

الصحة النفسية

شريف طه يونس

نوره يملأ كل الدنيا روح تبعس كل مواد يخرجنا من احلاك ظلما. نتبرر كل الطرق اصل الصحة والسلامة النفسية والوجودانية والصحة والسلامة الایمانية ده قص الصحة بقى ان احنا لو حصلت الايه الصحة والسلامة الایمانية - 00:00:00

خلاص تحصل الصحة والسلامة الوجودانية النفسية صلح العمرانية صلح البدنية ولذلك انا كنت بقول ان احنا مهما اي هري بتهرهه البشرية في محاولة انها تخلي الانسان ده بيقى عنده صحة وسلامة نفسية او وجودانية بعيدا عن الایمان ما بيقاش له قيمة - 00:00:39

لدرجة اصلا دلوقتني هم بدأوا يتكلموا في ايه في ان الحل للناس اللي عندهم مشاكل نفسية انك تستسلم الحاجات اللي هو مؤمن بها ولو انت مش مؤمن بها لدرجة ان واحد من اساتذة المشهورين في مصر - 00:01:05

من اساتذة الطب النفسي المشهورين الروشتة بنتائجها على ضهرها كده فيها الصلاة الانتظام في الصلاة الازكار مش عارف ايه بشكل اساسى هو علماني ما بيصليش بس هو شايف ان العيان ده كل ما بنقربه من معتقداته الدينية اكتر كل ما بيستقر نفسيا اكتر. هو شاف كدب - 00:01:26

فهو نفسه ما بيعملش كده بس كاتب لهم كده في الرشاد. الكلام ده عليه ابحاس كتيرة ودراسات كتيرة جدا واتكلموا بشكل صريح صريح ان الشخص مساعدته على انه يستعيد ايمانه تاني هو اللي هيحل مشكلته النفسية. ايا كان ايمانه بقى - 00:01:51

هم بيحاولوا يعملوا الدنيا كده فده ابتداء ابعد من ده اصلا قلت قبل كده الخط العلاجي الاول في الاضطرابات النفسية هو ما يسمى بالسي بي تي العلاج المعرفي السلوكي. خلاص؟ العلاج. العلاج المعرفي السلوكي - 00:02:11

اصلا فكرة العلاج ده ببساطة ببساطة فكرة ایمانية ان هو احنا دايما بنقول الانسان اصلا عنده تحدي يعني هو آآآ بيلف ايه؟ يعني يصدق ايه؟ يعتقد ايه؟ ويبقى ازاي؟ يسلك ازاي - 00:02:38

هو اصلا بيشتغل على هو بشكل اساسى بيشتغل على كده اي فكرة العلاج المعرفي السلوكي واحد مسلا دلوقتني متواتر عنده مسلا رهاب ومش عارف ايه نقدر معه نكلمه قل له انت في ايه؟ ومش هيجرى حاجة ومش عارف كذا ومش عارف ايه. وفلان جرب كلام - 00:03:01

كلام بس يعني هو مجرد كده الكلام ده فكرته الاساسية ايه؟ ان احنا نعدل معتقداته ونخلية يسلك في ضوء المعتقدات الجديدة ما ده الایمان يا جماعة الخير بس هم مش عايزين يقولوا ايماء - 00:03:19

وهو الایمان فكرته كده. الایمان هو السائلين تصديق قلبي وتصديق ايه؟ عملي الایمان بيصلاح معتقداتك ويأمرك انك تسلك في ايه؟ في ضوء المعتقدات الصحيحة الجديدة اصلا ده الخط اللي متفق عليه الاشهر والاكبر واسأله كده في اي اضطراب نفسي. العلاج المعرفي السلوكي فيه دبلومات لوحده كده بياخدوا لهم دبلومات - 00:03:38

سلوكي فيتكلموا باي حاجة الا بالایمان فعل الایمان زاته شافه ان هو اللي بيصلاح نفسى تنسى. فعل الایمان اللي قلت لكم نجح به الايه يعني ما حدش نجح في العمران الا بفعل الایمان - 00:04:06

ولا حد نجح في علاج مشكلات الوجودان الا بفعل الایمان بل بقى مبادى الایمان كمان لان انت النهاردة واحدة قلقانة هتقولي لها ايه انت قادرة على التحدى وهاروع في اللي عندي وما تقلقيش طب ما هي قلقانة - 00:04:23

طب ما تقلقيش باباكي معك! ما ابويها هو اللي مخوفني طب بصي جوزك مش عارف ما فيش اي حاجة انك ترد فيها لربنا هو الوحيد

اللي ما فيش ايه ما فيش اشكال عنده ولا عليه؟ - 00:04:42

فتحي المبادئ اللي جه بها الاسلام هي نفسها اللي ممكن ننطلق منها زي واعلم ان ما اصابك لم يكن يخطأ هو كده ايوة انت مؤمنة ومقدرة لأنّها مقدرة يعني الرب اللي اوجدك من العدم ما يقدرها يحفظك ويحميك - 00:04:59

بالعقل كده يعني انت اللي بتطلع الشمس دي يعني الرب اللي حفظ الارض دي كلها بالشمس ما اقدرها حفظك انت ده لو فهمتيها بس ولا يؤوده حفظها ولا يثقله حفظهما يشق عليه حفظهما سبحانه وبحمده - 00:05:19

مش هيحفظك انت الكلام ده زي انك تقعدى تقولي لها ما تقلقيش انت تقدري تواجهي اي حاجة انت قوية انت مش عارف ايه انت ملوخية الكلام ده هيجب نتيجة لان كلام احنا كمان احنا ما بنقولش كلام ايه؟ احنا بنقول كلام فيه شواهد واضحة - 00:05:34
ايه بقى اللي فارق مع البنى ادم حتى مبادئ الايمان هي اللي فرقت معه. نور يملأ كل الدنيا روح ابعنوا كل مواد يخرجنا من احلات
ظلماء. نتبصر وكل الطرقات - 00:05:55