت نفسيتك - 00:13:30

ليه فضلت تحطمي فيها اوعي انت لما بتتقمصي انت بتسحبي مدرسين بقوتك النفسية. لما بتغضبي بتسحبي من رصيد قوتك

النفسية. لما بتحزني الهم انا ياما قابلت ناس يا بنات قابلت ناس كتير في الشارع واحد يقول لي انا خطبت. وحببت خطيبتى وبعد

كده سابتنى. فضلت اعيط شهر كامل فجأة لقيت - 00:13:46

جانب ملك اناك نوبة فزع رحت للدكتور طلع عندي مش عارف اكتئاب ايه ولا هوس اكتئابي ولا ايه بقى له تلت اربع سنين بيتعالج

وبيدخل اكتشافات نفسية هو عمل ايه ؟ نفسيتك دي عاملة زي العصاية - 00:14:09

هتقعدي تضغطي عليها هتستحمل. هتضغطي هتتغاضي في الاخر هيحصل ايه ؟ هتتكسر. ولو اتكسرت عشر سنين عم بترجع سليمة

تاني عشر سنين بعالج نفسي وقتال من اجل حافزي على رصيدك النفسي - 00:14:23

نفسية البني ادم ارق من ورق السلوفان. آآ اصل انا عيطت وخرجت سليمة عادي يعني ونمت في الاخر. هيجي يوم من الايام تلاقي

نفسك بتعيطي ومش جاي لك نوم وفجأة اتوترتي انا مش عارف انام انا بقالي يومين يا بنتي حافزي على نفسيتك نفسيتك دي هي

ارق شيه فيكي - 00:14:39

ما تقعديش بقى زعلانة النهاردة من باباك. وزعلانة بكرة من ماما. وزعلانة بعد اصل في مشكلة آآ بين بابا وماما. وزعلانة بعده اصل

صاحبتي قالت لي. وزعلانة بعده اصل انا جبت - 00:14:58

الموضوع مش حلو وزعلانة بعد اوصلان زعلة ورازعلة ورزعلة كل ده رصيد رصيد رصيد رصيد رصيد في الاخر

هتلاقي نفسك مش هتلاقي نفسيتك فهدف الكتاب ان نفسيتك تتغير. تبقي فعلا عندك قوة نفسية - 00:15:08

قوة بحق وحقيقي. ان عقليتك تتغير تبقي فاهمة ازاى تنجح في الحياة. يا جماعة النجاح صنعة النجاح صنعة يعني النجاح مش

حاجة بتقع عليك من السما بلا اسباب النجاح ده طريق. انت بتمشي فيه ايه بعد عشر سنين بتلاقي نفسك بقيت نجمة في الحياة.

وبقيت انسانة ناجحة باذن الله. فيه اسباب ان يبقى بينك وبين ربنا عمار. فيه اسباب - 00:15:23

انك تصلي وتدعي ربنا. فيه اسباب انك تبعدى عن المعاصي. فيه اسباب انك تعلمي ادارة حياتك وترتيب وقتك وادارة وقتك. فيه

اسباب انك تتعلمي ترتيب امور وانك تبقي عندك كفاح وجهد في حياتك. في اسباب في اسباب كثير عشان في الاخر تبقي انسانة
ناجحة - 00:15:48

فازاي ان عقليتك تتغير وتبدأ تفهمي ان النجاح له تمن. النجاح مش حنة بقلوة يا بنات اوعي تفكري انك هتبقى ناجحة في اسرتك
لما يتقدم لك عريس لانك انت اخترت انسان كويس. ده كلام وهم - 00:16:08

تمن النجاح الاسري تمن غالي جدا جدا من التفاهم والتوليث والاتفاق والتضحية والدراسة لاسباب نجاح الاسرة واسباب تجاوز
المشاكل الاسرية والاستشارة الاستشاريين اسريين. يا جماعة النجاح مش لعبة. نجاحك في تربية اولادك بكرة مش لعبة ده انت -
00:16:24

زكري وتدرسي وهتتعبى وهتسهرى تدعي ربنا. نجاح مش لعبة نجاحك في الدراسة مش لعبة نجاحك انك تبقي سعيدة مش لعبة.
نجاه فدي عقليتك تتغير. الهدف التالت للكتاب ان شخصيتك تتغير. تبقي شخصية بحق وحقيقي - 00:16:47

يبقى عندك كاريزما كده يعني تبقي شخصية جميلة. اللي يقابلك تبقي عندك قوة شخصية. يبقى عندك قدرة وده الموضوع اللي
المفروض اكلمكم فيه النهاردة مش عارفة الحق ولا لا ؟ يبقى عندك قدرة على اتخاذ القرار. تعرفي تاخدي قرار - 00:17:05
واما بتاخدي قرار بتعرفي فاذا عزمته فتوكل على الله. عزمته ؟ خدت قرار وصممت عليه. فتوكل على الله ما عدتش بقى تتزبب بقى
يعني اذا كنت زرائ فكنت عزيمة في منكم عندها - 00:17:19

رأبي حلو قوي في الحياة وفاهمة حاجات جميلة اوي ودماغها جديدة بس ما عندهاش عزيمة شخصيتها ضعيفة في حكم نفسها مش
قادرة تتحكم في نفسها. مش قادرة تسبت على القرار. فبتعيش فاشلة. وبتلاقيها تروح تصاحب الفاشلين. وهي مش فاشلة -
00:17:36

آآ يعني انا في في الفترات في على مدى مسيرة الدراسية. السنين اللي ما كنتش احب ازاكر فيها كنت اروح اصاحب الساقطين اللي
سقطه سنة واللي شايله سنة. ليه يبقى صاحب السوطين - 00:17:54

عشان ما يوجعوني ش ضميري ما هو صحبة الناجح لها تمن. هو الناجح هيدخلك في حياته ليه ؟ هي الناجحة هتصاحبك ليه ؟ الا لو
انت اضافة في حياتها فصحة الناجحين لها تمن. فانا كنت اصاحب انا عايز انا. فراح صاحب الناس النايمة. الوقتي انا ببعد عن اي
حد نايم. ليه ؟ لا لا لا انا اصاحب الناس الصح - 00:18:06

والناس الناجحة حتى لو هتعب شوية ان انا ابقى ناجح زيههم بس في الاخر العاقبة جميلة. فرقم ثلاثة ان شخصيتك تتغير انك تبقي
عندك قدرة على اتخاذ القرار. على فكرة الكتاب ده يا جماعة اساسا كتاب في التربية الشخصية - 00:18:24

الكتاب ده بيتكلم عن خمس قدرات لو حصلتيتها في شخصيتك هيفيروا حياتك. بازن الله سبحانه وتعالى خمس قدرات اللي هم ايه ؟
عارفينهم ؟ القدرة على اتخاذ القرار. رقم اثنين القدرة على الاستمرار. رقم ثلاثة القدرة على المقاومة - 00:18:38

انت قاعدة تزاكري وواحدة صاحبك ولا السوشيال ميديا ولا الاشعارات جاية لك. انا هكمل مزاكرتي القدرة على المقاومة. لاي اغراء
يخرجك عن طريقك. رقم اربعة على المواجهة. لو حاجة خوفك يبقى عندك قدرة على انك انت تواجهي المخاوف بتاعك -

00:18:58

رقم خمسة القدرة على تحمل المسؤولية. انك انت تبقى بميت راجل في المسؤولية اللي انت شايلاها. آآ طيب يبقى الهدف يبقى قلنا
لحد دلوقتي ثلاث اهداف. الهدف الرابع بعد ان نفسيتك تتغير. وان عقليتك تتغير وان شخصيتك تتغير. الهدف الرابع ان سلوكك

الاجتماعي يتغير. انك تبقي انسانة - 00:19:14

اجتماعيا الناس تحبك آآ كثير منا يقول آآ لآ فلان ده غلس. البنت دي غلسة ليه ؟ مش حاسة انها بتحبني. طب ما فكرتيش مرة ما
يمكن انت فيك صفة مخلية ما تحبكيش - 00:19:34

ما يمكن انت فيك تابع صعب ما يمكن انت فيك حاجة في سلوكك الاجتماعي وشخصيتك الاجتماعية ده تتغير. ما تبصي لنفسك ما
يمكن في حاجة. ما تتعلمي. احنا في المجتمع بتاع - 00:19:49

انا اكثر حاجة بتربينا هي رأي الناس فينا. لان لاسف الاعلام والتعليم وكده ما بينوش شخصياتنا. فدايما احنا بنتربى بالنقد انت مسلا عملت موقف مسلا فتلاقي صاحبك اترقت عليك. انك انت كنت غلسة مسلا في موقف. فانت تتجني وتقعدي غضبانة بس بعد اسبوع ترجعي تفكري لآنا - [00:20:01](#)

مش هعمل كده تاني بقى. انا ما عدتش اجيب النقد لنفسى. فللاسف احنا بنتربى بالطريقة الاليمة دي. للاسف يبقى الاهداف الاربعة للكتاب هي ايه ها ان لآنا مش انا قلت لكم فيه اربع اهداف للكتاب. ها فيه اربع اهداف لو عملت لكم الامتحان ممكن اجيب لكم السؤال ده - [00:20:20](#)

اربع اهداف للكتاب. ها صاد اثنين وعشرين. ان نفسيك تتغير ان عقليتك تتغير ان شخصيتك تتغير ان سلوكك الاجتماعي يتغير او شخصيتك الاجتماعية تتغير. في اربع تحديات بقى في الكتاب. ايه هم؟ قدامك اربع تحديات عشان تعيشي سعيدة - [00:20:40](#) من اول صاد اثنين ثلاثة وعشرين. التحدي الاول انك تغيري الصندوق الاسود اللي جواك انت جواكي صندوق اسود جواك آآ مفاهيم صعبة. على فكرة المفاهيم دي غلط على فكرة معظم الحاجات اللي انت خايفة منها خايفة منها بسبب وهم. مش بسبب حقيقة. عارفين زي اللي خايف آآ يقعد في الشقة لوحده عشان ما يطلعوش عفريت - [00:21:01](#)

ها هو خايف من الحياة ولا خايف من وهم؟ وخاف من وهم طب مين اللي قال وهم بدليل ان في عشرين مليون مواطن على الاقل في بلدنا من ضمن الميت مية وخمسة مليون مواطن عايشين لوحدهم. وما يطلعهمش عفريت ولا حاجة - [00:21:23](#) اشمعنى انت انا العفريت مستنيكي انت تقعدي لوحدة في البيت يعني؟ فخايف من وهم الحل الوهم ايه؟ زي اللي خايفة تركب اسانسير. مرعوبة. اسانسير لو وقف هيحصل ايه؟ مش هيحصل اي حاجة - [00:21:37](#)

ولا الهوا ايام اسانسيرات وقفت بنا والناس في خلال دقائق آآ فتحت الباب ونزلنا من الاسانسير واديننا زي الفل. ما فيش اي مشكلة باذن الله خالص لآ هيحصل حاجة هيحصل مصيبة زي اللي خايفة مرعوبة تركب طيارة. اذا انت الخوف سجن ما بيمنعش الموت - [00:21:52](#)

بيمنع الحياة الخوف مش هيمنع الموت ساعة ما هيجي الاجل الاجل جاي جاي الخوف بيمنع انك تقدري تعيشي تفضلي مرعوبة. خايفة من الضلعة. خايفة ابقى لوحدي. آآ خايفة آآ بالقطط. آآ خايفة آآ من - [00:22:12](#)

آآ عفريت آآ خايفة من قصاصين. خايفة من الاماكن المقفولة. آآ خايفة الفوبيات الفوبيات الفوبيات دي في الآخر هتخليك مش عارف عيشي معاقة مش عارفة تسعدي صاحبائك يروحوا الملاهي ويركبوا الحاجات الراهبة ويقعدوا يصرخوا ويضحكوا. وانت واقفة متحطمة! انا ما اعرفش اعمل كده. انا لو عملت كده ممكن يحصل مصيبة. ما هم عملوها - [00:22:28](#)

مصيبة ولا حاجة فالخوف ما بيمنعش الموت. الخوف بيمنع الحياة في التحدي الاول تغيير الصندوق الاسود. انت جواك مخاوف واوهام وحاجات خايفة منها وحاجات قلقانة منها. واصلا انت لما تيجي تواجهيها بتلاقي وهم. عشان كده يقول - [00:22:52](#)

لما تكوني خايفة واحد قال لي حد في البيت قال لك الاوضة دي فيها عفريت. فانت مرعوبة. اوضة الفران اللي عمه ابو عمر كلمني عنها المرة اللي فاتت عارفين اجمل حل لقطة الفران ايه؟ اه انا عايز ادخل اوضة الفران - [00:23:08](#)

اه ادخلي اه طيب اه اه الاوضة الضلعة اللي اخوك خوفك منها وقال لك فيه عفريت. ولو دخلت لوحدة هيطلع لك عفريت. اجمل حل انك انت تدخل اوضة وهي ضلعة وتفتحي تحت السرير كده ومرة ورا مرة هتايه ما هو طبعا الموضوع بياخد ست شهور - [00:23:23](#)

العلاج بالمواجهة للفوبيا كمعلومة طبية يعني عشان الموضوع مش ايه يديها لك طب ما انا عملتها مرة وقلبي كان هيقف الموضوع محتاج انك تعرضي نفسك للموت موقف ست شهور متتالية - [00:23:40](#)

لحد ما بتكتشف ان هو بقى. ونفسيك بتصدق ان هو. النفسية غبية شوية خدي بالك الدماغ دماغك زكي. بس نفسية البني ادم غبية. ما بتقتنعش بسرعة. فانت طيب لو طلع لك عفريت - [00:23:52](#)

تعملي ايه على فكرة فيه مفاجأة كتير جدا يا جماعة فيه اوض ضلعة كتير احنا كنا خايفين منها فوق الضلعة بس معنوية بقى يعني

مش الاوضة الضلمة اللي فيها العفريت. اوضة الضلمة كنا خايفين منها هم دخلناها - 00:24:05

آآ فيه اوض كتير اكتشفنا ان ما فيش عفريت. وفيه اوض اكتشفنا ان فيه عفريت بس عفريت ظريف جدا. شربنا مع بعض عصير وشربنا مع بعض شاي وقعدنا نضحك مع بعض - 00:24:20

انا كده بقيت ادخل الاوضة الضلمة بادور على عفريت اصلا. مش خايف ان العفريت يبلعي. حاجات كتير انت خايفة منها وهي جميلة وسعادة وهي فرحة انت لما تبدأ تقوي نفسك وتغيري الصندوق الاسود اللي جواك. هتكتشي ان اللي انت كنت الحاجات اللي خايفة منها دي حاجات جميلة جدا. ولزيزة جدا - 00:24:30

فده التحدي الاول تغيير الصندوق الاسود. التحدي الثاني كسر منطقة الراحة اظن عمه ابو عمر استاذ محمد كلمكم عن كسر منطقة الراحة المرة اللي فاتت. كسر منطقة الراحة. ما تأتخيش - 00:24:52

منظر واحدة نائمة على الكنبه كده وقاعدة بتتفرج على الشاشة. ويا ماما هاتي لي بلاش الدور ده نهايته وحشة طب انا بادلع في بيتي اتدلع زي ما انت عايزة بكرة هتشيلي ان شاء الله - 00:25:09

بكرة اللي مامتك بتعمله معك انت هتعمله مع عيالك ما تقلقيش يعني انت يعني فانا مش قصدي طبعاً الموقف ده. بس قصدي ما تعيشيش في منطقة الراحة في كل حاجة في - 00:25:23

لازم تدفعي تمن النجاح. طب انا هاتعب وهاصحى بدري وهي ماتت صاحبتني لما تنجحي كده والدنيا كلها تبقى حواليك بسبب نجاحك. وتفرحي ان ربنا من عليك انك كملت لحد ما نجحت. هتعرفي ان كل اللي دفعته - 00:25:33

يساوي شيه في اللي انت خدتيه. فيها تمن النجاح اه طب انا ما جبتش مجموع في السانوية العامة. تتحرق السانوية العامة. السانوية العامة دي فرصة من فرص النجاح في الحياة. ومش فرصة كاملة لان ياما ناس دخلوا كليات كان نفسهم فيها - 00:25:49

فشلوا في الحياة اصلا. فرصة في الف فرصة تانية طوري نفسك. اكتشفي نفسك. شوفي انت ايه نقطة تميزك في الحياة. انت بتحبي ايه؟ طوري نفسك. اشتغلي على نفسك هتشتغلي على نفسك وبعد كده هيبقى مجال شغلك ومجال سعادتك حاجة واحدة. التحدي الثالث - 00:26:02

كان فيه خطبة ليه يا جماعة اسمها آآ كليات القمة وعقليات القمة كانت عن سانوية عامة لو حد منكم يعرف يعني يقدر بصراحة يدخل على جوجل كده. يكتب كليات القمة وعقليات القمة. كنت بتكلم فيها على ان - 00:26:21

نجاح مرتبط ان عقليتك تبقى عقلية قمة مش انك تدخل كليات قمة لان ما فيش حاجة اسمها كلية قمة اصلا يعني في المانيا المهنة الاولى في المانيا ايه؟ تمرىض. المهنة الاولى في امريكا ايه؟ المحاماة - 00:26:38

هو ايه ده! المجتمعات دي ما فيش فيها حاجة اسمها دكتور مش دكتور ما فيش الكلام ده. فيه حاجة اسمها انك بتدخل المجال بتاع التميز بتاعك ففعليا يعني دي عدينا دي او دي في المجتمعات اللي ورا المتأخرة بتاعة الفشخرة - 00:26:51

بتاعة المنزلة انما المجتمعات اللي بتصنع الحياة ما عندهاش الفكر ده وعمرها ما كانت هتنجح لو كان عندها الفكر ده. التحدي الثالث تغيير الدوافع المسببة مش هتقدري. عارفين وزيفة الشيطان ايه؟ الشيطان ده كائن ماسك ودنك وكل ما تيجي تعملي حاجة حلوة ما عندوش غير كلمة واحدة. مش هتقدري انسي - 00:27:07

حاولت ميت مرة وما عرفتيش آآ ما فيش مش بتاعتك. مش بتاعتك انت كده خلاص بقى هتعملي ايه؟ هو الشيطان وزيفته كده. انه يحطلك انه يحبطك انه يبأسك تغيير الدوافع المسببة. انك انت في ناس يا جماعة ناقلين لكم هنا حته مهمة جدا. قلت لكم ان فيه خمس دوافع - 00:27:30

يحركوا الناس. بصوا يا جماعة ما فيش حد بيتحرك الا عشان دافع. يعني انتم كلكم جيتوا الليلة. ما فيش واحدة جت منكم غيرها عشان دافع. ايه اللي نزلك من بيتك - 00:27:50

في واحدة نزلت لانها زهقانة وعازية تتبسط وعازية تتحرك في واحدة نزلت لانها متضايقة من اهلها اصلا ومش طاقة نفسها ومش طايقة البيت فعازية ايه اي حاجة برة خلاص. ونزلت لانها بتحب واحدة هنا او اتنين وعازية تتقابل معهم - 00:27:59

في واحدة منكم نزلت عايضة فعلا تغير شخصيتها. وعايضة يبقى لها مستقبل. فيه واحدة نزلت لانها نفسها تدخل الجنة وهي شايقة ان ده عمل هيقربها من الجنة. فهي جاية عشان تدخل الجنة. فيه واحدة نزلت لان باباها وامتها هددوها ان هم هيسحبوا الموبايل. وان هم ممكن يتصرفوا بعدوانية. لو ما جتش فجت - [00:28:14](#)

انها خايقة كلنا قاعدين بس كل واحد منا جه عشان يدافع غير الثاني فانا باقول لكم ان فيه خمس دوافع. فيه ناس بيحركها افكار الاحباط. اللي هو ما فيش فايقة. يا عم انسى يا عم بقى والله العظيم كل اللي انتم بتقولوه ده عملته قبل كده. وفيه فايقة -

[00:28:34](#)

ده اول ما تشوف النوعية دي بصي فر منها فرارك من الازل. النوعية الفاشلة المحبطة الياسة. النوعية دي النوعية دي ضايعة. دي ناس ضايعة عايضة في زلمات الحياة اوعي ترتبتي بواحدة كده ابدأ - [00:28:49](#)

الثانية بيحركها راحتها. ايه الحاجة الجميلة! تيجي نروح مصيف اه واوا! يلا! تيجي ننزل نروح مدينة ملاهي! ايوة! تيجي ننزل آآ نتفصح بوياء معكم. آآ تيجي نروح جيم يا بي اعوز بالله! تيجي نروح دورة او نروح مكتبة اعوز بالله! انت - [00:29:04](#)

الناس التافهة اللي بتعمل حاجات تافهة دي. هي ما بتنشطش غير في الحاجات اللي بتريحها. النوعية دي هي بتاخذ على دماغها في الآخر لان الحياة ما بتديكيش فرصة انك تعيشي مع انتخاب المنزر ده - [00:29:24](#)

يعني الدنيا يا جماعة يعني النوعية الثالثة بيحركها مصلحتها وبس ها ايوة يا فلانة آآ تعالي ننزل اصل صاحبتنا فلانة عندها مشاكل والله ده انا تعبانة. حبيبتني يا صاحبتني ده انا نفسي اكون في معها - [00:29:37](#)

والله بس ماما هتزعل وبرة هيموت وخالته هيجي لها انت تنتحر. انا اسفة والله. طب لو مشوار بقى تبع مصلحتها الطيران النوعية دي على فكرة مش وحشة. مشكلتها ان هي ما بتتحركش غير في مصلحتها هي. هي لو اتحركت في مصلحتها ومصلحة غيرها هتبقى نجمة - [00:29:54](#)

النوعية الرابعة بيحركها الاغراءات والشهوات. آآ انا عايز ادخل على السوشيال ميديا آآ عايز اعمل فيديوهات على التيك توك. عايضة يبقى عندي آآ على السوشيال ميديا اه اه معجبين واخذ لايكات ويبقى لي اصحاب وصاحبات. واسمع اغاني واتفرج على افلام رومانسية او - [00:30:16](#)

تمسيلات رومانسية سواء تركي او هندي او آآ كوري او آآ آآ انا عايز اعيش انا عايز الحاجات اللي انا بابقى فيها سعيدة. انا عايز اقعد خمس ساعات على التيك توك ماما وبابا ما يقومينش. من فيديو لفديو لفديو واحدة بترقص ده فيديو كليب ده فيديو مش عارف قلش - [00:30:36](#)

فيديو ايه ؟ ففي نوعية بيحركها الاغراءات والشهوات النوعية الاخرانية بحركة مخاوفها ما تتحركش غير لو خافت. تذاكر قبل الامتحان بتلات تيام. ليه ؟ هاسقط ما تذاكرش من اول السنة ليه - [00:30:56](#)

ما عندهاش نفق دافع انها تبقى متفوقة في الحياة هي مشكلتها انها ما بتسقطش ها مشكلتها انها ما تمرضش. آآ ما تبدأش مسلا تعمل ريجيم غير لو الدكتور قال لها انت قلبك بقى في خطر - [00:31:10](#)

انت ممكن يحصل لك سكتة قلبية بسبب البدانة. آآ انت ممكن كده آآ ممكن ما تتجوزيش بسبب تتحرك ساعتها لا يحركها الا الخوف دي خمس نوعيات صعبة انا مش عايزك تبقى كده. امال انا عايزك ايه اللي يحركك ؟ - [00:31:22](#)

ايه البنزين اللي جواك اللي بيخليك ما تناميش اللي بيخليكي تصحي من بدري وتنطلق وتنجحي. ان عندك رسالة في الحياة ان عندك اهداف عليا في الحياة. ها واذا قال ربك للملائكة اني جاعل في الارض ايه - [00:31:40](#)

خليفة انت خليفة انت مستخلفة من الله في الارض. انت عارفة انت انت توصيفك الوظيفي في الدنيا ايه انت انت توصيفك الوظيفي في الدنيا دي انت خليفة. استخلفك الله في الارض عشان الارض دي تتملى خير. في الدين والدنيا على ايديك. انت - [00:31:58](#)

المهم اوي انت وظيفتك كبيرة قوي انت اخطر شخصية على وجه الارض. فلازم يبقى لك رسالة. لازم تطلعي للقمة. عشان كده ربنا قال اية نفسي لو ما خرجتوش غير بالاية دي النهاردة هتبقوا خرجتم بمعنى كبير اوي. الاية دي في سورة النساء - [00:32:17](#)

ربنا بيقول ولا تتمنوا ما فضل الله به بعضكم على بعض للرجال نصيب مما اكتسبوا وللنساء نصيب مما اكتسبن وأسألوا الله من فضله في واحدة منكم تقدر تقول لي ايه معنى الاية دي - [00:32:35](#)

او يعني هي فاهمة الاية ازاى ولا تتمنوا ولا ايه تتمنوا ركزي اوي ربنا بيقول لك ما تقضيهاش احلام ما تقعديش كل يوم ثلاث ساعات مغمضة عينك وقاعدة تحلمي. احلمي زي ما انت عايزة انت لسه صغيرة. احلمي زي ما انت عايزة - [00:32:53](#)

بس اللي احسن من انك تحلمي ان اللي انت بتحلمي به ده الثلاث ساعات تقومي تشوفي حاجة توصلك لهم حتى لو كان وده طبعاً حاجة عظيمة انك تتوضي وتصلي ركعتين وتقولي يا رب اديني الحاجة اللي انا باحلم بها. ما تقدرش بيقول ولا تتمنى وما فضل الله به بعض - [00:33:13](#)

ورا بعض انت جيتي فبصيت على فلانة لقيت فلانة دي متفوقة في الدراسة قوي. او فلانة دي محبوبة اوي. يخرب بيت شيطانك انت محبوبة كده ليه يا بت! انت كله - [00:33:31](#)

كده او لقيتوا فلانة دي آآ مسلاً آآ قائدة او لقيتوا فلانة دي. فربنا بيقول لك لما تشوف المنظر ده ما تقدرش احنا بتروحي بقى تقعدي بقى تنامي تحلمي بقى - [00:33:41](#)

عارفين يا رب ابقى حسين ها الاخين اللي هو واحد منهم الدنيا كلها بتحبه والتاني الدنيا كلها بتكرهه. والمحبوب حسين. فواحد يقول يا رب ابقى حسين. يا حبيبي لا تتمنوا ما فضل الله به بعضكم بعض - [00:33:51](#)

ما تقعديش تبصي في مزاي غيرك امال اعمل ايه يا رب؟ للرجال نصيب مما ايه؟ اكتسبوا مش مما حلموا ولا مما تمنوا مما اكتسبوا الاكتساب اللي هو الافتعال. يعني من الحاجات اللي كافحوا عشان ياخدوها. ويفوزوا بها. هو ده نصيبك في الحياة - [00:34:04](#)

نصيبك في الحياة على قد انت تعبت قد ايه. وللنساء نصيب مما اكتسبوا. نصيبك في الحياة انت تعبت قد ايه واشتغلت قد ايه واشتغلت على نفسك قد ايه وطورت نفسك قد ايه وكافحتي عشان تنجحي قد ايه؟ ده ربنا اللي بيقول لك كده. احنا فاكرين كمسلمين انك انت هتيجي في المسجد - [00:34:25](#)

هتلاقي الشيخ اللي بيديك يقول لك ايه ادعي ربنا كتير ادعي قل يا رب وربنا يعمل لك كل حاجة. ربنا بقى بيقول لك ايه؟ للرجال نصيب مما اكتسبوا وللنساء نصيب مما اكتسبن. الكلمة اللي بعدها ايه - [00:34:45](#)

واسألوا الله من فضله. الله! يا رب! كلمة يا رب بعد الكفاح انا كنت متوقعة ان ربنا يقول لي قولي يا رب وبعد كده اشتغلي لا اشتغلي وانت بتكافحي عشان - [00:35:01](#)

نجحت الحياة قولي يا رب ربنا يسمع دعائك عشان كده ربنا في الفاتحة قال اياك نعبد واياك نستعين ولا اياك نستعين واياك نعبد اياك نجحت الاول ها بعد كده واياك نستعين. كأن ربنا بيقول لك آآ عبوديني ونعيمك. ما تقوليش يا رب عني ونعبدك. عني وانا اصلي لأ.

الخطوة الاولى - [00:35:16](#)

بتبقى منك انت لازم انت اللي تقدمي الاول لازم تتعلمي كده دي سنن ربنا خلق الحياة عليها السنن مش هتجاملك. الدنيا مش هتجاملك الحياة لها قواعد وقوانين. لو ما احترمتهاش هتتحاسبي. هتتدفعي الفاتورة بتاعة انك انت ما رضيتش تحترمي قواعد الحياة. وقواعد النجاح - [00:35:42](#)

الحياة مش هتتجاملني لازم تشق طريقك من اجل النجاح. فربنا بيقول اتعبي وبعد كده قولي يا رب اديني من فضلك يا رب وأسألوا الله من فضله ان الله كان بكل شيء عليماً - [00:36:03](#)

قل يا رب اديني من فضلك. فربنا في الآخر قال ايه؟ ان الله كان بكل شيء عليماً. يعني يعني ربنا بيدك على قد علمه بالخير اللي جواك وبتعبك من اجل انك تبقي كويسة. هتساعدني نفسك ربنا يساعدك - [00:36:21](#)

هتساعدني نفسك ربنا يساعدك. عشان كده استغيسون ربكم يا رب. ده في غزوة ايه؟ الاية دي في غزوة ايه؟ بدر في سورة الانفال فاستجاب لكم اني ممدكم المدد نازل بالسما - [00:36:36](#)

يا رجاله بالف من الملائكة في جيش نازل ملائكي. بالف من الملائكة دي مين اللي قال انت خادمة اللهم بارك اللهم بارك. دفعت تمنها

هي كلمة بتقول اه انا خاتمها دلوقتي. تمنك في حد ايه؟ كثير. هتجني كلمة انا خاتمة دي ايه - [00:36:54](#)

هاتي جنية سعادة طول عمرها بازن الله سبحانه وتعالى. متضايقه الله اكبر. ياللا اما اجيب سورة البقرة احسن شكلها فيه شياطين في البيت دلوقتي. اما اجيب سورة البقرة في ركعتين - [00:37:16](#)

الفديو حصل تلت تيام مشاهدين وهي ماشية متضايقه طب ام هتجني انتم لا تتخلوا اللي بيخدم المصحف ده هيجني طول عمره ايه طول عمره في حياته اتعبي وخدي بالف من الملائكة. يعني ايه مرضي فيه - [00:37:26](#)

ربنا بيقول لهم انتم دعوتوني! انا استجبت لكم. وفي جيش نازل بس مردفين الاردا ان انا راكب الحصان واقوم مركبة مركب واحد ورايا هيقول لك تعالي ورايا. تعالي ورايا دي معناها مردفين. يبقى يعني ايه بالف ملائكة ورد فين - [00:37:43](#)

طب ما فيش معنى ثاني طب ما فيش معنى ده الجميل. زكية ما شاء الله حلوة. اه قارية بس ما فيش معنى ثاني في المعنى اللي انا قلته ده لا لا - [00:38:02](#)

انزلوا وهم في زهركم. ايوه ده عيش وتنايلة انزل الف يعني ايه مردفين؟ يعني في زهركو يعني وراكو يعني يردفوكم يعني لما هتنزلو مدد ربنا هينزل انما متقعدوش قاعدين وانصرو - [00:38:18](#)

يا رب انصرنا لو علمتم حاجة؟ لأ ما عملناش حاجة. نجحني يا رب آآ خدت باسباب النجاح؟ لأ ما خدتش باسباب النجاح. ايه رخم المردفين اما هتنزلي وتشتغلي ربنا بيعت لك المدد والنصرة والفتح. انما وانت نائمة على السرير وقاعدة مأنتخة وقاعدة في البيت. هتروحي فين؟ انت دلوقتي في - [00:38:35](#)

بتاعك اما تيجي هنا وتتعلمي وتستفيدي من كل الناس اللي بيجوا لكم. آآ وفي نفس الوقت تشوفوا ده شف ده فيه دورة في آآ في علم الادارة. ده فيه في التايم مانجمنت في ادارة الوقت. ده فيه دورة في كوتشينج واصلاح عيوب الشخصية. ده فيه دورة في تحليل الشخصية. تطوري نفسك يا بنتي - [00:38:55](#)

طوري نفسك افكك انت فاكدة انك الوقتي في فترة الاستمتاع بالحياة اللي قال لك كده غلط في حقك. ودمرك. انت في فترة بناء نفسك عشان بعد الخمسة وتلاتين تستمتع بالحياة - [00:39:15](#)

اللي هتستمتع الوقتي هتاخذ على دماغها بكرة الا لربنا بقى يعني اغزها من عنده يعني ايه خلاص بقى يعني ايه واللي هتطور نفسها دلوقتي هتعيش باشا والله العزيم هتعيش باشا بازن الله سبحانه وتعالى. بكرة - [00:39:31](#)

اشتغل على نفسك واسألني الله من فضله انجحي دنيا ودين وشوفي ربنا يعمل لك ايه. ده ديننا يا جماعة احنا دينا بيخرج الموديل ده. يا اخوانا جامعة هارفارد ما بتدخلش عمال ما بتخرجش عمال - [00:39:47](#)

يا جامعة جامعة هارفارد ما بتخرجش موظف يقعد على المكتب هارفارد ويل واكسفورد وكمبريج بيخرجوا رؤساء دول. ورؤساء وزارات ووزرا ورجال اعمال اصحاب مشاريع عالمية. يا جماعة القرآن ما بيخرجش فشلة - [00:40:01](#)

الاسلام ما بيخرجش يبقى انت ختية الدين ده بيخرج قادة مجتمعيين. بيخرج ناس بيقدوا الحياة عشان كده ربنا بيقول ولكن كونوا ربانيين بما كنتم تعلمون الكتاب وبما كنتم تدرسون؟ بارتباطكم بالقرآن لازم تبقوا ربانيين. يعني ايه ربانيين؟ - [00:40:19](#)

لهم علاقة مع ربنا جميل. طبعا ده تفسير متبادل للزات. هتعرفوا الامام الطبري قال كلمة حلوة اوي قال كونوا ربانيين اي كونوا قادة الناس وسادة الناس. خليكم انتم الكوتشز بتوع الحياة - [00:40:45](#)

انا مش عايزك تبقي انسانة صالحة. انا عايزك بكرة انت تبقي الكوتشي بتاعة المجتمع. عارفين الكوتشي بتاع الفريق الرياضي؟ اللي واقف برة؟ اجري من هنا وانت تعال من هنا هو اللي - [00:41:04](#)

هو اللي بيحرك الحياة من برة الملعب قاعد يحرك كل اللي جوة الملعب. انا عايزك انت تحركي المجتمع انت اللي تغيري تفكير البنات مش البنات البعيدة عن الدين والبعيدة عن المفاهيم الاسلامية هي اللي تأسر فيك وتبقي انت قاعدة دلوقتي! اه لو - [00:41:14](#)

ماما كانت سابتني ما لبسش حجاب ده انا كنت هبلت الناس في الشارع مش هعرف اهلا وبابا ما كانش بيشد علي في ان انا احط هي اللي معلمة على نفسيتك - [00:41:31](#)

انا عايزك انت اللي تعلمي على نفسية العام. كل الناس تقول اه. لو ابقى زي دي. اه لو ابقى زي دول انا عايزك تبقي قوية. الدين بيخرج قادة. عايزك لقائدة في الحياة - [00:41:44](#)

فده التحدي التالت تغيير الدوافع المسبطة. التحدي ممكن نجيب لكم ده سؤال في الامتحان اقول لكم ايه التحديات الاربعة آآ اللي تتكلم عنها الكتاب قولها لي بس ما تتكلميش عنها انا عايزك بس تقولي لي اسمائها - [00:41:56](#)

معي وقولي لي سطر واحد عن كل واحد. التحدي الرابع هو تحصيل القدرات القيادية الخمسة في الحياة. وبهذه الكلمة بتبدأ الخمس فصول بتوع الكتاب اللي هو كل فصل عن قدرة من قدرات القيادة. او الشخصية القيادية في الحياة. هاجي اسالك سؤال - [00:42:10](#)

في الامتحان او عمه ابو عمر هيكتب لك سؤال في الامتحان يقول لك قول لي ايه هي الخلطة السرية الشخصية القيادية هو نفس سؤال قول لي ايه هي الاركان الخمسة للشخصية القيادية - [00:42:30](#)

هو نفس السؤال قول لي ايه هي القدرات القيادية الخمسة في الحياة يعني لو عايزة تبقي نجمة اوي وقائدة اوي خمس حاجات. لو عندك انت هتبقى بكرة حاجة ما حصلتش. ايه هم - [00:42:48](#)

تقولهم لي بقى هم دول الخمسة جم بقى. يبقى عندنا اربعتين وخمساوية. صح اربعة اسمها ايه الاهداف الاربعة تغيري نفسيتك تغيري شخصيتك تغيري عقليتك تغيري سلوكك الاجتماعي. واربعة ايه هي التحديات الاربعة - [00:43:04](#)

تغيري الصندوق الاسود تكسري منطقة الراحة. تغيري الدوافع المسبطة. تحسلي الخلطة السرية للنجاح او الاركان الخمسة للشخصية القيادية ايه الخمس حاجات بتوع الشخصية القيادية؟ انك انت تبقى عندك القدرة على اتخاذ القرار. القدرة على الاستمرار القدرة على المواجهة القدرة على المقاومة القدرة على تحمل المسؤولية. الكتاب يا باشا كله - [00:43:19](#)

وتلتاشر نقطة. اربعة اربعة خمسة وانا اوعدكم اني مش انا اللي احط الامتحان يعني انا لما بحط الامتحانات كان مرة حطيت امتحان تفسير في دورة وكان الجائزة الاولى عمرة. ففي دعاء يعني طلبة علم تقال جدا - [00:43:43](#)

في مع مع مشايخ كبار جدا يعني في مصر سمعوا عن الدورة فقالوا ايه غنيمة باردة. شوية الشباب السيبي اللي بيحضروا له دول آآ اه مش هيعرفوا طبعا احنا هنجي كان امتحان سورة مريم - [00:43:58](#)

امتحان سورة مريم ها احنا هنجي هناخد العمرة من غير ما نزاكر اصلا فجم بقى الناس من كل حطة بقى وكان الناس امتحانات الجمعية الشرعية والمسجد اتملى فاول ما شافوا الامتحان كل اللي جاين من برة - [00:44:13](#)

الدرس انا في الدرس كنت مفهمهم انا بامتحنهم ازاى وفهمهم بالزبط انا هسألهم في ايه كل اللي جاي من برة قام مطبق ورقة الاسئلة وحاططها في جيبه وهم قايمين مروحين - [00:44:28](#)

ولقيت حد من المشايخ الكبار متصل بي طلبته بقى راحوا اشتكوا له ايه اللي انت عامله ده! قلت له ايه يا شيخنا! حضرتك انا شيخ من شيوخنا الكبار قوي يعني قال لي انت لو دخلت الامتحان ده انت تسقط - [00:44:39](#)

انت ازاى عامل للناس كده؟ فانا طبعا هاقول له هنا مش يعني مش هاقدر اقول له انا حضرتك ما باحطش امتحانات تفسير ما باقولش للناس قولوا لي اقوال المفسرين في الاية - [00:44:54](#)

انا كل اسئلتي قولوا لي الاية دي بتحل مشكلة ايه في الحياة قولوا لي الاية دي بتحل مشكلة ايه في ازماتنا النفسية؟ قولوا لي الاية دي بتحل مشكلة ايه في الاسر او المشاكل اللي بين الزوجين؟ هاتوا لي - [00:45:04](#)

يا ابن الصورة بتفهمني ازاى انجح في حياتي. هاتوا لي اية من انا كل اسئلتي في التفسير كده. القرآن بيعلمني الحياة. انا مش عايز اقعد احفظ اقوال اقوال وفي الاخر انا مش فاهم حاجة اصلا استفيد بها من الكلام ده - [00:45:18](#)

لا فانا اسئلة دول لقوا الاسئلة هم متوقعين بقى قولوا لي التلات اقوال اللي في تفسير هذه الاية قولوا لي الاربعة اقوال اللي المفسرين اختلفوا عليها في تفسير الكلمة دي. هو توقعني ده - [00:45:33](#)

الامتحان. فوج الامتحان مش بكده. الامتحان في الحياة الامتحان في ازاى ان انا استخرج من القرآن الروشحات لاصلاح كل حاجة في

حياتي فطبعاً آآ فاحناً آآ النهارده عايزين ندخل في القدرة على اتخاذ القرار. ولكن في الاول - 00:45:43

انا عايز كل واحدة منكم تعلق لي على جملة من الجمل اللي في ظهر الكتاب اه اللي عايز يتعلق على اول جملة ترفع ايدها وتقرأ الجملة وتقول لي هي فاهمة منها ايه - 00:46:03

قولي اتفضلي تمام ولكن انت المسئول ايه؟ اه يبقى الجملة انت ممكن تكون مش المسئول عن مشاكلك. ولكن انت المسئول عن حلها. فهمت منها ايه الله والله الى ايوه اه والله ما لازم تاخذ لايك ايوه - 00:46:16

هي الناس وزيفتها انها تبوز لك حياتك هاسمك يا هاجر. هي الناس وزيفتها انها تبوز لك حياتك. اوعي تروحي لامامتك بعد عشرين سنة كده يا ماما انت اللي علمتيني ان انا اطلع مش عارف سلبية ولا ان انا اطلع ايه. لولا ابويا هو اللي كان مخوفني وراعيني وهز لي شخصيتي - 00:46:49

ها اخويا الكبير هو اللي دمرني. نفس ما هو كل واحد بيدور على شماعه. ها صاحبتني في الكلية. الاستاذ اللي عمل معها الموقف الفلاني. فلانة اللي علي وانا صغيرة وحطمت لي شخصيتي. وطلعتني ما باعرفش اقول كلمتين على بعض من كتر عدم السقة في شخصيتي. آآ حصل لي ابتلاء. اصل انا عندي ابتلاء - 00:47:10

اصل انا الصورة الوحيدة في القرآن اللي اتسمت باسم صحابي. سورة ايه الوحيدة في القرآن اللي اتسمت باسم صحابه صورة ايه صورة ابن ام مكتوم اللي هي سورة ايه عبس عبس وتولى. لما الصحابي جه للنبي والنبي قاعد مع كبار الكفار بيدعوهم الى الله. فالصحابي جه بيقول له ربيني. فالنبي هو ده وقت - 00:47:30

سبني ده واحد كل واحد من دول لو اسلم العالم هيدخل وراه. فالنبي تجاهل. الصحابي ده كان اعمى اعمى الصورة الوحيدة اللي اتخط عليها اسم الصحابي كان صحابي اعمى. الصحابي ما يبشوفش. معناها ايه؟ معناها ان تخيلي ده وصل لمجدي شكله ايه. يبقى اوعي - 00:47:59

فكري فانا مش انت مش مسئولة عن مشاكلك قاصح في ابتلاءات حصلت لك. ممكن انت اصلاً في ابتلاء حصل لك خلاص قدر. ممكن حد عمل مشكلة وبوز لك حياتك. بس انت الوحيدة - 00:48:17

ايه ده! المسئولة انك تصلحي حياتك. ما حدش يصلحها لك ما تبصيش اوعي تفتكر ان الناس فيه ناس بالهاء بيحبوا يشتكوا ادخلوا بقى على الفيس اصطبحننا وقلنا صبح وتقومى عاملة لي بوست كده ادعوا لي يا جماعة اني ابكي ان الحياة دمرتني - 00:48:31

انني مش عارف ايه! يا لهوي! انا مش انت فاكدة ان حد منهم حاسس بك يا بنت الناس هتحس بك اما تنجحي مش اما تفشلي الناس هتهتم بالامك لما تنجحي مش لما تفشلي - 00:48:52

شكواك هيبقى لها قيمة لما انت يبقى لك قيمة كله هيقوم داخل عملية يا حبيبتي ربنا يفرق بشلن ما تساويش شلن ما هو ما هو حبيبتي واللي سبعين كومت والسبعين آآ لايك - 00:49:12

كل ده بيخلصوا منك. يعني عايزة لايكي ده لايك واخلص وخلاص ما فيش ما ما انت اصلاً انت انت ايه اللي خلاكي ترخصي نفسك كده انت المسئول عن حل مشاكلك بدل ما تروحي تشكي لناس ما تزعليش مني - 00:49:28

افشل منك اصلاً ما هو معنى انك مش ناجحة ان كل اللي حواليك مش ناجحين. ما انت لو اللي حواليك حد فيهم ناجح كان زقك تنجحي. فدي اول خطوة عشان تنجحي علاقاتك اصلاً - 00:49:42

وتبدأي تصاحبي ناس ناجحة. عشان يزقوكي لقدام. فانت جاية لناس هو وزيفتهم مع بعض ان كل واحدة فيهم تشكي آآ يعملوا لها آآ يا حبيبتي يا اختي يا مش عارف ايه ربنا يفرج عليك طب يعني كده فرحت انك اشتكيتي - 00:49:55

الشكوى دمرت لك نفسيتك. على فكرة الشكوى ما بتريحش. النفسية. الشكوى بتزود القلق والتوتر وما تحلش اي حاجة في مشكلتك وبقت الناس بتبص لك على المسكنة. وعلى فكرة ما حدش هيستحملك لو اشتكيتي كتير - 00:50:14

مش عايز اقول لك ولا باباكي ولا مامتك انا زمالك هو مين اللي يستحمله الواد قعد يشتكى يا جماعة الناس طاقة نفسية. هو انا قادر

انا انا اشيل همومي عشان اصاحب واحد صاحبي كل شوية تعال بقى الله يكرمك انا عايز ثلاث ساعات - [00:50:29](#)
اخذك لفة اشتكي لك. لأ يا بابا الناس دي انا بقى لي من سنة تالطة طب كان عندي كم سنة؟ كنا في سنة كم؟ سنة الفين وسبعناشر ولا
الفين وتمتناشر - [00:50:43](#)

انت ما كنتيش معنا الرحمة المرة اللي فاتت. انت انت سنة قولتي من عشرين سنة والله ما انا فاكر يا جماعة انا دماغي من وانا في
تالطة طب والله العزيم رحت جبت ورقة قد كدهو - [00:50:56](#)

وقمت كاتب عليها ارجعوا هو ازكى لكم. وقمت معلقها على على الباب عندي من برة ها وكله عارف ان انا دول اصحابي ده مش
اصحاب اخويا ولا صحبات اخواتي ولا اصحاب والدتي ولا قرايينا دول اصحابي. وقمت شايف اقرب - [00:51:11](#)
اقرب خمسة اللي ايه اللي احنا مع بعض سهرانين ليل نهار نقعد نلف مع بعض للساعة سبعة الصبح آآ نفكر آآ ان احنا بكرة ان شاء الله
احنا بالتأكيد احنا نجوم بكرة. احنا بالتأكيد احنا هنغير العالم بكرة. يا حبيب قلبي. قاعدين نهق وخلص. غير اعرف ايه يا عم رح
ازاكر لك كلمتين ولا رح صل - [00:51:28](#)

ركعتين ولا رح احفظ لك ايتين ولا رح خد لك دورتين ولا يا عم رح اعمل حاجة فلما فهمت ان اللي حواليا هم اللي مضيعيني وان
اللي حواليا هم اللي مدمريني قمت كاتب جواب آآ اخي الغالي حبيبي فلان انت انسان عظيم - [00:51:48](#)
وجميل وخطير وآآ هيه شوفي كل الفاظ اللغة اللي بتقول ولكن انا اسف والله. انا ما استاهلش صحبتك. وما استاهلش ان انا ابقي
صاحب لانسان كويس ازيك ارجوك ارجوك ما عدتش تقرب مني. وقمت والله العظيم وقمت نازل لافف عليهم كل واحد ادبته الجواب
بتاعه - [00:52:05](#)

ايه؟ اجرح مشاعر احسن ما حاطة بحياتي يا بنتي اعملها هندي لها انت بشياكة. انا وقتها انا كنت وصلت انا قلت لكم القصيدة اللي
كنت الفتها وقتها حسبت باني واني وخاب امام الحقيقة ظني فاه لظن اضاع فؤادي وخلف ما سد بيني وبينه - [00:52:27](#)
واه لهم مرير ثقيل اعاد العذاب الذي تاه عني. واه لقلب شكوت اليه فلا انا منه هو مني ولا انذاك الذي كان يكبو فلا يرتضى منه غير
التمني. انا كنت زمان بطل. رجعت بني ادم. رجعت انسان عنده وقت - [00:52:50](#)

رجعت انسان عارف ليلي من نهاري. بدل ما ده يفوت علي اتنين بالليل وده يلففني وراه سفريه حياة تايهة يا عم مالي يا عم انا عايز
اصاحب ناس ناجحة ناس مرتبة ناس منزلة ناس عندها اهداف ناس قادرة تقود حياتها ناس عندها ايجابية لما يبقى انا عندي مشكلة
يقفوا في ضهري بجد - [00:53:11](#)

مش آآ حبيب قلبي ويقعدوا اشتغالات. وانا اقف في ضهرهم بجد يبقى عندهم مشكلة. ناس عايزة تعمل حاجة للاسلام. ناس عايزة
تنجح في الحياة. اصاحب في ناس فاشلة تفشلني جنبها - [00:53:31](#)

هذه الحركة يا جماعة كانت بداية النجاح في حياتي اول خطوة نجاح في حياتي بعد خطوة الالتزام خطوة الالتزام خدتها في اجازة
سنة اولى كلية. فضل منة الله قرار الالتزام كان في سنة اولى كلية. الخطوة دي كانت في سنة تالطة كلية. لقيت ان انا مستحيل
هانجح وسط دول - [00:53:45](#)

حبايبي وباحبكم وهفضل ابركم. بس هاي اند باي مش الكلوزريريشن شيب عشان كده النبي عليه الصلاة والسلام بيقول لك حديس
خطير انت لو فهمتيه انت هتبقى من انجح الناس في الحياة. بيقول ايه بقى النبي عليه الصلاة والسلام - [00:54:06](#)
قولوا بقى لو شاطرين حديس اللي هتطبقه منكم والله هتبقى من انجح النساء في الدنيا قال الرسول بس هو احنا مش فاهمينه
خالص. الحديس ده احنا كلنا بنقوله احنا مش فاهمينه اصلا - [00:54:21](#)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم المرء اه شفت انت قلت ايه دلوقتي؟ ايوة شفت انت قلت لي ايه دلوقتي ودي مش قسوة النبي
بيقول لك الايه المرء المرء دي من الايه - [00:54:35](#)

من المروءة المروءة دي اللي هي الشهامة المرحلة ها كأ النبي بيقول لك اوعي تفتكري انك لما بتحجمي الناس اللي مش ناجحة في
حياتك ده ضد المرحلة والشهامة والمروءة ابدأ - [00:54:48](#)

انت انسانة لك الحق انك انت تختاري لحياتك مين اللي يدخل حياتك ومين ما يدخلهاش عدم احترام الخصوصية في مجتمعاتنا. وتسمية الناس الناجحة اندال. وتسمية الناس بتاعة مصرية. يقول لك سيبك من البت دي. ده بتاعة مصلحتها - [00:55:04](#) مصلحتها. تعالي يا حبيبتي ده انا ده انا بدور عليك. تعالي يا بتاعة مصلحتك دي اما نفوق بعض يعني ايه بتبقى باينة. انتم انتم نصكم على الاقل نجوم نصكم على الاقل قادة. نصكم على الاقل - [00:55:19](#) والله انا لا ابالغ والله العزيم اكثر من نصكم. يعني انا بابص لكم دلوقتي انا عارفكم واحدة واحدة تقريبا. انتم قادة ما تضيعوش وقتكم في الوقت اللي انتم فيه ده اغلى سنين عمركم - [00:55:34](#) سنين عمركم ده مش وقت اللعب والله العزيم ولا الفسح خالص خالص اتفسحي وروحي جيم وحافظي على صحتك واتبسطي وفرفشي بس ده ثلاثين في المية من حياتك فين السبعين في المية من حياتك اللي بتطوري فيهم نفسك؟ وبتترسمي فيهم مستقبلك - [00:55:48](#)

تيجي بعد كده تلاقي نفسك خلصتي كل حاجة خلاص انا خلصت. خلاص انت رسالتك خلصتها الحمد لله. اتبسط بقى وفكي نفسك. خلاص انت شايل مأزوم هنجح خلاص يبقى انا الوقتي انا باقنحك بايه؟ اتوتري شوية لو سمحت - [00:56:10](#) لو سمحت الضغط شوية لو سمحت انا عايزك تبرقي كده وتايه ووشك يحمر وودانك تقف وتطلع دخان هنا لازم اتعب انا ده اللي بقنحك به. عارفة بقى بعد عشر سنين او عشرين سنة انت محتاجة حد يقول لك ايه - [00:56:26](#) خلاص خلصت بقى فرمضي بقى. خلاص كفاية بقى مش مش كله كده اه اه خلاص كافحت خلصت. يعني خلصت يعني انا كده انا ما بقى لحد ما اموت لأ. خلصت كفاح - [00:56:41](#)

خلصت بهدلة خلصت شقى ها بازن الله يعني آآ وزني بقى حياتك وآآ وانت من حقت الوقتي تتفسحي وتتبسطي وتجنبي ويبقى حياتك خمسين في المية شغل وخمسين في المية استمتاع وانبساط. انت تعبت من حقت تفرحي - [00:56:53](#) ومن حقت تستمتعي في الدنيا قبل الاخرة بسمرة تعبك ده فانت في اول حياتك اللي انت فيها دلوقتي محتاجة حد يوترك شوية ويشد عليك عشان مصلحتك. بعد فترة محتاجة حد يقول لك ايه بلاش افور - [00:57:09](#) خلاص بقى ايه شوية فرملة كده واياه ونبدأ بقى نوزنها شوية. ليه توجيهه نفسك ما تصاحبيش ناس تايهه، مش هتوهي بازن الله. هتصاحبي من السيئات توحى. انا اول ما عملت الحركة دي كانت صعبة بس معلش - [00:57:23](#) كانت سورة صحيح لازم كنت اعملها من اول اللحظة دي بدأت ادور على الناس الناجحة من اول اللحظة دي ما عدتش بدخل حد فاشل في حياتي الضريبة كانت ايه يا رحمة؟ - [00:57:37](#)

لما عملت كده عارفين الضريبة كانت ايه ان انا قعدت بعدها سبع سنين وحيد في الحياة عارفين ليه؟ اكتشفت ان ان كثير جدا من اللي حواليا هم مش كده مش عايزين يتعبوا مش عايزين يكافحوا. فضلت مصمم على ده - [00:57:50](#) لحد ما قابلت ناس ناجحة وبدأنا ننجح مع بعض في الحياة. والكلام ده كان من عشرين سنة لحد دلوقتي بفضل ومنة الله. حياة الواحد مليانة انجازات. هتتعبي شوية دلوقتي مش هتحتاجي سبع سنين. تصبري ولا تقعي عشر سنين وحيدة ليه؟ لان انتم اصلا الوقتي مليانين ناس ناجحة. فانت لما هتقرري تبقي جدة هتلاقي ناس كثير جدا - [00:58:10](#) حواليك. زمان الواقع غير الوقتي آآ طيب دي الكلمة الاولانية. حد له تعليق تاني على اول جملة؟ انت ممكن تكون مش المسؤول عن مشاكلك ولكن المسئول عن حلها قولي يا هاجر - [00:58:30](#)

مية مية ما تضيعيش عمرك بقى وتحرقني بنزين نفسيتك في انك انت قاعدة بقى تعاتبني نفسك وتلومي نفسك وتلومي اللي حواليك وتشتكي احرقني البنزين انت البنزين بتاع نفسيتك قليل والله انت عاملة زي عربية فيها عشرة لتر بنزين. وعايضة تسافر آآ بلد تانية. ما عندكيش بنزين تحرقه - [00:58:42](#) العمر قصير والطاقة النفسية قليلة. ما تقعدش بقى تقري في الفاضي. امال اعمل ايه؟ دوري على حلول. ديري محاولات حياتك بحكمة. انا عنيف شوية انا افشحي لما باخد قرار بانفزه بطريقة - [00:59:02](#)

صعبة ايه ومش مرفوض بكده! ده انا باقول لك ان الصح مش اللي انا باعمله! انا انا انا بابقى عنيف شوية في تغييرات حياتي انا باقول لك لأ هات دي لها بشياكة - [00:59:17](#)

عشان علاقة بتاعة المرء على دين ايه؟ خليله خليله يعني ايه؟ يعني صاحبه صح مزبوط غلط غلط ما هو ده اللي وخلاه مش فاهمين عريس. الخليل مش صاحب. الخليل الانتيم. هو يعني ايه خليل - [00:59:28](#)

اللي بتتخلّى لحياتك اللي تقدر تتصل بك الساعة اتنين بالليل تقول لك انا تعبانة. انا محتاجاكي الوقتي نتكلم مع بعض لحد الفجر. دي الخليل في كم واحدة في حياتك؟ ثلاثة اربعة بس اللي يجرؤوه يعملوا كده في حياتك. اللي احنا مسلا رجال ممكن يفوتوا عليها الساعة ثلاثة بالليل. انزل لي دلوقتي انا عايز آآ نلف بالعربية على الطريق السريع - [00:59:48](#)

لان انا مهموم ومتضايق. ده الخليل اللي ممكن يخبط على باب الساعة اتنين بالليل يقول لي انا في مشكلة ومحتاجك. ده الخليل. هو فيه اي حد يقدر يعمل معه كده؟ لا يمكن اللي بيعمل معه كده ايه؟ اقرب ثلاثة اربعة لي في حياتي. دول اللي - [01:00:08](#) بيتكلم عنه في الحديث ده انما ما بيتكلمش على الصحوبات نوعين يا جماعة الصداقة نوعية النوع الاولاني الانتيم اللي هو الخليل. والنوع الثاني اللي هو علاقة هاي اند باي. يعني ايه اند باي؟ ازيك يا - [01:00:21](#)

آآ يا حبيبة عاملة ايه؟ وحشاني والله حبيبتي. اخبار ماما ايه؟ كويسة وانت عاملة ايه؟ وانا الدراسة ايه؟ والدنيا والاخبار وتزاكري كويس. عملت ايه؟ جبت التقدير ايه سنة - [01:00:37](#)

فاتت كويسة اه والله يا حبيبي ده انا نفسي اقف معك يا حبيبتي وباحبك اوي ومش مصدقة والله ان انا شفتك. بس والله يا حبيبي انا انا بس مشغولة الوقتي - [01:00:47](#)

اه وعندي حاجات كتير. اه طب ايه رأيك يا رحمة نتقابل بكرة؟ طب ايه رأيك يا مريم نتقابل والله يا حبيبي ده انا الاسبوع ده بصي كله عندي حاجات ربنا اللي عالم به - [01:00:57](#)

ها بصي يا حبيبتي اما هافضل ان شاء الله وابقى كويسة هابعت لك على طول ان شاء الله بازن الله. انما لازم نتقابل. حبيبتي اوعي يا حبيبة. انت عارفة انا باحبك قد ايه يا حبيبة. سلام عليكم - [01:01:09](#)

ده اسمه ايه اي اند باي هيحاول ناس كتير انها تتقمح حياتك وتدخل فيها. ما تدخليش حد في حياتك. الا بعد تدخل في المنطقة الحرجة. اللي هي منطقة ايه؟ الانتيم - [01:01:19](#)

الى منطقة الخليل. النبي قال لك تدخل مين؟ قال لك المرء على دينه على دينه. دينك دينها لو هي مأنتخة هتبقى مأنتخة. لو هي فاشلة هتبقى فاشلة. لو هي ناجحة هتبقى ناجحة. لو هي عايزة تبقى داعية هتبقى عايزة تبقى داعية - [01:01:35](#)

اية خدي بالك دي اخطر شخصيات في حياتك. يا ترفعك السما يا تهمدك الارض. فلينزر احدكم من شفت النبي قال ايه؟ يعني ايه ينزر النظر هو تقليب البصر مع اعمال الفكر. شغلي دماغك. يعني من الاخر كده افتحي معمل التحاليل اللي في دماغك - [01:01:54](#)

عائشة بلاش هجر عائشة بدأت تقرب منك حلو جدا. العلاقة لحد دلوقتي ايه بدأت عائشة تنجذب اليك. وتقرب منك. افتحي معمل فلينزر. افتحي معمل تحاليل. مش القاضي بيقول بعد النظر في القضية يعني ايه بعد النظر في - [01:02:15](#)

يعني بعد ما نكدت الكلام كلمة كلمة. وفهمت كل حاجة انا هزر الحب ابدأي بقى راقبي عائشة هي شبهة ولا مش شهمة؟ هي الفرقة الايجابية هي انسانة سند. دي تنفع سند في الحياة. هي ينفع يتعاش معها ظريفة لطيفة. بتعرف تعدي الكلام - [01:02:37](#)

ها ولا افشنجية وقماصة وعشمنجيا. عائشة دي ينفع يتعايش معها ولا لأ عائشة دين سعيد سند عليها ولا حبيبة قلبي يا قلبي انت في مشكلة كبيرة ده انا والله العظيم طول الليل امبارح قاعد اعيط - [01:02:56](#)

ماشي وانا عملت مع حياتك هنا مش كان ممكن تقولي لي صليت ركعتين ودعيت لك احسن من انك تعيطي. يعني انا استفدت من العياط. كان ممكن تقولي لي انا اتصلت بفلانة وعملت جروب عشان نقف في - [01:03:13](#)

في ضهرك ونشوف هنعمل لك ايه ما انا يعني سند ولا مش سند؟ اه دي عائشة دي ينفع يتعبد ربنا معها؟ لو قعدت معها هتاخذك ناحية ربنا ولا هتاخذك ناحية تحت تانية - [01:03:26](#)

قيمي بقى افتحى لقيتي عائشة خدت خدت الاعتماد. تعالي يا حبيبتي اتفضلي. ادخلي في منطقة الانتمه بس مش هتدخل حد فيها غير بعد ما افكر واحسب. هو ده هيزقني لقدام ولا هيجيبني لورا ؟ دنيا واخرة. فالنبي - [01:03:38](#)

بيقول لك المرء على دين خليله. انت هتبقى نسخة. نجاح وفشل سعادة وتعاسة من انتيمتك. او التلات اربع انتيمات بتوعك بلاش نزرية البيست فريند دي لانها فاشلة. ما تدوريش على البيست فريند لان نزره فاشلة. وشلل وبتؤدي الى العشم. والنهارده بتزقك لقدام - [01:03:59](#)

تسمعك وتططب عليك بكرة بتبقى اكبر جدار في طريق انك تطلعي لقدام تيجي تنجحي لأ تعالي يا حبيبتي تنجحي وتسبيني بلاش العنف في العلاقات بلاش العنف العاطفي في العلاقات يعني وزعي الطاقة العاطفية الجبارة اللي جواك على اربعة خمسة - [01:04:19](#)

بلاش واحدة ما فيش في حياتي غيرها. ما فيش في حياتي غيري انا لبست فريند وهي لبست فريند انا بصحى من النوم اكلمها. وهي بتصحى من النوم ده خنقة دي مش علاقة - [01:04:38](#)

والله العزيز ده الموت احسن. استغفر الله. ايوة اصل انتم بتبصوا لشهر العسل بتاع العلاقة. انتم ما بصتوش للي بعد كده هتبقى مصيبة هتحاسبك لو جيتي تنطلقي في حياتك ونجاحك. هتحاسبك على كل اللي فات. وهتبقى اكبر عدوة لك. وهتبقى - [01:04:51](#)

اكبر واحدة بنفسنا معك. يا جماعة بلاش العنف العاطفي في العلاقات. طاقة الصداقة الجبارة اللي جواك وزعيها على خمس اشخاص. ما تديهاش كلها ايه الفجر كالبركان في شخص واحد فده بيقول لك بما ان علاقات الخليات دول علاقة خطيرة فليززر - [01:05:10](#)

احدكم من يخالل. فكري وما تدخلش اي حد في حياتك غير بعد ما تعملي معه بتفتحي معمل التحليل. طب بعد ما فتحت معمل التحليل وقررت ان عائشة تدخل في حياتك - [01:05:29](#)

هتفضلي مشغلة مع معمل التحليل بقى طول حياتك ؟ هو انت قلت لي الكلمة دي ليه ؟ لأ عائشة عائشة انا انا ما جاليش نوم امبارح انت كنت قصدك ايه من الكلمة دي - [01:05:39](#)

انا حاسة انك انت كنت بتقولي كلمة في الزاهر بس عايزة تقولي لي حاجة من تحت الكلام آآ عائشة آآ لأ انت انت قلت الكلمة دي لان كان قصدك انك تهينيني قدام الناس. لأ بقى ده بصي اللي تتعامل معك كده شيلها - [01:05:51](#)

اول كوبري آآ مبني على النيل بس يكون في منطقة عميقة جدا. مستحيل حد ينقزها اصلا ولا يفكر انه ينقزها. الا لو مجنون بقى وارميها وهتدخل في السجن او هتاخدي فيها اعدام وانت الكسبانة. لانك خلصتي الحياة منها مش بس اتخلصتي انت منها. حتى لو انت فدائية - [01:06:07](#)

وخلصت الحياة منها على ثلاث حاجات جدا. اوعي تصاحبي واحدة مشغلة معمل تحاليل دماغها معك. ايوة في الاول انا بفتح معمل التحاليل عشان افهم انت تنفعي خدي حياتي ولا لأ ؟ انما بعد كده انا عندي قاعدة في حياتي. اسمها انا باختر صاحبي بعقلي وباعيش معه - [01:06:25](#)

بقلبي باختر صاحبي بعقلي يعني ما بدخلش حد في حياتي في العلاقة كله في ما بخسرش حد كله في حبيبي وقلبي ونور عيني ويا حياتي ويا اللي ما ما مش عارف انام الليل من حبك. بس سامحني والله انا مشغول لمدة مية خمسة وستين يوم. ان شاء الله اول ما اخلص المية خمسة وستين - [01:06:44](#)

تقوم هتلاقيني بتصل بك على طول. ده. انما العلاقات القريبة ابقى باختر صاحبي بعقلي. لأ برکز كويس جدا. واستخير ربنا. وارکز وباعيش معه بقلبي يعني ايه ؟ اول ان ده انسان كويس اول ما تعرفي ان صاحبتك دي انسانة كويسة اقللي معمل التحليل بقى. آآ تيجي واحدة تقول ده قصدها انها كانت تقول لك كذا - [01:07:03](#)

خلاص انا ما بشغلش دماغي مع صاحبتني خلاص ما دام دخلتها حياتي انا عارفة ان مش ملاك. بالتاكيد عندها حاجات حلوة وحاجات وحشة. هي كان قصدها ايه ؟ ما فيش حاجة اسمها قصدها ايه ؟ لا قالتها على لسانها هو قصدها. اوعي - [01:07:22](#)

تتعاملني مع شخصيات قماصة آآ مقدار بابوز. ما لك يا حبيبتي انت ضاربة بوز ليه ؟ اصل آآ تقوم وصلك ومبرقة كده وهي من جواها بتغلي. انت كمان مش عارفة انا زعلانة ليه! يعني انت - [01:07:36](#)

امبارح اجرام دبارح يا مجرمة وعملت موقف وحش مسلا ممكن يكون اصلا انت والله العزيز ما انت فاهمة اصلا في ايه وكم ان جاية بتقولي لي هو انا زعلانة ليه ؟ كمان مش عارفة! لا لا لا لا الاجرام فاق الحد. الشخصيات المجنونة دي ، الشخصيات المعتوهة دي -

01:07:48

دي شخصيات عايزة مستشفى امراض عقلية تدخلها. دي مش شخصيات عايزة تعيش في الحياة هتدمر لك حياتك وهتدمر لك نفسيتك على الفاضي عارفة البطيخة القرع والباه كتير هتقعدي تشيلي اللب اللي هو مشاكلها وفي الاخر يا ريتها بطيخة عدلة -

01:08:09

يا ريت كمان يا واحدة ناجحة ولا ده بصي ابعدي عني السكة دي خالص. ما تصاحبيش واحدة قماصة وما تصاحبيش واحدة عشمنجية. يعني ايه عشمنجية؟ انت ما وقفتيش معها في الموقف الفلاني. آا انا كنت محتاجاكي وما سبتيش حياتك كلها وجيتي لي.

01:08:28 - انا ايه يا بنتي انت اشتريتيني في الشهر العهاري

حببتي بالراحة ما انا عندي زروف وانت عندك زروف. ووقفت في ضهرك. بالمعقول مش بلاش عنف في العلاقات يا جماعة صاحبوا الناس الناضجة نفسيا. صاحبوا الناس العاقلة الراشدة. صاحبوا الناس الناجحة. اصل الفاضية او اللي مش ناجحة هي مشغولة بك.

01:08:46 - هي لو ناجحة مش هتتنشغل بك

انشغال ده كله. صاحبه الناس الناجحة اطلعوا لقدام عشان بكرة يبقى لكم مستقبل. الكلام اللي انا باقوله ده قاسي. مش كده ؟ قاسي جدا ممكن يبقى صعب وقاسي طب البنات اللي انا بحبهم عادي يا حببتي انا مش بقول لك انت هتمسكي قبلة وترميها فيهم -

01:09:05

انا بقول لك انت هترجعهم خطوتين ورا بس هترجعهم لاي اند باي بالراحة خالص. وبالزوق وبالاعتزازات المهزية كل ما بيجوا يقربوا منك ما دام انت شخصتي ان دول ما ينفعوش آا يخالف. ما ينفعوش علاقة الاندما. عايزة تأزي نفسك انت حرة مبسوفة كده

01:09:22 - مكسوفة من صاحبك اللي بتتصل بك كل يوم. تهري معك

ثلاث ساعات في التليفون ومكسوفة انك تفرملي العلاقة اللي مدمرة لك حياتك انت حرة. خليكي فاشلة انت حرة انت اللي هتدفعي

01:09:42 - الفاتورة انت حرة ما تبقيش ضعيفة شخصية في مصلحتك ابدًا

مش في مصلحتك يعني خليكي بت انا ليا لأ مصلحة الدنيا والاخرة. مصلحة الدين والدنيا اما انك تبقي ناجحة ده مصلحتي لانك مسلمة ولانك انت انسانة دينة ولان فمفهوم المصلحة في الاسلام مش مفهوم المصلحة عند البراجماتيين الانانيين. مفهوم -

01:09:56

في الاسلام ان انا عشان كده انا جيت لبعض اصحابي اللي كانوا مضيعين لي عمري زمان وعملت عليهم سورة تصحيح الثانية. في

01:10:15 - سورة تصحيح وانا في تالته طب وفي سورة تصحيح اللي عملتها من عشر سنين

كانت مقصلة تانية بقى فضيت بقى فضيتها بقى ايوه انت كل شوية عايزة تعملي صور تصحيح في ناس بتتقحم حياتك وجايباكي وراه وانت مش عارفة تعيشي هتعملي ايه انت يعني فالكلام اللي انا باقوله زي ما باقول لكم يا بنات آا هو مش قاسي انا مش مش

01:10:25 - باقول لك خليك قاسية

تطبقي ده بحكمة بس آا بلاش آا بسبب اصل مكسوفة اكسفها اصل اذا كان ربنا ربنا بيقول سبحانه وتعالى وان قيل لكم ارجعوا فارجعوا هو ازكى لكم. اذا كان ربنا اللي قال ان العلاقة دي ممكن تبقى موجودة. عادي انت بتتصلي بواحدة قالت لك والله معلش انا

01:10:48 - اسفة

قلت انا مشغولة الوقتي تقومي انت قافلاها. المجرمة ليلة السوق حببتي مش قليلة الزوق عايزة واحدة فاضية لك اربعة وعشرين ساعة. روعي صاحبي واحدة فاشلة. ما فيش واحدة ناجحة فاضل ربع ساعة. ما فيش واحدة عندها تحمل مسؤولية ناحية باباها

01:11:09 - وناحية مامتها وناحية اخواتها

وناحية مستقبلها فاضية اربعة وعشرين ساعة واحد في صاحبي واحدة زي اتفضل اربعة وعشرين ساعة انما انت عايزة واحدة ربنا

عشان كده ربنا بيقول ايه؟ واما تعرض عنهم الله! انت حافظة الخاتمة - 01:11:25

آآ ما شاء الله حافزة الاسراء يعني. او ما شاء الله زكية يعني في انطلاقة الان. واما تعرض عنهم. انا مش فاضي دلوقتي. انا مش فاضي ان فلانة دي تكلمني دلوقتي. ليه - 01:11:43

مش غتاتة يعني مش لان انا شخصية خلسة وتنكة ورخمة لا والله ابتغاء رحمة من ربك ترجوها. ورايا ورد حفز القرآن. ورايا ورد عبادة ورايا طلب علم بازاكر كتاب انا مش فاهمني عشان امتحن وافهم الحياة. باخد دورة ورايا مذاكرة. واما فانا مش فاضي فهي - 01:11:53

جاية عايزاكي وانت مش فاضية فقل لهم ايه؟ قولوا ميسورا خليكى زوجة هو ده بقى اللي انت عايزة تسمعيه. خليك شيك. اعتزري بشياكة. ما تبقيش قفشاك جاية يعني هاتيها ايه بيقول لها ايه كشكشها ما تعرضهاش - 01:12:13
اه اه يعني هتعرف ما تجيبهاش اه اكصدام. يعني ايه؟ يعني بالزوق كده وبالشياكة فهميها هي لو انسانة ناجحة هتفهم كده وهتفهم ان العلاقة مش مفتوحة اربعة وعشرين ساعة آآ طب لو انسانة مش ناجحة ومش فاهمة الكلام ده خلاص انا اعمل ايه! ما انا مش هدفع حياتي تمن! هو العيشة ادنت يا شيخ احمد ولا ايه - 01:12:29

انا كل يوم اصلي اذان العشاء خلاص تمام آآ انا عايزكم تقروا الكلام اللي في ظهر الكتاب احنا كده خلصنا النهاردة. آآ خدي بالك آآ اما ان الدنيا كلها تتغير عشانك - 01:12:51

هو انت زعلانة من كل حاجة. انا عايزة بابا يتغير. بابا يعني شخصيته صعبة. عايزة ماما تتغير. شادة علي اوي. عايزة صاحباتي يتغيروا هم بيعملوا معي كده ليه اما ان انت اللي تتغيري علشانها والدنيا عمرها ما تتغير علشان حد ابدأ. انت حرة. هتقعدي تستني ان الدنيا تتغير وماما تتغير وماما يتغير. واخواتك - 01:13:04

يتغيروا وصاحباتك يتغيروا. ومدرساتك يتغيروا. والمجتمع يتغير. والتفكير يتغير. انت حرة ان شاء الله يوم القيامة العصر. الناس هتتغير. اما هتفهم بقى الحساب يوم القيامة. انما حبيبتي انت اللي لازم تتغيري عشان تنجحي في الدنيا. من الاخر الكتاب ده بيقول لك انت المسؤولة عن نجاحك. انت المسؤولة عن سعادتك. انت المسؤولة - 01:13:24

مستقبلك لو فشلت ما فيش حد هيقدر يعمل لك حاجة وغالبا كل الناس هتبقى مشغولة في مشاكلها زيك. فما فيش حد مهما كان بيجبك هيبقى مشغول بك. آآ اختاري العلاقات حلوة اوي. اختاري الناس الناجحة حلوة - 01:13:44
آآ آآ طوري نفسك حلو اوي. آآ صلحي علاقتك بربنا حلوة اوي. آآ آآ خليك انسانة جادة في الحياة مكتبة ومنزلة عشان بعد عشر سنين تبقي في حنة تانية. الله يوفقكم وينفع بكم ويبارك فيكم ويسدكم. اللهم اللهم يا رب العالمين اللهم اهدنا - 01:13:59

اهدنا وسددنا. اللهم انا نسألك الهدى والسداد. اللهم اللهم اهدنا ورشدنا واعذنا من شر انفسنا. اللهم انك تحب من عبادك الهين اللين السهل القريب. اللهم اجعلنا منهم يا رب العرش الكريم. اللهم اتنا الحكمة واهدي قلوبنا - 01:14:19
اللهم استعملنا ولا تستبدل بنا. اللهم ارزقنا الصدق والاخلاص. اللهم اللهم اهدنا ورشدنا واعذنا من شر انفسنا. يا حي يا قيوم برحمتك نستغيث. اصلح لنا شأننا كله ولا تكلنا الى انفسنا طرفة عين - 01:14:39

اللهم ارزقنا الصحة الصالحة. اللهم ارزقنا صحة الهمة وصحة الصدق. وصحة النجاح. وصحة السعادة. اللهم اشرح لنا صدورنا ويسر لنا امورنا. اللهم اتي نفوسنا تقواها وزكها انت خير من زكاها. انت وليها ومولاها - 01:14:59
اللهم بارك في مستقبل هؤلاء الفتيات يا رب. اللهم بارك في مستقبلهن اللهم اجعلن مباركات اينما كانوا. اللهم وفقهن واسعدهن وارشدن وعلمهن. اللهم ارزقهن النجاح في الدنيا والدين. اللهم اللهم بارك في مستقبلهن يا اكرم الاكرمين. اللهم فرح قلوبهن واسعد صدورهن - 01:15:19

اشرح صدورهن وانر قلوبهن يا رب العرش الكريم بنور الايمان ونور اليقين سبحانه اللهم وبحمدك اشهد ان لا اله الا انت استغفرك واتوب اليك - 01:15:45