

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

عبدالرحمن ذاكر

اهلا وسهلا. 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 فاكروا؟ 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 دايمًا 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 ثانية. مم. وانا باختصرها - [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 يخلي 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 بالضبط يجهل هو هو محتاج يتعلم ايه علشان المرحلة اللي جاية 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 تلاقي شباب كثيرة مسلا انت انت يعني ما بتعلمتش ليه يعني اتعلم انه في وقت طب انت قضيت وقتك في ايه؟ يعني يا دوبر ست ساعات بلاي ستيشن واربع ساعات يوتيوب - [00:01:46](#)

وساعتين رواية تافهة وخمس ساعات فورت نايت ويدوب ساعتين انام يعني ويبجي طبعا يعني فشايف الموضوع انه آآ في منظومة اللعب واللغو واللغو خدت الناس من حاجات ضرورية يعملوها. فده باختصار منظومة الجهل ومنظومة الهوى ومنظومة الغفلة اللعب واللغو. بتخلي 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](#)

طب انا ممكن اكون عارف كل ده بس برضو آآ العقبة اللي انا المفروض اعيدها 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 رد عقلاني كده على الناس اللي خايفين انهم يتحركوا ودي محتاجة تركيز شوية. مم لو انا لو انا قاعد في مكاني والمكان اللي انا فيه عامل لي مشكلة - [00:02:46](#)

احساسي بالتوتر والخوف نسبته 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 ارواح 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 ولزك 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 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 فعلت في مكاني. هم. يبقى انا اللي عملته هو ان انا فعلت 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 ارواح الحقيقة ما قرأت يلخص اللي احنا بنقوله ابيات للشافعي. مم. او تنسب للشافعي لانه حته 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](#)
انتقل الى مكان افضل من كده ماذا يقول ما في المقابل ذي عقل وذو 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 تفارقه. مم. وانصب فان لذيق العيش في
النصب - [00:04:47](#)
يروح مديك الامسلة 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 توضحش 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؟ لانها في ولايات ست اشهر تلج. مم. فخلاص 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 اللبوة مرات
الاسد هي اللي بتطلع. مم. طيب - [00:05:57](#)
والاسد لولا فراق الارض بالمناسبة على حته 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](#)
بيبقى على بعد مئات الامتار ولو ولو شعر انها في خطر. هم زقرة كده منه تروح مخوفة كل الضباع اللي بتحاول آآ يعني تاخذ منها
الفريسة بتاعتها ده ده مسال ممكن يتحجج به الازواج اللي هم سايبين - [00:06:27](#)
آآ بيبقى راجل مش اسد. لانه الاسد في الاخر حيوان. فاحنا عايزينه بيبقى راجل يعني. المهم آآ وبالمناسبة طالما جنبنا السيرة دي من
الحاجات المؤسفة عندنا في في الالفاظ الشعبية - [00:06:42](#)
ان مرات الاسد تلفظ لفظ سيء عندنا. مم. يعني لما 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 والسهم لولا فراق القوس لم تصبي. هم والتبر تراب الذهب ملقى في اماكنه والكبر
عذرا كالتبر 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](#)
التانية بيقول ارحل بنفسك من ارض تضام بها ولا تكن 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.

فصار يحمل بين الجفن والحدق. الله - 00:07:25

معاني جميلة جدا انك والكلام ده بيقضي على حته انه لأ خليك في وطنك لا يا عم وطنك هو المكان اللي بيديك حقك وتستطيع ان ان تعبد الله بحرية وسيبك بقى من حكاية انك تربط نفسك بشبرين موجودين في ارض وفي حدود مصطنع وكام - 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 طبعاً قد يزعج البعض. ايه ده دكتور والوطنية والمش عارف ايه - 00:08:05

المكان اللي تشوف نفسك منتج فيه هو المكان ده اللي انت هتسأل عنه يوم القيامة. 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 منطقي جدا لضرورة الحركة. مم. عمرك سمعت عن حاجة اسمها او تقرحات الفراش الناس اللي بيبقوا على السرير فترة طويلة ولازم فريق التمريض يبجي يقلبهم. ايوة. ليه؟ عارف ليه - 00:08:39

الناس دول لو فضلوا على على سرايرهم فترة طويلة الجلد بيتقشر بيسموها. طيب هو ايه اللي بيحصل؟ ممكن افسرها لك كده تفسير نفسي. اتفضل 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 ارهاصات لو ما اتحركتش انا هتاخذ فيك اجراء. اه - 00:09:14

فتروح شاعر بايه؟ اللي احنا بنسميها بالعامية تميلة. مم تروح محرك نفسك كده. مم بتلازم فترة طويلة طب لو ما تحركش يروح باعت له استفزاز اكرر 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

فاذا 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 رسالتي للي بيخاف يتحرك انك طالما انت في مكانك - 00:10:18

انت بتتأخر وكل يوم بتتأخر زيادة لحد ما يبجي يوم عليك تياس. 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 بامكانك 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 اكدنا ان هو خلاص آآ ضرورة. خلاص ضروري. اها. طيب احنا عشان - 00:11:02

بس نوضح اكثر ايه المقصود بالعقل هنا يعني. طيب مش احنا قلنا ان التفكير هو التفكير؟ ايوة. وقلنا بعد التفكير احنا محتاجين نعمل ايه؟ نجتمع مرة اخرى. نجتمع الكلام ده كله. ودي هي العقل - 00:11:14

وعقل شيه يعقله عقل امسكه ضمه ربطه الى اخره. طيب فحتم 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. ومرتب والملفات عندي مرتبطة. ده في المكان الفلاني وده في المكان الفلاني. بين قوسين زي ما قلت لك قبل شوية الشئطة اللي مرتبة. 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 حنة يعني ممكن يعني يعني نفتتحها دلوقتي ونكملها ان شاء الله في الزيارة الجاية حنة ان انا اولاً يبقى يبقى عندي معرفة ما هو المرد الصحيح يبقى عندي منهج علمي. مم. اعرف ازاى اعرف ان انا صح اصلاً - [00:11:56](#)

طب ما الكل بيقول ان هو 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 والعلموية بيقولوا والاحاد بيقولوا طب اعرف ازاى - [00:12:12](#)

يبقى لازم يبقى 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 نفسر فيه بس في الزيارة الجاية ان شاء الله لان احنا محتاجين نتكلم اكثر في ازاى اعرف تحديدا ان انا عقلت اعقل انني عقلت هنحط مسلاً انا اقدر اقيس كل افعالي هل هي ملائمة للعقل بالزبط ده بس ده محتاج يمكن يعني ممكن عشان بس نوضحها اكثر - [00:12:38](#)

العقل محتاج ايه علشان 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 لاخره. ودلوقتي مع السيرش والسوفت ويرز اللي موجودة ممكن بكل سهولة تحطه على اي آ - [00:12:58](#)

ولا ابليكيشن كلمة عقل تروح مطلع لك مطلعالك كل مفردات العقل في القرآن ودي نتكلم عليها بقى بكرة ان شاء الله. تمام شكرا دكتور. نراك على خير. شكرا اهلاً وسهلاً - [00:13:23](#)

- [00:13:36](#)