

# " النفسية الصلبة " □□□□ \_ الحلقة الثامنة و العشرون من برنامج #3\_دقائق\_مع\_علاء\_حامد □□

علاء حامد

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد. البعض فينا ممكن بسبب صدمة في حياته او الم حصل له في حياته ممكن حياته كلها تقف. تماما. حصل له موت آآ لقریب. حصل له اصابة. خسارة مادية. ممكن يعيش جو مناخه وجو - [00:00:00](#)

ومزلمية والحياة كلها تسود وهو مستغرب ان انتم عايشين ازاي وانا في الوضع دوت كآبة وحزن وتوقف للحياة. النفسية دي نفسية ما تنفّش. احنا نحتاج الى نفسية صلبة. في التعامل مع اللام. في التعامل مع التحديات في التعامل مع الصعاب - [00:00:28](#)

نحتاج الى طريقة النبي عليه الصلاة والسلام في التعامل مع اللام. كان بيحول اي شيء سلبي الى توجه ايجابي. توجه ايجابي. جا له راجل في يوم حنين بيوصف له اللي شافه من المشركين. فيقول له انا طلعت الجبل رأيت ابل وخيل وطبعاً خبر صادم. وحجم - [00:00:44](#)

المواجهة ضخم جدا. النبي عليه الصلاة والسلام قال كلمة واحدة حول التوجه السلبي ده لتوجه ايجابي. فقال تلك غنيمة المسلمين غدا ان شاء الله يعني بص لها نظرة ثانية. دي الغنيمة بتاعتنا غدا ان شاء الله. محتاجين ناس صلبة تواجه اللام وتكمل عادي. ما تقفش عند المحنة ما تقفش - [00:01:04](#)

عند الصدمة ما تصنعش المزلمية. من اقوى الامسلة على النفسية الصلبة ديت عمار ابن ياسر اسطورة في التوجه الايجابي. انا ايزك تتخيل وهو بيسمع الخبر ده من النبي عليه الصلاة والسلام خبر صادق. النبي عليه الصلاة والسلام يقول ويح عمار - [00:01:24](#)

فاقتله الفئة الباغية يدعوهم الى الجنة ويدعوونه الى النار. تخيل انت سمعت الخبر دوت انك انت هتقتل. عمار اتحرك ازاي في المجتمع بعد ما سمع الخبر دوت؟ عمرت تخيل انت لو انت مكانه كنت هتمشي في الشارع تقول طب هم هيقتلوني ليه؟ طب هيقتلوني ازاي؟ طب هيقتلوني امتي؟ طب آآ طب انا عايش ليه؟ طب انا الاكل ما لوش طعم الشرب ما لوش طعم - [00:01:42](#)

طب انا بشتغل ليه؟ طب اتجوز ليه؟ طب اخلف ليه؟ طب ادعو الى الله ليه؟ هي الناس بتضحك ليه؟ مش عارفين ان انا هاموت وتقلب بقى مزلمية. عمار ما عملش الكلام ده كله. عمار قال كلمة واحدة للنبي عليه الصلاة والسلام. قال اعوذ بالله من الفتن ومشي عادي وكأنه ما سمعش اي حاجة - [00:02:06](#)

اوعى تنسى ان عمار مش نهاية بس ده بداية. انت بتتكلم في واحد اتعزب في مكة عزاب شديد. ابوه مات قدامه. امه ماتت قدامه بطريقة صعبة جدا سمية اول شهيدة في الاسلام رغم ذلك النفسية الصلبة دي بتكمل عادي رغم اللام ورغم المحن. لدرجة ان النبي عليه الصلاة والسلام بيقول - [00:02:23](#)

يقول اهتدوا بالذين من بعدي. قال اقتدوا بالذين من بعدي. ابي بكر وعمر واهتدوا بهدي عمار. فقالوا وما هدي عمار؟ قال التقشف كشمير يعني الجد والاجتهاد. وقال ان الجنة تشناق الى ثلاثة. الى علي وسلم ان وعمار. يعني ده راجل شغال طحن ما - [00:02:43](#)

ابدا بسبب الم او بسبب مصيبة حصلت له احنا محتاجين النفسية الصلبة دي لان اللام كتير ولازم تعرف ان الدنيا اصلا دار بلاء دار محن دار سلام فلو مع كل بلية حياتك وقفت - [00:03:03](#)

هتعيش ازاي؟ اشتغل افهم طبيعة الطريق افهم ان البلاء ده اختبار من ربنا سبحانه وتعالى كم العادي حزنك مش هيغير البلاء حزنك هيزوده استمر كمل تفاؤل استبشر. ربنا يوفقنا واياكم لتحمل اللام والصعاب. بارك الله فيكم. السلام عليكم ورحمة الله - [00:03:16](#)