

الشخصية القوية | دورة تدريبية | الجزء الرابع | ياسر الحزيمي

ياسر الحزيمي

طيب خلونا نكمل الان نشوف مشكلة ضعف توكيد الذات اللي هي التعبير عن المشاعر على العلاقات الاسرية. على العلاقات عفوا الزوجية. احنا قبل شوي جنبها على الاسرة الاسرة ان ما في علاقات عميقة لان ما في تعبير عن المشاعر. خلونا نشوف عن العلاقات الزوجية بين الزوج - [00:00:00](#)

وزوجته العزاب ممكن يطلعون برا ياخذون لهم كوفي طيب العلاقات الزوجية في علامات تحذيرية تدل على ان الانسان يمشي في الطريق الخاطئ ذكرها جون غراي في كتابه ما تشعر به يمكن علاجه - [00:00:22](#)

ما تشعر به يمكن علاجه. كتاب ممتاز يا جماعة كتاب ممتاز اسمه ما تشعر به يمكن علاجه لواحد اسمه جون صاحب كتاب الزهرة والمريخ ذكر اربعة اربعة محطات اذا انت قاعد تمشي فيها فعلاقتك ليس مع زوجتك فقط. فعلاقتك مع اي شخص - [00:00:40](#)
لاصق لصيق بك عزيز عليك فيها مشكلة فيها مشكلة جون جراي نعم جون غراي واحد الانسان الذي لا يعبر عن مشاعره زين ما اعبر عن مشاعره عنده مشكلة مع مع زوجته بس ما قال لها - [00:01:03](#)

عندي ملاحظات عندها ملاحظات على زوجها بس ما قالت له بداية العلاقة ما قالت له ما تكلمت احد يتكلم فانه يدخل في هذا المستوى مستوى المقاومة بعطيكم مثال بسيط احد احدى الاخوات اتصلت قالت انا عندي زوج - [00:01:25](#)

غاية في اللطف غاية في الكرم غاية في الادب غاية في الاخلاق مشكلة ان بيتوتي ما يطلع من البيت وانا ودي ازور خواتي وصديقاتي وامي وابوي ودي اطلع واستحي اني اطلع منه - [00:01:44](#)

اطلع عنه. واذا طلعت اطلع وقلبي ارجع تغديته عطيته سويت له. نكد علي بسيطة وليلة هنا بطلع واطلع انت او اسمح لي اطلع وانت موجود واحط لك كل شيء في ترامس وخليني اطلع. دون ان اخرج وانا - [00:01:57](#)

قلقة قالت لي ما ؤ اقول له والله ما يقصر علي الرجال طيب ومحترم وعيب اقول له مثل هذا الكلام. اذا النية زينة ولا ميب زينة النية الصالحة وتنتهي في غير صالحه - [00:02:17](#)

هذي مشكلة الان ان النوايا احيانا حلوة بس انه على حساب النتائج فايش سوت؟ قلت وبعدين قالت وبعدين انا صرت اكره جلوسه صرت اكره الجلوس معه ليش لانه اصبح مصدر الم لي - [00:02:32](#)

ملت ملت فقلت لها اختي الكريمة ترى انت بتمرين باربع مراحل في اربع مراحل انت الان تراك في المقاومة مقاومة داخلية لا احد يشعر فيها. ترى بكرة بتشعرين بالاستياء ثم بشرحها كل وحدة الان ثم بتشعرين بشيء اسمه الرفض - [00:02:50](#)

تتهاوشين معه بتصرحين ثم الكبت والكبت يدمر العلاقة تدمر العلاقة. طيب مرت الايام وقالت لي لا يحلها ربي وان شا الله تتيسر مرت الايام اسبوعين اتصلت علي خلاص ما لا يطاق الامر لا يطاق - [00:03:08](#)

قلت لها وش وصلت معي الان صرحتي قالت لا ما صرحت اذا لم تدخل مرحلة هي في مرحلة الان تدري وش كانت تسوي؟ والله العظيم يا جماعة بس اجلكم الله ابي اقول لكم ايش تقول لي بس - [00:03:28](#)

تقول صار اذا طلع للمسجد نطلع من البيت حسيت ايش بالراحة تتوقعوا ايش تسوي جلكم الله تقول اتفل على الباب تكرهينا قالت لا والله ما اكرهه. رجال تقول والله اطييب الرجال ولا اتمنى غيره - [00:03:42](#)

بس تقول ما عاد اقدر طيب تكلمي اذا تحملي تحملي من الناس من يستاء ولا يتكلم ثم يتكلم اذا تألم واذا تألم الانسان بدا يتكلم ويغلط واذا غلط الثاني يواجهه - [00:04:07](#)

ما تحل المشكلة لذلك معظم مشاكل الناس في البيوت هي مشاكل واحدة متكررة لانها في كل مرة تثار لا تغلق ما تحل واحد يقول لي في خاطره ويتهم الثاني انت انت انت انت انت انت انت - [00:04:32](#)

ثم ما يصيرون الحل. بس يفضضون طيب خلونا نشوف الان ايش معنى هذي؟ اول المقاومة يشعر بمقاومة لو تكتبون بجانبها داخليا مقاومة داخلية بمعنى ما عاد يحب. يستغرب ما يصير - [00:04:50](#)

يبدأ يكره شوي من الداخل يبدأ من الداخل يتضايق من الداخل لا يشعر الطرف الاخر باي شيء ولا يشعره بذلك ثم بعد هذه المرحلة ينتقل لمرحلة الاستياء. مرحلة الاستياء من مؤثراتها - [00:05:07](#)

الانسان يصير معصب بدون سبب بدون سبب طيب طيب طيب خلاص طيب خلاص ما قلنا شي ايش فيك خلاص ان شاء الله تبغين بيض اجيب بيض خلاص لا تزودين كلام - [00:05:25](#)

ما قال شي بس هو في شي عنده عنده استياء داخلي. اللي يردون ردود حادة حدود حادة كل من رد غطاها. طيب طيب. طيب طيب طيب. نسمعها كثير في التلفون - [00:05:41](#)

طيب طيب كل واحد مصري وش فيكم يا السعوديين انتم؟ اذا كلمتوا حريمكم الواحد منكم عمل زكر بط خلاص كلمها عادي يعني وش فيها؟ ما فيها شي مرحلة استياء يبدأ الانسان - [00:05:57](#)

كل من رد غطاها متضايق. يعني اي شي يستثيره ينرفزه. باللغة الفصحى انها تدوني برطم واضحة هذي مرة واضحة زين ثم ينتقل من من الاستياء الى مرحلة الرفض مرحلة الرفض يجي يقول يبدأ يتكلم - [00:06:19](#)

يا اخي فكني اطلع من البيت ينفجر احسنت ينفجر ما نبغى يا اخي ملينا هذي المرحلة اذا الثاني قاومها وغالبا انه يقاومها لانها تجي على شكل اتهام واستنتاج ويبدأ يدافع بعدها - [00:06:39](#)

جيب كبت ليش يشعر الانسان انه لا شيء يستحق التعارك تهاوشوا هنا ما طلوعوا بنتيجة وش سوى خلني اسكت اشترى راحتي لذلك يا كرام كثير من البيوت تعيش بسلام وليس بحب - [00:06:59](#)

كثير من البيوت تعيش بسلام ليس بحب بمعنى ما بينهم مشاكل. ماضي امورهم. كثير من الازواج يستجيب لزوجته لانه يريد ان تسكت وليس لانه يحبها بس عشان ما تقعد تصدنا سووا لي - [00:07:21](#)

ما علي منكم خلصي نفس يصل مرحلة الكبت هذا الكبت وش مشكلته يا كرام؟ مشكلته التالي مشكلته التالي ان خزان الحب في داخل قلوبنا لابد ان يملأ يملأ بالمواقف والكلمات الافعال - [00:07:44](#)

والكلمات افعال كلمات لابد ان يملأ يملأ يملأ يملأ حتى يفيض اذا فاض معنى الفيضانة معناها ان الطرف الاخر اللي انت قاعد تعبى بدا يعبر. بدأ بدأ يمتن لك جزاك الله خير شكرا الله لا يخليني. والله ما يعني الحياة بدونك ولا شي - [00:08:05](#)

يبدأ يفضض طيب اذا بديت انا اسوي شي غلط وانت ما قلت لي انه غلط تسويه ولا ما اسويه اسويه لان انا لا اعلم الغيب. انت تكره شيء وانا قاعد اسويه لاني لا اعلم انك تكرهه وانت - [00:08:24](#)

تفصح عن سامارسه سامارس فاصبح انا اكرهك لانك تمارس اشياء لا احبها وانا لم اخبرك انني لا احبها. يا كرام النبي صلى الله عليه وسلم واضح جدا جدا جدا. الف فيه كتاب - [00:08:43](#)

هكذا العظماء اربع مئة صفحة ماذا يحب محمد صلى الله عليه وسلم وماذا يكره؟ وش يحب وش يكره؟ نجاح اي علاقة مبنية ان تتعرف على من امامك ثم تتعامل معه وفقا لهذه المعرفة. ما يحب يمزح - [00:09:02](#)

لا تمزح معه ما هي بتأخر عليه لا تتأخر عليه لا تتأخر عليه ما يحب تأخر الغدا لا تأخر الغدا. ما يحب الشيء بارد لا تجيبه لا تجيبه بارد. ولكن المشكلة عندما لا تعرف ماذا يريد - [00:09:18](#)

وماذا يحب ماذا يكره فانك لن تستطيع ان تتعامل معه بطريقة يسعده من خلاله ويكون بيتك بيئة طاردة وليس بيئة جاذبة ايها الكرام اذا عندك جهاز علشان يشتغل بكامل طاقته - [00:09:35](#)

تحتاج تشغله بالمحاولة والتجربة ولا بكتيب التشغيل كتيب التشغيل لانك احيانا تحرق الجهاز في تعاملنا مع ازواجنا مع زوجاتنا

الزوجة مع زوجها والعكس كثير من الناس لا يعرف كتيب التشغيل فيحسن الاستخدام. وانما يجعل الحياة بالمحاولة والخطأ -

00:09:51

كفيلة بكشف الآخر. هل نحتاج ثلاثين سنة خمسة وعشرين سنة عشان نفهم بعض نحتاج خمسة وعشرين دقيقة نجلس فيها مع بعض ماذا احب ماذا اكره؟ ماذا تحبين؟ ماذا تكرهين ثم بعد ذلك - 00:10:13

نتعامل وفقا في هذه المنطقة ايها الكرام عندما يكون عندك حقل الغام ولا تخبرني فاني سادخل الى الحقل اتبرر انا وانت. اذا عندك شي تكره قل لي اذا عندك شي تحبه - 00:10:31

قل لي عشان امارسه واللي تقراه ابتعد عنه. فش اللي يصير هنا انت ما تكلمت وهي لا تعلم الغيب انتي ما تكلمتي وهو لا يعلم الغيب فسويت الخطأ الاول اصبح الخطأ الاول كالحجارة على الخزان الان - 00:10:46

ثم الخطأ الثاني ثم الخطأ الثالث ثم الرابع ثم الخامس ثم السادس وانا ساكت ساكت من باب الاحترام ساكت من باب التغافل احيانا التغافل السلبي ساكت من باب اني معلش نمشيها ساكت لاني خايف ساكت لاني لا اعرف اؤكد ذاتي ساكت لين الطرف الآخر اقشر ايا كان اني ساكت - 00:11:03

ثم يغيب الحب ويغيب الاشتياق ويحدث الانشقاق الانشقاق الجسدي كل واحد يحب يجلس بلحاله وان جلسوا سوا جلسوا بجوالاتهم منفصلين عن بعض وان اظهروا مشاعر فهو اظهار للمشاعر المؤقتة فقط - 00:11:29

وينعدم الاشتياق بينهما. يعني اذا غاب الثاني الاول لا يشتاق متى ينفجر خزان الحب وتعود المياه لمجاريها ويعود الحب يرفرف مرة اخرى اذا حدثت مشكلة صار بينهم فكل ايش طلع اللي في خاطره - 00:11:47

تزاعلوا في تلك اللحظة ثم اصبحت تلك الليلة رومانسية اه شو اللي صار؟ ليش راحوا مطعم؟ ليش من بكرة ارسلت له الصباح اشتقت لك؟ الله لا يخلينا منك ليش جا من بكرة محترم يسلم كل ما دخل وطلع؟ ليش صار بهذه الطريقة - 00:12:11

لان الحجارة ازيحت لكنها اذا ازيحت من خلال هوشة تراها ازيحت بطريقة بوم فهي فوق الحين بترجع ترى تحرى لها بوب ترجع ثانية. لكن لو ازحمتها بطريقة ناضجة تعالي يا بنت الحلال انا ما احب كذا. ما احب كذا في خاطري كذا في خاطري كذا - 00:12:27 يبقى الود والصفاء باذن الله تعالى الى ان تعكره تجارة اخرى فتحتاج الى مكاشفة ومصارحة. هنا اشكالية في قضية الكبت لما يبدأ الانسان يكبت طيب يعني هل ابدأ ادقق في كل شي - 00:12:48

الجواب لا يا جماعة. طيب الامام احمد يقول تسعة اعشار العافية وين التغافل هذا الكلام صحيح يا جماعة لكن التغافل ليس على اطلاقه ليس على اطلاقه متى يكون التغافل صحي في العلاقات؟ ومتى يكون التغافل سيء جدا؟ اذا انطبق على السلوك ثلاثة مؤشرات - 00:13:05

ثلاثة مؤشرات واحد ما يحدث باستمرار هذا واحد سلوك يحدث باستمرار يوميا تسويه زوجتك يوميا يسويه زوجك يوميا صديقك يفعل معك يوميا ابنك يتصرف بهذه الطريقة. ما يحدث باستمرار ولا تحتل حدوده انت يضايقك. ولا تحتل حدوده - 00:13:25

اثنين ثلاثة ويمكن تغييره هنا تتغافل ولا ما تتغافل سامحني هذا من الحمقى ان يتغافل الانسان يحدث دائما ويمكن تغييره ويضايقك اذا تبغاني اكرهك ساتغافل عن هذه الاشياء. سأكرهك مباشرة. لانك تقدر تغييره ودايم تسويه ويضيق صدري - 00:13:49

متى ينفع التغافل؟ ينفع فيما لا يحدث الا نادرا تغافل عنه لا يمكن تغييره تغافل عنه او لا يضايقك هنا تصفو الحياة هنا تصفو الحياة. اما ان نتغافل ونجعل الشعار التغافل يا كرام سوسة العلاقات - 00:14:11

التغافل سوسة العلاقات والوضوح صمغ العلاقات لذلك جاءني احد الفضلاء وقال لي طيب النبي صلى الله عليه وسلم قال الله عز وجل عرف بعضه واعرض عن بعض النبي صلى الله عليه وسلم يتغافل قلت هذا الدليل عليك لا لك بان الله عز وجل قال عرف بعضه - 00:14:33

واعرض اذا الحياة تصفو من خلال نعم ان ان تصارح في اشياء وان تتغافل عن اشياء تصفو الحياة بهذه الطريقة. اما التغافل الدائم يفسد الحياة. واحد من الزملاء ليس من الزملاء احدهم - 00:14:56

يقول تزوجت عندي مشكلة او انه ما يحب المناطق اخراج صوت في الاكل. ما يحبه ابد. ما يحبه ابد. طبعا هذا مرط اسمه ميزو
فينيا المرط اللي ما يحب اللي - 00:15:14

لا تسوي كذا اللي يمشي يسحب رجله ينزعج القلم الطباشير صوت الاكل اسمه ميوزوفينيا الرجال عنده الميوزوفينيا متطرف ما
يحب صوت الاكل ولانه لطيف ولانه يحب زوجته جدا جدا جدا - 00:15:35

لم يجرح مشاعرها ما قال له تراي ما احب هذا الصوت فسكت سؤال يحدث دائما يحدث دائما يمكن تغييره يمكن تغييره تقدر تنتبه
يعني. يضايقه؟ نعم يضايقه يقول هو يقول عن نفسه - 00:15:54

يقول فقررت اني اتأخر علشان تتغدى واجي انا بعد يقول وكل ما جيت ولا البنية تحتريني ففشلت الخطة الاولى فعمدت الى الخطة
الثانية فقلت له انا بتغدى برا واجي يقول فاروح اتغدى برا - 00:16:09

واجي واذ بها جهزت حلى شغللات حلوة وكلها شيرة يعني شلون كلها شيرة يعني مرة يقول ففشلت الخطة يقول ياسر لا تتخيل
يقول والله يقول سلطة يقول كانها رشاش ما و ما و يقول ما و جت خاصة سلطة يقول هذي ما ادري شسوي - 00:16:32

يقول الحيلة الثالثة قلت لها بصوم اللهم قوي ايمانها صارت تصوم معه وصارت تنتظر على الفطور يقول ما في ما في حل. فصرت
أتأخر في البيت في العمل واتغدى واجي والمتغدي وما ادري ايش. خلاص يعني - 00:16:55

بدت تشك اني متزوج يعني بدأ خراب بيت عشان ان ماطت. عشان اخراج هذا الصوت فجاءت كاتيا انا ما ادري ايش وانا اشك فيك
وانت تتغدى برا ما ادري وبين تروح وبدت تفتش في جواله وبدت صار في موقف دفاع ولا هجوم الان - 00:17:11

الدفاع الان فاضطر ان يصارح اسمعي يا بنت الحلال انا والله اني ما احب هذا الصوت وانت تطلعين صوت في الاكل وانا ما احتمل
هذا الصوت حتى امي وابوي والله ما اقدر اتحمل منهم هالشي - 00:17:29

ففي لحظة الصراحة تلك كانت اشبه بطعنة في ظهرها المسكين كان لا يريد جرحها فماذا عنها لان الانسان هنا يشعر بانه ثقيل لانه
مخدوع بانه ليش ساكت كل هالفترة يحس بغبائه يحس بسذاجته يحس بكل شي - 00:17:46

بينما لو كان قال لها من البداية قال لها ان في واحد من الناس جنبي زميلي في العمل وكذا وانا ما احب المناطق وما ادري ايش حاول
ان يفصح لكان خيرا له. يا كرام القاعدة في - 00:18:09

في الافصاح ان يكون للاصلاح اي مشاعر تفصح عنها تصلح شيء لا تسكت ابد. اي مشاعر ليس لها قيمة ليس بالضرورة ان اتقولها
النبي صلى الله عليه وسلم استأذن - 00:18:26

ذلك الرجل عليه فقال من؟ قالوا فلان قال بنس اخو العشيرة فلما دخل هش في وجهه وبش التعامل بشكل راقى معه قالت عائشة يا
رسول الله قلت فيه ما قلت - 00:18:48

يعني هذي مشاعرك تجاهه وهذا سلوكك تجاهه فرأيت منك ما رأيت يعني انت هشينته في وجهه فقال يا عائشة وهل عهدتني ها
فحاشا في القول طيب علق ابن حجر على هذا الحديث بعضهم يقول وش ذا التناقض - 00:19:06

النبي صلى الله عليه وسلم يشعر تجاهه انه مو بكويس. طيب ليش يتعامل معه بالطريقة قال ابن حجر اما قوله فيه فهو حق اذا قال
النبي صلى الله عليه وسلم بنس فهو - 00:19:24

هو بنس. اما قوله فيه فهو حق واما فعله معه فهو حسن خلق لا يعني ما احبك اني اضرك لا يعني ما احبك اني ما اعطيك قدرك لا
يعني ذلك ابد. لذلك لما جاء ذلك الرجل الذي قتل في معركة معارك الردة قتل زيد ابن الخطاب - 00:19:37

لما رأى عمر فقال له اني ابغضك كما تبغض ارض الدم. ما اقبلك يعني ما اقبلك وقال له بعد ان اسلم قال له او يسلب مني ذلك حقا يا
امير المؤمنين؟ يعني مشاعرك تجاهي تؤثر في تعاملك معي؟ قال لا لا ما له دخل - 00:19:58

قال اذا لا يأس على الحب الا النساء ما يهمني تحبني ما تحبني اشتغل معي صح عاملني بالحق وبالتالي ابداء المشاعر لا يعني ايضا
ان يرتبط بالمشاعر سلوك لا انك تتعامل بالحق مع الآخرين اما مشاعرك تجاههم فانت حر فيها. خلونا نشوف اثر الكتمان وعدم

التعبير عن المشاعر وش اللي - 00:20:21

ما تحبوش اللي ما تكره او اللي تكره اذا ما قلت له للناس ينقسم الناس الى ثلاثة اقسام ثلاثة اقسام هذا كله في جميع العلاقات ابى اعطيكم اياه على في العمل مثلا - [00:20:45](#)

في العمل ينقسمون الى ثلاثة ادوار. موقف وضحية ومعتدين طيب بس لاحظوا الان ايش الفكرة مهم هذا الكلام اللي يؤكد ذاته اللي يؤكد ذاته اللي يقول مشاعره اللي يقول مشاعره - [00:20:57](#)

ليس في حاجة ان يدخل في هذه المسرحية هذي قاعدة يا جماعة. ما سأقوله الان هو نتيجة عندما لا تؤكد ذاتك والخروج من هذه العجلة التي تطحنك ومن خلال ان تؤكد ذاتك. وراح اعطيكم اياها بالامثلة. واحد - [00:21:19](#)

في العمل انسان لا يؤكد ذاته. في العمل انسان لا يؤكد ذاته يعني يعطونه شغل غيره ولا يقدر ياخذ اجازات ولا يسوي شي ولا يفعل شي فهو يمارس دور ليست ضحية الان هو الموقف ابشروا ازله ابو فلان عندي هات تأخر فلان هات هات هات هات هات فيفعل واجباته وزيادة ولا يطالب - [00:21:38](#)

باي حق ما يطالب باي حق. يروحون دورات وما يروح دورات ياخذون اجازات وما ياخذ اجازة ياخذ اذا هو معلم ياخذ السوابح كلها. حصص الانتظار عنده ودائما هو المشرف ولانه من اهل المجمعمة وما عنده توكيد ذات. يجون عاد معليش سامحني يا شيخ -

[00:22:00](#)

ابو سند يجون اهل الزلف يلعبون عليه الحين بنروح الزلفي تكفى ممكن تقعد انتظار ويقعد انتظار مسكين ثم يجون اهل الجوف يقولون بعد انا والله انا اليوم الخميس ابى اروح الجوف ويقعد مسيكين انتظار - [00:22:19](#)

يوم الخميس ثمن يجيه الثاني والثالث فينتظر كل ايام الاسبوع هو الذي يشرف على خروج الطلاب. ليش؟ مب لانه من هالمجمعمة لا بانه جبان حسن خلق. جبان لو حسن خلق شعر اتجاهه بالفخر - [00:22:29](#)

لكن اذا كان ضايق صدره ويتمم وش اسوي؟ اخرجوني وش اسوي؟ اخرجوني فيشعر تجاهه بالنخر هذي تنخره تقضي عليه يا جماعة اذا لم تؤكد اذا سكنت النفس تكلم الجسد وكلام الجسد بالامراض - [00:22:50](#)

يمرض الانسان اللي ما يؤكد ذاته يمرض يمرض ستة امراض جسدانية يسببها ظعف توكيد الذات ستة يسببها ضعف توكيد الذات اذا ما تفضض ما تفضض. فاول شي بيدأ في دور المنقذ ازهلوها وابشروا ازهلوها وابشر - [00:23:07](#)

ولانه لا يطلب ولان الحقوق تبي حلق ولولا لساني ما ادري عن مكاني ما حد بيدري عنك ولانه لا يطلب فهو لم يعطى ولان لم يعطى تحول الى دور الضحية صار يقول حسبي الله ونعم الوكيل - [00:23:28](#)

انا كلش على راسي. انا ما يعطوني. انا ما يسوون لي فيقولون له رح قل للمدير وش يقول لا لو المدير فاهم ولما يعرف قديش انا ضحيت روح قل له ما يقول. رح تكلم ما يتكلم فيعيش دور الضحية - [00:23:46](#)

دائما يتكلم عن انجازاته وانه اش سوى وانه فعل وانه اش سوى وانه يبدي يتذمر يتذمر يتذمر يتذمر كم يجلس؟ الله اعلم يوم يومين سنة احيانا يجلس دور الضحية سنوات - [00:24:07](#)

ضحية ضحية ضحية ضحية الى ان يأتي اليوم اللي خلاص. ما عاد يحتمل فينتقل الى دور المعتدي بعضهم يستقيل بعضهم يستقيل انا عندي زميل استقال مرتين مرتين تدرن ليش؟ لان اطيب واحد في في العمل. طيب اجودهم. روعة والله يا جماعة لو لو يفسخ ثوبه يعطيك اياه ما قال لا - [00:24:19](#)

يا حبيب قلت له يا ابن الحلال خل عندك حدود لا لا لا ما انا كذا هذي استانس كذا. ثم بيدأ يونون قولون وقرحة وروماتيزم ربو الام في الظهر كهرا في الراس كلها ضعف توكيت ذات. ما يتكلم ضحية ضحية ضحية ثم ينفجر البيبيسي. رج رج رجل ضب ثمن

ينفجر - [00:24:45](#)

واحد منهم من الناس الشركة قلت له يا فلان ترى لازم هاللي تقوله لي جاي يستشيرني انا كلش على راسي وانا ماسك ادارتين وانا قلت لحظة لحظة قلت المدير قال انا ما قلت له - [00:25:09](#)

وشوف قلت له ما يشوف ما يعلم الغيب هو تكلم يحسب انك مبسوط الحين. الحين لو تروح لمديره قال ايه معطينا يعني هو يمن

بهاالحين رح قل له قل له لو تعبان. قال لا لا لا - 00:25:23

لو يحس لو يحس الفرق بين المدير والقائد القائد يشعر بالناس والمدير لا يشعر بالناس عطاني محاضرة في الادارة. قلت له خير ان شا الله وراح صار معتدي والله يا جماعة قدم استقالة ثلاثعشر صفحة اثنتعشر صفحة - 00:25:35

عن الظلم جابها من فتاوى من فتاوى الا ابن تيمية عن الظلم ظلم ظلم وانك ظالم وانك ظالم وحسبي الله عليك ظالم ظالم. واخر رقم ثلثعشر انه يستقيل طيب ليش اصل الى هذه المرحلة؟ طيب يوم جت الاستقالة مدير ايش سوى - 00:25:50

ياسر حبيب ناصر طيب. تفاجأ ولا ما تفاجأ تفاجأ يوم تفاجأ ايش سوى دق على ياسر وجا جاه الرجال قال له وش فيك سلامات لا بس مو معقول كله يروح دورات وكل ذا وكلش عراسي ابشر. كم تبي موظف معك - 00:26:07

ابغى واحد ابشر خذ مختبر من تبغى؟ محمد خلاص محمد ان شاء الله معك محمد وش غيره؟ خذ وهذي دورة رح انت والمداوم روحوا لمكة جدة في ذا ورح انت والمداوم الله - 00:26:26

صحيح صحيح راح وجاب له موظف وراح جدة ورجع مشكلتهم يرجعون ما يتوبون يرجع منقذ بلس متطرف متطرف شيء غير طبيعي. والله يا جماعة انا مرة من المرات انا انا عندي مشكلة ان الحلقة الاضعف كانت عندي توكيد الذات. حبيبي اخذ كلش على راسي. يجيني يوم انام في الدوام. انام في الدوام. خباطه يا جماعة ترى مو بصحيح - 00:26:36

غلط غلط طيب وبعدين كنت في في ذلك المكان انا المسؤول عن الابتعاث والتدريب كلهم يروحون دورات وانا ما اقدر ارشح نفسي فكل يروح وانا قاعد وانا قاعد وانا قاعد واللي يروحون من يشيل شغلهم - 00:27:04

شغلهم فكان ضغط ضخم جدا حتى انا ضحية بعدين معندي وشو المعتدي؟ قدمت استقالتني انا اكلكم بحياتي. قدمت استقالتني. فما ابغى اصير لما جت الاستقالة بالايمل للمدير المدير بيني وبين بيتي وبين بيت المدير تقريبا مئتين وخمسين كيلو - 00:27:25

كان هذا الكلام يوم خميس. عشان انا قدمته اشوف جبان عشان ما يجي من بكرة كلمني عنها فقدمتها يوم الخميس بيني وبين بيتي مئتين وخمسين كيلو تفاجأت انه مصلي معي في المسجد جا من ديرته - 00:27:48

معني في المسجد وقبل رأسي وقال لي ابداء اللي تبي نرضيك طيب وش سويت انا والله يا جماعة كانت يوم الخميس. يا رب يجي يوم الاحد. ابغى يوم الاحد يجي. ابغى اداوم. ابغى احرق نفسي زيادة. ابغى اصير ايش - 00:28:02

موقف زيادة مسكين مسكين غلط يا جماعة اذا دخلت في هذي المنطقة ستطحن نفسك القاعدة تقول اي منقذ اي منقذ في العمل ضحية في البيت او جلاذ او معتدي طبيعي جدا لما تجي انت للبيت - 00:28:20

ويجي موقف انت في العمل كلش عراسك طبيعي جدا اول ما تدخل تقعد تهوش زعلان كلش يضيق صدرك او تمارس دور الضحية عاد شلون تعرف دور الضحية اللي زوجها يجي يدخل العمل يونون. خذي خذي شماغي شماغي والله ما ذقت شي الصبح. قاعد المعاملات - 00:28:40

اجتماعات مدري تراه يمارس دور الضحية زوجتك ما لها علاقة واحد العلاقة دور الضحية يا جبان تكلم ليش ليش كلش تشيل عراسك؟ تكلم ما هو لك وما هو عليك يجب ان تضع الحدود - 00:29:06

في الاسرة في الاسرة بعطيكم مواقف من الاسرة في هذه تأتي المرأة امرأة الى الرجل اول شيء خلني اعطيكم الرجال بعدين نعطي الحزمة. الرجال سياق هذي قصة حقيقية ذكرتها في اكثر من مكان - 00:29:22

الرجال ما يحب المكرونة ولكنه ما عمره صرح انه ما يحب المكرونة وجاء مرة من المرات جوعان شوفوا لاحظ لما لا تؤكد ذاتك بتدخل هنا. تراك بتدخل جوة تؤكد مات؟ اذا اكد ذاتك معناه - 00:29:39

شقت تذكره هذي المسرحية ما تدخلها لكن هو ما اكد ذاته ولم يقل لهم يوما اني اكره المكرونة جا من البيت جوعان الى البيت فوجد مكرونة الان ما عاد يقدر يسوي شي بياكله من ماكل - 00:29:57

بياكل خلاص بياكل اي دور المنقذ الان وعلى المكرونة معتدي زين لا بس هو بالنسبة له انقذ ايش الموقف موقف انقذ الموقف وجلس

ياكل جلست ياكل ما هو مرة من الداخل ما يبي هالمكرونه ما يبيها خاصة يوم ان عصرت اللومية فيها وصارت حامضة خلاص ما يبيها ما يبيها - 00:30:16

وما يبيها ابدأ بعدها بنيتها مدري ايش سوت يعميك خير ان شا الله حسبي الله عليك اي دور الان هو اي دور معندي وبنيتها ضحية قامت الام وش فيك عليها حرام عليك حسبي الله عليك الام صارت منقذ منقذ هو اصبح - 00:30:40

التفت عليها وانتي ما خربوهم الا انتي وخرابك وخرابيطك ومدري ايش الام صارت الضحية قامت البنت حرام عليك تسوي كذا مع ابوي وامي صارت البنت منقذة فالتفت على البنت قال لها شفيك انت قالت اصلا احنا ما نحبك احنا ما نكرهك يا ربك - 00:31:02

في الجنة يتغير ابوي صارت هي معندي معتدلة صارت تصرخ عليه وصار هو ضحية وراحت البنية وقامت وجت الام قالت يا اخي حسبي الله عليك خربت علينا ذا الغدوة وراحت الام بلباس المنقذ راح تنقذ البنت وجلس هو - 00:31:18

ومكرونته. وما غير شي. صحيح والله ما تغير شي وجلس كذا يناظر في المكرونة يوم قام وراح لهم يراضيههم بلباس الموقف ليه اللفة ذي كلها؟ ادخل مكرونة اسمعي يا بنت الحلال انا ما احب مكرونة. اصلا مفترض انه يكون هالشي لاني قايل لهم قبل. ما احب المكرونة يا انكم تتصرفون - 00:31:35

مرة ثانية لا حطوا لي مكرونة اللي في خاطرك طلعه اللي في خاطرك طلعه. احيانا الحريم يسوون نفس الفكرة. تجي كرشتن امامها المديرة في المدرسة ومعطيتها اربعة وعشرين حصة. زميلاتها في نفس التخصص اتعنش ومعطتها مصلى - 00:32:00

وشابة منقهرة بس انها ساكتة ان شا الله ابشري يا ام فلان ان شا الله ابشري طيب ان شا الله جت لزوجها زوجها يشتغل على اللابتوب. يشتغل على الحاسوب مشغول - 00:32:17

ايش تبغى منه تبغى تقول له تفضل لا عندي مشكلة في العمل وتستشير المفترض لو كان عنده توكيد لذاتها قالت ابو فلان ابغى اخذ من وقتك شوي لو سمحت عشر دقائق هذا توكيد - 00:32:29

لا هي ما سوت كذا تدرون وش سوت؟ جت كذا عنده ويشغل تبغى شاهي لا لا تبغى شاهي اي دور منقذ منقذ لا منقذ منقذ. يعني انا اتحمل معلش تبغى شاهي؟ لا لا بس شكرا - 00:32:46

اه عصير طيب؟ لا والله عصير ما ابغى شيء والله ما ابغى شيء التماسيح في هذي الامور مقززين تلميحات ذي ما في امل ابو شاهي طيب عصير ما مشت المنقذ ما مشى ايش تسوي - 00:33:02

الدور الثاني استغفر الله لا حول ولا قوة الا بالله اللهم صلي على الف من ذكره ولا يهمه عادي عادي ما مشى الذكر ما مشى زين؟ تبدا تقول له هي هي تبدا تقول له والله انا امس والله - 00:33:17

ما ذقت شيء في المدرسة والله حتى انا راسي يعورني انا والله راسي ورقبتي تقول له انا بعد رجلي قال رجولي ما هي بتحدي. هو قلبها تحدي. يعني وش تبغى انا اقوى منها؟ فدور الضحية - 00:33:34

ما مشى راحت وجلدت في البززان طبعا احنا احيانا الحريم اتكلم اللي ما عنده توكيد ذات تؤكد ذاته من خلال المواعين ترزع في ذا المواعين. وصفق في ذا البيبان علشان هو سعادته - 00:33:48

ينتبه بس ما انتبه في حركة بعد تسوونها حركة سامحوني هذي ما تسمعون بهالمشية هذي؟ العسكرية هذي مع التنورة اذا مشت الحرمة ترى عندها مشكلة في توكيد ذاتها ودها تتكلم وقفها قل تعال يا - 00:34:10

اجلسي وش عندك؟ لا بس هي لا وتطقق في ذا العيال وبرضو ابو الشباب ما عندش شي فقررت كل ما رمت له طعم ما صاده قالت طيب انا اجيب لك طعم معندي حراق - 00:34:27

حراق جات قالت له طيب شاهي ما تبغى عصير ما تبغى وراسك يوجعك مثل راسي ما مشت الامور قالت له طيب ترى اللبة خربانة حقت الدرج اها ان شاء الله بدت تخرب الاخلاق. طيب - 00:34:44

ولي اللي خربان ونبغى نفسل مشيات بكرة طيب خلاص خله قولي للسواق ولا اقول لي محمد يجيب لكم ان شا الله طيب ما مشت بدت بدا التصعيد الان ترى الخميس هذا ما هي براحة لهنك - 00:34:57

ايش فيك انتي واهلي الحين حسبي الله على ابليسك ابلشتينا لا بنروح ما حد رايعين لا بنروح ما حد رايعين تراهم يسوونك

ويسوون مدري وشو بديهوش عليها ايش قالت له هي - [00:35:09](#)

هذا وش اسوي القاها منك ولا من المديرة كلش على راسي يا سلام كل هالفيلم علشان تقولين له ان عندي مشكلة في المدرسة هذي من الاشكالات احيانا احنا نسويها بطريقة فيها نوايا صافية وصالحة ورومانسية - [00:35:22](#)

بوديها السوق ربع معدني الساعة ثمان الساعة ثمان. بس انا ما علمتها ان ربعي موعديني الساعة ثمان وهي قالت لي ودني السوق

الساعة ست رحنا للسوق وتمشيننا ولاني انا مستعجل - [00:35:42](#)

وهي تظن اني ما عندي شي. فهي مروقة وانا وانا احترق انا احترق. قاعدة تتمشى وتناظر السوق بالنسبة للرجل انجاز مهمة انجاز

مهمة وبالنسبة للمرأة جولة سياحية جولة تتمشى مو بلازم تشتري. لذلك تكفون يا اخوات نصيحة - [00:35:59](#)

اذا طلعتوا مع السوق من السوق اذا رحتي اصلا السوق خذي معك اجمال الصلاة حقك واذا جيتي تطلعين اشتري جيبتي كيس وحتي

فيه الجاللس شارية شي. لان الرجال ينقهر مرة - [00:36:22](#)

اذا ود الحرمة للسوق وطلعت ما شرت شيء. ليش؟ لانه لم تنجز المهمة ومعناها فيه راحة ثانية فتكفين اختي الكريمة حطي مواعين

قديمة حطي اجمالك كنك شاريتن شيء لا تطلعين بدون شيء - [00:36:35](#)

الرجال راح السوق الحرمة مبسوبة والرجال يمتحن. موعد الربع الساعة ثمان قال لها خلاص سبع خلاص ننتهي من السوق هات سبع

خلاص خلصوا الساعة سبع ولانها تظن ان ما عنده شيء وهو لم يتكلم - [00:36:52](#)

قالت له اها اليوم انا عازمتك عشوة حبها قلبك. حسبي الله ونعم الوكيل قال لها طيب بسرعة ناخذ شاورما عشان سريع ورا ربعة ما

قال لها عندي ربعي ما قال لها ضعف توكيد ذات - [00:37:05](#)

وراحوا المطعم مشاوي يعني اقل شي ساعة على ما يجي الطلب وبدا المنيو جابوا القائمة الطعمة وبدت تطلع الجوال وتصور لحياتها

وتصور صديقاتها والرجال القروب حق الشباب في الاستراحة شغالين عليه يرسلون له صور خروف. وينك يا خروف؟ وينك يا مدري

ايش وهو يقول لهم ان شاء الله جاي - [00:37:21](#)

تقهوى واجيكم وانا اتكلم وانا اتكلم. البنية مبسوبة مبسوبة انفجر الرجل كان هو في دور الموقف فانفجر قال اطلبي. خلصينا ما

صارت ما جينا نصور شفيك خلاص ما يصير. ابروح عندي مشغول انا. طيب قلها من اول ما قالها هو. مشغول انا ويلا خلنا نخلص -

[00:37:44](#)

ايش سوت؟ وتغطت وقالت وياها وتشاهك اه رجع دور الموقف محمد صديق جيب جيب منيو اطلبي يا بنت الحلال. يا بنت الحلال

اطلبي. زين وتقعده تشاهد. يقوم هو ويرسل لربعة تراي بتأخر تعشوا. استسلم يعني خسر - [00:38:09](#)

خسر ربعة تعشوا. ثم يجي يقول لها يا بنت الحلال اطلبي خربتها علينا متى طاقنا يجي يقول صديق جيب هذا جيب هذا جيب هذا

ويفرش له السفرة. يا بنت الحلال كلي عشانني كلي ما ابغى شي حسبي الله عليك. طيب. ثم تعال - [00:38:32](#)

عطنا برا دفع اربع مئة ريال عشان يعطي هالعشا لحد برا ياكله لا اللي راح مع ربعة ولا اللي يتعشى مع حريمته حرمة احسن يا جبان

كان بامكانك والكلام ليس موجه لكم. كان بامكانك انك - [00:38:51](#)

من البداية تقول ترى انا مشغول ماذا يسمى هذا؟ يسمى في التوكيد التفاوض يعني مو لازم انا اكسب وانت تربح وانت

تخسر ولا انا اخسر وانت تربح؟ تعال نتفاوض - [00:39:12](#)

انا عندي الشباب الساعة ثمان. طيب انا عازمتك اليوم على العشاء ناوي اعزمك على العشاء. لا والله اليوم بوديك السوق ثم بروح

لربعي. وبكرة او بعد بكرة نروح نتعشى خلصنا. ما في شي. لازم الفيلم هذا وادفع اربع مئة ريال ولا احد ياكل الاكل. هذا كله كله -

[00:39:26](#)

يمكن تجاوزه بعد توفيق الله عز وجل من خلال توكيد ذاتك انصحك اخي الكريم اختي الكريمة بان تعلن كتيب التشغيل الخاص بك

الخاصين بك ماذا تحب؟ وماذا تكره قائمة احب ولا احب اجلس مع زوجتك. او من الناس المقربين معك. اجلس حتى لو انت وياها

عشرين سنة مع بعض - 00:39:43

ماذا يجب ان تفعل معي؟ وماذا يستحسن؟ وماذا لا ينبغي؟ ماذا تحب وماذا تكره والله يا جماعة يا كثر اللي جربوها وتواصلوا معي لانهم ان ازدادت حياتهم انسجاما. ما قلت انحل المشاكل بس على الاقل - 00:40:10

نعيش مرتاحين اعيش مع شخص يعرف ماذا احب وماذا اكره. ترسم الحدود ويفعل منها ما يستطيع. يعني في طلباته ما اقدر اسويها. لكن يرسم معها او من خلالها ما يمكن - 00:40:31

من يفعل ويجعل الحياة اكثر انسجاما باذن الله تعالى ختاماً قبل ان نتوقف الوقفة الاولى او الوقفة عفوا الثانية الى اي مدى الانسان يطالب بحقوقه والى اي مدى يسكت الانسان؟ وهل دائما يعبر ويؤكد ذاته او لا؟ هناك شيء اسمه قاعدة الحقوق - 00:40:45

والحدود قاعدة الحقوق والحدود نلخصها في موقف ابن الزبير رضي الله عنه مع عمر رضي الله عنه جاء عمر عمر الذي تفر منه الشياطين فلما كان يتجول في ازقة المدينة - 00:41:11

رآه الصبية اطفال فهربوا وحق لهم ذلك. عمر مو باي واحد الا ابن الزبير عبدالله ابن الزبير مهرب ما هرب واقف تعجب عمر وقال له يا هذا لم لم تفعل كما فعل اصحابك - 00:41:34

ليش انت ما انحشت يعني فقال يا امير المؤمنين لم تكن الطريق ضيقة ساوسع لك ولم افعل شيء فهابك ليش انحاش لما انت تربيك اخت الطاهرة عائشة وتترى عند حواري النبي صلى الله عليه وسلم يخرج - 00:41:53

ابن يعرف حقوقه وحدود غيره انا ما سويت شي عشان اخاف منك والطريق ليست ضيقة عشان انت اوسع لك معرفة الحقوق والحدود من حقت تزعل بس مو من حقت تسخر مني. من حقت تلومني ليس من حقت انك ترفع صوتك علي. من حقي وانا واقف في السرى - 00:42:21

انك تكون خلفي ليس من حقت انك تتجاوزني ابدأ يا جماعة لن اسمح تقول لي شي بسيط هذا البسيط في السلوك ينخر في تقديرك لذاتك ينخف التوكيد ينخف في شخصيتك. وبالتالي اعرف ما هي حقوقك وحدود الآخرين وتعامل معهم وفقا لهذه الحدود - 00:42:46

والحقوق. طيب خلونا نشوف الان قاعدة اخرى في نفس السياق قاعدة اخرى في تنبيه بسيط على هذه القاعدة تنبيه بسيط انعدام الحدود هذا ضعف متفقين عليه. ولكن ايضا يا كرام كثرة الحدود - 00:43:06

ضعف كلش لا لا لا ولا احد يقول لي شيء ولا احد يلمني ولا احد يزعل من كل شي لذلك دكتور الدبرداش مصطفى الدبرداش رحمة الله عليه ذكر في دراسة على شبك دجاج - 00:43:24

على شبك دجاج ذكرت دراسة التالية قال انهم لما سووا دراسة عن سلوك الدجاج اكتشفوا ان الدجاج يصنف الى اربعة اصناف في دجاجة نوعها الف ودجاجة نوعها باء ودجاجة نوعها جيم ودجاجة من النوع دال - 00:43:41

طبيب ايش الفروقات ان الدجاجة الف قوية مرة وشرسة. تنقر باء وتنقر جيم وتنقر دان ولا احد ينقرها قشرة وان الدجاجة باء لكنها تنقر من من الف تنقرها وان الدجاجة جيم ما تنقر الا دال وتنقر من اللي فوق - 00:44:03

وان دال تنقر ولا تنقر كل يؤذيها ايها الكرام في معظم البيوتات وبيئات العمل يوجد واحد الف واحد دال هذا اللي يقطعون عليه ويسخرون منه ويضحكون عليه بل بل للاسف بعض المعلمين له في كل فصل - 00:44:33

في مسخرة ضحك عليه ينبسط لذلك بعض العلاقات ما تقوم الا لعيون بعضهم يقول ايش رأيكم نطلع للنفوذ ونكلم فلان فلان هذا من اي نوع من دال يضحكون عليه ويقطعون عليه - 00:45:03

طبيب اذا انت الف لا تفرح ابد لا تفرح هذا ضعف في توكيد ذاتك ضعف لانه العدوان ضعف العدوان ضعف ودال ضعف الف قال عنه النبي صلى الله عليه وسلم ان شر الناس يوم القيامة - 00:45:26

من اتقاه الناس لشره اللي يخافون فلان لا يزعل فلان لا يقول ما احد يقول الشي ما احد يناقشه ما احد يكلمه. هذا قال عنه النبي صلى الله عليه وسلم شر الناس يوم القيامة - 00:45:46

إذا انت الف لا تفرح. إذا انت دال لا تفرح في المؤمن ليس ضعيف والمؤمن القوي احب الى الله من المؤمن الضعيف في كل خير طيب
إذا ما هو الحدود اصير الف ولا باء؟ اصير الف ولا دال؟ لا - [00:45:57](#)

الاصل انك تنقر وتقبل ان تنقر تقبل ام تنقر وتنقر عند الحاجة المؤمن الذي يخالط الناس ويصبر على اذاهم خير ممن لا يخالط
الناس ولا يصبر على اذاهم. يا كرام - [00:46:14](#)

الف هذا اهم من يحضر دورات تقوية الشخصية هذا النوع دال من اهمهم تدرون ليش؟ لان هذا هذا يروح في الاجتماعات في
العلاقات في الاستراحات او في الجمعيات او في اي مكان - [00:46:35](#)

ويبدون يخجون ينخجون ويقبل ويقبل ويقبل يطققون عليه ويقبل ويقبل يزعل ويرضى وحقوق وحالته حالة
وبعدين يتعب يتعب بعدين يروح ينزل ويتشافى ثم يروح ثاني مرة ترى ثم وينك يا فلان؟ الله يقلع ابليس طاق طاق طاق
طاق طاق طاق حتى يتعب. ثم يرجع مرة ثانية الين يشفى - [00:46:53](#)

ويجي مرة ثانية. لذلك اللي يعرف منكم دال تجدونه يجي وقت ينسحب قفل جواله ولا عاد يرد ولا عاد يجي للاجتماعات ولا وش
فيه يمكن زعلان ويمكن تعبان مرهق مرهق - [00:47:23](#)

فيرجع مرة ثانية وثالثة ورابعة. لذلك افضل شيء فيه دال كيف ترد السخرية راح ناخذ كيف انت ترد السخرية كيف ترد السخرية في
استراتيجية اسمها تصعيد التوكيد لما يكون عندك توكيد انت كيف تصعده. اخيرا يا كرام اسف قلتها مرتين. قاعدة الغمد والسيف هذا
ما اريد ان اؤكد عليه - [00:47:38](#)

الله يقول عز وجل اذلة على المؤمنين اعزة على الكافرين اذلة على المؤمنين اعزة على الكافرين. هل يمكن ان يكون الانسان ذليلا
وعزيزا في الوقت نفسه؟ الجواب نعم اذا كان مختارا - [00:48:02](#)

انا مختار اصير دليل ولا عزيز. ايضا في قول الله عز وجل اذلة ليس من الذلة والضعفة وانما كما قال ابن القيم اي اذلة من الذلول ناقة
الكبيرة اللي يقودها طفل بخطامها. هينة لينة. اذا قيدت انقادت واذا سيقنت انساقنت لكن اذا رفظت - [00:48:18](#)

يا شيخ لو يجون عشرة ما حركوها. المؤمن بهذه الطريقة قوي برغبته يوافق بقناعته يرفض اذا احتاج ان يرفض عزيز على من
يستحق وذليل لمن يستحق لذلك قاعدة السيف والغم اقصد بها التالي - [00:48:42](#)

ان يكون لديك في توكيدك لذاتك سيف وغمت فتشهر السيف امام من يستحق فيما يستحق ليس في كل شيء وتغمده امام من
يستحق من له فضل عليك والدك ووالدتك وفيما لا يستحق - [00:49:01](#)

معك سيف المشكلة وين؟ ان بعض الناس دايم مع السيف مع كل الناس هذا عدوان او مسكين دائما معه غمد فيكون ضحية يضرب
ولا يضرب الشخصية المتزنة ذليلة لمن تريد عزيزة على من لا تريد - [00:49:20](#)

عزيزة على من لا تريد. لذلك اذا امتلكت اذا امتلكت هذه الصفة انك تستطيع انك تكون معك سيف كان ذلك اقوى لعلاقاتك. يا كرام
معظم معاناة الناس من الناس معظم معاناة الناس من الناس. سعداء - [00:49:43](#)

لو تسألهم اكثر مشاكل الناس وش هي قال لك والله ما في احد يتصل اللي عنده مشكلة مع طرف اخر مع طرف اخر. طيب ايش
علاقة الشخصية القوية بمركز اسري؟ واسرة ببساطة هناك ما يسمى بعلم النفس. هناك ما يسمى بعلم الاجتماع - [00:50:02](#)

علم نفس علم اجتماع علم النفس يتحدث عن النفس علم الاجتماع يتحدث عن الافراد داخل مجموعة داخل مجتمع طيب هل
في علم يجمعهم نعم هو علم علم نفس الاجتماع - [00:50:20](#)

لنفس الاجتماع تعريفه ايش تعريف علم نفس الاجتماع؟ تعريف تعريفه مؤلم تعريف علم نفس الاجتماع بذاته مؤلم اصلا هذي الدورة
من علم نفس الاجتماع بمعنى كيف تكون نفسك كويسة لتعيش في مجتمع - [00:50:37](#)

لتعيش في مجتمع تعريف علم النفس الاجتماعي هو تأثير الناس تأثير النفس على النفس تأثير الناس على النفس حضورا شلون
حضورا زي كذا زي هنا كل واحد مع الثاني الان - [00:50:55](#)

انت الان سؤال هل انت ماخذ راحتك ماخذ راحتك كما انت في بيتك لا اذا حضور الناس الان اثر على نفسك حضور الناس اذا اثر

الناس على النفس حضوريا او ضمنيا - [00:51:17](#)

ايش معنى ظمنيا بمعنى وجود الناس ضمن السياق بمعنى انك ممكن تروح للبر للبر وفي ناس بعد كيلوين عنك وتجد ان سلوكياتك متأثرا بوجودهم احيانا في بيتك تقول قصر صوتك عشان جيرانك - [00:51:37](#)

فهذا وجود ماذا لما انت في تويتر وجود الناس ضمني لما تراعي تغريدات معينة هذا وجود ظمني للناس. اذا تأثير الناس على النفس حضوريا او ضمنيا والمؤلم او خياليا هذا مؤلم - [00:51:56](#)

شلون خياليا من الناس من يتأثر بتخيل وجود ناس معينين مثال لما اروح انا او تروح المرأة رجلا كان او امرأة ويفتح الدولاب ويختار من الملابس ما يظن ان فلان سيعجبه - [00:52:19](#)

وان فلان ربما يحظر فيبدأ يفكر بسلوكه الان ويختار بناء على وجود اناس او غياب اناس فهذا تأثير الناس خياليا لما نجي نقول شيقولون عنا الناس لما يجي واحد اخذ الدكتوراة واقول له ليش اخذت الدكتوراة يقول عشان اثبت لهم - [00:52:39](#)

منهم بسم الله الرحمن الرحيم هم من هم؟ اللي عيون. بسم الله الرحمن الرحيم. ما يخلونك. من هم؟ الله اعلم. هذا وجود اثر الناس مؤثر على النفس تخيليا ختامها ايها الكرام - [00:53:01](#)

القصد القصد في توكيد ذواتنا في توكيد ذواتنا ان يكون للايقاف لا للعنف والايذاء لا للعنف والايذاء لما ابنك الصغير سامحوني على هالكلمة سامحوني خذها اودعها ارفعها او ضعها خذ راحتك هذا موب في كلامي هذا في كل الكلام اللي سمعته - [00:53:17](#)

لم يكن حديثا او اية اذا ولدك يضربونه في المدرسة الطلاب طفل ابتدائي يضربونه الطلاب قل له علم الاستاذ طيب علم الاستاذ والاستاذ بتقصير منه او لانشغال عنده كذا واحد - [00:53:43](#)

ما سوى شي وجاء قال يا بابا علمت الاستاذ وما سوى شي ما يخالف علمه مرة ثانية وجاء وكفخوه وعلم الاستاذ وما سوى شي وجاء قال لك يا بابا والله ما سوى شي - [00:54:06](#)

فقل له اللي يطلقك نظام غابة ايه يا جماعة اللي يطلقك اللي يدفك واللي يمسكك امسكه امسكه واللي تفل عليك لا تتفل عليه لا تنزل معه في في السوء لكن طقه - [00:54:21](#)

الاستاذ طقه جماعة اذا ما يتدرب الابن في بيئة مثالية زي كذا واقعية ترى يكبر ويضعف يضعف طيب تجي تقول والله بكرة يكبر يطقق الناس. اني ما في احد يطقق الناس. يكبر يطقق الناس - [00:54:55](#)

هذه اعمال صبيانية صغير صغير من خلالها يتعلم واقع الحياة. فاحتج عليه احد الدكاترة في الارشاد النفسي قال لي لا المفترض ما نعلمك كيف يطق الناس ولكن كيف يدافع عن نفسه - [00:55:13](#)

ما شاء الله طيب شلون اخلي ولدي يدافع عن نفسه كصدق انا ودي استفيد وشلون يدافع عن نفسه؟ طفل شلون اقول له دافع عن نفسك ايش معناها ما تعورني اصلا ما شلون يعني؟ - [00:55:31](#)

شو يدافع عن نفسه يدافع عن نفسه الكبير ممكن يدافع عن نفسه يرد. يردع يتكلم كبير يفهم معنى المدافعة او الممانعة او المهاجمة يفهم. كنت صغير شلون اقول ناقشني قدام الناس جاني في بريك - [00:55:45](#)

قال لي ترى انا مؤمن بكلامك ما يصلح نقول للناس اللي يطلقك طقوه وشلون الفتوى هذي لي انا وعيالي؟ قال ايه. قلت عشان احنا نطق عيالهم. عيالهم يدافعون انا واياك عيالنا نجلدهم - [00:56:00](#)

ما في شي اسمه فتوى خاصة ما في شي ليش نتحسس من هذا الشيء؟ لا يا جماعة يطلقك تعال علم الاستاذ علمني ما سويننا شي اللي يطلقك اطقك طقه يطلقك طقة - [00:56:13](#)

علاش لابد يتحرك لا بد يتصرف. مثال أستاذ عبيد يقول احيانا يكونون اقوى منه اقوى من صحيح. لذلك انا جبت هذي الصورة انا جبت هذي الصورة الضفطة ايش مسوي - [00:56:27](#)

القاعدة هنا على الاقل لا تجعله يستمتع اقوى منك ما يخالف. بس على الاقل ارجفة طقه سوي اللي سو اي شي خذ قلامته حسه ما تخليه لا تسلم نفسك لا لا حاول ان تفعل شيء احيانا عدوك لا يكون ند - [00:56:49](#)

لا تكن انت ند له لكن على الاقل ان تجعله لا تجعله يستمتع انواع الناس في توكيد الذات والمطالبة بالحقوق انواع الناس في توكيدهم لذواتهم والمطالبة بحقوقهم اربعة انواع اربعة انواع - [00:57:07](#)

مبنية على السماح والصراحة مبنية على السماح والصراحة من الناس من يصارح من الناس من لا يصارح ابدا اسكت يسكت ومن الناس من لا يسامح ابدا ومن الناس من مسامح دوما - [00:57:28](#)

سامح دوما اذا اختلطت تكونت منها اربع انواع في توكيد الذات جيد انك تقيم نفسك في اي نوع انت. واحد هذا العدواني هذا العدواني لديه صراحة ولم يسامح ولم يسامح مثاله - [00:57:48](#)

انسان دخل الى مطعم طلب عصير برتقال ومثلا برجر دجاج برتقال ودجاج وجاء النادل واعطاه ليمون ومثلا لحم الطلب ليس طلبه لا يريد ما يبغاه الناس ينقسمون في هذا الموقف في مطالبتهم بحقوقهم الى اربعة انواع. اربعة انواع. النوع الاول العدواني - [00:58:15](#)

وين المدير؟ جيب مدير كيف كلام ويسوي زحمة ومشكلة وممكن يكتب عنهم في تويتر ويسب يهوش حتى بعد ما يصلحون له شغله ويجيبون له غرضه تلقاه ياكل حسبي الله عليك جايب طماط عصير عصير جايب لي عصير - [00:58:44](#)

تيمون انا قايل لك طماط اقلع ابليس ويبدأ يسب ويتكلم هذا الانسان العدواني يمكن ان يأخذ حقوقه لكنه يخسر علاقاته وربما صحته ربما صحته دائما يزعل يزعل ويكون شرس في المطالبة بحقه. هل هناك طريقة افضل؟ الجواب؟ نعم. ليس بالضرورة ان يكون لديك عنف في المطالبة - [00:59:04](#)

حقوق لكن من الناس من يكون لديه الصراحة وسماحة وهذا هو المصلح هذا هو المصلح يجي يقول لك تعال انا ما طلبت هذي. بكل هدوء بكل هدوء يمارس حقوقه بكل هدوء. انا ما طلبت هذي - [00:59:29](#)

بس يصارح انا ما طلبت هذي فاذا ممكن تغير العامل افرض انه قال لا ما اقدر لا يمكن اقدر. طيب انا اكلم مديرك اكلم مديره ممكن ارفض الطلب ممكن بهدوء - [00:59:49](#)

ان اسامح المخطئ واصارحه على خطاه واصر على حقي بهدوء اصر على حقي هذا النوع هو المصلح القوي المصلح قوي مصلح عبر بطريقة مؤدبة. قاعدته وشعاره الافصاح للاصلاح الافصاح للاصلاح انا اذكر مرة من المرات طلعت وقفت في مكان معتاد اني اوقف عنده - [01:00:06](#)

عند المطار مخرج سبعة ودائما اخذ تاكسي الى المطار في كل مرة اروح خمسين ريال في كل مرة يعني ما فيها كلام تعرف المنطقة جيدا او المسافة ركبت مع التاكسي هذه المرة وكان يكلم بالجوال. فما تفاوظت معه - [01:00:38](#)

ما تفاوظت معه. وهذي من الاخطاء اللي يقع فيها طعيف توكيد الذات. طعيف توكيد الذات ترى يبدأ اي عمل دون اتفاقات. وقد تعلمت قاعدة مهمة جدا من سباك جاي يشتغل عندي قلت له خلاص سوي كذا سوي كذا سوي كذا. قال لي - [01:00:59](#)

كم فلوس؟ قلت بعدين فلوس بعدين قال لي لا الحين جنجال بعدين كويس الحين كويس بعدين جنجر في العلاقات يجب ان تبدأ العلاقات باتفاق وتنتهي بالاخلاق تبدأ باتفاق لابد ان احنا نتفق - [01:01:16](#)

ما تبدأ في مشاكل او تبدأ سكوت وكتمان ثم تنتهي بانفجار فقلت له انا ركبت وما كان يكلم بالجوال يكلم امه يكلم فوصلت الى المطار ابو الشباب خلص المكالمة جا ينزلي قال لي مئة ريال - [01:01:40](#)

والله ما اعطيك مئة قال لي الالمية قلت له ما في مئة. قال انا كل مرة انا اجي من هنا الى هنا مئة. قلت له انا عشرين مرة جيت من هناك - [01:02:01](#)

الى هنا خمسين ريال. قال انا ثلاثين سنة ما فيك جنجال مع مطوع. قلت انا ماني مطوع. بسوي جنجال. ما علي منك. انا ما عمري سوي جنجال مع تاكسي انا ما كلمتك في البداية لانك قاعد تكلم واحترمتك - [01:02:11](#)

مئة ريال ماني معطيك قال لي خلاص انت كلام انا كلام؟ قال ايه؟ قلت ايوه كذا خيلنا نعرف شلون نتصرف كل مرة اجي بخمسين ريال ما في مشكل ترى انت كلام - [01:02:27](#)

خير ان شا الله خذ هذي خمسين ريال نزلت قبل نمشي عطيته عشرين وهذي حق ماما اصبحت هنا اعطيته بالعدل ولا بالفضل هنا بالفضل ان نعامل الناس بالمثل هذا عدل ترى - [01:02:42](#)

وجزاء سيئة سيئة مثلها. المعاملة بالمثل عدل لكن القرآن ايضا يحثنا المعاملة بالفضل. لكن الفضل لا يتأتى اذا كان اضطرار. بل اذا كان اختيار بمعنى اجي اعطيه سبعين او مئة حسبي الله عليه الله جعله ما يحدرها - [01:03:00](#)

واجي اقول ارجو من الله الاجر ما فيها اجر هذي. ما فيها اجر. ليش ما في اجر؟ لان اللجنة الدائمة سئلت سئلت قال ذلك السائل قال لقد تبرعت يقول جا مديرنا وجمع تبرعات - [01:03:19](#)

نسأل الله العافية المدير يجمع التبرعات طبيعي بيطلع الكرم يقول فجمع المدير التبرعات يقول تبرعت حياء منه اؤجر على ذلك اجابت اللجنة الدائمة انما الاعمال بالنيات وانك لا تؤجر على ذلك لانك قصدت بها وجه - [01:03:33](#)

مديرك الدنيا والدين لا دنيا ولا دين الضعيف لا رجعت له فلوسه ولا هنا اجر. لماذا؟ لانه لانه اضطرار. اضطرار هذا الموقف اللي انا سويته مع التاكسي واصررت اني اعطيه بخمسين وانا مظمر اني اعطيه السبعين ما عندي مشكلة. ترى انا اسويه مو بلفسي - [01:03:57](#)

اسويه حتى لمن سيأتي بعدي لا بد ان يشعر المعتدي المظالم وهو ليس بظالم ان لحكم ولحم امثالك مر تجعله يستزيغ لذلك الذي يصلح الذي يعفو يعفو عن ظلم وعن خطأ دون اصلاح هو يشارك في الفساد - [01:04:18](#)

ويشارك في الفساد بهذا قال الشيخ ابن عثيمين رحمة الله عليه. لذلك لابد ان يكون معا مع السماحة صراحة للاصلاح تكون مصلحا رقم ثلاثة في المطعم هو الذي لا يسامح ولا يصارح - [01:04:43](#)

اول ما يجيبون الطلب انا ما طلبت ليمون حسبي الله عليه. شكرا شكرا يقول لهم شكرا. حسبي الله عليهم ما صارح ولا سامح وفي تويتر هذا المطعم مليون زبان لا يهتمكم تراهم نصابين ويروح وهو زعلان ويروح يغسل - [01:05:04](#)

يفتح الحنفيات على اخر شي يبغى ايش يبغى ينتقم يجرجر في المناديل على اخر شي يقشع في عودان الاسنان يبخخ الكلونيا في كل مكان وياخذ فلوس ويرميها كذا من بعيد وحالته حالة - [01:05:24](#)

ترى محد درى عنك ما احد درى عن وقاعد يطحن يطحن واحيانا يرجع ريوس يفحط عشان يقهرهم. وش يقهرهم وش جبهان ما درى عنك جبان به تخرب المجتمعات والبيوتات والمؤسسات والمنظمات - [01:05:37](#)

فلرضا منشود ولا البوح موجود ولا الاصلاح موجود لا هو لا هو برظا ولا اصلح ولا سوى شي. وبالتالي من اسوأ الانماط هذا النمط الذي لا يتكلم مهما تألم. لا يتكلم - [01:05:55](#)

النوع الاخير سماحة وعدم صراحة ايش يسوي هذا لا ما عنده مشكلة الليمون الدجاج يا رجال فاضيين نطلب ثانية. صح ما عندك مشكلة انت سامحت فعلا لكنك لم تصلح سيتجرأ على غيرك بسببك - [01:06:11](#)

لابد ان تصلح لابد انك تسوي شي. يا جماعة تجي البنت في الكوافيرة تجي البنت تروح للكويفرات وطبعا ينزلونها كذا في الكرسي فما تدري ايش يسوون ويلخبطون يلخبطون يلخبطون وعاد وتتكلم معها بنص الكلمات انجليزي - [01:06:33](#)

واجواء الديكور فهذي كلها تظغط على ايش على الصراحة تظغط على الانسان انه ما يأكد ذاته مكان فخم مستقبليته بطريقة فخمة ويقصصون ظفورها ويمسحون رجليها فهي تشعر بالامتنان لهم. دافع فلوس الضعيفة فاذا قالوا - [01:06:50](#)

كدا شافت نفسها في مرآة دراكولا قالوا لها كيف؟ مرة حلو يعطيكم العافية مرة روعة. كم سبع مئة مرة رخيص سبع مئة. خذوا السبع مئة. الله يعطيكم العافية. يلا ثانك يو سو ماتش وتطلع مبسوبة - [01:07:09](#)

ما شاء الله عليها والכול حقها. وتروح تكمل صياح وتغسل في المغسلة حقت بيتهم وتحسبن عليهم والجيران يسمعون احتجاجها طب وين هذا الاحتجاج ايش ما كان في الكوافيرة عشان انت تطالبين بحقك - [01:07:25](#)

وغيرك لا يقع فيما وقعت انت اذا احتجاجتي انت والثانية والثالثة والرابعة انتجتم قانونا يوقف امثال هؤلاء لكن كثير من الناس يسكت ايام العيد مثلا ايام العيد او غير العيد لما نروح لواحد يشتري شماغ مثلا - [01:07:39](#)

والتجار يلعبون على توكيد الذات بطريقة واعية او غير واعية والله ما ادري ولكن يجي يفلك الشماع الاول ثم الشماع الثاني انت ما طلبت ثم يقول وهذا عندي وبغى يطيح وانت قاعد تشوف - [01:07:56](#)

يطيح الضعيف اي والله ويفلك الشماع الثالث والله انك احيانا تشتري من الحرج السؤال انت قايل له ولا ما قلت له انت ما قلت له اثنين واجبة ولا مو واجبة؟ - [01:08:13](#)

واجبة حقك تقول نعم ولا لا؟ حقك وبالتالي ليش تخاف انك تمشي تقول له الله يعطيك العافية وتمشي. خله يسول يسوي انت تمارس حقك ما في اي اشكالية وبالتالي لما احنا نؤكد ذواتنا جيد ان تكون في بالننا قضية اننا نسعى من خلال الافصاح الى الاصلاح - [01:08:26](#)

جماعة من المواقف العظيمة في توكيد الذات في السيرة النبوية في غزوة حنين وجد ان قوما من الانصار وجدوا في انفسهم على رسول الله صلى الله عليه وسلم الانصار تخيل اعز ربك - [01:08:49](#)

الانصار وجدوا في قلوبهم على رسول الله ليش؟ لان النبي صلى الله عليه وسلم لما جاءت الغنائم الكثيرة وزع هذه الغنائم يأترف بها من اسلم من قريش اسلم حديثا فقالوا - [01:09:05](#)

لاحظ مشاعر وجد رسول الله صلى الله عليه وسلم اصحى قومه هذولا ربه لقي ربه عطى ربه كيف خاطرهم الان في خاطرهم سكتوا ما سكتوا فجاء النبي صلى الله عليه وسلم قال يا سعد سعد كان اميرهم - [01:09:20](#)

مقالة بلغتني عنكم انكم قتلوا كذا وكذا وكذا النبي صلى الله عليه وسلم ايضا توكيد ذات قالها ايش قال سعد؟ قال نعم يا رسول الله نعم وجدوا في انفسهم عليك - [01:09:43](#)

السؤال الجبار قال وانت يا سعد وش رايك الله عالسؤال الله عالاحراج الله عالموقف يجي مديرك وانت تنقل عن زملائك شي ويجي المدير يقول لك طيب وانت يا ياسر؟ انا على طول - [01:09:57](#)

نظام حربنا ابي اقول انا لا يهتمونك والله ما لهم حق انا اكلمهم وازهلهم بس حق وانت يا سعد وكأنه يقول هل انت معي معهم وانت يا سعد؟ فيقول سعد الذي تربى على توكيد الذات سعد العظيم. فيقول انما انا رجل من القوم - [01:10:19](#)

بكل صراحة كذا الذات ما يزعل يا جماعة. انما انا يا رسول الله رجل من القوم انا معهم ترى ووافقهم في مشاعرهم واللي يشعرون فيه انا اشعر فيقول النبي صلى الله عليه وسلم اجمعهم لي - [01:10:42](#)

فيعبر النبي صلى الله عليه وسلم عن مشاعره الم تكونوا متفرقين فالف الله بين قلوبكم الم تكونوا ضللا فهذاكم الله بي؟ فيقولون نعم. نعم يا رسول الله. نعم يا رسول الله. قال لقد - [01:10:59](#)

لو شئتم لقلتم ولصدقتم ولصدقتم اتيتنا مطرودا فأوبناك ضعيفا فنصرناك وبدأوا ايش يتفظفظون مشاعر اسبلت بلحاهم الدموع بدأت الدموع ثم قال لهم مهيب فظفظوا بس حل مشاعر بدا يقول لهم ايش مكانتهم - [01:11:16](#)

ترى انتم انتم الشعار والناس دثار اذا ذهب الناس بالشاء والبعير ستعودون انتم برسول الله هل تقبلون هذا التفاوض؟ قالوا نعم يا رسول الله وانتهت تلك القصة الجميلة التي كانت بدايتها - [01:11:37](#)

تعبير صحي عن الذات سماحة صراحة ما جويها امشون ولا تمردوا ولا ثورة ولا انعزلوا ولا انقلبوا ولا ارتدوا لا لا صراحة بادب صراحة بادب يا رسول الله احنا - [01:11:54](#)

واحد اثنين ثلاثة اربعة والحق لا يزعل الشخص الحكيم اذا هذا انواع الناس ابدأ انت صنف نفسك في اي في اي موقف انت؟ تفضل استاذي احسنت احسنت هل الاصل ان الانسان يتنقل بين هذه الاربعة - [01:12:12](#)

المفترض ان الغالب على الانسان ان شخصيته قوية الغالب عليه ان يكون مصلحا مصلحا انا ما يمشي الشيء ويطالب بادب. هذا هو الغالب. هذا هو الغالب. هذا هو الغالب. في بعض المرات - [01:12:44](#)

نكون مع مع والدك جبان وتكون جبنك هذا عظمة انه جاء من اختيار انت تقدر ترد لكن لانه والدك في خاطرك شيء بس تسكت لانه والدك لانه والدك ولانك تعي هذا الشيء فهو باختيار. فهذا عند عند نفسك فيه رفعة - [01:13:04](#)

رفعة من الناس من من يراجع والده وهذا من العقوق ومن الناس من واحد زائد واحد تساوي في كل الدنيا اثنين حنا عند ابوه وامه واحد زائد واحد تساوي اللي يقوله ابوي وامي - [01:13:25](#)

اثنيين اثنين يا بابا صح خمسة على عيني وراسي. تفداكم كل الارقام بس اختيار جاءت باختيار بوعي جاءت بنية خالصة جاءت باستشعار لفضلهم واجر الله عز وجل من خالهم. فالانسان يتنقل بوعيه. امر اخر مهم جدا. النبي صلى الله عليه وسلم اعطانا فلسفة في التعامل مع الحقوق - [01:13:41](#)

ان اذا ضيعت الحقوق اذا الناس ما عاد يعطونك حقك شتسوي من الخطأ ان تكف عن واجباتك. مثلا امرأة زوجها ما يعطيها حقها الكمال ان تمارس هي واجباتها تجاهه. لان النبي صلى الله عليه وسلم قال انكم ستجدون اثره من بعدي - [01:14:04](#)
فاذا ضيعت الحقوق ما عاد يعطيكم حقكم الذي عليك واسأل الله الذي لك اذا وصلت هذي المرحلة ادي الذي عليك واسأل الله الذي لك. في حالة واحدة اذا فعلا طلبت طلبت وما في استجابة. ما في استجابة لا تتوقف - [01:14:24](#)
احيانا مع زوجتك. احيانا انت مع زوجك. ادي الذي عليك واسأل الله الذي لك في متلازمة ماذا في شيء اسمه متلازمة داود داود مرض مرض صار كثير الانصار في شي اسمه متلازمة - [01:14:43](#)

نعم ملازمة نعم صار مرض على مستوى العالم المجاه ما يقدر يقول لا ضعف في توكيد الذات مؤدب جبان. اه حسن خلق جبان حياء جبان. استحييت منه؟ جبان والله ما قدرت اقول لا جبان - [01:15:04](#)

من حقك ان تمارس نعم ومن حقك ان تمارس لا اجعل شعارك نعم لكلمة كيف يسهل عليك ان تخرج لا من قلبك من قلبك المشكلة يا كرام ان الناس اللي عندها ظعف توكيد الذات مشكلتهم تظهر بشكل جلي في الوعود والمواعيد - [01:15:22](#)
الوعود والمواعيد وما يقدر يقول لا ما يقدر يقول لا طيب شيسوي يسوي الثاني يسوي التالي اولا عندك عنده شي يسويه دائما هي كلمة لكن غالبا لكن اللي عنده ظعف في توكيد الذات يستخدم لكن كثير. اذا جا يرد. يستخدمها كثير - [01:15:46](#)
المشكلة ان ما قبلها غير صحيح وما بعدها غير صحيح شلون ايش تقول تروح معنا بكرة بنطلع زين نعم لكن والله عندي موعد في المستشفى وعندي طبعا معروف حقين توكيد الذات - [01:16:11](#)

عندهم عشرين عمة تموت في السنة منهم اربع عادي جدا عمتي توفت خالي مدري ايش جاه الولد عنده تطعير درجة حرارته ارتفعت واحيانا كثيرة ليست صحيحة هو يدعي فقط فدائما ما قبل لكن وما بعد لكن غير صحيح - [01:16:31](#)
ودي ارواح معكم ولكن عندي كذا كذا. هروبا من ماذا هروبا من لا النقية وما يقدر يقول لا ما يقدر يمارس حقه. شلون يفرها نعم ولكن ليس من باب المجاملة انا اقول لك ليش ليس من باب المجاملة؟ اعطيك مثال هل هل من باب المجاملة انا اكذب - [01:16:50](#)
لا يمكن يبني حق على باطل يا جماعة ان تريد علاقتك تبني على حق لا تبنيها على باطل موب لازم اكذب يا جماعة اعطيك مثال لما انت او هو هو - [01:17:15](#)

ولده انكسرت رجله انكسرت رجله دقيت عليه انت قلت له ممكن ازورك الان والان بياخذ ولده يوديه المستشفى كيف سيقول لا يقول نعم خلاص يقول لعياله معايش تحمل يا وليدي اصبر مبتلى - [01:17:27](#)

لا ولا هو بقايل ودي ولكن ابدأ بيبي يقول لك لا ولا يشعر فيها بالم او ندم او حرج يقول لك لا والله ما اقدر ابو فلان والله انك عزيز وغالي انا عندي مشكلة والله. لا. طيب لو قلت له ايش دعوة يا ابن الحلال؟ انا بمرك بزورك - [01:17:45](#)
بقول لك يا اخوي لا يا اخوي طيب معلش لو اسلم عليك. يا اخوي افهم لا عندي حالة طارئة استطاع ان يقول لا بسهولة سؤال لو واحنا طالعين في المستشفى طيب فلان كان ناوي يجيك يمكن يزعل - [01:18:02](#)

شقول انا ما سويت شي غلط يا اخوي عندي حالة عندي شيء مهم. جعلني اقول لا. عندما يا كرام انتبهوا. عندما تعامل حياتك واهدافك ووقتك واسرتك على انها اشيء ذات قيمة - [01:18:21](#)

فان الله ستخرج ببساطة ان الله ستخرج ببساطة انت قلت له قبل شوي لان عندك شي له قيمة الولد في المستشفى ولان لها قيمة له قيمة فاللأ خرجت بسهولة. عندما تتعامل مع اهدافك - [01:18:46](#)

لها قيمة ستقول لها ببساطة والناس في قولهم لله على ستة مراتب او خلونا نقول احنا اذا اردنا ان نقول لا النقية جيد ندرب انفسنا من خلال التدرج على التالي الناس ينقسمون الى ستة او عفوا يتدرجون من خلال هذا المدرج. واحد - [01:19:02](#)

سيقول في البداية نعم وهو لا يريد تروح معنا يقول لك ايش نعم وهو لا يريد فيروح غصبا عليه محرج نعم وهو لا يريد تطلع بعد الصلاة امه مواعد زوجته بعد الصلاة مباشرة بوديهم للدار - [01:19:26](#)

تلقاه عند المسجد قاعدة تسولف معه ضعيف توكيد الذات شيسوي الله يعطيك اي والله الله من زمان. الله يعطيك العافية. الله يسلمك ويظغط في الله الله يعطيك العافية وجزاك الله خير - [01:19:51](#)

طيب ببساطة قل له عندي موعد عندي موعد ببساطة يعني فلماذا انت تكره وتكره؟ شلون تكره وتكره وتكره؟ ليش انت تكره في تلك اللحظة وتروح للناس اللي متأخر عليهم ويكرهونك ايضا خسرت لا منا ولا منا - [01:20:04](#)

وبالتالي اول شي ممكن ان يقول نعم وانت لا تريد ممكن تروح معهم وانت ما ودك المرحلة اللي بعدها لا يكون الانسان يبدأ يقسى جلده شوي. تقوى شخصيته اكثر يؤجل الاجابة ولا يرد بسرعة ولا يلزم نفسه بشيء - [01:20:23](#)

يقول ان شاء الله اشوف اشوف طبعا يمكن وربما واشوف ويصير خير هذه تجعل الرؤية منعومة في العلاقة وغالبا غالبا مؤذية للطرف الاخر لما توصيني على شي واقول لك ان شا الله ويمكن واشوف - [01:20:42](#)

انت وقفت كل محاولاتك تنتظر اجابتي فانا خايف اقول لك لا فقلت لك يمكن يشوف قمرت عليك علشان اقول لك بعدين لا فانا فهمت عطلتني يا اخي عطلتني قل لي اياها من البداية والله ما ازعل - [01:21:02](#)

بس تجي تأخرني تأخرني ثم تصدمني في اخر شيء ومعها مجموعة من الاعذار والتبريرات هذي من الاشكالات. هذا النوع الثاني لكنه افضل من الاول الاول راح وما يبغى الثاني ما راح - [01:21:19](#)

ثاني مرة. الثالث يمكن ان تقول لا ومعها وعود بالمحاولة لا استطيع هسه بشوف ان شا الله والله انا ما اقدر والله اني مواعد ابو عبد العزيز لكن ان قدرت اطالع منهم بدري - [01:21:36](#)

واجيكم او ان قدرت اعتذر واجيكم فهو يقول لا مع وعود في المحاولة طبعا اللي ضعيف توكيد ذات ويمارس هذي دايم وبمجرد ما يقولها الربع اللي عارفينه شيقولون خلاص خلاص موب جاي - [01:21:52](#)

خلاص موب جاي عارفينه موب جاي ليش لانهم هذي الله حقته اربعة يقول لا ومعها مجموعة اعذار. لا لانني كذا وكذا ويبدأ يتعذر يتعذر يتعذر هذي رقم اربعة - [01:22:09](#)

بعدها يقوى اكثر ويقول لا صريحة بدون وعود ولا اعذار بس مشكلة هذي الاء انه يشعر بعدها بألم او حرج او ندم او لوم لانه لم يعتد عليها يقولها ويحس انه - [01:22:31](#)

ضيق صدرهم احس انه سامحوني وقح جريه اه تجاوز الحد اه خربها يبدأ يشعر بها شوي اذا قلتها مرة مرتين ثلاث اعتدت عليها تصل الى مرحلة تقول لا النقية ان تقول لا صريحة بلا شعور سلبي يصاحبها بل - [01:22:50](#)

تشعر بعدها بالاعتزاز والاستحقاق والفخر تخاوينا؟ لا والله ما استطيع طيب متى يقدم الانسان الاعتذار متى يقدم التبرير احيانا اذا اكثر من هذه الكلمة لشخص واحد عزمي هالخميس وقلت له لا الخميس اللي بعده قلت له لا الخميس اللي بعده - [01:23:10](#)

اذا قلت له لا هنا بيستغرب هنا من الجيد اني ابرر هل تبريري هنا ضعف ام ذوق ذوق يا جماعة ذوق مختلف على وقعها على الذات هذا واحد اثنين اذا طلب مني الاعتذار - [01:23:31](#)

ليش التبرير فايضا لي الخيار اني ابرر او ما ابرر اجازة يقول لك مديرك ليش عندك وش هي يا حبيبي وقف من حقك هذا حدك هذا توكيد ذات هذا توكيل ذات - [01:23:47](#)

وبالتالي احنا عشان نوصل المرحلة رقم ستة من الجيد ان احنا نمر بوعي في وعي اذا انا قلت لا وعطيت وعود اعرف ان ترى فيه شي اقوى من كذا اقول له - [01:24:07](#)

ومعها اعذار طيب في شيء اقوى؟ لا بدون اعذار بعدين لا الطلقة تخرج مني وبكل سهولة هذا التدرج تدرج ناضج في التعامل مع

ضغوطات الطلبات وتبقى القاعدة تبقى القاعدة ان اللي يقول دائما نعم من قال نعم كثيرا خسر من - [01:24:23](#)

خسر نفسه احسنت خسر نفسه واهدافه ووقته واسرته وجهده وصحته اللي يقول نعم نعم نعم يخسر كل ذلك يمكن انكم تعرفون

ناس اللي نسميهم احمد حبيبين وطيبين ويشغلون على نيات وانا زاملت ناس يا جماعة - [01:24:48](#)

والله في المكان اللي احنا نشغل فيه طيب كلش نعم مرتين تجي الاسعاف تشيله مرتين يطيح علينا وبعدين والله محد سأل عنه ما حد سأل عنه الناس والله يا جماعة الناس - [01:25:06](#)

لاهتم بانفسها والله ما درت عن الناس. ولا تدري عن هالتضحيات استمتع بحياتك. اطلب رضا ربك. اقم واجباتك الاولى وعليك بالاولى فالاولى. والاقربون اولى بالمعروف والله يا جماعة اذكر مرة من المرات - [01:25:23](#)

عندي محاضرة قبل عشر سنين وقعدت ثلاثة ايام لا ليلى ليل ولا نهاري نهار. قاعد شاي الهم وما في شي ما قريته وما في شي ما رخصته وقاعد ازين واحضر وازين واحضر والله ان الاكل احيانا يبرد ما اكلته واللين - [01:25:40](#)

بس ما ذقته ولكني منسجم وقاعد احضر وسارع الوقت وسابق الوقت وسارع وسابق قلة نوم غير طبيعية لدرجة اني اذكر اني كنت واقف وطحت اغمي علي من الجهد وانا قاعد اشتغل اشتغل اشتغل بدأت المحاضرة - [01:26:03](#)

جيت وانا مرة مرة مستعد وتكلمت تكلمت تكلمت تكلمت كنت سعيد يعني وانا قاعد الناس يشوفون. وانا قاعد اتكلم اموري طيبة خلصت الاستراحة الاولى فرحت مع الناس في الكوفي قاعدين هم في الكوفي - [01:26:22](#)

اللي قدامي اثنين يسولفون ما دروني انا وراهم يحط سكر يقول ها شخبار الدورة شخبار المدرب طبعاً انا قاعد ثلاث ايام علشان هالاجابة مدرب كويس ولا لا والله حليل ما عليه. لا يا رجال اه اليوم شو الاخبار والعلوم - [01:26:43](#)

انا قاعد وراهم اقول يا سلام ثلاث ايام منطحن بطيح صفر علشان حليل ثم قاعد تتكلمون في نصر وهلال عرفت ان الناس والله ما درت عن الناس محد درى عنك استمتع انت في حياتك - [01:27:04](#)

على فكرة ترى ما في احد اذا اخطأت سيؤرخ بالخطأ متى ولد؟ والله يوم يزلق فلان ترى يوم مدري ايش ما حد درى عنك ولا احد يمكن لا تظن ان الناس - [01:27:26](#)

تبحث عن سقطاتك وعن زلاتك. لا لا لا الناس منشغلة بانفسها عنك والله رسالة واتساب انها تصرفهم عنك ما يدرون عنك وبالتالي احنا لا يجب ان شنسوي بالناس الناس لانها اذا ضخمنا الناس ايش صار لي ذواتنا - [01:27:39](#)

قزمناها مبدأ المقارنات على طول اما يرفعك ولا ينزلك حديث النبي صلى الله عليه وسلم في حديث للخوارج ماذا قال عليه الصلاة والسلام قال تحقرون لاحظ كلمة ايش تحقرون صلاتكم - [01:27:59](#)

ها الى ايش الى صلاتهم وقراءتكم الى قراءتهم ليش احنا حكرنا انها اشتغلت عملية المقارنة لما ترفع الناس والله بتحقر روحك غصبا عليك لما ترفعهم لذلك النبي صلى الله عليه وسلم قال انزلوا الناس - [01:28:17](#)

نزلها ايش منازل الناس انها لا تملك لانفسها ظرا ولا ولا نفعه. لذلك التعامل مع الناس التعامل مع الناس. التعامل مع الناس مبني على التعامل الذهني بالدرجة الاولى واحد يقول انا والله اخاف اخاف من الوزير اخاف من مدير - [01:28:36](#)

اخاف من امير اخاف من تقييم الناس اخاف من رد الناس اخاف من كلام الناس هذولا لما تعلقهم طبيعي جدا تخاف منهم ايها الكرام ابعطيك باختصار يوجد اكثر من اربعة وخمسين طريقة - [01:28:55](#)

اربعة وخمسين طريقة للتعامل مع هذا الموقف لكن اذا تبغى الطريقة الحقيقية الحقيقية الادوم والاكثر نفعا في انك تنزل الناس منازلها وانك ما تخاف منها هي التالي الان لو معك جوال جديد - [01:29:10](#)

جوال جديد تخاف عليه ولا لا اخاف عليه ليش؟ لان له قدر عندك له قدر عندك. طيب اي شيء له قدر عندنا نخاف عليه واي شيء له قدرة علينا نخاف منه - [01:29:32](#)

فاذا جمعتها في الناس لن تمشي مرفوع الراس تخاف ليش لهم قدر عندك وتشعر ان لهم قدرة عليك مثلاً مديرك ما تبغاه يزعل منك وخايف ايش يضرك وهذه لا يجب ان تجمع الا لله جل جلاله - [01:29:53](#)

له قدر وقدرة عليك له قدر عندك وقدرة عليك. فاذا انزلت هذا الشيء للمخلوق وكلك الله اليه وعذبك به والله ما عاد تقدر ستخاف من كل احد ومن خاف الله خوف منه - [01:30:21](#)

كل احد وبالتالي اذا جينا نتكلم احنا عن العلاج في اربعة وخمسين طريقة لكن ادومها وانفعها يا جماعة هو حسن الظن بالله عز وجل وتعظيم منزلة الله في النفس. طيب شلون - [01:30:44](#)

هذي قاعدة بسيطة اللي تكلمنا عنها قبل امس قلنا ان الصغير شي صغير اذا قارنت بكبير يصغر واذا قارنته بصغير يكبر طيب احيانا احيانا يصير الشي كبير من اللي يكبره الناس؟ - [01:30:59](#)

مثلا يجي يقول لك والله الان المدير يبغاك صورة المدير الان او الوزير يبغاك فالصورة كبيرة الان ثم انت تدخل وتشوف المبنى مدير مكتبة شيصير للصورة تكبر طيب الانتظار هذا - [01:31:22](#)

نكبرها برضو لان الانتظار يدل على الاهمية فتكبر تشوف الناس اللي جايين كلهم لابسين بشوت او بعضهم الصورة تكبر ايش يصير لك انت؟ تصغر للتعامل مع هذي قل طز شفت هذي فشها طز وش بسوي - [01:31:38](#)

ما يسوي شي. لذلك ابن تيمية يقول من كان في جموع او مهابة شي روعة شي كبير يقول جيب لي شي اكبر عشان هذا الكبير ايش يصير له؟ يصغر فليقل الله اكبر - [01:31:59](#)

انت استشعرت تجاه اي واحد بعظمة استشعر ان الله اكبر لان المشكلة ذهنية بالدرجة الاولى اولى ذهنية ذهن انت خايف منه بس صورة ذهنية انت خايف منه. فاذا ما قدرت - [01:32:15](#)

نزلها الى منزلتها فاتذكر عظمة الله لان هذا الكبير سيجعل هذا الكبير يصغر والدليل انها عملية ذهنية ما جاء عن العز بن عبد السلام سلطان العلماء عندما وقف الى ايوب - [01:32:29](#)

وقال يا ايوب كان الخليفة ايوب ثم نهره وقال لماذا لا تعطي اهل الثغور؟ تكلم تكلم تكلم. فهابه الخليفة واستجاب له مباشرة فقال غلام العز بن عبد السلام قال يا امام - [01:32:46](#)

كيف قلت له ما قلت؟ شلون تجرأت قال تذكرت عظمة الله اصبح قدامي كالقط صغير بس متى تذكرت لاحظ كلمة تذكرت اذا عملية ذهنية بالدرجة الاولى. اثنين لما يأتي الازواعي الامام الازواعي ويناديه ابو جعفر السفاح وعلى اسمه. سفاح عفوا يناديه الخليفة السفاح - [01:33:03](#)

فيقول له يقول الازواعي يقول فهبته فلبست اكفاني يقول خفت لانه ناويه بيقنتله فلما دخلت استجمع القوم ثيابهم وفرشت النطع يعني ليش؟ عشان اذا الضرب براسه ما يوسخهم دمه يقول وفرشت النطع فدخلت فكلمته فاكرمني واجلسني على كرسيه -

[01:33:28](#)

ثم انصرفت فقالوا له كيف تجرأت كيف تجرأت؟ قال هبته فلبست اكفاني فلما دخلت ورأيت على كرسيه استشعرت عظمة الله على كرسيه فغدا عندي كالبعوضة لاحظ الاولى تذكرت الثانية استشعرت - [01:34:00](#)

راح الهيبة جبت شي اكبر الهيبة ثم يأتي ذلك الرجل ابن ابي ذئب المحدث وكان جالسا في الجامع الاموي فيدخل ذلك الامير بجنوده فقام الناس جميعهم رهبة من قيوده او رغبة في نقوده ولكنهم قاموا ايا كانت - [01:34:21](#)

الا ذلك المحدث الكبير الشيخ الكبير لم يقم فكان شامة بين الناس وواضحا ومميزا. فجاء اليه وقال له قم وقف قال لم لم تقم كما قام الناس ليش ما وقفت - [01:34:44](#)

فنظر اليه وقال اردت ان اقوم كما قام الناس ولكني تذكرت قول الله يوم يقوم الناس لرب العالمين وتركت هذا القيام لذاك القيام فقال اجلس والله ما بقيت شعرة من جسدي الا وقفت - [01:35:06](#)

اذا استشعرت عظمة الله عز وجل والله ما يهكم احد ولا ترجوا احد ولا تخاف احد انا انتهي من هذا الكلام قال لي واحد لو سمحت استاذ الله يعطيك العافية هذا الكلام يعني جميل وايماني لكن الواقع اذا مديري ما يرضى عني - [01:35:26](#)

في هذا اللفظ قال اباكل تبنا انا وعيالي قلت له اتق الله اتق الله وهل ما كنت اقله من عظمة الله ليس واقعا ليس هذا واقع لكنه

الواقع الذي يغيب عن اذهان الذين يظنون - [01:35:47](#)

ان البشر ينفعون ويظرون عندما يغيب الايمان تخشى الناس. لذلك النبي صلى الله عليه وسلم يقول لا يزنّي الزاني حين يزنّي وهو مؤمن فهو يزنّي لان الايمان في تلك اللحظة غاب - [01:36:06](#)

كذلك الانسان الذي يهاب الناس لا يهاب الناس حين يهابهم وهو مؤمن عندما يستشعر ان كل شيء بيد الله عز وجل هو النافع هو الضار والله ما يخاف من احد باذن الله تعالى ولا يخاف الا الواحد الاحد - [01:36:22](#)

التصعيد الذات يا كرام او تصعيد التوكيد قلنا من قال نعم كثيرا خسر نفسه شوفوا الموازنة ومن قال لا كثيرا الاخرين ومن قال ربما ترى يخسروا الاثنين الاثنين تدرّون ليش - [01:36:40](#)

لان ربما ويمكن واشوف تراها عبء عليك متى تحس انك مرتاح اذا طقيتها في وجههم ارسلتهم رسالة قلتها تراي ما ؤ ارتحت طيب ماذا لو كانت معظم حياتك ربما وان شاء الله ونشوف ربما ان شاء الله ونشوف تتعب - [01:37:01](#)

والناس يتعبون منك متعب تخيل زوجتك بهذا النوع او زوجك من هذا النوع وبالتالي من قال ربما كثيرا خسر اثنين. طيب كيف انا اصعد الذات؟ او كيف اصعد التوكيد الان - [01:37:19](#)

كيف وصعد التوكيد بالطريقة التالية؟ واحد اولا باظهار الاستياء بمعنى اذا احد تجاوز حدوده معك او السخرية او طقطق عليك او سخر منك او اهانك وحاشاك اولا اولا اظهر الاستياء - [01:37:33](#)

اظهار الاستياء احيانا يكون جسدي احيانا بنظرة احيانا بعدم الابتسام. احيانا بعدم المجازاة بعض الناس يجي يقول لك وش ذا الكرشة والله يا ابن الحلال خلها على الله ورز بكاس - [01:37:51](#)

ثم تجيني تقول لي والله انا ودي الكد ذاتي احسن انا بطقطق عليك بعد طالما انت تسمح لنا لذلك لا تكن جدارا مصيرا واحد اظهار الاستياء. اثنين التلميح له التلميح اعطاء اشارة - [01:38:05](#)

طيب خير كذا خير خلصت شي موجه له الاستياء شي مو موجه له التلميح شي موجه له هذا يسمونه تصعيد التوكيد طيب اذا ما استجاب اعطيك مثال معلّش انت قاعد تشتغل مركز في الشغل - [01:38:25](#)

واثنين من ربك في الدوام يسولفون. وضحكوني يسولفون ويضحكون طيب شتسوي الضعيف شيسوي ما يطحن في روحه ويتحسن ويدعي عليهم طيب هذا ضعيف او ياخذ غريزاته يروح يشتغل في مكان ثاني ايضا طعيف - [01:38:43](#)

طيب ايش المفترظ؟ اقوم الطاق معهم ايضا طعيف الافضل انك تصعد التوكيد اول شيء تظهر الاستياء ثم تلمح تقول يا جماعة ودي اركز شوي احيانا تنبه في الخفاء احيانا احد - [01:39:01](#)

يشتمك او يسخر منك في جلسة فاذا ما افاده الاستياء ولا التلميح تنبه في الخفاء بعد الجلسة او ترسل لي رسالة انا ما يعجبني هذا اللي سويته انا ضايقتني الذي فعلته ارجو ان لا تكرر مثل هذا الشيء مرة اخرى تنبيه في الخفاء طيب ما - [01:39:20](#)

تحذيره في العلن قدام الناس. ابو فلان اكثر من مرة انت مارست هذا السلوك تحذيره في العلن لابد ان توقفه او تتحدث اليه في العلن. طيب ما استجاب احسنت رد الاساءة عليه - [01:39:38](#)

احسنت رد الاساءة عليه. مثل ما تكلم ترد عليه. ما تفهم انت اللي ما تفهم انت اللي ما تفهم الشافعي يقول من استغضب فلم يغضب فهو حمار كل الغضب قال النبي صلى الله عليه وسلم لا تغضب اقول لك نعم لكن الغضب صفة كمال والدليل وجودها - [01:39:59](#)

من صفات الله عز وجل ووجودها من صفات النبي صلى الله عليه وسلم هي صفة كمال. لكن كيف تغضب على من تغضب وفيما تغضب؟ هنا الكمال نعم ولماذا تغضب؟ هنا الكمال. فارد عليه رد الاساءة. طبعاً هل يمكن نصل لهذه المرحلة - [01:40:20](#)

في الغالب اذا تدرجت يندر يندر ان تصل هذه المرحلة. يندر طيب ما استجاب خلاص عملية الرادع ممكن توقف كلمة تطلب احد يتدخل. انا ما اجلس وانت موجود. انا لا يمكن لا تمررها. عملية ردع - [01:40:36](#)

لا يمكن لكن اعدك باذن الله ان بعملية التصعيد انك ما تصل الى هذه المرحلة ولا الى هذه المرحلة واذا وصل كما قال الشاعر اذا لم يكن الا مركبا فما حيلة المضطر الا - [01:40:57](#)

ركوبها خلاص انت مضطر الان تفضل المفترض اذا لم يعرف من هذا الرجل الاساءة المتكررة. يعني مو بلازم في جلسة وحدة تحدث هذي. ممكن قبل جلسة سوى شي والان سوا وقبل يومين سوى. فهذي اساءات - [01:41:14](#)

هذي متراكمة. اثنين نوعية الاساءة. احيانا تكون الاساءة فيما يجب الغضب فيه لذلك الشافعي لما قال من استغضب فلم يغضب فهو حمار وقال من استرضي فلم يرضى فهو شيطان ماذا كان يقصد؟ كان يقصد ان ثمة ملفات - [01:41:35](#)

الدخول فيها يوجب الغضب الغضب من ضمنها الحديث في الاعراض التعدي على الاموال عدي عالاموال الحديث في النيات لما يتهمك في نيتك لا هذا يجب ان تظهر الغضب لا لا لازم تدريج الان - [01:41:53](#)

مو بلازم تدري حتى احيانا تظهر الغضب توقفه عند حده بالعلن مباشرة احذره في العلن اي انسان يا كرام يغيب او تغيب عن صفة الغضب كما قال ابن القيم تغيب عن الصفة الشجاعة اذ هي ملازمة لها - [01:42:15](#)

وتغيب عنا الصفة الشهامة وتغيب عنا صفة الحمية وتغيب عنا صفة الغيرة لذلك سلوك الغضب ليس سيئا لكن كيف يستخدم واين يستخدم؟ ولماذا يستخدم؟ ومتى يستخدم ايها الكرام لاحظوا الصورتين الان - [01:42:34](#)

هذي جزرة طويلة عميقة وشجرتها صغيرة وهذي جزرة صغيرة وشجرتها كبيرة كلاهما يا كرام كلاهما في توكيد الذات غلط ليش؟ احيانا يكون في خاطرك شي كبير وتعبيرك عنه بسيط ليس من توكيد الذات التلميحات البسيطة - [01:42:58](#)

توكيد الذات من اهم من اهم مهاراته المثابرة معنا مثابرة الاستمرار مرة مرتين وثلاث طلبك ماي قلت له انا قلت له خلاص قلت له سويت اللي علي قلت له. ويجي في خاطرك لا لا لا المثابرة. واحد التلميحات ليست من توكيد الذات. اثنين - [01:43:24](#)

ليس من توكيد الذات المبالغة في ردة الفعل بسبب اشياء بسيطة توكيد الذات ان تكون ردود فعلنا متوافقة مع مع مشاعرنا وعمق الاسى الذي مع نفسه نعم الذي نشعر به - [01:43:47](#)

تقبل الذات هذا جزء من الشخصية القوية. احنا قلنا توكيد الذات تقبل الذات. تقدير الذات الثقة بالذات تقبل الذات ان تتقبل هذه الذات بكلها بعيوبها والاشياء الجيدة فيها ان تتقبل ذاتك. تتقبل ذاتك. لاحظوا هذه يا كرام - [01:44:03](#)

يعلن مشغل كوني موافقة وكأن فقط التجميل هو الذي يجعل الناس ها واثقين هذي صورة منشورة في في دبي مجلة في دبي هذا الايرباق اللي هو الكيس اللي يخرج مع الحادث - [01:44:23](#)

وكانت التي تقود السيارة امرأة وهذا المكياج هذا وجهه بالكامل المبالغة في المكياج هل تعلمون يا جماعة في دراسة نشرتها الشرق الاوسط واقامتها شركة يونيفير ان التسعة من اصل عشر سعوديات - [01:44:45](#)

يرغبنا في تغيير اشكالهم راضيات عن اشكالهم وان مستوى تقبل الذات متدني وان المملكة العربية السعودية الاولى على مستوى العالم في انخفاض تقدير الذات تقبل الذات تليها تركيا ثم ايطاليا - [01:45:09](#)

تركيا ثم ايطاليا صار عندنا هوس في اشكالنا فتلقى الحرمة او البنت او حتى الشاب تلقى الشاب يمكن ان يمضي في الحلاق ساعة ساعة وربيع والناس اللي في الرياض يروح من اقصى الشمال الى اقصى الجنوب عشان حلاق كويس يزيبط السكسوكة - [01:45:28](#)

يطلع شكلي مقبول المرأة كذلك صاروا ينحفون صارت تنحف نفسها وتنحف وتنفخ وتصبغ وهذي الوان وهذا تان وهذي وهذا الشعر وهذا تنعيم وهذا تجفيف وهذا تغيير وهي المسكينة من الداخل لم - [01:45:48](#)

تغيير تجي تبدا تغير في وجهها ثم تقول ترى كما تشعر تجاه زوجها باي شيء او تجاه الآخرين. فتروح تقول اها انا عارفة. ثمن تروح ثم تغيير خشمها. طيب ترى - [01:46:07](#)

ما في احد حبها زيادة. هي كما هي. قالت طيب انا عندي اه وزينت شعرها الجاف وخلته ناعم ثم جاء قالت ترى ايضا شعارها لم يتغير. هي لم تتغير وانما تغير. شعرها بينما شعورها لم يتغير. فتروح تغير في شكله وتغير في شكله - [01:46:20](#)

شاء ان يتقبلها الناس. ايتها الكريمة الناس تريد جمال خلقك لا جمال خلقك ماكس ويل مالتز عالم النفس الامريكي المشهور هذا العالم الكبير الذي حرف العلم من بعده يعني طور اشياء كثيرة في علم النفس - [01:46:37](#)

يقول اصله هو اصله اخصائي تجميل ما له دخل في علم النفس يقول ولكني اكتشفت انني تعالج انوف الناس وشفاهم وعيونهم ثم

يعودون مرة اخرى يقول لي كبر نفخ غير زين فعلمت ان الاشكال في جمال الروح - 01:46:59

لا في جمال الوجه. فتحول من طبيب عمليات تجميل الى طبيب في علم النفس. واصبح بدل من يعالج الجسد اصبح يعالج النفس ليش؟ لان كثير من منبع الانسان انه ما يتقبل شكله وظف - 01:47:22

في نفسه ضعف في نفسه والله اذكر واحد يا جماعة اسمه خالد خالد. خالد غايب عن المدرسة ثلاثة ايام المرشد كلمني قال ابوه ما يدري ليش وانا جلست معه والله ما ندري ليش - 01:47:37

ما اعطانا زبدة تجي ممكن تشوف وش وضعه فجيت وجلست معه جلست جلس جلس قال لي تدري ليش غايب ثلاثة ايام ثلاثة ايام لان فيه نفرة طالعة هنا في خشمه حكها كبرت - 01:47:52

بعد ثلاث ايام يريد ان تصغر تخف عشان يجي ويتقبلونه الطلاب اصلا ما الله ما دروا عنه ما دروا عنه انا اذكر واحد صديق لي عتبان علي قال لي انت يعني ما لاحظت شي - 01:48:08

والله ما لاحظت شي قال انا ترى من زمان ما طلعت في التلفزيون بس انا والله ماني براعي تلفزيون طيب ما لاحظت شي والله ما لاحظت شي حبة الخال اللي هنا. قلت اقسم بالله ما دريت عنها. انت لك حبة خال. صديقي والله من زمان والله ما دريت عنها - 01:48:30

هنا كبيرة قلت كبيرة عشان قريبة من عند عينك. مب كبيرة محد درى عنها والله. قال لا والله سويت عملية قعدت اسبوعين ما طلعت من البيت العملية وزبطتها ويشعر الان انه - 01:48:47

اه انه كويس كويس لانه ارتبط عنده شعوره بالتقدير بشكله والله من الناس اذا لبس كويس غير نفسيته بعض انا اذكر يوم كنا صغار اذا كونا الشماع ورتبنا وزينا نقوم من المدرسة نفزفز نبي المدرسة تجي - 01:49:01

يا رب تيجي الطابور عشان اروح اكشخ. بعض المرات يصل بالانسان مرحلة ارتباط الشكل بالداخل والله لو يلبس ملابس داخلية يحس انه يمشي بنوع من الثقة اكثر بس محد درى ان السروال جديد بس هو - 01:49:18

هو يشعر بذلك يشعر بذلك ليه ارتباط المظاهر بالمخبر؟ واحد من الشباب يقول لي انا كان عندي يقول استأجرت بي ام حسيت اني محترم حسيت اني محترم. يقول لدرجة ما قبلت مشيت بحزام امان - 01:49:32

لدرجة اني بالعادة يقول اسوي شي وافكه واذه برا افكه واحطه في كيس حسيت بشي ليش؟ هو ليس له قيمة الا من خلال شي من خلال شي ارجع خالد ثلاث ايام غايب - 01:49:49

عشان هالنفرة ويريد الله عز وجل لخالد. لخالد ان يلقيه درسا في نفس اليوم في نفس اليوم في واحد اسمه عبد الله قصة حقيقية والله اسمه عبد الله عبد الله هذا كان متهاوش امس. مع اخوه في البيت متهاوشين - 01:50:01

ملاحقون بعض لعل اخوه سبق سبقه وصك الباب فهو جا وراه الباب على طول بام صفق في وجهه اطلع الايرباق. اطلع عندك. انتفخ برطمة. الشفا عنده انتفخت فراخوا حطوا عليها مطهر. يعني صارت زرقا - 01:50:19

ومنتفخة هذا الكلام امس في الليل خالد نفرة غايب عبد الله جا من بكرة من بكرة انا درستهم كلهم جا من بكرة ودخل اول ما دخل يا جماعة طبعا يسعبل منتفخ وشكله مربع مربع ازرق اول ما دخل قال لا احد يضحك بيتليه - 01:50:39

ثم نحننا وخلصنا. خلص كل شي وش فيك؟ قال والله شي بسيط. وقطينا والله ما عاد دريت يعني هو هل تتوقعون ان احنا هذي السبورة نقعد نناظر فيه استاذ يشرح ما علينا منه موقف - 01:51:01

وانتهى واقول له تعال انا ادي عبد الله عبد الله تعال شخبارك ابو خالد جنبي؟ سلامات وش صار لك؟ خلاص خلاص يا عبد الله الله يستر عليك. الله يستر عليك. وش جابك طيب - 01:51:19

والله قال كلمة عجيبة قال وش يغيبني قلت صدق والله عادي؟ قال اي والله. قلت ما في الم؟ قال لا ما في الم كانوا يضحكون عليك قلت انا يضحكون عليك؟ قال خلهم يضحكون - 01:51:33

والله انا تأدبت انا والله تعلمت من صفاء عبد الله هذا. قلت له رح وش رايك مشكلة يا جماعة مشكلة ولا تنسون ان خالد متفوق

وعبدالله مهوب تفوق ليش ابغى اربطه بشيئ ثاني يا كرام. شي ثاني - [01:51:45](#)

في امريكا عام الف وتسع مئة واربعين في كاليفورنيا سووا دراسة على مدرسة كاملة عام الف وتسع مئة واربعين مدرسة كاملة خذوا المميزين زي خالد مميزين مرة مرة مرة مرة - [01:52:06](#)

صنفوهم عطوهم الرمز اي قالوا انتم اي مرة دوافير والناس اللي جيد جدا ممتاز جيد جدا ممتاز جيد اعطاهم الرمز والناس السيئين ابو لطمة وعنده مكيف وغيابات يطقوها احسن واحد في الثقافة في الثقافي والاجتماعي ولا يفهم في الرياضيات

والانجليزي - [01:52:20](#)

اعطوهم الرمز اي بي سي بعد اربعين سنة جاءوا لينظروا في حياتهم وجدوا ان يعمل في شركة يديرها بي ويمتلكها سي ايوة ايوا ليش ؟ لان اي اعتاد ان يكون صديق الاوراق - [01:52:43](#)

لازم يصير الاول وكويس وافضل واحد. ولم يستطع ان يعيش ك انسان وانما عاش كتلميذ فهو طالب وتلميذ مميز وان كان انسان

ورجل غير مميز ركز على ايش على الحياة على العلاقات الاجتماعية - [01:53:10](#)

وان كان غير جيد في التعامل مع الاوراق والمعادلات والارقام الحياة في الاخير هو اختلاط بالناس وليس بالمعادلات والارقام. لذلك

يسقط الاول وينجح الثاني انا لا ادعوا ان نحنا نكون سيء - [01:53:31](#)

لا لا لا ولكني احارب ان ان نؤز ابناءنا انهم يكونون لماذا لا يكون مكيف ايش المشكلة؟ يكون انه كويس مع التعامل مع الناس ومع

الدرجات وجيد. وبالتالي يصبح عنده شخصية مكتملة ناضجة باذن الله تعالى - [01:53:46](#)

- [01:54:08](#)