

جلسات #مع_نفسي 31 ... من التفكير إلى العقل: هناك معوقات؛ ما هي؟ وكيف أتجاوزها؟

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا بك يا دكتور اللي فاتت كنا آآ وقفنا عند الانتقال من التفكير للعقل. اه طيب آآ ما دام الانتقال ده مهم وان احنا محتاجين العقل في في حياتنا. نقدر ننجح حكايات مهمة ليه - 00:00:00

نقدر ايه؟ نقدر نراجع هو مهم ليه فاكر؟ احنا قلنا ليه مهم ان احنا ننتقل من التفكير العقلي مع انه التفكير في حد ذاته احسن من من توقيف عند الحس؟ طبعا عشان - 00:00:33

هنبدأ بعد كده ننفذ بقى مش هنفضل طول حياتنا عايشين في في ضياع الدماغ والمصادر الكثيرة وانا ما عرفش انا فين وبالتالي انا محتاج ان انا انتقل الى العقل. لكن في جزئية بقى ليه الانسان دايما بيخاف انه ينتقل - 00:00:43

من مرحلة التفكير لمرحلة العقل طيب هو في الحقيقة مش بس مرحلة التفكير لمرحلة العقل هو الانسان عموما في موانع بتمنعه من التحول من اي عملية لاي عملية تانية. مم. وانا بختصرها - 00:00:56

ثلاثية الجهل جيم هاء لام جيم جهل هاء هواء لام لعب لغو له اللي هي انا بسميها منزومة الغفلة يعني ايه اللي ممكن يخلی الانسان مش عايز يعدي يا اما هو يجهل طب يجهل ايه - 00:01:09

يجهل ضرورة الخطوة دي يجهل خطورة اللي هو فيه او مش عارف يجهل بالظبط يجهل هو هو محتاج يتعلم ايه علشان المرحلة اللي جایة فالجهل. اتنين الهوا الاسترخاء والراحة وخليني في اللي انا اعرفه احسن من اللي انا ما اعرفوش والكلام ده - 00:01:26

ثلاثة منظومة اللعب واللغو واللغو تلاقى شباب كثيرة مسلا انت يعني ما بتعلمتش ليه يعني اتعلم انه في وقت طب انت قضيت وقتك في ايه؟ يعني يا دوب ست ساعات بلاي ستيشن واربع ساعات يوتيوب - 00:01:46

وساعتين رواية تافهة وخمس ساعات فورت نايت ويدوب ساعتين انا معي وبيجي طبعا يعني فشایف الموضوع انه آآ في منظومة اللعب واللغو واللغو خدت الناس من حاجات ضرورية يعملوها. فده باختصار منظومة الجهل ومنظومة الهوى ومنظومة الغفلة اللعب واللغو. بتخلی الانسان - 00:02:01

آآ يخشى الانتقال او مش يخشى عذرا لا ينتقل من مكان الى مكان. مم. ودي مشكلة سواء من الحس الى التفكير او من التفكير الى العقل. وفي من العلم الى العمل. هم. دي كلها نفس الاسباب - 00:02:22

طبعا ممكن اكون عارف كل ده بس برضو آآ العقبة اللي انا المفروض اعديها عشان اوصل لمرحلة العقل. بحيس انها كبيرة شوية. برضو افضل خايف يعني. جميل. هنا بقى هنتكلم - 00:02:36

في حاجة مهمة جدا تعال نرد عقلاني كده على الناس اللي خايفين انهم يتحركوا ودي محتاجة تركيز شوية. مم لو انا لو انا قاعد في مکاني والمکان اللي انا فيه عامل لي مشكلة - 00:02:46

احساسي بالتتوتر والخوف نسبة قد ايه كبيرة طبعا. مية في المية انا فيه دلوقتي. مم بس انا محتاج ان انا اعدي بس انا خايف ان انا لو عديت اه المسألة مش اه مش واضحة مية في المية. مم - 00:03:03

طيب عقليا كده منطقيا ان انا افضل في المية يعني مية في المية احسن ولا اروح لمكان خمسين خمسين اروح لخمسين خمسين اكيد اهو مشكلة الناس يقول لك لأه خليني في المية في المية اللي انا عارفها - 00:03:18

ولا ان انا اروح لخمسين في الخمسين طيب او خمسين خمسين. هو خايف انها تطلع مية مية. ما هي كلمة خايف انت ما تعرفش انت اللي انت فيه هو اللي انت عارفه يقينا ان ولذلك هنا عبارة ممكن تبقى يعني - [00:03:34](#)

آآ خليني اقول كده معقدة شوية. مم اذا فعلت اذا خفت ان افعل فقد فعلت ما اخاف. يعني ايه؟ هم. يعني انا لو خفت ان انا اخطو الخطوة دي - [00:03:46](#)

يبقى انا فضلت في مكانني. هم. يبقى انا اللي عملته هو ان انا فضلت في المكان اللي مخوفني اصلا. اه. فاذا خفت ان افعل فقد فعلت ما اخاف وهو ان انا افضل في المكان اللي انا فيه. ايوة - [00:04:04](#)

وهنا من اروع الحقيقة ما قرأت يلخص اللي احنا بنقوله ابيات للشافعي. مم. او تنسب للشافعي لانه حنته انه الابيات بتاعة يعني آآ ديوان الشافعي في كلام انه هل كله منسوب له حقيقة ولا لا - [00:04:17](#)

اسمع بقى الكلام ده وتسلطن. مم الشافعي بيتكلم على ازاي انه من السيء انك تبقى في مكان مش مديك حقك وانت لا تشعر بقيمتك فيه وتفضل فيه. هم. فغير المكان ده الى الاحسن - [00:04:31](#)

اتنقل الى مكان افضل من كده ماذا يقول ما في المقابل ذي عقل وذي ادب من راحة فدع الاوطان واغتربي. الله المكان اللي انت فيه ومش مديك حقك مش شايف نفسك فيه فدع الاوطان واغتربي سافر تجد عوضا عن تفارقك. مم. وانصب فان لذيد العيش في النصب - [00:04:47](#)

يروح مديك الامسلحة الحياتية بقى اني رأيت وقوف الماء يفسدني ان ساح طابا وان لم يجري لم يطب انت لما عايز تتوضى تتوضى في الماء الجاري الماء القاسم ده ما توضاش يعتبر غير طاهر. طيب - [00:05:09](#)

اني رأيت وقوف الماء يفسده ان ساح طابا وان لم يجري لم يطب. والشمس لو وقفت في الفلك دائمة لملها الناس من عجم ومن عرب. هم انا لما كنت بشتغل في امريكا - [00:05:28](#)

آآ لقيت حالات آآ بتجيني هناك بتكره اللون الابيض. ليه؟ لأنها في ولايات ست اشهر تلجز. مم. فخلال ملت اللون الابيض. طيب والشمس لو وقفت في الفلك دائمة لملها الناس من عجم ومن عرب - [00:05:40](#)

والاسد لولا فراق الارض ما افترست يعني انت عمرك ما شفت غزالة جاية تتمختر عند الاسد وتقول له تعال كلني لأ هو اللبؤة مرات الاسد هي اللي بتطلع. مم. طيب - [00:05:57](#)

والاسلو لولا فراق الارض بالمناسبة على حنة الاسد. هو مين اللي بيصطاد ؟ الاسد ولا مراته ؟ مراته. مراته. الناس معزمهم بيفتكروا ان الاسد هو اللي بيعمل كل حاجة لا هي في الحقيقة مرات الاسد اللي بتروح بس هو بيحميها بايه؟ انت عارف بيحميها بايه؟ بايه؟ بصوته - [00:06:10](#)

يبقى على بعد مئات الامتار ولو ولو شعر انها في خطير. هم زقرة كده منه تروح مخوفة كل الضباع اللي بتحاول آآ يعني تاخد منها الفريسة بتاعتتها ده ده مسال ممكن يتحجج به الازواج اللي هم سايبيين - [00:06:27](#)

آآ بيبقى راجل مش اسد. لانه الاسد في الآخر حيوان. فاحنا عايزينه يبقى راجل يعني. المهم آآ وبالمناسبة طالما جبنا السيرة دي من الحاجات المؤسفة عندنا في في الالفاظ الشعبية - [00:06:42](#)

ان مرات الاسد تلفظ لفظ سيء عندنا. مم. يعني لما يشار الى مرات الاسد يشار على انها بين قوسين امرأة سيئة سمعة. انا ما اعرفش يعني حتى ما اعرفش جت منين - [00:06:54](#)

على اي حال والازن لولا فراق الارض ما افترست والسيم لولا فراق القوس لم تصби. هم والتبر تراب الذهب ملقى في اماكنه وال الكبر عذرا كالتراب ملقى في اماكنه والعود في ارضه نوع من الحطب. فان تغرب هذا عز مطلبه وان تغرب ذاك عزك الذهبي. مم. وفي لقب - [00:07:04](#)

الثانية بيقول ارحل بنفسك من ارض تضم بها ولا تكون من فراق الاهل في حرقى فالعنبر الخام روث في مواطنه في كبد الحوت. مم. وفي التغرب محمول على العنق والكحل نوع من الاحجار تنظره في ارضه وهو مرمي على الطرق. هم. لما تغرب حاز الفضل اجمعه.

معاني جميلة جدا انك والكلام ده بيقضى على حته انه لأ خليك في وطنك لا يا عم وطنك هو المكان اللي بيديك حقك وتستطيع ان ان تبعد الله بحرية وسيبك بقى من حكاية انك تربط نفسك بشرين موجودين في ارض وفي حدود مصطنع وكم - 00:07:47
وارض الله واسعة. الذين توفاهم الملائكة ظالمي انفسهم. قالوا فيم كنتم قالوا كل المستضعفين في الارض قالوا الم تكن ارض الله واسعة فتهاجروا فيها الكلام ده طبعا قد يزعج البعض. ايه ده دكتور والوطنية والمش عارف ايه - 00:08:05

المكان اللي تشوف نفسك متتج فيه هو المكان ده اللي انت هتسأل عنه يوم القيمة. هم. انما ما ينفعش تبقى في مكان مستعبد ومش قادر تعمل اي حاجة بحجة انك انت التراب ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم اسوة انه خرج من المكان اللي كان بيحبه جدا هم. لمكان ينبغي يعني ان ان يقيم فيه ارض الله او - 00:08:19

الخلافة. طيب فاضل حاجة واحدة وهي سبب منطقى جدا لضرورة الحركة. مم. عمرك سمعت عن حاجة اسمها او تقرحات الفراش الناس اللي بيبقوا على السرير فترة طويلة ولازم فريق التمريض ييجي يقلبهم. ايوه. ليه؟ عارف ليه - 00:08:39
الناس دول لو فضلوا على على سرائهم فترة طويلة الجلد بيتقشر بيسموها. طيب هو ايه اللي بيحصل؟ ممكن افسرها لك كده تفسير نفسي. افضل الدماغ بتجي له رسائل من المكان ده - 00:09:00

هم ايه الدماغ هنالك عضو في الجسد لا يتحرك لا يعمل. اه. نعمل له ايه؟ يروح الدماغ عامل له ايه؟ يروح مستفزه. هم. طيب باعت له كده ارهادات لو ما اتحركتش انا هتاخد فيك اجراء. اه - 00:09:14

فتروح شاعر بايه؟ اللي احنا بنسميتها بالعامية تميلة. مم تروح محرك نفسك كده. مم بتلاحرز فترة طويلة طب لو ما تحركتش يروح باعت له استفزاز اكتر يشعر بالخطر. هم يروح اي استجابة - 00:09:28

يأخذ الدماغ قرار بمنع التروية الدموية والعصبية ده ميروحلوش ميروحلوش الدم ويحصل غرغرينا. مم فالجسم يلفظ هذا العضو الذي لا يتحرك وكأن الرسالة الالهية في الوجود ان العضو الذي لا يتحرك يموت. هم - 00:09:46
فاذما ما تحركتش مع كل السنن الكونية اللي بتتحرك حواليك انت حتتأخر والكون ما له؟ بيتقدم ودي هتدخلنا في حته مهمة جدا وهي شعوري بالغربة. غربتي عن من عن نفسي. هم - 00:10:05

انا غريب عن نفسي انا مش غريب عن اللي حواليا انا ما تقدمتش النهاردة كان لازم اعمل حاجة جديدة النهاردة. بس انا فضلت في مكاني. هم. فباختصار كده رسالتى اللي بيخاف يتحرك انك طالما انت في مكانك - 00:10:18
انت بتتأخر وكل يوم بتتأخر زيادة لحد ما ييجي يوم عليك تيأس. مم. وتقول خلاص ما عدتش نافع وفي الحقيقة هو كل يوم طالما انه فيه نفس داخل وخارج يبقى نافع. طالما لم تقم ساعتك - 00:10:33

يبقى نافع. مم. طالما لم توسد في التراب طالما طالما لم يعني تشرق الشمس من مغربها. طالما لم تخرج الدابة. طيب كل ده يعني انك انت لسه باماكانك انك تعمل حاجة بس يفضل فقط انك تعرف انت عايز تعمل ايه - 00:10:47

وهنا حننتقل بقى حته انه طب انا نويت يا دكتور. مم. اعمل ايه؟ مم. لكن طب قبل ده يا دكتور؟ العقل دلوقتي احنا اكدى ان هو خلاص آآ ضرورة. خلاص ضروري. اها. طيب احنا عشان - 00:11:02

بس نوضح اكتر ايه المقصود بالعقل هنا يعني. طيب مش احنا قلنا ان التفكير هو التفكير؟ ايوه. وقلنا بعد التفكير احنا محتاجين نعمل ايه؟ نجمع الكلام ده كله. ودي هي العقل - 00:11:14

وعقل شيء يعقله عقل امسكه ضمه ربطة الى اخره. طيب فحته العقل معناها انك انت عمال بتجمع الحاجة. هم. اللي اه اه تناثرت عندك. فانت محتاج بين قوسين تقول لا هي دي خلاص انا في - 00:11:24

ده اللي عندي. مم. ومترتب والملفات عندي متزبطة. ده في المكان الفلاني وده في المكان الفلاني. بين قوسين زي ما قلت لك قبل شوية الشنطة اللي مترتبة. اه هو ده العقل. طب انا ايه اللي يعرفني ان انا ان انا كده ماشي صح او ان انا كده عقلت اللي احنا عايزينه - 00:11:40

ده هيدخلنا في حته يعني ممكن يعني بقى عندي نفتحها دلوقتي ونكملا ان شاء الله في الزيارة الجاية حته ان انا اولا بقى يبقى عندي معرفة ما هو المرد الصحيح بقى عندي منهج علمي. مم. اعرف ازاي اعرف ان انا صح اصلا - [00:11:56](#)

طب ما الكل بيقول انه صح طب ما الهندوسي بيقول انه صح والبودي بيقول له صح وجماعة العلمانية بيقولوا انه صح والليبرالية بيقول انه صح. والوطنية بيقولوا انه والانسانية بيقولوا والعلمية بيقولوا والالحاد بيقولوا طب اعرف ازاي - [00:12:12](#)

بيبقى لازم بقى عندي مرد علمي منهج علمي طريقة معينة تسبت لي انه الطريقة دي هي المتفق عليها عند عقلاء الكرة ارضية انه هي دي الطريقة اللي يوصل بها الانسان الى الحق - [00:12:24](#)

وده ازن احنا محتاجين نفس فيه بس في الزيارة الجاية ان شاء الله لان احنا محتاجين نتكلم اكتر في ازاي اعرف تحديدا ان انا عقلت اعقل ابني عقلت هنحط مسلا انا اقدر اقيس كل افعالي هل هي ملائمة للعقل بالضبط ده بس ده محتاج يمكن يعني ممكن عشان بس نوضحها اكتر - [00:12:38](#)

العقل محتاج ايه عشان يعرف ان هو صح. هم وده هيخلينا انت عارف انا ممكن اديك واجب كده طالما في رمضان. ايوا. ان تتبع مفردة العقل في القرآن بس تتبع مفردة العقل في القرآن. مم. خده كده من اوله لآخره. دلوقتي مع السيرش والسوفت ويرز اللي موجودة ممكن بكل سهولة تحطه على اي آآ - [00:12:58](#)

ولا ابليكشن كلمة عقل تروح مطلع لك مطلع على كل مفردات العقل في القرآن ودي نتكلم عليها بقى بكرة ان شاء الله. تمام شكراء دكتورة. نراك على خير. شكراء اهلا وسهلا - [00:13:23](#) - [00:13:36](#)