

العبادة والنفس - د. خالد بن حمد الجابر - الحلقة 8 - سياسة

النفس في العبادة

خالد بن حمد الجابر

بسم الله الرحمن الرحيم. اللهم صلي على محمد وعلى اله وصحبه اجمعين. السلام عليكم جميعا ورحمة الله تعالى وبركاته. اهلا وسهلا

بكم مرة اخرى في هذه الحلقة والاخيرة في سلسلة العبادة والنفس - 00:00:05

كيف يمكن لعلم النفس الاسلامي ان يساعدنا على ان نستفيد نفسيا من العبادات اسأل الله تعالى ان يطرح البركة والقبول والنفع

والفائدة وهذه هي حلقتنا الثامنة والاخيرة. حديثنا سيكون عن - 00:00:25

سياسة النفس كيف ننفذ ما تقدم من طرق في تحصيل السكينة من العبادات نبدأ بسم الله مقدمة مهمة جدا عن تزكية النفس وتهذيبها

في المنظور النفسي الاسلامي. المقصود ان يبذل الانسان جهدا منهجيا مستمرا في اصلاح نفسه وتحسينها. في الجوار المتعدد -

00:00:37

الدينية والنفسية والحياتية والعلاقات هذه قضية جوهرية ومركزية في اصلاح النفس بحسب المنظور النفسي الاسلامي. هي رحلة لا

تتوقف ابدا ومجرد ان يتوقف الانسان عن تزكية نفسه او مجاهدته او تحسينها فهذا يدل على وجود ضعف شديد - 00:01:05

المجاهدة تحتاج الى صبر وتدريب ومران ورياضة للنفس اه والمصطلحات التي وردت في علم النفس الاسلامي في هذا الباب كثيرة.

التزكية تزكية النفس مجاهدة النفس التهذيب التخلية التحلية اما مصطلح تطوير الذات هذا كله من المصطلحات الحادثة التي لم تكن

مستعملة في آآ عند المتقدمين - 00:01:27

وآآ التزكية آآ هذه الحلق عموما آآ ساخص لها ان شاء الله سلسلة خاصة بها آآ للتفصيل في مكوناته لكنني هذه المرة سأتكلم فقط عن

اشارات مثلا ساتكلم عن مركزية التزكية في المنظور - 00:01:51

في المنظور الاسلامي في علم النفس الاسلامي نحن نرى ان التزكية قضية مركزية آآ وجوهرية لاحظ معي مثلا نحن نستعمل تزكية

النفس واصلاح النفس بينما في علم النفس الاسلامي او في علم النفس الغربي يستعملون مصطلحات تقدير الذات توكيد الذات

تحقيق الذات وهذا احد الفروق الجوهرية بين - 00:02:11

بين المدرستين والمنظورين. فنحن عندنا التزكية والاصلاح بينما هم يركزون على تقدير الذات واحترام الذات والثقة بالذات من

القضايا المهمة المدخلة هنا انه هل يمكن اصلا تغيير الصفات النفسية او انها لا خلاص هي صفات ثابتة انت جبلت عليها لا تستطيع

تغييرها - 00:02:37

الجواب فيه تفاصيل كثيرة لكن باختصار شديد اي نفسية اي صفة نفسية يمكن تغييرها لكن التغيير لا يلزم ان يكون تغييرا جذريا

بالكامل بالانتقال الى الظم بالكامل. ممكن التغيير يكون تغييرا جزئيا - 00:03:02

ايضا آآ هناك اناس يولد ولديه الصفات النفسية الجيدة فهو قد لا هي مجبول وهو قد جبل عليها فلا يحتاج الى بذل جهد كبير. بينما

بعض الناس قد لا قد لا يولد مجبولا على هذه الصفات فيحتاج ان يبذل جهدا. ان يبذل آآ جهدا آآ - 00:03:19

آآ اكثر ولذلك آآ الصفات النفسية نعم يمكن تغييرها والا لما طالبنا الله سبحانه وتعالى بها لكن كما ذكرنا ان الامر يتفاوت باعتبار عدة

عدة عدة معايير آآ النموذج المقترح في التزكية آآ هو النموذج المشهور عند علمائنا المتقدمين لديهم اكثر من نموذج لكن اشهر

نموذجين هو نموذج العلم والعمل - 00:03:39

ونموذج الثلاثية المراقبة والمحاسبة والمجاهدة. نموذج المراقبة والمحاسب والمجاهدة آآ شرحه ابن قدامة رحمه الله في مختصر منهاج القاصدين مختصر منهاج القاصدين لو ترجعون اليه ستجدون فيه فوائد كثيرة. عموما نحن سنتكلم الان عن مقترح او نموذج دمج بين الامرين يشمل اولاً المراقبة والبصيرة - [00:04:05](#)

يعني اعرف نفسك. ثانياً العلم ان تعلم الصواب من الخطأ والتصرف الامثل ثالثاً العمل ان تمارس ما تعلمته. اربعة المحاسبة والمتابعة ان تلاحظ كيف تتصرف نفسك آآ نفسك وان تتابعها - [00:04:36](#)

الخامس المجاهدة ان تصبر وتجاهد نفسك على الاصلاح والعلاج والسادس هو الاستعانة بالله تبارك وتعالى. نبدأ بالبصيرة. البصيرة من مصطلحات علم النفس الاسلامي وهو داخل ضمن المراقبة عن الانتباه للنفس. الانتباه لرغباتها وشهواتها ان تتعرف على نفسك اكثر - [00:04:53](#)

آآ ان تكتشف نفسك وان كان اكتشاف النفس مولد لكن لا بأس بها. ان تعرف مواطن القوة والضعف والعلل والعيوب والمخادعات والامراض انت اعرف اين انت الان حالياً يعني مثلاً في باب العبادة ان تعرف اين انت الان في كل ما ذكرناه في الحلقات السابقة وتستطيع ان تجلس على كل الحلقات السابقة - [00:05:16](#)

وان تقيم نفسك تقييماً جيداً. ولان النقد الذاتي والتقييم الذاتي هو اول خطوة في البناء النفسي بعض النفوس لديها تعامي عن عيوب نفسها وقلة استبصار بمشاكلها آآ ولذلك هؤلاء احياناً كثيرة يعني يعيش حياته ويموت وهو لم ينتبه ويستيقظ من غفلة - [00:05:36](#)

بلاتي هذا البصيرة الثاني العلم دائماً العلم اولاً لابد من العلم وكثير من الناس يقولون هذا هذا امر نظري اريد اشياء عملية هذا خطأ لابد من العلم اولاً لابد من العلم - [00:06:01](#)

العلم قبل القول والعمل. فالعلم هو الخطوة الاولى الضرورية وهذا ليس فقط في النموذج الاسلامي بالمناسبة يعني حتى حتى في النموذج المعرفي المعاصر وفي كثير من النماذج القديمة العلم مهم جداً - [00:06:16](#)

اه القضية الاخرى العمل لا وهناك قضاء بعدة قضايا فيما يتعلق بالعمل ان الناس احياناً في العمل يطلبون خطوات واضحة وسريعة الاثر والمفعول وهذا استعجال يعني يعني دورات تطوير الذات - [00:06:30](#)

اوهمت الناس امكانية وجود طرق سريعة لتحقيق النتائج وهذا من اسوأ الآثار السلبية لهذه الحقبة التي مرت حقبة حقبة دورات تطوير الذات ثم جاءت الان حقبة الخرافات الغريبة الطاقة والجذب مرة اخرى الناس يبحثون عن حلول سريعة - [00:06:46](#)

لأ الانسان يحتاج الى مجاهدة وصبر وتدريب ومران ورياضة للنفس. ومع ذلك يجب الا آآ يقنط وان لا ييأس والا يحبط لان بعض الناس مجرد ان تفتح له باب التزكية ومراقبة النفس يدخل في احباطات كثيرة. وهذا مرة اخرى من عدم الاتزان - [00:07:06](#)

لا يا اخي ان شاء الله يكون عندك مئة عيب ما يضر ان شاء الله لا تستعجل في اصلاحها ابدأ بالاهم والاسهل الذي جمع بين معيار الاهمية ومعيار السهولة وابدأ - [00:07:28](#)

لا تتوقف ولا تنتظر نتائج خارقة يعني لا تتوقع ان تتحسن في يوم او ليلة. لا لا هذا مشروع عمر هذا مشروع عمر. واذا وفقك الله سبحانه تعالى لتحقيق هذه الخطوات اللي ذكرناها فانك ان شاء الله ستكون في الطريق السليم - [00:07:39](#)

بهذا نكون انتهينا مما اردنا الحديث عنه في هذه الحلقة وانتهينا من هذه السلسلة المباركة توفيقاً من الله سبحانه وتعالى القاكم على خير في سلسلة جديدة. والسلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته - [00:07:58](#)

- [00:08:15](#)