

الصحة النفسية في الأزمات بين الدين وعلم النفس

كريم حلمي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ان شاء الله اه حلمي عن السلام عليكم ورحمة الله وبركاته السلام عليكم شيخنا الكريم

السلام عليكم شيخنا وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته. الصوت مصنوع - [00:00:23](#)

نعم نسمةك الحمد لله الحمد لك كيف حالك شيخ يوسف؟ الحمد لله بخير جزاكم الله بخير وعافية الله يرضى عنك ويبارك فيك الله

يحفظك نعم بسم الله الرحمن الرحيم. ان شاء الله نبدأ والسلام عليكم. ورحمة الله. ارحب بالمشاهدين والمشاهدات - [00:01:23](#)

اه ونبدأ المحاضرة الاولى اليوم اه والتي بعنوان الصحة النفسية في الازمات بين الدين وعلم النفس وكما نرى هذا موضوع يجمع بين

العلم الشرعي وعلم النفس اه وشيخنا هو فضيلة الشيخ - [00:01:39](#)

بين اه هذين العلمين اه العلم الشرعي اه وهو طبيب نفسي في نفس الوقت اه فنرحب بفضيلة الشيخ الله يرضى عنك من الله

يحفظك الله يبارك فيك. السلام عليكم وعليك السلام - [00:02:00](#)

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين محمد واله وصحبه اجمعين. وآآ بعد فاشكر اخ يوسف اخي

الكريم على هذه المقدمة البديعة الجميلة. الحقيقة كما اشار الشيخ يوسف الموضوع الحقيقة موضوع - [00:02:17](#)

اه مهم موضوع من الضروري ان نتعرض له خاصة بعد العام السابق وما فيه من آآ يعني ما فيه من مستجدات آآ شرعية ونفسية ايضا

في نفس الوقت وبلا شك المستجدات الشرعية. كما ان هناك مستجدات فقهية - [00:02:36](#)

لذلك هناك مستجدات ايمانية ايضا لابد ان ينتبه لها الانسان. او لابد ان التجربة السابقة تستثير اه تستثير معان ايمانية وشرعية ففي

نفس الانسان. واولا طبعا لا يخفى ان منذ اوائل عام عشرين عشرين انشغل العالم كله - [00:02:55](#)

كوفيد ناينتتين باندماج جائحة فيروس كورونا فيروس او كوفيد ناينتتين. وانشغل العالم كله كما ذكرنا وانشغل القطاع الصحي

خصوصا بذلك ولم يقتصر هذا الانشغال على قطاع الصحة الجسدية او الفسيولوجية - [00:03:15](#)

بل كان هناك انشغال كبير جدا في قطاع الصحة النفسية والمنتال هيلث وذلك بسبب الارتفاع الكبير لمعدلات ما يمكن ان يسمى او

الكرب الكرب المرتبط بالوباء او بالجائحة. حتى ان بعض الباحثين اقترحوا بتسمية هذه الصورة من الاضطراب النفسي العام -

[00:03:33](#)

او ظهر ايضا مصطلحات مثل باعتبار يعني تجربة جائحة الكوفيد تمثل تروما عامة. فكما نقول فكذلك عندنا البوست كوفيد ستريس

ديس اوردر. ومن الارقام المتعلقة بذلك لكي نقرب الامر اكثر ولكي ننزل الى ارض الواقع من الارقام المتعلقة بذلك وفقا - [00:03:58](#)

ان سي اتش اس او المركز القومي للاحصاءات اه او لاحصاءات الصحة بامريكا. دي تقريبا خمسة وتلاتين في المية. خمسة وتلاتين في

المية من الشعب الامريكي مروا باعراض اضطرابات القلق والاكتئاب من اواخر فقط من اواخر شهر مايو الى شهر يوليو. يعني خمسة

وتلاتين في المية فقط تم رصدهم من - [00:04:26](#)

الشعب الامريكي مروا باعراض اضطراب القلق والاكتئاب من اواخر شهر مايو الى شهر يونيو والكلام عن الصحة النفسية في هذه

الاحوال وفي هذه السياقات السياقات وفي سياقات الازمات آآ خاصة الازمات الصحية - [00:04:48](#)

ليس مهما فقط لاجل الصحة النفسية ليس مهما فقط لاجل الصحة النفسية وما يرتبط حتى بها من مآلات شخصية واسرية

واجتماعية عامة. بل حتى لاجل الصحة الجسدية كذلك عندنا الان عدة اوراق علمية بتؤكد ان الضغوط الضغوط المزمنة المستمرة

لاسابع - [00:05:06](#)

بيع ومستمرة لشهور ممكن تؤثر بشكل مباشر على الجهاز المناعي. سواء من خلال الكورتيزون هرمون او من خلال غيره. لكن في النهاية هي بتؤثر على الجهاز المناعي طالما ان هي - [00:05:30](#)

مستمرة لفترة طويلة لو دي ممكن ترفعوا الجهاز المناعي شوية كمان. لكن لو كانت هينزل الجهاز المناعي من خلال تفسيرات كثيرة جدا. وده التأسير المباشر على الجهاز المانع في اصلا ما هو اسوأ من التأثير المباشر هو التأثير غير المباشر من خلال التأثير على وعلى العناية بالصحة الجسدية وعلى الاخذ بالاسباب - [00:05:43](#)

سواء الانسان يأخذ بالاسباب ويتحمل المسؤولية في نفسه او يتحمل المسؤولية تجاه اسرته وتجاه المحيطين به فهذا تأثير والتأثير غير المباشر الخاص كير قد يكون اهم واعظم عن الصحة الجسدية من التأثير المباشر على او جهاز - [00:06:06](#)

آآ الجهاز المناعي آآ طيب يبقى احنا عنقنا كما ان هناك في عام عشرين عشرين الكوفيد ناينتين كمان ان هناك ارتبط بها ازمة صحية فسيولوجية كبيرة يرتبط بها ازمة نفسية كبيرة جدا واثارت الرأي العام في آآ او يعني رأي المتخصصين او - [00:06:24](#) ولدائرة الايه؟ دائرة وبالتالي كان هناك تسارع لمحاولة حل هذه الايه؟ الازمة آآ النفسية المتصاعدة بشكل كبير وكان التعامل الاهم وما زال التعامل الاهم مع هذا الاختلال النفسي المرتبط بالازمات العامة - [00:06:46](#)

يكون وده هو الخط الاول للعلاج يكون من خلال في هذه الحالات او العلاج النفسي لهذه الحالات بيقوم في المقام الاول على تصحيح الافكار والمشاعر والسلوكيات السلبية تصحيح الافكار والمشاعر والسلوكيات السلبية. ولعل اهم واشهر ما يساعدنا في فهم آآ هذا الامر هو - [00:07:01](#)

خلاصة الامر فيما يتعلق ان الذي يولد المشاعر السلبية الذي يولد المشاعر السلبية والذي يولد السلوكيات السلبية والذي يولد حتى الاسار الجسدية السلبية بسبب الضغط كنقص مسلا يعني بتاع الانسان - [00:07:30](#)

اه اه ليس المواقف ليس المواقف يعني المواقف لا تؤثر في ذلك ولا تولد ذلك توليدا مباشرا وانما الافكار وانما الافكار التي تستثيرها المواقف. يعني مثال فيما يتعلق بما نتكلم عنه الازمة العامة بتاعة البنديميك - [00:07:48](#)

اني عندنا موقف الان وهو وهو عندنا موقف اللي هو الكوفيد ناينتين باندمج. طيب هل هذا الموقف هو الذي ولد المشاعر هو هل هي التي ولدت مباشرة وما وما يرتبط بها يعني من مشاكل واستريس وآآ وضغوط هي التي ولدت المشاعر السلبية هي التي - [00:08:04](#) ولادة اليأس هي التي ولدت الحزن عند ناس هي التي ولدت القلق الشديد. هي التي ولدت الخوف. هي التي ولدت السلوكيات السلبية الافويدنس الهروب توليات الذعر ومحاولة الاستهلاك وتخزين كل كل السوبر ماركت داخل البيت السوشيال ايزويشن - [00:08:24](#)

التي هي ولدت كل هذه الاشياء بشكل مباشر. الواقع او بيقول لأ ليس الامر كذلك. ولكن الافكار التلقائية التي ولدها الموقف في اذهاننا هي التي ولدت هذه المشاعر او التي هي - [00:08:44](#)

كان لها الدور الاكبر في توليد هذه المشاعر. الافكار التلقائية مثل ماذا في حالة من هذا الافكار ان العالم سينتهي ان انا ساموت قريبا آآ آآ سافقد جميع احبابي انا انسان وحيد انا انا بائس انا لا يمكن ان انفع في شيه في هذا الذي يحدث لا يمكن السيطرة على اي شيه - [00:09:00](#)

آآ انا الاقتصاد اللي سيقع بسبب هذه الجائحة وسيتأثر اعماله وسيعيش في فقر ابنائي آآ سيكبرون في ظل هذه الجائحة ما يتعلق بها وما يبني عليها من تداعيات اقتصادية. آآ آآ افكار متعلقة باني فقدت من حولي مسلا ممن - [00:09:20](#)

ماتوا او نحو ذلك او سافقدهم في هذه الجائحة او فقدت بالفعل اناس ولن اراهم مرة اخرى. افكار كثيرة جدا هذه الافكار بتهاجم الانسان لما فيعني لما يشوف الوضع لما يراقب الوضع ولما يراقب الاحصاءات المتزايدة ولما يراقب الاخبار ولما يراقب السوشيال ميديا آآ لما يراقب كل هذا تبدأ تتولد - [00:09:40](#)

به الافكار في ذهنه وتتزاحم في ذهنه وهذه الافكار هي التي تساهم بشكل مباشر في توقيت بقى الشعور باليأس والشعور بالاحباط والشعور بالالم والشعور بالحزن آآ آآ ونحو ذلك ثم بعد ذلك تتولد السلوكيات - [00:10:00](#)

سلوكيات الافويدنس اللي هو الهروب آآ الذعر آآ وتتولد ايضا الحاجات الفسيولوجي كده. الامور الفسيولوجي كمال زي مسلا ممكن الام

غير مفسرة آآ ممكن النقص وامور اخرى كثيرة جدا ممكن ايه؟ ممكن آآ ممكن تحدث. طيب السؤال - [00:10:14](#)

السؤال المهم الان لماذا فلان؟ لماذا فلان من الناس يفكر هكذا؟ وعلان من الناس يفكر هكذا؟ يعني لماذا ايه او الف لان الناس يفكر بهذه الطريقة او باء من الناس يفكر بطريقة مختلفة. يعني المدى تختلف الاستجابات في هذه الازمات. لماذا يوجد الهلع والفرع من اشخاص؟ ويوجد احيانا ايضا - [00:10:35](#)

والطمأنينة والسكينة من الاخرين. آآ هذا امر له اسباب عدة من اهمها وفقا الذي نعتمده الان في الكلام عن هذه القضية والمعتقدات المعتقدات الانسان الانسان بسبب الثقافة وظروف النشأة والضغوط المزمنة وتخذيّل الشيطان ايضا - [00:10:55](#)

يبقى بسبب ثقافات الانسان وظروف النشأة والضغوط التي تعرض لها بالذات الضغوط المزمنة التي يتعرض لها فترة طويلة من حياته واثرت في شخصيته وايضا للشيطان وارجاف الشيطان. لان الشيطان يخوف - [00:11:16](#)

تخدير الشيطان والارجاف للشيطان وامور اخرى ايضا يعني هذه الامور تجتمع مع امور اخرى وتكون في نفس الانسان معتقدات سلبية. معتقدات سلبية تجاه نفسه وتجاه الاخرين وتجاه الكون والحياة ومع ظهور الضغوط الحادة التي هي يعني شئ الان بقى فيه يعني فيه حاجة الان ظهرت هو موقف كبير وازمة تفجرت هذا ضغط - [00:11:30](#)

الان اني حاصل الى الان حاد اكيوت. ولما تبدأ تظهر الضغوط الحادة يحصل اكتيفاشن لهذه المعتقدات السلبية. يبقى المعتقدات السلبية تتكون منذ سنين طويلة جدا كما قلنا من من اول النشأة والانسان صغير والضغوط التي تعرض بها الانسان في الماضي. لكن نوعا ما قد تكون دي - [00:11:55](#)

خاملة او ليست حتى بتاعها بدرجة معينة لما لما يحسس موقف كأزمة عامة كهذا كهذا الذوق الذي يحب الانسان هذه الافكار. كل هذه الاشياء آآ من حوله السوشيال ميديا الخوف الهلع الذعر كل هذا يعمل اكتيفيشن. اكتيفيشن لهذه - [00:12:15](#)

المعتقدات السلبية وهذه المعتقدات السلبية يمكن حين يجب ان تسيطر على افكار الانسان وعلى مشاعر الانسان وعلى سلوكيات الانسان تصبح هي المسيطرة على الافكار وهي التي تولد الافكار وهي التي تولد المشاعر - [00:12:35](#)

تولد افكار والافكار تولد مشاعر وتتحكم في السلوكيات الانسان وتصبح النظارة التي يرى بها الانسان كل شئ النظارة التي يحكم بها الانسان على نفسه ويحكم بها على الاخرين ويحكم بها على الحالة المحيطة ويحكم بها على الازمة التي يعيش فيها - [00:12:49](#)

حصل للمعتقدات السلبية والمعتقدات السلبية بدأت تبتلع تبتلع الانسان وهنا هنا يأتي دور عظيم جدا من ادوار يعني هناك ادوار كثيرة الدور لا ينحصر في ذلك ولكن من ادوار الدين والايمان والمعتقدات الایمانية - [00:13:05](#)

التزام المؤمن بالشريعة هنا يأتي دور عظيم من ادوار هذه الاشياء دين الانسان وایمان الانسان والمعتقدات الایمانية والتزام الانسان التزام المؤمن بالشريعة طبعنا نحن لا نقول ان الدين والایمان يلغيان مفهوم المجاهدة - [00:13:24](#)

الدين والایمان لا يلغيان لا يلغيان مفهوم المجاهدة. والذي يدخل فيه مجاهدة المعتقدات والافكار والمشاعر والسلوكيات السلبية الناتجة عن تقلب المرء في الحياة وكدر الحياة وضغوط الحياة فهذا اصلا جزء من بشرية الانسان. جزء من بشرية الانسان. طب ما الانسان بشر - [00:13:42](#)

فالانسان ليس ملك وطبعنا الانسان ليس الة فهو يتأثر افكاره تتأثر بالضغوط افكاره تتأثر بكدر الحياة مشاعره تتأثر بذلك والانسان جزء من مجاهدة الانسان في الحياة الدنيا ان هو يجاهد هذه الاشياء. يجاهد هذه الافكار وهذه المعتقدات وهذه السلوكيات التي تفرضها عليها او التي تدعوه اليها - [00:14:02](#)

الافكار والمشاعر. فوجدان الانسان لذلك لا ينفي ايمان الانسان وایمان الانسان لا يعني خروج الانسان عن حد الانسانية ان هو يصبح ملك او يصبح آآ او يصبح الة. لكن لكن الذي لا يمكن ان ينكر - [00:14:21](#)

ابدا ان الدين الصحيح والایمان والعقيدة والشريعة تمد الانسان برؤى سماوية صحيحة رؤى سماوية رؤى اتية من السماء رؤى صحيحة للحياة ولفلسفة الحياة وللنفس وللناس لا يمكن ان ينكر ابدا الدين الصحيح والایمان والعقيدة تغرس في نفوس الناس معتقدات حول النفس والناس والحياة تقاوم - [00:14:37](#)

المعتقدات السلبية وتعين الانسان اعظم العون على معركته في ساحة الحياة. بل تمد الانسان بافكار جزئية تقاوم توتس الافكار السلبية المدمرة بل تمد الانسان ايضا بمشاعر مقاومة للمشاعر السلبية المدمرة - [00:15:05](#)

ويكفي في ذلك مثلا شعور الحب واستشعار الحب حتى في مواطن البلاء لما يعلم الانسان مسلا ويؤمن الانسان ان الله سبحانه وتعالى اذا احب قوما من عباده المؤمنين ابتلاهم فشعور الحب حينئذ يقاوم المشاعر المشاعر السلبية المدمرة. وكذلك المشاعر المرتبطة بالرجاء وحسن الظن في - [00:15:27](#)

لا هنا مع مشاعر الرجاء وغلبة الرجاء وحسن الظن في الله الذي يولده الايمان في نفس الانسان. يتولد الالم الذي يغالب الالم. ويتولد تفويض الى الله سبحانه وتعالى والتوكل على الله جل وعلا الذي يغالب الهم. ويتولد الفرح بالعاقبة. عاقبة البلاء وعاقبة الصبر. يتولد الفرح بالعاقبة - [00:15:49](#)

الذي يغالب الحزن ويتولد ايضا الثقة في الله سبحانه وتعالى التي تغالب القلق يبقى الدين الصحيح والعقيدة والشريعة تمد الانسان بمشاعر بمشاعر حتى تقاوم هذه المشاعر السلبية المدمرة التي يمكن ان يحصلها الانسان بسبب قدر الحياة وبسبب الضغوط والازمات. بل حتى الدين يموت - [00:16:10](#)

الانسان بسلوكيات مقاومة. يعني الدين يدفع الانسان ويمد الانسان ويعود الانسان ويغرس فيه سلوكيات مقاومة للسلوكيات برضو المدمرة السلبية. ومن اعظم السلوكيات ومن اهم السلوكيات السلبية المدمرة التي توجد في هذه السياقات - [00:16:35](#)

الانسان الانسان يتجنب المسؤوليات اللي عليه. يتجنب الامر الايجابي الذي يمكن ان يفعله يتجنب آآ يتجنب آآ دوره بالذي يمكن ان يقوم به في في هذه الظروف. ينعزل عن الحياة عموما وينكمش وينزوي - [00:16:55](#)

وينزوي على نفسه فهذه من اهم السلوكيات السلبية ولو لم يكن في مقاومة السلوكيات السلبية وكغيرها لو لم يكن في مقاومة هذا الا الصلاة لكفت الصلاة من اعظم من اعظم الحاجات السلوكية التي آآ التي آآ يفعلها المؤمن - [00:17:13](#)

وتقاوم السلوكيات السلبية زي الابه؟ وكغيره. والحقيقة احنا لو هنعتبر لو هنعتبر ان مسلا العلاج السلوكي المعرفي سي بي تي قائم على تغيير الافكار وعلى تغيير السلوك فالحقيقة الصلاة هي اه هي من السي بي تي المتكررة يوميا وزيادة. وزيادة - [00:17:36](#)

مممكن ان شاء الله نتعرض في الاخر لو هناك وقت عن عن امر الصلاة خصوصا لكن طبعا اي صلاة اي صلاة الصلاة الخاشعة الصلاة الحية التي يتأمل فيها بها الانسان ويعيش فيها الانسان وليست الصلاة الميتة. طب هل معنى ذلك ان المؤمن لا يحتاج مسلا؟ لا المؤمن يحتاج الى ذلك. لا اشكال. المؤمن يحتاج الى - [00:17:57](#)

يحتاج الى يحتاج الى دعم يحتاج الى من يذكره هذا موجود حتى في كلام السلف. كان يذهب بعضهم الى اخيه كي يذكره بالله تمام؟ لكي يكلمه عن حقيقة هذه الدنيا وحقيقة النفس وكذا وكذا فيصح له الافكار. هذا فالمؤمن يحتاج - [00:18:17](#)

المؤمن يحتاج للشيكوسربي. لكن فرق كبير جدا فرق كبير جدا بين الانسان الذي معه سلاح. معه سلاح في معركة الحياة لكن هو غافل عن هذا السلاح وغافل عن استعمال هذا السلاح - [00:18:37](#)

او او لا يحسن استعمال هذا السلاح. فرق كبير بين هذا وبين انسان يأتيك لتساعده وليس معه سلاح اصلا هو نازل معركة الحياة ليس معه سلاح حقيقي. وانت المراد ان تسلحه يعني - [00:18:51](#)

فرق كبير بين هذا الفرق بين المؤمن وغير المؤمن. المؤمن معه آآ معه اسلحة بالفعل في معركة الحياة. آآ قد آآ امدها الايمان مذهب امده آآ بها الايمان والعقيدة وآآ والتزام بالشريعة ونحو ذلك هو فقط - [00:19:05](#)

يحتاج الى نوع من المساعدة لكن بعد ذلك هو يمكن ان يستعمل هذه الاسلحة في معركة الحياة بخلاف غيره. ودور الدين في هذا دور الدين في هذا لا ينكره احد - [00:19:25](#)

حتى السيكلوجية الملاحدة لا يمكن ذلك ابا ابا. ويقرون دور الدين العظيم جدا في في المقاومة النفسية آآ اه عند الانسان. حتى الملاحدة منهم كما ذكرنا ولكن يوظفونه يوظفون ذلك الحق توظيفا اه باطلا. يعني مثلا هم عندما يتأمل الانسان الملحد يبجي -

[00:19:35](#)

دين مسيطر على حياة الانسان يجد ان على امتداد الازمنة والامكنة كان الانسان دائما يبحث عن الله سبحانه وتعالى ولو لم يكن حتى
وصله رسل ولا يعرف دين سماوي يخترعوا ديننا ويعبدوا الله باي طريقة ممكنة - [00:19:55](#)

فمن الامور التي كانت تشغل الملاحظة كيف يفسرون هذه الظاهرة؟ كيف يفسرون ظاهرة ان الانسان دائم الحاجة الى دين آآ دائم
البحث عن دائم يعبد الله سبحانه وتعالى بطريقة او باخرى لاننا لم يكن عنده طريقة صحيحة يخترع طريقة باطلة. لكن في الاخر
يريد ان يتوجه الى رب العالمين سبحانه وتعالى - [00:20:10](#)

فكان من النظريات النفسية لتفسير الالحاد هو ان بلا شك الدين عنده قدرة عظيمة جدا على مم على اشعار الانسان الوهم يشعر
الانسان آآ بالصدود الشعار الانسان بالمرونة النفسية بالثبات النفسي الى حد كبير جدا وآآ - [00:20:28](#)

آآ ويعطيه قدرة على مواجهة الصدمات الى حد كبير. هذا لا ينكره لا ينكره احد. لكن طبعا هذا معنى حق. لكن استخدموه استخداما
من باطلا. طبعا هو استخدام سخيف جدا - [00:20:48](#)

يعني وتدحضه الكثير من الامور الاخرى. لكن المراد انهم لا ينكرون حتى حتى من لا يؤمن باديان لا ينكر دور الدين. آآ لكنه يعتبره دور
دوغمائي يعني لكن لا ينكرون دور - [00:21:01](#)

الدين العظيم في الحياة النفسية والصحة النفسية للانسان. الان الان حتى لا اصيل سامر سريعا على اهم هذه الاشياء. اهم هذه
الاشياء السلبية المدمرة الافكار والمشاعر والسلوكيات واهم المرتبط منها بما يسمى بالكرب المرتبط الوباء. تمام؟ كازمة من الازمات
الكبرى التي عشناها - [00:21:11](#)

في آآ التي عاشها العالم كله في عشرين عشرين. وايضا ساعرج يسيرا على اهم التيكنيكس تكنيكس المستخدمة معه وننظر ننظر
ايضا كيف لاسلام الانسان وايمان الانسان وعقيدة الانسان دور عظيم في هذه الازمات - [00:21:35](#)

وانا لن انطلق من انطباعات شخصية لكن يعني سيكون هذا قدر الامكان يعني هناك اوراق علمية كثيرة جدا كتبت في هذا الشأن ومن
احسنها ورقة مشتركة نشرت في العدد الاخير من جورنال سايكو سيرابي. فانا - [00:21:54](#)

يعني ممكن يرجع لهذه الورقة وانا اخذت منها كثير ومن غيرها. آآ لكن هي جامعة وجميلة جدا في آآ في آآ في ايضا ومبنيح الاحصاء
حول اهم الافكار السلبية التي كانت تأتي بالمرضى النفسيين او بالمضطربين نفسيا للعيادات او الاونلاين ثيرابي او نحو - [00:22:12](#)

لذلك اهم الافكار والمشاعر السلبية والمعتقدات السلبية والسلوكيات السلبية وكيف كان يمكن والمقترح من خلق فرق العمل من
للتعامل مع هذه الاشياء وفقا وطبعا وقتي قليل جدا فانا سانتخب اهم هذه الاشياء. واه والتي كان لها اكبر اثر على اكبر الاثر السلبي
على - [00:22:32](#)

الصحة النفسية للناس من اهم المشاعر السلبية المسيطرة في هذه الحالة الخوف. من اهم المشاعر السلبية المسيطرة في هذه الحالة
الخوف ونقول سلبية لاننا نتكلم عن الخوف المتجاوز للحد الصحي الفطري الطبيعي فيه قدر من الخوف هو صحي وفطري وطبيعي.
لكن نحن نتكلم عن - [00:22:59](#)

حالة من الخوف اللي هي زعر وهلع خوف سلبي خوف مدمر واكثر المخاوف التي تسيطر على الانسان في هذه الحالة هي
الخوف من الموت من عدم النجاة الخوف من عدم النجاة الخوف من الموت - [00:23:21](#)

الخوف من الفناء العام وطبعا هذا يرتبط به سيل سيل من مشاعر الحزن والقلق والتوتر. ومما يعزز هذه المشاعر السلبية الشعور
بالعجز وفقدان السيطرة وعدم القدرة على تغيير مسار الاحداث - [00:23:39](#)

ومن اهم تقنيات في هذا السياق استخدام وسائل مختلفة لاعادة تقييم وتصحيح الافكار والاحكام اللي يحصل كما ذكرنا ان هذا
الوضع هذا العام بيحمل اكتيفيشن للبيبيفس السلبية فتظهر افكار واحكام سلبية - [00:23:56](#)

خاطئة غالبا افكار واحكام سلبية وهي دي الافكار والاحكام السلبية هي التي تولد هذه المشاعر الخوف والعجز والقلق والاحباط
والياس في كل هذه الايه؟ الاشياء. والافكار والاحكام التي تخرج في هذا السياق بتجنح وتميل غالبا للتعميم والتضخيم يعني تصوير
الوضع في شكل كارثي - [00:24:15](#)

فوق حجمه الاف المرات هو هو قد يكون كارثيا. لكن كارثية مثلا بنسبة عشرة بالمئة. فالانسان لاجل لاجل الافكار لاجل المعتقدات السلبية التي تسيطر عليها الان يحكم عليها ويجعلها كارثية بقدر خمسين بالمئة او اكثر من ذلك. فالافكار - [00:24:38](#)

الاحكام في هذه الحالة بتجنح للتعميم التضخيم التركيز على الجوانب والاحداث السلبية فقط او التفكير بثنائية حادة اللي هي اما ابيض او واسود يعني يا اما كل شيء جميل او يا اما العالم ينتهي. فالانسان طبعا اذا وجد ان كل شيء ليس بجميل الحل ان العالم -

[00:24:54](#)

ينتهي. ببستعمل من خلال تكنيكس معينة لاعادة اعادة الحكم. اعادة تقييم هذه الافكار والحكم عليها بشكل موضوعي والنقاش حول ذلك وهذا مفيد جدا وفعلا يؤثر وله تأثيرات ايجابية حسنة جدا عند المصابين بالخوف والقلق والهلع ونحو ذلك. فهو مفيد مفيد لا -

[00:25:14](#)

لذلك لكن لك ان تتخيل لك ان تتخيل اثر ايمان المؤمن بالقضاء والقدر في تلك الحالة لك ان تتخيل اثر ايمان المؤمن بالقضاء والقدر في هذه الحالة ايمانه ان ما اصابه لم يكن ليخطئه. وان ما اخطاه لم يكن ليصيبه. وان الاقلام قد رفعت وان الصحف قد جفت وانه

الى الله تصير الامور - [00:25:34](#)

ايمانه ان موته او حياته او فقده لعزيز الكلمة في هذا كله ليست لكوفيد ناينتتين ولا غير كوفيد ناينتتين. بل لله سبحانه وتعالى وان اجل هذا الانسان مكتوب قبل ان يولد. وان قضاء الله سبحانه وتعالى نافذ سواء بكوفرت ناينتتين او غير كوفيد ناينتتين - [00:25:58](#)

وهنا بقى هيبكون من الطبيعي ومن المنطقي ان كانت الكلمة والتأثير والقضاء ليس لكوفيد ناينتتين او غير كوفيد ناينتتين فلماذا يخاف الانسان او يهلع؟ اذا قال العالم هناك فكوفيد ناينتتين لن يغير شيئا مكتوبا لن يغير المصائر لن يميت او يحيي في حقيقة الامر هو

مجرد اداة في منظومة القدر الازلي - [00:26:18](#)

تاريخ وفاة الانسان وتواريخ امراض الانسان امور محددة في الازل امور محددة في الازل فبالتالي لما اخاف من كوفر ناينتتين كان كوفر ناينتتين لا يفعل ليس مستقلا بفعل اي شيء - [00:26:41](#)

ليس مستقلا بفعل اي شيء. وكذلك الحال فيما يتعلق ايضا بقلق وخوف والم فقدان السيطرة وعدم القدرة على التحكم بل الحقيقة الحقيقة هذا اصلا جزء منه ناجم عن غرور الانسان. ومحاولات الانسان لتحمل ما يفوقه تماما. الانسان ليس في يده حقيقة ان يسيطر

او يتحكم بشكل نهائي - [00:26:54](#)

حاسم مستقل. الانسان لن يغير المصائر ايضا. ولن يحيي او يميت. نفسه او غيره. يعني يحيي او يميت نفسه ولن يحيي او يميت يميت غيره. لكن طبعا طبعا هذا ليس مبررا ابدا للتقصير او العجز او ترك الاخذ بالاسباب - [00:27:18](#)

ابدا ليس هذا هو ايمان المؤمن بالقضاء والقدر. الحديث الذي قال النبي صلى الله عليه وسلم في اوله لا عدوى. قال النبي صلى الله عليه وسلم في اخره وفر من المجذوم كما تفر - [00:27:36](#)

من الاسد. المصاب بمرض الجذام. فر من المجذوم كما تفر من الاسد. هذا الجمع ما بين المعنيين في كلام النبي صلى الله عليه وسلم يرسم فلسفة الاسلام في القدر اسباب - [00:27:48](#)

وهي ان عقل المؤمن عقل المؤمن ينشغل بالتدبير في الارض وقلب المؤمن معلق باركان السماء المؤمن لا يكون عاجزا فيهمل قانون الاسباب الذي جعله الله سبحانه وتعالى نظاما للكون. والمؤمن ايضا لا يكون غافلا فينسى - [00:27:59](#)

انه لا يقع شيء الا باذن الله وتقديره المؤمن يعلم ان الدنيا بلاء وفتنة ويعلم ان الارض ليست فردوسه المفقود او جنته المأمولة المؤمن يعلم ان العاقبة للمتقين. المؤمن يقف امام زحف المحن والفتن غير مفاجئ - [00:28:17](#)

لان الله سبحانه وتعالى اخبره ان الدنيا بلاء وفتنة فبالتالي هو لن يصدم. لن يكون شكر عندما يرى ازمات وعندما يرى آآ بندميكس وعندما ترى كذا ورا كذا هو قيل له اصلا علم من الاول فلسفة الحياة وان الدنيا بلاء وفتنة. فبالتالي لما يجد الفتنة والمحن تزحف لا -

[00:28:37](#)

لا يصدم ويقول في نفسه هذا ما وعدنا الله ورسوله وصدق الله ورسوله. المؤمن ايضا يؤمن ان اللام ليست كالالام اذا صاحبها قلب

قلب يقرب وجهه في السماء الله سبحانه وتعالى يقول ان تكونوا تألمون فانهم يألمون كما تألمون. هذه طبيعة الحياة. الكل يتألم.

فانهم يألمون كما تألمون وترجون من الله ما لا يرجون - [00:28:57](#)

المؤمن حقيقة يفعل غاية ما عليه في الدنيا. فهو مع ذلك مطمئن ثابت راض هاديا فلسفة الإيمان بالقضاء والقدر وليس العجز وليس القعود لكن الإنسان يفعل ما عليه ويجتهد في ان يفعل ما عليه لكي يقابل الله سبحانه وتعالى ويقول يا رب قد اديت ما عليه -

[00:29:18](#)

لكنه يعلم ان كل شيء في النهاية بيد الله سبحانه وتعالى. فبالتالي لا يفزع ولا يهلع في النهاية الله سبحانه وتعالى سيقضي ما يقضي

لكن انا افعل مع ليلك عندما اكون بين يدي رب العالمين سبحانه وتعالى قل يا رب - [00:29:35](#)

قد امرتني ان اخذ بالاسباب وان افعل ما علي فقد فعلت ما علي. وهذا يرتبط بقضية هامة جدا في السياقات النفسية التي ظهرت

جدا مع كوفيد ناينتتين وهي قضية الانسرتينيتي - [00:29:48](#)

يعني كثير من الاوراق كثير من المقالات اتكلمت عن من اهم الاشكالات الكبيرة جدا التي كانت تواجه المضطربين نفسيا او المذعورين

في هذه الحالة كانت قضية حتى كتبت مقال مخصوص وكانت بتقول ان - [00:29:59](#)

هي اكثر شيء مؤثر على المرضى آآ النفسيين او اللي كانوا مصابين باعراض الاكتئاب والقلق في هذه الفترة. يعني تاني يكون عنده

وعنده عدم تأكد متى سينتهي هذا؟ عدم تأكد هل ساموت امس لان اموت؟ عدم تأكد من الذي سيموت؟ كم واحد سيموت؟ عدم

التأكد مدى اثر - [00:30:16](#)

وهذا على حياتي. ماذا اثر هذا على عملي؟ على البيزنس بتاعي. فالانسان لا يعلم يقينا لا ليس ليس متيقنا من اي شيء قضية الانسة

بتنسي هذه لها علاقة كبيرة جدا - [00:30:36](#)

يعني البس المحموم عن طبعا هذا يعني يقولون ان الفكرة ان الانسان بيكون عنده قلق بسبب في عمل ايه؟ فيحاول يحاول يبحث

عن فطبا عمره ما سيصل لها. فيزيد القلق اكثر واكثر. لكن الانسان المؤمن بالقضاء والقدر هذا الامر لا يمثل عنده مشكلة اصلا -

[00:30:50](#)

السيكولوجستس يقولون ينبغي ان نعلم المريض ان هو ليس هناك اصلا وان في هذه الاشياء. الواقع لا هناك بهذه الاشياء. لكن عند

رب العالمين سبحانه وتعالى فعلا هناك شيء معلوم مية في المية ومقدر مائة بالمائة - [00:31:11](#)

لكن انت لن تعلمه لان ليس لك ليس دورك ان ان تعلمه لكن فيه انت اقل من ان انت تبحث عن سيرته وان يكون لك سيطرة كاملة.

يعني نفس فكرة محاولة السيطرة ان انت - [00:31:27](#)

انت كده كده وقفت في كنترول انت بتفعل ما عليك تفعل ما عليك فقط. وكل شيء بين يدي رب العالمين سبحانه وتعالى. وفي لكن

عند رب العالمين سبحانه وتعالى يخفيه جل وعلا لكي تفعل ما عليك - [00:31:41](#)

هذا كاف جدا. الانسان لو تأمل هذا فعلا يزيح كل الام اللي ممكن تكون موجودة في نفسه ثم انه بغض النظر عن تصحيح الافكار

التشاؤمية المبالغة في النتائج السلبية. هناك تقنية تالية يعني بعد محاولة تصحيح - [00:31:53](#)

الافكار التشاؤمية في تقنية تالية تستعمل ايضا في العلاج المعرفي. وهو تساؤل ما اسوأ ما يمكن ان يحدث تاني تمام احنا بنحاول

نقول ان انت عندك هلع زائد ولا داعي لهذا الهلع الزائد وان الامر اهنون من ذلك. لكن - [00:32:11](#)

بعد ما نحاول ونتساءل عن هذا ما الادلة التي تفيد؟ هذا ما الادلة التي تضحى بهذا؟ لكن ممكن ان اسأل بعد ذلك طيب ما اسوأ ما

يمكن ان يحدث وهل هذا الذي هو اسوأ ما يمكن ان يحدث؟ هل يمكنني ان اتعايش معه ام لا؟ هل سيكون امر كارثي جدا يعني لو

وقع اسوأ ما يمكن ان يحدث ام لا؟ هذا قد يسأله الانسانين - [00:32:29](#)

هو عضل في بعض الامور. فيجد ان اسوأ ما يمكن ان يحدث ليس بهذا السوء. فيهنون الامر على نفسه طيب قبل ان اتكلم عن هذا

تعال نتأمل كل هذا الذي ذكرناه في مقطع قرآني يسير جدا. في مقطع قرآني يسير جدا. نفس الذي ذكرناه - [00:32:47](#)

بالضبط بالضبط فيما يتعلق الذي هو ايضا موجود في ترتيب العلاج المعرفي السلوكي السببتي. الله سبحانه وتعالى يقول يا ايها

الذين امنوا لا تكونوا كالذين كفروا. وقالوا لآخوانهم اذا ضربوا في الارض او كانوا غزا لو كانوا عندنا ما ماتوا وما قتلوا - [00:33:04](#)

تلو يجعل الله ذلك حسرة في قلوبهم الله سبحانه وتعالى يقول يا ايها الذين امنوا لا تكونوا كالذين كفروا. لا تشابهوا الذين كفروا.

طيب ما الذي فعله الذين كفروا؟ والله سبحانه وتعالى يحذرنا من ان نشابههم فيه - [00:33:23](#)

لهم قالوا لو ولو اخواننا لو كانوا ما ذهبوا للجهاد لما قتلوا ولكنا معنا الان لو لم يسافروا لما ماتوا لو لم تأتي كوفيد ناينتينا لكننا

الان البيزنس بتاعي مزدهر - [00:33:37](#)

لو لم يأت كوفيد ناينتينا لزمان كان زمان الان والدتي ما زالت حية لو كذا لكان كذا لو كذا لو كان كذا لو كنت فعلت كذا وكذا لعلي لم

يكن قد اصابني الفيروس وما كنت قد نقلت ذلك انا فعلت ما علي لكن كان يعني - [00:33:55](#)

كان ممكن ان افعل اكثر واكثر وامور قد لا تخطر بالبال الانسان اصلا وفيها نوع من انواع التعسف لكن الانسان فعل ما عليه لو

كان كذا لكان كذا. فالله سبحانه وتعالى - [00:34:13](#)

يحذر المؤمنين من ان يفكروا هذا التفكير التفكير الذي تمليه عقيدة الكفر على الكافر. اما المؤمن فلا ينبغي ان يفكر بهذه الطريقة

وعاقبة ذلك انه سيولد حسرة في النفس. يبقى الفكرة هذه الفكرة السلفية هتولد ذلك حسرة في النفس. وهذه الحسرة ستكون عقوبة

- [00:34:24](#)

فحينئذ لماذا؟ لاجل هذه الفكرة والله سبحانه وتعالى يقول ليجعل الله ذلك حسرة في قلوبهم هذا التفكير الله سبحانه وتعالى يجعله

حسرة في قلوبهم. طب لماذا هذا التفكير خطأ يأتي بعد ذلك القرآن يقول والله يحي ويميت - [00:34:44](#)

يبقى هذه الفكرة الخطأ ما الفكرة الصحيحة؟ الله يحيي ويميت لا السفر الذي احيا وامات ولا الذي ولا الجهاد. هو الذي يحيي ويميت

ولا القتال في سبيل الله هو الذي يحيي ويميت ولا كفر ناينتينا هو الذي يحيي ويميت - [00:35:02](#)

ولا كذا ولا هذا الطبيب هو الذي يحيي ويميت الله هو يحيي ويميت. والله بما تعملون بصير. ثم بعد ذلك الاية التي تجد ذلك ما نسأل

عنه لانه من يتكلم عنه الان. طيب ما ما اسوأ ما يمكن ان يحدث - [00:35:16](#)

طيب يا سيدي القتال في سبيل الله يقتل ويميت. الجهاد في سبيل الله يميت. ما اسوأ ما يمكن ان يحدث؟ الله سبحانه وتعالى يقول

ولئن قتلتم في سبيل الله او متم لمغفرة من الله ورحمة خير مما يجمعون - [00:35:32](#)

هل انت تريد شيء اعظم من كده اصلا ما اسوأ شيء ممكن ان يحدث؟ ستقتل؟ ستموت يعني صوت ايه المشكلة ايه ايه السيء في هذا

هل انت تتعامل مع الدنيا على انها هي كل شيء ولا انت تعلم ان الدنيا هي محطة؟ المحطة يعني اقل محطة من محطات الحياة اصلا

بالنسبة للمؤمن - [00:35:45](#)

لان ما عند الله سبحانه وتعالى مغفرة من الله هو رحمة خير مما يجمعون خير من الدنيا باسرها. ثم الاية التالية من اجمل ما يكون

حقيقة الله سبحانه يقول ولئن متم او او قتلتم الى الله تحشرون - [00:36:09](#)

فقط فقط ولك ان تتخيل يعني ظن ظن خير ولا آآ ولا تسأل بعد ذلك تمام؟ لا تسأل عن التفصيل بعد ذلك. ولئن متم او قتلتم الى الله

تحشرون. طيب يا اخي لست مؤمن - [00:36:22](#)

ما غاية ما سيحدث؟ ستموت؟ ستقتل؟ ما الذي سيحدث؟ هتنتقل الى الله سبحانه وتعالى. تنتقل الى الودود الرحيم الذي سيدخلك

الجنة ان شاء الله سيقربك منه سبحانه وتعالى اه اه سيحييك حياة اجمل وحياة افضل - [00:36:36](#)

ستقترب منه جل وعلا اكثر واكثر ستحشى يا الله سبحانه وتعالى هل هناك طمأنة اجمل من هذه الاية؟ يا سبحان الله سبحانه لما اراد

ان يطمئن المؤمنين قال لهم ولئن متم او قتلتم الى الله تحشرون - [00:36:53](#)

قال توبتر انا اعظم من كده فهذا بالنسبة للمؤمن هو لا يعلم وبالنسبة له ما اسوأ يمكن ان يحدث ان اموت. طيب الكافر الكافر هذا

يصبه بالغانب يصيبه بالفزع. خلاص انتهى كل شيء. انا خلاص كان بتاعي السبيكترون بتاع الحياة بتاعي خلاص ده انا - [00:37:06](#)

فاخره انتهى الامر كل شيء انتهى لم لم يعني لم استطع ان افعل كذا في حياتي ولم استطع ان استمتع ولم استطع ان انتهت حياتي

ولم استطع ان افعل كثيرا - [00:37:28](#)

ممن اريد ان افعله. بالنسبة للمؤمن ادي مجرد محطة والحياة المحطة قتالية اجمل كثيرة جدا وسأعوض فيها كل ما فاتني في هذه المحطة فلما الخوف الامر يعني ما ما اسوأ ما يمكن ان يحدث - [00:37:38](#)

صوت لو حدث ده اشكال بالنسبة للمؤمن المؤمن حقا يعني ليس بغافل عن المعاني الايمانية. طبعاً هذا كله ينطبق ايضاً على فقدان الاحبة وما يرتبط به من افكار ومشاعر وسلوكيات مرضية - [00:37:55](#)

السيكولوجستس يقولون وهذا صحيح. هذا صحيح. ان الموت سي فيور فورمو اوفساد نصف الصورة الاسوأ او الاشد سورة الاشد من الحزن المتعلقة بالفقد تحدث متى؟ متى تحدث الصورة الاسوأ من الحزن - [00:38:10](#)

عندما يؤمن الانسان عندما يؤمن الانسان ان اللص عندما يؤمن الانسان الا هذا الفقد هذا الفقد كانت بي اندن لا يمكن ان ان يتراجع عنه يعني لص او فقد غير قابل للغاء - [00:38:28](#)

غير قابل للغاء. انت انت عندما يسافر يهاجر بعض اصحابك او بعض الاعزاء على نفسك الى بلد اخر تحزن وتشعر باللبس تشعر بالفقد وتحزن لكن تعلم ان هو كان بي اندن ممكن تلتقوا مرة اخرى - [00:38:48](#)

نظهم فبالتالي هذا يهون عليك تحزن لكن يهون عليك هذا. لكن ايه اشد الصورة من الحزن المرتبطة بس هو غير قابل للغاء موت الاحبة في في هذه وفي هذه الازمات العالمية موت الاحبة بالنسبة للكافر - [00:39:07](#)

هو غاية وقمة اما المؤمن في علم ان هذا لا يختلف عن اه اه فقدان الاحبة في الغربة مع الايمان بلقاء ثان. ان انت بتودعه النهاردة وانك عارف انك ستلتقي به ان شاء الله فيما يأتي. فيما يأتي بعد ذلك. الكافر والغافل - [00:39:28](#)

يقولان الاحبة عند الموت وداعاً. اما المؤمن فيقول الاحبة عند الموت الى لقاء ثان في مقعد صدق عند مليك مقتدر ان شاء الله تعالى هذا يهون عليه كثيراً لانه يعلم ان - [00:39:49](#)

ان هو مجرد فترة وقت مستقطع فترة ابتعاد وسنلتقي في مكان افضل وفي زروف افضل وفي من غير كدر ومن غير حزن ده من غير فراق مرة اخرى من غير الام. هتهون على انسان كثيراً. ولذلك العلامة ابو الوفاء ابن عقيل الحنبلي الامام الكبير المجتهد - [00:40:03](#)

كان له ابني يحبه كثيراً وما ذلك الابن اثر هذا في في في نفسه كثيراً وكتب في رثائه كثيراً جداً وكان مما قال ابن عقيل يقول لو ان القلوب توقن باجتماع ثان لتفطرت المرائر لفراق المحبين - [00:40:22](#)

لولا ان انسان مؤمن ان في اجتماع ثان لكانت المرائر جمع المرارة المرائر تفطرت وانشقت لاجل الايه؟ لاجل الفراق هو كلام صحيح. لكن توب تؤمن باجتماع ثان. طيب نفس الامر نفس الامر فيما ذكرناه في مسألة الخوف من عدم النجاة. الخوف ايضاً من الخوف من ذهاب الرزق - [00:40:40](#)

الخوف من التأثيرات الاقتصادية الانسان الكافر او الغافل يكون عنده فزع شديد جداً لنفس الاسباب التي ذكرناها هو يريد ان هو يسيطر. هو يرى ان السيطرة على كل شيء هو - [00:41:00](#)

دوره هو ومستقل به هو لكن المؤمن يعلم جيداً قوله سبحانه وتعالى ويؤمن به وفي السماء رزقكم وما توعدون. يعلم جيداً وما من دابة في الارض الا على الله رزقها. يعلم - [00:41:13](#)

اذا انه ليس من وظيفته ان يسيطر هو على كل شيء. ان يسيطر على الاقدار. يعلم ان كل ما عليه ان يأخذ بالاسباب والله سبحانه وتعالى يرزقه ما من دابة في الارض الا على الله رزقها. وفي السماء رزقكم وما توعدون. يعلم ان كل شيء مكتوب - [00:41:26](#)

ولن يغير الحزن والفزع والهلع اي شيء وكفر ميتين لم يغير اي شيء كان مكتوباً بالفعل. هذا ايضاً يهون عليه نوع اخر من من الازمات او من المشاعر السلبية التي وجدت بكثرة جداً وكانت ملاحظة - [00:41:42](#)

خلال او كانت خلال الا وهو الشعور بالوحدة شعور بالوحدة التباعد الاجتماعي اللي حصل والعزل وكان هذا اشد ما يكون في العزل. حتى ان بعض الناس في العزل اقدموا على الانتحار او انتحروا بالفعل. ومن ضمن الامور التي كانت تسيطر عليه - [00:41:56](#)

شهور بالوحدة. الشعور بالوحدة. وهذا كان يعني يولد مشاعر سلبية كثيرة جداً في نفوسهم. وللأسف وجد ان المشاعر السلبية التي

تولدها الوحدة يمكن ان تزداد مع التوصلات الفيرتشوال يعني التوصلات الاونلاين كانت احيانا في بعض الحالات بتزود السوء -

[00:42:20](#)

بان الانسان يجري بهذه التوصلات لا ترويه وليست كافية وتزود حينه اكثر للتواصل. فبالتالي كان هذا الامر يكون اشد على ايه؟ اشد على نفسه دي كانت من اشد الازمات التي كانت موجودة في فترة او وجدت مع مع البندمج وغاية ما يمكن ان يقدمه السيكو ثيرابي في هذه - [00:42:42](#)

الحالة هو تقويم المشاعر ومقاومة الافكار السلبية الناتجة عن الوحدة. ومحاولة توفير سبل التواصل. اتصرف يعني حاول تتواصل مع اي حد باي صورة لدرجة جيت لدرجة ان بعض بعض يعني بعض المقالات - [00:43:05](#)

اه اه كانت بتشرح للناس وبتقترح ان ينزل اب زي يوبر مسلا اه ويتكلم مع الروبوت طبعا هو بيرأ هو الروبوت بيدي له نصائح نفسية بس هو كان من ضمن الامور من ضمن الامور التي كانت مطلوبة ان انت تستعمله كبديل للوحدة - [00:43:19](#) انك تجد من تتكلم معه. الوحدة ستقتلك. فتخيل! نزل اب علي عليه روبوت. عليه بوت تتكلم معه اه لكي تحاول ان تتغلب عن هذا باي طريق بالطرق تخيل الامر وصل الى اي شيه الى اي درجة من البؤس؟ ونعم نعم نحن لا نكر ان الانسان مدني بطبعه. وندرك ان هذه فطرة فيه ومن الطبيعي ان الانسان - [00:43:39](#)

تصيبه الوحشة. هذا منطقي هذا طبيعي هذه فطرة الانسان. لكن لكن الذي نقوله هناك فرق ضخم جدا فرق ضخم جدا بين الوحشة التامة وبين مفهوم الانس بالله الذي له مركزية في الوعي الاسلامي - [00:44:01](#)

هذا مفهوم عظيم ومفهوم مركزي في الوعي الاسلامي. فالانسان يعلم انه ليس بمفرده نعم هو قد يكون في حاجة لان يكون قريبا من اهله قريبا من ابناؤه من اخوانه من اصدقائه المقربين لكن على الاقل لو انقطعوا عنه اضطرارا - [00:44:18](#)

وانه ليس بمفرده والانسان يعلم ذلك. كل تقريبا يعني في كل موطن من كتاب الله سبحانه وتعالى يجد معنى يده على هذا. يعني تجد مسلا سيدنا يعقوب عليه السلام يقول انما - [00:44:33](#)

اشكو بسي وحزني الى الله انت يمكنك ان تشوي ان لم تجد من لا تحتاج الى يوبر لا تحتاج الى روبوت لكي تتكلم معه لكي تشكو اليه انت عندك الله سبحانه وتعالى يمكن ان تشكو بئك وتشنك هو حزنك لله سبحانه وتعالى - [00:44:45](#)

الانسانية مثلا يرى قول الله سبحانه وتعالى الذي يراك حين تقوم وتقبلك في الساجدين هذا المعنى كان طمأنة للنبي صلى الله عليه وسلم يا محمد لست بمفردك لست وحده. الله سبحانه وتعالى معك يراك حين تقوم ويرى تقبلك في الساجدين. كذلك انت الانسان تعلم انك لست بمفردك وان الله معك ويراك حين - [00:44:59](#)

تقوم يراك في الامك ويراك على سرير مرضك الله سبحانه وتعالى يراك لم يترك ما ودعك ربك وما قلى الله سبحانه يقول هو معكم اينما كنتم. الله جل وعلا معك - [00:45:19](#)

النبي صلى الله عليه وسلم يقول في الحديث يعني يذكر الحديث القدسي الله جل وعلا يقول انا عند ظن عبدي بي فليظن عبدي بي ما شاء. والله ايضا يقول وانا معه اذا ذكرني - [00:45:30](#)

الله معك اذا ذكرته اذا كنت لم تكن غافلا عن الله سبحانه وتعالى فالله معك. الله معك لست بمفردك لست وحيدا. لا تشعر بالوحشة. بل اعظم من ذلك. كده كده الله سبحانه - [00:45:41](#)

وتعالى الله جل وعلا مع كل احد. يعني هناك هناك معية عامة ليست معية ود لكن معي عامي في كل احد. الله سبحانه مطلع على كل احد وهناك معية خاصة هي معية ود ومحبة للمؤمنين. معية ود ومحبة للمؤمنين. وهناك معية خاصة او معية اخص واخص -

[00:45:51](#)

تلين هناك معية اخص واخص للمبتلين يعني تخيل في الحديث القدسي العظيم الله سبحانه وتعالى يقول يقول لعبد آ يا فلان مرضت فلم تعدني. مرضت فلم تعدني. فيقول يا رب - [00:46:11](#)

يا رب كيف اعودك وانت رب العالمين؟ ازاى كيف ذلك يعني كيف كيف مرضت يا رب كيف اعودك وانت رب العالمين فقال الله

سبحانه وتعالى اما علمت ان عبدي فلانا كان مريضا - [00:46:28](#)

فلو عدته لوجدتني عنده لو عدته لو زهبت لو زهبت لزيارته لوجدتني عنده. لتقي الله سبحانه وتعالى اقرب ما يكون للانسان وهو مريض وهو ضعيف وهو متأزم الله سبحانه وتعالى يقول لعباده ان كنتم تريدون القرب مني تعالوا عند فلان المريض - [00:46:41](#)
تعد عند فلان المكروب ستجدوني عنده تدري اقرب ما اكون في ذلك المكان تخيل لو الانسان امن بهذا المعنى وانغرس في نفسه هذا المعنى هل تسيطر عليه الوحشة ويعلم ان الله سبحانه وتعالى قريب منه ويجعل الله سبحانه وتعالى - [00:47:01](#)

يعظم البقعة التي هو فيها طالما ان هو مريض وضعيف الله سبحانه وتعالى يهون عليه ويعوضه الله سبحانه وتعالى يقول آآ النبي صلى الله عليه وسلم يقول ما من مسلم يعود مسلما يزوره غدوة الا صلى عليه سبعون الف ملك حتى يمسي - [00:47:19](#)
وان عاد عشية الا صلى عليه سبعون الف ملك حتى يصبح. وكان له خريفا من الجنة. هذا اجر من يعودك انت كرامة لك لانك ضعيف ولانك تحتاج الى دعم ولان الله سبحانه معك. وتخيل هذا هذا اجر سبعين الف ملك يصلون عليه. هذا اجري الذي يزور. فما بالك باجر الطبيب المقيم بجوار ذلك المريض الذي - [00:47:36](#)

يضحي من اجله تخيل هذا امر لا يمكن ان يحسب ايضا ولن اطيل ان شاء الله احنا في الاخر من الامور الهامة جدا التي كانت مسيطرة وكانت ملحوظة طبعا بلا شك وكانت العنوان - [00:47:57](#)
باكبر في في في الموجودة في هو الخوف من البلاء والالم والمرض الخوف من البلاء والالم والمرض. وهنا سؤال مهم جدا هل الحياة خالية من البلاء كل يوم مليء بالبلاءات - [00:48:12](#)

كل يوم مليء بالمشقة هذا موجود في كل يوم انت عندما تترك الراحة الجو يعني بارد للغاية. والبرودة شديدة وتخرج من تحت الغضفاء وتخرج الى الشارع والطرقات والجو غاية في البرودة لكي تعمل. ليس هذا بلاء. ليس لديه مشقة. مشقة هذا بلاء. هذا بلاء. عندما تتعب في العمل وتقاسي عندما - [00:48:27](#)

عمل وظيفة ثانية بعد الوظيفة الاولى تعمل وتقاس عندما تفعل وتفعل وتفعل في حياتك تقاسي هذه بلاءات. هذه بلاءات هذه مشاق يعيش فيها الانسان كل يوم. لكن السؤال السؤال المهم. لماذا تهون هذه المشاق على الناس التي يعيشون فيها كل يوم - [00:48:51](#)
لماذا تهون عليهم؟ تهون عليهم لانها بلاءات ومشاق ليست مجانية ولكن مدفوعة ليست مجانية ولكن مدفوعة. وانا لا اتكلم عن الدفع المادي. وان كان طبعا هو هو مهم الدفع المادي ومعتبر. لكن انا لا اتكلم عنها في المقام الاول. لكن اريد - [00:49:09](#)
اعمى اوسع ويدخل فيها الدفع المعنوي الانسان يهون عليه التعب لانه يعلم انه في النهاية ان شاء الله سيأكل وسيشرب وسيجد مكانا يؤويه وسيطعم ابناءه وسيكسيهم. وسيجد البسمة على فواهب هذا يهون عليه. الانسان يغترب اصلا ويترك بلده الى بلد اخر ويتعب ويعمل ليل نهار - [00:49:27](#)

ما الذي يهون عليه هذه المشقة التي يعيش فيها ليل نهار؟ انه يفكر في ابنائه وفي اسرته الذين يرسل اليهم الاموال بغض النظر يعني عن صحة هذا لام ومدى فاعليته لكن في النهاية هو الذي يهون عليه هذا - [00:49:54](#)
انه هذا البلاء هذا التعب هناك مقابل له مدفوع وليس مجاني السؤال بقى سؤال البلاء والالم والمرض في عند عند الكافر او الغافل عن الله سبحانه وتعالى هل هو بلاء مدفوع ام مجاني؟ مجاني - [00:50:08](#)

ما الذي ستجنيه من البلاء؟ يعني الكافر ما الذي ستجنيه من البلاء؟ الغافل عن الله سبحانه وتعالى ما الذي سيجنيه من البلاء لن يجني شيئا لكن المؤمن يجني الكثير من البلاء بلاء المؤمن مدفوع ليس مجانيا ابا - [00:50:25](#)

وهذا يهون عليه لذلك مسلا نجد احاديس المرأة السوداء التي كانت كانت تصرع وكانت تتكشف. يعني كانت المرأة يصيبها صرع وتسقط على الارض. وكان يعني يظهر بعض بجسدها بسبب السقوط ينحسر عنها الثياب يعني. فأتت للنبي صلى الله عليه وسلم فقالت ادعوا الله لي اني اصرع وانني اتكشف وادعو الله لي. فالنبي صلى الله عليه وسلم قال لها - [00:50:40](#)
ان شئت ان شئت دعوت الله لك فاذهب عنك الذي انت فيه. وان شئت صبرت ولك الجنة السؤال المهم لماذا لماذا قال النبي صلى الله عليه وسلم ذلك؟ يعني لماذا لم يدعو لها ويصرف عنها ذلك وتكون لها الجنة يعني؟ لماذا لا نأخذ كل الخيارات - [00:51:02](#)

لان هذه ليست الحياة الدنيا. الحياة الدنيا دار بلاء ضرب لأ دار اختبار لابد ان تتعب ان كنت تريد شيئا في الجنة اكثر ليس معنى ذلك ان المرأة تدخل النار لكن النبي صلى الله عليه وسلم يقول لها لكي ضمانة - [00:51:20](#)

متعلقة بالجنة لو انت صبرت فالمرأة صبرت اختارت الصبر قالت بل اصبر ولكن ادعو الله لي الا اتكشف فكانت تصرع وكانت لا تتكشف. الحمد لله فالانسان يعلم ان بلاءه ان صبره على البلاء مدفوع وليس مجانا. ان شئت صبرت ولكن جنة. يعلم الانسان قول النبي صلى الله عليه وسلم عظم الجزاء - [00:51:34](#)

البلاء. يعلم من قول النبي صلى الله عليه وسلم ان المؤمن لا آآ آآ آ أن ان كل امر المؤمن له خير. وان المؤمن آآ ما اصيب بشيء الا كفر آآ آ الا كفر من سيئة - [00:51:56](#)

كفر عنه من سيئاته حتى الشوكة يشاكها الشوكة تشاك شوكة. هذه الشوكة ليست مجانا. ليست مجانا تساب او يوضع عنك من السيئات ولو لم يعد هناك سيئات يعني تؤتى حسنات. حتى الشوكة ليست مجانية. بل جاء في بعض الروايات حتى الهم يهمه -

[00:52:13](#)

حتى الهم يوهمه حتى الالم مش لفقرة الالم الجسدي الالم النفسي حتى الالم النفسي ليس مجانا. الالم النفسي مدفوعة موجود عند الله سبحانه وتعالى. لذلك لذلك يأتي في جاء في الحديث ان النبي صلى الله عليه وسلم يقول ان اهل العافية - [00:52:36](#)

يودون يوم القيامة لو كانوا قرضوا بالمقاريض لو كانوا قطعوا كده بالمقاريض. لماذا؟ لان اهل العافية ينظرون في الدرجات العلى في الجنة ويجدون اهل البلاءات في هذه الدرجات فيقول الرجل من اهل العافية يعني ايه؟ الدنيا ايه؟ الدنيا شيء صغير جدا. يا ريتني كنت ابتليت. يا ريتني كنت قطعت بالمقاريض. لقيت من كذا وكذا. وكنت بلغت هذه - [00:52:52](#)

انزله اللي مستمرة الابدية اهل العافية يودون يوم القيامة لو كانوا يقرضوا بالمقاريض. ليه لان هذا البلاء لن يضيع سدى. نفس المبدأ نجد النبي صلى الله عليه وسلم يخبرنا ان الفقراء يدخلون الجنة قبل الاغنياء بخمسمائة عام. تخيل الاغنياء موقوفون! موقوفون خمسمائة عام! الجنة مفتوحة - [00:53:14](#)

او الفقراء يمرحون فيها ويفرحون وهؤلاء موقوفون خمسمائة عام لماذا؟ لماذا؟ لماذا قدم الفقراء؟ لان فقرهم لن يضيع سدى لان المهم بسبب الفقر لن يضيع عند الله سبحانه وتعالى. لان الهم الذي وجدوه بسبب الفقر لن يضيع عند الله سبحانه وتعالى. ضعفك والامك وفقرك - [00:53:36](#)

امورا مجانية مدفوعة. وهذا يهون على الانسان وهذا يهون على الانسان كثيرا جدا. انه يعلم ان هذه الامور ليست مدفوعة. ولولا ان هو منهني عن ان هو يتمنى البلاء لكان يتمناه. لكن هو منهني عن ان هو يتمناه - [00:53:57](#)

لذلك سفيان الثوري رحمه الله تعالى يقول لولا مصائب الدنيا لوردنا القيامة مفاليس نقول الحمد لله على مصائب الدنيا كنا هنورد مفاليس. واخيرا ليس فقط ليس فقط مسألة الثواب. ليس فقط مسألة الثواب. ولكن الحب ايضا - [00:54:11](#)

الحب وليس مجرد الاجر لما يسمع انسان قول النبي صلى الله عليه وسلم ان الله اذا احب قوما ابتلاهم فالانسان يستشعر الله يحبه. الله سبحانه وتعالى يريد ان يرفعه الى منزلة اعلى. ان يريد ان يقربه. ولكن كل شيء بحساب - [00:54:28](#)

هذا ليس هناك يعني ليس هناك واسطة ليس هناك آآ آ ليس هناك هكذا. كل شيء بيحسب عدل الله سبحانه وتعالى كل شيء بيحسب حتى الانبياء الانبياء اعلى الناس منزلة هل هذا هكذا؟ لا. الانبياء اشد الناس بلاء - [00:54:43](#)

بلاء هدي الدرجات لابد ان يكون يعني بقدر بقدر العمل فلذلك الله سبحانه اراد ان يرفع الانبياء اراد ان يجعلهم اعلى الناس منزلة فجعلهم لاجل ذلك اشد النسبة الان واشد الناس ايضا صبورا عن هذا البلاء. لذلك الله سبحانه وتعالى قد يريد ان يرفعك وان يقربك منه

فيبتليك - [00:54:59](#)

فلحبه لك يريد ان يرفعك ويريد ان يقربك وعملك لا يرفعك لهذه المنزلة فيرفعك بالبلاء ان الله اذا احب قوم ابتلاهم الانسان هذا حب يزاحم ما في نفس الانسان. اخيرا - [00:55:20](#)

اختتم بشيء مهم جدا حقيقة. انا اسف الوقت الوقت قد قد داهمنا لكن انا آآ يعني آآ احتاج ان اتكلم عن هذا. وكما قلت ان الانسان لو لم

يكن معه الا الصلاة - [00:55:34](#)

لو لم يكن معه الا الصلاة الا الصلاة الحية لكانت كافية في ان تدفع عنه الكثير من آآ والله سبحانه وتعالى يقول للرسول يتكلم عن ذلك ان الانسان خلق هلوفا اذا مسه الشر جزوعا واذا مسه الخير منوعا الا المصلين - [00:55:47](#)

الذين هم على صلاتهم دائمون الى اخر العبادات. لكن ما العبادة التي اختيرت لكي تكون اسم هؤلاء الناس. الله سبحانه لم يقل الا المزيكين. مع انه جاء ذكر الزكاة بعد ذلك. العبادة التي اختيرت لتكون معبرة عن هؤلاء الا المصلين - [00:56:07](#)

الا المصلين. الذي يمنع عنك الهلع والجزع والمنع والخوف والبخل الصلاة الا المصلين. لماذا يعني؟ ما الفكرة في الصلاة؟ الصلاة الحية الامور طبعاً امر كبير جداً لا يمكن ان نتكلم عنه ولكن افقت اريد ان اشير اشارة يسير ان الصلاة الحية الصالحة تدفع عن الشيطان تدفع عن الانسان الشيطان بلا شك نحن - [00:56:24](#)

أؤمن بهذا ان الشيطان له دور في الافكار الوسواسية المدمرة السلبية التي تؤثر على التي تخذل الانسان وترجف الايه؟ الانسان الصلاة هي نوع من انواع الحركة وكسر دائرة الافويدنس. من من اكبر الاشكالات في الانسان الذي يمر بحالة او في حالة روما او ما - [00:56:44](#)

شبه ان هو ينزوي على نفسه وينعزل انعزل عن مسؤولياته ينعزل عن محاولة العلاج. ينعزل عن فيضل ليل نهار قاعد لا يفعل شيئاً. ينظر في السقف. او الاسوأ من ذلك ان هو يهرب - [00:57:04](#)

يفتح اليوتيوب وبطل حتى ينتهي اليوم وينام او يفتح جيم ودانه يلعب يلعب يلعب اربعة وعشرين ساعة لغاية ما ينام ويصحى ثاني يلعب بيحاول يعمل ايه؟ بيحاول يسكر يسكر بيحاول يسكر يحاول يغفل يحاول يلغي دماغه - [00:57:17](#)

عشان يهرب هذا كارثي كارثي عمال يراكم الامر جواه حتى ينفجر. ما بيحلش لكن بيدمره اكثر واكثر من الداخل. الانسان الملتزم بالشرعية المغروس بتاع الصلاة في نفس ايه؟ لأ ما يقدرش - [00:57:33](#)

رغم ان الصلاة والصلاة امر عظيم فهي ماذا يفعل؟ يقوم ويصلي رغماً عنه. يكسر دائرة هذه ويكسر دائرة الانعزال ويقوم ويتوضأ ويصلي فيقول الله اكبر ولو تأملها يجد ان هو انا خايف من ايه؟ انا اخاف من الموت؟ الله اكبر - [00:57:51](#)

اخاف من المرض؟ الله اكبر خاف من كوفيد ميتين الله اكبر اخاف من من الازمة الاقتصادية الله اكبر اللهم من كل شيء فلماذا الخوف لو انا مع الله سبحانه وتعالى والله جل وعلا معي فلماذا الخوف هو الله سبحانه وتعالى اكبر - [00:58:08](#)

يبسمل الانسان ويقول الحمد لله هو ممكن يكون في العزل ممكن يكون مهدد نموت ممكن يكون مات له بعض اعزائي. لكن مع ذلك يرغم ويذل لسانه ويقول الحمد لله الحمد لله رب العالمين. الرحمن الرحيم - [00:58:22](#)

يدفع نفسه دفعا لان يتكلم عن رحمة الله سبحانه وان يذكر نفسه برحمة الله. ولو عندما يريد ان يفعل هذا المعنى الرحمن الرحيم سيجد ان حياته مملوءة بمعاني الرحمة وحينئذ قد يتذكر قد يعني يصيبه شهك - [00:58:39](#)

ايه ده الحمد لله. لماذا كنت كنت من كنت منفصل عن ان اقول الحمد لله الحمد لله على اي شيء الحمد لله على البلاء لانه هو الرحمن الرحيم. لا يقضي شيء الا وهو رحيم فيه. مهما كان البلاء فهو رحيم في بلائه سبحانه وتعالى ويعوض - [00:58:56](#)

انه رحيم الرحمن الرحيم مالك يوم الدين. الدين من معاني الدين الجزاء كل شيء لن يكون سدى. كل اللام لن تضيع سدى. ليست مجانية. هناك دين هناك جزاء فتخيل هذه الكلمات اليسيرة بقية الصلاة حتى نفس الكلام كذلك. تصنع الانسان - [00:59:14](#)

تعيد تعيد ترتيب التفكير الافكار وتصحيح الافكار في نفس الايه في نفس الانسان تصحيح المشاعر في نفس في نفس الانسان.

السلوك في نفس الانسان. كذلك الدعاء الانسان يدعو الله سبحانه وتعالى والانس بالله جل وعلا وهو وحيد الانسان لما - [00:59:36](#)

يجد نفسه قريب من رب العالمين سبحانه وتعالى وهو ساجد ويدعو الله جل وعلا يشعر بالانس ان هناك من يكلمه. ان هو متواصل متواصل مع حد ليس فقط اي احد ولكن مع الله سبحانه وتعالى. بل حتى السجود وما فيه من انكسار - [00:59:51](#)

قاروا اظهروا للضعف وتنفيس. احياناً من اسوأ ما يكون الانسان يخلع الانسان يلبس ثوبا من التصلب الاجوف الانسان اذا انه يقنع نفسه ان هو عظيم وان هو متعامل وان هو ليس بضعيف. ويظل في حالة دماية لان هو ضعيف وان هو خائف - [01:00:05](#)

فيظل متصلب اجره. كل ما انسان يسجد وينكسر ويبرز ضعفه بين يدي رب العالمين سبحانه وتعالى تتساقط هذه الاقنعة. وهذا يهون على الانسان ويرزقه قوة حقيقية وكصلاية حقيقية بدل من التصلب الزائف هذا - [01:00:24](#)

كان الانسان يمثله ايضا آآ هناك هناك هناك شئ بسيط جدا عموما يعني مرضى القلق بالزات الذي كان في حالات البنديك وما شابه كان هناك آآ للتخلص من القلق. ما خلاصة ان انت عندك افكار تسبب لك الان - [01:00:38](#)

قدر كبير من التوتر وقدر كبير من القلق ما الذي تفعله لا تجتهد في انك تدفع هذه الافكار دعها. يعني لا تبذل آآ جهدا في دفع هذه الافكار ولا تحاول ان تجاهد هذه الافكار حتى لا تثبت اكثر واكثر. ولكن ضع شيئا امامك واجتهد في ان تركز فيه - [01:01:03](#)

يعني مسلا يعني مكتبة الكتب خلفي انظر في مكتبة الكتب اقرأ العناوين آآ حاول تصنف هذا في كذا هذا الكتاب عن كذا اسمه المؤلف هل اعرف هذا المؤلف وافعل ذلك وانت - [01:01:23](#)

وانت تحاول ان ايه ان الا تدفع عنك القلق يعني او تدفع عنك الموترات. وان غلبتك الموترات لا تدفعها وارجع ثاني حاول تنظر في مرة اخرى فيما تنظر فيه وترتكز فترك في انك تتأمل في هذه المكتبة تتأمل في الكتب الموجودة او او اي شئ رسمة موجودة بين يديك - [01:01:36](#)

تحاول تتأمل فيها وتتأمل في الخطوط وهذه التعقيد ذلك الخط ونحو ذلك. هذا نصف مما يساعد كثيرا جدا في اذهاب القلق والتوتر. الصلاة نوع من انواع بنفس الطريقة لان الانسان عندما يدخل الصبي يريد ان يصلي الصلاة حية خاصة الموترات موجودة والقلق موجود لكن هو يركز الان في تلاوته - [01:01:56](#)

وفي المعاني الموجودة في هذه التلاوة يركز في معاني التكبير يركز في معاني التسبيح يركز في هذه الاشياء يجد ان هذه المعاني تأخذ ذهنه وتأخذ وتنتشر روحه من هذه من هذه الوسواس ومن هذه المخاوف التي - [01:02:19](#)

التي آآ تاسرها فشيئا فشيئا وبدون مقاومة يجد الانسان المعاني الموجودة في الصلاة المعاني الموجودة في القرآن الذي يقرأه تأخذه بعيدا وتخلصه من هذه من هذه الموترات. اخيرا اخر شئ ساذكره ان الصلاة فيها معالجة لقضية ايضا خطيرة - [01:02:36](#)

وكانت كانت موجودة بشكل كبير جدا آآ في او ما زالت منقوتة طبعاً يعني في الكوفيد آآ وهي المعاناة من ان انسان فاقد للمعنى ليه؟ لان الانسان الغافل او الكافر - [01:02:55](#)

لا يجد اي معنى لحياته الا في نشاطه الديوي كان معنى الحياة بالنسبة له ان هو ينزل يفتح البيزنس بتاعه ويوجه فريق العمل ويفعل ويفعل. طبعاً هو فيه اونلاين بس بعض الناس لا انشطتهم الدنيا - [01:03:10](#)

وهي توقفت فكان هو قيمته الوحيدة في في في هذه الاشياء. طبعاً بلا شك بلا شك سعي الانسان في الدنيا والعمل وكذا ونجاح تنفي عمله المؤمن والكافر يشتركان في ان هذا يكسبهما آآ يكسبهما معان جيدة ويكسبهما نوع من انواع الانس - [01:03:24](#)

والصحة النفسية لا خلا نزاع في ذلك. لكن في النهاية الفرق ما بين الاتنين ان كلاهما ان كليهما لو نزع منهما ذلك تلك المعاني انشطة الديوية ونحو ذلك هذا الانسان الذي ليس عنده الا الدنيا يشعر هذا ان هو فقد المعنى معنى وجوده في الحياة. لكن المؤمن يعلم - [01:03:47](#)

انه لقيت اصلا كان هذه الاشياء على هامش وجوده في الحياة. لكن السبب الرئيسي لوجوده في الحياة العبادة وما خلقت الجن والناس الا ليعبدون. انا قيمتي ما زالت موجودة حتى لو حتى لو اغلقت المتاجر - [01:04:10](#)

كلها انا قيمتي ما زالت موجودة كوني ان انا يعني فيما يتعلق بالصلاة كوني ان انا ادخل الصلاة واصلي هذه قيمتي اصلا من اعظم القيم التي افعلها في الدنيا فمن اعظم الموجود في المينينج الموجودة في حياتي ان انا اصلي الان. النبي صلى الله عليه وسلم يؤكد على هذا المعنى كان النبي صلى الله عليه وسلم اذا ذهب - [01:04:23](#)

يعود بعض اصحابه او او ذهب النبي صلى الله عليه وسلم ليعود بعض اصحابه يزوره في مرضه يعني فقال ماذا ماذا قال وماذا دعا لهذا الرجل؟ قال اللهم اشف عبدك فلانا - [01:04:45](#)

ينكأ لك عدوا او يمشي لك الى صلاة فالنبي صلى الله عليه وسلم كانه يتوسل الى الله سبحانه وتعالى بقيمة هذا العبد في الدنيا يا رب

هذا العبد له قيمة عظيمة في الدنيا - 01:04:58

هذا العبد يحتاج الى صحته لاجل هذه القيمة التي كان يفعلها في الدنيا. يا رب اشف عبدك فلان لكي يقوم بهذا العمل العظيم الذي دي كان يقوم به قبل المرض اللي هو ايه؟ ينكأ لك عدوا او يمشي لك الى صلاة - 01:05:13

تمسك الى هذه الصلاة صلاتك برب العالمين سبحانه وتعالى وقوفك في المحراب هذه قيمة عظيمة نتوسل بها الى رب العالمين سبحانه وتعالى لكي يشفى فلان ان هذه قيمة عظيمة يفتقدها الكون اذا غابت. تفتقدها الحياة اذا غابت. فالانسان الذي يصلي لا يشعر

ابدا لو فعلا لو هو مستشعر حقيقة الصلاة - 01:05:29

اقيمت الصلاة لا يمكن ان اشعر ابدا باللي سوف انه يعلم ان الحقيقي انه يرفع يديه الى رب العالمين سبحانه وتعالى ويقف في

محراب العبودية وكل شئ ما سوى ذلك هو - 01:05:50

ده هامش وهو وسائل تكميلية لهذه الغاية الكبرى في حياتهم. انا بعذر جدا عن الاطالة لان انا اطلت كثيرا. لكن انا ايضا دخلت متأخرا

قليلا. ارجو كده تقريبا ساعة اه - 01:06:00

طيب اه انا خلاص انتهيت انتهيت. ليس مني شيخنا ربنا يحفظه فيك. احنا جزاكم الله خير على هذه المحاضرة الممتعة القيمة. الله

يرضى عنك يا مولانا الله يحفظك ويبارك فيك. يجزيك خير الجزاء - 01:06:16

على ما بذلت من اه من وقت وجود اللهم امين الله يبعد عنك قد نبه في الاخير على موضوع الصلاة وله آآ موضوع آآ له محاضرة

مستقلة اه اه محاضرة بعنوان اه اه ارحنا بها يا بلال اليس كذلك؟ ما شاء الله. انا انا اه انا بحسب - 01:06:36

طب هناك محاضرة في البرنامج؟ اه نعم لي محاضرة مستقلة تكلمنا قليلا عن هذه المعاني لكن هناك معاين زائدة ها هنا يعني

اختصنا بها الاخوة يعني عشان لكي يكون هناك خصوصية - 01:06:58

نعم. مزيد يعني ممكن يستمع الى تلك المحاضرة ايضا الله يبارك فيكم. الله يرضى عنك ويحفظك. جزاك الله خير يا رب. السلام

عليكم. وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته عليكم السلام ورحمة الله وبركاته - 01:07:08

- 01:07:26